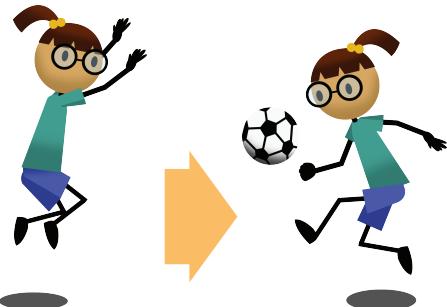


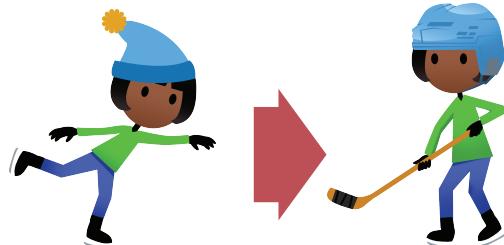
Cách tiếp cận đa môn thể thao

Chơi các môn thể thao khác nhau sẽ có lợi cho nhau như thế nào

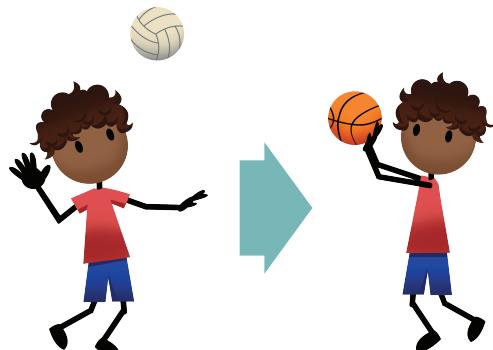
Chơi quần vợt có thể giúp con bạn chơi bóng chày không? Trượt băng nghệ thuật có giúp trẻ chơi khúc côn cầu hay hơn không? Tập thể dục dụng cụ có tốt cho các môn thể thao khác không?



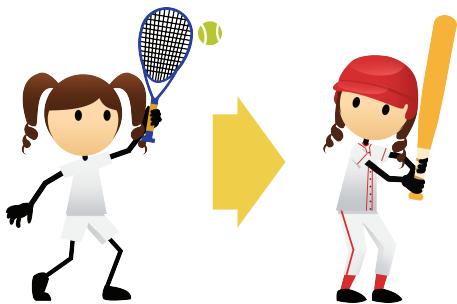
Điền kinh giúp các cầu thủ đá bóng chạy và nhảy tốt hơn.



Trượt băng nghệ thuật giúp các vận động viên khúc côn cầu trượt băng giỏi hơn.



Chơi bóng chuyền giúp người chơi bóng rổ nhảy, bắt và theo dõi bóng tốt hơn.



Chơi quần vợt giúp người chơi bóng chày và bóng mềm đánh mạnh hơn.



Khiêu vũ, thể dục dụng cụ và bơi lội giúp tất cả các vận động viên nhanh nhẹn, phối hợp nhịp nhàng, khỏe khoắn và linh hoạt.

Đối với hầu hết các hoạt động và thể thao, trẻ em nên tránh chuyên môn hóa quá sớm. Trên thực tế, trẻ em nên thử càng nhiều môn thể thao và hoạt động khác nhau càng tốt trước tuổi thiếu niên. Thông qua cách tiếp cận đa môn thể thao này, trẻ em phát triển khả năng đọc viết và thể thao suốt đời.