

# 50 COSAS QUE LOS PADRES DEBERIAN SABER DE SUS HIJOS DE LAS VENTAJAS DE HACER DEPORTE

1. AUMENTA CONFIANZA
2. CREA AMISTADES
3. CREA CARÁCTER
4. MEJORA AUTOESTIMA
5. MEJORA LA MEMORIA
6. REDUCE LA OBESIDAD
7. DESARROLLA LA RESILIENCIA
8. ENSEÑA A RESPETAR
9. MEJORA EL HUMOR
10. DESARROLLA LA CREATIVIDAD
11. REDUCE LA ANSIEDAD
12. REDUCE EL ESTRÉS
13. REDUCE LA DEPRESIÓN
14. DA LECCIONES PARA LA VIDA
15. PROMUEVE EL JUEGO LIMPIO
16. MEJORA LA IMAGEN CORPORAL
17. REFUERZA LA CAPACIDAD CEREBRAL
18. DESARROLLA EL FOCO DE ATENCIÓN
19. MEJORA EL RENDIMIENTO ACADÉMICO
20. PROMUEVE LAS INTERACCIONES SOCIALES
21. ENSEÑA LAS LECCIONES DE LA VIDA
22. DESARROLLA EL FUNCIONAMIENTO CON EL CEREBRO
23. MEJORA EL SUEÑO
24. MEJORA LA TOMA DE DECISIONES
25. DESARROLLA LA AUTONOMÍA



1. FORTALECE LOS HUESOS
2. FORTALECE LAS ARTICULACIONES
3. AYUDA A CONTROLAR EL PESO
4. MEJORA LOS NIVELES DE ENERGÍA
5. MEJORA LA ATENCIÓN
6. MEJORA LA CALIDAD DE VIDA
7. ENSEÑA LOS VALORES
8. MEJORA LA FUNCIÓN COGNITIVA
9. MEJORA LA POSTURA
10. DESARROLLA LA FUERZA
11. MEJORA EL FLUJO SANGUÍNEO
12. ENSEÑA A TRABAJAR EN EQUIPO
13. MEJORA EL APRENDIZAJE
14. REDUCE LA FATIGA
15. MEJORA LA RESPIRACIÓN
16. AYUDA APRENDER FALLOS
17. MEJORA LOS REFLEJOS
18. AYUDA A DESARROLLAR HABILIDADES DE AFRONTAMIENTO
19. AYUDA ALCANZAR LAS METAS
20. MEJORA EL SISTEMA INMUNOLÓGICO
21. ENSEÑA SOBRE LA VICTORIA
22. ENSEÑA SOBRE LA DERROTA
23. AYUDA A EXPERIMENTAR EL ÉXITO
24. SE DIVIERTEN
25. SI ES UN DEPORTE EN COLECTIVO SE APRENDE A COMPARTIR