

Αθλητισμός, οφέλη για τους νέους

Ο αθλητισμός προσφέρει αρκετά θετικά αλλά υπάρχουν και αρνητικά τα οποία αποτρέπουν πολλά παιδιά από το να αθληθούνε.

Από τον αθλητισμό θα κερδίσει ένα γερό και δυνατό σώμα που θα τον βοηθήσει στην διάρκεια της ζωής του. Κατά τη διάρκεια της γύμνασής του μπορεί να γνωρίσει φίλους και να κοινωνικοποιηθεί. Κυρίως οι νέοι συνηθίζουν να διασκεδάζουν και να παίζουν καθώς ταυτόχρονα αθλούνται κάνοντας την άθληση διασκεδαστική.

Επίσης από τον αθλητισμό ένα νέο παιδί μπορεί να ασκηθεί στο να έχει π.χ. υπομονή, κουράγιο, τόλμη, επιμονή κλπ. Ο αθλητισμός μπορεί να βάλει έναν νέο σε έναν αγώνα για την επιτυχία ή το στόχο του από τον οποίο αγώνα θα γνωρίσει πολλά πράγματα όπως το να αποτυγχάνει μια φορά ή να πειθαρχεί στους τρόπους του.

Καλό είναι αν κάποιο παιδί δεν ενδιαφέρεται να αθληθεί οι γονείς του να το παροτρύνουν να γυμναστεί ή να συμμετέχει σε μια αθλητική ομάδα. Μέσα από τον αθλητισμό θα βελτιωθεί ψυχολογικά, σωματικά και θα αναπτύξει πολλές ικανότητες.

