

# DEPORTE

Actividad o ejercicio físico, sujeto a determinadas normas, en que se hace prueba, con o sin competición, de habilidad, destreza o fuerza física.

Está demostrado que practicar ejercicio de forma regular contribuye a mantener una buena salud y a prevenir enfermedades.

TE INVITO A QUE CONOZCAS LA HISTORIA DE TU DEPORTE FAVORITO O ALIMENTA TU CURIOSIDAD CON ALGUNO QUE PUEDA LLAMAR TU ATENCIÓN, O QUIZÁ NI HAYAS OÍDO HABLAR.

<https://historiadeldeporte.net/>

GRACIAS A ALGUNOS COMPAÑEROS QUE HICIERON SUS EXPOSICIONES EN CLASE, PUDIMOS TENER LA OPORTUNIDAD DE CONOCER MUCHOS DE ESTOS DATOS Y CURIOSIDADES...

*Alberto Pérez, Maestro de Educación Física*