



Futebol

O futebol é uma linguagem universal de milhões de crianças no mundo. O jogo não é um privilégio, mas um direito fundamental das crianças, de acordo com a Convenção dos Direitos da Criança. O futebol desempenha um importante papel na preservação desse direito infantil. É uma linguagem universal de milhões de pessoas em todo o mundo, inclusive de crianças e adolescentes, independentemente de onde sejam, o idioma que falem, ou a religião que sigam.

O denominador comum é a bola, com a qual os meninos brincam numa quadra, no campo, nas ruas, em acampamentos, estacionamentos, inclusive em locais abandonados. O futebol é o esporte mais popular do mundo. Em muitos lugares do mundo, especialmente na América do Sul e Europa, o futebol é muito mais que um jogo. É um estilo de vida. Cada vez mais meninos se inscrevem em escolas de futebol, seduzidos em converterem-se em uma grande estrela do futebol mundial. As meninas também estão conquistando espaços dentro desse esporte. Muitas delas talvez mirando em Marta, brasileira eleita mais uma vez a melhor do mundo. A dedicação é cada vez maior.

Benefícios

Na etapa de crescimento, as crianças desenvolvem condições ideais para treinar a habilidade. A partir dos 5 anos de idade, a maioria das crianças está preparada para dar seus primeiros passos no futebol. Adaptam-se aos movimentos e podem apresentar melhor coordenação. Bem controlado e com uma adequada preparação, este esporte pode contribuir com grandes benefícios:

- Aumentar a potência muscular das pernas. - Melhora a capacidade cardiovascular.
- Estimula a velocidade de reação, a coordenação motora, e a visão periférica.
- Contribui com aumento da densidade óssea femural.
- Aumenta a potência do salto.
- Aumento dos níveis de testosterona, o que fará com que se forme mais tecido muscular.
- Oxigena o sangue.
- Além disso, o futebol sociabiliza as crianças, e lhes insere no gratificante trabalho em equipe.