

LA EDUCACIÓN FÍSICA DE CALIDAD DESDE PROPUESTA DE LA UNESCO PARA PROMOVER EL DESARROLLO INTEGRAL, COMO MODELO EDUCATIVO HOLÍSTICO Y EL PROCESO DE FORMACIÓN DEL DOCENTE

QUALITY PHYSICAL EDUCATION FROM UNESCO'S PROPOSAL TO PROMOTE INTEGRAL DEVELOPMENT, AS A HOLISTIC EDUCATIONAL MODEL AND THE TEACHER TRAINING PROCESS.

Autor

M.Sc Manuel Antonio Silva Suniaga
Universidad de Margarita, Venezuela
<https://orcid.org/0009-0009-4272-5783>
msilva.3944@unimar.edu.ve

Celia de Jesús Reyes Espinoza
Universidad de Margarita, Venezuela
creyes.6155@unimar.edu.ve

Recibido 06-2024 Publicado 07-2024

RESUMEN

El presente tema de investigación se deriva de la propuesta establecida por la UNESCO, relacionada con las políticas de Estado en materia educativa. Surge como producto de varios encuentros con organizaciones especializadas en el área de educación física, desde 1978 hasta el 2015, de los cuales emerge la necesidad de elevar la calidad de la Educación Física, desde este proyecto se destaca la importancia de esta área como parte esencial de la formación de los individuos, ya que contribuye al desarrollo integral, promover un estilo de vida activo y saludable. El objetivo del trabajo fue demostrar los beneficios que produce actualmente la EFC. Para el desarrollo del mismo fue necesario revisar documentos y manifiestos emanados de la UNESCO, así como de otras fuentes bibliográficas que sirvieron como referentes teóricos al trabajo. Se realizó una investigación documental. Se presentan los resultados producto de una interpretación de los documentos de la UNESCO, coherentes con la formación, actualización docente. Como conclusiones, la promoción de una visión integral de la Educación Física de Calidad, combinada con la educación holística para crear y mejorar estilos de vida y salud a temprana edad, desarrollar un proceso de formación desde un modelo educativo emancipador, del mismo modo se recomienda la actualización de los docentes que laboran en el área de educación física, siendo ellos los responsables de la formación integral de los estudiantes. Por último, generar en los docentes actitudes positivas hacia la investigación e innovación educativas en el área de educación física, como área disciplinar fundamental.

Palabras clave: Educación Holística; Educación Física de Calidad; Estilo de Vida Saludable.

Abstract

This research topic is derived from the proposal established by UNESCO, related to State policies in the field of education. It arises as a product of several meetings with organizations specialized in the area of physical education, from 1978 to 2015, from which the need to raise the quality of Physical Education emerges. From this project, the importance of this area is highlighted as an essential part of the training of individuals, since it contributes to integral development, promoting an active and healthy lifestyle. The objective of the work was to demonstrate the benefits that EFC currently produces. For its development, it was necessary to review documents and manifestos emanating from UNESCO, as well as other bibliographic sources that served as theoretical references to the work. Documentary research was carried out. The results are presented as a result of an interpretation of UNESCO documents, consistent with teacher training and updating. In conclusion, the promotion of a comprehensive vision of Quality Physical Education, combined with holistic education to create and improve lifestyles and health at an early age, develop a training process from an emancipatory educational model, and the updating of teachers who work in the area of physical education is recommended, as they are responsible for the comprehensive training of students. Finally, generate positive attitudes in teachers towards educational research and innovation in the area of physical education, as a fundamental disciplinary area.

Keywords: Holistic Education; Quality Physical Education; Healthy life style.

Introducción

Cuando requerimos trabajar sobre la educación, inmediatamente nos ubicamos en ese proceso de enseñanza – aprendizaje como elemento de formación del ser humano, donde confluyen muchas estrategias y elementos para que se pueda llevar a cabo. La base fundamental de este proceso de enseñanza es que los alumnos adquieran los conocimientos en base a los aprendizajes significativos, como elemento fundamental y necesario para que sea práctico y apropiado.

La presente investigación busca, desde la propuesta de la Unesco y apoyada con otras organizaciones, desarrollar mecanismos para mejorar el proceso educativo partiendo de los aportes que se puedan generar desde la Educación Física de Calidad (EFC) en los países aliados y no aliados de la ONU. Se promueve que a través de la EFC se aborde el cuerpo como componente integrador dentro de la evolución formativa, desde las diferentes capacidades que posee el ser humano,

entre las que se pueden mencionar: la armonía, la integridad y la estabilidad, en otras palabras, holísticamente, es decir, el cuerpo como un todo.

La educación necesita de cambios dinámicos donde se mejoren los procesos formativos en las diferentes áreas disciplinares que la conforman, desde la propuesta de la UNESCO, la EFC se pretende enseñar a vivir bien, equilibrado y de forma integral. La educación es una responsabilidad compartida y que cada quien debe aportar mediante estudios o investigaciones de carácter científicos en la formación integral de los educandos, se requiere de un nuevo paradigma educativo, unido al compromiso específico especialmente de la familia, luego la sociedad y junto con ella la cultura, quienes son los encargados de formar al individuo en un ambiente que le permita desarrollar sus capacidades, emocionales, mentales, físicas, entre otras.

La epistemología de la EFC desde la propuesta de la UNESCO, como proceso de formación para promover el desarrollo integral, es un tema relevante en el ámbito educativo. La UNESCO ha destacado la importancia de la educación física como parte esencial de la formación de los individuos, ya que contribuye al desarrollo integral de las personas, promover un estilo de vida activo y saludable.

Con la EFC se busca brindar a los estudiantes los conocimientos, habilidades y actitudes necesarias para desarrollar una vida saludable y activa. Esto significa no sólo realizar actividad física, sino también aprender sobre el cuerpo humano, la importancia de la actividad física para la salud, promover los valores sociales como el respeto, la cooperación, la inclusión, entre otros; que se generan

Se busca con esta investigación dejar atrás ese proceso tradicional de enseñanza, en el cual el docente de educación física, eduque y forme cuerpos, es decir, la enseñanza de esta área, debe mejorar las estrategias preestablecidas que con el tiempo han perdido espacios y perdiendo los objetivos de formación, es necesario salir de esta concepción y se enfoque en un desarrollo holístico, que se utilice alternativas donde a través del mismo cuerpo mediante la práctica y se utilice para generar aprendizajes entrelazados con el conocer y ser.

Desde este punto de vista se pretende con la EFC promover el cambio social permitiendo a hombres y mujeres alcanzar su equilibrio físico, mental y socioemocional, partiendo de la transversalidad que posee con las diferentes asignaturas y ciencias. Para lograr y fortalecer la enseñanza de la EFC debemos promover la emancipación de los estudiantes, sembrar en ellos la autonomía, cooperación activa en la comunidad y la cualidad para opinar y no permanecer en los modelos tradicionales de la educación, adopten un modelo más independiente con valores más fortalecidos, los cuales son fundamentales dentro de su formación general.

Con el presente ensayo, se busca promover una formación holística generada desde la EFC como nuevo paradigma educativo, la necesidad de la formación docente de educación física como responsables y administradores del área curricular y garantes de promover un estilo de vida saludable dentro de la sociedad, por último, las reflexiones que se genera de la investigación.

La EFC desde la propuesta de la UNESCO

Para construir el presente tema es necesario remontar la historia de esta área pedagógica y cómo ha evolucionado a través de los años en la formación del ser humano. La Educación Física (EF) presenta diferentes etapas históricas, las mismas van desde la prehistoria, donde el hombre se preparaba físicamente a través de la fuerza, velocidad agilidad y energía para la sobrevivencia y seguridad y sobre todo su exposición corporal para conseguir alimento, al extremo también de enfrentarse a sus similares para hacer respetar su territorio. Para la edad antigua, pasó a ser parte de las culturas de varias ciudades entre ellas: Grecia, Roma, Atenas, Esparta, entre otras. Preparaban al individuo físicamente para las tácticas militares, artes marciales y competencias deportivas, las combinaban con la moral y las costumbres, ambas fueron consideradas como parte de la formación del hombre.

En la edad media la EF vivió momentos duros, pues la iglesia se oponía a este tipo de actividades físicas y deportivas, sólo se permitía las actividades deportivas de uso militar, donde los hombres se preparan para los torneos y a la vez les servía

como preparación para el combate. En la Edad Moderna nace como área educativa al inicio del Siglo XIX (1811) en Suiza y Alemania, su creador fue Friedrich Ludwig Jahn (1778-1852), formó la primera escuela de gimnasia en Alemania. Se puede decir entonces que la EF surge de las acciones realizadas por el hombre que buscó perfeccionar desde épocas remotas para robustecer su cualidad física y con el pasar de los años se le ha dado el carácter educativo. Desde este momento los países han considerado incluir la EF en sus sistemas educativos.

En 1950 se crea el Consejo Internacional de Ciencias del Deporte y la Educación Física. (ICSSPE, sus siglas en inglés). Este organismo es de tipo académico de índole internacional, se encarga de asociar a las organizaciones que velan por el desarrollo de la EF en todos los ámbitos sociales. Se convoca en 1976 la 1era Conferencia Internacional de ministros y Altos funcionarios encargados de la Educación Física y el Deporte (MINEPS), la misma sirvió para el intercambio intelectual, técnico y de estrategias a nivel internacional para avanzar en el desarrollo de esta actividad como área educativa mundial. UNESCO, (2005a) A partir de ese momento comienzan los encuentros y reuniones con organismos e instituciones interesados en fomentar la EF en el sistema educativo propulsada por ICSSPE, la cual está conformada por los 18 Estados asociados a la Organización. UNESCO (2005b) posterior a esto se han desarrollado los siguientes manifiestos, tal como la establece López-D'Amico, R. (2019).

1978 – Carta Internacional de la Educación Física y el Deporte.

2003 – Declaratoria y Recomendaciones de UN Magglingen.

2005 – Reporte acerca de la Educación Física de Calidad.

2005 – Año Internacional del Deporte y la Educación Física.

2010 – Argumentos de la ICSSPE acerca de la Educación Física.

2010 – Indicadores Internacionales para el sistema de la Educación Física (ICSSPE).

2013 – V Conferencia Internacional de ministros y Representantes de Gobierno responsables de la Educación Física y Deporte (MINEPS V).

2013 – Declaración de Berlín.

2015–La Carta Internacional de la Educación Física, la actividad Física y el Deporte. UNESCO 2015.

2015 Educación Física de Calidad – Guía para los representantes políticos.

2015 Educación Física de Calidad – Guía para los representantes políticos – Metodología.

2015 Proyecto de Políticas para una EFC – Proyectos piloto.

Como se puede observar, desde el año 2005, surge la inquietud de la UNESCO por la Educación Física y Deporte (EFD) de calidad. Nace de la reunión de Porto Novo (Benín). Desde esa fecha y hasta el 2015 se han realizado innumerables reuniones, de los mismos surgieron elementos importantes para el proceso de activación y ejecución de la EF, surge entonces la Educación Física de Calidad (EFC) donde se requiere mejorar y adecuar ciertos aspectos como lo son: el ámbito social, la infraestructura, formación y profesionalización del docente de esta área, la sustentabilidad económica, la actualización e investigación como beneficio de la EFC. UNESCO (2015c)

Según las políticas señaladas por la UNESCO (2015b), las organizaciones e instituciones responsables de desarrollar las estrategias y métodos para fortalecer la EFC inclusiva se encuentran en un estado crítico debido al fracaso de diversas políticas relacionadas con este campo en los países seleccionados y responsables para la aplicabilidad de este importante proyecto educativo, Hardman y Marshall, (2009).

Se debe brindar más apoyo a la propuesta en todos sus aspectos y hacer más énfasis en la formación y capacitación de los profesores que se encargan de preparar a los estudiantes en esta área curricular en todas sus modalidades escolares, así como construir y mantener infraestructura y equipamiento de materiales que permitan la aplicabilidad del proyecto educativo. Urge la necesidad de impulsar los avances que se han realizado y los interesados en esta área los manejen con propiedad, con la intención de promover los progresos de la EFC en

el sistema educativo, que está impulsando la UNESCO, conjuntamente con las organizaciones especializadas y países aliados.

La Holística como nuevo enfoque educativo y su influencia en la EFC

Con base en la experiencia en el área de EF podemos indicar las oportunidades que ésta ofrece de manera conjunta y en sus diferentes dimensiones en la formación integral del ser humano. Por eso, esta área nos brinda la oportunidad de trabajar con las personas más allá de su simple cuerpo físico. Grasso, A. (2008:107).

La integración permanente de múltiples factores que constituyen una única entidad. Factores psíquico, físico, espiritual, motriz, afectivo, social e intelectual constituyentes de la entidad original, única, sorprendente y exclusiva que es el ser humano: Soy yo y todo aquello en lo que me corporizo, todo lo que me identifica.

La EF y la escuela requieren un enfoque único que excluye el acondicionamiento físico y las habilidades motoras rigurosas mientras se exploran otras técnicas y actividades. Este enfoque puede ser más adaptable a las realidades actuales al desviarse de las habilidades duras asociadas con la formación académico-curricular y centrarse en habilidades blandas como valores, actitud positiva, comportamiento expresivo y asertividad.

Con esto se declara la necesidad de transformar el paradigma educativo que deba incorporar una Educación Física que no sólo eduque a las personas sobre cómo vivir bien, sino que también cree un estilo de vida más armonioso y equilibrado. El objetivo es enseñar al individuo de manera integral con la dimensión del cuerpo físico como punto focal producto de un trabajo holístico.

La educación holística es el nuevo modelo educativo del siglo XXI Gluyas, Esparza, Romero, & Rubio, (2015). La Real Academia Española para el 2014 define la holística como: “doctrina que propugna la concepción de cada realidad como un todo distinto de la suma de las partes que lo componen” (s/p). Es una perspectiva multifacética que afirma que los sistemas físicos, biológicos, sociales, económicos,

mentales, lingüísticos, entre otros, deben considerarse como un todo y no como unidades aisladas.

“En el pasado siglo XX se puede marcar dos hitos históricos de la educación holística, uno es La Declaración de Chicago sobre Educación en 1990 y la Conferencia Internacional sobre Educación Holista, celebrada en Guadalajara desde 1993”. López, C. (2018: 2). El mismo autor manifiesta que “para el año 1990, Philip Snow Gang, convoca una reunión en Chicago para anunciar la educación holística, donde establece que la misma tiene visión integral que fortalecen las cualidades humanas perdurables y la justicia social”. De la reunión respaldaron un manifiesto de diez preceptos conocida como: “Educación 2000: una perspectiva holista”. Gallegos, (1999:25), la define:

La educación holista promueve la evolución de nuestra conciencia mediante la espiral dinámica, ya que de acuerdo a las actitudes y acciones que tenemos nos ubicamos en cierto nivel o meme de la espiral, y es trabajo de cada uno de nosotros evolucionar nuestra conciencia.

Posteriormente el mismo autor (2001:125), expresa:

Es una estrategia comprensiva para reestructurar la educación en todos sus aspectos: la naturaleza y el contenido del currículum, la función del maestro, los estudiantes y los administradores escolares, la manera como el proceso de aprender es enfocado, la estrategia para reestructurar completamente el sistema educativo, la importancia de los valores y la naturaleza de la inteligencia.

Encontramos la definición de Sequera, (2019: párr 1)

La educación holística es aquella que se ocupa del desarrollo del potencial intelectual, emocional, social, físico, artístico, creativo y espiritual de una persona. Esta educación tiene como objetivo crear individuos “completos” que estén bien equilibrados en su visión de

la vida y su comprensión personal de sí mismo en relación con el mundo.

De acuerdo a las definiciones de los autores, podemos considerar a la educación holística como un modelo educativo, ya que actúa para organizar un aprendizaje integral en los individuos. Es una educación que trata a los educandos como una unidad completa y no sólo como individuos con un solo cerebro, busca trabajar los dos hemisferios que lo integran. La educación holística va más allá del aspecto cognitivo (hemisferio izquierdo) y se concentra en los elementos físicos, emocionales y mentales (hemisferio derecho) para crear un ser más completo y mejorar su armonía general. Por lo tanto, se interesa por el ser humano, su integridad y la responsabilidad dentro del contexto social.

El propósito de la EF es crear experiencias que puedan conducir a procesos significativos en la vida del estudiante. Como ocurre con todas las áreas del conocimiento, esta área asume esta responsabilidad mediante enfoques colaborativos e interdisciplinarios, al mismo tiempo enfatiza la importancia del movimiento como componente esencial de su estructura funcional. La EF tiene como objetivo desarrollar individuos que puedan unirse y realizar cambios que mejoren tanto en ellos como seres humanos, como a la sociedad que pertenecen.

La educación holística aporta e influye en la EFC, ya que reconoce que la formación y desarrollo de los estudiantes va más allá de lo físico y fortalece los elementos cognitivos, emocionales y sociales, es decir, se interrelacionan en las actividades que promueven el pensamiento crítico, la resolución de problemas y la toma de decisiones. En este sentido, los alumnos pueden enfrentar desafíos físicos que requieren planificación estratégica y análisis situacional. Además, se pueden incorporar elementos teóricos en los cursos, como el aprendizaje de anatomía, fisiología y principios de instrucciones a las actividades físicas y recreativas. Del mismo modo, puede proporcionar un espacio seguro para que los estudiantes exploren y gestionen sus emociones. A través de las actividades desarrolladas durante las clases, los estudiantes pueden aliviar el estrés, mejorar el estado de ánimo y desarrollar habilidades de gestión emocional.

La EFC. La Función Docente. La promoción de Desarrollo Integral, Estilo de Vida Activo y Saludable.

El aprendizaje es un proceso de conexión entre la experiencia y la teoría. La experiencia no es suficiente para producir conocimiento; es necesario cambiar los métodos didácticos, probar los métodos mentales para tener una visión mejor y más precisa que conduzca a tomar mejores decisiones y metas, para que la educación sea significativa y constructiva.

En la construcción del nuevo modelo de educación de este siglo, la escuela y el papel del docente siguen jugando un papel importante; deben enseñar a los estudiantes a pensar, amar y actuar. Los docentes deben utilizar sus conocimientos adquiridos durante su formación que le permitieron superar obstáculos de su vida profesional y utilizarlos para el proceso de enseñanza de los alumnos. Es importante recalcar que el objetivo que se persigue con la EFC es que se desarrolle de otras formas, quizás más especiales, pero más acordes a las necesidades de la realidad actual, requiere restar importancia a las habilidades técnicas o duras correspondientes a la formación académica y extraescolar y dejar espacios para el desarrollo de habilidades generales o blandas como los valores, actitudes positivas, habilidades de comunicación expresiva y asertividad, entre otros. UNESCO (2015c)

Debe quedar claro la necesidad de excluir el acondicionamiento físico y las actividades motoras rigurosas y se exploran otras técnicas y actividades, se busca el disfrute y la expansión de la conciencia en los procesos emprendidos, creados por una experiencia trascendente y significativa encaminada a alcanzar un objetivo, estado metabólico, estado de tranquilidad, de estabilidad interna y seguridad emocional.

El docente debe ver al estudiante como un individuo autónomo, crítico y activo; darles las herramientas que le permitan explorar y resolver las dificultades que se le presenten en la vida, formarlo como un ser biológico, social y culturalmente. Su función es orientar, facilitar y asesorar el proceso de aprendizaje, siendo él quien

crea el espacio, dificultad o lo facilita dentro del proceso, con el fin de cultivar y lograr un mejor desarrollo de los alumnos.

Para ello debe estar formado y preparado para atender este modelo educativo, exige que deben ser abierto, flexible y emancipador en el individuo, que busca en su sentido más amplio, enseñar un estilo de vida activo y saludable, haciendo referencia a la adopción de hábitos y comportamientos que promueven la salud y el bienestar. Tal como lo establece los lineamientos emanados por la Organización Mundial de la Salud, a través de la Organización Panamericana de la Salud (OPS. 2012: párr. 1), donde:

Ha elaborado las recomendaciones mundiales sobre la actividad física para la salud con el objetivo general de proporcionar a los formuladores de políticas, a nivel nacional y regional, orientación sobre la relación dosis-respuesta entre frecuencia, duración, intensidad, tipo y cantidad total de actividad física y prevención de las enfermedades no transmisibles (ENT).

Con la EFC se busca internalizar en el docente conocimientos sobre la importancia de una alimentación saludable, la higiene personal, la prevención de lesiones y otros aspectos relacionados con la salud, en especial la nutrición, en el que los estudiantes pueden aprender sobre la importancia de una alimentación equilibrada y la relación entre la nutrición y el rendimiento físico. También pueden explorar temas relacionados con la hidratación, el descanso adecuado y la prevención de lesiones. UNESCO (2017). Estos conocimientos contribuyen a la formación y al mantenimiento de estilos de vida saludable de los estudiantes.

Otro factor importante a considerar es la revisión de los planes de estudios y formación de las universidades que forman docentes en este campo, es decir, un nuevo modelo o un nuevo enfoque, sustituir el entrenamiento físico riguroso o enseñanza del movimiento dirigido a técnicas deportivas y/o generales. Pueden brindarles oportunidades para que los estudiantes fortalezcan la autoestima y la confianza, a través de la superación, de desafíos físicos y la mejora progresiva de

habilidades, los alumnos ganan confianza en sí mismos y desarrollan una imagen positiva de su cuerpo.

Además, los docentes pueden fomentar un ambiente inclusivo y de apoyo, donde se valoren los esfuerzos individuales y se promueva una mentalidad de crecimiento. De igual manera, enfatiza la importancia de la conexión entre mente y cuerpo, por lo que los discentes pueden aprender a ser conscientes de sus sensaciones físicas, a escuchar las señales de su cuerpo y desarrollar una relación saludable con su cuerpo.

Reflexiones Finales

La UNESCO desde el año 2015 tiene como objetivo promover y popularizar la EFC y enfatiza los esfuerzos conjuntos que involucran a las autoridades o representantes públicos con sus respectivos organismos responsables de las aplicaciones educativas y actividades físicas para crear conciencia y trabajar juntos para desarrollar y luego consolidar la EFC. Es necesario fortalecer las instituciones académicas en los países aliados y no aliados de la UNESCO, a fin de poder desarrollar las políticas diseñadas para este propósito y que hasta la fecha las naciones han hecho caso omiso, se necesitan cambios importantes para promover la EFC en los sistemas educativos de cada uno de ellos.

La educación física y la educación holística, se relacionan porque tienen un fin común, propicia y busca el estado armonizar el estado de armónico de los estudiantes, se interesan en el desarrollo e integridad a través del cuerpo como un todo, mediante sus prácticas diseñadas para transmitir conocimiento tanto en las habilidades duras (aspecto cognitivo), como blandas (actitudes positivas, valores, comunicación asertiva, capacidades expresivas, entre otras). Tanto la EFC y la educación holística motivan la necesidad de un proceso de cambio en los paradigmas educativos que se centre en el bienestar de los individuos.

Se requiere crear conciencia en los docentes, donde la finalidad es buscar con la EFC promover una visión integral, que no se limite a la práctica deportiva, sino que incluya otros aspectos como las actividades físicas, recreativas, para la salud y

valores, es decir prepararlo para la vida. Para concretarlo, se requiere la implementación y establecimiento de políticas y programas gubernamentales que promuevan la EFC, así como revisar los programas y planes de estudios en las instituciones universitarias que formen docentes del área e inculcarles desde esos espacios el compromiso que se requiere para la enseñanza de esta área curricular, como también la necesidad de actualizarse y fomentar la investigación para mejorar el proceso de enseñanza de la misma.

Referencias

- Gallegos, R. (1999). *Educación Holista: Pedagogía del amor universal*. México: Editorial Pax México.
- Gallegos, R. (2001). *La educación del corazón*. Ed. Fundación Internacional para la Educación Holista. Guadalajara, México.
- Gluyas, R. I., Esparza, R., Romero, M. C. & Rubio, J. E (2015). *Modelo de Educación Holística: Una Propuesta para la Formación del Ser Humano*. *Revista Electrónica Actualidades Investigativas en Educación*, 15(3), 1-25.
- Grasso, A (2008). *La palabra corporeidad en el diccionario de educación física*. Portal deportivo La Revista. No. 4 Argentina. Recuperado de <http://www.portaldeportivo.cl/articulos/FE.0008.pdf>
- Hardman, K., & Marshall, J. (2009). *Second World-wide Survey of School Physical Education. Final Report*. ICSSPE.
- Ho, W. K. Y., Ahmed, D., Wong, B., Huang, F., López de D' Amico, R., Dinold, M., & Branislav, A. (2016) *Quality Physical Education and Global Concern – Ways Ahead and Future Development*. *Revista Electrónica Actividad Física y Ciencias*, 8(1) <http://bit.ly/2PhJRqo>.
- López, C (2018) *La Educación Holística desde una Perspectiva Humanista*. Universidad Latinoamérica y del Caribe. ULAC. Caracas, Venezuela.
- López-D'Amico, R. (2019). *Educación física de calidad: ¿De dónde surge este planteamiento?* *Revista Caribeña de Investigación educativa (RECIE)*, 3(2). <http://doi.org/10.32541/recie.2019.v3i2>.
- Organización Panamericana para la salud (OPS) (2012) *Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud*. <https://www.paho.org/es/noticias/9-5-2012-recomendaciones-mundiales-sobre-actividad-fisica-para-salud>.

Real Academia Española (RAE) (2014). Definición Holística. <https://dle.rae.es/hol%C3%ADstico>

Sequera, R (2019). *La educación holística*. Revista Blog Docente 2.0. <https://blog.docentes20.com/2019/06/la-educacion-holistica-docentes-2-0/>

UNESCO (2005). Rapport final: Séminaire UNESCO sur la qualité de l'éducation physique et sportive. UNESDOC Biblioteca Digital. <https://bit.ly/34YEuSH>

UNESCO (2005): Education for all: the quality imperative; EFA Global Monitoring Report. UNESCO, Paris. <http://bit.ly/2RLUDXV>

UNESCO (2015a). *Educación Física de Calidad–Guía para los responsables políticos*. UNESCO. <https://bit.ly/2RqNGv3>

UNESCO (2015b). *Educación Física de Calidad. Guía para los representantes políticos. Metodología*. UNESCO Biblioteca Digital. <http://bit.ly/2PihJB>

UNESCO (2015c). *Políticas de Educación Física de Calidad*. UNESDOC Biblioteca Digital. <http://bit.ly/2LT8V50>

UNESCO (2017). *Quality Physical Education (QPE) Policy Project*. UNESCO. <http://bit.ly/34jL6K9>