

# محو الأمية الجسدية:

## السر لحياة صحية ونشطة

محو الأمية الجسدية هو تطوير الأطفال للمهارات الحركية الأساسية (على سبيل المثال، التوازن، والجري، والقفز)، والثقة في الحركة، وحب النشاط.

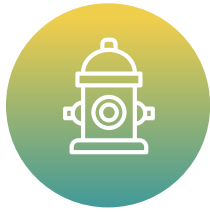
يعد محو الأمية الجسدية أساس جميع النشاطات الجسدية، والرياضة، واللعب النشط...



...وهو أيضًا أساسي للحياة اليومية خلال مرحلة النضوج!



حيث يتوازن النجارون  
على القضبان الخشبية  
ويضربون بالمطارق



ويتسلق رجال  
المطافئ السلام  
ويشدون الخراطيم



وترفع الممرضات  
المرضى وتحركهم



ويتعين على جميع  
الأشخاص حمل البقالة



ويتطلب المشي على  
الأرصفة المتجمدة توازنًا

The opinions and interpretations in this publication are those of the author and do not necessarily reflect those of the Government of Canada.