

¿SABÍAS QUÉ?



¿Sabías que la actividad física en la población escolar no solo mejora la salud física (como reducir la grasa corporal y la presión sanguínea), sino que también tiene efectos positivos sobre la concentración, la memoria, el comportamiento en clase y, según algunos datos, sugiere un incremento relativo del rendimiento académico? Esto subraya la contribución integral que la Educación Física puede aportar al desarrollo de los estudiantes.

Referencia:

López Pastor, V. M., Pérez Brunicardi, D., Manrique Arribas, J. C., & Monjas Aguado, R. (2016). Los retos de la Educación Física en el Siglo XXI. RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación, (29), 182–187.