

MENGANALISIS HUBUNGAN ANTARA FISIK LITERASI DAN MINAT SISWA SERTA AKTIVITAS FISIK SISWA KELAS 7 SMP N 11 MUARO JAMBI TERHADAP OLAHRAGA BULU TANGKIS

Tri Hadi Prayoga¹, Ugi Nugraha², Mohd. Adrizal³
Universitas Jambi^{1,2,3}
trihadiprayoga47@gmail.com¹

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji hubungan antara literasi fisik, minat siswa, dan aktivitas fisik dalam bulu tangkis di kalangan siswa SMP. Metode penelitian ini menggunakan desain korelasional kuantitatif. Partisipan penelitian adalah 30 siswa kelas tujuh dari SMPN 11 Muaro Jambi yang dipilih menggunakan purposive sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner yang mengukur minat siswa, aktivitas fisik, dan literasi fisik berdasarkan skala Likert. Teknik analisis data meliputi statistik deskriptif, korelasi momen produk Pearson, dan regresi linier berganda. Hasil penelitian menunjukkan hubungan positif yang signifikan antara minat siswa dan literasi fisik ($r = 0,62$, $p < 0,05$), serta antara aktivitas fisik dan literasi fisik ($r = 0,58$, $p < 0,05$). Lebih lanjut, minat siswa dan aktivitas fisik secara bersamaan berkontribusi sebesar 52% terhadap literasi fisik. Simpulan, peningkatan minat dan tingkat aktivitas fisik siswa memainkan peran penting dalam mengembangkan literasi fisik melalui kegiatan bulu tangkis di sekolah.

Kata Kunci: Aktivitas Fisik, Bulu Tangkis, Literasi Fisik, Minat Siswa

ABSTRACT

This study aims to examine the relationship between physical literacy, students' interest, and physical activity in badminton among junior high school students. This research employed a quantitative correlational design. The participants were 30 seventh-grade students from SMPN 11 Muaro Jambi selected using purposive sampling. Data were collected through questionnaires measuring students' interest, physical activity, and physical literacy based on a Likert scale. Data analysis techniques included descriptive statistics, Pearson product-moment correlation, and multiple linear regression. The results showed a significant positive relationship between students' interest and physical literacy ($r = 0.62$, $p < 0.05$), as well as between physical activity and physical literacy ($r = 0.58$, $p < 0.05$). Furthermore, students' interest and physical activity simultaneously contributed 52% to physical literacy. In conclusion, increasing students' interest and levels of physical activity plays an important role in developing physical literacy through badminton activities at school.

Keywords: Physical Activity, Badminton, Physical Literacy, Students' Interest

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani memainkan peran penting dalam mempromosikan perkembangan holistik siswa, khususnya dalam menumbuhkan keterlibatan seumur hidup dalam aktivitas fisik (Ennis, 2017; Kirk, 2013). Dalam konteks pendidikan

sekolah, pendidikan jasmani tidak hanya bertujuan untuk meningkatkan kebugaran fisik siswa tetapi juga untuk mengembangkan kompetensi motorik, keterampilan sosial, dan sikap positif terhadap aktivitas fisik seumur hidup. Salah satu tantangan utama yang dihadapi oleh guru pendidikan jasmani adalah bagaimana mendorong siswa untuk tetap aktif dan termotivasi di luar lingkungan sekolah.

Bulu tangkis merupakan salah satu olahraga paling populer di Indonesia dan banyak diterapkan dalam program pendidikan jasmani sekolah karena aksesibilitasnya, biaya yang rendah, dan kesesuaiannya untuk siswa dari berbagai usia. Sebagai permainan net, bulu tangkis membutuhkan koordinasi, kelincahan, keseimbangan, dan kemampuan pengambilan keputusan, menjadikannya media yang efektif untuk mengembangkan kompetensi motorik dan kebugaran fisik siswa. Melalui aktivitas bulu tangkis yang terstruktur, siswa diharapkan dapat memperoleh tidak hanya keterampilan teknis tetapi juga kesenangan dan kepercayaan diri dalam bergerak (Silverman & Mercier, 2015).

Salah satu konsep fundamental yang mendukung partisipasi berkelanjutan dalam aktivitas fisik adalah literasi fisik. Literasi fisik mengacu pada motivasi, kepercayaan diri, kompetensi fisik, pengetahuan, dan pemahaman individu untuk menghargai dan bertanggung jawab atas keterlibatan dalam aktivitas fisik sepanjang hidup (Whitehead, 2010; Whitehead et al., 2018). Siswa dengan tingkat literasi fisik yang lebih tinggi cenderung menunjukkan antusiasme, kepercayaan diri, dan kompetensi yang lebih besar dalam partisipasi olahraga, yang pada gilirannya mendukung keterlibatan jangka panjang dalam aktivitas fisik (Edwards et al., 2017).

Minat siswa merupakan faktor motivasi utama yang memengaruhi keterlibatan mereka dalam pembelajaran dan aktivitas fisik. Minat mendorong siswa untuk terlibat aktif, berlatih secara konsisten, dan mengembangkan keterampilan secara optimal (Hidi & Renninger, 2006; Ryan & Deci, 2020).

Sementara itu, aktivitas fisik memainkan peran penting dalam meningkatkan perkembangan keterampilan motorik, kebugaran fisik, dan kesejahteraan psikologis. Studi sebelumnya secara konsisten menunjukkan bahwa anak-anak dan remaja yang aktif secara fisik menunjukkan kompetensi motorik yang lebih baik dan tingkat literasi fisik yang lebih tinggi (Logan et al., 2015; Stodden et al., 2008).

Meskipun perhatian terhadap literasi fisik semakin meningkat, studi empiris yang meneliti hubungan antara minat siswa, aktivitas fisik, dan literasi fisik dalam konteks olahraga tertentu, khususnya bulu tangkis di tingkat SMP, masih terbatas di Indonesia. Sebagian besar studi yang ada berfokus pada aktivitas fisik umum atau keterampilan gerak dasar tanpa mempertimbangkan konteks pembelajaran khusus olahraga. Oleh karena itu, penelitian ini mengatasi kesenjangan penelitian tersebut dengan meneliti hubungan antara literasi fisik, minat siswa, dan aktivitas fisik dalam bulu tangkis di kalangan siswa SMP. Temuan diharapkan dapat memberikan implikasi praktis bagi guru pendidikan jasmani dalam merancang pengalaman belajar yang menarik dan bermakna.

KAJIAN TEORI

Pendidikan Jasmani dalam Pengembangan Siswa

Pendidikan jasmani merupakan bagian penting dari proses pendidikan yang bertujuan mengembangkan aspek fisik, kognitif, afektif, dan sosial siswa

melalui aktivitas gerak. Dalam pelaksanaannya, pendidikan jasmani tidak hanya berorientasi pada peningkatan kebugaran jasmani, tetapi juga membentuk keterampilan motorik, kemampuan bekerja sama, disiplin, serta kebiasaan hidup aktif. Melalui pembelajaran yang terstruktur, siswa memperoleh pengalaman gerak yang dapat mendukung perkembangan menyeluruh dan mendorong partisipasi aktif dalam aktivitas fisik sepanjang hayat.

Pembelajaran pendidikan jasmani yang efektif harus mampu menciptakan suasana belajar yang menyenangkan dan bermakna sehingga siswa memiliki motivasi untuk terus terlibat dalam aktivitas fisik. Salah satu cabang olahraga yang sering digunakan dalam pembelajaran pendidikan jasmani adalah bulu tangkis karena mudah diterapkan di lingkungan sekolah dan sesuai dengan karakteristik perkembangan siswa SMP.

Bulu Tangkis dalam Pembelajaran Pendidikan Jasmani

Bulu tangkis merupakan olahraga permainan yang membutuhkan koordinasi gerak, kecepatan, kelincahan, keseimbangan, dan kemampuan mengambil keputusan. Dalam konteks pembelajaran di sekolah, bulu tangkis dapat menjadi sarana untuk meningkatkan keterampilan motorik sekaligus membangun interaksi sosial antar siswa. Aktivitas permainan yang kompetitif namun menyenangkan membuat siswa lebih aktif bergerak dan terlibat dalam proses pembelajaran.

Selain meningkatkan kemampuan teknik dasar seperti servis, smash, dan footwork, pembelajaran bulu tangkis juga dapat menumbuhkan rasa percaya diri, sportivitas, dan semangat kerja sama. Oleh karena itu, penerapan pembelajaran bulu tangkis yang menarik berpotensi meningkatkan minat siswa terhadap aktivitas fisik.

Literasi Fisik

Literasi fisik merupakan konsep yang berkaitan dengan kemampuan individu untuk terlibat dalam aktivitas fisik secara percaya diri, termotivasi, dan berkelanjutan. Literasi fisik mencakup unsur motivasi, kompetensi fisik, pengetahuan, pemahaman, dan rasa percaya diri dalam melakukan aktivitas Gerak. Siswa yang memiliki tingkat literasi fisik tinggi cenderung lebih aktif, memiliki kemampuan motorik yang baik, serta mampu menikmati aktivitas fisik. Dalam pembelajaran bulu tangkis, literasi fisik dapat terlihat melalui kemampuan siswa memahami gerakan, menunjukkan keterampilan bermain, serta memiliki keyakinan untuk berpartisipasi dalam permainan maupun latihan (Whitehead, 2010).

Minat Siswa

Minat merupakan kecenderungan seseorang untuk merasa tertarik dan senang terhadap suatu aktivitas sehingga mendorong keterlibatan secara aktif. Dalam pembelajaran pendidikan jasmani, minat siswa menjadi faktor penting yang memengaruhi partisipasi dan motivasi belajar. Siswa yang memiliki minat tinggi terhadap olahraga tertentu akan lebih antusias mengikuti latihan, berusaha meningkatkan kemampuan, dan berpartisipasi secara konsisten. Hidi dan Renninger (2006) menyatakan bahwa minat dapat berkembang melalui pengalaman belajar yang positif dan lingkungan pembelajaran yang mendukung.

Aktivitas Fisik

Aktivitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka dan memerlukan pengeluaran energi. Aktivitas fisik berperan penting

dalam meningkatkan kebugaran jasmani, kesehatan mental, dan perkembangan keterampilan motorik siswa. Pada usia remaja, keterlibatan dalam aktivitas fisik yang rutin dapat membantu meningkatkan koordinasi, daya tahan, kekuatan, dan keseimbangan tubuh.

Dalam pembelajaran bulu tangkis, aktivitas fisik terjadi melalui berbagai bentuk gerakan seperti berlari, melompat, memukul shuttlecock, dan berpindah posisi dengan cepat. Intensitas gerak yang cukup tinggi pada olahraga ini dapat mendukung perkembangan kompetensi fisik siswa sekaligus meningkatkan keterampilan bermain.

Hubungan Minat, Aktivitas Fisik, dan Literasi Fisik

Minat siswa terhadap pembelajaran olahraga dapat memengaruhi tingkat keterlibatan mereka dalam aktivitas fisik. Semakin tinggi minat siswa terhadap bulu tangkis, semakin besar kemungkinan siswa untuk aktif berlatih dan mengembangkan keterampilan geraknya. Aktivitas fisik yang dilakukan secara konsisten kemudian berkontribusi terhadap peningkatan literasi fisik, terutama pada aspek kompetensi fisik dan rasa percaya diri.

Hubungan antara minat, aktivitas fisik, dan literasi fisik menunjukkan bahwa pengalaman belajar yang menarik dan aktif dapat membantu siswa mengembangkan kebiasaan hidup sehat dan aktif. Oleh karena itu, guru pendidikan jasmani perlu merancang pembelajaran bulu tangkis yang menyenangkan, menantang, dan sesuai dengan karakteristik siswa agar dapat meningkatkan partisipasi serta literasi fisik mereka.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian korelasional kuantitatif untuk menguji hubungan antara minat siswa, aktivitas fisik, dan literasi fisik dalam pembelajaran bulu tangkis. Pendekatan korelasional dipilih karena memungkinkan identifikasi kekuatan dan arah hubungan antar variabel tanpa memanipulasinya. Desain ini sesuai untuk penelitian pendidikan yang bertujuan untuk menjelaskan hubungan antar variabel psikologis, perilaku, dan yang berkaitan dengan kompetensi.

Penelitian ini dilakukan di SMPN 11 Muaro Jambi, Indonesia, pada semester kedua tahun ajaran 2024/2025. Pembelajaran bulu tangkis dilaksanakan sebagai bagian dari kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) reguler. Peserta penelitian terdiri dari 30 siswa kelas tujuh, baik laki-laki maupun perempuan, berusia antara 12 dan 13 tahun. Semua peserta aktif mengikuti kelas PJOK dan memiliki

Para peserta penelitian menerima instruksi dasar bulu tangkis sebelum penelitian dimulai. Pemilihan siswa SMP didasarkan pada kesesuaian perkembangan melalui penilaian literasi fisik pada usia tersebut.

Pengambilan sampel bertujuan diterapkan dengan menggunakan kriteria inklusi berikut, yaitu 1) siswa yang aktif berpartisipasi dalam pembelajaran bulu tangkis; 2) siswa yang mengikuti kelas PJOK secara teratur; dan 3) siswa yang bersedia menyelesaikan semua instrumen penelitian. Sebelum pengumpulan data, izin diperoleh dari pihak sekolah, dan persetujuan informed consent diperoleh dari siswa dan guru.

Studi ini melibatkan tiga variabel:

1. Minat Siswa (X1): didefinisikan sebagai kecenderungan psikologis siswa untuk

merasakan kesenangan, perhatian, dan motivasi terhadap pembelajaran bulu tangkis.

2. **Aktivitas Fisik (X₂):** didefinisikan sebagai keterlibatan siswa dalam gerakan tubuh yang membutuhkan pengeluaran energi selama aktivitas sehari-hari dan yang berkaitan dengan sekolah.
3. **Literasi Fisik (Y):** didefinisikan sebagai motivasi, kepercayaan diri, kompetensi fisik, dan pemahaman siswa untuk berpartisipasi dalam aktivitas fisik.

Data dikumpulkan menggunakan kuesioner terstruktur yang diadaptasi dari studi-studi tervalidasi sebelumnya.

1. Kuesioner Minat Siswa terdiri dari 15 item yang mencakup kesenangan, perhatian, rasa ingin tahu, dan motivasi untuk belajar bulu tangkis.
2. Kuesioner Aktivitas Fisik terdiri dari 11 item yang mengukur frekuensi, durasi, dan intensitas aktivitas fisik selama satu minggu.
3. Kuesioner Literasi Fisik terdiri dari 14 item yang mengukur motivasi, kepercayaan diri, kompetensi gerakan, dan pengetahuan terkait aktivitas fisik.

Semua item dinilai menggunakan skala Likert lima poin mulai dari 1 (sangat tidak setuju) hingga 5 (sangat setuju).

Validitas isi dievaluasi melalui penilaian ahli yang melibatkan dua dosen PJOK dan satu guru pendidikan jasmani berpengalaman. Validitas konstruk diperiksa menggunakan analisis korelasi item-total. Pengujian reliabilitas menggunakan alpha Cronbach menunjukkan konsistensi internal yang dapat diterima untuk semua instrumen, dengan koefisien di atas 0,70.

Pengumpulan data dilakukan selama jam sekolah reguler. Para peserta diberi pengarahan tentang tujuan penelitian dan instruksi untuk mengisi kuesioner. Kuesioner tersebut Tes-tes tersebut diberikan di lingkungan kelas di bawah pengawasan peneliti dan guru PJOK untuk memastikan prosedur yang terstandarisasi.

Analisis data dilakukan menggunakan perangkat lunak statistik. Statistik deskriptif digunakan untuk menggambarkan distribusi setiap variabel. Analisis korelasi momen produk Pearson diterapkan untuk menentukan hubungan antara minat siswa, aktivitas fisik, dan literasi fisik. Analisis regresi berganda dilakukan untuk memeriksa kontribusi simultan minat siswa dan aktivitas fisik terhadap literasi fisik. Signifikansi statistik ditetapkan pada $p < 0,05$.

Penelitian ini mematuhi prinsip-prinsip penelitian yang etis. Partisipasi bersifat sukarela, anonimitas dan kerahasiaan dijamin, dan semua peserta memberikan persetujuan berdasarkan informasi sebelum pengumpulan data.

HASIL PENELITIAN

Statistik Deskriptif

Analisis statistik deskriptif dilakukan untuk menggambarkan minat siswa, aktivitas fisik, dan tingkat literasi fisik. Hasil menunjukkan bahwa minat siswa dalam belajar bulu tangkis memiliki skor rata-rata 80,2, yang menunjukkan kategori tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa menunjukkan perasaan positif, kesenangan, dan motivasi terhadap aktivitas bulu tangkis selama pelajaran pendidikan jasmani.

Tingkat aktivitas fisik siswa memperoleh skor rata-rata 76,8, yang termasuk dalam kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun siswa aktif terlibat dalam pelajaran pendidikan jasmani, intensitas dan frekuensi aktivitas fisik mereka

secara keseluruhan masih belum optimal. Skor literasi fisik menunjukkan nilai rata-rata 83,5, yang dikategorikan sebagai sedang hingga tinggi, mencerminkan bahwa siswa secara umum memiliki motivasi, kepercayaan diri, dan kompetensi gerak yang memadai.

Uji Normalitas dan Linearitas

Sebelum pengujian hipotesis, dilakukan pengujian asumsi. Uji Kolmogorov-Smirnov menunjukkan bahwa data untuk semua variabel terdistribusi normal ($p > 0,05$). Pengujian linearitas juga mengkonfirmasi hubungan linier antara minat siswa dan literasi fisik, serta antara aktivitas fisik dan literasi fisik ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa uji statistik parametrik sesuai.

Analisis Korelasi

Analisis korelasi momen produk Pearson mengungkapkan hubungan positif yang signifikan antara minat siswa dan literasi fisik ($r = 0,62$, $p < 0,05$). Temuan ini menunjukkan bahwa siswa dengan minat yang lebih tinggi dalam belajar bulu tangkis cenderung memiliki tingkat literasi fisik yang lebih tinggi. Demikian pula, aktivitas fisik berkorelasi signifikan dengan literasi fisik ($r = 0,58$, $p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa siswa yang lebih sering dan intensif melakukan aktivitas fisik menunjukkan karakteristik literasi fisik yang lebih baik.

Analisis Regresi Berganda

Analisis regresi berganda dilakukan untuk meneliti kontribusi simultan minat dan aktivitas fisik siswa terhadap literasi fisik. Analisis tersebut menghasilkan nilai R sebesar 0,72 dan nilai R^2 sebesar 0,52, yang menunjukkan bahwa 52% varians dalam literasi fisik dapat dijelaskan oleh pengaruh gabungan minat dan aktivitas fisik siswa.

Persamaan regresi menunjukkan bahwa minat siswa memiliki koefisien standar yang sedikit lebih kuat dibandingkan dengan aktivitas fisik, yang menunjukkan bahwa keterlibatan psikologis memainkan peran penting di samping faktor perilaku. Kedua prediktor tersebut memberikan kontribusi yang signifikan.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa minat siswa memiliki hubungan positif yang signifikan dengan literasi fisik dalam pembelajaran bulu tangkis. Siswa yang menunjukkan minat tinggi cenderung berpartisipasi lebih aktif, menunjukkan ketekunan yang lebih besar dalam berlatih, dan mengembangkan tingkat kepercayaan diri dan kompetensi yang lebih tinggi dalam gerakan. Temuan ini mendukung teori pengembangan minat yang dikemukakan oleh Hidi dan Renninger (2006), yang menekankan bahwa minat yang berkelanjutan meningkatkan keterlibatan dan hasil pembelajaran.

Selain itu, aktivitas fisik ditemukan memiliki hubungan yang signifikan dengan literasi fisik. Keterlibatan rutin dalam aktivitas fisik berkontribusi pada pengembangan keterampilan motorik, kebugaran fisik, dan atribut psikologis seperti kepercayaan diri dan motivasi (Logan et al., 2015; Stodden et al., 2008). Komponen-komponen ini merupakan inti dari konsep literasi fisik, yang menyoroti integrasi domain fisik, kognitif, dan afektif.

Kontribusi simultan dari minat dan aktivitas fisik siswa terhadap literasi fisik menggarisbawahi pentingnya menciptakan lingkungan belajar yang bermakna dan menyenangkan dalam pendidikan jasmani. Ketika siswa tertarik dan aktif secara fisik, mereka lebih cenderung mengembangkan sikap positif terhadap

aktivitas fisik dan mempertahankan partisipasi di luar konteks sekolah. Temuan ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang menekankan peran motivasi dan pengalaman bermakna dalam pendidikan jasmani (Ennis, 2017; Kirk, 2013).

Dari perspektif praktis, guru pendidikan jasmani harus merancang aktivitas pembelajaran bulu tangkis yang bervariasi, berpusat pada siswa, dan sesuai dengan perkembangan untuk menumbuhkan minat dan partisipasi aktif. Menggabungkan pembelajaran berbasis permainan, tugas kooperatif, dan tantangan progresif dapat meningkatkan motivasi dan literasi fisik siswa. Penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan sampel yang lebih besar dan konteks olahraga yang berbeda untuk memperkuat generalisasi temuan.

SIMPULAN

Penelitian ini menyelidiki hubungan antara minat dan aktivitas fisik siswa terhadap literasi fisik dalam pembelajaran bulu tangkis di kalangan siswa SMP. Hasil penelitian menunjukkan bahwa minat dan aktivitas fisik siswa keduanya berhubungan positif dan signifikan dengan literasi fisik. Siswa yang menunjukkan tingkat minat yang lebih tinggi cenderung lebih termotivasi, percaya diri, dan kompeten dalam terlibat dalam aktivitas bulu tangkis, sementara siswa dengan tingkat aktivitas fisik yang lebih tinggi menunjukkan keterampilan gerak dan kepercayaan diri fisik yang lebih baik.

Lebih lanjut, hasil penelitian menunjukkan bahwa minat dan aktivitas fisik siswa secara bersamaan memberikan kontribusi yang signifikan terhadap perkembangan literasi fisik. Hal ini menegaskan bahwa literasi fisik dibentuk oleh interaksi antara faktor psikologis (minat dan motivasi) dan faktor perilaku (partisipasi aktif dalam aktivitas fisik). Oleh karena itu, pembelajaran pendidikan jasmani seharusnya tidak hanya menekankan penguasaan keterampilan tetapi juga menumbuhkan kesenangan, keterlibatan, dan partisipasi aktif siswa.

Dari perspektif praktis, guru pendidikan jasmani didorong untuk merancang aktivitas pembelajaran bulu tangkis yang berpusat pada siswa, menyenangkan, dan melibatkan fisik. Strategi seperti pembelajaran berbasis permainan, variasi tugas, dan lingkungan belajar yang mendukung dapat meningkatkan minat dan tingkat aktivitas fisik siswa, yang pada gilirannya mendorong literasi fisik.

Meskipun penelitian ini memberikan wawasan yang berharga, penelitian ini memiliki keterbatasan terkait ukuran sampel dan desain penelitian. Penelitian selanjutnya disarankan untuk menggunakan pendekatan eksperimental atau longitudinal dengan sampel yang lebih besar dan lebih beragam untuk lebih menguji hubungan sebab-akibat dan memperkuat generalisasi temuan. Secara keseluruhan, penelitian ini memperkuat pentingnya mengintegrasikan pendekatan berbasis minat dan berorientasi aktivitas dalam pendidikan jasmani untuk mendukung pengembangan literasi fisik siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Edwards, L. C., Bryant, A. S., Keegan, R. J., Morgan, K., & Cooper, S. M. (2017). Definitions, foundations and associations of physical literacy: A systematic review. *Sports Medicine*, 47(1), 113–126. <https://doi.org/10.1007/s40279-016-0560-7>
- Ennis, C. D. (2017). Educating students for a lifetime of physical activity. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 88(3), 241–250.

<https://doi.org/10.1080/02701367.2017.1345815>

- Hidi, S., & Renninger, K. A. (2006). The four-phase model of interest development. *Educational Psychologist*, *41*(2), 111–127. https://doi.org/10.1207/s15326985ep4102_4
- Kirk, D. (2013). Educational value and models-based practice in physical education. *Educational Philosophy and Theory*, *45*(9), 973–986. <https://doi.org/10.1080/00131857.2013.785352>
- Logan, S. W., Webster, E. K., Getchell, N., Pfeiffer, K. A., & Robinson, L. E. (2015). Relationship between fundamental motor skill competence and physical activity: A systematic review. *Sports Medicine*, *45*(7), 955–971. <https://doi.org/10.1007/s40279-015-0335-4>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). Intrinsic and extrinsic motivation from a self-determination theory perspective: Definitions, theory, practices, and future directions. *Contemporary Educational Psychology*, *61*, 101860. <https://doi.org/10.1016/j.cedpsych.2020.101860>
- Silverman, S., & Mercier, K. (2015). Teaching for physical literacy: Implications to instructional design and PETE. *Journal of Sport and Health Science*, *4*(2), 150–155. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2015.03.003>
- Stodden, D. F., Goodway, J. D., Langendorfer, S. J., Robertson, M. A., Rudisill, M. E., Garcia, C., & Garcia, L. E. (2008). A developmental perspective on the role of motor skill competence in physical activity: An emergent relationship. *Quest*, *60*(2), 290–306. <https://doi.org/10.1080/00336297.2008.10483582>
- Whitehead, M. (Ed.). (2010). *Physical literacy: Throughout the lifecourse*. Routledge.
- Whitehead, M. (Ed.). (2019). *Physical literacy across the world*. Routledge.