

العنصرية تعمل على تحقيق وإكساب التلاميذ قدرات كافية من اللياقة البدنية والصحية،
برامج وأنشطة التربية البدنية والرياضية بما يتناسب مع مرحلة نموهم.

www.eddirasa.com

المطلوب:

- 1) اذكر مع الشرح عناصر اللياقة البدنية.
- 2) اذكر مع الشرح طرق تنمية هذه العناصر.