

Fecha de presentación: diciembre, 2021

Fecha de aceptación: marzo, 2022

Fecha de publicación: mayo, 2022

## FORMACIÓN DE HÁBITOS

PARA LA PRÁCTICA DEPORTIVA EN ESTUDIANTES DEL NIVEL MEDIO SUPERIOR DEL MUNICIPIO DEL CARMEN EN MEXICO.

### FORMATION OF HABITS FOR THE PRACTICE OF SPORTS IN STUDENTS OF THE UPPER MIDDLE LEVEL OF THE MUNICIPALITY OF CARMEN.

Enrique Rafael Farfán Heredia<sup>1</sup>

E-mail: [efarfan@pampano.unacar.mx](mailto:efarfan@pampano.unacar.mx)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2187-8974>

José Jesús Matos Ceballos<sup>1</sup>

E-mail: [jmatos@pampano.unacar.mx](mailto:jmatos@pampano.unacar.mx)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5891-2411>

Oscar Enrique Mato Medina<sup>1</sup>

E-mail: [omato@pampano.unacar.mx](mailto:omato@pampano.unacar.mx)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8159-1337>

Juan Pablo López Pérez<sup>1</sup>

E-mail: [jplopez@delfin.unacar.mx](mailto:jplopez@delfin.unacar.mx)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4488-1570>

Evelia del Carmen Concha Chávez<sup>1</sup>

Email: [econcha@pampano.unacar.mx](mailto:econcha@pampano.unacar.mx)

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-2684-9921>

<sup>1</sup> Universidad Autónoma del Carmen, México.

#### Cita sugerida (APA, séptima edición)

Farfán Heredia, E. R., Matos Ceballos, J. J., López Pérez, O. E., A. & Concha, E. C., (2022). Formación de hábitos para la práctica deportiva en estudiantes del nivel medio superior del municipio del Carmen en México. *Revista Universidad y Sociedad*, 14(3), 623-629.

#### RESUMEN

El presente artículo que se presenta tiene como propósito primordial dar a conocer una estrategia pedagógica que contribuya a la formación de hábitos para la práctica deportiva en estudiantes del nivel medio superior del municipio del Carmen. El proceso lógico de dicho proyecto transita mediante diferentes técnicas y métodos de investigación, teniendo su inicio en el diagnóstico inicial del estado de la formación de hábitos para la práctica deportiva, la elaboración del marco teórico, el desarrollo de la estrategia de intervención y su aplicación en estudiantes de distintas preparatorias del municipio de Ciudad del Carmen. Como aporte a la teoría se considera lo siguiente: La determinación de los contenidos de las diferentes disciplinas deportivas y las actividades de entrenamiento deportivo que posibiliten la integración de estos para la formación de hábitos para la práctica deportiva; así como el procedimiento metodológico para realizar la integración de los contenidos y las actividades de las prácticas. La funcionalidad del procedimiento metodológico elaborado permitirá la integración de los contenidos seleccionados en las disciplinas deportivas y las actividades prácticas para la formación de los hábitos en los estudiantes del nivel medio superior. El aporte práctico estará dado por la estrategia de intervención para la formación de hábitos para la práctica deportiva en los estudiantes del nivel medio superior.

**Palabras clave:** hábitos, práctica deportiva, estudiantes

#### ABSTRAC

The main purpose of this article is to publicize a pedagogical strategy that contributes to the formation of habits for sports practice in students of the upper secondary level of the municipality of Carmen. The logical process of this project goes through different techniques and research methods, having its beginning in the initial diagnosis of the state of the formation of habits for sports practice, the elaboration of the theoretical framework, the development of the intervention strategy and its application in students of different high schools in the municipality of Ciudad del Carmen. As a contribution to the theory, the following is considered: The determination of the contents of the different sports disciplines and sports training activities that enable the integration of these for the formation of habits for sports practice; as well as the methodological procedure to carry out the integration of the contents and activities of the practices. The functionality of the methodological procedure elaborated will allow the integration of the selected contents in the sports disciplines and the practical activities for the formation of the habits in the students of the upper secondary level. The practical contribution will be given by the intervention strategy for the formation of habits for sports practice in students of the upper secondary level.

**Keywords:** habits, sports practice, students

## INTRODUCCIÓN

La Organización de las Naciones Unidas para la Educación la Ciencia y la Cultura, recomienda que los programas para la formación en estudiantes del nivel medio superior deben hacer hincapié en la formación de hábitos para la actividad física, el deporte, la recreación y valores asociados a la práctica de la educación física y el deporte, como el respeto, el juego limpio y la tolerancia. La globalización, que está presente en todas las áreas del desarrollo humano actual, plantea nuevos retos para el contexto en el que se desarrolla la Universidad contemporánea (McLennan & Thompson, 2019).

Estos retos se enmarcan, principalmente, en la formación del profesional y se expresan en la necesidad de garantizar la formación no solo de conocimientos, sino también de motivaciones, valores, habilidades y recursos personales que le permitan a la persona desempeñarse con eficiencia, autonomía, ética y compromiso social en los diferentes ámbitos de su desarrollo laboral y personal (Blández, Fernández; & Sierra, 2007). El papel de la educación en el contexto nacional actual se encuentra inmerso en desafíos y oportunidades inéditas.

El escenario nacional es de confrontación de ideas, de tendencias y de mayores exigencias de formación con marcada necesidad de ciudadanos éticos que propicien un cambio social para asegurar la calidad de vida y el bienestar colectivo para todos los mexicanos. Por tanto, es fundamental fortalecer la vinculación entre la educación, la investigación y el sector productivo (López, 2019).

Durante las últimas décadas se han ido planteando diferentes retos para conformar un modelo más completo de Educación Física: la adherencia a la actividad física en el tiempo, la condición física orientada a la salud, la recreación, la iniciación deportiva, la educación en valores, el bilingüismo, etc.

Desde nuestro modo de pensar, los principales retos a los que sigue enfrentándose la Educación Física (EF) en México en este principio de siglo son tres:

- a) plantearse de forma reflexiva y sistemática qué queremos que aprenda nuestro alumnado en EF;
- b) tener razones claras y poderosas sobre lo que puede aportar la EF a la educación integral de las personas; y
- c) lograr definitivamente la profesionalidad que venimos demandando durante los últimos 30 años.

En la presente investigación se aborda la problemática de trabajar por una formación que va más allá del dominio de conocimientos científicos, en ella se asumen la generación de nuevos conocimientos, en el desarrollo

de habilidades y en la formación de hábitos fundamentalmente. Se estudian las características esenciales del entorno social en las cuales se enfrentará el alumno para que éste asuma un compromiso social de acuerdo con las exigencias de la sociedad.

## MATERIALES Y MÉTODOS

La metodología utilizada es de tipo cualitativo, con la utilización de algunos métodos y técnicas de tipo cuantitativo, según sea necesario en cada momento del proceso investigativo.

Para desarrollar las tareas se utilizarán los métodos y técnicas siguientes:

Nivel teórico.

- Histórico – Lógico: Se utilizará para la realización del análisis acerca de la evolución del objeto de estudio en el contexto nacional e internacional y determinar su estado actual.
- Inductivo - Deductivo: Se utilizará de acuerdo con los nexos entre estas dos formas de inferencia lógica indistintamente para arribar a conclusiones.
- Analítico – Sintético: Se utilizará para descomponer las complejidades de los procesos cognitivos, determinar las relaciones entre ellos, recopilar elementos importantes, estudiar la información documental y la situación problemática.
- Sistémico - Estructural: Se utilizará para garantizar la estructura de la estrategia pedagógica.

Nivel Empírico:

- Análisis de documentos: Se analizarán e interpretarán los documentos en todas las fases de la investigación. En este sentido, se examinarán: El Modelo Educativo Acalán 2017 de la Universidad Autónoma del Carmen, El plan de estudio de las Preparatorias del Campus Dos, CONALEP, CETMAR y Colegio de Bachilleres.
- Reunión con profesores: Se participará en reuniones con docentes o entrenadores de las diferentes instituciones educativas del nivel medio superior del municipio del Carmen.
- Cuestionario a los estudiantes: Se utilizará para conocer sus opiniones sobre la preparación recibida, lo que permitirá la exploración de indicadores de contenido y formación de hábitos.
- Triangulación de métodos: Se utilizará para conocer la existencia de regularidades para la formación de hábitos en los estudiantes, como técnica de análisis de datos a partir de cruzar la información obtenida por los diferentes métodos, técnicas e instrumentos aplicados.

- Técnica de ladov: Se aplicará para conocer el grado de satisfacción de los estudiantes en la aplicación de la Estrategia pedagógica.
- Observación Participante: Se realizarán observaciones a diferentes actividades de la práctica deportiva con la finalidad de valorar y obtener la información acerca del nivel de formación de hábitos de la práctica de estas.
- Cuestionario final aplicado a profesores o entrenadores: Se aplicará para determinar la certeza de las actividades propuestas.
- Técnica estadística. Se utilizará para el análisis e interpretación de los datos que se obtienen como resultados de los métodos y técnicas aplicadas.

Se utilizarán métodos de la estadística descriptiva y el análisis porcentual.

Resultados esperados son los siguientes:

- Contribuir a la formación de hábitos para la práctica de actividades deportivas en los estudiantes y de esta manera mejorará los modos de actuación en los diferentes contextos de la sociedad.
- Aplicar la Estrategia Pedagógica en otras instituciones educativas del estado de Campeche.
- Generalizar la presente investigación en otros centros de Educación Superior del Sureste Mexicano.
- Presentar los resultados de la investigación en eventos científicos en el área nacional e internacional.

## DESARROLLO

La educación superior es uno de los últimos espacios formales que tendrá la persona durante su proceso educativo, mismo al que hoy únicamente el 20% de la población que inició educación básica tiene acceso (ANUIES 2010). Es entonces imprescindible mantener constante la mirada y la reflexión en lo que actualmente hacemos como instituciones universitarias, así como el cuestionamiento sobre qué de ello resulta pertinente ante los retos que hoy plantea la sociedad y el propio contexto.

Una de las promesas y aspiraciones más recurridas por los diferentes planteamientos educativos y que además está presente en todos los niveles, es la formación integral de los estudiantes. Sin embargo, su manifestación en concreto a través de estrategias, programas y acciones educativas efectivas en cada una de las instituciones resulta un tema complejo.

En este sentido, la práctica física y deportiva es una de las actividades y propuestas formativas comúnmente presentes en nuestras instituciones educativas. A dicha práctica se le han atribuido en distintos momentos

funciones que le han permitido ubicarse como uno de los ámbitos privilegiados para que el alumno haga propios valores que van desde la tolerancia y el respeto al otro, el afán de superación, la convivencia, el compañerismo, el trabajo en equipo, la disciplina, la responsabilidad y la formación temprana de hábitos deportivos saludables que perduran, hasta otros valores como el juego limpio, la justicia, la lealtad, el respeto a la autoridad y la formación de ciudadanía (Gutiérrez, 2004; Muñoz, 2004).

Entre los retos que tienen los educadores está el brindar una educación que genere cambios en la sociedad, en pro de la formación de estudiantes creativos e innovadores, por lo tanto, es necesario que los países implementen políticas públicas en donde se promueva la innovación en las instituciones educativas (Pacheco & Maldonado, 2017). En este sentido, es necesario promover políticas en donde el deporte y la actividad física tengan un papel fundamental en el contexto educativo y se fortalezcan con la finalidad de integrar a las comunidades y formar en valores, por lo tanto, es necesario fomentar diferentes programas y alternativas de formación (Bernate, Fonseca y Betancourt, 2019).

La inactividad física constituye una pandemia global, de modo que diversas organizaciones internacionales han hecho un llamado a la acción con el fin de tratar esta problemática. Los datos registrados señalan que más del 80% de los niños de 10 a 14 años y cerca del 40% de los adolescentes de 15 a 19 años son inactivos y las evidencias indican que este factor de riesgo está en aumento. Durante el 2018, la inactividad física en México tuvo un costo de cerca de 16 mil millones de pesos.

En México se integró un equipo nacional, con instancias como la Secretaría de Salud (SSA), Secretaría de Educación Pública (SEP), Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte (CONADE), la UNESCO-México y la Organización Panamericana de la Salud/Organización Mundial de la Salud (OPS/OMS), así como representantes de más de 30 organizaciones civiles, universidades e instituciones académicas expertas en distintos rubros relacionados con la prestación de educación física. Siguiendo la metodología propuesta por la UNESCO, desde agosto de 2016, los miembros de este equipo colaboraron para emitir recomendaciones dirigidas a fortalecer la prestación de educación física en México, con base en un diagnóstico de la situación nacional y en los principios propuestos por la Organización. Realizar deportes brinda una buena salud mental, sensaciones de felicidad y bienestar. Los estudiantes estimulan su cerebro constantemente para aprender y recordar mejor cada movimiento que deben realizar (Gutiérrez, 2017 y Bernate, Fonseca, & Betancourt, 2020).

Otra de las ventajas de practicar deportes es que se mejoran los estados de ánimo, como si fuera una terapia el estrés, la depresión, la ansiedad y los trastornos del sueño se ven reducidos. El deporte más que ser ejercicio físico también es un momento de socialización. Cualquier deporte que se practique compartirá las mismas enseñanzas a sus jugadores:

- Aprender a comunicarse con otros.
- Mejorar la convivencia con todos los participantes.
- Tolerar la frustración.
- Trabajar en equipo.
- Practica la perseverancia mediante su esfuerzo.

Los deportes requieren de un periodo de entrenamiento y que cada participante aprenda a respetar las reglas del juego. Esto es un factor que ayuda a incrementar la disciplina y en ocasiones, los estudiantes logran encontrar su vocación y profesión en el deporte que practican.

La UNACAR presenta el Modelo Educativo Acalán centrado el aprendizaje y con un enfoque por competencias, logrando dar un paso significativo en cuanto a su compromiso social: ubica en el centro de todos los procesos de enseñanza-aprendizaje los problemas, necesidades y cambios sociales con los que necesariamente tienen que interactuar los estudiantes para aprender. De este modo, la UNACAR genera las condiciones necesarias que favorecen el acceso a una educación media-superior de calidad, mediante estrategias y acciones consecuentes.

En México la cultura física aún no se entiende como debería de ser, no se concibe como una forma de vida ya que para la mayoría de la sociedad es más bien vista como una clase donde los estudiantes van a las canchas juegan y se recrean (Cocca, Mayorga, & Viciano, 2015). En este sentido entra un cuestionamiento que radica en pensar si la sociedad realmente quiere ciudadanos sanos para empezar a reformar mediante políticas públicas educativas la manera de implementarla en beneficio de la nación.

En nuestro país el hecho de no darle el valor necesario a la práctica deportiva genera una problemática social, que actualmente se observa en las enfermedades que se han ido desarrollando como son; la obesidad infantil y en adultos, el sobrepeso, la diabetes; la drogadicción, el tabaquismo y el alcoholismo; que cada día cobran la vida de cientos de personas. Sin duda las principales causas de su expansión son; el sedentarismo y la poca práctica de actividades físicas, deportivas y recreativas.

Los y las jóvenes son un grupo etéreo vulnerable a los estilos de vida impuestos por los medios de comunicación e

influenciables por la tecnología cada vez más avanzada que los conlleva a un modo de vida inactivo aplicando la ley del mínimo esfuerzo físico, condenando a esta población, que representa la fuerza económica futura del país, a padecer enfermedades propias de este sedentarismo y no sólo a eso, sino también a disminuir su ciclo de vida y de manera determinante la calidad de la misma (Avalos, 2006 y Cambronero et al., 2015).

Un ejemplo son nuestros jóvenes de distintos centros universitarios de renombre en el municipio Preparatoria Campus Dos, Campus Sabancuy de la UNACAR, el CETMAR, el CONALEP, el CEBTIS y demás instituciones privadas donde se practican un sinnúmero de disciplinas deportivas, pero que no son llevadas a cabo por el grueso de los alumnos en todos los casos, y como en todo en la vida, existe un área de oportunidad para mejorar ciertos aspectos de infraestructura y estrategia.

En las indagaciones realizadas, tanto en la teoría como en la práctica, mediante la aplicación de métodos científicos de investigación entre ellos, el análisis de documentos, así como entrevistas, encuestas a entrenadores, estudiantes y profesores, posibilitó la significación de dificultades en la formación de hábitos para la práctica de actividades deportivas en estudiantes del nivel medio superior de Ciudad del Carmen Campeche.

Los análisis anteriores condujeron al planteamiento del siguiente problema científico: ¿Cómo contribuir a la formación de hábitos para la práctica deportiva en los estudiantes del nivel medio superior del municipio del Carmen?

Se ofrece una panorámica sobre los fundamentos teóricos relacionados con la formación de hábitos en actividades físicas y deportivas, en estudiantes del nivel medio superior.

No obstante, antes de ofrecer esta panorámica sobre la fundamentación de la importancia en la formación de hábitos de prácticas deportivas y del ejercicio físico, es conveniente comenzar presentando diversos puntos de vista sobre las principales tendencias del proceso de formación del estudiante de la Educación media superior. Así mismo, para que esta panorámica sea lo más completa posible, además de las tendencias actuales en la formación del estudiante, se caracteriza su proceso de formación en la Universidad Autónoma del Carmen y se ofrece una fundamentación teórica sobre los contenidos de las diferentes disciplinas deportivas, clasificándolas y caracterizándolas, los beneficios tanto físicos, psicológicos y sociales al realizarlas cotidianamente.

Por último, se realiza la fundamentación pedagógica sobre la formación de hábitos de la práctica deportiva,

tomando en consideración los componentes del proceso de enseñanza aprendizaje.

Los elementos enunciados en el párrafo anterior son los principales componentes del marco teórico contemplados en el presente proyecto, aunque no podrá abarcar totalmente todo lo que, desde el punto de vista teórico, tiene que ver con el tema principal del proyecto, al menos pretende referenciar sus aspectos fundamentales.

El objetivo general es aplicar una estrategia pedagógica para la formación del hábito de la práctica deportiva en los estudiantes del nivel medio superior de Ciudad del Carmen, Campeche.

Como objetivos específicos se declaran los siguientes:

- Determinar los presupuestos teóricos metodológicos relacionados con la formación de hábitos deportivos en estudiantes del nivel medio superior.
- Diagnosticar el estado actual sobre la práctica de actividades deportivas en estudiantes del nivel medio superior.
- Elaborar una estrategia pedagógica para la formación de hábitos deportivos en estudiantes del nivel medio superior.
- Aplicar la estrategia pedagógica para la formación de hábitos deportivos en estudiantes del nivel medio superior.

#### **Actividades del Colaborador**

Cada uno de los colaboradores participará en cada una de las actividades propuestas para el desarrollo de la investigación, la línea de trabajo de la presente investigación será el trabajo en equipo en cada momento de esta, por lo cual las actividades son las siguientes:

- Elaboración de la propuesta pedagógica para la formación de hábitos en la práctica deportiva de los estudiantes.
- Aplicación de encuestas
- Aplicación del cuestionario a los profesores o entrenadores
- Elaboración de las reuniones con los profesores o entrenadores
- Observación de las actividades propuestas durante la aplicación de la estrategia.
- Recogida de información.

- Asesoramiento a los estudiantes implicados en la investigación
- Documentos administrativos para solicitar los espacios físicos para desarrollar las actividades.
- Elaboración de los productos de los resultados obtenidos en la presente investigación.

Se han declarado un grupo de impactos previsto por el proyecto:

#### **Científico**

- Incorporación de esta problemática a temas de estudio de tesis de licenciatura, maestría y doctorados.
- Aporte de nuevas técnicas para lograr una mayor participación de la familia y la comunidad en la vida educativa de las instituciones de educación media superior.
- Publicación de dos a tres artículos en revistas indexadas nacionales e internacionales.

#### **Económico**

- Una mejor organización escolar de los centros con la participación decisiva de la familia y la comunidad en este proceso.
- Aumento de los niveles de promoción y su calidad, de asistencia de estudiantes a los centros educativos del nivel medio superior del municipio.

#### **Social**

- Mejoramiento de la práctica del deporte y la cultura a partir de una mayor gestión de estas esferas por parte de las instituciones participantes.
- Aumento de la retención escolar como manifestación de una mayor comunicación entre la escuela, la familia y la comunidad.
- Mejores hábitos de alimentación y de prevención de enfermedades.

#### **Ambiental**

Los estudiantes del nivel medio superior tendrán un compromiso mayor en el cuidado del medio ambiente, no sólo por las actividades que se implementarán en la estrategia, sino por el cambio mostrado en sus modos de actuación en el transcurso de las actividades implementadas.

A continuación, se declaran las actividades y su distribución mensual:

Tabla 1. Programa de actividades

ACTIVIDAD	DISTRIBUCIÓN MENSUAL											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
2021												
Reunión con los colaboradores del proyecto, introducción al tema principal	x											
Análisis de los contenidos		x										
Diagnóstico a los estudiantes sobre la formación de hábitos			X									
Planeación de las actividades deportivas				x								
Ejecución de las actividades planteadas para la estrategia pedagógica					x	x	x	x	x			
Evaluación de las actividades desarrolladas										x		
Trabajo colegiado con el equipo de investigadores del proyecto para analizar los resultados de las técnicas empleadas										x		
Colocar el primer artículo de investigación derivado del proyecto											x	
Presentar la primera ponencia derivada del proyecto										x		
2022												
Establecer las formas para dar inicio al proceso de la elaboración del segundo artículo					x							
Colocar el tercer artículo derivado del proyecto									x			
Realizar la segunda ponencia derivada del proyecto							x					
Tesis de Licenciatura					x	x	x	x	x	x		
Entrega de informe final del proyecto al departamento de investigación y postgrado de la UNACAR										x		

Por lo tanto, ya sea a través de su participación en algún equipo deportivo o de la práctica de actividades físicas para la salud, la apuesta es que el alumno forme hábitos que, en el presente, y también en el mediano y largo plazo, puedan impactar positivamente en su salud, al mismo tiempo que pueda figurar como un agente de promoción en su comunidad (Garrido et al., 2016).

Se trata entonces de la formación de hábitos que favorezcan el desarrollo integral de los alumnos y en la que desde nuestro quehacer diario podemos participar. Sin duda, la encomienda no es menor: aprovechar el potencial de formación que hoy está a nuestro alcance. Potencial que nos recuerda el gran sentido educativo y formativo que puede encontrarse en aquello que hacemos en lo cotidiano, respondiendo de manera pertinente ante el gran desafío que hoy una sociedad como la mexicana presenta.

## CONCLUSIONES

Es necesario que los educadores físicos se apersonen de proyectos para fortalecer a las comunidades en las cuales trabajan. Es necesario que el sector académico se comprometa con el fortalecimiento de la política pública y así facilitar el desarrollo de la infraestructura, asignación de rubros a nivel comunitario regional y nacional que cubran las diferentes necesidades de la sociedad con relación a las diferentes clasificaciones del deporte.

Se espera que los docentes innoven en proyectos de actividad física y deporte articulando procesos novedosos, en donde realicen un aporte desde su quehacer. Una educación física de calidad debe basarse en la implementación de políticas públicas, investigación y la participación de las partes interesadas ya que factores como la obesidad y la inactividad física están afectando a los diferentes grupos etarios y es por este motivo que se debe permear la vida de las personas logrando cambios de conductas.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ANUIES. (2010). *Estadísticas de educación Superior*. Ministerio de educación Superior, México.
- Avalos, J. (2006). *Las prácticas juveniles en el salón de clase*. Ponencia presentada en el XI Simposio Interamericano de Investigación Etnográfica en Educación, memoria electrónica, Buenos Aires, Argentina.
- Bernate, J., Fonseca, I., & Betancourt, M. (2020). Impacto de la actividad física y la práctica deportiva en el contexto social de la educación superior. *Retos*, 37, 742-747.

- Blández, J. Á.; Fernández-García, E.; & Sierra, M. Á. (2007). Estereotipos de género, actividad física y escuela: la perspectiva del alumnado. *Profesorado: Revista de Currículum y Formación del Profesorado*, 11(2) 1-21.
- Cambroner, M., Blasco Mira, J. E., Chiner, E., & Lucas Cuevas, Á. G. (2015). Motivos de participación de los estudiantes universitarios en actividades físico-deportivas. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 10(2), 179-186.
- Cocca, A.; Mayorga, D.; & Viciano, J. (2015). Relación entre niveles de actividad física y placer de ser activos en estudiantes universitarios. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 8(2), 359-372.
- Garrido, Á. A., Olmos, J. C. C., Pardo, R., & García-Arjona, N. (2016). Educación física y deporte: ¿Instrumentos de integración de inmigrantes?. *Revista de ciencias sociales*, 22(3), 10-21.
- Gutiérrez Díaz del Campo, D., García-López, L, Pastor Vicedo, J., Romo Pérez, V., Eirín Nemiña, R. & Fernández-Bustos, J (2017). Percepción del profesorado sobre la contribución, dificultades e importancia de la Educación Física en el enfoque por competencias. *Retos. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (31), 34-39.
- López-D'Amico, R. (2019). Educación Física de calidad: ¿De dónde surge este planteamiento? *RECIE. Revista Caribeña de Investigación Educativa*, 3(2), 33-45.
- McLennan, N., & Thompson, J. (2015). *Educación Física de calidad: guía para los responsables políticos*. UNESCO Publishing.
- Muñoz Ramírez, F. (2004). El deporte como instrumento de transmisión de valores: por un modelo de cohesión social y de tolerancia. *Revista de Educación*. 153-161
- Pacheco, R., & Maldonado, E. (2017). Relación entre los estilos de aprendizaje y las teorías de enseñanza. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (32), 7-13.
- Gutiérrez Sanmartín, M. (2004). El valor del deporte en la educación integral del ser humano. *Revista de educación*. 105-126.