



Organización  
de las Naciones Unidas  
para la Educación,  
la Ciencia y la Cultura

# EN DEFENSA DE UN DESARROLLO INCLUSIVO DE POLÍTICAS DE EDUCACIÓN FÍSICA DE CALIDAD: INFORME DE POLÍTICAS



Publicado en 2021 por la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura, 7, place de Fontenoy, 75352 París 07 SP, Francia

© UNESCO 2021

ISBN 978-92-3-300162-6



Esta publicación está disponible en acceso abierto bajo la licencia Attribution-ShareAlike 3.0 IGO (CC-BY-SA 3.0 IGO) (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/3.0/igo/>).

Al utilizar el contenido de la presente publicación, los usuarios aceptan las condiciones de utilización del Repositorio UNESCO de acceso abierto ([www.unesco.org/open-access/terms-use-ccbysa-sp](http://www.unesco.org/open-access/terms-use-ccbysa-sp)).

Título original: *Making the case for inclusive quality physical education policy development: a policy brief*. Publicado en 2021 por la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura.

Los términos empleados en esta publicación y la presentación de los datos que en ella aparecen no implican toma alguna de posición de parte de la UNESCO en cuanto al estatuto jurídico de los países, territorios, ciudades o regiones ni respecto de sus autoridades, fronteras o límites.

Las ideas y opiniones expresadas en esta obra son las de los autores y no reflejan necesariamente el punto de vista de la UNESCO o de sus socios y partes interesadas y no comprometen ni implican ninguna responsabilidad al respecto.

Coordinación de publicación y contacto:

Nancy McLennan ([sport@unesco.org](mailto:sport@unesco.org)), sección de Juventud y Deporte, UNESCO

Autora: Nancy McLennan

Colaboradora: Arilí Aguirre García

Diseño gráfico (cubierta, ilustraciones, maquetación): [www.tandt.design](http://www.tandt.design)



Organización  
de las Naciones Unidas  
para la Educación,  
la Ciencia y la Cultura

# En defensa de un desarrollo inclusivo de políticas de Educación Física de Calidad: Informe de políticas

Este informe presenta los beneficios de la inversión en el desarrollo de políticas inclusivas de educación física de calidad (EFC).

Su contenido se funda directamente en evidencias observadas durante intervenciones en países que demuestran la importancia de las asociaciones intersectoriales en el desarrollo de políticas de EFC y en la ejecución de programas de EFC de bajo costo y alto impacto que ayudarán a agilizar los esfuerzos de recuperación tras la COVID. Se incluye una serie de recomendaciones para socios de los sectores público y privado en el ecosistema deportivo – educativo, así como también recursos para apoyar la aplicación de las recomendaciones.

# PRÓLOGO



El deporte y la actividad física son fundamentales para la salud, como lo demostró cruelmente la COVID. Casi una cuarta parte de la población mundial tiene una condición subyacente que aumenta su vulnerabilidad al virus, con mayores tasas de mortalidad entre las personas que sufren de obesidad y otros problemas

que la actividad física puede ayudar a aliviar. También existe lo que algunos han llamado una epidemia paralela de problemas de salud mental entre quienes se ven obligados a la inactividad involuntaria, especialmente los jóvenes. Por ejemplo, el Instituto Nacional de Salud Mental de Estados Unidos señala que, con un 29,4%, los adultos jóvenes de entre 18 y 25 años tienen la mayor prevalencia de cualquier enfermedad mental.

Sin embargo, los niveles de actividad física estaban descendiendo incluso antes de la pandemia, y más del 80% de los jóvenes llevan un estilo de vida sedentario. La situación es especialmente preocupante en el caso de las adolescentes: el 84% de las escolares no cumplen con las recomendaciones de la OMS sobre actividad física.

Estos problemas tienen solución. Si se hace bien, la educación física (EF) puede mejorar el bienestar mental y emocional de los niños y las niñas, y ayudarles a desarrollar habilidades sociales e intelectuales que les servirán durante toda su vida, mostrándoles el valor del trabajo en equipo, el mérito, el esfuerzo y la responsabilidad. En otras palabras, la "educación" debería ser tan importante como la "física" en la educación física. Por eso la UNESCO promueve la "educación física de calidad", un enfoque que integra el pensamiento crítico y los valores con las capacidades que la educación física tradicional trata de potenciar.

La educación física de calidad es una acción de bajo costo y alto impacto que rinde dividendos en cuanto a ahorros en materia de salud, resultados educativos y resistencia individual. La participación en clases de educación física de calidad puede reducir la obesidad en un 30%, se ha asociado con un aumento del 40% en las puntuaciones de los exámenes académicos y puede traducirse en una reducción del 30% de la depresión y la ansiedad, en particular entre las niñas y los jóvenes.

La educación física de calidad puede lograr mucho, pero no puede hacerlo sola. Necesitamos un cambio sistémico, incorporando los sectores del deporte, la educación, la salud y la juventud. Para lograr un impacto a escala, necesitamos transformar los comportamientos, desarrollar habilidades, empoderar a los y las estudiantes y comprometer a sus comunidades en paralelo. Esto debería ocurrir a lo largo de la vida de las personas, empezando en la infancia y en la escuela, de acuerdo con los Objetivos de Desarrollo Sostenible de las Naciones Unidas (ODS). El ODS 4 sobre la educación hace un llamado a favor de una educación de calidad inclusiva y equitativa y de oportunidades de aprendizaje permanentes para todos y todas para 2030. El ODS 3 aboga por la promoción de estilos de vida saludables y bienestar. El ODS 5 aboga por la igualdad de género y el empoderamiento de todas las mujeres y niñas. La política y la programación de la educación física de calidad ofrecen una vía para perseguir todos estos objetivos y acelerar los esfuerzos de recuperación post-COVID.

El conjunto de recursos de educación física de calidad de la UNESCO, que incluye una metodología de revisión de políticas participativa y de eficacia comprobada, proporciona los medios para aplicar una visión nacional cohesiva utilizando asociaciones para mejorar la planificación, el diseño y la aplicación de políticas.

Confiamos en que este informe de políticas basado en datos empíricos sobre la elaboración de políticas de educación física inclusiva y de calidad proporcionará inspiración, ideas y soluciones prácticas a los gobiernos nacionales, las organizaciones deportivas, el sector privado y la sociedad civil sobre la manera de utilizar los deportes para impartir una educación inclusiva, un desarrollo sostenible y la preparación para el futuro de nuestras sociedades.

**Gabriela Ramos**

Subdirectora General de Ciencias Sociales y Humanas,  
UNESCO

# AGRADECIMIENTOS

---

Estas publicaciones no habrían sido posibles sin las valiosas contribuciones de numerosas personas e instituciones. La sección de Deporte de la UNESCO reconoce su apoyo y les agradece por su tiempo y esfuerzo.

Agradecemos especialmente a nuestros socios del Comité Olímpico Internacional (COI) cuyo apoyo financiero ha hecho posible esta publicación.

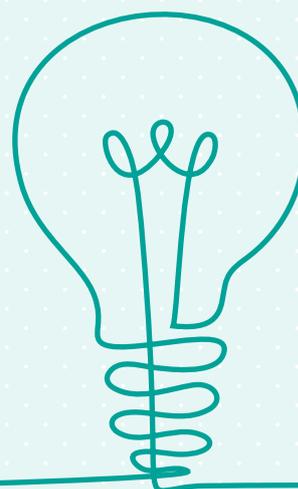
También quisiéramos agradecer las sustanciales y constructivas aportaciones de los colegas de la UNESCO y de otros organismos de las Naciones Unidas que aportaron su experiencia en los ámbitos de la elaboración de políticas, el compromiso de los jóvenes, la igualdad de género, la educación y la salud. Cabe destacar el liderazgo de Nancy McLennan, quien ha encabezado todas las etapas del desarrollo de esta publicación, así como el compromiso y las contribuciones de Arilí Aguirre García y Victoire Aimé quienes asistieron.

**Revisores inter pares de la UNESCO:**

Katja Anger, Ke Leng, Liu Yong Feng, Giulia Scacchi, Kim Jolyon Encel, Raluca Petre-Sandor, Mimouna Abderrahmane, Ian Denison, Emilie Dejasse, Damiano Giampaoli, Angela Melo, Orio Ikebe, Philipp Müller-Wirth, Alexander Schischlik.

**Revisores inter pares de la ONU:**

Thays Prado (ONU Mujeres) y Artur Borkowski (UNICEF).



# INTRODUCCIÓN

“ La educación física, la actividad física y el deporte pueden reportar una amplia gama de beneficios a las personas, las comunidades y la sociedad en general. ”

Artículo 2: [Carta Internacional de la Educación Física, la Actividad Física y el Deporte de la UNESCO](#)

---

Un desarrollo sostenible comienza con ciudadanos físicamente activos, sanos e involucrados. La pandemia de COVID-19 ha puesto en relieve la importancia de una buena salud y las deficiencias en las infraestructuras sanitarias existentes. Abordar las lagunas sanitarias será vital en los esfuerzos de recuperación. Las escuelas son un punto de acceso natural para fomentar cambios transformadores de conducta relacionados con el estilo de vida. Por este motivo, invertir en la impartición innovadora e integral de educación, ejercicio y buena alimentación debería ser considerado un aspecto fundamental en los esfuerzos de recuperación.

La participación individual en intervenciones dirigidas y basadas en valores en el deporte, la educación física y la actividad física favorecen la salud física y mental. La participación en entornos activos de aprendizaje con valores tales como las clases de educación física de calidad potencia, además, el capital intelectual, individual y emocional. Todo esto se traduce en una aceleración de la adquisición de competencias socioemocionales que aumentan la autoestima de los alumnos y, a su vez, construyen la resiliencia psicosocial necesaria para responder de forma creativa y efectiva a crisis futuras, ya sea que estén relacionadas con la salud, el empleo y/o la inclusión. Consulte la [Infografía sobre EFC](#) para más información.

## AÑADIENDO CALIDAD A LA EDUCACIÓN FÍSICA

### ¿Qué es?

La educación física *de calidad* es diferente de la educación física. Las principales diferencias residen esencialmente en la frecuencia, la variedad, la inclusión, el significado y los valores. Una educación física de calidad hace hincapié en el aprendizaje entre compañeros y el desarrollo integral de habilidades.

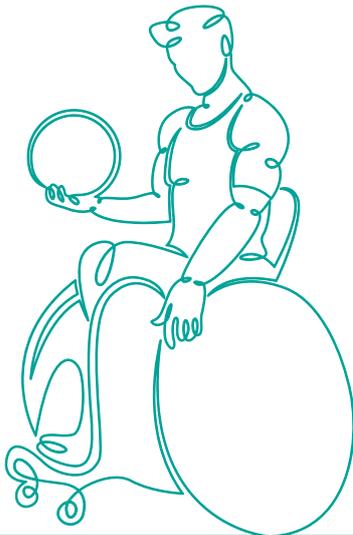
### ¿Por qué?

La inversión en EFC ayuda a los y las alumnos/as a desarrollar competencias físicas, sociales y emocionales que definen ciudadanos/as sanos/as, resilientes y socialmente responsables.

### ¿Cómo?

Ver el [paquete de políticas sobre la educación física de calidad de la UNESCO](#) para más información y herramientas prácticas para apoyar la prestación en tu país de una educación física inclusiva, orientada a los valores.

Teniendo en cuenta los resultados en materia de salud y educación, las clases de educación física de calidad proporcionan a los gobiernos una gran oportunidad para obtener resultados significativos a un bajo costo. Al fusionar los dominios de aprendizaje físico, mental y social, la participación en planes de estudio de educación física de calidad expone a los alumnos a una variedad dinámica de experiencias que generará resultados educativos vinculados a la alfabetización. Los alumnos que participan en una educación física de calidad, transmitida utilizando prácticas de enseñanza y aprendizaje creativas y basadas en valores, fortalecen su pensamiento crítico y se preparan para ser capaces de comunicarse de forma efectiva. Estas habilidades son vitales para la recuperación, el futuro y la erradicación de desigualdades sociales.



## COMPONENTES CLAVE DEL DESARROLLO DE POLÍTICAS INCLUSIVAS Y ORIENTADAS AL IMPACTO:

**Apropiación local:** La política debe responder a las necesidades locales y funcionar dentro de los procesos locales.

**Participación:** Hay que animar a todas las partes interesadas a participar en el proceso de elaboración de políticas.

**Inclusión:** Todos deben sentirse partícipes de la política, incluidos los representantes de las poblaciones desfavorecidas.

**Sensibilidad al género:** El desarrollo de la política debe ser visto a través de perspectiva de género.

**Empoderamiento:** La política debe empoderar a las poblaciones en riesgo o marginadas.

“ El Compromiso de Cali sobre Equidad e Inclusión en la Educación define la inclusión como “un proceso transformador que asegura la plena participación y el acceso a oportunidades de aprendizaje de calidad para todos los niños, niñas, jóvenes y adultos, que respeta y valora la diversidad, y elimina todas las formas de discriminación en y a través de la educación. ”

Artículo 2: [Carta Internacional de la Educación Física, la Actividad Física y el Deporte de la UNESCO](#)

## BENEFICIOS DE INVERTIR

- ✓ La participación regular en la actividad física **reduce el riesgo** de enfermedades cardíacas, accidentes cerebrovasculares, cáncer, diabetes y otras enfermedades no transmisibles (ENT);
- ✓ Las inversiones en la prevención y el control de las ENT ofrecen un **alto rendimiento para los países de todos los niveles de ingresos**, contribuyendo al crecimiento económico; a largo plazo, la prevención de las ENT ofrece un mayor rendimiento de la inversión que el control de las mismas;



INVERTIR EN ACTIVIDAD FÍSICA PUEDE AHORRAR HASTA

**2.741**  
**DÓLARES**  
**AL AÑO POR PERSONA**

- ✓ La participación en la actividad física diaria, incluidos los programas adaptados como la EFC, puede **reducir la obesidad en un 30%** y se ha asociado con un 40% de resultados más altos en los exámenes escolares;
- ✓ Los beneficios del deporte y la educación física se asocian a menores índices de ansiedad y pueden traducirse en una **reducción del 30% de la depresión** y otras enfermedades mentales crónicas. También contribuye a reducir los niveles de estrés, a aumentar la autoestima y la confianza, a reducir el riesgo de suicidio, el abuso de sustancias y los comportamientos de riesgo;
- ✓ La educación física de calidad contribuye al desarrollo de **habilidades y valores** que fomentan la resiliencia socio-emocional, mental y física y apoyan el pensamiento crítico;
- ✓ La educación física de calidad impulsa la inclusión y apoya el empoderamiento de las niñas y las personas con discapacidad, fomenta el diálogo y la comprensión intercultural y desafía el estigma.

## LOS COSTOS DE NO INVERTIR

- ✗ La actividad física insuficiente es un **factor de riesgo clave para las ENT**;



LA INACTIVIDAD FÍSICA CONTRIBUYE A  
**5 MILLONES**  
**DE MUERTES PREMATURAS AL AÑO**

- ✗ La inactividad física causa más **muertes que fumar**;
- ✗ **Los adolescentes son menos activos físicamente que los adolescentes**: el 84% de las alumnas y el 78% de los alumnos no cumplen las recomendaciones de la OMS sobre actividad física, lo que está alimentando una crisis de inactividad y un aumento de las enfermedades no transmisibles;
- ✗ A lo largo de la vida adulta y en países de todos los niveles de ingresos, la **carga sanitaria** de las ENT es mayor en las mujeres que en los hombres, lo que perpetúa la desigualdad de género;
- ✗ La inactividad física cuesta a la economía mundial cerca de **70 mil millones de dólares: 54 mil millones en gastos sanitarios y 14 mil millones en pérdidas de productividad**;



**EL 81%**  
**DE LOS ESTUDIANTES DE 11 A 17 AÑOS** DE TODO EL MUNDO HACE MENOS DE 60 MINUTOS DE EJERCICIO AL DÍA

# Inversión en educación física de calidad = avance de los programas de desarrollo internacional

Invertir en una educación física de calidad significa invertir en igualdad de género, en salud y bienestar, en una educación de calidad y en empleabilidad. La educación física puede contribuir directamente a la puesta en práctica de programas internacionales de desarrollo

como los [Objetivos de Desarrollo Sostenible \(ODS\) de las Naciones Unidas](#), el [Plan de Acción de Kazán \(PAK\) de la UNESCO](#), el [Plan de Acción Mundial sobre Actividad Física de la Organización Mundial de la Salud \(OMS\)](#), la [Plataforma de Acción de Beijing](#), entre otros.

## OBJETIVOS DE DESARROLLO SOSTENIBLE DE LAS NACIONES UNIDAS

- 3 Salud y bienestar
- 4 Educación de calidad
- 5 Igualdad de género
- 17 Asociaciones

## EL PLAN DE ACCIÓN MUNDIAL SOBRE ACTIVIDAD FÍSICA

Contribuye a sus 4 objetivos estratégicos:

- 1 Crear sociedades activas
- 2 Crear entornos activos
- 3 Fomentar sociedades activas
- 4 Crear sistemas activos

## PLAN DE ACCIÓN DE KAZÁN DE LA UNESCO

Esferas políticas 1.3 (Impulsar la educación física de calidad y las escuelas activas) y 11.3 (Brindar una educación de calidad y promover el aprendizaje permanente para todos y la adquisición de competencias a través del deporte).

## PLATAFORMA DE ACCIÓN DE BEIJING

- La mujer y la salud
- Educación y capacitación de la mujer
- La mujer en el ejercicio del poder y adopción de decisiones
- La niña
- La violencia contra la mujer



# CREANDO IMPACTO MEDIANTE ASOCIACIONES DE MÚLTIPLES INTERESADOS

“ Una de las iniciativas mundiales más notables y significativas de educación física del último siglo. ”

Instituto para el Deporte y el Desarrollo (Sudáfrica)

## UN ESTUDIO DE CASO INTERNACIONAL: EL PROYECTO DE POLÍTICAS DE EFC

La UNESCO desarrolló el Proyecto de Políticas de Educación Física de Calidad en cuatro países piloto (Fiji, México, Sudáfrica y Zambia) entre 2016 y 2018. El proyecto fue diseñado con la contribución de más de 50 organizaciones y expertos alrededor del mundo. Las intervenciones en los países tenían como objetivo apoyar de forma práctica a los gobiernos con el fin de desarrollar políticas de educación física centradas en los/as niños/as que fomentaran la adquisición de competencias. Cada país recibió un paquete de políticas general que abarcaba contenido técnico, de procedimiento y de promoción. Se hizo hincapié en la participación generalizada de interesados procedentes de los sectores del deporte, la educación y la salud a nivel político y comunitario. La promoción internacional y las intervenciones en los países fueron financiadas por el Comité Olímpico Internacional (COI) y Nike, con el apoyo en especie de un pacto internacional de socios.



Evaluadores independientes del Instituto para el Deporte y el Desarrollo (ISD) constataron un rendimiento tangible de la inversión en cada país participante, tal y como se indica en el *Análisis de proceso, contenido e impacto del proyecto de políticas de EFC*. Los aspectos más destacados del proyecto incluían la adopción de la primera política de educación física de Fiji, una estrategia interministerial para una política de EF en México, ejercicios cruciales para esbozar un panorama a fin de orientar la implementación de políticas de EFC en Sudáfrica, y la implementación de políticas de EFC en Zambia. Como resultado directo de la naturaleza interactiva y participativa del proyecto – que involucró desde responsables políticos hasta profesores, ONGs, académicos, organizaciones deportivas y organizaciones de juventud –, los documentos de política nacional incluyeron innovadoras hojas de ruta sobre planificación, programación y práctica así como iniciativas creativas para la formación de profesores, plataformas para el desarrollo participativo de planes de estudio centrados en los alumnos, y el desarrollo de mecanismos generales para la comunicación efectiva tanto al público general como entre los ministerios nacionales de Educación, Salud, Deporte y Juventud.

Los beneficios sustantivos que demostraron las alianzas entre múltiples interesados son visibles en el desarrollo y la adopción de los instrumentos de política de EFC, lo cual es mucho más importante en el contexto actual marcado por el declive económico y la puesta a prueba de las capacidades de los gobiernos. Este contexto y sus correspondientes esfuerzos de recuperación potencian los argumentos a favor de un enfoque integral en la planificación de políticas de EF, su desarrollo e implementación. En pocas palabras, hacer uso de la experiencia y la aportación de los pactos entre socios de los sectores público y privado en los ámbitos de la educación, la salud, el deporte y la juventud logra un ahorro significativo de costos y mejora la implementación, la comunicación y el contenido de la política.



# CREACIÓN DE UNA VISIÓN INTEGRADA: LOS BENEFICIOS DE UN ENFOQUE BASADO EN LA PARTICIPACIÓN DE TODOS LOS INTERESADOS EN EL DISEÑO DE POLÍTICAS

## PACTO MUNDIAL ENTRE SOCIOS: POTENCIANDO LA PROMOCIÓN Y EL IMPACTO

“ Las alianzas globales entre múltiples interesados son necesarias para alcanzar un desarrollo sostenible. Los resultados del proyecto de políticas de EFC reflejan el éxito de este enfoque basado en el pacto entre partes interesadas a la hora de diseñar políticas de deporte. Deseamos que sea usado como modelo para potenciar enfoques inclusivos y participativos también en otros sectores. ”

Gabriela Ramos, Subdirectora General de Ciencias Sociales y Humanas, UNESCO

Una estrategia inclusiva para la educación debe ser primordial y debe estar diseñada para combatir todas las formas de prejuicio y discriminación, incluyendo aquellas basadas en el estatus socioeconómico, la etnia, la orientación sexual, la identidad de género y las necesidades especiales. Una educación de calidad no sólo requiere dotación de recursos, sino también una enseñanza creativa y estrategias de aprendizaje que no dejen a nadie atrás. A nivel internacional, esto significa que las redes mundiales y los pactos entre socios necesitan trabajar para movilizar recursos y soporte técnico para países de bajos ingresos y comunidades desfavorecidas dentro de los países.



### EJEMPLO DE BUENA PRÁCTICA:

- ✓ La participación de un pacto global entre partes interesadas en el diseño y la implementación de proyectos de políticas de EFC fomentó la movilización de recursos, la provisión de una guía de alta calidad y potenció la promoción de los beneficios de la inversión en programas de EF de calidad, generando un impulso positivo para el proyecto y animando a más países a tomar el relevo siguiendo un modelo de autofinanciación.

## COOPERACIÓN INTERMINISTERIAL: UN DESARROLLO INTEGRAL EQUIVALE A RESULTADOS EN LA IMPLEMENTACIÓN

“ La participación en el Proyecto de Políticas de Educación Física de Calidad proporcionó a Zambia una oportunidad estratégica para consolidar y sistematizar la cooperación entre sus Ministerios de Deporte, Educación y Salud. El enfoque interministerial en el diseño del marco de aplicación de la política de EFC del país resultó en una serie de medidas concretas alrededor de la educación física que son coherentes con los programas nacionales de salud y educación. Fue la primera vez que esta interrelación entre las políticas de deporte, educación y salud fue plasmada de forma explícita en un documento normativo nacional. ”

Bessie Malilwe Chelemu, Exdirectora de deportes, Ministerio de Juventud y Deporte, Zambia

Una educación física de calidad debe aprovechar la experiencia de las partes interesadas en los ministerios de Salud, Educación, Juventud, Deporte e Igualdad de género. Un enfoque interministerial garantiza la coherencia en el diseño de políticas, compromisos y presupuestos, respalda la implementación integral de todos los marcos de políticas relacionados, aúna capacidades y supone un ahorro de costos en educación y salud a corto, medio y largo plazo.

### EJEMPLO DE BUENA PRÁCTICA:

- ✓ La estrecha cooperación entre los Ministerios de Educación, y de Juventud y Deporte de Zambia, promovida por el enfoque participativo del proyecto de EFC, destacó la importancia del intercambio interministerial y resultó en el desarrollo de un marco nacional de implementación de la educación física que establece objetivos claros y transversales para conseguir una educación física de calidad, estilos de vida activos y desarrollo integral en el país.

## ASOCIACIONES DE LOS SECTORES PÚBLICO Y PRIVADO: BENEFICIOS MUTUOS

“ El Proyecto de Políticas de EFC fue para nosotros una oportunidad única y enriquecedora para colaborar con el sector público e interesados de la comunidad. Apreciamos haber aprendido sobre los instrumentos de la política durante su desarrollo y haber participado estrechamente con el equipo de trabajo en su elaboración. Esta participación ayudó a contribuir a la educación física de calidad en escuelas de educación primaria como parte del compromiso ‘Made to Play’ de Nike para ayudar a los niños a mantenerse activos. ”

Kelly Lau, Directora Superior de Impacto Social y Comunitario, Nike

Las iniciativas conjuntas de los sectores público y privado pueden proporcionar recursos intelectuales y económicos vitales para la implementación de marcos de políticas de educación física de calidad y programas integrales de deporte, educación, salud e igualdad de género a nivel nacional y local.

Los acuerdos de colaboración entre autoridades nacionales, organizaciones deportivas y el sector privado pueden impulsar estilos de vida y actividades saludables más allá de la escuela: llevar las clases de educación física de calidad a entornos comunitarios y subsanar las deficiencias en términos de infraestructuras y experiencia.

### EJEMPLO DE BUENA PRÁCTICA:

- ✓ La metodología del Proyecto de EFC facilitó la inclusión y la participación de actores tanto del sector privado como del movimiento deportivo en todas las fases y niveles (internacional/nacional/local) de la implementación del proyecto. En México, Nike participó proporcionando ayuda para la identificación de deficiencias en la aplicación de la política de EF existente. El resultado fue una Estrategia Nacional para la Prestación de una Educación Física de Calidad, aprobada por los Ministerios de Educación, Salud y Deporte junto con actores del sector privado, la cual contiene recomendaciones claras sobre la inclusión de minorías, la provisión de instalaciones inclusivas y comunicación.

## PARTICIPACIÓN COMUNITARIA: REFORZANDO LA PARTICIPACIÓN Y GARANTIZANDO LA RELEVANCIA

“ Uno de los puntos fuertes del proceso de revisión de las políticas de educación física de calidad en Fiji fue la inclusión de todo tipo de interesados, desde niños hasta jóvenes, desde profesores hasta padres y tutores, desde expertos en políticas hasta especialistas de la educación física. Esto se logró a través de la creación de un variado y entusiasta equipo nacional de expertos en EF que condujo el proceso con empeño a pesar de contar con recursos limitados. Gracias a los esfuerzos colosales del equipo de EFC nacional, las ideas para el contenido de las políticas pudieron ser discutidas en las lenguas locales, realizándose así consultas en todo el país. Esta naturaleza extensiva de las consultas resultó en un documento que responde a las necesidades locales y del que la población del país se siente autora. ”

Margaret Eastgate, Coordinadora Nacional de EFC, Fiji

La participación generalizada de la población y, en especial, la inclusión de voces tradicionalmente excluidas del proceso de creación de políticas como, por ejemplo, mujeres, minorías étnicas, personas con discapacidad, es vital para aumentar la pertinencia y la inclusividad del contenido de las políticas, para asegurar que los objetivos previos concuerdan con las necesidades de la comunidad y con las deficiencias de capacidad, y para la construcción de un consenso nacional que impulse su implementación. Un enfoque participativo e intersectorial en el desarrollo de políticas también respalda su potencial transformativo, por ejemplo, su capacidad para generar transformaciones conductuales masivas relacionadas con estilos de vida saludables. Puede sostenerse una cadena de retroalimentación consolidada (local – nacional) a través de un enfoque iterativo en el diseño de políticas que priorice la participación civil a través de consultas por fases (en línea/en persona) a diferentes grupos demográficos que vivan tanto en zonas urbanas como rurales.

### EJEMPLO DE BUENA PRÁCTICA:

- ✓ La metodología del Proyecto de Políticas de EFC está basada en un enfoque participativo, integrado y ascendente. Este enfoque interactivo e inclusivo en el diseño de políticas fue implementado en todos los países participantes. En Fiji, más de 1 390 estudiantes, 330 profesores y 990 padres de 197 escuelas participaron en el desarrollo de la primera política de EF a través de consultas y talleres. El alto nivel de participación de los interesados de la comunidad condujo a la adopción de una visión amplia, coherente e integral de la EFC que responde a necesidades identificadas y que puede ser utilizada como punto de referencia para otros países con marcos de políticas de EF incipientes.

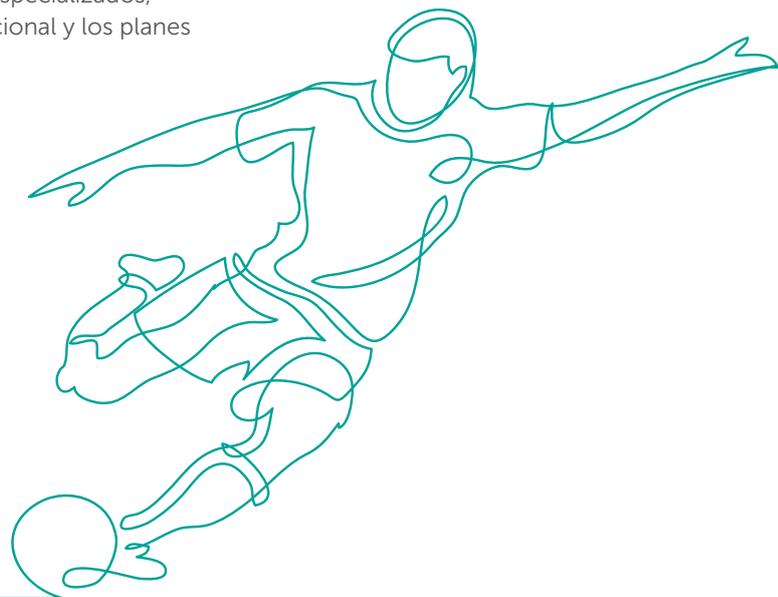
# RECOMENDACIONES DE POLÍTICA

“ La posibilidad de desarrollar el bienestar y las capacidades físicas, psicológicas y sociales por medio de estas actividades debe verse respaldada por todas las instituciones gubernamentales, deportivas y educativas. ”

Artículo 1.2: [Carta Internacional de la Educación Física, la Actividad Física y el Deporte de la UNESCO](#)

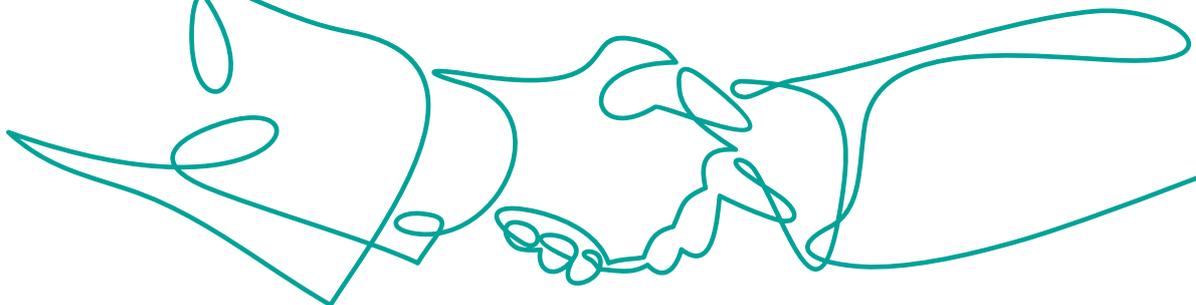
La educación física de calidad desempeña un importante papel en el desarrollo de un mundo en el que nadie se queda atrás y en el que los ciudadanos están sanos, son resilientes y cuentan con las habilidades socioemocionales necesarias para los periodos de transición en la vida. La alfabetización física y el pensamiento crítico son elementos fundamentales para la alfabetización. Del mismo modo, el rendimiento de la inversión y los resultados educativos generales de la participación en una EFC inclusiva, centrada en niños y niñas y respaldada por educadores especializados, deberían reflejarse en la resiliencia nacional y los planes de recuperación.

Conscientes del poder de los ecosistemas deportivo – educativos que tienen los gobiernos, ONGs, la industria, actores de élite y comunitarios, las siguientes recomendaciones se dirigen a los diferentes grupos de interesados con el objetivo de impulsar un enfoque integral para la construcción de una comprensión nacional integral del deporte, la educación y la salud.



## GOBIERNOS

- Revisar los documentos de políticas de EF en consonancia con las [Directrices de la Educación Física de Calidad](#) y la [Metodología para la revisión de políticas](#) de la UNESCO.
- Establecer una red o plataforma para facilitar el intercambio de conocimientos y la cooperación entre los ministerios nacionales de Educación, Economía, Salud, Igualdad de género y derechos de la mujer, Deporte y Juventud.
- Apoyar el intercambio interregional con el fin de compartir conocimientos, buenas prácticas, aunar capacidades y promover los valores de una visión integral entre los sectores de la salud, el deporte, la educación, la juventud y la igualdad de género.
- Invertir en un diálogo deporte – educación – salud en los sectores privado y público para fomentar la participación entre los grupos de interés, intercambiar buenas prácticas e identificar los recursos (intelectuales, financieros, de infraestructura) con el fin de apoyar la implementación de políticas integradas e impartir educación física de calidad en las escuelas.
- Organizar una serie de talleres temáticos incluyendo, entre otros, a profesores, expertos en educación de valores, así como también a expertos en prácticas inclusivas en materia de igualdad de género y personas con discapacidad, jóvenes, profesionales del deporte y de la salud y académicos con el fin de discutir el desarrollo de una estrategia deportiva y educativa integral que respalde la implementación de los marcos existentes y proporcione ejemplos de buenas prácticas para su promoción en las escuelas.
- Explorar oportunidades para invertir en educación inclusiva y transformadora del género y proporcionar formación a través de diversos medios incluyendo tecnología accesible, tal como medios para atenuar la naturaleza sexista de la brecha digital y mejorar la igualdad de género entre los formadores de EF, educadores y otros empleados del sector público.
- Revisar los sistemas nacionales de seguimiento y evaluación para integrar un enfoque intersectorial en la recopilación de datos, apoyado por el desarrollo de indicadores desglosados (por ejemplo: por género, etnicidad, discapacidad) con el fin de captar el impacto diferenciado de la EFC en los/as alumnos/as.
- Implicar a los y las jóvenes y otros grupos tradicionalmente marginados en los procesos formales de desarrollo de políticas mediante consultas y eventos interactivos, en línea y presenciales, con el fin de mejorar la relevancia del contenido de la política de EF nacional y aumentar la participación a nivel local.

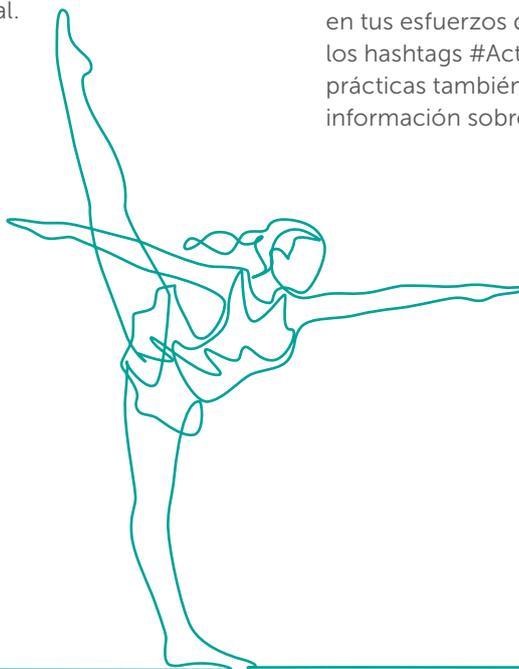


## PATROCINADORES DEL SECTOR PRIVADO Y ORGANIZACIONES DEPORTIVAS

- Ampliar la inversión más allá del deporte para impulsar directamente la prestación de educación física de calidad en las escuelas y reforzar vías en la comunidad educativa que favorezcan el traslado de los resultados educativos a contextos del mundo real.
- Explorar oportunidades para innovar y asociarse a organismos educativos locales, nacionales y regionales en la prestación de una educación física de calidad.
- Apoyar países y acciones sobre el terreno, difundiendo los recursos de la educación física de calidad a través de redes y promocionando la participación en esta labor.
- Prestar apoyo en especie, intelectual y económico, con el fin de ayudar a más países a revisar sus políticas de EF en consonancia con los recursos de educación física de calidad de la UNESCO, así como también participar en actividades e intervenciones en las áreas del deporte y la educación.
- Contribuir con ayuda en especie al desarrollo de herramientas digitales, incluidas aplicaciones en línea y formaciones que ofrezcan educación deportiva inclusiva y ayuden a mitigar la naturaleza sexista e intersectorial de la brecha digital.

## SOCIEDAD CIVIL

- Apoyar a países y acciones en el terreno difundiendo información sobre proyectos de educación deportiva y promocionando el [kit de herramientas de Educación Física de Calidad](#) a través de redes sociales como Facebook, Twitter, Instagram, etc.
- Utilizar el kit de herramientas de la Educación Física de Calidad – en particular la Guía, la Infografía y las herramientas de promoción – con el fin de promover la importancia de revisar las políticas de EF y alinearse con las buenas prácticas internacionales.
- Crear oportunidades de participación y promoción organizando eventos y formaciones en línea o de forma presencial, que hagan hincapié en el desarrollo y la prestación de educación física de calidad.
- Proporcionar ayuda a organizaciones de jóvenes y a los propios jóvenes con el fin de darles más voz, promover los ejemplos de buenas prácticas de EF de la comunidad y los proyectos educativo – deportivos ante los responsables políticos y participar directamente en el desarrollo de políticas, compartiendo y utilizando las herramientas para la promoción de políticas de EFC de la UNESCO.
- Innovar, participar y compartir tu buena práctica con la UNESCO añadiendo la etiqueta @UNESCO en tus esfuerzos de promoción, utilizando también los hashtags #Active4Life y #QPE4Life. Las buenas prácticas también pueden compartirse enviando información sobre la iniciativa a [sport@unesco.org](mailto:sport@unesco.org).



# DESTACADO

## DIGITALIZACIÓN: MÉTODOS INNOVADORES DE TRABAJO EN LÍNEA

---

La digitalización de recursos internacionales y nacionales (guías, planes de acción, consultas, cuestionarios) fomenta el acceso y aumenta la participación de la sociedad civil en los procesos de desarrollo de políticas. Sin embargo, deberían tenerse en cuenta la naturaleza intersectorial de la brecha digital y la necesidad de proporcionar alternativas de baja tecnología para personas o comunidades sin acceso a tecnologías en línea y/o la capacidad de navegar contenido en línea. De igual importancia es el desarrollo inclusivo de infraestructuras tecnológicas y la prestación dirigida de herramientas de formación/desarrollo de competencias para las comunidades marginadas como medios para reducir la brecha digital a largo plazo.

### EJEMPLOS DE BUENAS PRÁCTICAS:

- ✓ En México, la estrategia de implementación de la EFC estuvo respaldada por el acceso gratuito a un MOOC en línea para la formación de profesores de EF en la prestación de EFC.
- ✓ En Sudáfrica, la amplia participación de los interesados de la sociedad civil y los representantes del sector privado en el proceso de revisión de la política se optimizó mediante formaciones en línea y consultas populares.



# DESTACADO

## PROMOCIÓN: POTENCIANDO EL ALCANCE Y EL IMPACTO

La promoción es un elemento crucial en la creación de consenso entre los grupos de interesados de los sectores del deporte, la educación y la salud, así como también en la sociedad civil en general. La promoción es un elemento fundamental para el trabajo del pacto global del proyecto de EFC. Se proporcionó a los países participantes una formación y material de promoción, incluyendo una estrategia orientativa de promoción y comunicación a nivel nacional. El resultado fue que cada contexto nacional observó un crecimiento exponencial en actividades relacionadas con la EF durante la implementación del proyecto.



### EJEMPLOS DE BUENAS PRÁCTICAS:

#### MÉXICO

- ✓ Un [Congreso Internacional sobre Educación Física de Calidad](#).
- ✓ Un foro académico.
- ✓ Un [video](#) explicativo del proyecto de la EFC.

#### SUDÁFRICA

- ✓ Un [Simposio Africano sobre la Educación Física](#) celebrado en Pretoria.
- ✓ La celebración de un Mes de la Educación Física en el país.
- ✓ Se elaboró una [revista](#), #Active4life, y se distribuyó a las escuelas locales con el fin de promover la implementación del proyecto y proporcionar consejos prácticos sobre estilos de vida saludables.

#### ZAMBIA

- ✓ Se impartió un taller para interesados con el objetivo de hacer participar en el proyecto a los medios de comunicación nacionales, así como también a una amplia gama de otros grupos de interesados.
- ✓ Se celebró un encuentro sobre movilización de recursos con el fin de promover la inversión en el proyecto para los Ministerios de Educación, Salud, Deporte, Juventud y Economía.

# Bibliografía

- I. American College of Sports Medicine, International Council of Sports Science and Physical Education and Nike, Inc., (2012). *Designed to Move: a physical activity action agenda*, Beaverton;
- II. UNESCO (2015) *Carta Internacional de la Educación Física, la Actividad Física y el Deporte*;
- III. Krushnapriya Sahoo et al. (2015) *Child obesity: Causes and consequences*, J Family Med Prim Care;
- IV. Learning Metrics Task Force (2013) *Toward Universal Learning: A global framework for measuring learning*. Report n° 2 of the Learning Metrics Task Force. Montreal and Washington: UNESCO Institute for Statistics and Center for Universal Education at the Brookings Institution;
- V. Rachel Nugent et al. (2018) *Investing in non-communicable disease prevention and management to advance the Sustainable Development Goals*, The Lancet Taskforce on NCDs and economics 1, The Lancet;
- VI. Save the Children (2013) *Food for Thought: Tackling child malnutrition to unlock potential and boost prosperity*;
- VII. Schwimmer JB, Burwinkle TM, Varni JW (2003) *Health-related quality of life of severely obese children and adolescents*, JAMA;
- VIII. UNESCO (2015) *Educación para la ciudadanía mundial: temas y objetivos de aprendizaje*;
- IX. UNESCO (2015) *Educación física de calidad: Guía para responsables políticos*;
- X. UNESCO (2016) *Estrategia de la UNESCO sobre la educación para la salud y el bienestar: contribución a los Objetivos de Desarrollo Sostenible*;
- XI. UNESCO (2019) *Foro Internacional sobre Inclusión y Equidad en la Educación, Cali, Colombia*;
- XII. UNICEF (2013) *Sustainable Development Starts and Ends with Safe, Healthy and Well-educated Children*;
- XIII. UNICEF (2017) *Sport for Development: Giving Children a Sporting Chance for a Better Life*;
- XIV. International Olympic Committee (2017) *Olympic Values Education Programme*;
- XV. WHO (2018) *Plan de Acción Global sobre Actividad Física*;
- XVI. WHO (2016) *Global Health Observatory (GHO) data: Prevalence of Insufficient Physical Activity*.



Organización  
de las Naciones Unidas  
para la Educación,  
la Ciencia y la Cultura

Sector de  
Ciencias Sociales  
y Humanas



## HAZ EL CAMBIO:

¿Quieres saber más?

- [Página Web de la EFC](#)
- [Infografía sobre la EFC](#)
- [Vídeo sobre la EFC](#)
- [Directrices de la política de EFC](#)
- [Metodología de Revisión de la Política de EFC](#)
- [Cómo influir en el desarrollo de políticas de Educación Física de Calidad: Guía práctica de promoción de políticas para jóvenes](#)
- [Proyecto de Políticas de EFC: Análisis de proceso, contenido e impacto](#)

Para más información sobre el proyecto y las oportunidades de participación contacte a Nancy McLennan ([sport@unesco.org](mailto:sport@unesco.org)).



9 789233 001626