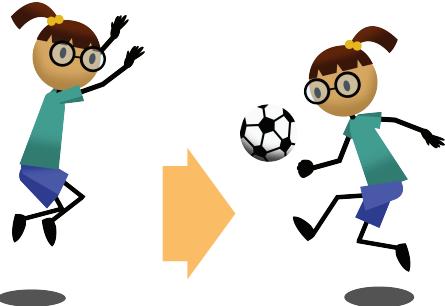


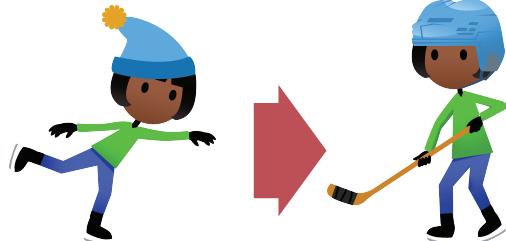
# बहु-खेल दृष्टिकोण

## विभिन्न खेल एक दूसरे की कैसे मदद करते हैं

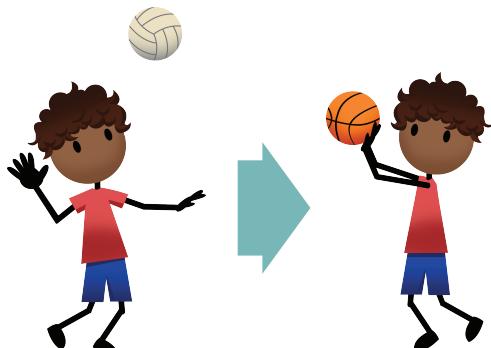
क्या टेनिस आपके बच्चे को बेसबॉल खेलने में मदद कर सकता है? क्या फिगर स्केटिंग उन्हें हाँकी में बेहतर बनाएगी? क्या जिमनास्टिक अन्य खेलों के लिए अच्छा है?



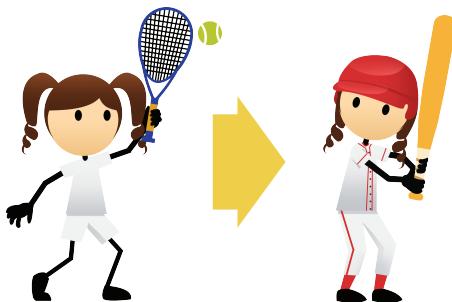
एथलेटिक्स सॉकर खिलाड़ियों को दौड़ने और बेहतर कूदने में मदद करता है।



फिगर स्केटिंग हाँकी खिलाड़ियों को बेहतर स्केट करने में मदद करता है।



वॉलीबॉल बास्केटबॉल खिलाड़ियों को गेंद को बेहतर ढंग से कूदने, पकड़ने और ट्रैक करने में मदद करता है।



टेनिस बेसबॉल और सॉफ्टबॉल खिलाड़ियों को बेहतर स्ट्राइक करने में मदद करता है।



नृत्य, जिम्प्रास्टिक और तैराकी सभी एथलीटों को चुस्त, संतुलित, समन्वित, मजबूत और लचीला होने में मदद करती है।



अधिकांश खेल और शारीरिक गतिविधियों के लिए, बच्चों को बहुत जल्दी विशेषज्ञता से बचना चाहिए। वास्तव में, उन्हें अपनी किशोरावस्था से पहले जितना संभव हो उतने अलग-अलग खेल और गतिविधियों का प्रयास करना चाहिए। इस बहु-खेल दृष्टिकोण के माध्यम से, वे जीवन के लिए बेहतर शारीरिक साक्षरता और पुष्टता विकसित करते हैं।