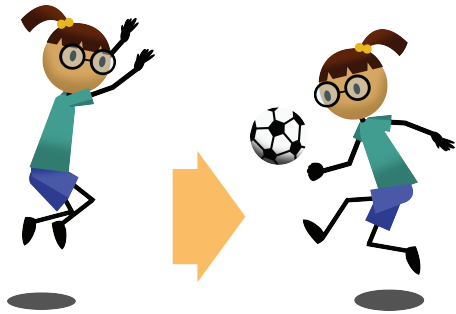


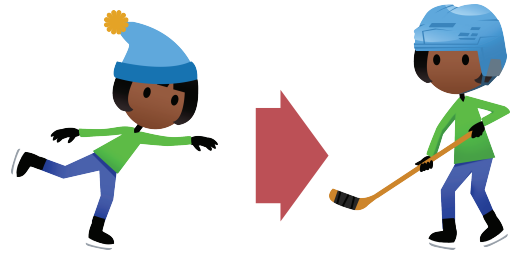
El acercamiento multideporte:

Como diferentes deportes se ayudan entre sí

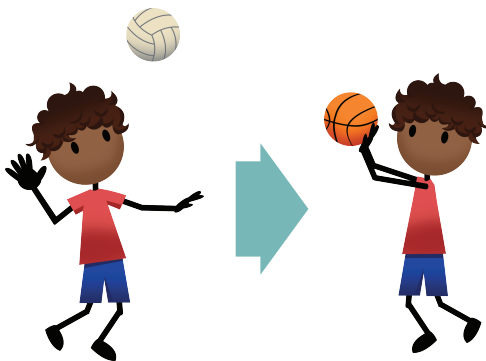
¿Puede el tenis ayudar a que tu hijo juegue béisbol? ¿El patinaje artístico los puede hacer mejores jugadores de hockey? ¿La gimnasia es buena para otros deportes?



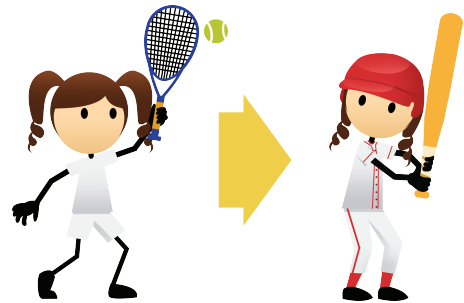
El atletismo ayuda a los jugadores de fútbol a correr y saltar mejor.



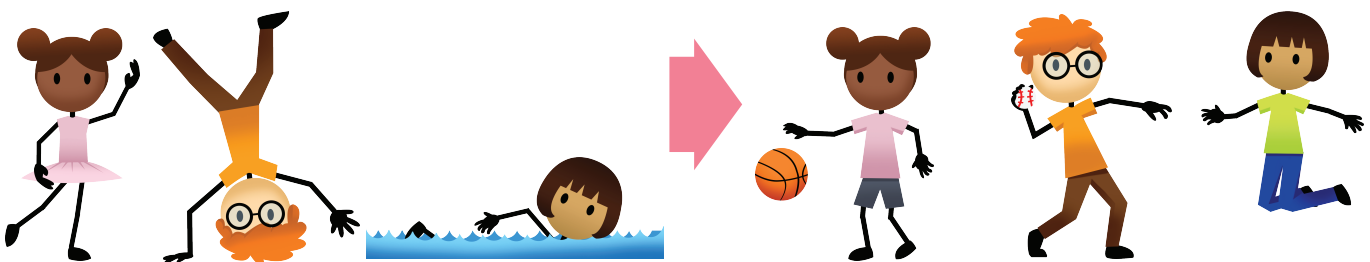
El patinaje artístico ayuda a los jugadores de hockey a patinar mejor.



El vóleybol ayuda a los jugadores de basquetbol a saltar, cazar y seguir mejor el trayecto de la pelota.



El tenis ayuda a los jugadores de béisbol y de sóftbol a batear mejor.



La danza, gimnasia y natación ayudan a todos los atletas a ser más ágiles, tener más balance, ser más coordinados, fuertes y flexibles.

Para la mayoría de los deportes y actividades físicas los niños deben de evitar especializarse desde edades muy tempranas. De hecho, deben de intentar practicar tantos deportes y actividades diferentes como sea posible antes de la adolescencia. A través del acercamiento multideporte, los niños desarrollan una mejor alfabetización física y capacidades atléticas de por vida.