

親が子供にテニスを勧めるべき50の理由

自信を高める



友情を築く



人格を養育する

自尊心を高める

記憶力を高める



小児肥満を予防する



回復力を身に付ける

敬意を教える



気分を明るくする



創造力を豊かにする

不安を軽減する

ストレスを減らす



抑鬱状態を抑える

向上心を養う



フェアプレー精神を養う

身体像を改善する

知性を高める



集中力を身に付ける

学業成績を向上させる

社会的交流を促進する

人生の教訓を教える

脳の機能を改善する

睡眠の質を良くする



意思決定能力を上げる

自主性を高める



骨を強くする



関節を強化する

体重を管理する

体力をつける



集中力を高める

人生の質を高める

物事の価値を知る

認識能力を高める



姿勢を良くする



メンタルを強くする

血流を良くする



運動神経を活発にする

チームワークプレーを養う

知識を増やす

疲労を軽減する

心肺機能を高める



失敗から学ぶ



反射神経を良くする

目標達成を味わう



対処能力を上げる

免疫機能を強化する

勝ちを知る



負けを知る



成功を経験する

楽しめる

