

الرَّيَاضَةُ الْبَدَنِيَّةُ

كَمَا عَرَفْنَا جَمِيعًا أَنَّ _____	أَمْرٌ مِنْ أُمُورٍ مُهِمَّةٍ فِي حَيَاتِنَا الْيَوْمِيَّةِ.
وَكَذَلِكَ قَدْ اِهْتَمَّ _____	بِالرَّيَاضَةِ الْبَدَنِيَّةِ اِهْتِمَامًا كَبِيرًا .
لِذَلِكَ لَا بُدَّ عَلَيْنَا أَنْ نَهْتَمَّ بِهَا .	
لِلرَّيَاضَةِ الْبَدَنِيَّةِ _____	كَثِيرَةٌ مُتَعَدِّدَةٌ .
مِنْهَا _____	وَكُرَّةُ الْقَدَمِ وَ رُكُوبُ الْخَيْلِ .
وَهِيَ مِنَ الْأُمُورِ _____	الَّتِي لَا بُدَّ مِنْ مُرَاعَاتِهَا .
قَالَ _____	: الْعَقْلُ السَّلِيمُ فِي الْجِسْمِ السَّلِيمِ
وَمِنْ خِلَالِ هَذِهِ الْحِكْمَةِ، _____	بِأَنَّ الْمُحَافَظَةَ عَلَى الْجِسْمِ
أَمْرٌ _____	بَلْ مُسْتَحَبٌّ عِنْدَ الْإِسْلَامِ.
_____،	لَأَشْكُ أَنَّ الرِّيَاضَةَ الْبَدَنِيَّةَ أَمْرٌ مُهِمٌّ جِدًّا فِي حَيَاتِنَا.
وَمِنْ أَجْلِ ذَلِكَ ، يَنْبَغِي لَنَا أَنْ نَهْتَمَّ بِالرَّيَاضَةِ الْبَدَنِيَّةِ لِأَهْمِيَّتِهَا _____ .	
أَحِبُّ الرِّيَاضَةَ الْبَدَنِيَّةَ .	

الحَسَنَات	نَسْتَفِيدُ
النَّاسُ	خِلَاصَةُ الْقَوْلِ
الكَثِيرَةِ	الْحُكْمَاءُ
مَطْلُوبٌ	الرَّيَاضَةُ الْبَدَنِيَّةُ
أَنْوَاعُ	السَّبَاحَةُ