

素養導向概念之國小健康與體育課程

林琮智 鄭健源

國立屏東大學

摘要

十二年國民基本教育課程綱要（新課綱）即將於108學年度實施，國民小學健康與體育教師如何掌握核心素養的概念進行素養導向教學為本文主要目的。其次，透過健康素養與身體素養所連結的教學理念與目標，將有助於融入課程設計。最後，本文提出健康與體育領域素養教學檢核建議指標，及融入簡易之飛盤、橄欖球與足球等三項運動之教學範例設計，提供教學現場教師參考。

關鍵詞：身體素養、教學檢核、帶式橄欖球

通訊作者：林琮智

E-mail：mail068@mail.nptu.edu.tw

壹 前言

十二年國民基本教育課程綱要(以下簡稱新課綱)，教育部依時程進行各課程領域審查，並將於 108 學年度起分別自國民小學、國民中學及高級中等學校一年級開始實施(教育部，2017)。新課綱與九年一貫課程最大的不同在於凸顯「實踐素養導向之課程與教學，以期落實適性揚才之教育，培養具有終身學習力、社會關懷心及國際視野的現代優質國民」(教育部，2014)。其中，「實踐素養導向之課程與教學」可謂是這一次課程改革的核心理念(楊俊鴻、張茵倩，2016)。

素養(competence 或 literacy)是什麼？Whitehead (2013a)從哲學觀點與各種論述，歸納素養所代表的意義，應該是對於自己尊重的工作而言，素養代表一種價值(value)、目標(goals)與意圖，(intentions)，換言之，在特定的情境，結合欣賞(appreciation)、認同(recognition)、知識(knowledge)、理解(understanding)、同化(assimilation)、適應(accommodation)和行動(action)等特質，反映出適當且具成效的能力。

Roetert 與 Jefferies (2014)提到，一般對於素養的界定，是由知識(knowledge)、理解(understanding)、思考(thinking)、溝通(communication)與應用(application)所組成。柯華葳 (2011)指出，早在 1946 年，聯合國教育科學文化組織(United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization, UNESCO)成立時，在其「人權宣言」中就有素養一詞，此宣言定義了教育和素養是基本人權。此外，經濟合作發展組織(Organisation for Economic Co-operation and Development, 簡稱 OECD)於 1997 年晚期，透過 OECD 會員國，開始進行「素養的界定與選擇」(Definition and Selection of Competencies, DeSeCo)，即核心素養(key competencies)的研究計畫，同時推動國際學生評量計畫(Programme for International Student Assessment, PISA)(OECD, 2005)。Hoskins 與 Deakin Crick (2010)認為素養是指人們結合知識、能力、理解力、價值觀、態度和期望等產生關聯，進而有效實現在特定情境的行為，即個人素養隱含一種力量(agency)，行為(action)和價值(value)。綜合相關論述，以 OECD 進行 2030 未來教育與能力的網絡勾勒圖(如圖 1)可清楚呈現，透過知識、能力與態度價值所結合交織而成的素養，對於個人行為的表現是有指標性的影響作用 (OECD, 2016)。



圖1 OECD之2030未來教育與能力的教育網絡架構圖

資料來源：OECD. (2016). The future of education and skills: OECD education 2030 framework. Global competency for an inclusive world. P2.

由於國內教育學者陳伯璋(2010)與蔡清田(2012)界定「素養」，是指個人為了健全發展，並發展成為一個健全個體，必須因應社會之複雜生活情境需求，所不可或缺的「知識(knowledge)」、「能力(ability)」、「態度(attitude)」。

因此，教育部(2014)於十二年國民基本教育課程綱要總綱說明，「核心素養」是指一個人為適應現在生活及面對未來挑戰，所應具備的知識、能力與態度。因此，本文主要目的，將就國民小學健康與體育教師如何掌握核心素養的概念進行素養導向教學，提供相關之建議與做法。

貳 健康素養與身體素養

美國健康與體育教師學會(Society of Health and Physical Educators, SHAPE America, 2015)在官方網站揭櫫 2029 年的目標，希望透過健康與體育教師的教學，讓學生有最佳的生活 (Health and PE teachers prepare students to live their best life)。簡單與清楚的宣示，指引教學現場之健康教育與體育老師明確的教學理念與目標。如何讓學生過好生活，身為健康或體育老師而言，培養學生具備健康與身體素養，可謂為基本的課程目標。

何謂健康素養(Health literacy)?健康素養是個人透過相關健康資訊、資源或服務等來源，以理解、評估、應用和倡導等方式，維持並促進自己與他人健康的一種能力(SHAPE America, 2015)。換言之，健康教育的主要目標就是增進健康素養，並可從健康相關的知識、動機、態度、行為、個人技能與自我效能等來評估健康素養(Nutbeam, 2000)；所以，健康素養數十年來，一直是一個受到重視的議題，且是基本與普遍的個人能力。至於身體素養(physical literacy)，Hyndman 與 Pill(2017)分析歸納相關文獻，認為對於身體素養的定義會從教育(education)活動(activity)、體適能(fitness)、健康(health)、能力(competence)、理解(understanding)、角色(roles)、課程(curriculum)與評量(assessment)等概念做身體素養界定的聯結，且其中以「教育」的觀點解釋素養是最普遍，即體育課程的教學目標中身體活動學習需達到的身體素養；因此，Whitehead(2013b)認為身體素養為個人在生命歷程中負責任的堅持從事身體活動，展現在動機、信心、身體能力、知識和價值理解等方面的能力。

就健康素養與身體素養的內涵而言，呼應著十二年國民基本教育「成就每一個孩子：適性揚才，終身學習」，著重培養學習者的核心素養，適性開展潛能，進而能運用所學，成為自發主動的終身學習者」(教育部, 2014)，因此，中小學課程綱要中納入核心素養概念，是此次新課綱的特色之一。從健康素養與身體素養的息息

相關及國家教育政策的願景，顯示新課綱健康與體育領域的教學，應能有更務實且強調知識、能力與態度的素養精神。就教學現場教師而言，掌握核心素養的概念、了解其課程轉化原則、進行素養導向教學的設計，是中小學課程發展與設計的重要任務(林永豐，2017)。

參、素養導向之健康與體育教學

十二年國民基本教育課程綱要總綱之三面九項核心素養，為各課程綱要規劃之基準，就健康與體育領域素養的培養而言，為因應學生身心發展成熟度，採三個教育階段進行漸進式的安排。在國民小學教育階段為奠定學生各項健康與體育領域素養基礎的重要階段；國民中學教育階段是學生身心、自我概念與人際面臨轉變階段，需提升各面向的相關素養；高級中等學校教育階段則應著重提供學生學習銜接、身心發展、生涯準備與定向所需具備之素養，透過邏輯的思考與規劃，以構築各面向均衡發展的健康新國民(國家教育研究院, 2016)。

總綱的核心素養同時也對應不同教育階段與領域科目的核心素養內涵，表1即為依循「總綱」及國民小學教育階段核心素養之具體內涵，結合健康與體育領域之基本理念與課程目標後，在國民小學教育階段健康與體育領域核心素養的具體展現(國家教育研究院，2016)。

表1 國民小學教育階段健康與體育領域核心素養具體內涵

面向	總綱核心素養/項目	國民小學教育階段/核心素養具體內涵
A 自主行動	A1 身心素質與自我精進	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。
	A2 系統思考與解決問題	健體-E-A2 具備探索身體活動與健康生活問題的思考能力，並透過體驗與實踐，處理日常生活中運動與健康的問題。
	A3 規劃執行與創新應變	健體-E-A3 具備擬定基本的運動與保健計畫及實作能力，並以創新思考方式，因應日常生活情境。
B 溝通互動	B1 符號運用與溝通表達	健體-E-B1 具備運用體育與健康之相關符號知能，能以同理心應用在生活中的運動、保健與人際溝通上。
	B2 科技資訊與媒體素養	健體-E-B2 具備應用體育與健康相關科技及資訊的基本素養，並理解各類媒體刊載、報導有關體育與健康內容的意義與影響。
	B3 藝術涵養與美感素養	健體-E-B3 具備運動與健康有關的感知和欣賞的基本素養，促進多元感官的發展，在生活環境中培養運動與健康有關的美感體驗。
C 社會參與	C1 道德實踐與公民意識	健體-E-C1 具備生活中有關運動與健康的道德知識與是非判斷能力，理解並遵守相關的道德規範，培養公民意識，關懷社會。
	C2 人際關係與團隊合作	健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動，並與團隊成員合作，促進身心健康。
	C3 多元文化與國際理解	健體-E-C3 具備理解與關心本土、國際體育與健康議題的素養，並認識及包容文化的多元性。

資料來源：國家教育研究院（2016）。十二年國民基本教育課程綱要國民中小學暨普通型高級中等學校-健康與體育領域(草案)，頁3-5。

從十二年國民基本教育課程綱要總綱導讀本中提到，核心素養在教學現場的展現包括(一)不僅教知識也要教技能與情意；(二)不僅教結果也要重視學習的歷程與方法；(三)不僅教抽象知識更要重視情境學習；(四)不僅要在學校中學習更要能夠落實於社會行動(田振榮等, 2015)。由於國民小學採包班制，就健康與體育領域課程而言，教學現場授課老師，多數未具備健康教育與體育專業背景專長，如何協助非健康與體育專長教師將素養概念融入教學，或如何檢視教學設計是否有達到素養導向教學？藉由研究者 25 年之教學經驗與國小教學現場之觀察，本文試圖將知識、能力與態度等素養項目，結合健康與體育課程教學理念與永續之目標，引導出概念性教學成效指標，並整合為健康與體育素養教學檢核指標(如表二)。同時，透過本文之教學設計範例，說明如何從學習內容與學習表現等二維向度之學習重點，對應領域課程的核心素養，發展出符合特定學習階段學生，且具備可觀察與可評量之課程教學或學習目標，透過務實的活動規劃，以期提供國小非專長體育教師教學活動設計之參考。

表二 國民小學健康與體育素養教學檢核指標

素養	教學目標	成效指標
知識	一、增進學童健康生活與運動知識	1. 學童了解健康生活的知識。 2. 學童了解運動的知識。 3. 學童知道健康的生活模式。
能力	二、增進學童健康生活與運動的能力	1. 學童有維持健康生活習慣能力 2. 學童有參加不同運動的能力。
態度	三、培養學童健康生活與運動的正確態度與行為	1. 學童有健康生活的態度與行為。 2. 學童有規律運動的態度與行為。 3. 學童有團隊合作的態度與行為。。

肆、素養導向國小體育教學設計範例

本範例課程設計原則與理念，主要依據楊俊鴻與張茵倩(2016)對於素養導向教學的說明：「素養是以學生舊經驗為基礎，透過老師的教學設計，引導學生產生學習遷移，在生活情境中能實踐其所學」，同時，配合不同教育階段之領域學習重點，包含學習表現與學習內容等二向度，對應總綱與領綱核心素養，並發展出可觀察與可評量之教學或學習目標。最後，進行檢核整體教學成效是否呼應素養導向教學之相關指標。另外，在本範例之體育教學分析部分，就教學法而言，由於理解式球類教學法(Teaching games for understanding, 簡稱 TGFU)，可以建立學生身體素養，並可增進學生活動中之問題解決與策略的決定(Johnson & Walker, 2016)，同時，TGFU 具有讓學生主動學習，以學生為教學的中心，強調球類遊戲與比賽的簡化與修改目的是讓更多的學生產生更高的學習動機(傅怡青、林琮智, 2015)。因此，配合 2016 年 2 月公告之健康與體育領域課程綱要草案之學習內容，採用「競爭型

運動」主題及其次項目「攻守入侵性球類運動」作為教學內容，同時，期望本教學範例有學習遷移之附加成效，教學設計者選擇足球、帶式橄欖球(tag rugby)與飛盤爭奪賽(Ultimate)等三項運動作為課程設計的參考，組合共 4 節課的單元設計，每個運動項目各一節課，最後一節課為綜合活動，引導學生了解三項運動間之關聯性，增進學生的運動素養。

飛盤爭奪賽、橄欖球、足球等三項運動具有高度的關聯性，在進攻與防守部分，飛盤爭奪賽與足球運動的概念一致；在得分方面則是飛盤爭奪賽與橄欖球一樣，要在達陣區得分。三項運動都需具備體力、團隊默契與技術，基於安全環境是教學的首要考量因素，所以，本教學單元以軟式飛盤作為飛盤爭奪賽的教具，另以無衝撞並富有樂趣之帶式橄欖球取代正規橄欖球運動；最後，修正足球運動的得分方式，將球帶入達陣區即得分，充分將三項運動串連，豐富教學內容以達到學習遷移之效果。

教學設計範例

單元名稱		達陣花樣多	設計者	林琮智、鄭健源
階段年級		第三學習階段/5、6 年級	總節數	共 4 節，160 分鐘
核心素養	總綱	A1 身心素質與自我精進 C2 人際關係與團隊合作		
	領綱	健體-E-A1 具備良好身體活動與健康生活的習慣，以促進身心健全發展，並認識個人特質，發展運動與保健的潛能。 健體-E-C2 具備同理他人感受，在體育活動和健康生活中樂於與人互動，並與團隊成員合作，促進身心健康。		
學習重點	學習表現	1c-III-1 了解動作技能要素和基本運動規範。 2c-III-2 表現同理心、正向溝通的團隊精神。 3c-III-1 表現穩定的身體控制和協調能力。		
	學習內容	Hb-III-1 攻守入侵性運動基本動作及基礎戰術		
學習目標		1. 學生可以充分參與活動，並積極跑動與傳接球。 2. 學生可以互相合作與討論，並回答不同活動間的關係。		
議題融入/跨科/領域		無		
教學設備/資源		軟式飛盤、足球、橄欖球、布條(每位學生 2 條)、運動背心、標誌盤		
教學活動內容及實施方式				

【引起動機】5 分鐘

透過多樣性的運動器材與運動介紹，連結學生過去的學習經驗，藉由合理的分組及活動安排的邏輯性與動作難度的漸進性，引起學生的學習動機。例如，4 節課分別依序介紹飛盤運動、帶式橄欖球與足球，第 4 節課甚至可以讓學生自行訂規則，鼓勵學生設計活動。

【發展活動】30 分鐘

本教學單元除了希望學生透過體育課能夠動起來，進行動態的身體活動外，同時，以相關動作技能或活動模式間具有連結性與遷移性特色做活動設計。因此，包含熱身運動與主要活動的場地可使用同一地點，其中的場地變化，僅需以標誌盤的移動(如圖 2 中，A 式場中安全區 2 做為界線的標誌盤移動，即可做為 B 式場中的中線)。

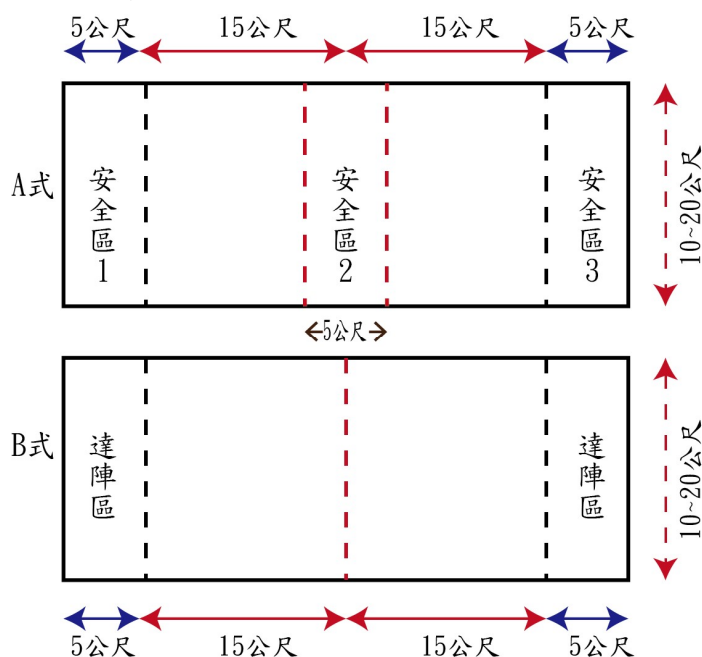


圖 2 活動場地規劃圖

一、熱身活動(A 式場地)

1. 全班分成 2 隊，1 隊進攻，另一隊防守。進攻隊從一端安全區，徒手越過防守區，前進到下一個安全區。防守區的人員可視情況增減，防守區人員可阻礙進攻隊，但不能碰觸，同時，進攻隊也不能撞人。
2. 為增進參與動機及連結主要活動的教學內容，本單元 4 節課的熱身活動，在活動場地不變的前提下，亦可加入軟式飛盤或足球傳接。例如，防守隊先分散於防守區，進攻隊 2-3 人一組，以傳接球方式從一端安全區前進到下一個安全區。
3. 教師視狀況進行攻守交換，例如進攻隊進行來回兩趟後，再換邊，以此類推，主要目的讓學生動態熱身，盡量使學生有跑步的機會，為進行下一階段主活動做準備。

二、主要活動(B 式場地)

1. 本單元共 4 節課，在不強調各項基本動作技能正確性的前提下，依據飛盤、帶式橄欖球及足球的動作難易度，先以”手”為主要傳接動作的飛盤運動做為第 1 節課的主要活動，此外，考量到安全性，本活動以軟式飛盤進行飛盤運動中之飛盤爭奪賽，飛盤爭奪賽(Ultimate)為一項七人制的團體運動，比賽隊伍自己當裁判(self-refereed)且不能衝撞(non-contact)，場地約為足球場的一半寬，選手拿到飛盤可以往任何方向傳，但不能帶著飛盤跑步，飛盤落地、被攔截或出界，則進攻權交換。在達陣區(end zone)接到隊友的飛盤即得分(WFDF, 2017)。教師可依據學校現有場地做調整，如圖 2 活動場地規劃圖。
2. 藉由第 1 節課飛盤的傳接與達陣得分概念，第 2 節課依舊以”手”為主要傳接動作的帶式橄欖球(tag rugby)作為活動項目。帶式橄欖球活動，每位隊員兩側腰間需各掛一條緊貼的帶子（如圖 3），比賽無肢體衝撞且只能以扯帶子替代作為搶球行為，扯掉拿球者的帶子時，需大喊「tag」表示攔截成功，而防守球員攔截成功後須停留於攔截位置，把帶子交還給對方球員後方可繼續比賽，攔截次數達 6 次時，控球權交換(林昌國, 2011)。此外，拿球者可往前跑，但傳球只能往後傳。若布條取得不易，可將垃圾袋剪裁為長條狀做替代，每位學生需準備 2 條。此外，若是學校無橄欖球，亦能以其他球類，例如排球、足球或躲避球替代。比賽開始或得分開球，由進球方在中線將球踢給對方，比賽即開始。當拿球者被扯掉帶子時，進攻隊則在原地將球放地上以腳觸球一下即可用手拿起傳球，或腳直接往後撥給隊友。進攻隊拿球跑到達陣區，將球放地上即得 1 分。
3. 延續前 2 節活動的概念，第 3 節課以腳傳接球的方式，即將足球運動帶入主活動，並改良射門得分的方式，進攻隊只要自己帶球進入達陣區，並將球停妥在達陣區即得分。雙方在場中可用腳互搶球，球出界可將球放於出界點，將球踢進場中。由於達陣區即為得分區，可訓練學生傳接球與防守的視野變廣，避免學生擠在一起踢足球。同時，沒有球門與守門員的設置，所有學生都可盡情全場跑動，不受限制。
4. 進入本單元之最後一節課，在場地不變的前提下，可以將主活動的遊戲規則交給學生設計，教師可以在前一節課結束前預告學生第 4 節課的活動進行方式，讓學生可以提早進行討論，可全班或兩隊各規劃一個活動，鼓勵學生融合前 3 節的學習內容，設計班上專屬的活動，同時也增進團隊討論與創意的發想。例如，老師可以引導學生利用足球與軟式飛盤，且在沒有推擠與肢體衝撞下，讓學生發揮創意設計活動；亦或給學生明確的目標，希望活動的設計有團隊合作的連結，並能增進同儕的互動與情誼。

【綜合活動】5 分鐘

- 一、詢問學生參與活動的心得及如何團隊合作。
- 二、學習第二種運動後，詢問學生不同運動間的關聯性。

備註：

1. 視班級人數進行分組。
2. 主要活動進行，若有學生無法融入活動進行時，可適時修改規則(例如每人都接到球才能得分)，讓多數學生都可參與。
3. 可視教學流程，安排小組討論時間。
4. 帶式橄欖球的腰帶放置與扯帶方式



圖 3 帶式橄欖球腰帶與扯帶

資料來源：Cottrell(2018). U7 U8 mini tag rugby refereeing and game coaching. Rugby Coach Weekly, Refereeing, Touch, Tag & Sevens.

國民小學健康與體育素養教學檢核單/教師自評表

一、核心素養：總綱/領綱

A1 身心素質與自我精進/健體-E-A1

C2 人際關係與團隊合作/健體-E-C2

二、學習目標

(一)學生可以充分參與活動，並積極跑動與傳接球。

(二)學生可以互相合作與討論，並回答不同活動間的關係。

三、素養教學檢核

素養	成效指標	具體指標內涵	檢核工具	達成	
				是	否
知識	學童了解運動的知識。	飛盤、帶式橄欖球與足球等活動的認識。	課室觀察、小組討論與發表		
能力	學童有參加不同運動的能力。	活動進行的流暢性與學童跑動與傳接球品質。	課室觀察		
態度	學童有團隊合作的態度與行為	活動進行間之互相鼓勵與支援，並參與小組討論。	課室觀察		

教學檢核說明：

1. 知識部分：教師透過主題單元設計，讓學生對於飛盤、帶式橄欖球與足球等運動有初步的認識與體驗，透過主活動進行中學生對於規則的遵守及每節課綜合活動 5 分鐘的師生詢答，觀察學生是否了解課程活動中之運動相關知識。最後，單元最後一節課學生自行設計活動，觀察學生是否會利用不同運動間之關連性或差異性，進行活動設計。
2. 能力部分：本單元活動設計具有動作技能學習的遷移性，先從手部為主的飛盤運動先介紹，接著是手腳配合的帶式橄欖球與最後的足球運動。活動設計除了增進學生傳接球能力外，也包含移動走位的觀念，例如達陣區(得分區)的設計，沒有侷限的得分點(例如足球門)，讓學生能充分觀察環境與利用場地。因此，在學生能力表現方面，教師透過活動的進行，觀察學生的傳接球品質及是否能有效跑動充分利用場地。
3. 態度部分：本單元設計為團隊競賽，教學過程需引導學生團隊合作，因此，透過合理的分組後，教師在活動進行間，觀察小組與班級是否有互相鼓勵與合作，同時避免負面情緒與言語的出現。最後，觀察學生是否能主動參與加入小組討論，並踴躍回答教師提問。

伍、結語

最受學童喜愛的國小課程選項中，體育課毋庸置疑的一定排在前頭，因為體育課可以追逐、玩樂、動腦流汗、心情愉快，可以體驗輸贏、成功與失敗。在十二年國教終身學習的理念下，健康與體育領域課程可謂是一門最貼近生命發展與生活品質的重要課程，健康與體育課程的目標，不只在課堂實踐，更要在生活上落實與延續。因此，在國小體育教學中，讓學生動起來應該是課程的重要目標，體育課不是訓練運動選手，不應只強調運動技能的正確性或標準化，體適能的提升更能幫助學童的成長，具備”動起來”的樂趣化課程設計，更能豐富體育課程，例如本文透過不同運動教具，軟式飛盤、橄欖球與足球等運動器材，設計跑動式的活動，除了讓多數學生都能維持動態的運動，減少等待參與活動的時間，同時也藉由具有關聯性與學習遷移效果的運動項目，增進學童的運動知識。雖然在國小健康與體育領域教學現場中，依然需非健康與體育專長的老師支援授課，但只要願意持續增能，老師喜歡運動且懂得過健康的生活，相信就能設計體育課程，讓學童一直喜愛體育課。

參考文獻

- 田振榮、余政賢、李大偉、林沂昇、林佳慧、洪詠善…楊俊鴻 (2015)。《同行:走進十二年國民基本教育課程綱要總綱》。洪詠善、范信賢(主編)。新北市:國家教育研究院。
- 林永豐 (2017)。核心素養的課程教學轉化與設計。《教育研究月刊》，275, 4-17。
- 林昌國 (2011)。帶式橄欖球介紹。《中華體育季刊》，25(4)，792-797。
- 柯華葳 (2011)。柯華葳:素養是什麼?《親子天下》，25，30。
- 國家教育研究院 (2015)。《十二年國民基本教育領域課程綱要 核心素養發展手冊》。新北市:作者。
- 國家教育研究院 (2016)。《十二年國民基本教育課程綱要國民中小學暨普通型高級中等學校-健康與體育領域(草案)》。國家教育研究院於105年2月4日以教研課字第1051100103號函陳報教育部版。取自:http://www.naer.edu.tw/files/15-1000-10635_c1174-1.php?Lang=zh-tw。
- 教育部 (2014)。《十二年國民基本教育課程綱要總綱》。台北市:作者。
- 教育部 (2017)。107學年度落實多元選修,108學年度新課綱穩健實施。新聞稿2017.04.28 取自:https://www.edu.tw/News_Content.aspx?n=9E7AC85F1954DDA8&s=D0F033700D0680CC。
- 陳伯璋 (2010)。臺灣國民核心素養與中小學課程發展之關係。《課程研究》，5(2), 1-25。

- 傅怡青、林琮智 (2015)。理解式球類教學法與傳統式體育教學法之初探。屏東大學體育, 1, 49-60。
- 楊俊鴻、張茵倩 (2016)。素養導向課程與教學的實踐：以臺南市保東國民小學全校性的公開課為例。2016 邁向十二年國教新課綱：學生學習與學校本位課程發展研討會, 1-19。
- 蔡清田 (2012)。課程發展與設計的關鍵 DNA: 核心素養。台北市: 五南。
- Cottrell, D. (2018). U7 U8 Mini tag rugby refereeing and game coaching. *Rugby Coach Weekly, Refereeing, Touch, Tag & Sevens*. Retrieved from <https://www.rugbycoachweekly.net/rugby-drills-and-skills/touch-tag-sevens/u7-u8-mini-tag-rugby-refereeing-and-game-coaching/>
- Hyndman, B., & Pill, S. (2017). What's in a concept? A Leximancer text mining analysis of physical literacy across the international literature. *European Physical Education Review*, 0(0), 1-22. doi:10.1177/1356336x17690312
- Hoskins, B., & Deakin Crick, R. (2010). competences for learning to learn and active citizenship: different currencies or two sides of the same coin? *European Journal of Education*, 45(1), 121-137. doi:10.1111/j.1465-3435.2009.01419.x
- Johnson, I. L., & Walker, E. R. (2016). Teaching games for understanding: building a physically literate individual. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 87(6), 47-49.
- Nutbeam, D. (2000). Health literacy as a public health goal: a challenge for contemporary health education and communication strategies into the 21st century. *Health Promotion International*, 15(3), 259-267.
- OECD. (2005). *The definition and selection of key competencies :executive summary*. Retrieved from <http://deseco.ch/bfs/deseco/en/index/02.parsys.43469.downloadList.2296.DownloadFile.tmp/2005.dskcexecutivesummary.en.pdf>.
- OECD. (2016). *Global competency for an inclusive world*. Paris: Author. Retrieved from <http://www.oecd.org/pisa/aboutpisa/Global-competency-for-an-inclusive-world.pdf>
- Roetert, E. P., & Jefferies, S. C. (2014). Embracing Physical Literacy. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 85(8), 38-40.
- SHAPE America. (2015). *Appropriate practices in school-based health education [Guidance document]*. Retrieved from <https://www.shapeamerica.org/uploads/pdfs/Appropriate-Practices-in-School-Based-Health-Education.pdf>
- WFDF (2017). *WFDF rules of ultimate 2017*. Retrieved from http://www.wfdf.org/downloads/cat_view/26-rules-of-play/32-ultimate?orderby=dmdate_published&ascdesc=DESC

Whitehead, M. (2013a). The history and development of physical literacy. *ICSSPE Bulletin*, 65, October, 22-28. Retrieved from http://www.icsspe.org/sites/default/files/bulletin2065_2010.pdf#page=2029.

Whitehead, M. (2013b). Definition of physical literacy and clarification of related issues. *ICSSPE Bulletin*, 65, October, 29-34. Retrieved from [http://www.icsspe.org/sites/default/files/bulletin 2065_2010 .pdf#page=2029](http://www.icsspe.org/sites/default/files/bulletin%2065_2010.pdf#page=2029).