

Los valores deportivos en la educación y su importancia según Logos International School

El deporte desempeña un papel crucial en el desarrollo físico y mental de niños y adolescentes. Además de promover la salud, la actividad deportiva fomenta valores como el esfuerzo, el respeto, el compañerismo y el trabajo en equipo. Por esta razón, resulta esencial incorporar el deporte en los procesos educativos, proporcionando a los jóvenes un entorno propicio para practicar la actividad física regular

Carlos Carretero, coordinador de Actividades en Logos International School, colegio puntero de Las Rozas de Madrid, destaca la relevancia de la educación deportiva en todas las etapas escolares y su impacto en el desarrollo integral de los estudiantes. Según él, "el deporte es un pilar fundamental en Logos, ya que no solo contribuye a mantener a los niños en buen estado de salud y a estimular su crecimiento físico y mental, sino que también promueve relaciones interpersonales saludables. Conviene introducir la práctica deportiva desde una edad temprana, inicialmente como un juego y luego perfeccionando las habilidades a lo largo de su trayectoria académica. Además de las horas de enseñanza convencionales, el colegio ofrece a sus alumnos oportunidades adicionales, como una tarde completa a la semana dedicada a una amplia gama de disciplinas deportivas".

Los expertos enfatizan los beneficios del ejercicio físico desde una edad temprana y que su integración en la rutina diaria puede ayudar a los jóvenes a mantenerlo como parte de su vida adulta; recomiendan que tanto a los niños como los adolescentes acumulen al menos sesenta minutos de actividad física diaria, involucrándose en deportes que disfruten y les motiven para que no lo perciban como una obligación.

Según Carlos, "para los niños, el deporte es ante todo una diversión y un juego. Sin embargo, a través de su práctica, los alumnos desarrollan valores como el esfuerzo, el trabajo en equipo y la solidaridad, además de mejorar sus habilidades físicas. Las familias también reconocen que el ejercicio regular puede prevenir problemas de salud en la edad adulta, como la obesidad y la osteoporosis, y ayudar a superar afecciones que los niños puedan experimentar, como el asma. Estar en forma se traduce en salud y equilibrio. De hecho, podríamos decir que, al inculcar el hábito de hacer ejercicio desde la infancia, se están evitando problemas en etapas posteriores de la vida, como por ejemplo en la adolescencia", comenta el coordinador.

En Logos International School, además de ofrecer educación física, se promueve el ejercicio a través de la provisión de equipamiento, más de 40.000 metros de instalaciones deportivas y una amplia oferta de actividades deportivas que incluyen tenis, pádel, natación, voleibol, fútbol, baloncesto, esgrima, judo, gimnasia rítmica, ballet, entre otras disciplinas.

"El deporte no solo contribuye al desarrollo de huesos y músculos y promueve una buena salud cardiovascular, sino que también tiene beneficios más profundos, como aumentar la confianza y la autoestima de los niños y adolescentes, ayudándoles a relacionarse mejor con los demás. En Logos, también enfatizamos estos valores vinculados al deporte y el compañerismo al participar en ligas

locales de fútbol, voleibol y baloncesto durante muchos años", concluye Carlos.

El Colegio Logos (Logos Nursery + Logos International School) es un colegio internacional y bilingüe, localizado en la zona noroeste de Madrid, que está posicionado entre los 4 mejores colegios de España, según el Ranking El Mundo 2022. Un colegio que se basa en la internacionalización, en la educación con valores, la innovación educativa y el espíritu deportivo.

Datos de contacto:

Logos International School

Logos International School

+34 91 630 34 94

Nota de prensa publicada en: [Las Rozas](#)

Categorías: [Nacional Educación](#) [Sociedad](#) [Psicología](#) [Bienestar](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>