

La contribution du football et de l'athlétisme aux jeunes.



Un sport très connu et adorable aux hommes et aux femmes c' est le football, parce qu' il a beaucoup d' avantages.

Ένα άθλημα πολύ γνωστό και αγαπητό στους άνδρες και στις γυναίκες είναι το ποδόσφαιρο, διότι έχει πολλά προτερήματα.

Tout d' abord, il nous aide à avoir une force musculaire et saine, des os très durs, grâce aux bénéfices de son entraînement.

Καταρχάς, μας βοηθά να έχουμε ένα δυνατό και υγιές μυϊκό σύστημα καθώς και οστά πολύ δυνατά χάρης στα ευεργετήματα της προπόνησής του.

Ensuite, des shoots puissants, des dribbles rendent le corps humain beaucoup plus souple. La course et la vitesse améliorent l' état physique de l' être.

Στη συνέχεια, τα δυνατά σουτ, οι ντρίπλες κάνουν το ανθρώπινο σώμα πολύ πιο ευλύγιστο. Το τρέξιμο και η ταχύτητα βελτιώνουν τη φυσική κατάσταση του ανθρώπου.



Puis, en participant aux sports, on développe ses capacités corporelles, on s'entraîne, on se fait de nouveaux amis, on s'amuse, on devient membre d'une équipe, on apprend à collaborer avec ses co athlètes, on s'autoévalue, on devient plus responsable. On apprend à se respecter soi même et son adversaire.

Έπειτα, συμμετέχοντας στα αθλήματα, βελτιώνουμε τις σωματικές μας ικανότητες, προπονούμεθα, κάνουμε καινούριους φίλους, διασκεδάζουμε, γινόμαστε μέλος μιας ομάδας, μαθαίνουμε να συνεργαζόμαστε με τους συναθλητές μας, αυτοαξιολογούμεθα, γινόμαστε πιο υπεύθυνοι. Μαθαίνουμε να σεβόμαστε τον εαυτό μας και τον αντίπαλο.

Enfin, poussez les jeunes à s'occuper de l'athlétisme, pour améliorer leur train de vie.

Τέλος, ωθήστε τους νέους να ασχοληθούν με τον αθλητισμό για να βελτιώσουν τον τρόπο ζωής τους.

Γεωργίου Σπύρος Β3΄

Λειβιδιώτης Δημήτρης Β3΄



SITOGRAFIE:

<https://nestorasfc.gr/pia-ine-ta-ofeli-tou-podosferou-sta-pedia/>

<https://www.politeianet.gr/books/9786185316778-thomakos-pierros-sportbook-sugchroni-proseggisi-gia-ti-beltiosi-tis-fusikis-katastasis-sto-podosfairo-321419>

<https://www.sportcyclades.gr/roi-eidiseon-sportcyclades/item/41227-ti-prosferei-o-athlismos-sta-paidia-kai-tous-neous.html>

<https://el.clipartsfree.de/clipart-bilder-galerie/bilder-zum-ausmalen/fussball-bilder-zum-ausmalen-5288.html>