

موضوع تعبير بالانجليزي عن الرياضه، فالرياضة هي من أهم الأمور التي ينبغي عل المرء أن يحافظ عليها، وذلك لما لها أثر كبير في حفظ صحته من كل سوء وشر، وسنرفق لكم من خلال هذا المقال موضوعًا يتحدّث عن الرياضة وأهميتها مترجمًا باللغة الإنجليزية، إليكم هذا الموضوع

## مقدمة موضوع تعبير بالانجليزي عن الرياضه

إنّ الرياضة هي من أهم الأمور التي ينبغي على المرء أن يحافظ عليها، فينبغي أن تكون أسلوب حياة يعيشه الإنسان، وليس الرياضة محصورة بمكانٍ أو حركاتٍ معيَّنة، فيمكننا ممارسة الرياضة في أي مكان، وكذلك يمكننا ممارسة أي نوع من أنواع الرياضة.

Sports are one of the most important things that a person should maintain. It should be a lifestyle that a person lives, and sports should not be limited to a specific place or movements. We can practice sports anywhere, and we can also practice any type of sports.

## موضوع تعبير بالانجليزي عن الرياضه

فعندما يعلم المرء ما للرياضة من فوائد وأهمية يستحيل أن يمضي يومه دون أن يجري بعض التمارين أو الحركات الرياضية، وذلك لما للرياضة من أثر كبير في كلّ من صحّة الإنسان الحسدية والنفسية

When a person knows the benefits and importance of sports, it is impossible to spend his day without performing some exercises or sports movements, because sports have a great impact on both a person's physical and psychological health.

## الرياضة دواء الروح

فعندما يمارس الإنسان الرياضة يشعر براحة نفسية لم يكن يشعر بها سابقًا أبدًا، فمهما كان يشعر بالضيق والألم فإنّه بمجرد أن يلعب الرياضة فإنّه سيتخلّص من كل الضغوطات التي يحياها، كما تحفّز الرياضة عقل الإنسان ليجد الحلول لمشاكله من جديد

When a person practices sports, he feels a psychological comfort that he had never felt before. No matter how upset and painful he feels, once he plays sports, he will get rid of all the pressures in his life. Sports also stimulate a person's mind to find solutions to his problems again.

## الرياضة وقود للجسم

كما أنّ الرياضة تمدّ الجسم بالطاقة والحيوية، فيشعر الإنسان بأنّ النشاط قد عاد إليه من جديد، ويبتعد عنه الخمول والتعب، فيصبح قادرًا على الإنتاج والعمل، كما يشعر بخفّة في الحركة لا يشعرها إن لم يكن رياضيًا

Sports also provide the body with energy and vitality, so the person feels that activity has returned to him again, and lethargy and fatigue go away from him, so he becomes able to produce and work, and he also feels a lightness in movement that he would not feel if he were not an athlete.

## الرياضة ساحة للمنافسة

كما يمكن اتّخاذ الرياضة إذا ما أصبحت ديدن المرء كوسيلة للمنافسة والعمل، فقد يحترف البعض أحد أنواع الرياضات ثم يبارز المتقدمين في مثلها، وبذا ينمكّن المرء من المنافسة وتحديد المستوى مع الاستمتاع بالتجربة.

It is also possible to adopt sports if it becomes one's habit as a means of competition and work. Some people may become professional in one of the types of sports and then compete against applicants in similar sports, thus enabling one to compete and determine the level while enjoying the experience.

## خاتمة موضوع تعبير بالانجليزي عن الرياضة

هكذا نجد أنّ الرياضة هي كنزٌ ثمين ينبغي على المرء أن يحافظ عليها قدر المستطاع، وذلك لما فيها من فائدة في حفظ جسد الإنسان ونفسه وعقله، ولما لها من دور مهم جدًّا في التنفّيث عمّا يجول داخل الصدر من ألم.

Thus, we find that exercise is a precious treasure that one should preserve as much as possible, because of its benefit in preserving a person's body, soul, and mind, and because of its very important role in relieving the pain that is going on inside the chest.