

طاشن راي تخوا لجا نم يندب ءاي حلا

لضفاً يف اونوك

مكتالاح



ءيندبلا ءفاقثلا
نأ بجي اذاملو ييه ام
كراشت



IPLA
INTERNATIONAL PHYSICAL
LITERACY ASSOCIATION

ءكراش مپ



PE SCHOLAR
www.pescholar.com



ةاي حلا ى دم ين دبلا طاشنلا رايتخا

تبيتر ةايح طامنأ سانلا نم ديزملا شيعي .ملاعلا يوتسم ىلع رطخلاب رذني لدعيب ين دبلا طاشنلا عجارتي ةركبملا ةافول او ضرمل او ةنمسلال ىلإ يدؤي امم ،ةلماخو

أقرط مدقتو .هنومهفيو ين دبلا طاشنلا يف دارفألا اب طرخني يتلا ةقيرطلا ةين دبلا ةفاقثلا ىدحتت ةيهافرلاو ةحصللا نيسحتو حاجتال اذه سكعو ءاطبال ةين دبلا ةطشنألا يف نوطرخني سانلا لعجل ةليدب اماع لكشب

ةميقول مهفل او ةفرعمل او ةين دبلا ةقايلا او ةقتلاو عفادلا سانلا حنم لوح ةين دبلا ةفاقثلا موهفم رودي ةايحلا ىدم ةين دبلا ةطشنألا يف ةكراشملا نع ةيلوؤسمل لمحتو ةضاي رلا



؟ ةيندبلا ةفاقثلا يه ام

ةيفطاعلا اكتكراشم نمضتي يذلو ، ةلمكأب صخشلا رظن ةهجو نم طاشنلا ىلإ ةيندبلا ةفاقثلا رظنت
لكراشتو ركفتو فرصتت فيك - يندبلا طاشنلا يف ةيلقعل او ةيدسجل او

ةفرعمو ، ةيرحب لكرحتلا يف ةقثلا او ، ةكراجلاب عاتمتسالاب ةيندبلا ةفاقثلا ةفرعم ريوطت قلعتي
ىدم ةديرف ةي صخش ةلحر امنإ . ةيندبلا ةطشنأل يف عادبال او ، لكرحتن نأ بجي اذاملو لكرحتلا ةيفيك
مهمل او له لمشأ لكشب صخشك كمذقت نأل نيرخالاب لكسفن ةنراقم ىلإ جاتحت ال . ةايحلا

نوديري ام وأ مهتردق ىدم وأ ، أرابك وأ أراغص اوناك اذإ امع رظنلا ضغب - عيمجلا ةيندبلا ةفاقثلا لمشت
لكتانكلم! قيقحتب قلعتي ملك رمأل . مويقحت

؟ ةيندبلا ةفاقثلا نم ديفتسي نم

يندبلا طاشنلا رايخا ىلع سانلا زيفحت وه امنم فدهلاو . عيمجلل ةيندبلا ةفاقثلا قيقحتل اءعون نم ةديرف ةلحر يف دارفأك ريذقتو بيحرت عضوم عيمجلا . ةايحلا ىدم ةيندبلا ةءافكلا او ةقثلا او عفادلا سرغ ىلإ ةيندبلا ةفاقثلا فدهت . ةيندبلا ةفاقثلا ماع لكشب ةيهافرلا او ءحصلا زيزعت لالخن نم يندبلا طاشنلا براجت مهفو ةفرعملا او

يلي ام أي ندب فقثملا صخشلا تامس لمشت

- يندبلا طاشنلا يف ءكراشملا يف ءبغرلا
- أي ندب طشن ءايح ظمن ىلع ريثاألاو طيظختلل سفنلاب ةقثلا كالم
- ةفلتخملا ةيندبلا ةطشنأل يف ءكراشملا دنع ةقثلاب ءتمتلا
- ةفلتخملا ةيندبلا ةطشنأل يف ءيلاعفو ةءافكب كرحتلا
- ةيندبلا ةطشنأل افلتخم يف نيرخالأ عمو لقتسم لكشب لمعلا
- ةفلتخملا ةيندبلا ةطشنأل يف اهتايناكمو ءكرحلا تاجايتحاب يعو دوجو
- ةفلتخملا ةيندبلا ةطشنأل يف اءال نيسحت ءيفيك ءفرعم
- ناسنإل ءمالس نم نسحي نأ يندبلا طاشنلل نكمي فيك ءفرعم





IPLA لوح

ةفاقثلا زيزعت -ةيندبلا ةفاقثلل يلودلا داحتالا
ملاعلا ءاحنأ عيمج يف ةيندبلا

وه (IPLA) ةيندبلا ةفاقثلل يلودلا داحتالا
تامظنملا معدتو عجشت ةلجسم ةيربخ ةسسؤم
دارفالا مادلل ةيندبلا ةفاقثلا زيزعتل
يدم ينديبلا طاشنلا رايتخا نم مهن يكمتو
ءارالا لدابتل يدتنم ريفوت وه انفده .ةايحلا
اهمعدو اهعيجشتل ةيندبلا ةفاقثلا لوح
ةيندبلا ةفاقثلا بن اوج عيمج يف
يملاع عمدتجم قيسنتب موقن

يلودلا داحتالا ةمهم ةيندبلا ةفاقثلل

ن اكم لك يف عيمجلا نيكمت
عزجك ينديبلا طاشنلا ناضتحو مهفل
ةياعر لالخ نم ةايحلا نم أزجت ي ال
ةفاقث يف ني مزلتلملا نيكراشملا
ةيندبلا ةفاقثلا زيزعتو ردقت

ةيندبلا ةفاقثلا ءارو ةصقلا

ىقيسىوملا لثم تاردقلا ريوطتب ةفاقثلا قلعتت
ةيندبلا ةفاقثلا .كلذ ريغو تايضايرلاو بدأل او
زي زعت ىلإ فدهت يهف ، ةفسلفلا سفن نم يتأت
م هفلاو ةفرعملاو ةيندبلا ةءافكلاو ةقثلاو عفادلا
تاونسلا لالخ ةكرحلا صرف ةدايز لوح رودي كلذو
ةعونتم تائيب يف ةربخلا عيسوتو ، ىلوالا
صرفلا ريفوتو يسردملا ميلعتلا لالخ نم
ةيندبلا ةطشنأل يف ظارخنال ةايحلا لاوط
ردقلا هيدل صخش لك نأ يه انتي صرف
ربع مهتلح ري ف مدقتلا كلذب مايقلا ىلع
ةيندبلا ةفاقثلا .



حلطصملا اذه يتأي نيأ نم

ةيبرتل لثم راكفأ فصول ماع ةئام نم رثكأ نذم ةيندبلا ةفاقثلا حلطصم مدختسي
ةكرحلا تادرفمو ةيندبلا ةحصل او ةايحلا ةيعون نيسحتل ةيندبلا

حبصأ . باصعأل ملعو دسجلاو ةكرحلا ملع يف ةديج ثاحبال ةجيتن هريوطت مت ، مويلاو
زي زعتو ، أي ندب أطاشن نوسرامني نذل صاخشأل ةلماشلا ةيمنتلاب قلعتي رمأل
سانلا ةايح ةيعون نيسحتو ةكراشملا

نأ ويندبلا طاشنلا يف ةيباجي! براجت سانلا ىدل نوكي نأ ةيمهأ ىلع عجشن نحن
براجت نومدقي امنيبو ، هعون نم ديرف صخش لك . انتايح لاوط براجتلا هذو لصاون
ألماش ويندب طاشن لك نوكي نأ بجي ، ةطشنأل ةديرف



كراش

سانلا عم لمعت تنك اذا. ةيندبلا ةردقلا و ةيفلخلا و ارمعلا نع رظنلا ضغب - عيمجلل ةيندبلا ةفاقثلا ةفاقثلا نإف ،يندبلا طاشنلا موهفم يف ةيلومش رثكأ ةقيرطى لع مهعيجشتو مهادلإ ةصرفلا كل تحيت أو كبس انت ةيندبلا

للمشت ةيندبلا ةفاقثلا زيزعت يف دعاست نأ نكمي يتلا تاوومجلا

- راغصلا لافطألل ةياعرلا يمدقم و ءابأل
- نيبردملا و نيمل عملا
- نينسملل ةياعرلا و مدقم
- نيي بطل هبشو نيي بطل نيي نهملا
- ةيمي دالكأل تاسسؤملا
- تاسايسلا عانص / ةيحلحما و ةيزكمرلا ةموكحل
- ةيحصلا و ةيندبلا ةقايلا و ةيضايرلا تامظنلا

يدم يندبلا طاشنلا يف ةكراشملل ةيحصلا تايكولسل او فقاوملا زيزعتب قلعتي ةيندبلا ةفاقثلا عم لمعلا أعم اننكمي ،كلذى لىل امو لقنلا و هيفرتلا و ةياعرلا و ةحصلا و ميلعتلا تالاجم يف ءالمزلا عم لمعلا اب . ةايحلا مهعيجشت لالخنم دارفألا معد انعطتسا اذا . ةيحصلا ةيهافرلا زيزعتو يندبلا طاشنلل قسنم جهن ءاشنلا يملعلا عمدتجملا ةيهافرو ةحص يف مهاسن اننإف ،يندبلا طاشنلا ناضتحا لىلع

www. لىلع انب لصتا ؟ ةيندبلا ةفاقثلا ةاعد نم حبصتو ةيندبلا ةفاقثلل يلودلا داحتالا عم لمعت ال مل تامول عملا نم ديزمل . كلذى قيقحتل أعم لمعلا اننكمي فيك ةشقانمل physical-literacy.org.uk/contact-us ةرايزب مق ةيندبلا ةفاقثلا و ةيندبلا ةفاقثلل يلودلا داحتالا لوح ww.physical-literacy.org.uk



IPLA
INTERNATIONAL PHYSICAL
LITERACY ASSOCIATION

قكراشمب



PE SCHOLAR
www.pescholar.com

Translated by Qatar Olympic and Sports Museum