

DIAGNÓSTICO PARA SELECCIÓN DE CONTENIDOS DEL BACHILLER EN EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTE EN LESOTHO

DIAGNOSIS FOR SELECTION OF CONTENTS OF THE BACHELOR IN PHYSICAL EDUCATION AND SPORT PROGRAM IN LESOTHO

Artículo de investigación

Luis Lázaro Arias Rodríguez ⁽¹⁾

Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte, Manuel Fajardo, La Habana. Cuba.

⁽¹⁾ Doctor en Ciencias de la Cultura Física. Profesor titular del departamento de Cultura Física Profiláctica y Terapéutica. Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte, Manuel Fajardo. Profesor invitado y asesor curricular en la Universidad Nacional de Lesoto. ID ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9554-186X>

Resumen

El carácter científico de los currículos depende, en gran medida, de la determinación de las condiciones y exigencias del contexto en el que se desarrollarán. Debido a la carencia de información sobre la situación socioeconómica de Lesoto, se realizó un diagnóstico con objetivo de identificar las condiciones socioeconómicas generales, de la educación y la salud del país, que determinan los contenidos del programa de Bachiller en Ciencias de la Educación Física y Deporte. Se aplicaron métodos de revisión de documentos, cuestionarios a especialistas. A partir de los resultados obtenidos se seleccionaron los contenidos y actividades de los cursos en el programa. En el estudio se concluyó que la determinación de las variables contempladas facilita la selección de los contenidos y actividades de los cursos, lo que contribuye a una formación de calidad y a la inserción de los egresados en el mercado laboral.

Palabras clave: condiciones socioeconómicas, diagnóstico, educación, salud, selección de contenidos.

Abstract

The scientific character of the curricula depends to a large extent, on the determination of the conditions and demands of the context in which they will be developed. Due to the lack of information on the socioeconomic situation of Lesotho, a diagnosis was made with the objective of identifying the general socioeconomic, education and health conditions of the country, which determine the contents of the Bachelor of Science in Physical Education and Sport. Document review methods and questionnaires to specialists were applied. Based on the results obtained, the contents and activities of the courses in the program were selected. The study concluded that the determination of the

contemplated variables facilitates the selection of the contents and activities of the courses, which contributes to quality training and the insertion of graduates in the labor market.

Keywords: content selection, diagnosis, education, health, socioeconomic conditions.

Introducción

La Educación Física y Deporte son de gran importancia para la población, especialmente para niños y jóvenes; su desarrollo constituye una muestra de calidad de vida de cualquier nación. La inversión pública en la Educación Física y el Deporte es superada por el ahorro que proporciona en la salud y la educación. La participación en la Educación Física de calidad ha demostrado ser capaz de inculcar una actitud positiva hacia la actividad física, evitar que los jóvenes se involucren en comportamientos de riesgo y el incremento del rendimiento académico, contribuyendo a ampliar las oportunidades para la inclusión social (UNESCO, 2015a, p. 4).

La UNESCO (2015b) plantea que: «La cooperación internacional es un requisito previo para aumentar el alcance y los efectos de la educación física, la actividad física y el deporte» (p. 6).¹

Partiendo de estos principios, a iniciativa del Ministerio de Género y Juventud, Deporte y Recreación de Lesoto y, ante la ausencia de programas para la formación de los profesionales en esta esfera, se comenzó el diseño de un programa de Bachiller en Ciencias de la Educación Física y Deporte.

Sobre el diseño de currículos universitarios, Sanz Cabrera et al (2003) plantean que: «Ante el nuevo milenio, surgen para las universidades nuevos desafíos, nuevos riesgos, nuevos conflictos, como resultado de presiones externas derivadas de procesos socioeconómicos y políticos que se traducen en aspectos, rasgos o políticas, que condicionan a la educación superior como sistema» (p.26).²

Este panorama de cambios en la escena mundial, unido a tendencias identificadas en la educación superior como expresión de los mismos, influye de una u otra manera en el currículo. Ignorar el contexto socio-político y científico-técnico donde se desarrolla un currículo, es ignorar que el proceso de formación del hombre está condicionado socio-históricamente (Sanz Cabrera et al, 2003, p. 26-27; Garrigó Andrew y Delgado Fernández, 2019, p. 2; Pérez Brito, 2020, p.86)

El carácter científico que requiere el diseño de currículos está determinado por la relación entre las condiciones y exigencias socioeconómicas del país, el modelo del profesional a formar, así como, los contenidos y actividades a realizar, los objetivos, los métodos, los procedimientos organizativos y las formas evaluación.

¹ UNESCO: *Quality physical education. Guide for political leaders*, p. 6.

² Sanz Cabrera et al: *Curriculum y formación profesional*, p.26.

Para diseñar el perfil profesional se debe partir de tres fuentes fundamentales, estas son: las competencias profesionales, las condiciones y exigencias sociales, económicas, culturales y educativas del país y, las perspectivas de la actividad en el país. (Addine, 2000, pp. 29 – 30).

Para el diseño del programa en Lesoto, debido a la carencia de información sobre las fuentes citadas, se realizó un estudio diagnóstico, cuyo objetivo consistió en identificar las condiciones socioeconómicas generales, la educación y la salud de la población de Lesotho, que determinan los contenidos del programa de Bachiller en Ciencias de la Educación Física y Deporte que se desarrolla en la Universidad Nacional de Lesoto (NUL).

Metodología y métodos

Se realizó un estudio descriptivo en el período de mayo a diciembre de 2019, donde se utilizaron métodos y técnicas de investigación que permitieron indagar en las variables establecidas. Se empleó el método de revisión de documentos para recopilar datos de los indicadores más importantes del país y su población. El método analítico-sintético permitió valorar los factores socioeconómicos, educativos y de salud relacionados con la Educación Física y el Deporte. Se aplicaron cuestionarios a directivos, entrenadores y profesores para identificar la situación de la Educación Física y el Deporte y de la formación de los profesionales en el país.

Resultados y Discusión

Condiciones socioeconómicas, educativas y salud en Lesotho

El análisis de los factores socioeconómicos es una herramienta que contribuye a comprender las transformaciones y realidades que se producen en la dinámica de las sociedades. Los datos mostrados son más que cifras, pues expresan la realidad de los individuos (Navarro, 2015).

El Reino de Lesoto tiene una superficie de 30.360 km², presenta una densidad de población de 69 habitantes por km². Por su Producto Interno Bruto es la economía número 168 en el mundo. Su deuda pública en 2017 fue de 890 millones de euros. El PIB per cápita en 2018 fue de 1,121 €, que lo ubica el puesto 161 a nivel mundial (Macrodata, 2019).

Aproximadamente un cuarto de la población atraviesa una grave crisis humanitaria que requiere la asistencia de la comunidad internacional. La tasa de dependencia familiar y/o gubernamental alcanza la cifra de 58,9 de 0 a 14 años y 7,5 a partir de 65 años. El porcentaje de la población a partir de los 15 años con empleo es de 48,4 % y el porcentaje de la población que supera la edad legal de jubilación y que reciben una pensión, representa el 94 % (Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo [PNUD], 2018, p. 64).

El desempleo y la distribución desigual de los ingresos son las principales causas de la pobreza. Debido a la alta tasa de desempleo la población emigra en busca de trabajo. Las remesas

representan 29 % del PIB, más del 60% de los hogares reciben remesas mensuales de Sudáfrica (World Bank, 2021).

En relación al medio ambiente, la División de Salud Ambiental ha elaborado estrategias de educación, cuyo objetivo es propiciar el conocimiento sobre la temática y la toma de conciencia en las comunidades.

La economía del país depende fundamentalmente de la agricultura, la ganadería, la minería, la manufactura y la construcción, debido a que el 76 % de sus habitantes viven en zonas rurales.

El sector del turismo contribuye en más del 4 % al PIB del país. Durante el invierno, la nieve en los distritos montañosos constituye uno de los principales atractivos turísticos (World Bank, 2021).

Condiciones generales del sector educativo, la Educación Física y el Deporte en el país

La educación y la salud, además de ser derechos humanos básicos, no se deben ver sólo como bienes que dan determinando status y de los cuales se podrán obtener beneficios personales, sino como un bien social que pretende asegurar la igualdad de oportunidades y las vías para conseguir una mejor calidad de vida.

El Gobierno promulgó en 2010 la Ley de Educación, que estipula el derecho a la educación gratuita y obligatoria en el nivel primario (United Nations [UN], 2019, p. 3 - 13). La educación primaria es gratuita y obligatoria. La educación secundaria no es gratuita ni obligatoria; en esta enseñanza solo se matricula el 43,3 % de los estudiantes, debido a las cuotas a pagar, la falta de escuelas en las zonas rurales, la falta de recursos de las familias pobres y al embarazo adolescente que, a menudo conduce al matrimonio infantil, entre otras causas (Lescij, 2020; Government of Lesotho, s/f).

El país cuenta con catorce centros universitarios, donde se brindan estudios de pregrado de cuatro años, programas de maestría y, en algunos casos, de doctorado. La educación informal comprende 26 escuelas técnicas y vocacionales, que ofrecen capacitación en diversos oficios (Raselimó & Mahao, 2015).

Con respecto a la Educación Física, aunque es considerada una asignatura en el currículo de las instituciones de la enseñanza primaria y secundaria, no es obligatoria (Raselimó & Mahao, 2015), por tanto, a criterio de los especialistas encuestados en el Ministerio de Género y juventud, Deporte y Recreación (MGDR), prácticamente no se imparte en el nivel primario --solo en algunas escuelas privadas-- y su presencia en el resto de los niveles es nula.

Según el Lesotho Times (2009), la situación con respecto a la Educación Física y el Deporte en ese período se caracterizaba por la falta de instalaciones deportivas en las escuelas, incluyendo la Universidad Nacional de Lesoto, insuficiente formación de profesores de Educación Física, no existían programas para la impartición de la asignatura, entre otros aspectos. Como resultado de los

cuestionarios aplicados a los especialistas se pudo comprobar que estas carencias se mantienen casi intactas.

Sobre la formación de profesionales, el Colegio de Educación de Lesoto, es la institución dedicada a la formación de maestros de nivel medio, es la única entidad con un curso de Educación Física y Salud que brinda una preparación elemental para impartir la Educación Física, lo que responde de forma muy limitada a las necesidades que tiene el país en este campo, considerando que, tanto los profesores como los especialistas, deben recibir una formación universitaria que les permita impartir la asignatura con calidad, en conformidad con las normas de calificación nacional y regional (UNESCO, 2015a, p. 50).

Con respecto al Deporte, el país asume la estructura de clubes deportivos, donde se pudo comprobar que el nivel profesional de los entrenadores es deficiente, en muchos casos no tienen estudios universitarios, y en otros, son profesionales de otras esferas, sin la preparación necesaria para la dirección y control del entrenamiento deportivo.

Los resultados de los cuestionarios a especialistas, permitieron comprobar que no existen academias deportivas, la selección de los atletas para participar en los eventos internacionales se realiza a partir de los clubes, donde la selección no es adecuada.

Los resultados deportivos en la esfera internacional son escasos, sólo se han obtenido ocho medallas en los Juegos de la Commonwealth y en los Juegos Panafricanos. El país aún no tiene una medalla olímpica, aunque han participado algunos atletas, fundamentalmente en Boxeo. La participación en Campeonatos Mundiales es muy limitada.

Factores de salud relacionados con la práctica de actividades físicas y deportivas

Una muestra de la relevancia que tiene la Educación Física y el Deporte en la transformación de la sociedad, se pone de manifiesto en el impacto positivo en la conservación de la salud, la prevención de enfermedades y la rehabilitación de personas con secuelas y discapacidades. Lo que contribuye a reducir las tasas de morbilidad y mortalidad por diferentes causas, reducir el gasto en servicios sociales, de salud y, al mismo tiempo, contribuir a la integración social efectiva de la población atendida.

En relación a situación de la salud pública del país, en el 2016, según la OMS (2020), la esperanza de vida al nacer fue de 52,9 años, la esperanza de vida sana al nacer se redujo a 46,6 años. La tasa de mortalidad neonatal --por cada 1000 nacidos vivos-- fue de 35 y la de los menores de 5 años --por cada 1000 nacidos vivos-- fue de 81. La razón de mortalidad materna --por cada 100 000 nacidos vivos-- fue de 544. La tasa de fecundidad de las adolescentes --por cada 1000 mujeres de entre 15 y

19 años-- en el 2018 fue de 94,0. Las nuevas infecciones por el VIH --por cada 1000 habitantes no infectados-- en el 2018 fue de 7,18 la segunda más alta a nivel mundial después de Eswatini.

En cuanto a las principales enfermedades crónicas no transmisibles, la probabilidad de morir prematuramente --entre los 30 y los 70 años-- fue del 26,6 %, muy elevado con respecto a la media mundial que fue de 3,1%. El número notificado por el gobierno de personas que precisan intervenciones de lucha contra estas enfermedades en el 2018 fue de 382 336, alrededor del 19% de la población total.

La prevalencia del sobrepeso u obesidad entre los menores de 5 años fue de 6,6 %, en niños y adolescentes entre 5 a 19 años fue del 5.0% y, en entre los adultos mayores de 18 años se elevó al 16,6 %. La prevalencia de la hipertensión entre las personas adultas (TAS de ≥ 140 mmHg y/o TAD ≥ 90 mmHg) se estableció en el 29,0%. El consumo total de alcohol per cápita en personas mayores de 15 años se fijó en 4,6 L. La rehabilitación mediante la práctica de ejercicios físicos, no está concebida en los servicios de salud, tanto en el sector público como el privado.

La situación que se muestra hace evidente la necesidad de incluir contenidos y actividades en estrecha relación con la prevención y tratamiento de los problemas socioeconómicos, de salud y de educación; los que pueden paliarse mediante la formación profesionales que incidan de forma positiva en la sociedad, utilizando la práctica de la Educación Física, el Deporte y la Recreación como medios eficaces para la formación de valores, la educación y promoción para la salud, la integración social, la mejora de la calidad de vida de la población, entre otros importantes beneficios.

Tabla 2. Relación entre indicadores socioeconómicos generales y de salud con los principales contenidos y actividades en el programa

Indicador	Contenidos	Asignaturas
Índice de Desarrollo Humano: 0,520, lugar 159 (PNUD, 2018)	El papel del docente de Educación Física y Deporte en el trabajo con la diversidad social.	Fundamentos sociológicos de la Educación Física y el Deporte.
Población: 0–14 años: 770 000 habitantes, 33.5% 15 –59 años: 1 344 200 habitantes, 61.1%) Más de 60 años: 147.000	Influencia de los ejercicios físicos en el cuerpo de personas de diferentes grupos de edades. Concepto y características de las etapas de la edad adulta.	Fundamentos biológicos de la práctica de actividades físicas. Psicología general.

habitantes, 7,8 % Entre 60 y 69: 72.000, 49 % Más de 80: 21.000, 14 % (PNUD, 2018)	Peculiaridades psicológicas de la edad preescolar, escolar, la adolescencia, la juventud, la edad adulta y la vejez.	
Tasa de fecundidad: 3,3 hijos por mujer Tasa de natalidad entre mujeres adolescentes: 89,5 Esperanza de vida al nacer: 52,9 años Tasa de mortalidad materna: 487 por cada 100.000 mujeres en edad fértil Tasa de mortalidad infantil: 72,4 en ≤ 1 año, 93,5 en ≤ 5 años (PNUD, 2018, 40-96, OMS 2020, p.44)	Actividad deportiva y género. Salud reproductiva, fertilización, embarazo saludable y de riesgo. Principales modificaciones del organismo femenino durante el embarazo. Dieta y aumento de peso durante el embarazo. Las particularidades psicológicas de la embarazada.	Fundamentos sociológicos de la Educación Física y el Deporte. Curso electivo: Preparación psicofísica de la embarazada.
Condiciones naturales y de vida: El 76% de la población viven en zonas rurales de montaña. (PNUD, 2018, p. 76)	Juegos y danzas tradicionales de África y Lesoto. Objetivos y valor educativo de las actividades recreativas en la naturaleza. Cuidado y conservación del medio ambiente. Cambio climático como consecuencia de la relación Naturaleza-sociedad.	Actividades tradicionales rítmicas y lúdicas. Actividades recreativas y turísticas en la naturaleza. Curso electivo: Medio Ambiente y Deporte sostenible
Incidencia de la tuberculosis: 611 por cada 100.000 personas, incluyendo casos con VIH (World	Sistema respiratorio. Mecánica de ventilación pulmonar. Volúmenes y	Fisiología humana en la actividad física.

Bank, 2021)	capacidades pulmonares.	
Prevalencia del VIH/SIDA: 25% de la población de entre 15 y 49 años (World Bank, 2021) Conocimiento en mujeres sobre el VIH/SIDA: Zonas urbanas 44.3%, zonas rurales 36.1% Uso de anticonceptivos: 35% al 47% de la población en etapa reproductiva (OMS, 2020, p. 45-68)	Deporte, Educación Física y Recreación en la lucha contra las desventajas sociales. Deporte, Educación Física y Recreación en la prevención y confrontación de las conductas de riesgo. Abuso infantil. Trabajo infantil y explotación sexual. Embarazo en la adolescencia.	Curso electivo: Niños y adolescentes en riesgo social.
Morbilidad y mortalidad a causa de enfermedades crónicas no transmisibles: Enfermedades coronarias: 5,2% tercera causa de muertes. Diabetes mellitus: prevalencia del 4%, octava causa de muertes Obesidad: 24,8% de los hombres y 58,2% de las mujeres tienen sobrepeso y alrededor de 19,9% son obesos. Obesidad infantil: 6,6%, niños menos de 5 años. Hipertensión arterial: 31% de la población. El 83,8% de la población enferma no sigue tratamiento. Cáncer: 4% de las muertes. El 26,7% de la población padece 3 o más de los factores de	Presión arterial sistólica y diastólica. Relación entre presión arterial, flujo sanguíneo y resistencia periférica. Consumo de oxígeno. Metodología para el control y evaluación de indicadores fisiológicos (frecuencia cardíaca, presión arterial y frecuencia respiratoria). Valores normales y patológicos. Implicaciones para la salud. Somatotipo y composición corporal. Índices antropométricos. Importancia del control del peso corporal. Procedimientos de emergencia en afecciones	Fisiología humana en la actividad física. Control y evaluación de la salud en la actividad física.

riesgo. (Ministry of Health Lesotho, 2014, p. 13; OMS, 2020, p. 61).	del sistema respiratorio y cardiovascular.	
Consumo de tabaco: 24,5% de la población, el 39,3% son jóvenes. Alcohol: 30,7% de la población. Sedentarismo: 42% de la población no hace ejercicios con regularidad. Traumas: oscilan entre el 3% y el 6% como causa de muertes, ligado al consumo de alcohol y drogas (Ministry of Health Lesotho, 2014, p.14; OMS, 2020, p. 52)	El deporte y su relación con las conductas de riesgo.	Fundamentos sociológicos de la Educación Física y el Deporte. Curso electivo: Niños y adolescentes en riesgo social.
Personas que viven con discapacidades: 70.000, 3,7 % de la población (WHO, 2015)	Actividad deportiva e inclusión de sectores socialmente desfavorecidos. El rol del docente de Educación Física y Deporte en el trabajo con la diversidad social. Caracterización psicopedagógica y desarrollo motor. Indicaciones metodológicas básicas para las clases de Educación Física y Deportes en personas con deficiencias visuales, auditivas, físico-motoras y neurológicas.	Fundamentos sociológicos de la Educación Física y el Deporte. Actividad física adaptada.

Fuente: Elaboración propia a partir de los datos provenientes de las organizaciones e instituciones citadas

Además, se incluyeron cursos para la formación humanista e integral de los estudiantes en las ciencias aplicadas a la Educación Física y el Deporte, como son cursos de Ciencias Básicas (Matemática, Química, Física), Comunicación Educativa, Pedagogía, Psicología General y aplicada al Deporte, Ciencias Biológicas aplicadas a la práctica de actividades físicas, Ciencias Sociales, Ciencias Médicas, entre otras.

También se programaron cursos básicos de Atletismo, Voleibol, Baloncesto, Fútbol, Natación, Levantamiento de Pesas, cursos optativos de deportes de combate, Teoría y Metodología de la Educación Física y del entrenamiento deportivo, cursos optativos de especialización en el deporte de elección de los estudiantes, Recreación, Educación Física y Deporte Inclusivos, Rehabilitación Física, Masaje, entre otros. También se elaboraron 20 cursos electivos relacionados con el ejercicio de la profesión y con los problemas detectados en el diagnóstico, los que le confieren flexibilidad e integralidad al programa. Estos cursos propician la formación de los estudiantes con perfil amplio, una mayor competitividad en el mercado laboral y posibilidades de desempeñarse en todas las esferas de actuación de la especialidad.

Discusión

Los resultados permiten plantear que la información recopilada fue de gran utilidad para la selección de los contenidos y actividades, contribuyeron además al enriquecimiento del programa en general, con la inclusión de temáticas novedosas como la prevención y protección de la niñez y adolescencia en riesgo social, la atención a los pacientes con VIH y tuberculosis, el rescate de los juegos y danzas tradicionales del país, entre otras.

Es necesario destacar el carácter multidisciplinario de los contenidos y actividades seleccionados, los que facilitan la formación integral de los estudiantes, fomentan valores éticos y ciudadanos que contribuyan a sensibilizar a los estudiantes con problemas más acuciantes del país y, al mismo tiempo, brindarle las herramientas para, desde su profesión, incidir satisfactoriamente estas problemáticas sociales.

Por las demandas identificadas, algunas temáticas constituyen contenidos transversales en el programa, entre ellas: la educación sexual, la prevención de conductas de riesgo, la adquisición de hábitos de vida adecuados y la formación de valores éticos y ciudadanos.

Sobre el diagnóstico de necesidades y demandas sociales para la implementación de currículos, son diversos los autores que destacan su importancia, ubicándolo como la primera tarea del diseño curricular; estos plantean que un adecuado diagnóstico garantiza la identificación de las necesidades y demandas de la formación del profesional, contribuye a incrementar la pertinencia de los programas, permite contemplar las necesidades y demandas nacionales, las regionales e

individuales, favorece el éxito laboral del futuro egresado. En el caso de la Educación Física y el Deporte, contribuye al incremento de la salud colectiva, la identificación de necesidades socioculturales e identificación de gustos y preferencias de realización de actividad física de la población. (Sanz Cabrera et al, 2003, p. 26-27; Pérez Brito, 2020, p.86; Flores Ferro et al, 2021, p. 533; Fonseca Pérez y Gamboa Graus, 2017, p. 93; Isaza Gómez et al, 2019, p.112; Moreno Iglesias, 2019, p. 48)

La realización del diagnóstico para el diseño del programa constituye una novedad, debido a que es el primer programa de bachiller en Educación Física y Deporte que funcionará en el país.

Además, el diagnóstico crea las bases para brindar una educación de calidad a los futuros estudiantes, que garantice una formación integral y tecnológica, un perfil profesional amplio, mayor empleabilidad y movilidad laboral, a partir de la identificación de los problemas que deben resolver al graduarse y la solución a los propios problemas que enfrenten en su actividad laboral, entre ellos, las limitadas oportunidades de empleo que existen en el país, estos y otros aspectos fueron señalados como retos a resolver por la NUL (Thetsane & Mokhethi, 2020, pp. 73-75; Raselimo & Mahao, 2015, pp.10-11).

Conclusiones

Para que los programas de estudio respondan a las condiciones y exigencias del contexto en que se desarrollarán, deben partir del estudio de las variables socioeconómicas, demográficas y científico-técnicas que condicionan los componentes del Proceso de Enseñanza Aprendizaje, entre ellos, la selección de los contenidos y actividades.

El estudio de los factores socioeconómicos, de educación y de salud del país, relacionados con la Educación Física y el Deporte, permitió determinar un conjunto de contenidos y actividades en el programa, lo que condiciona el establecimiento de competencias en el modelo del profesional que se formará en la Universidad Nacional de Lesoto (NUL).

El estudio de los factores de salud relacionados con la práctica de actividades físicas y deportivas, es una herramienta capaz de brindar orientación para la formación de calidad de los estudiantes y contribuye a su inserción más exitosa en el mercado laboral.

Bibliografía

- Addine, F.(2000). *Diseño curricular*. Instituto Pedagógico Latinoamericano y Caribeño. Habana, 2000.
- Flores Ferro, E. et al. (2021). Análisis del perfil de egreso de la carrera de pedagogía en educación física de Chile: un estudio cuantitativo, Retos, 39, 1º semestre, 2021, 532-538. ISSN Edición Web: 1988-2041

- Fonseca Pérez, J.J. & Gamboa Graus, M.E. (2017). Aspectos teóricos sobre el diseño curricular y sus particularidades en las ciencias», *Boletín virtual*, 6, 3, marzo, 2017, 83-112. ISSN: 2266-1536.
- Garrigó Andreu, L. M. y Delgado Fernández, M.(2019). La universidad cubana al horizonte del año 2021», *Revista Cubana de Educación Superior*, 38, 1, La Habana, enero-abril, 2019, ISSN: 2518-2730.
- Government of Lesotho(s.f). *Lesotho Education and Training*. Maseru, s/f. Available at: <http://www.gov.ls/about/education.php>
- Isaza Gómez, G.D., González Hernández, E., Rengifo Cruz, R. y González Arango, L.(2019). Programas de formación superior en el campo de la educación física, el deporte y áreas afines en cuatro países de América Latina. Perfiles profesionales y desafíos», *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, 15, 1, Caldas, enero-junio, 2019, 111-126. DOI: <https://doi.org/10.17151/rlee.2019.15.1.7>, consultado el 14/11/2019.
- Lescij Lescij(2020). *Lesotho's education system now shutting out kids from poor families*. Centre for Investigative Journalism, 2020. <https://lescij.org/2020/11/16/lesothos-education-system-now-shutting-out-kids-from-poor-families/>, 6/11/2020.
- Lesotho Times(2009). *Let's Do More To Develop Sport*. Maseru, 2009. <https://lestimes.com/lets-do-more-to-develop-sport/>
- Macrodata(2019). *Lesotho: Economía y demografía*. <https://datosmacro.expansion.com/paises/lesoto>
- Ministry of Health Lesotho (2014).National multi-sectoral integrated strategic plan for the prevention and control of noncommunicable diseases: 2014-2020. Maseru, 2014. Available at: https://www.iccpportal.org/system/files/plans/LSO_B3_Endorsed%20NCD%20Stratergic%20Plan%20-%20Copy.pdf
- Moreno Iglesias, M. et al. (2019).La gestión por competencias en la carrera de Cultura Física en Cuba. *Revista Pódium*, 14, 1, Pinar del Río, enero – abril, 2019, 40-55. ISSN: 1996–2452 RNPS: 2148.
- Navarro, J. (2015). *Nivel socioeconómico. Definición ABC*, 2015. <https://www.definicionabc.com/economia/nivel-socioeconomico.php>
- Organización Mundial de la Salud (2020). *Estadísticas Sanitarias Mundiales 2020: monitoreando la salud para los objetivos de desarrollo sostenible*, 2020. ISBN 978-92-4-001195-3. Disponible en: <http://apps.who.int/iris>.

- Pérez Brito, Domingo (2020). La estructura del diseño curricular», *Revista Guatemalteca de Educación Superior*, 3, 1, San Carlos de Guatemala, 2020, 85-95. DOI: <https://doi.org/10.46954/revistages.v1i1.7>, consultado el 5/10/2021.
- Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, PNUD(2019). *Índices e indicadores de desarrollo humano. Lesoto. Actualización estadística 2018*», 2018. <https://www.undp.org>, 10/12/2019.
- Raselimo, Mohaeka & Mahao, Mahao(2019). The Lesotho curriculum and assessment policy: Opportunities and threats. *South African Journal of Education*, 35, 1, Maseru, February, 2015, 1-12. Available at: <http://www.sajournalofeducation.co.za>, 8/9/2019.
- Sanz Cabrera, T., González Pérez, M., Hernández Díaz, A. y Hernández Fernández, H. (2003). *Curriculum y formación profesional*. Departamento de Ediciones e Imprenta ISPJAE – CUJAE, La Habana, 2003. Disponible en: <http://bibliotecavirtual.clacso.org.ar/Cuba/cepesuh/20110613040117/librocurriculum.pdf>
- Thetsane, R. & Mokhehi, Motšelisi(2020). Amplifying graduates employability and marketability: the case of the National University of Lesotho. *Journal of Marketing Management*, 8, 2, Maseru, December, 2020, 69-76. Available at: <https://doi.org/10.15640/jmm.v8n2a7>, 6/6/2021.
- UNESCO(2015a). *Quality physical education. Guide for political leaders*. Brussels, 2015a. Available at: <http://www.unesco.org>
- UNESCO(2015). *International charter of Physical Education, physical activity and Sport*». Brussels, 2015b. Available at: www.unesco.org
- United Nations(2019). *Human Development Report*. Washington, 2019. Available at: <http://hdr.undp.org/sites/default/files/hdr.report.web.pdf>, 27/7/2019.
- World Bank (2021). *World Development Indicators 2021*. Available at: <https://www.worldbank.org/en/country/lesotho/overview#1>
- World Health Organization(2015). *Who country cooperation strategy 2014-2019 Lesotho*. Johannesburg, 2015. Available at: <https://apps.who.int>
- <https://www.bing.com/search?q=Sanz+Cabrera%2C+Teresa%2C+Gonz%C3%A1lez+P%C3%A9rez%2C+Miriam%2C+Hern%C3%A1ndez+D%C3%ADaz%2C+Adela+%26+Hern%C3%A1ndez+Fern%C3%A1ndez%2C+Herminia%3A+Curriculum+y+formaci%C3%B3n+profesional.+&form=ANSPH1&refig=7cdf76d478ba4582a73429e57de60165&pc=U531>