

تحليل موضوع ( الرياضة في المجتمعات المعاصرة )

## من أنواع الرياضة



**الرياضة البدنية مثل :** كرة القدم - السباحة - ركوب الخيل - الرماية  
**أثرها :**

١- تقوي الجسم وتنشط العقل والذهن

٢- تحمي الجسم من الأمراض من مثل :

أ- البدانة ب- أمراض تصلب الشرايين ب- ارتفاع ضغط الدم د- مرض السكري

**الرياضة الروحية ومن أمثلتها :** الصلاة - الصوم - قراءة القرآن  
**أثرها :**

١- تطمئن النفس ٢- تساعد في تهذيب الأخلاق ٣- تقرب العبد من ربه

• ( يقولون ) " العقل السليم في الجسم السليم "

دلل على هذه المقولة من خلال فهمك للموضوع .

أي أن ممارسة الرياضة تنشط من عقل الإنسان وذهنه فكلما كان سليم الجسم كان سليم العقل .

**الفكر الرئيسة للدرس :**

• الرياضة مطلب أساسي في المجتمع لما لها من فوائد جمه .

**ومن الفكر الجزئية المقترحة للدرس :**

(١) اهتمت الحضارات المختلفة بالرياضة لاعتبارات مختلفة .

(٢) الرياضة ظاهرة ثقافية متداخلة .

(٣) تحتل الألعاب الرياضية مكانة مرموقة فهي تهذب الأخلاق وتقوي من إرادة الفرد .

(٤) يتعلق الكثير من البشر بمشاهدة الألعاب الرياضية أو ممارستها .