Professor, 20 razões para a escola dar ênfase ao esporte

01. Ensina lições de vida aos alunos
02. Reduz a ansiedade e o estresse
03. Melhora a confiança e autoestima
04. Reduz a obesidade
05. Melhora o sono
06. Melhora as habilidades cognitivas
07. Constrói resistência
08. Ensina valores aos alunos
09. Desenvolve resiliência
10. Aumenta a aptidão cardiovascular
11. Ensina sobre respeito
12. Desenvolve controle emocional
13. Constrói força
14. Ajuda os alunos a lidar com as derrotas
15. Melhora as habilidades de comunicação
16. Melhora habilidades para resolver problemas
17. Reduz a tensão
18. Estimula o crescimento de células do cérebro
19. Desenvolve o sistema imunológico
20. Reduz a depressão

impulsiona educação esportiva
www.impulsiona.org.br
REALIZAÇÃO instituto península
APOIO UNDIME União Nacional dos Dirigentes Municipais de Educação
consed Conselho Nacional de Secretários de Educação