

आंतरराष्ट्रीय दृष्टिकोन: शारीरिक शिक्षणावरील युनेस्को (UNESCO), जागतिक आरोग्य संघटना (WHO) आणि
आंतरराष्ट्रीय ऑलिम्पिक समिती (IOC) यांची मार्गदर्शक तत्त्वे - एक सखोल संशोधन अहवाल

डॉ. शिवानंद पाटील

शारीरिक शिक्षण संचालक,

कै. बापूसाहेब पाटील एकंबेकर महाविद्यालय उदगीर

Article Info	ABSTRACT
<p>Article History: Received: 17th January 2026 Accepted: 22nd January 2026 Published: 02nd February 2026</p> <p>Keywords: आंतरराष्ट्रीय युनेस्को</p>	<p>मानवी जीवनाच्या सर्वांगीण विकासामध्ये शारीरिक शिक्षणाचे स्थान अनन्यसाधारण आहे. २१ व्या शतकातील बदलती जीवनशैली, वाढते शहरीकरण आणि तंत्रज्ञानाचा वाढता वापर यामुळे शारीरिक निष्क्रियतेचे प्रमाण जागतिक स्तरावर चिंतेचा विषय ठरले आहे. शारीरिक निष्क्रियता ही केवळ आरोग्याशी संबंधित समस्या नसून ती सामाजिक, आर्थिक आणि शैक्षणिक प्रगतीमधील एक मोठा अडथळा बनली आहे. या जागतिक संकटावर मात करण्यासाठी संयुक्त राष्ट्रांच्या विविध संस्थांनी आणि क्रीडा क्षेत्रामधील जागतिक शिखर संस्थांनी आपापल्या कार्यक्षेत्रातून मार्गदर्शक तत्त्वे आणि धोरणात्मक आराखडे मांडले आहेत. प्रामुख्याने युनेस्को (UNESCO), जागतिक आरोग्य संघटना (WHO) आणि आंतरराष्ट्रीय ऑलिम्पिक समिती (IOC) या तीन संस्थांनी शारीरिक शिक्षणाचे महत्त्व अधोरेखित करताना त्याकडे पाहण्याचा एक नवा दृष्टिकोन दिला आहे.</p>

Copyright © 2026 The Author(s). This is an open access article distributed under the Creative Commons Attribution License, (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>) which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

How to Cite: Patil, S. (2026). आंतरराष्ट्रीय दृष्टिकोन: शारीरिक शिक्षणावरील युनेस्को (UNESCO), जागतिक आरोग्य संघटना (WHO) आणि आंतरराष्ट्रीय ऑलिम्पिक समिती (IOC) यांची मार्गदर्शक तत्त्वे - एक सखोल संशोधन अहवाल. IIP: International Multidisciplinary Research Journal (IIPIMRJ), 3(1), 456-461.

प्रस्तावना:

मानवी जीवनाच्या सर्वांगीण विकासामध्ये शारीरिक शिक्षणाचे स्थान अनन्यसाधारण आहे. २१ व्या शतकातील बदलती जीवनशैली, वाढते शहरीकरण आणि तंत्रज्ञानाचा वाढता वापर यांमुळे शारीरिक निष्क्रियतेचे प्रमाण जागतिक स्तरावर चिंतेचा विषय ठरले आहे. शारीरिक निष्क्रियता ही केवळ आरोग्याशी संबंधित समस्या नसून ती सामाजिक, आर्थिक आणि शैक्षणिक प्रगतीमधील एक मोठा अडथळा बनली आहे. या जागतिक संकटावर मात करण्यासाठी संयुक्त राष्ट्रांच्या विविध संस्थांनी आणि क्रीडा क्षेत्रामधील जागतिक शिखर संस्थांनी आपापल्या कार्यक्षेत्रातून मार्गदर्शक तत्त्वे आणि धोरणात्मक आराखडे मांडले आहेत. प्रामुख्याने युनेस्को (UNESCO), जागतिक आरोग्य संघटना (WHO) आणि आंतरराष्ट्रीय ऑलिम्पिक समिती (IOC) या तीन संस्थांनी शारीरिक शिक्षणाचे महत्त्व अधोरेखित करताना त्याकडे पाहण्याचा एक नवा दृष्टिकोन दिला आहे.

युनेस्कोचे 'गुणवत्तापूर्ण शारीरिक शिक्षण' (Quality Physical Education - QPE), जागतिक आरोग्य संघटनेचा 'शारीरिक हालचालींवरील जागतिक कृती आराखडा' (Global Action Plan on Physical Activity - GAPPA) आणि आंतरराष्ट्रीय ऑलिम्पिक समितीचा 'ऑलिम्पिक मूल्य शिक्षण कार्यक्रम' (Olympic Values Education Programme - OVEP) हे तीनही उपक्रम शारीरिक शिक्षणाच्या जागतिक परिप्रेक्ष्यात दिशादर्शक ठरत आहेत. हे धोरणात्मक आराखडे केवळ व्यायामापुरते मर्यादित नसून, ते शारीरिक साक्षरता, मानसिक आरोग्य, सामाजिक समावेशकता आणि मूल्य-आधारित शिक्षण यांवर भर देतात. शारीरिक शिक्षण हा प्रत्येक व्यक्तीचा मूलभूत अधिकार असल्याचे मान्य करून, या संस्थांनी शाश्वत विकास उद्दिष्टांच्या (SDGs) पूर्ततेसाठी शारीरिक शिक्षणाला एक महत्त्वाचे साधन मानले आहे.

युनेस्को आणि गुणवत्तापूर्ण शारीरिक शिक्षण (QPE): धोरणात्मक क्रांती

युनेस्कोने शारीरिक शिक्षणाकडे पाहण्याचा पारंपरिक दृष्टिकोन बदलून 'गुणवत्तापूर्ण शारीरिक शिक्षण' (QPE) ही संकल्पना मांडली आहे. पारंपारिक शारीरिक शिक्षणामध्ये अनेकदा केवळ खेळांवर किंवा विशिष्ट शारीरिक कौशल्यांवर भर दिला जातो, परंतु युनेस्कोच्या मते गुणवत्तापूर्ण शारीरिक शिक्षण हे सर्वसमावेशक, बालकेंद्रित आणि मूल्य-आधारित असणे आवश्यक आहे. गुणवत्तापूर्ण शारीरिक शिक्षण हे वारंवारता, विविधता, सर्वसमावेशकता आणि मूल्यात्मक आशय या चार प्रमुख स्तंभांवर उभे आहे. हे शिक्षण केवळ विद्यार्थ्यांच्या शारीरिक क्षमतेत वाढ करत नाही, तर त्यांना २१ व्या शतकातील आव्हानांना सामोरे जाण्यासाठी आवश्यक असलेली सामाजिक आणि भावनिक कौशल्ये देखील प्रदान करते.

गुणवत्तापूर्ण शारीरिक शिक्षणाचा मुख्य केंद्रबिंदू 'शारीरिक साक्षरता' (Physical Literacy) हा आहे. शारीरिक साक्षरता म्हणजे आयुष्यभर शारीरिक हालचालींमध्ये सक्रियपणे सहभागी होण्यासाठी आवश्यक असलेली प्रेरणा, आत्मविश्वास, शारीरिक सक्षमता आणि ज्ञान संपादन करणे होय. युनेस्कोच्या मते, बालपणापासूनच शारीरिक साक्षरतेवर भर दिल्यास मुले आयुष्यभर निरोगी आणि सक्रिय राहण्याची शक्यता अधिक असते. कोविड-१९ महामारीनंतरच्या काळात शारीरिक साक्षरतेचे महत्त्व अधिकच वाढले आहे, कारण या काळात मुलांच्या शारीरिक हालचालींमध्ये ४१% पेक्षा जास्त घट झाल्याचे दिसून आले आहे.

गुणवत्तापूर्ण शारीरिक शिक्षणाचे आठ थीमॅटिक क्षेत्रांवर आधारित धोरण

युनेस्कोच्या मार्गदर्शक तत्वांचे विश्लेषण केल्यास असे दिसून येते की, गुणवत्तापूर्ण शारीरिक शिक्षणाची अंमलबजावणी करण्यासाठी आठ प्रमुख क्षेत्रांवर लक्ष केंद्रित करणे आवश्यक आहे. हे क्षेत्र धोरणकर्त्यांना राष्ट्रीय स्तरावर बदल घडवून आणण्यासाठी एक संरचित आराखडा उपलब्ध करून देतात.

युनेस्कोने या धोरणात्मक आराखड्याची चाचणी घेण्यासाठी फिजी, मेक्सिको, दक्षिण आफ्रिका आणि झांबिया या देशांमध्ये प्रायोगिक प्रकल्प राबवले आहेत. या प्रकल्पांच्या अभ्यासातून असे दिसून आले की, ज्या देशांमध्ये शिक्षण, आरोग्य आणि क्रीडा मंत्रालयांमध्ये

समन्वय साधला गेला, तिथे गुणवत्तापूर्ण शारीरिक शिक्षणाचे परिणाम अधिक सकारात्मक मिळाले आहेत.

जागतिक आरोग्य संघटना (WHO) आणि शारीरिक हालचालींचा जागतिक कृती आराखडा (GAPPA)

जागतिक आरोग्य संघटनेने २०१८ ते २०३० या कालावधीसाठी 'शारीरिक हालचालींवरील जागतिक कृती आराखडा' (GAPPA) तयार केला आहे. या आराखड्याचे मुख्य उद्दिष्ट २०३० पर्यंत शारीरिक निष्क्रियतेचे प्रमाण जागतिक स्तरावर १५% ने कमी करणे हे आहे. जागतिक आरोग्य संघटनेच्या मते, शारीरिक निष्क्रियता ही हृदयविकार, मधुमेह, कर्करोग आणि श्वसनाचे आजार यांसारख्या बिगर-संसर्गजन्य रोगांच्या (NCDs) प्रमुख कारणांपैकी एक आहे. शारीरिक निष्क्रियतेमुळे जागतिक आरोग्य यंत्रणेवर दरवर्षी अब्जावधी डॉलर्सचा भार पडत असून, तो कमी करण्यासाठी शारीरिक हालचालींना प्रोत्साहन देणे हा एकमेव शाश्वत पर्याय आहे.

GAPPA चे धोरण चार मुख्य उद्दिष्टांवर आधारित आहे, जे एकत्रितपणे 'सक्रिय जग' निर्माण करण्यासाठी कार्य करतात.

१. सक्रिय समाज (Active Societies): समाजातील सामाजिक निकष आणि दृष्टिकोन बदलण्यासाठी जनजागृती करणे. शारीरिक हालचालींच्या फायद्यांबद्दल सर्व वयोगटातील लोकांमध्ये ज्ञान आणि समज वाढवणे हे या उद्दिष्टाचे मूळ आहे. यामध्ये सामाजिक विपणन मोहिमा आणि मोठ्या प्रमाणावर सहभाग असणाऱ्या क्रीडा महोत्सवांचा समावेश होतो.

२. सक्रिय पर्यावरण (Active Environments): शहरांमध्ये चालणे, सायकल चालवणे आणि खेळांसाठी सुरक्षित आणि सुलभ जागा उपलब्ध करून देणे. शहरी नियोजन आणि वाहतूक धोरणांमध्ये बदल करून शारीरिक हालचालींना नैसर्गिक भाग बनवण्यावर यामध्ये भर दिला जातो.

३. सक्रिय लोक (Active People): शाळा, कामाची ठिकाणे आणि आरोग्य केंद्रे यांसारख्या ठिकाणी शारीरिक हालचालींच्या संधी आणि कार्यक्रम उपलब्ध करून देणे. यामध्ये विशेषतः शारीरिक शिक्षणाचे बळकटीकरण आणि आरोग्य सेवेमध्ये 'व्यायाम प्रिस्क्रिप्शन' (Exercise Prescription) देण्यावर भर दिला जातो.

४. सक्रिय प्रणाली (Active Systems): नेतृत्व, प्रशासन, बहु-क्षेत्रीय भागीदारी आणि डेटा प्रणाली मजबूत करणे. शारीरिक हालचालींना प्रोत्साहन देण्यासाठी विविध मंत्रालयांमध्ये समन्वय असणे आणि धोरणांची प्रभावी अंमलबजावणी करणे हे याचे मुख्य कार्य आहे.

जागतिक आरोग्य संघटनेने वयोगटानुसार शारीरिक हालचालींचे विशिष्ट निकष देखील ठरवून दिले आहेत. ५ ते १७ वयोगटातील मुलांसाठी दररोज किमान ६० मिनिटे मध्यम ते तीव्र स्वरूपाची शारीरिक हालचाल करणे आवश्यक आहे. प्रौढांसाठी दर आठवड्याला किमान १५० मिनिटे मध्यम स्वरूपाचा व्यायाम सुचवण्यात आला आहे. या मार्गदर्शक तत्वांचे पालन केल्यास केवळ शारीरिक आरोग्यच नव्हे, तर मानसिक आरोग्य देखील सुधारते आणि तणाव, नैराश्य यांसारख्या समस्या कमी होतात.

आंतरराष्ट्रीय ऑलिम्पिक समिती (IOC) आणि ऑलिम्पिक मूल्य शिक्षण कार्यक्रम (OVEP)

आंतरराष्ट्रीय ऑलिम्पिक समितीने (IOC) शारीरिक शिक्षणाला मूल्यांची जोड देण्यासाठी 'ऑलिम्पिक मूल्य शिक्षण कार्यक्रम' (OVEP) विकसित केला आहे. हा कार्यक्रम ऑलिम्पिकच्या मूळ तत्त्वज्ञानावर आधारित आहे, ज्यामध्ये शरीर, इच्छाशक्ती आणि मन यांचा संतुलित विकास करण्यावर भर दिला जातो. ओव्हेपचे मुख्य उद्दिष्ट केवळ खेळाडू तयार करणे नसून, तरुणांमध्ये जीवनावश्यक मूल्ये रुजवणे हे आहे.

ओव्हेप तीन मुख्य ऑलिम्पिक मूल्यांवर आधारित आहे:

- **उत्कृष्टता (Excellence):** स्वतःच्या क्षमतेनुसार सर्वोत्तम कामगिरी करणे आणि सतत प्रगतीसाठी प्रयत्नशील राहणे.
- **आदर (Respect):** स्वतःचा, इतरांचा, नियमांचा आणि पर्यावरणाचा आदर करणे. यामध्ये निष्पक्ष खेळ (Fair Play) आणि सहिष्णुता यांसारख्या मूल्यांचा समावेश होतो.
- **मैत्री (Friendship):** क्रीडा उपक्रमांतून एकमेकांशी संवाद साधणे आणि शांततापूर्ण संबंध प्रस्थापित करणे.

आयओसीने ओव्हेपसाठी एक व्यापक 'टूलकिट' विकसित केले आहे, जे जगभरातील शिक्षकांसाठी विनामूल्य उपलब्ध आहे. हे टूलकिट विविध उपक्रम, कथा आणि खेळांच्या माध्यमातून विद्यार्थ्यांमध्ये नेतृत्व, संघभावना आणि आत्मविश्वास निर्माण करण्यासाठी मदत करते. भारतात ओडिशामध्ये या कार्यक्रमाची झालेली अंमलबजावणी ही जागतिक स्तरावर एक उत्कृष्ट उदाहरण मानली जाते.

भारतात ओव्हेपचा प्रभाव: ओडिशामधील केस स्टडी

२०२२ मध्ये ओडिशा सरकारने आयओसी आणि अभिनव बिंद्रा फाउंडेशनच्या सहकार्याने ओव्हेप कार्यक्रमाची सुरुवात केली. या कार्यक्रमाचा मुख्य उद्देश सरकारी शाळांमधील विद्यार्थ्यांना ऑलिम्पिक मूल्यांच्या माध्यमातून शारीरिक आणि मानसिकदृष्ट्या सक्षम करणे हा होता. सुरुवातीला ९० शाळांमध्ये राबवलेला हा प्रकल्प आता राज्यातील शेकडो शाळांपर्यंत पोहोचला आहे.

या कार्यक्रमाचे काही महत्त्वपूर्ण निष्कर्ष खालील तक्त्यामध्ये दिले आहेत:

ओडिशातील यशानंतर आता हा कार्यक्रम आसाम, मध्य प्रदेश आणि मुंबईमध्ये देखील विस्तारला जात आहे. भारतात सुमारे १२ दशलक्ष मुलांपर्यंत पोहोचण्याचे आयओसीचे उद्दिष्ट असून, यामुळे भारतीय क्रीडा आणि शिक्षण क्षेत्रामध्ये मोठी परिवर्तने घडण्याची अपेक्षा आहे.

शारीरिक निष्क्रियतेचे आर्थिक आणि सामाजिक परिणाम

शारीरिक शिक्षणातील घट आणि वाढती निष्क्रियता हे केवळ आरोग्याचे नुकसान करत नाही, तर त्याचे गंभीर आर्थिक परिणाम देखील दिसून येत आहेत. जागतिक आरोग्य संघटनेच्या अहवालानुसार, शारीरिक निष्क्रियतेमुळे प्रत्यक्ष आरोग्य सेवेवर दरवर्षी अंदाजे ५४ अब्ज आंतरराष्ट्रीय डॉलर्स खर्च होतात. याव्यतिरिक्त, उत्पादकता कमी झाल्यामुळे सुमारे १४ अब्ज डॉलर्सचे आर्थिक नुकसान होते.

मानसिक आरोग्याच्या संदर्भात देखील शारीरिक शिक्षण अत्यंत प्रभावी ठरते. नियमित शारीरिक हालचालींमुळे नैराश्य आणि चिंतेच्या लक्षणांमध्ये ३०% पर्यंत घट होऊ शकते. शाळेत गुणवत्तापूर्ण शारीरिक शिक्षण घेणाऱ्या मुलांची शैक्षणिक कामगिरी इतरांच्या तुलनेत ४०% अधिक चांगली असल्याचे दिसून आले आहे. हे आकडे सिद्ध करतात की शारीरिक शिक्षणामध्ये केलेली गुंतवणूक ही आरोग्य, शिक्षण आणि अर्थव्यवस्थेसाठी एक 'हाय-रिटर्न इन्व्हेस्टमेंट' आहे.

अंमलबजावणीतील आव्हाने: जागतिक आणि स्थानिक संदर्भ

मार्गदर्शक तत्त्वे आणि धोरणे कागदावर उत्कृष्ट असली तरी, प्रत्यक्ष अंमलबजावणीमध्ये अनेक देशांना अडचणी येत आहेत. मेक्सिको आणि झाम्बिया या देशांमधील QPE प्रकल्पांच्या अभ्यासातून काही प्रमुख आव्हाने स्पष्ट झाली आहेत.

- **धोरणात्मक समन्वयाचा अभाव:** अनेकदा क्रीडा मंत्रालय आणि शिक्षण मंत्रालय यांच्यात योग्य समन्वय नसतो, ज्यामुळे शारीरिक शिक्षणाचे धोरण मुख्य प्रवाहात येत नाही.

- **मूलभूत सुविधांची कमतरता:** झांबियासारख्या देशांमध्ये शाळांमध्ये बदलण्याची खोली (Changing rooms), स्वच्छतागृहे आणि खेळाच्या मैदानांचा अभाव आहे, ज्यामुळे विशेषतः मुलींचा सहभाग मर्यादित राहतो.
- **सांस्कृतिक आणि सामाजिक अडथळे:** काही समुदायांमध्ये मुलींनी खेळांमध्ये सहभागी होणे किंवा खेळाचे कपडे घालणे याकडे नकारात्मक दृष्टीने पाहिले जाते. तसेच, अपंग मुलांकडे समाजाचा पाहण्याचा दृष्टिकोन अनेकदा अडथळा ठरतो.
- **शिक्षकांची कमतरता आणि दर्जा:** अनेक शाळांमध्ये प्रशिक्षित शारीरिक शिक्षक नसतात. झांबियामधील अभ्यासानुसार, समावेशक शिक्षणाचे (Inclusive Education) ज्ञान शिक्षकांकडे कमी असल्याने अपंग मुलांना वर्गात सामावून घेताना अडचणी येतात.
- **शारीरिक शिक्षणाचे दुय्यम स्थान:** अनेक शिक्षण व्यवस्थांमध्ये गणित किंवा विज्ञानासारख्या विषयांना अधिक महत्त्व दिले जाते आणि शारीरिक शिक्षणाचे तास इतर कामांसाठी वापरले जातात.

समन्वय आणि भविष्यातील वाटचाल: सांतियागो रोडमॅप आणि फिट फॉर लाईफ

शारीरिक शिक्षणाच्या क्षेत्रात काम करणाऱ्या या तिन्ही संस्थांमध्ये आता अधिक समन्वय दिसून येत आहे. युनेस्कोचा 'फिट फॉर लाईफ' (Fit for Life) हा उपक्रम शारीरिक साक्षरता आणि आरोग्याला चालना देण्यासाठी जागतिक आरोग्य संघटना आणि आयओसी यांच्या सहकार्याने राबवला जात आहे. हा उपक्रम विशेषतः कोविड-१९ नंतरच्या काळात तरुण पिढीला अधिक लवचिक आणि सक्रिय बनवण्यासाठी डिझाइन केला आहे.

२०२५ मध्ये चिली येथे झालेल्या परिषदेत 'सांतियागो रोडमॅप - फ्युचर इन प्ले' (Santiago Roadmap) मंजूर करण्यात आला आहे. हा रोडमॅप २०२८ पर्यंत समावेशक शारीरिक शिक्षणासाठी जागतिक दिशा निश्चित करतो. याचे मुख्य टप्पे पुढीलप्रमाणे आहेत:

- **पहिला टप्पा (२०२५-२०२६):** धोरणांचे संरेखन, डेटा संकलन आणि क्षमता बांधणीवर भर देणे.
- **दुसरा टप्पा (२०२७-२०२८):** समावेशक कार्यक्रमांचा विस्तार करणे आणि जागतिक धोरणात्मक मानकांचे (Global Policy Standards) निरीक्षण करणे.

हा रोडमॅप २०२७ च्या विशेष ऑलिम्पिक आणि २०२८ च्या लॉस एंजेलिस पॅरालिम्पिक खेळांशी जोडला गेला आहे, जेणेकरून अपंग व्यक्तींच्या क्रीडा अधिकारांना जागतिक स्तरावर मान्यता मिळेल.

निष्कर्षात्मक विश्लेषण आणि शिफारसी

युनेस्को, जागतिक आरोग्य संघटना आणि आयओसी यांची मार्गदर्शक तत्त्वे एकत्रितपणे पाहिल्यास असे लक्षात येते की शारीरिक शिक्षण हा केवळ खेळाचा भाग नसून तो मानवी अस्तित्वाचा आणि विकासाचा पाया आहे. शारीरिक शिक्षणाकडे केवळ 'शारीरिक हालचाल' म्हणून पाहण्यापेक्षा 'मूल्य-आधारित सर्वांगीण विकास' म्हणून पाहणे काळाची गरज आहे.

या संशोधनाच्या आधारे खालील शिफारसी मांडता येतील:

१. शारीरिक साक्षरतेचे सार्वत्रिकीकरण: प्रत्येक देशाने आपल्या शिक्षण धोरणामध्ये शारीरिक साक्षरतेला मूलभूत अधिकार म्हणून स्थान द्यावे आणि प्राथमिक स्तरापासूनच त्यावर भर द्यावा.

२. गुंतवणुकीत वाढ: शारीरिक शिक्षण आणि क्रीडा पायाभूत सुविधांसाठी राष्ट्रीय बजेटमध्ये वाढ करणे आवश्यक आहे. हे आरोग्य खर्चात कपात करण्याचे एक प्रतिबंधात्मक साधन म्हणून पाहिले जावे.

३. सर्वसमावेशक अभ्यासक्रम: मुली, अपंग मुले आणि उपेक्षित समुदायांना सामावून घेणारा अभ्यासक्रम तयार करणे आणि शिक्षकांना त्यासाठी विशेष प्रशिक्षण देणे अनिवार्य असावे.

४. आंतर-मंत्रालयीन सहकार्य: आरोग्य, शिक्षण आणि क्रीडा मंत्रालयांनी एकत्रितपणे काम करून शारीरिक हालचालींना प्रोत्साहन देणारी एकात्मिक धोरणे राबवावीत.

५. मूल्य शिक्षणाचा समावेश: केवळ शारीरिक तंदुरुस्तीवर लक्ष न देता, ओव्हेप (OVEP) सारख्या कार्यक्रमांच्या माध्यमातून विद्यार्थ्यांमध्ये नैतिकता, आदर आणि संघभावना विकसित करणे आवश्यक आहे.

शारीरिक शिक्षण हे उद्याच्या सुदृढ आणि जबाबदार नागरिकांची घडण करण्याचे सामर्थ्य ठेवते. आंतरराष्ट्रीय संस्थांनी दिलेले हे मार्गदर्शन जर स्थानिक स्तरावर योग्य पद्धतीने राबवले गेले, तर आपण केवळ खेळाडूच नाही, तर एक समृद्ध समाज घडवू शकू. शारीरिक शिक्षण ही भविष्यातील शाश्वत जगासाठी केलेली सर्वात महत्त्वाची गुंतवणूक आहे.

संदर्भ:

१. जागतिक आरोग्य संघटना. (२०१८). शारीरिक हालचालींवरील जागतिक कृती आराखडा २०१८-२०३०: अधिक निरोगी जगासाठी अधिक सक्रिय लोक.
२. युनेस्को. (२०१५). गुणवत्तापूर्ण शारीरिक शिक्षण (QPE): धोरणकर्त्यांसाठी मार्गदर्शक तत्त्वे.
३. आंतरराष्ट्रीय ऑलिम्पिक समिती. (२०२४, २८ ऑक्टोबर). ऑलिम्पिक मूल्य शिक्षण: भारतात १२ दशलक्ष मुलांपर्यंत पोहोचल्याचा टप्पा साजरा.
४. युनेस्को. (२०२१). सर्वसमावेशक गुणवत्तापूर्ण शारीरिक शिक्षण धोरण विकासासाठी समर्थन: एक धोरणात्मक संक्षिप्त अहवाल.
५. जागतिक आरोग्य संघटना. (२०२२). शारीरिक हालचालींवरील जागतिक स्थिती अहवाल २०२२.
६. युनेस्को. (२०२५, २८ नोव्हेंबर). सांतियागो रोडमॅप - फ्युचर इन प्ले.
७. आंतरराष्ट्रीय ऑलिम्पिक समिती. (२०१६). ओव्हेप (OVEP) २.०: ऑलिम्पिक मूल्य शिक्षण कार्यक्रम अभ्यासक्रम.
८. ओडिशा सरकार. (२०२३, १५ ऑक्टोबर). ओडिशातील विद्यार्थ्यांनी मुंबईतील आयओसी (IOC) सत्रात ऑलिम्पिक मूल्य शिक्षण कार्यक्रमावरील त्यांचे अनुभव शेअर केले.
९. मिल्टन, के. (२०२२). चला हालचाल करूया: शारीरिक हालचालींवरील जागतिक स्थिती अहवाल २०२२ द्वारे त्वरित कृती करण्याचे आवाहन.
१०. युनेस्को. (२०२१). गुणवत्तापूर्ण शारीरिक शिक्षण धोरण प्रकल्प: प्रक्रिया, आशय आणि प्रभावाचे विश्लेषण.