



Research on Educational Sport

Journal homepage: <https://res.ssric.ac.ir>



Original Article

Theoretical Framework and Requirements for Implementing the Concept of Physical Literacy in Schools of Education

Behnam NaghipourGivi¹ , Sedighe Heydarinejad² , Abdullah RasaeRad³

1. Assistant Professor, Department of Sport Management, Sport Science Research Institute (SSRI), Tehran, Iran

2. Professor in Sport Management, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran

3. PhD in Sport Management, Shahid Chamran University of Ahvaz, Ahvaz, Iran

Received: 09/12/2023, **Revised:** 13/05/2024, **Accepted:** 14/05/2024

* Corresponding Author: Behnam Naghipour Givi, E-mail: b.naghipour@ssric.ac.ir

How to Cite: Naghipour Givi, B; Heydari Nejad, S; Rasae Rad, A. (2024). Theoretical Framework and Requirements for Implementing the Concept of Physical Literacy in Schools of Education. *Research on Educational Sport*, 12(35), 119-140. In Persian.

Extended Abstract

Background and Purpose

Physical literacy (PL) has generated substantial international interest across the sport, health, and education sectors. As a multidimensional concept, physical literacy encompasses motivation, confidence, physical competence, knowledge, and understanding that together sustain physical activity throughout an individual's life. It is recognized as a critical component of overall well-being and development, with the potential to positively impact individuals of all ages and abilities. The growing global recognition of physical literacy's importance has led to a surge in efforts to promote and enhance it in various contexts, including schools, communities, and sports organizations.

Promoting physical literacy in educational settings requires a deep understanding of its theoretical framework, especially within physical education. Such understanding is essential for enhancing students' quality of life and physical performance. By establishing a connection with scientific theories, educators can increase awareness of the significance of physical activities for students' health and growth. This approach not only aids in developing new educational strategies but also empowers students to improve their health and performance through various exercises. Physical literacy encourages students to adopt a healthier lifestyle and enjoy the lifelong rewards of physical activity.

Given these considerations, the aim of the current research is to provide a coherent conceptual framework of physical literacy, along with the requirements for implementing this concept in educational environments, especially schools. Furthermore, the study seeks to offer practical recommendations for educators and policymakers to effectively incorporate physical literacy into the educational system, thereby promoting holistic development and well-being among students.



Copyright: © 2023 by the authors. Submitted for possible open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

Methods

This research adopts a qualitative approach, specifically research synthesis with a focus on systematic review. The systematic review involved a comprehensive search of relevant literature, data extraction, and synthesis of findings to provide a clear overview of the current state of knowledge on physical literacy and its implementation in educational settings. This approach allowed for a rigorous and transparent analysis of existing research, leading to valuable insights and conclusions that can inform future studies and interventions.

The review was conducted in accordance with the Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses (PRISMA) guidelines. Throughout the data collection and analysis processes, the research adhered to evidence quality criteria including validity, transferability, reliability, and variability. The research team ensured that all data sources were thoroughly evaluated for their adherence to these criteria, enabling a comprehensive and robust analysis. This rigorous approach helped to establish the credibility and trustworthiness of the findings, ultimately enhancing the overall quality and impact of the research outcomes.

Document analysis was conducted using thematic analysis, performed manually, with model design supported by ATLAS.TI software. This allowed for the systematic coding and categorization of themes, facilitating the development of an integrated conceptual framework for physical literacy.

Findings

Based on the synthesis of studies and the coding process grounded in thematic analysis, the framework of physical literacy is composed of the integration of four key areas: motor competence (physical), mental-emotional, cognitive, and behavioral-social domains. These four domains form the pillars of the framework, each comprising key elements that collectively contribute to the development of physical literacy.

All elements within the framework are interrelated and can be applied in various ways to different contexts and tasks. The framework helps individuals understand how to progress on physical, psychological, social, and cognitive levels, thereby supporting lifelong participation in movement and physical activity.

Physical (Motor Competence) Domain: This domain involves the coordination and application of physical skills necessary to execute movements in diverse situations and environments. It includes the development of fundamental movement skills, balance, agility, and overall physical competence.

Psychological (Mental-Emotional) Domain: This domain encompasses the development of self-esteem, confidence, and motivation, as well as understanding the emotional responses linked to movement and physical activity. It highlights the importance of fostering a positive attitude and resilience in the face of challenges.

Social (Behavioral-Social) Domain: This domain includes the development of social skills such as collaboration, fair play, leadership, and communication. These skills enable individuals to enjoy participating in activities and interacting effectively with others, thereby enhancing social integration and teamwork.

Cognitive Domain: This domain focuses on developing an individual's understanding of how, when, and why to move in particular ways. It also includes knowledge and awareness of the benefits of movement and physical activity, as well as the ability to make informed decisions regarding health and fitness.

In line with the requirements for implementing physical literacy in schools, four key themes were identified:

Trained Instructors: The presence of well-trained, knowledgeable instructors is essential for effectively delivering physical literacy programs and fostering student engagement.

Engaging and Enjoyable Experiences: Physical literacy initiatives should prioritize creating enjoyable and

meaningful experiences that motivate students to participate and remain active. **Motivating Environment:** Schools should cultivate an environment that encourages and supports physical activity, making it an integral part of the school culture. **Empowering Physical Literacy Programs:** Programs should be designed to empower students, helping them develop the skills, confidence, and motivation needed for lifelong physical activity.

By embracing these key themes, schools can effectively promote physical literacy among students and help them lead active and healthy lifestyles.

Conclusion

This framework is designed for individuals who believe that physical literacy, with its holistic educational approach, can maximize students' overall development. To develop this comprehensive educational framework, each relevant stakeholder can contribute: **Individuals:** Anyone can identify areas for physical literacy development, including those who want to recognize their abilities or start a new activity. **Parents:** Parents can use this tool to monitor their child's development both at home, in school, and during sports and physical activities. **Schools and Educators:** Schools and teachers can use the physical literacy approach to improve a child's overall development by teaching skills that encourage a healthy lifestyle. Physical literacy can assist educators in identifying and assessing a child's abilities and areas requiring development. **Sports Coaches and Teachers:** Coaches can incorporate the physical literacy approach into designing and implementing sports activities, as well as developing and training programs for athletes, to improve their skill development. **Policymakers:** Policymakers play a vital role in creating environments that promote physical literacy and encourage people to lead healthy, active lives. They should make physical literacy the basis of health policies, improving individual and social well-being.

By developing and implementing this comprehensive educational framework, stakeholders can maximize the holistic development of students, equipping them with the skills, confidence, and motivation to lead active, healthy, and fulfilling lives.

Keywords: Physical education, physical literacy in schools, TARGET Pedagogical Principles



چهارچوب نظری و الزامات پیاده‌سازی مفهوم سواد بدنی در مدارس آموزش و پرورش

بهنام نقی‌پور گیوی^۱، صدیقه حیدری‌نژاد^۲، عبدالله رسایی راد^۳

۱. استادیار گروه مدیریت ورزشی، پژوهشگاه تربیت‌بدنی و علوم ورزشی، تهران
۲. استاد گروه مدیریت ورزشی، دانشکده علوم ورزشی، دانشگاه شهید چمران اهواز
۳. دکترای مدیریت ورزشی، دانشگاه شهید چمران اهواز، اهواز، ایران

تاریخ دریافت: ۱۴۰۳/۰۹/۱۸، تاریخ اصلاح: ۱۴۰۳/۰۲/۲۴، تاریخ پذیرش: ۱۴۰۳/۰۲/۲۵

* Corresponding Author: Behnam Naghipour Givi, E-mail: b.naghipour@ssrc.ac.ir

How to Cite: Naghipour Givi, B; Heydari Nejad, S; Rasaee Rad, A. (2024). Theoretical Framework and Requirements for Implementing the Concept of Physical Literacy in Schools of Education. Research on Educational Sport, 12(35), 119-140. In Persian.

چکیده

هدف پژوهش حاضر، ارائه چهارچوب مفهومی منسجم از سواد بدنی به همراه الزامات پیاده‌سازی این مفهوم در محیط‌های آموزشی به‌ویژه مدارس آموزش پرورش بود. این پژوهش به لحاظ روش‌شناسی، مبتنی بر رویکردهای کیفی سنتز پژوهی با محوریت مرور سیستماتیک بود. نمونه مطالعه از نوع اسنادی ثانویه با تأکید بر مقالات لاتین ۲۰۲۳-۲۰۱۸ بود. فرایند غربالگری و تعدیل مطالعات با استفاده از جریان غربالگری و تعدیل مطالعات (PRISMA, 2020) صورت گرفت. روش تجزیه و تحلیل اسناد نیز تحلیل مضمون بود که به صورت دستی انجام شد و طراحی مدل با استفاده از نرم‌افزار ATLAS.TI صورت گرفت. معیارهای کیفیت شواهد «اعتبار، قابلیت انتقال، قابل اعتماد بودن و تأییدپذیری» در سراسر فرایندهای جمع‌آوری و تجزیه و تحلیل داده‌ها به کار رفت. از طریق تحلیل مضمون استقرایی ادبیات مرتبط، مؤلفه‌های اساسی سواد بدنی شناسایی شد و به چهار حوزه جسمانی، شناختی، روانی-عاطفی و رفتاری-اجتماعی طبقه‌بندی شد. در راستای الزامات پیاده‌سازی سواد بدنی در مدارس نیز چهار الگوی معنایی یعنی مربیان آموزش دیده، تجارب معنادار و سرگرم‌کننده، محیط انگیزشی و توانمندساز بودن برنامه‌های سواد بدنی برای دانش‌آموزان استخراج شد. همچنین می‌توان از استراتژی‌های آموزشی ت.ا.ر.گ.ت. (TARGET) از جمله توزیع متنوع کار، تفویض قدرت و تصمیم‌گیری، روابط مثبت، گروه‌بندی متنوع، استراتژی ارزیابی سازنده و عنصر زمان، به منظور ایجاد جو انگیزشی برای توسعه سواد بدنی در بین دانش‌آموزان استفاده کرد.

واژگان کلیدی: اصول آموزشی ت.ا.ر.گ.ت.، تربیت‌بدنی، سواد بدنی.



مقدمه

فعالیت بدنی^۱ در دوران کودکی و نوجوانی مزایای کاملاً مشهودی دارد که مزایای آن بر سلامت جسمی، روانی و اجتماعی (از جمله منظم در فعالیتهای بدنی، افزایش قدرت عضلانی و سلامت استخوان، بهبود تناسب قلبی-عروقی، پیشگیری از بیماریهای مزمن متعدد مانند سرطان، چاقی، دیابت نوع دو، کاهش افسردگی، توسعه مهارت‌های اجتماعی و بهبود عملکرد شناختی) کاملاً مشهود است (یانگ و همکاران^۲، ۲۰۲۳، ۳)؛ باین‌حال، میزان و کیفیت فعالیت بدنی در طول این سال‌ها در سطح پایینی باقی مانده است (شرانز و همکاران^۳، ۲۰۱۸، ۳۱۵؛ ولادی و کورنی^۴، ۲۰۲۳، ۶۳۷)؛ به نحوی که به نقل از آژانس ملی استرالیا (۲۰۲۳)، تنها ۲۳ درصد از کودکان استرالیایی پنج تا چهارده ساله دستورالعمل‌های ۶۰ دقیقه فعالیت بدنی روزانه را رعایت کردند (سازمان بهداشت جهانی^۵، ۲۰۲۳). براساس گزارش پروژه تحولی کنترل وزن و چاقی دانش‌آموزان (کوچ) با رویکرد سبک زندگی فعال و سالم در مرحله سنجش اولیه با توجه به آمار به‌دست آمده، نسبت به کل دانش‌آموزان کشور، ۳۰ درصد دارای اضافه وزن و چاقی می‌شوند که این آمار در بین کل دانش‌آموزان دختر ۳۴ درصد گزارش شده است (حمیدی و همکاران، ۲۰۲۱، ۲۴).

ملاحظات ویژه برای برنامه‌های تربیت‌بدنی مدارس سال‌ها است که مربیان و مسئولان را نگران علاقه نداشتن دانش‌آموزان به کلاس‌های درس تربیت‌بدنی، به‌ویژه در میان دانش‌آموزان کم‌مهارت کرده است. بخشی مهمی از نبود فعالیت بدنی به فقدان روش‌های مؤثر، توجه‌کردنی و پایدار برای کودکان و نوجوانان در محیط‌های آموزشی-ورزشی مربوط می‌شود. بررسی ادبیات مرتبط نیز این مسئله را تصدیق می‌کند؛ مبنی بر اینکه مدل‌های آموزشی مبتنی بر تربیت‌بدنی (آموزش بدنی) قادر هستند در کنار کاهش نبود فعالیت ورزشی، تأثیر مثبت بر یادگیری فیزیکی، رشد شناختی، عاطفی و اجتماعی دانش‌آموزان داشته باشند. تحقیقات دیگر نیز بهبود کیفیت آموزش جسمانی (تربیت‌بدنی) را منوط به داشتن چهارچوب‌های مدون و اجماعی آموزشی-ورزشی می‌دانند که می‌تواند فعالیتهای مرتبط با سلامت دانش‌آموزان را افزایش دهند (گلدی و مورگان^۶، ۲۰۲۱، ۳۴).

از منظر تاریخی، تربیت‌بدنی همیشه برنامه‌های مدونی را که به روش‌های مختلف نویدبخش و ارائه‌دهنده سناریوی‌های ایده‌آل اخلاقی، تربیتی و آموزشی بوده‌اند، پذیرفته و از آن استقبال کرده است؛ برای مثال، از طرح‌ها و برنامه‌های مرتبط با تربیت‌بدنی که به دنبال توسعه اخلاقی و زیبایی شناختی، ایجاد هویت ملی، یا جامعه سالم و دستیابی به سلامت ملی بوده‌اند، حمایت کرده است (کوئنسدت و همکاران^۷، ۲۰۲۱، ۸۴۸). یکی از این برنامه‌ها، ایده سواد بدنی است. امروزه سواد بدنی به‌ویژه در محیط مدرسه، به‌عنوان چهارچوبی ساختارمند، روشی مؤثر و کارآمد از منظر اقتصادی، با قابلیت پیاده‌سازی و با ظرفیت زیاد در کیفیت‌بخشی به فعالیتهای بدنی در محیط‌های آموزشی-تربیتی و نویدبخش سناریوی‌های آرمانی (جسمانی-شناختی)

-
1. Physical activity
 2. Yang
 3. Schranz
 4. Valadi & Cairney
 5. World Health Organization
 6. Gleddie & Morgan
 7. Quennerstedt

در نظر گرفته می‌شود (تلفورد و همکاران^۱، ۲۰۲۱، ۹۹). مفهوم سواد بدنی^۲، در دو دهه اخیر اهمیت زیادی یافته و از بخش‌های متعدد از جمله ورزش، سلامت، آموزش و سیاست نیز فراتر رفته (یانگ و همکاران^۳، ۲۰۲۰، ۹۴۸) و گفتمان مهمی در بین معلمان و مدیران شده است. تمایل آکادمیک به مفهوم سواد بدنی (براساس نتایج جستجو از تیلور فرانس (۲۰۲۳) به ترتیب تعداد مطالعات ثبت‌شده در یک سال گذشته ۴۱۲۷، شش ماه گذشته ۲۰۸۴، سه ماه گذشته ۱۰۷۹ و یک ماه گذشته تعداد ۳۶۱ بوده است) و ضرورت اتخاذ سیاست‌های مرتبط با آن در بیان اپیدمیولوژیست‌های فعالیت بدنی در مؤسسات دانشگاهی، بخش‌های بهداشت عمومی و سازمان بهداشت جهانی که تأکید کرده‌اند ۱/۴ میلیارد بزرگسال در جهان، سطوح فعالیت بدنی توصیه‌شده توسط سازمان بهداشت جهانی را برآورده نمی‌کنند، کاملاً مشهود است. به بیان اوسالیون و همکاران^۴ (۲۰۲۰، ۴۵۰)، این تعداد در سال‌های آینده همچنان افزایش خواهد یافت؛ زیرا پیش بینی شده است که تا سال ۲۰۳۰ در ایالات متحده آمریکا (۱) از هر ۲ بزرگسال، ۱ نفر چاق خواهد بود (۲) شیوع چاقی در ۲۹ ایالت بیشتر از ۵۰ درصد خواهد بود و در هیچ ایالتی کمتر از ۳۵ درصد نخواهد بود (۳) پیش بینی می‌شود که تقریباً از هر ۴ بزرگسال، ۱ نفر تا سال ۲۰۳۰ به چاقی شدید مبتلا خواهد شد. در پاسخ به این شرایط و کاهش پیامدهای مرتبط با سلامتی و بار اقتصادی حاصل از آن (تخمین هزینه سلامتی سالانه بالغ بر ۵۰ میلیارد پوند) سواد بدنی، به عنوان تمرکز کلیدی در سیاست‌های ادغامی سازمان‌های بهداشت عمومی، تفریح، ورزش و آموزش به منظور مشارکت دادن جوانان در فعالیت‌های سلامتی در طول دوران زندگی در نظر گرفته می‌شود (دادلی و همکاران^۵، ۲۰۱۷، ۲۳۸)؛ بر همین اساس، فعالیت بدنی در زمینه تربیت بدنی بین‌المللی، به عنوان مثال در حوزه برنامه درسی بهداشت و تربیت بدنی کشورهای مانند استرالیا، کانادا، انگلستان و نیوزلند از لحاظ مبانی فلسفی، مفهومی و پیاده‌سازی این مهم، گام‌های ارزشمندی برداشته است (براون و ویتل^۶، ۲۰۲۱، ۱۸۵). در نیوزلند، آموزش و پرورش مسئول اصلی مباحث مرتبط با تربیت بدنی به‌ویژه سواد بدنی است؛ با این حال، در سال‌های اخیر در این کشور، سازمان‌های ورزشی-دولتی دیگری نیز در ابتکارات مربوط به مباحث تربیت بدنی و سواد بدنی پیشرو بوده‌اند؛ به نحوی که ورزش نیوزلند در سال ۲۰۱۶، رویکرد سواد بدنی^۷ را معرفی کرد و از ابتکارات این حوزه به‌منظور پذیرش اجتماعی آن در زمینه‌های مختلف آموزشی (مدارس) حمایت‌های مالی مناسب کرد (استیونز و همکاران^۸، ۲۰۲۱، ۱۲۳). با توجه به همین حساسیت، کانادا نیز در سیاست‌های اتخاذی معطوف به جامعه، شیوه‌ها و اصول مرتبط با سواد بدنی را در دو بخش ورزش و آموزش مدنظر قرار داده است؛ به نحوی که در بسیاری از استان‌ها، سواد بدنی جزء جدایی‌ناپذیر از برنامه درس تربیت بدنی به شمار می‌رود (گلدی و مورگان، ۲۰۲۱، ۳۳). از منظر آموزشی نیز سند سیاست سازمان آموزشی، علمی و فرهنگی سازمان ملل متحد (یونسکو، ۲۰۱۵) ادعا می‌کند که اهداف تربیت بدنی (به طور خاص آموزش و پرورش) با تأکید بر برنامه‌های مرتبط با سواد بدنی دست‌یافتنی است (اسیت و همکاران^۹، ۲۰۲۲، ۳).

-
1. Telford
 2. Physical literacy
 3. Young
 4. O'Sullivan
 5. Dudley
 6. Brown & Whittle
 7. Physical Literacy Approach
 8. Stevens
 9. Essiet

باین‌حال، این گذاره برجسته در ادبیات مرتبط با تربیت‌بدنی با شکاف تعریف واحد، دیدگاه‌ها و پارادایم‌های نظری ضد و نقیض، مفهوم‌سازی‌های متنوع در زمینه‌های مختلف، ابهام در پیاده‌سازی و فقدان عمق نظری درگیر است (لندی و همکاران^۱، ۲۰۲۱، ۱۰۸؛ بیلی^۲، ۲۰۲۱، ۱۶۲). در حال حاضر، تفاسیر و تعاریف متنوعی از سواد بدنی در ادبیات مرتبط وجود دارد که این موضوع به طور بالقوه منجر به نبود اجماع درمورد چگونگی پیاده‌سازی آن در محیط‌های آموزشی-ورزشی شده است (اسالیون و همکاران، ۲۰۲۰، ۴۵۰). همان‌گونه که بیان شد، به دلیل مفهوم‌سازی سواد بدنی از منظر پارادایم‌های نظری متنوع، تعاریف مختلفی از آن شده است؛ به نحوی که لندی و همکاران (۲۰۲۱، ۱۰۸) به‌رغم مطالعات متعدد، این مفهوم را فاقد قاعده و چهارچوب منتظم می‌دانند؛ به همین دلیل، گروه‌های تحقیقی سعی در ارائه تعریفی جامع و واحد برای آن شده‌اند. به‌منظور کاهش این خلأ، تلاش‌هایی برای ابهام‌زدایی از مفهوم سواد بدنی شده است. ورزش استرالیا (نهاد حاکمیتی مسئول ترویج و توسعه ورزش) در سال ۲۰۱۹ با توجه به حساسیت بافتی و خلأ تعریف کلی از مفهوم سواد بدنی، تعریفی را برای تبیین و انسجام این مفهوم متناسب با ساختار ورزش استرالیا ارائه داده است (کیگان و همکاران^۳، ۲۰۱۹، ۱۰۷). گروه استاندارد برای سلامتی و تربیت‌بدنی در آمریکا^۴ سواد بدنی را این‌گونه تعریف می‌کند: «توانایی حرکت با اعتماد به نفس و شایستگی در انجام طیف گسترده‌ای از فعالیت‌های بدنی در محیط‌های مختلف آموزشی و غیرآموزشی که سلامت کلی فرد را به همراه دارد» (استاندارد برای سلامتی و تربیت‌بدنی آمریکا، ۲۰۱۴). سواد بدنی، یادگیری جامع همیشگی است که در زمینه‌های حرکت و فعالیت بدنی به دست می‌آید و به کار می‌رود. این یادگیری نشان‌دهنده تغییراتی مداوم و یکپارچه است که ساحت‌های جسمانی، شناختی، عاطفی فرد را مدنظر قرار می‌دهد. هدف سواد بدنی دستیابی به زندگی سالم و رضایت‌بخش با تأکید و تمرکز بر حرکت و فعالیت‌های بدنی حیاتی است. فرد دارای قابلیت سواد بدنی قادر است به طور مستقل، توانایی‌های متنوع جسمانی، شناختی و روانی خود را به‌منظور ارتقای سلامت جسمی و روانی و انجام فعالیت‌های بدنی در زمینه‌ها و موقعیت‌های مکانی-زمانی مختلف، ترسیم و یکپارچه کند (ورزش استرالیا^۵، ۲۰۲۰). سواد بدنی درمورد ایجاد مهارت‌ها، دانش و رفتارهایی است که به ما اعتماد به نفس و انگیزه برای داشتن زندگی فعال می‌دهد.

سواد بدنی، به دلیل اینکه تمام تلاش خود را به ارتقای سلامت جسمی و روانی در طول زندگی معطوف می‌کند، یکی از مهم‌ترین موضوعات در حوزه سلامت عمومی است (حسینی و همکاران^۶، ۲۰۲۲، ۴۷۳) که با بهبود کیفیت تربیت‌بدنی و غنی‌سازی محیط مدارس می‌تواند نقش مهمی در سلامت جسمی، سواد سلامت و افزایش فعالیت‌های ورزشی در طول زندگی داشته باشد. گفتمان سواد بدنی می‌تواند مشارکت در تربیت‌بدنی را به‌عنوان بخش جدانشدنی از سبک زندگی دانش‌آموزان تبدیل کند (فرانکو و همکاران^۷، ۲۰۲۰، ۹۳). مدل‌های جدید توسعه تربیت‌بدنی نشان می‌دهند که به دلیل ماهیت سرگرمی و لذت‌بخش سواد بدنی، دانش‌آموز را وارد چرخه‌ای می‌کند که نتیجه این چرخه چیزی جز سلامت روانی، فیزیولوژیک و توسعه ارتباطات اجتماعی دانش‌آموز نخواهد بود (کرنی و همکاران^۸، ۲۰۱۹، ۳۷۲)؛ بنابراین گنجاندن سوادبدنی در طرح‌های

1. Landi
2. Bailey
3. Keegan
4. Standards for Health and Physical Education in the U.S.
5. Sport Australia
6. Hassani
7. Franco
8. Carl

توسعه تربیت بدنی در مدارس بخش مهمی از تکمیل چرخه سلامت اجتماعی در طول زندگی خواهد بود. شاید بتوان این ادعا را مطرح کرد که برنامه تربیت بدنی مدارس بهترین حوزه برای ترویج و توسعه فعالیت‌های مرتبط با سواد بدنی است. بخش‌های دیگری مانند ورزش، تفریح و سلامت نیز از این مفهوم حمایت می‌کنند، اما مدرسه تنها مکان اجباری و رسمی است که در آن همه کودکان می‌توانند بدون توجه به جنسیت، نژاد، تحصیلات یا وضعیت اجتماعی-اقتصادی، سواد بدنی خود را توسعه دهند.

با توجه به نقش تربیت بدنی، به طور عام و سواد بدنی-جسمانی، به طور خاص و اهمیت گروه‌های سنی پایه (کودکان و نوجوانان) برای پایه‌ریزی فرهنگ حرکت و مشارکت همیشگی در فعالیت بدنی، کم‌توجهی به مباحث مرتبط با تربیت بدنی در برنامه درسی، می‌تواند نگرانی جدی تلقی شود. به‌طور کلی، مفهوم سواد بدنی، با وجود ابهام مفهومی و عملیاتی آن، در حال تبدیل شدن به نقطه محوری و جزء جدایی‌ناپذیر برنامه‌های سلامت ملی و درس تربیت بدنی در سراسر جهان است (اسالیون و همکاران، ۲۰۲۰، ۴۵۱). به‌رغم اهمیت موضوع سواد بدنی در گفتمان‌های جدید تربیت بدنی مدارس در کشورهای مختلف و اهمیت آن در ادبیات دانشگاهی (مانند یانگ و همکاران، ۲۰۲۳، ۴؛ کارل و همکاران^۱، ۲۰۲۳، ۳) و پتانسیل زیاد آن در غنی‌سازی کیفیت سبک زندگی همیشگی، تقویت سلامت روان و توانمندسازی دانش‌آموزان (بیلی، ۲۰۲۱، ۱۶۵)، هیچ نشانه روشنی مبنی بر وجود برنامه‌های مرتبط با سواد بدنی در فعالیت‌های تربیت بدنی مدارس آموزش و پرورش در کشور وجود ندارد. از سوی دیگر، به‌رغم اهمیت پیاده‌سازی این گزاره، جای خالی تحقیقاتی دیده می‌شود که بررسی کنند چگونه معلمان می‌توانند سواد بدنی را به‌عنوان یکی عناصر اصلی برنامه تربیت بدنی، در مدارس خود عملیاتی کنند؛ به این ترتیب و با تمرکز بر این سؤالات، پژوهش حاضر با هدف ارائه چهارچوب جامع از سواد بدنی به‌منظور معرفی این مفهوم و در ادامه توسعه درک مشترک از آن در بین معلمان، مدیران مرتبط با حوزه تربیت بدنی و ملزومات اجرایی‌سازی در مدارس آموزش و پرورش، طراحی شده است.

روش‌شناسی پژوهش

برای تحقق هدف پژوهش، از رویکرد سنتزپژوهی، با محوریت روش مرور سیستماتیک استفاده شد. فرایند مرور سیستماتیک حاضر، از سه مرحله کلی (۱) جمع‌آوری داده‌ها، (۲) تجزیه و تحلیل و (۳) ارائه گزارش نتایج، تشکیل شده است.

جمع‌آوری داده‌ها

منابع و استراتژی جستجو

محققان عبارات جستجو شده را توسعه دادند (یکی از آن‌ها به‌عنوان مربی تربیت بدنی و دو نفر دیگر سابقه همکاری با آموزش و پرورش داشتند). در ابتدا عبارات جستجو به گونه‌ای انتخاب شد که طیف وسیعی از تحقیقات بالقوه را در برگیرد. عبارت و واژگان استفاده شده عبارت بودند: از سواد بدنی در تربیت بدنی؛ فعالیت‌های بدنی-ورزشی؛ تربیت بدنی مدارس. در ادامه به دلیل حجم زیاد اسناد مرتبط با حوزه تربیت بدنی، مقرر شد محوریت استراتژی جستجو، حول کلید واژه اصلی پژوهش قرار گیرد. فرایند جستجوی هوشمند در شهریور ۱۴۰۲ در پایگاه داده الکترونیکی تیلور و فرانسیس انجام شد.

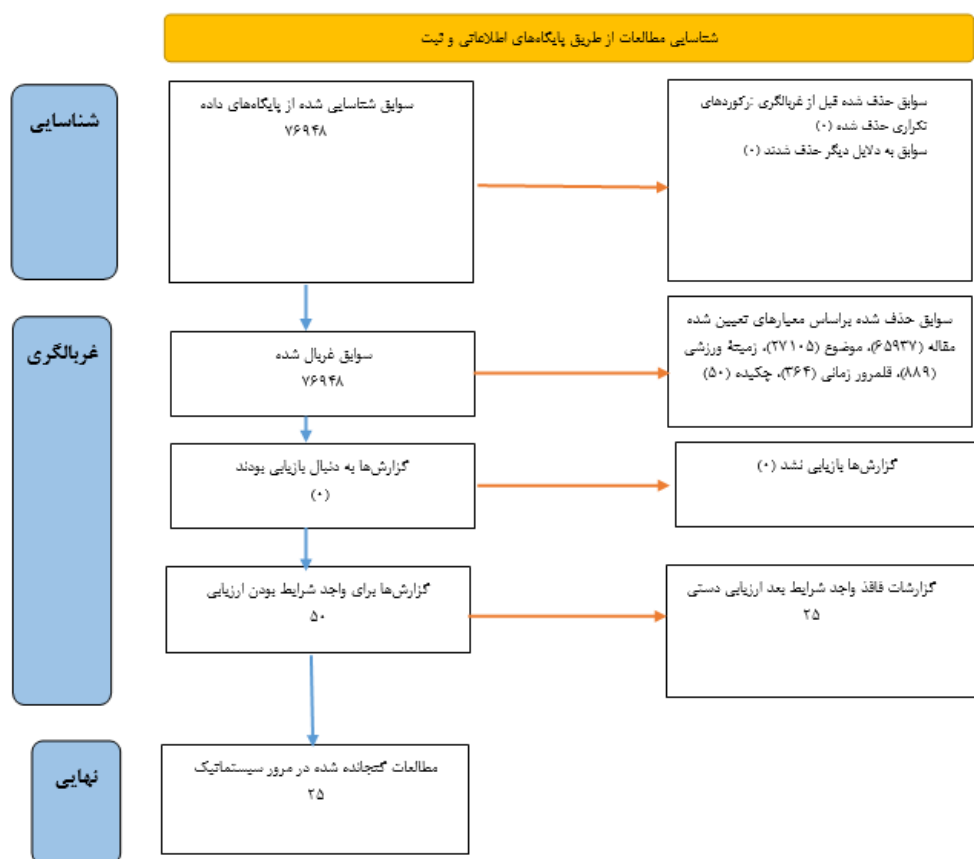
1. Cale & Harris

معیارهای واجد شرایط بودن مطالعات

در صورتی که معیارهای زیر برآورده می‌شد، واجد شرایط ورود به مطالعه تلقی می‌شدند: (۱) مطالعه در یک مجله انگلیسی زبان منتشر شده باشد، (۲) ماهیت مطالعه، کیفی-کمی باشد، (۳) مطالعه حاوی حداقل عنوان، چکیده و یا کلیدواژه‌ها، اشاره به بحث سواد بدنی باشد و (۴) قلمرو و مرز زمانی انتشار مقالات از ۲۰۱۸ به بعد بوده باشد.

گزینش و تعدیل نهایی مطالعات

فرایند گزینش مطالعات نهایی مبتنی بر آیتم‌های غربالگری در مرور سیستماتیک و متاآنالیز بود. نمودار جریان حذف و تعدیل داده‌ها، تعداد اسناد شناسایی‌شده، گنجانده‌شده، حذف‌شده و دلایل حذف‌شده را در مراحل مختلف بررسی سیستماتیک نشان می‌دهد. در این پژوهش از فرایند غربالگری (PRISMA) برای جمع‌آوری نظام‌مند و استاندارد مقالات، هدایت، جستجو و گزارش تحقیقات موجود در مورد سواد بدنی استفاده شد. در بررسی اولیه در پایگاه‌های الکترونیک با عنوان سواد بدنی، ۷۶۹۴۸ سند شناسایی شد. در ادامه با تعیین معیار اسناد از نوع مقالات (۶۵۹۳۷)، با اعمال محدودیت مقالات براساس موضوع آموزشی (۲۷۱۰۵)، با تعیین زمینه ورزشی (۸۸۹)، براساس قلمرو زمانی انتشار ۲۰۲۳-۲۰۱۸، تعداد (۳۶۴) مقاله با تعیین محدودیت چکیده (۵۰) مقاله و در نهایت براساس معیار عنوان و بررسی دستی، ۲۵ مقاله به‌عنوان اسناد شناسایی‌شده تجزیه و تحلیل شد. (نمودار PRISMA در شکل (۱) ارائه شده است). در بررسی اسناد از مقالات هفدهم به بعد، اشباع نظری اسنادی حاصل شد؛ یعنی در مقالات بعدیافته داده و مضمون جدیدی مرتبط با حوزه‌ها و عناصر سواد بدنی احصا نشد.



شکل ۱- نمودار PRISMA در بررسی‌های سیستماتیک پایگاه‌های داده و ثبت

Figure 1 - PRISMA diagram in systematic reviews of databases and registries

تجزیه و تحلیل

روش تجزیه و تحلیل اسناد و مطالعات حاصل از مرور سیستماتیک با الگوی تحلیل مضمون استقرایی صورت گرفت.

کیفیت و اعتبار سنجی کدگذاری

برای اطمینان از رعایت الزامات اعتبار و کیفیت شواهد در پروژه‌های تحقیقاتی کیفی، معیارهای قابل اعتبار، قابلیت انتقال، قابل اعتماد بودن و تأییدپذیری، در سراسر فرایندهای جمع‌آوری و تجزیه و تحلیل داده‌ها به کار رفت. به علاوه، برای ارزیابی کیفیت مطالعات گزینشی و بررسی‌های اولیه و غربال‌سازی توسط محققان مرتبط با پژوهش، ارزیابی کیفیت یافته‌ها توسط دو کدگذار مستقل بررسی شد. اندازه‌گیری میزان توافق دو کدگذار با ضریب کاپای کوهن صورت پذیرفت. مطابق جدول (۱)، ضریب کاپای کوهن (۰/۸۳۹) در سطح معناداری ($p < ۰/۰۵$) به دست آمد که نشان‌دهنده پایایی مناسب کدهای استخراجی است؛ از این رو فرض استقلال کدهای استخراجی رد شده و نبود وابستگی آن‌ها به یکدیگر تأیید می‌شود که این امر به معنای وضعیت معتبر و مناسب توافق بین دو کدگذار است (جدول ۱).

جدول ۱- توافق بین کدگذاران مستقل

Table 1- Agreement between independent coders

		توافق بین دو کدگذار		Total	ضریب همبستگی	ضریب توافق	معناداری
		s1	s2				
s1	no	Count	3	1	4		
		% within s1	0.75	25.0	100.0		
		% within s2	100.0	3.7	13.3		
		% of Total	10.0	3.3	13.3		
	yes	Count	0	26	26		
		% within s1	0.0	100.0	100.0		
		% within s2	0.0	96.3	86.7	0.85	0.839 ***
		% of Total	0.0	86.7	86.7		
Total		Count	3	27	30		
		% within s1	10.0	90.0	100.0		
		% within s2	100.0	100.0	100.0		
		% of Total	10.0	90.0	100.0		

نتایج

نتایج تحلیل مضمون ادبیات مرتبط نشان داد، چهار حوزه جسمانی^۱، حوزه روانی-عاطفی^۲، حوزه رفتاری-اجتماعی^۳ و حوزه شناختی^۴ به عنوان حوزه‌های چهارگانه سواد بدنی است که به هم مرتبط و وابسته هستند. همچنین این چهار حوزه به مؤلفه‌های فرعی تری تقسیم‌شدنی است (جدول ۲).

ارائه گزارش و تفسیر نتایج

چهارچوب سواد بدنی حاضر، یک چشم‌انداز، زبان مشترک و درک واحد و سازگار در مورد اینکه سواد بدنی چیست و چگونه می‌تواند ترویج یابد، ارائه می‌دهد. این چهارچوب در چهار حوزه سازمان‌دهی شده است که هرکدام از این عناصر، بخش کلیدی هستند که به توسعه سواد بدنی کمک خواهند کرد. تمام این عناصر به هم مرتبط و با روش‌های مختلف برای زمینه‌ها و بافت‌های آموزشی متنوع به کار می‌رود. در جدول (۲) برای تفسیر و تبیین بیشتر، هریک از حوزه‌ها به همراه عناصر مرتبط، به صورت مختصر توضیح داده شده است.

1. Physical Field
2. Psychological-emotional Field
3. Behavioral-social Field
4. Cognitive Field

جدول ۲- تبیین و بسط مفهومی چهارچوب سواد بدنی

Table 2- Explanation and conceptual development of the physical literacy framework

ساختار	حوزه	تبیین و بسط مفهومی حوزه‌ها و عناصر
چهارچوب سواد بدنی	حوزه جسمانی	➤ حوزه جسمانی بر مهارت‌های حرکت، کنترل بدن و تناسب کلی فرد تمرکز دارد. این دامنه شامل هماهنگی و کاربرد مهارت‌ها برای انجام حرکات موردنیاز در محیط‌ها و موقعیت‌های مختلف است. (۱) عنصر مهارت‌های حرکتی: به فرد اجازه می‌دهد از یک موقعیت به موقعیت دیگر حرکت کند (سرخوردن، راه رفتن، دویدن پریدن، شنا کردن و...). عنصر حرکت با تجهیزات: ترکیب مهارت‌های حرکتی با تجهیزات و حرکت از یک مکان به مکان دیگر (سوار دوچرخه شدن، موج سواری، کایاک سواری، پارو زدن، اسکی، اسنوبورد و...). زمان واکنش: طول زمان صرف شده برای پاسخ به یک محرک مشخص (شروع دو با شنیدن صدای تپانچه و...). عنصر سرعت: نسبت جابه‌جایی در مدت زمان مشخصی (حرکت سریع دست‌ها برای دریافت، ضربه و پرتاب یکی شیء و...). عنصر چابکی: توانایی تغییر سریع موقعیت بدن یا جهت بدن (فریب دادن، تغییر جهت). عنصر هماهنگی: توانایی حرکت دادن قسمت‌های مختلف بدن به صورت کنترل‌شده و کارآمد (غواصی، ایروبیک، اسکی کردن). عنصر پایداری و تعادل: مهارت‌هایی که شامل تعادل و کنترل وزن هستند (تعادل ایستا و پویا و...). عنصر دستکار اشیاء: مهارت‌های حرکتی که از اعضای بدن برای حرکت یا دستکاری اشیاء استفاده می‌کنند (دریبل کردن، ضربه زدن و...). عناصر مرتبط با سلامت: به گسترش عوامل استفاده‌شده برای اجرا و زندگی کردن به شیوه سالم توجه دارد. عنصر انعطاف‌پذیری: ظرفیت یک مفصل یا عضله برای حرکت در محدوده حرکتی کامل آن (کشش ایستا و پویا، ژیمناستیک، یوگا و...). عنصر قدرت: توانایی انجام کار در برابر مقاومت (لیفت وزنه، پرتاب توپ مدیسن بال). عنصر استقامت عضلانی: توانایی یک عضله برای اعمال مکرر نیرو در یک دوره زمانی پایدار (درازونشت، شنای سوئدی و...). عنصر استقامت قلبی-عروقی: توانایی قلب و شش‌ها برای رساندن اکسیژن به عضلات (دویدن، دوچرخه‌سواری، پارو زدن برای فواصل طولانی و...).
	حوزه روانی-عاطفی	➤ حوزه روان‌شناسی و عاطفی به احساسات، نگرش‌ها و احساسات نسبت به حرکت و فعالیت بدنی اشاره دارد. عنصر درگیر شدن و لذت بردن: احساسات و تجربیات مثبت به دست آمده از حرکت و فعالیت جسمانی (شادی، خودکارآمد انگاری، احساس مؤثر بودن، احساس امید و...). عنصر اعتماد به نفس: باور به ارزش خود و توانایی انجام حرکت و فعالیت جسمانی (تلاش برای انجام حرکات جدید، حفظ اعتماد به نفس پس از تجربه شکست، خودپذیرشی و خودکارآمد انگاری و...). عنصر انگیزه: دلایل مشارکت در فعالیت ورزشی در پاسخ به عوامل داخلی و خارجی (تمایل به انجام فعالیت، در جست و جوی چالش‌های جسمانی جدید برای لذت بردن و سلامتی و...). عنصر ارتباط با محیط: ارتباط با محیط، چه محیط ساخته شده و چه طبیعی، در رابطه با حرکت و فعالیت بدنی و تأثیر محیط بر فعالیت ورزشی (اسکی در مکان‌های مختلف کوهستانی، بازی فوتبال در شرایط و محیط‌های مختلف، تشخیص فرصت‌های که محیط برای فعالیت‌های متنوع به فرد می‌دهد، انتقال و تعمیم مهارت‌های حرکتی به محیط‌های دیگر و...).

جدول ۲- تبیین و بسط مفهومی چهارچوب سواد بدنی

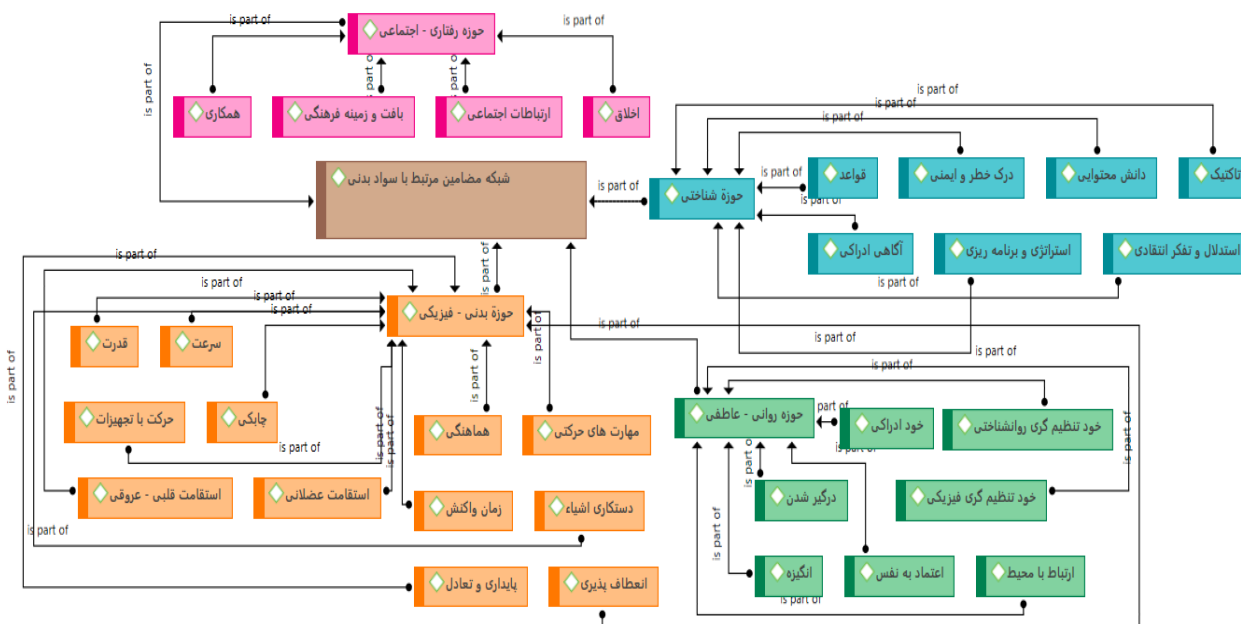
Table 2- Explanation and conceptual development of the physical literacy framework

ساختار	حوزه	تبیین و بسط مفهومی حوزه‌ها و عناصر
حوزه رفتاری - اجتماعی		عنصر خودآدراسی: دانش آموز ارتباط خود را با حرکت و فعالیت جسمانی درک و نقاط ضعف و قوت حوزه‌های رشد فردی را تشخیص می‌دهد (شناخت نقاط ضعف و قوت و زمینه‌های توسعه فردی). عنصر خودتنظیم‌گری روان‌شناختی: توانایی مدیریت احساسات و رفتارهای مرتبط با حرکت و فعالیت جسمانی (مقابله مثبت، تنظیم و غلبه بر خشم). خودتنظیم‌گری جسمانی: تشخیص و مدیریت علائم جسمانی مانند درد، خستگی (توانایی مدیریت سطح اسید لاکتیک بدن در فعالیت‌های سرعتی، طراحی تمرینات سبک به منظور تسریع فرایند بازگشت به حالت چابدار فیزیولوژیکی بعد از فعالیت سنگین).
		➤ این دامنه بر توانایی تعامل با دیگران در ارتباط با حرکت و فعالیت ورزشی تمرکز دارد. این دامنه شامل توسعه مهارت‌های اجتماعی مانند همکاری، بازی جوانمردانه و مشارکت اجتماعی، توزیع رهبری بین افراد است. عنصر ارتباطات اجتماعی مثبت: ایجاد، حفظ و مدیریت روابط محترمانه که فرد را قادر به تعامل مؤثر، مثبت و سازنده با دیگران می‌سازد (همدردی با ورزشکار، اشتراک‌گذاری مهارت و توسعه اعتماد و رفاقت، ابراز علاقه و تسهیل و تأمین نیازهای دیگر ورزشکاران). عنصر همکاری: حفظ و توسعه مهارت‌های اجتماعی برای تعامل موفق با دیگران (ازجمله ارتباط، رهبری و حل تعارضات بین فردی در محیط‌های آموزشی، پذیرش تفاوت‌های بین فردی و...). عنصر اخلاق‌گرایی: درک و رعایت اصول اخلاقی حاکم بر رفتار (انصاف، عدالت، برابری، احترام، حفظ کرامت انسانی) عنصر بافت و زمینه فرهنگی: ارزش‌های فرهنگی و عرفی که در گروه‌ها، تیم‌ها سازمان‌ها و مدارس وجود دارد؛ ازجمله درک ارزش‌های فرهنگی تیم‌ها و باشگاه‌ها، احترام به این ارزش‌ها و دیدگاه‌های دیگران (رعایت اصول ورزش پهلوانی، احترام به اصول ورزش‌های رزمی).
حوزه شناختی		➤ حوزه شناختی بر توسعه دانش و درک مورد نیاز برای حرکت و فعالیت بدنی تمرکز دارد. حوزه شناختی درمورد توانایی: فکر کردن، درک و تصمیم‌گیری، و دانستن چگونگی و زمان انجام مهارت‌های حرکتی است. درک و پیروی از قوانین و اعمال تاکتیک‌ها یا استراتژی‌ها در یک بازی. عنصر دانش محتوایی: دانش واقعی که یک دانش‌آموز درک کند و به افراد دیگر انتقال دهد (توصیف اثرات ورزش و سبک زندگی غیرفعال، آشنایی با قوانین بازی، درک نقش‌ها در تیم‌ها و گروه‌ها، توضیح اینکه چگونه مشکلات حرکتی مرتبط با مهارت ورزشی را می‌توان حل کرد؛ برای مثال، دفاع مناسب در مقابل ضربه فوروارد درایو در تنیس روی میز).
		عنصر قواعد: قوانین و اصول بنیادین حاکم بر اجرای مهارت یا فعالیت جسمانی ازجمله استفاده مناسب و ایمن از تجهیزات، پیروی از دستورالعمل‌های مربوط به ایمنی شخصی و بازی منصفانه؛ به عنوان مثال، دست دادن با حریف در پایان بازی، توانایی تعدیل قوانین بازی به طوری که هم ایمنی اجتماعی حفظ شود و هم بازی با توجه به محدودیت‌های موجود میط آموزشی لذت‌بخش‌تر شود. عنصر استدلال و تفکر انتقادی: درک آگاهانه از محیط و فعالیت‌های ورزشی و داشتن منطق برای ساخت، تغییر و یا توجیه علمی شیوه‌ها از جمله (استفاده از دانش قبلی برای حل چالش‌های حرکتی، انتخاب فعالیت‌های خاص متناسب با سبک زندگی شخصی).

جدول ۲- تبیین و بسط مفهومی چهارچوب سواد بدنی

Table 2- Explanation and conceptual development of the physical literacy framework

ساختار	حوزه	تبیین و بسط مفهومی حوزه‌ها و عناصر
		عنصر درک خطر و ایمنی: درک، مدیریت خطر و ملاحظات ایمنی برای مراقبت از خود و دیگران در زمینه‌های حرکتی (داشتن احساس مسئولیت مبنی بر انجام ندادن و طراحی نکردن تمریناتی که باعث به خطر افتادن سلامتی خود و دیگران می‌شود، پیروی از رویه‌های استاندارد ایمنی، آگاهی معلم یا دانش از خطرات بالقوه محیط قبل از انجام فعالیت ورزشی)
		عنصر استراتژی و برنامه‌ریزی: این عنصر توضیح می‌دهد که چگونه اهداف تعیین شده با استفاده از منابع موجود امکان تحقق خواهند یافت (طراحی و برنامه‌ریزی نقاط و اهداف عطف کوتاه مدت به عنوان بخشی از فرایند دستیابی به اهداف کلان، شناسایی چالش‌های آتی برنامه درس تربیت بدنی)
		عنصر تاکتیک: تصمیمات و اقدامات عملی برنامه‌ریزی شده برای تحقق اهداف (حفظ مالکیت توپ، تاکتیک پاور پلی در دقایق آخر بازی فوتسال، تطبیق یک برنامه با توجه به تغییر شرایط؛ به عنوان مثال، اصلاح فعالیت‌های آموزشی و ورزشی با توجه به شرایط آب‌های در محیط‌های روباز)
		عنصر آگاهی ادراکی: دانش ضمنی استفاده شده برای تشخیص سریع محیط و گرفتن تصمیمات دقیق براساس تجربیات، مشاهدات، احساسات و شهود (تشخیص موقعیت بدن رقیب هنگام زدن سرویس به منظور پیش بینی نوع سرویس، تنظیم حرکت متناسب با شرایط جوی)



شکل ۲- الگوی شماتیک مرتبط با چهارچوب سواد بدنی

Figure 2 - Schematic model related to the physical literacy framework

بحث و نتیجه‌گیری

مدرسه، محیطی مناسب برای حمایت از توسعه سواد بدنی برای کودکان و نوجوانان است (استودارت و همبرت^۱، ۲۰۲۱، ۷۴۲؛ وای دیو^۲، ۲۰۲۱). کاربرد سواد بدنی برای تمام سنین مناسب است، اما دوران کودکی و نوجوانی به‌عنوان یک مرحله مهم برای توسعه ویژگی‌هایی مدنظر است که به تداوم فعالیت بدنی به‌عنوان سبک زندگی فعال کمک می‌کند (هالتین و همکاران^۳، ۲۰۲۰، ۴). سواد بدنی به‌عنوان ابزاری برای ترویج فعالیت بدنی در کودکان پدیدار شده است (دسیلوا و همکاران^۴، ۲۰۲۳، ۴). درواقع، نهادینه‌سازی عادات فعال بدنی در بزرگسالی، وابسته به تمرین آن‌ها در طول دوره کودکی و نوجوانی است. از سوی دیگر، معلمان تربیت‌بدنی به‌عنوان بازیگران اصلی در تضمین پیشرفت آنان در فعالیت‌های معطوف به سواد بدنی به شمار می‌روند؛ درنتیجه معلمان در محیط مدارس، مهم‌ترین عامل اجتماعی در مداخله و شکل دادن به حوزه‌های سواد بدنی مرتبط با کودکان و نوجوانان هستند که آنان را به سمت مشارکت فعال و سبک زندگی فعال و پایدار (مشارکت پایدار در ورزش) هدایت می‌کنند (اسیت و همکاران، ۲۰۲۲، ۲). اگر معلمان درک روشن و کاملی از سواد بدنی داشته باشند، به احتمال بیشتر، توانایی سطح بالاتری در توسعه مفهوم سواد بدنی و تحقق ظرفیت‌های نهفته دانش‌آموزان با استفاده از ظرفیت‌های جسمانی، روانی، شناختی و اجتماعی تئوری سواد بدنی خواهند داشت؛ به این ترتیب، این مطالعه با رویکرد سنتزپژوهی و با محوریت روش مرور سیستماتیک که براساس هرم ارزیابی کیفیت روش‌های تحقیق در بالاترین سطح اعتبار قرار دارد، به دنبال توسعه درک بنیادین از سواد بدنی در مطالعات آکادمیک معطوف به سیاست‌های درس تربیت‌بدنی در مدارس (ابتدایی، متوسطه اول و متوسطه دوم) است. شایان ذکر است که این مطالعه از محدود مطالعات داخلی است که تجزیه و تحلیل عمیقی بر مبنای سواد بدنی ارائه می‌دهد. این بینش اولیه از تئوری سواد بدنی، می‌تواند اولین گام ضروری به‌منظور اطمینان از این موضوع باشد که سواد بدنی در ابتدا به درستی و اندازه کافی شناخته شود و در ادامه به‌واسطه بینش درست از آن، در محیط‌های آموزشی-تربیتی، به‌عنوان راهبرد محوری در تحقق برنامه‌ها و اهداف درس تربیت‌بدنی استفاده شود.

براساس سنتزپژوهی مطالعات و فرایند کدگذاری مبتنی بر تحلیل مضمون، چهارچوب سواد بدنی از ادغام چهار حوزه کلیدی یعنی صلاحیت حرکتی (جسمانی)، روانی-عاطفی، شناختی و رفتاری-اجتماعی تشکیل شده است.

«زمینه جسمانی» یک عنصر کلیدی در سواد بدنی است (لندی و همکاران، ۲۰۲۱، ۱۰۸) که از طریق فعالیت‌های معطوف به تربیت‌بدنی در مدارس ایجاد می‌شود. حوزه جسمانی بر مهارت‌های حرکتی، کنترل بدن و تناسب کلی فرد تمرکز دارد. این دامنه، هماهنگی و کاربرد مهارت‌ها برای انجام حرکات موردنیاز در محیط‌ها و موقعیت‌های مختلف را در برمی‌گیرد. کودکان با مهارت حرکتی بالاتر، بیشتر در فعالیت‌های بدنی شرکت می‌کنند که این موضوع، خود منجر به توسعه صلاحیت‌های حرکتی (زمینه جسمانی) کودک می‌شود. صلاحیت حرکتی دانش آموز، به مشارکت معنادار دانش‌آموزان از طریق اجرای بازی، درک عملکرد آن‌ها در مقایسه با همکلاسی‌هایشان، دریافت بازخورد و واکنش‌های مثبت ایجادشده توسط دیگر اعضای کلاس کمک می‌کند (بنی و همکاران^۵، ۲۰۱۷، ۲۹۳). بخشی از صلاحیت بدنی-حرکتی را می‌توان از طریق شیوه‌های آموزشی عملی در مدارس (کارت‌های بازی مهارت‌های حرکتی بنیادی، فعالیت‌های ژیمناستیک، بهبود تعادل و ثبات، مهارت‌های حرکتی، مهارت کنترل شیء و هماهنگی کلی بدن) توسعه داد. همان‌گونه که در بخش تفسیر و ارائه گزارش (جدول ۲) اشاره شد، صلاحیت

1. Stoddart & Humbert

2. Ydo

1. Hulteen

2. De Silva

3. Beni

حرکتی یا زمینه جسمانی سواد بدنی، عناصر متنوعی دارد. یکی از این عناصر، توسعه مهارت‌های حرکتی بنیادی^۱ است که بسیاری، تصور و درک اولیه از سواد بدنی را معطوف به همین عنصر از سواد بدنی می‌کنند؛ در صورتی که مهارت‌های حرکتی بنیادی یک مؤلفه کلیدی در این حوزه است، نه تمام مفهوم سواد بدنی (هیلتن و همکاران^۲، ۲۰۱۷).

«حوزه روانی-عاطفی» جنبه‌های عاطفی دانش‌آموز یا معلم از جمله نگرش، خودکارآمدانگاری، خودپذیرشی، انگیزش، عزت‌نفس، امید و تسلط بر محیط پیرامون را به رسمیت می‌شناسد. تأکید بر دامنه روان‌شناسی، به معنای فراهم کردن فرهنگ کلاسی مثبتی است که به فراگیران کمک خواهد کرد ساختارهای روان‌شناختی مثبت خود از جمله سرمایه روانی (امید، تاب‌آوری، خودکارآمدانگاری) و سلامت روان‌شناختی (ارتباط مثبت، هدفمندی در زندگی، استقلال) را توسعه دهند. وجود ساختارهای انگیزشی در مدارس، به احتمال زیاد، انگیزه درونی افراد برای پذیرش وظایف چالش برانگیز را در محیط مدرسه افزایش می‌دهد (گلدی و مورگان، ۲۰۲۱، ۳۶). طراحی استراتژی‌های آموزشی انگیزه‌محور مانند مدل یادگیری مشارکتی یا تسهیل گروه‌بندی مشارکتی، احساسات مثبت (امید، خودکارآمدی و...) به فعالیت‌های تربیت‌بدنی مدارس را افزایش خواهد داد (مورگان، ۲۰۱۹، ۱۰).

گلدی و مورگان (۲۰۲۱، ۳۸) معتقد هستند که «ساحت شناختی افراد» را می‌توان از طریق سواد بدنی ارتقا داد. حوزه شناختی بر توسعه دانش و درک موردنیاز برای حرکت و فعالیت بدنی تمرکز دارد. این حوزه به توانایی فکر کردن، دانش محتوایی، آگاهی ادراکی، درک و تصمیم‌گیری، دانستن چگونگی و زمان انجام مهارت‌های حرکتی اشاره دارد. هریک از این مفاهیم، به وضوح در حوزه شناختی قرار می‌گیرند و از نقش مهم عناصر شناختی در تداوم سبک زندگی فعال صحبت می‌کنند. به طور خاص، دانش (اخباری و رویه‌ای) جزء کلیدی از عملکرد شخص ماهر به شمار می‌رود و تأثیر بسیاری بر مشارکت افراد در فعالیت‌های جسمانی دارد. معلمان باید از روش‌های شناختی مختلفی برای ترویج سبک زندگی سالم که هدف اصلی توسعه سواد بدنی است، استفاده کنند. تحقیقات دو استراتژی مهم یعنی مدل آموزش جسمانی مبتنی بر سلامت^۳ و اصول سبک زندگی فعال جسمانی^۴ را برای حمایت از توسعه دانش و درک (دامنه شناخت) پیشنهاد می‌کنند (کیل و هریس^۵، ۲۰۱۸، ۲۸۱).

دادلی (۲۰۱۵) «حیطه رفتاری-اجتماعی» را به‌عنوان یکی از حوزه‌های محوری در سواد بدنی شناسایی کرد. این ساحت بر توانایی تعامل با دیگران در ارتباط با حرکت و فعالیت ورزشی تمرکز دارد و شامل توسعه مهارت‌های اجتماعی مانند همکاری، بازی جوانمردانه، مشارکت اجتماعی و توزیع رهبری بین افراد می‌شود. شاید بتوان بیان کرد که حوزه اجتماعی، در انتهای پیوستار توسعه سواد بدنی است و تمامی ساحت‌های پیشین در جهت تحقق و تسهیل ساحت اجتماعی افراد است. ساحت اجتماعی شامل توسعه مهارت‌های اجتماعی مانند همکاری، یازی منصفانه، رهبری و قدرت ارتباط است که به ما کمک می‌کند تا از مشارکت و تعامل مؤثر با دیگران لذت ببریم (ورزش استرالیا، ۲۰۲۰). رعایت جنبه اجتماعی فعالیت‌های ورزشی، عامل کلیدی در سواد بدنی است و این ماهیت پویای ارتباطی باید در تمام برنامه تأکید شود. این نکته باید مدنظر قرار گیرد که

4. Fundamental motor skill (FMS)

1. Hulteen

2. Health-based physical education model (HBPE)

3. Physically active lifestyle (PAL)

4. Cale & Harris

حیطه اجتماعی، در ارتباط بین معلم و دانش‌آموز خلاصه نمی‌شود؛ بلکه دایره آن می‌تواند وسیع‌تر از این ارتباط باشد. در جدول (۲) به طور تفصیلی، عناصر مرتبط با این حوزه ارائه شده است.

هدف دیگر پژوهش، شناسایی ملزومات مبنایی برای تسهیل چهارچوب سواد بدنی در مدارس بود. براساس اسناد، این چهارچوب با یک «مربی آموزش‌دیده» شروع می‌شود. براساس شواهد و تجربیات شخصی، آموزش یک جزء کلیدی برای معلم تربیت‌بدنی است. تحقیقات مختلف، اهمیت معلمان متخصص را در ارائه برنامه‌های تربیت‌بدنی باکیفیت و نقش این نوع از معلمان در توسعه سبک زندگی فعال و سالم به خوبی نشان داده‌اند (رابینسون و همکاران^۱، ۲۰۱۸، ۲۹۰؛ دوردن مایرز و کیگان^۲، ۲۰۱۹، ۳۱). برای اینکه معلمان بتوانند تغییرات آموزشی لازم برای تحقق اهداف سواد بدنی را محقق کنند، به فرصت‌های یادگیری حرفه‌ای مستمر نیاز دارند. توسعه حرفه‌ای مستمر^۳ (CPD) یکی از رویکردهای بالقوه‌ای است که معلمان می‌توانند از آن برای اصلاح و تکمیل دانش محتوایی خود در فرایند آموزش و یادگیری استفاده کنند (جوی و همکاران، ۲۰۲۲، ۵۹۳). متخصصان تربیت‌بدنی که آموزش‌های لازم، فشرده و تخصصی را در زمینه سواد بدنی دریافت کرده‌اند، نسبت به متخصصان عمومی که در این حوزه آموزش‌های لازم را ندیده‌اند، به احتمال زیاد فعالیت‌های درس تربیت‌بدنی را با اعتماد به نفس و با کیفیت بهتری به دانش‌آموزان ارائه می‌دهند. معلمان آموزش‌دیده زمان بیشتری را صرف توسعه مهارت‌های شناختی، عاطفی، اجتماعی دانش‌آموزان می‌کنند، از شیوه‌های آموزشی مدرن استفاده می‌کنند و تجربیات جامع‌تری را به آنان ارائه می‌دهند (گلدی و مورگان، ۲۰۲۱، ۴۱).

براساس ادبیات تحقیق، بنی و همکاران (۲۰۱۷، ۲۹۱) تجارب معنادار را یکی از الزامات مهم در طراحی برنامه‌های مبتنی بر سواد بدنی می‌دانند. براساس نظر آن‌ها، تجاربی معنادار است که مختصاتی چون رضایت‌بخشی و سرگرم‌کننده بودن برای دانش‌آموزان، توسعه تعامل اجتماعی، صلاحیت حرکتی و چالش‌برانگیز بودن برنامه‌ها را در خود جای دهد؛ بنابراین هنگام آموزش یک فعالیت تربیت‌بدنی که به دنبال توسعه سواد بدنی است، معلمان باید تجارب ارزشمند و معناداری را برای دانش‌آموزان طراحی کنند. این تجارب، نگرش مثبتی را در دانش‌آموز درباره سواد بدنی و سبک زندگی فعال شکل خواهد داد. حمایت اجتماعی ادراکی از سوی همسالان و معلم نیز نقشی مهمی در احساس تجارب معنادار خواهد داشت. علاوه بر این، به نظر می‌رسد کار گروهی و همکاری بین دانش‌آموزان در برنامه‌های سواد بدنی، تأثیر مثبت بر یادگیری و انگیزه آنان خواهد داشت (فرناندز و همکاران^۴، ۲۰۱۷، ۹۲). از طرفی رویکرد لذت‌محور در طراحی تجربیات مبتنی بر سواد بدنی باید در اولویت باشد. سواد بدنی لذت‌محور و سرگرم‌کننده، می‌تواند سلامت قلبی-عروقی، سلامت روان‌شناختی و دیگر ابعاد سلامتی را افزایش دهد.

«توانمندسازی دانش‌آموزان» یکی از محورهای الزامی در توسعه سواد بدنی است. اساساً با توانمندسازی دانش‌آموزان، معلمان به آن‌ها کمک خواهند کرد تا انگیزه درونی برای مشارکت در فعالیت‌های تربیت‌بدنی را توسعه دهند. این توانمندسازی حتی جزء ضروری برای ایجاد محیط ورزشی ایمن در مدارس است. پوزو و همکاران^۵ (۲۰۱۶، ۵۷) با بررسی سیستماتیک آموزش مبتنی بر مدل مسئولیت فردی و اجتماعی (TPSR) نشان دادند که یکی از وجوه اصلی برنامه‌های تربیت‌بدنی در کنار رابطه

1. Robinson
2. Durden-Myers & Keegan
3. Continuing professional development
4. Fernandez-Rio
5. Pozo

قوی معلم-دانش آموز، توانمندسازی آنان است. توانمندسازی بیشتر با فراهم کردن فرصت‌هایی برای انتخاب، پذیرش نقش‌های رهبری، شنیدن صدای دانش آموز و مشارکت در تصمیم‌گیری درس تربیت‌بدنی شکل خواهد گرفت. معلمان تربیت‌بدنی که فرصت‌هایی را برای احساس مالکیت دانش آموز، توسعه مهارت‌های زندگی، مشارکت آنان در مدیریت کلاس فراهم می‌آورند، به توانمندسازی بیرونی خارج از مدرسه آنان کمک فراوانی خواهند کرد (ویتنی و همکاران^۱، ۲۱۷، ۴۶۹). دانش‌آموزانی که حس مالکیت و مدیریت در کلاس‌های تربیت‌بدنی را تجربه کنند، اعتمادبه‌نفس بیشتری برای انجام فعالیت‌های ورزشی دارند. «تسهیل جو انگیزشی در محیط‌های آموزشی» زمینه‌ساز دستیابی به دیگر اهداف سواد بدنی است. یکی از ساختارهایی که جو انگیزشی را به‌عنوان محور درس تربیت‌بدنی و مباحث مرتبط با سواد بدنی توسعه می‌دهد، اصول آموزشی ساختار ت.ا.ر.گ.ت.^۲ است که شامل «وظیفه، اختیار و قدرت، ارتباط، گروه‌بندی، ارزیابی و زمان» می‌شود. «عنصر وظیفه» سه محور را دنبال می‌کند: (۱) ارتقای یادگیری خود-مرجع شخصی، (۲) تمایز تکالیف و چالش بهینه وظایف و (۳) تنوع وظایف در طراحی برنامه‌ها برای حفظ علاقه و تعامل دانش آموز. عنصر «قدرت و اختیار» مربوط به تعادل تصمیم‌گیری بین معلم و دانش آموز در طول درس تربیت‌بدنی است که به طور مستقیم با تولید انگیزه برای دانش آموز مرتبط است. جو قدرت متوازن، فراگیران را تشویق می‌کند تا نقش‌های رهبری را برعهده گیرند و خود را بخشی از فرایند تصمیم‌گیر در درس تربیت‌بدنی به رسمیت بشناسند. از آنجاکه انگیزه پیامد مهمی از سواد بدنی در نظر گرفته می‌شود، طراحی ساختار قدرت متوازن در درس تربیت‌بدنی به‌عنوان محرک انگیزش روانی دانش‌آموزان، در توسعه رفتارهای جسمانی همیشگی آنان حیاتی به نظر می‌رسد. مورگان (۲۰۱۹، ۱۱) با توجه به اهمیت «روابط مثبت معلم-دانش آموز» در تربیت‌بدنی، استدلال می‌کند که روابط به‌عنوان بخش مهمی از جو انگیزشی باید مدنظر معلم قرار گیرد. شایان ذکر است که روابط منحصر به معلم و دانش آموز نیست، بلکه شامل روابط دانش آموز با دانش آموز، مدیر با دانش آموز و دیگر ساختارهای ارتباطی است که به نحوی درس تربیت‌بدنی را تحت‌شعاع خود قرار می‌دهد. زمانی که معلم توانایی «ترکیب و تنظیمات گروه‌بندی» را توسعه می‌دهد، انگیزش بیشتری از سوی دانش آموز ادراک می‌شود؛ بنابراین گروه‌بندی نیاز ضروری برای جو انگیزشی در مدارس است. گروه‌بندی و پویایی تیمی، چالش دشوار و وقت‌گیر برای معلمان تربیت‌بدنی است که اگر حاصل شود، می‌تواند روشی مؤثر برای توسعه انگیزه دانش‌آموزان به‌منظور مشارکت در فعالیت‌ها باشد. ارزیابی، یکی دیگر از مهم‌ترین ویژگی‌های محیط تربیت‌بدنی است که می‌تواند به راحتی انگیزه دانش‌آموزان را تضعیف کند. معلم تربیت‌بدنی چند ملاحظه مهم را در بحث ارزیابی باید مدنظر قرار دهد: (۱). ارزیابی باعث ارتقای جو انگیزشی می‌شود، (۲) معیارهای ارزیابی کاملاً شفاف باشد، (۳) متناسب با قوت‌ها و ضعف‌های دانش آموز باشد و (۴) دست‌یافتنی باشد. «عنصر زمان» در تربیت‌بدنی و مباحث مرتبط با این حوزه، به سرعت آموزش و زمان اختصاص داده‌شده برای تکمیل برنامه‌های جسمانی، شناختی، عاطفی و اجتماعی اشاره دارد. اگر این موضوع از سوی معلم نادیده گرفته شود، نرخ یادگیری کاهش و تعداد فراگیران کاهش خواهد یافت (برای درک بیشتر نقش استراتژی هدف در توسعه جو انگیزشی درس تربیت‌بدنی، به مقاله مورگان (۲۰۱۹) مراجعه کنید). در انتها، توجه به این ملاحظات، امری حیاتی برای معلمان تربیت‌بدنی در تسهیل محیط یادگیری انگیزشی است. نکته درخورتأمل در طراحی ساختار هدف، ابتکار معلم تربیت‌بدنی در دستکاری و تعدیل فعالیت‌های معطوف به این ساختار است که می‌تواند اهداف سواد بدنی را بیش از پیش تسهیل کند.

1. Whitney

2. TARGET Pedagogical Principles (Task, Authority, relationships, Grouping, Evaluation & Time)

براساس نتایج تحلیل این پژوهش، چهارچوب سواد بدنی، یک چشم انداز روشن، زبان مشترک و درک متوازن از این است که سواد بدنی چیست؟ چه اهدافی را دنبال می‌کند؟ چه حوزه‌های را پوشش می‌دهد و چگونه می‌تواند در مدارس توسعه پیدا کند؟

از آنجاکه سواد بدنی را می‌توان در چندین سند برنامه‌دستی محدود خارجی یافت، مطمئناً برای معلمان ورزش ایده‌آل است که درک مشترکی از آن داشته باشند. در کشورهای مختلف و گروه‌های تحقیقاتی، سواد بدنی، رویکردی ارزشمند به همسوسازی و بهینه‌سازی تربیت‌بدنی، فعالیت بدنی و ترویج ورزش شناخته می‌شود. استفاده سواد بدنی به‌عنوان یک مفهوم در تربیت‌بدنی، رویکردی جدید، فراگیرتر و به‌طور بالقوه مؤثرتر را برای ترویج مشارکت همیشگی در فعالیت بدنی پیشنهاد می‌کند (دوردن مایرز و کیگان، ۲۰۱۹، ۳۲). سواد بدنی مفهومی است که از مربیان می‌خواهد قوت‌های هر فرد را تحلیل کنند و از آن‌ها به‌عنوان پایه‌ای برای یادگیری (و آموزش)، داشتن زندگی معنادار و سالم از طریق فعالیت بدنی، ورزش، تفریح و اوقات فراغت استفاده کنند (وای دیو، ۲۰۲۱، ۱). به‌طور خلاصه، سواد بدنی درمورد رشد مهارت‌ها، دانش، رفتار و فعالیت‌هایی است که به ما اعتمادبه‌نفس و انگیزه برای داشتن زندگی فعال می‌دهد و شامل یادگیری کل‌نگر و پایدار از طریق حرکت و فعالیت بدنی است. براساس تحلیل مضمون استقرایی ادبیات، این چهارچوب از چهار حوزه جسمانی، روانی-عاطفی، رفتاری-اجتماعی و شناختی تشکیل شده که هرکدام از این حوزه‌ها از عناصر و مضامین فرعی تشکیل شده است؛ به این معنی که سواد بدنی با رویکرد کل‌نگر، به دنبال طراحی فعالیت‌هایی است که بتواند ساحت‌های چهارگانه ذکرشده در دانش آموز یا معلم را پرورش دهد. یک فرد (معلم-دانش‌آموز) با سواد بدنی، قادر است با یکپارچه‌سازی توانایی‌های جسمانی، روانی، اجتماعی و شناختی، سلامت خود را بهبود ببخشد و متناسب با موقعیت و زمینه، برنامه‌ها و فعالیت‌هایی را در طول مسیر زندگی طراحی کند و ساحت‌های وجودی مختلف خود را (جسمانی، روانی، شناختی و اجتماعی) بیش از پیش توسعه دهد. زمینه‌های عملیاتی‌سازی سواد بدنی نیز منوط به وجود مربیان آموزش‌دیده، تجارب معنادار و سرگرم‌کننده، توانمندساز بودن برنامه‌های سواد بدنی برای دانش‌آموزان و تسهیل جو انگیزشی است. در این بین، معلمان تربیت‌بدنی می‌توانند از استراتژی‌های ساختار ت.ا.ر.گ.ت. (TARGET) از جمله توزیع متنوع کار-وظیفه، تفویض قدرت و تصمیم‌گیری، روابط، گروه‌بندی متنوع، استراتژی ارزیابی سازنده و عنصر زمان، به‌منظور ایجاد جو انگیزشی برای توسعه سواد بدنی در بین دانش‌آموزان استفاده کنند. به نظر می‌رسد، دانش‌آموز محور بودن فعالیت‌های ورزشی و تداوم فعالیت‌ها و برنامه‌های ورزشی مبتنی بر انگاره سواد بدنی در مدارس، از محورهای کلیدی برای ایجاد تغییرات مثبت در دانش‌آموزان و تحقق اهداف تربیت‌بدنی در مدارس است (چوی و همکاران^۱، ۲۰۲۲، ۵۹۳).

پیام مقاله

در پایان باید گفت، این چهارچوب برای افرادی ارائه شده است که معتقد هستند، سواد بدنی به دلیل ماهیت جامع تربیتی آن، باعث توسعه هر چه بیشتر ساحت‌های وجودی دانش‌آموزان می‌شود. به‌منظور توسعه این چهارچوب آموزشی-تربیتی جامع، هریک از ذی‌نفعان مرتبط می‌توانند سهمی در این حوزه داشته باشند: (۱) افراد: «هرکسی می‌تواند حوزه‌هایی را برای توسعه سواد بدنی شناسایی کند و شامل کسانی است که می‌خواهند توانایی‌های خود را شناسایی کرده یا فعالیت جدیدی را

1. Choi

شروع کنند»، (۲) والدین می‌توانند از این ابزار برای حمایت و پیگیری رشد کودک در خانه، مدرسه و هنگام شرکت در ورزش و فعالیت بدنی استفاده کنند»، (۳) مدارس و آموزگاران: «این گروه می‌توانند از رویکرد سواد بدنی برای حمایت از رشد کلی کودک با تمرکز بر آموزش مهارت‌هایی که به توسعه سبک زندگی مستمر حمایت می‌کند، استفاده کنند. سواد بدنی می‌تواند به مربیان در شناخت و ارزیابی توانایی‌های کودک و همچنین حوزه‌هایی که نیاز به توسعه دارد، کمک کند»، (۴) مربیان و معلمان ورزش: «این گروه می‌توانند از رویکرد سواد بدنی در هنگام طراحی و ارائه فعالیت‌های ورزشی از جمله توسعه ورزشکار و برنامه‌های آموزشی برای حمایت از توسعه مهارت‌های آنان استفاده کنند» و (۵) سیاست‌گذاران: «این افراد از طریق سیستم‌ها، سیاست‌ها و ساختارهای حاکمیتی با ترویج سواد بدنی، باعث ارتقای سلامت، آموزش سبک زندگی فعال و فعالیت‌های ورزش خواهند شد. آنان می‌توانند سواد جسمانی را مبنایی برای سیاست‌گذاری حوزه‌های سلامت، بهبود رفاه فردی و اجتماعی قرار دهند».

تقدیر و تشکر

این پژوهش از تمام نویسندگان مطالعات اولیه که در این سنتز مورد استفاده قرار گرفتند، تشکر می‌نماید.

منابع

1. Bailey, R. (2021). Defining physical literacy: making sense of a promiscuous concept. *Sport in Society*, 25(1), 163-180.
2. Bailey, R. (2021). Defining physical literacy: Making sense of a promiscuous concept. *Sport in Society*, 25(1), 163-180.
3. Beni, S., Fletcher, T., & Ni Chróinín, D. (2017). Meaningful experiences in physical education and youth sport: A review of the literature. *Quest*, 69(3), 291-312.
4. Brown, T. D., & Whittle, R. J. (2021). Physical literacy: a sixth proposition in the Australian/Victorian Curriculum: Health and Physical Education? *Curriculum Studies in Health and Physical Education*, 12(2), 180-196.
5. Cairney, J., Dudley, D., Kwan, M., Bulten, R., & Kriellaars, D. (2019). Physical literacy, physical activity and health: Toward an evidence-informed conceptual model. *Sports Medicine*, 49, 371-383.
6. Choi, S. M., Sum, K. W. R., Wallhead, T. L., Leung, F. L. E., Ha, S. C. A., & Sit, H. P. C. (2022). Operationalizing physical literacy through sport education in a university physical education program. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 27(6), 591-607.
7. Cale, L., & Harris, J. (2018). The role of knowledge and understanding in fostering physical literacy. *Journal of Teaching in Physical Education*, 37(3), 280-287.
8. Carl, J., Jaunig, J., Kurtzhals, M., Müllertz, A. L., Stage, A., Bentsen, P., & Elsborg, P. (2023). Synthesising physical literacy research for 'blank spots': A Systematic review of reviews. *Journal of Sports Sciences*, 1, 1-17.
9. De Silva, C., Hawkins, M., Mazzoli, E., Essiet, I. A., & Barnett, L. M. (2023). First-nation Australian children's interpretation of a pictorial questionnaire designed to assess physical literacy. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 1, 1-15.
10. Dudley, D. (2015). A conceptual model of observed physical literacy. *The Physical Educator*, 72(2015), 236-260.
11. Dudley, D., Cairney, J., Wainwright, N., Kriellaars, D., & Mitchell, D. (2017). Critical considerations for physical literacy policy in public health, recreation, sport, and education agencies. *Quest*, 69(4), 436-452.

12. Durden-Myers, E. J., & Keegan, S. (2019). Physical literacy and teacher professional development. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 90(5), 30-35.
13. Essiet, I. A., Warner, E., Lander, N. J., Salmon, J., Duncan, M. J., Eyre, E. L., & Barnett, L. M. (2022). Exploring Australian teachers' perceptions of physical literacy: a mixed-methods study. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 1, 1-20.
14. Fernandez-Rio, J., Sanz, N., Fernandez-Cando, J., & Santos, L. (2017). Impact of a sustained Cooperative Learning intervention on student motivation. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 22(1), 89-105.
15. Franco, E., Coterón, J., Huéscar, E., & Moreno-Murcia, J. A. (2020). A person-centered approach in physical education to better understand low-motivation students. *Journal of Teaching in Physical Education*, 39(1), 91-101.
16. Gleddie, D. L., & Morgan, A. (2021). Physical literacy praxis: A theoretical framework for transformative physical education. *Prospects*, 50(1-2), 31-53.
17. Hassani, F., Sheikh, M., & Shahrbanian, S. (2022). The physical literacy and children with autism. *Early Child Development and Care*, 192(3), 470-480.
18. World Health Organization (WHO). (2023). <https://www.who.int/teams/health-promotion/physical-activity/global-status-report-on-physical-activity-2022>.
19. Hulteen, R., Morgan, P., Barnett, L., Stodden, D., & Lubans, D. (2017). The role of movement skill competency in the pursuit of physical literacy: Are fundamental movement skills the only pathway?. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 20, e77.
20. Hulteen, R. M., Barnett, L. M., True, L., Lander, N. J., del Pozo Cruz, B., & Lonsdale, C. (2020). Validity and reliability evidence for motor competence assessments in children and adolescents: A systematic review. *Journal of Sports Sciences*, 38(15), 1717-1798.
21. Keegan, R. J., Barnett, L. M., Dudley, D. A., Telford, R. D., Lubans, D. R., Bryant, A. S., ... & Evans, J. R. (2019). Defining physical literacy for application in Australia: a modified Delphi method. *Journal of Teaching in Physical Education*, 38(2), 105-118.
22. Landi, D., Blackshear, T. B., & McFadden, C. (2021). SHAPE America and physical literacy: an event horizon? *Curriculum Studies in Health and Physical Education*, 12(2), 106-122.
23. Morgan, K. (2019). Applying the TARGET pedagogical principles in physical education to enhance students' physical literacy. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 90(1), 9-14.
24. National Indigenous Australians Agency. (n.d.) Communities lists. National Indigenous Australians Agency. Accessed March 20 2023.
25. O'Sullivan, M., Davids, K., Woods, C. T., Rothwell, M., & Rudd, J. (2020). Conceptualizing physical literacy within an ecological dynamics framework. *Quest*, 72(4), 448-462.
26. Pozo, P., Grao-Cruces, A., & Perez-Ordas, R. (2016). Teaching personal and social responsibility modelbased programmes in physical education: A systematic review. *European Physical Education Review*, 24(1), 56-75.
27. Quennerstedt, M., McCuaig, L., & Mårdh, A. (2021). The fantasmatic logics of physical literacy. *Sport, Education and Society*, 26(8), 846-861.
28. Robinson, D. B., Randall, L., & Barrett, J. (2018). Physical literacy (mis) understandings: What do leading physical education teachers know about physical literacy? *Journal of Teaching in Physical Education*, 37(3), 288-298.
29. Schranz, N., Glennon, V., Evans, J., Gomersall, S., Hardy, L., Hesketh, K. D., ..., & Olds, T. (2018). Results from Australia's 2018 report card on physical activity for children and youth. *Journal of Physical Activity and Health*, 15(s2), S315-S317.
30. SHAPE America. (2014). National standards and grade-level outcomes for K-12 physical education. Champaign: Human Kinetics.
31. Sport Australia. (2020). Physical literacy. Retrieved from https://www.sportaus.gov.au/physical_literacy.

32. Stevens, S. R., Ovens, A., Hapeta, J. W., & Petrie, K. (2021). Tracking physical literacy in aotearoa new zealand: concerns of narrowed curriculum and colonisation. *Curriculum Studies in Health and Physical Education*, 12(2), 123-139.
33. Stoddart, A. L., & Humbert, M. L. (2021). Teachers' perceptions of physical literacy. *The Curriculum Journal*, 32(4), 741-757.
34. Tang, Y., Algurén, B., Pelletier, C., Naylor, P. J., & Faulkner, G. (2023). Physical Literacy for Communities (PL4C): Physical literacy, physical activity and associations with wellbeing. *BMC Public Health*, 23(1), 1266.
35. Telford, R. M., Olive, L. S., Keegan, R. J., Keegan, S., Barnett, L. M., & Telford, R. D. (2021). Student outcomes of the physical education and physical literacy (PEPL) approach: a pragmatic cluster randomised controlled trial of a multicomponent intervention to improve physical literacy in primary schools. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 26(1), 97-110.
36. Valadi, S., & Cairney, J. (2023). The Canadian assessment of physical literacy: a valid tool in determining the Iranian children capacity for an active and healthy lifestyle. *Sport Sciences for Health*, 19(2), 637-647.
37. Whitney, E., Moore, G., & Fry, M. D. (2017). Physical education students' ownership, empowerment, and satisfaction with PE and physical activity. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 88(4), 468-478.
38. World Health Organization. (2019). Global action plan on physical activity 2018-2030: more active people for a healthier world. World Health Organization
39. Yang, Q., Zimmermann, K., Bartholomew, C. P., Purtell, K. M., & Ansari, A. (2023). Preschool classroom age composition and physical literacy environment: Influence on children's emergent literacy outcomes. *Early Education and Development*, 1-18.
40. Ydo, Y. (2021). Physical literacy on the global agenda. *Prospects*, 50(1-2), 1-3.
41. Young, L., O'Connor, J., & Alfrey, L. (2020). Physical literacy: A concept analysis. *Sport, Education and Society*, 25(8), 946-959.