

PHYSICAL LITERACY OCH MILJÖDESIGN

Utdrag på svenska från ”Physical Literacy Handbook 2026” – kapitel 32: Physical literacy and environmental design.

Trevor Smith, Andy Mytom, Natalie Houser, Janis Neufeld, Dean Kriellaars, Sarah Noble, Sam Fenton, Grim Jernudd och Tom Engлёn

En av kärnpelarna inom physical literacy är behovet av att varje upplevelse av fysisk aktivitet ska vara positiv och meningsfull för varje individ (Sport England, 2023). För att uppnå detta måste aktiviteten skapa en positiv atmosfär – fysiskt, känslomässigt och socialt – och detta kan i hög grad påverkas av den miljö där den äger rum. "Vilka vi är med" spelar stor roll. Men det gör även "var vi befinner oss". Det är därför viktigt att tänka på den fysiska miljöns karaktär och kvalitet, liksom den emotionella och sociala. Det innebär att vi behöver kunna påverka utformningen, utseendet, känslan och tillhandahållandet av de platser där aktivitet sker.

Det finns ett växande internationellt arbete som syftar till att påverka planerare, formgivare och byggherrar att omfamna principerna för physical literacy i skapandet av ett levande och dynamiskt "offentligt rum". Detta inkluderar öppna ytor, formella och informella lekplatser, planer och banor, trottoarer, gångvägar och tillfartsvägar, gator och vägar, stigar och öppna vattendrag.

Aktiva miljöer främjas som ett sätt att hjälpa samhällen att växa in i en fysiskt aktiv livsstil och därigenom stödja förbättringar av deras fysiska, sociala och emotionella hälsa och välbefinnande. Den mångdimensionella konstruktionen av physical literacy kan vara en kraftfull allierad inom design genom att skapa positiva utmaningar för alla.

Physical literacy och begrepp inom miljödesign

Baserat på International Physical Literacy Association:s (IPLA, 2017) definition har physical literacy även beskrivits som en process eller ett kretslopp, som vi gärna kallar en motor för social innovation. Definitionen och denna motor stöder den holistiska utvecklingen av en person genom person-kontext-interaktioner som äger rum inom och mellan rörelsekontexter (Agans m.fl., 2024). Physical literacy-motorn överensstämmer väl med de senaste och mest utvecklade konsensusutlåtandena om physical literacy (Sport England, 2023). **Både motorn och Sport Englands konsensusutlåtande betonar vikten av att bygga upp människors relation till rörelse, till skillnad från rädslebaserade ansatser som bygger på förebyggande av icke-smittsamma sjukdomar eller det bidrag som aktiv transport ger till miljömässig hållbarhet. Icke desto mindre kan physical literacy ses som föregångaren till att bli fysiskt aktiv (Cairney m.fl., 2019) genom att ge**

näring åt motivation och en positiv värdering av att aktivt delta i samhället. På detta sätt ger physical literacy ett nytt perspektiv på utformningen av platser och rum. På individnivå kan physical literacy-motorn aktiveras, inaktiveras och till och med deaktiveras, vilket leder till positiva, neutrala och negativa rörelseupplevelser (Houser och Kriellaars, 2023). Ett samhälle bör, genom sina platser och program, verka för en nettoackumulering av positiva rörelseupplevelser som leder till en övergripande positiv värdering hos samhällsmedborgaren, och som i slutändan kopplar ihop lycka med rörelse oberoende av deltagarens ålder, förmåga, kultur, kön och/eller genus etc.

Följande principer för Physical Literacy Enriched Environmental Design (PLEED) har tagits fram utifrån definitionen av physical literacy, motorn och konsensusutlåtandet. Principerna beskrivs kortfattat nedan.

- **En nivå av utmaning för alla förmågenivåer.** Denna princip handlar om att utveckla rörelseytor som gör det möjligt för alla individer i ett samhälle att hitta en utmaningsnivå som passar deras förmåga. Principen bygger i stor utsträckning på teorin om optimal utmaning (Abuhamdeh och Csikszentmihalyi, 2012), enligt vilken en lämplig utmaningsnivå är nödvändig för engagemang: "för svårt – jag ger upp", "för lätt – jag är uttråkad", "lagom – jag är med!". Viktigt att notera är att utmaningen inte bara avser den fysiska domänen utan även sociala, kreativa och psykologiska domäner. En miljö kan exempelvis erbjuda en lämplig fysisk utmaning men vara placerad i ett mer krävande socialt sammanhang, vilket kan vara olämpligt för deltagaren. I konstruktionen av positiva utmaningar måste formgivaren också beakta ett centralt element inom physical literacy, nämligen kopplingen mellan kompetens och självförtroende. De rörelsemöjligheter som erbjuds i utrymmen bör möjliggöra utveckling av ny kompetens men också avsiktligt koppla samman detta med uppbyggnad av självförtroende. Självförtroende är ett avgörande bidrag till fortsatt deltagande, liksom en nyckelfaktor för förbättrad prestation och minskad skaderisk. Att exempelvis ha många ingångspunkter baserade på förmåga möjliggör engagemang, men avgörande för kopplingen kompetens–självförtroende är att ha nära tillgång till möjligheter till progression.
- **En typ av utmaning för alla intressen.** Inom ett rörelserum bör det finnas olika engagemangsmöjligheter som tillgodoser olika intressen, så att användare kan delta utifrån den upplevelse de söker. Denna princip kräver att man inte bara beaktar "vem som" rör sig i en anläggning eller ett samhälle, utan ännu viktigare "vem som inte gör det". Principen är särskilt behjälplig i designprocesser som initialt grundar sig på en enda aktivitetstyp. Genom att lägga till hänsyn till vilka "typer av utmaningar" som kan erbjudas i utrymmet kan de utformade platserna bli attraktiva för en mer diversifierad uppsättning intressen. Denna princip kan också användas för att hantera problemet med designer som skapar fler åskådare än aktiva deltagare.

Vi vet att njutning som uppstår ur minnet av rörelseaktiviteten är en nyckelfaktor för att främja motivation och värdering av ett specifikt rörelsesammanhang. PLEED-principerna 1 och 2 är båda centrala för att utveckla njutning genom målinriktad design, genom att erbjuda upplevelser som

fungerar som distraktion från vardagen (lek och glädje) eller upplevelser där deltagaren kan lära sig något nytt (lustfyllt lärande). Formgivare måste beakta både lek/glädje och lustfyllt lärande som nyckelegenskaper för att skapa en njutbar upplevelse.

- **Koppling (Connection).** En kritisk designaspekt baserad på physical literacy är att erbjuda olika former av kopplingar, som illustreras i physical literacy-kretsloppet (Houser & Kriellaars, 2023). Samhörighet är ett grundläggande mänskligt behov, och kopplingar är grunden för att främja relationer och skapa mening och syfte. Deltagare kan ha kopplingar till människor, grupper, platser, föremål och andra levande varelser. Vid utformning av utrymmen och de program som bedrivs i dem bör olika former av koppling beaktas från start, snarare än som en eftertanke. Exempelvis uppstår koppling till människor inte enbart i form av vänskap, utan kan även uppstå genom bekantskap med människor som rör sig i samma utrymme. Denna typ av bekantskap i rörelse är känd för att skapa "tillit", vilket bidrar till trygghet och en känsla av tillhörighet. Slutligen måste formgivare också beakta att den typ av koppling en deltagare har kan variera över tid, även under ett och samma rörelsemoment.
- **Rörelsesammanflätning (Movement intersection).** Rörelsesammanflätning är en designansats för att skapa närheten mellan många typer av rörelse och en diversifierad uppsättning deltagare. Vi tenderar ofta att utforma rum segregerade efter funktion, förmågenivå eller utifrån kultur- eller könsnormer. Rörelsesammanflätning kräver ett avsiktligt övervägande av att sammanfläta olika typer av rörelseintressen, flera nivåer och typer av förmåga, olika kulturer etc. Sammanflätningen möjliggör vikarierande upplevelser som sedan kan leda till utforskning av nya rörelsemöjligheter, och kan även främja empati för andras sätt att röra sig, vilket skapar en känsla av tillhörighet för alla. Ett mål med rörelsesammanflätning är att alla människor ska känna sig bekväma med att röra sig tillsammans med alla andra, oberoende av ålder, förmåga eller kultur.
- **Rörelsemöjligheter (Movement opportunities).** I en rörelsehämrad kultur brukar ett enkelt tillskott av bekväm tillgång till rörelsemöjligheter vanligtvis ge ökad rörelse. Ofta måste människor lämna sitt samhälle för att vara aktiva, vilket inte är idealiskt. Att kunna röra sig "direkt utanför sin bakdörr" är en viktig aspekt för aktiva samhällen. Detta kan ta sig uttryck i många andra sektorer, exempelvis i grundskolor där korridorer kan berikas med rörelseerfarenheter ("spring inte i korridorerna!"). Att ge alla lika möjligheter att röra sig inom ett samhälle som passar deras rörelseintressen är avgörande. Dessa rörelsemöjligheter bör göras attraktiva för att uppmuntra initialt och fortsatt deltagande med enkel tillgänglighet (t.ex. 15-minuterssamhället). Detta kan också bidra till att minska sociala determinanter (tid, resurser) för att vara aktiv i ett samhälle.
- **Handlingsmöjligheter (Affordances) i rörelsekontexter.** Många designer använder sig av "drag och släpp"-funktioner snarare än att utforma en miljö där egenskaper kan ses och användas som handlingsmöjligheter, där deltagaren kan fråga sig: "Hur kan jag använda

detta utrymme?" eller "Vad kan jag använda detta utrymme till?". Detta "möjligheters"-design tänkande stöder utvecklingen av handlingskraft, rörelseuttforskning (problemlösning och beslutsfattande av deltagarna) och resiliens (Jefferies, 2019; Houser och Kriellaars, 2023) genom att främja rörelseexploration (Richard m.fl., 2021).

- **Neutral riskperspektiv (Neutral risk perspective).** Många "design- och användningsansatser" bygger på "överskottssäkerhet – så säkert som möjligt" i stället för "adekvat säkerhet – så säkert som nödvändigt". Överskottssäkerhet kan mildra omedelbara negativa utfall, men kan sedan skapa allvarliga medellånga och långsiktiga negativa utfall genom att blockera de önskade positiva utfallen förknippade med aktiviteten. Ett neutralt riskperspektiv betraktar vilken aktivitet som helst som potentiellt innehavande positiva och negativa utfall som är omedelbara eller manifesterar sig på lång sikt, för både deltagaren och observatören (Stuckey m.fl., 2025). På detta sätt betraktas risk inte längre som "ogynnsam" och något som ska undvikas, vilket leder till utvecklingen av sunda riskperspektiv och ett utforskande förhållningssätt.

Dessa principer har antagits och använts vid design, byggande och utvärdering av platser och rum globalt. Principerna kompletterar befintliga arkitektoniska ansatser och erbjuder ett omvälvande perspektiv för att undvika status quo i design. Physical literacy ger nya sätt att se och skapa utrymmen, vilket leder till nya sätt att veta och i slutändan till nya sätt att vara, relatera och handla. Det övergripande målet med physical literacy är att skapa platser och program där alla kan tillhöra gemenskapen genom rörelse, baserat på mångfalden av användares förmågor och intressen i ett samhälle. Tillämpning av principerna i både offentliga och privata kontexter inom ett samhälle gör det möjligt för alla att finna, utveckla, uttrycka och accepteras för sin röst i rörelse.

Universell design, tillgänglighet och PLEED

Principerna för Physical Literacy Enriched Environmental Design kan fungera i en mycket kompletterande roll till tillgänglighets- och universella designprinciper för skapandet av inkluderande utrymmen för människor med alla förmågor. Det övergripande målet för universell design är att skapa eller anpassa en miljö så att den kan vara relevant och relaterbar för varje individ, genom att ge alla möjlighet att kommunicera med/njuta av miljön. Tillgänglighetens primära mål är att skapa en miljö utan fysiska eller sensoriska hinder för någon individ. Ofta, utan avsikt, kan både tillgängliga och universellt utformade ansatser lämna ett utrymme med ett mycket smalt band av utmaningar, vilket kan ha två olyckliga konsekvenser. Den första är att det begränsar användarupplevelserna för alla, vilket tekniskt sett är icke-inkluderande. Den andra är att det skapar ett förtryckande, offentligt intryck av att personer med olika förmågor inte är kapabla till eller intresserade av möjligheter med en rad utmaningar. I designkonceptionsstadiet kan PLEED bidra till att lösa dessa dilemman. Vi ger ett exempel (Kootenay Adaptive Mountain Biking Facility, Kootenay Adaptive Sport Association, u.å.) där PLEED-principerna kombinerades med universell design och tillgänglighet på ett mycket framgångsrikt sätt vid skapandet av en rad utmaningar för många förmågenivåer.

Mot en hållbar värld

Världshälsoorganisationen (WHO) identifierar physical literacy och hälsolitteracitet som nyckelelement för en framgångsrik mobilisering av befolkningen att röra sig för välmående (WHO, 2014). Dessutom är god hälsa och välmående det tredje av de 17 globala hållbarhetsmålen, och även om det mesta av arbetet relaterat till mål 3 riktas mot förbättrad hälso- och sjukvård, är det övergripande syftet att säkerställa hälsosamma liv och främja välmående för alla i alla åldrar (Förenta nationerna, u.å.). Physical literacy är på så vis i stor utsträckning i linje med denna globala hållbarhetsprioritet. Eftersom physical literacy är inriktad på holistisk utveckling genom rörelse, gör det också physical literacy mycket förenlig med utvecklingen av de inre förmågor som anses väsentliga för hållbarhet, benämnda de inre utvecklingsmålen (IDG, u.å.). Att utveckla physical literacy i befolkningen genom sammanhängande utformning av platser och program kan bidra till att uppnå målen om social rättvisa, hälsorättvisa och förbättrad mänsklig potential och välmående.

Tillämpning av principerna runt om i världen

Här utforskar vi nutida, pågående och framväxande praktiker för att tillämpa physical literacy-perspektivet på miljödesign. Vi kommer att höra från tankeledare och utövare från England (nedan), Sverige (nedan), Australien (nedan) och Kanada (principerna beskrivna ovan). Vi utforskar de ramar inom vilka var och en verkar – planeringssystem och "regler": centrala hinder och utmaningar – och vi lär oss hur physical literacy-perspektivet har vuxit fram som en kritisk hänsyn vid design och analys av platser och rum.

England

Att bygga nya bostadsområden

Planeringssystemet i England för nya bebyggelseprojekt är komplext, med en mängd aktörer som ofta är verksamma samtidigt men inte alltid spelar samma spel. Även om nationell vägledning finns, har varje lokal planeringsenhet sina egna lokala regler och kriterier för att avgöra vad som är acceptabel bebyggelse. Detta skapar naturligtvis inkonsekvent praxis och avskräcker byggherrar från att anta något annat än ett "säkert" tillvägagångssätt när de lämnar in planer för godkännande.

Denna situation utmanas allt mer inom sektorn, bland annat genom en central statlig genomgång av ansatser och tillhandahållande av lekfaciliteter, och i en viktig nylig utveckling krävs nu att lokala planmyndigheter tar fram egna "designkoder" som beskriver deras ambitioner för nya bebyggelseprojekt, inklusive tillhandahållande av offentliga platser. I allt högre grad vägleder principerna för physical literacy designbeslut, vilka drivs av upplysta byggherrar och arkitekter som Lands Improvement Holdings (LIH), David Morley Architects (DMA), förespråkare för physical literacy som International Physical Literacy Association (IPLA) och SPORTSMITH, samt påtryckningsgrupper som Play England och Make Space for Girls.

LIH konstaterar att markägare och masterkonsulter befinner sig:

"...i den privilegierade positionen att kunna påverka hur utrymmena emellan [allt mellan husen] designas, levereras och aktiveras. Dessa utrymmen behöver fungera till förmån för hela samhället och bör möjliggöra ett hälsosamt och aktivt liv – ett liv som ger invånarna ett betydande mervärde utöver det som enbart levereras av tegel och murbruk. Vi har alla sett bebyggelseprojekt som inte levererar, delvis eller fullständigt, och vi ser det som en enorm bortkastad möjlighet och ett förbiseende."

Ett sätt att hantera denna verklighet är att skapa och tillämpa enkla ramverk och kriterier som vägleder beslutsfattande och design. LIH, DMA och SPORTSMITH har exempelvis utvecklat en enkel process för att fastställa "Gott lekvärde" (Good Play Value) – baserat på physical literacy-utfall, vilka syftar till att skapa positiva relationer mellan människor, platser och fysisk aktivitet, och möjliggör en snabb och enkel granskning av förslag innan inlämning. Dessa enkla kriterier utforskar i vilken grad ett projekt uppmuntrar alla delar av ett samhälle att vara fysiska, kreativa, sociala, medvetna (miljömässigt, socialt och kulturellt), trygga och sammankopplade.

Det erkänns att enskilda installationer eller utrymmen inte kan vara allt för alla. Men genom att sammankoppla utrymmen och beakta de bredast möjliga utfallen från ett enskilt utrymme rör vi oss mot skapandet av inkluderande, intergenerationella och mångsidiga lösningar.

Utöver tillämpningen av dessa utfallsbaserade kriterier tar LIH steget att "hålla tillbaka" på att i förväg fastslå den exakta karaktären hos en anläggning eller ett utrymme tills det nya samhället har börjat växa. Genom att arbeta med de boende samskarar de platser och rum som möter samhällets behov och ambitioner. Detta tillvägagångssätt strider ofta mot lokala planmyndigheter, varav många kräver fullt utarbetade planer för att kunna godkänna dem.

Andy Mytom (DMA) föreslår följande snabba vinster för andra som vill följa denna väg:

- **Granska "vilande" projekt.** Många planeringsansökningar ligger vilande under långa perioder mellan design och genomförande. Andy rekommenderar en retrospektiv granskning av dessa projekt innan de startar, för att lägga PLEED-principerna ovanpå och göra nödvändiga justeringar.
- **Planeringspolicyn** bör justeras för att kräva att byggherrar visar medvetenhet om och ett svar på behovet av att skapa aktiva miljöer utöver den grundläggande leveransen av formella anläggningar och installationer. Byggherrar bör sträva efter att göra hela miljön aktiv och inte begränsa den till specifika platser eller aktiviteter.
- **Fallstudier** bör identifieras för att visa på god praxis från hela världen.
- **Bättre lokala partnerskap** mellan byggherrar, planmyndigheter, samhällsgrupper och boende bör uppmuntras för att stödja design och skapande av miljöer som möter befintlig efterfrågan och skapar nya möjligheter för aktivt deltagande.

Sverige

Vanliga inbyggda designlösningar för rörelse i skolor och offentliga miljöer som parker och lekplatser i Sverige inkluderar multisportsarenor, lekredskap och utegym. Relaterat till PLEED-principerna tillgodoser dessa affordances generellt sett en förmågenivå och en typ av

rörelseintresse. De byggs ofta på separata platser, märkta för specifika användargrupper och till synes säkra.

En utmaning för en bred implementering av PLEED i Sverige uppstår dock från de varierande översättningarna och definitionerna av begreppet physical literacy av olika organisationer och personer. Det finns för närvarande ingen nationell konsensus om begreppet, vilket begränsar möjligheterna till innovations- och implementeringsarbete.

Change the Games kunskapsresa om att använda physical literacy som ett perspektiv specifikt för att designa fysiska miljöer startade 2019, när det svenska regeringskansliet arrangerade en 24-timmarsworkshop i Umeå med representanter och nyckelintressenter från alla sektorer och från hela landet. Evenemanget innehöll en introduktion till physical literacy och en djupdykning i PLEED-principerna, levererade av Dean Kriellaars. Workshopen använde den planerade utvecklingen av en central del av Umeå stad som en fallstudie för utforskning. Sedan dess har ett växande intresse för PLEED-principerna vuxit fram i hela Sverige och de tillämpas i allt fler designprojekt.

"Physical literacy i offentliga miljöer" (2020–23), ett projekt finansierat av den svenska statliga innovationsmyndigheten, är ett exempel. Att ha ett innovationsprojekt som detta gav partner från olika sektorer och organisationer möjligheten att experimentera och utforska begreppets potential tillsammans. En lärdom från projektet var insikten att ingen enskild aktör har alla kunskaper och perspektiv som behövs för att utveckla en högkvalitativ rörelsemiljö; det måste göras i nära samarbete mellan markägare, landskapsarkitekter, planerare, framtida användare och säkerhetsinspektörer. Det innebär att partners med olika funktioner möts i varje steg av utvecklingsprocessen, i stället för att avsluta sin del och sedan lämna den vidare till nästa kollega.

Ett dialogverktyg avsett att underlätta denna process utvecklades inom projektet. Verktöget betonar vikten av att inledningsvis reflektera över och definiera en tydlig gemensam bild av varför en miljö ska utvecklas eller berikas, innan frågan om vad för specifika lösningar, affordances eller produkter som ska tillhandahållas. En tydlig och gemensam vision för utvecklingen möjliggör syftesmaximering ur olika perspektiv.

Syftesmaximering har exempelvis kopplats till hållbarhetsaspekter: både ekologiskt och ekonomiskt genom val och återanvändning av funktionella material, samt nya produktionsprocesser och bredare nytta och fördel för flera användargrupper på varje plats som utvecklas; och socialt genom en gemensam känsla av ägandeskap och anknytning till platser som en person har bidragit till att utveckla, vilket ingjuter en ökad känsla av stolthet och omvårdnad av platsen. I slutändan bidrar denna process till en mer lokal och cirkulär användning av kompetens och resurser, och hedrar och stärker specifika lokala sociokulturella förhållanden. Holistisk mänsklig blomstring genom rörelse är också mycket förenlig med de inre förmågor som antas vara avgörande förutsättningar för att navigera och integrera den yttre förändring som definieras i FN:s globala hållbarhetsmål.

Verktöget är baserat på PLEED-principerna och berikat med insikter från miljöpsykologin, ett trendande begrepp i Sverige, specifikt relaterat till omtänkande av lekplatsdesign genom att

integrera lekmöjligheter och naturbaserade element (lekbiotoper). Nyliga jämförande studier visar enorma skillnader i lekvärde, ekosystemtjänster, kostnader för att bygga och underhålla, samt koldioxidavtryck – allt till fördel för de naturbaserade lekbiotoperna jämfört med de mer traditionella lekplatserna.

En annan utmaning för en bredare implementering av PLEED-principerna i Sverige är rädslan för att rörelsemöjligheter karaktäriserade av en högre utmaningsnivå kan vara farliga för små barn eller ovana användare. Det etiska dilemmat att å ena sidan erbjuda intressanta och meningsfulla möjligheter till positiva utmaningar för alla, och å andra sidan göra alla rörelsemiljöer tillräckligt säkra, belyser det akuta behovet av metoder som möjliggör ett mer neutralt och balanserat förhållningssätt till riskhantering. Detta skulle i slutändan stärka markägares känsla av tillit och trygghet kring att de miljöer de ansvarar för att tillhandahålla är både tillräckligt säkra och ändamålsenliga.

Australien

Tillämpning av PLEED-principer på offentlig infrastruktur

Kommunal förvaltning ansvarar för leverans, underhåll och förnyelse av majoriteten av offentliga rekreationsanläggningar i Australien. I likhet med andra länder är Australiens strategiska investeringar i offentlig rekreations- och idrottsinfrastruktur ofta fokuserade på en särskild sport, aktivitet eller befolkningsgrupp, snarare än att söka en utmaning för varje intresse för hela samhället. Upp till 95 % av finansieringen kan spenderas på de mest populära deltagarsporterna, i vilka endast 15 % av befolkningen aktivt deltar (Wyndham Sports Strategy, 2017).

2017 antog Wyndham City en miljardinvestering i kapitalstrategi understödd av en vision om att Wyndham ska "Etablera ett integrerat och hållbart nät av idrottsanläggningar i kommunen som gynnar hela samhällets fysiska, mentala och sociala välmående nu och 2045." Wyndham City är en av de snabbast växande befolkningarna i Australien (4,3 %) och kommer att fördubblas i storlek under de närmaste 20 åren till över 500 000 invånare. Det innebär att många av de platser och utrymmen där människor kommer att leka och rekreera ännu inte är byggda. Wyndham har också en befolkning representerad av 163 etniciteter och 99 % av nettomigrationen kommer att bestå av människor som flyttar från utlandet.

Strategin är informerad av 2 441 röster inklusive invånare (n=2 004), idrottsklubbar och branschrepresentanter som gav ovärderlig information om idrott, aktiv rekreation och hur Wyndham utvecklar sin syn på idrottens framtid i samhället.

Sex prioriteringar representerar samhällets vision för ett Aktivt Wyndham:

- Prioritet 1: Kapitalisera på idrottens och den aktiva rekreationens förmåga att förbättra individuell och samhällelig hälsa och välmående
- Prioritet 2: Koppla samman familjer med värdet av idrott och rekreation för att ingjuta en livslång resa av idrottsdeltagande

- Prioritet 3: Möjliggör lokal tillgång, grundläggande för samhällets deltagande i idrott och aktiv rekreation
- Prioritet 4: Tillhandahåll mångsidiga sätt att delta i idrott och aktiv rekreation genom att underlätta traditionella, icke-traditionella, organiserade och oorganiserade möjligheter
- Prioritet 5: Integrera flerfunktionalitet i nätverket för att skapa en kultur av inkluderande platser som stödjer de olika sätt som samhället vill delta på, och som kan förändras över tid
- Prioritet 6: Upprätthåll vikten av hållbara platser som säkerställer att nuvarande och framtida invånares möjligheter till idrott och aktiv rekreation levereras

Våra samhällen vill uppleva sina miljöer på sätt som liknar PLEED-principerna. Strategin levererar nu flera kapitalinvesteringsprojekt, partnerskap och kommersiella engagemang i hela kommunen, vägleda av PLEED.

Dessutom arbetar The Active Village Project med lokala myndigheter och branschpartners inklusive Asia-Pacific Society for Physical Activity – Physical Literacy Interest Group (ASPA-SIG) och ActiveXchange för att inbädda datadrivna PLEED-ramverk i central policy och planering.

Samhällsledd innovation i Australien

Genom ett avsiktligt beaktande av platser, människor och program kan ett brett spektrum av intressenter arbeta tillsammans för utvecklingen av physical literacy-berikade samhällen.

Ett exempel är Physical Literacy Scoping Project för Latrobe Valley för Latrobe Health Assembly i Latrobe Valley, Victoria, Australien. Projektet syftade till att ge rekommendationer till den arbetsgrupp för physical literacy som arbetar för att bygga en gemensam förståelse för physical literacy i samhället, i deras lokala kontext, genom samhällsledd innovation. En central lärdom från detta projekt var att physical literacy-berikade miljöer är en grund för samhällets physical literacy.

Alla rekommendationer från detta scopingprojekt antogs av arbetsgruppen och inarbetades i en stadga och en prioriterad handlingsplan. Rekommendationerna inkluderade:

- Koppla ihop med Latrobe City Councils rekreationsplanering (och andra avdelningar) för att förstå och effektivt engagera sig med kommunens planeringscykler
- Undersök möjligheter att påverka finansieringskriterier för infrastruktur för att stödja physical literacy-utfall
- Pröva physical literacy-baserade interventioner och utvärdera utnyttjandet av utrymmen före och efter

Genomförandet av dessa rekommendationer är väl på väg, genom ett samarbetsinriktat aktionsforskningsprojekt med Federation University, Latrobe Health Assembly, Latrobe City Council och PLEED-gruppen. Detta projekt involverar tillämpning av PLEED-principerna på kommande rekreationsutrymmessprojekt och engagerar ett brett spektrum av intressenter i förbättringen av physical literacy-utfall för hela samhället.

Slutsats

Physical literacy, som en mångdimensionell holistisk konstruktion, har många potentiella fördelar för att stödja miljödesign. Detta kapitel har gett en introduktion till några av de framväxande principerna och ett praktikerperspektiv på tillämpningen av dessa principer i olika länder.

Vid tidpunkten för skrivandet är tillämpningen av denna filosofi fortfarande i sin linda, men tidiga bevis tyder på att i takt med att praktiker blir mer bekanta med physical literacy som begrepp och dess enorma potential som verktyg för att stödja miljödesign, och kopplar detta till alla aspekter av rörelse och fysisk aktivitetsleverans och deltagande, kommer det att bli ett centralt förhållningssätt. Utfallen når mycket längre än att helt enkelt öka och förbättra möjligheterna att vara aktiv. De berör alla aspekter av personlig utveckling och mänsklig blomstring. Miljön bör ta hand om människorna.

Referenser

- Abuhamdeh, S. och Csikszentmihalyi, M. (2012a) 'Attentional involvement and intrinsic motivation', *Motivation and Emotion*, 36(3), 257–267
- Agans, J. P., Stuckey, M. I., Cairney, J. och Kriellaars, D. (2024) 'Four domains for development for all (4D4D4All): A holistic, physical literacy framework', *Journal of Applied Sport Psychology*, 1–22. <https://doi.org/10.1080/10413200.2024.2342323>
- Cairney, J., Dudley, D., Kwan, M., Bulten, R. och Kriellaars, D. (2019) 'Physical Literacy, Physical Activity and Health: Toward an Evidence-Informed Conceptual Model', *Sports Med*, 49(3):371–383. doi: 10.1007/s40279-019-01063-3
- Houser, N. och Kriellaars, D. (2023) '"Where was this when I was in Physical Education?" Physical literacy enriched pedagogy in a quality physical education context'. *Front Sports Act Living*. May 25;5:1185680. doi: 10.3389/fspor.2023.1185680
- IDG. (u.å.). Framework – Inner Development Goals. Hämtad 2 juli 2025, från <https://innerdevelopmentgoals.org/framework/>
- Jefferies, P., Ungar, M., Aubertin, P. och Kriellaars, D. (2019) 'Physical Literacy and Resilience in Children and Youth', *Front Public Health*. Nov 19;7:346. doi: 10.3389/fpubh.2019.00346
- Kootenay Adaptive Sport Association. (u.å.). Kootenay Adaptive Sport Association – Barrier Free Adventure. Hämtad 2 juli 2025, från <https://kootenayadaptive.wordpress.com/>
- Richard, V., Holder, D. och Cairney, J. (2021) 'Creativity in Motion: Examining the Creative Potential System and Enriched Movement Activities as a Way to Ignite It', *Front Psychol*. Sep 30;12:690710. doi: 10.3389/fpsyg.2021.690710
- Sport England (2020) Physical Literacy Consensus Statement for England. Tillgänglig via: <https://www.sportengland.org/funding-and-campaigns/children-and-young-people> (Hämtad: 15 juni 2025)
- Stuckey, M., Tanenbaum, B., & Kriellaars, D. (2025). A Neutral Risk Framework for Active Participation Across the Lifespan: A Call to Action for Using Risk in Movement Contexts as a Tool for Human Flourishing. *Sports Medicine*, 55(6), 1353–1360. <https://doi.org/10.1007/S40279-025-02199-1/FIGURES/1>
- The Active Village Project (u.å.). Active Villages - Connecting People to Place. Tillgänglig via: <https://www.activevillage.org/> (Hämtad: 17 juni 2025)
- Förenta nationerna. (u.å.). Sustainable development goals: 3 Good Health and Well-Being. Hämtad 2 juli 2025, från <https://globalgoals.org/goals/3-good-health-and-well-being/>
- World Health Organization (WHO). (2014). Global recommendations on physical activity for health. http://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/44399/9789241599979_eng.pdf