

LÖSEV

*incileri...*

# FİZİKSEL AKTİVİTE NE DEMEK?

Fiziksel aktivite enerji kullanarak vücut hareketlerini anlatmak için kullanılan bir terimdir.



# FİZİKSEL AKTİVİTE NEDEN ÖNEMLİ?

Düzenli fiziksel aktivite; sağlıklı kilo, dayanıklılık, güç ve esnekliğin artmasına yardımcı olur



# NELER FİZİKSEL AKTİVİTEDİR?



# BU HANGİ SPOR DALIDIR?



# BU HANGİ SPOR DALIDIR?



# BU HANGİ SPOR DALIDIR?



# BU HANGİ SPOR DALIDIR?





# BU HANGİ SPOR DALIDIR?



# BU HANGİ SPOR DALIDIR?



# BU HANGİ SPOR DALIDIR?



# SPOR YAPTIĞIMIZDA

- Daha güçlü oluruz.
- Daha sağlıklı oluruz.
- Daha hızlı düşünürüz.
- Daha başarılı oluruz.
- Arkadaşlarımızla iletişimimiz artar.
- Yeni kişiler ve yerler görürüz.





**KATILIMINIZ İÇİN TEŞEKKÜR EDERİZ**