

هل تعلم



اليوغا... نوع من التدريب التأملي أخذ في الإنتشار، ظهر في الهند قبل خمسة آلاف سنة. اليوغا تحسن صحة القلب وتنشط العضلات وتزيد المرونة وتجلب الهدوء والسكينة. إنها نوع من الممارسة التأملية تحدد من القلق وتذكي الذهن. لتتعلم المزيد عن اليوغا، يمكنك الإستعانة بطريقة البحث العلمي التي تعد الطريقة المثلى للوصول إلى المعلومات والبحث عن المزيد. إن المجلس الأعلى للتعليم يولي جل اهتمامه حالياً في نشر ثقافة البحث العلمي والإستكشاف لتحفيز الطلاب على البحث عن صحة المعلومات التي يتلقونها وليكتشفوا المزيد مما لا يعلمون. لمزيد من المعلومات حول البحث العلمي راجع موقع المجلس الأعلى للتعليم:

<http://www.english.education.gov.qa/content/general/detail/5806>