

# La práctica de los deportes de equipo mejora el rendimiento académico de los niños

<http://www.20minutos.es/noticia/1429599/0/practicar-deporte-equipo/mejora-rendimiento-academico/ninos/>

- El deporte potencia las capacidades cognitivas hasta un 25%.
- El 37% de niños que empiezan a hacer deporte obtienen mejores notas.
- Además, mejora la función cardiaca y aumentan los niveles de endorfinas.

La practica del deporte no solo redunda en beneficio de nuestro organismo. En el caso de los niños, hacer deporte –especialmente deportes de equipo– **contribuye a mejorar su rendimiento académico** y a que saquen mejores notas.

El deporte contribuye a potenciar la conexión entre neuronas del niñoUna investigación de la [Universidad de Vrije](#) (Holanda) concluye que el deporte contribuye a potenciar las capacidades cognitivas, **mejorando la función cardiaca y aumentando los niveles de endorfinas** y la conexión entre neuronas lo cual repercute positivamente en la actividad académica.

Un segundo estudio, desarrollado por el Observatorio de Estudios del Comportamiento de [Esade](#) y Danone, concluyó que el 37% de los niños que han empezado a practicar un deporte **han obtenido mejores notas que el resto**. Además, estos niños hacen más deberes y mejoraron sus resultados académicos del 17,80 al 37,03%.

En esta misma línea, el Instituto Universitario de Ciencias de la Actividad Física, de la [Universidad Católica de Valencia](#), argumenta que la práctica del deporte aumenta el rendimiento cognitivo **hasta un 25%**.

## Deporte en equipo, pero tutelado

El pedagogo Pedro Marcet, director pedagógico de la Fundación Marcet, repasa los muchos **valores de los deportes de equipo por encima del rendimiento físico**: "En el deporte los valores que más trabajamos son el esfuerzo, la disciplina, el sacrificio, el espíritu de superación, el compañerismo, enseñamos a ser generoso y respetuoso, además en los deportes de equipo se desarrolla la sinceridad y la humildad, se ayuda a reconocer los errores".

En los deportes de equipo se desarrolla la sinceridad y la humildadEstos valores, que en este caso concreto inculca la práctica del deporte rey, tienen una **influencia notable en la mejora del rendimiento académico**, ya que al final se aplica en todas las áreas de la vida, entre ellas los estudio.

Por la Fundación Marcet pasan **en un año más de 10.000 jugadores**, y lo que observan es que las notas de estos niños son cada vez mejores.

No obstante, Marcet advierte que el **deporte sin control no consigue estos resultados** en la infancia, ya que "un niño sin formador que le oriente lo que va a hacer es jugar al fútbol en la calle, dejando a un lado sus obligaciones educativas".