

第七章 體育與衛生

吳仁宇

前言

體育是民族盛衰之表徵，亦是促進個人健康，發揮個人潛能，導正社會風氣，提昇生活品質之主要途徑。台灣地區近二十年來，在行政機關、各級學校、人民團體以及社會熱心人士等共同努力下，不論是體育行政組織、學校體育教學、全民體育活動、優秀選手培訓、國際體育交流、運動場地整建、學校衛生保健等都持續發展，並且績效。

展望廿十一世紀，由於科技進步，自動化設備廣泛應用，將使人們身體的勞動逐漸減少，相對地，勞動時間的縮短，餘暇時期的增加是必然之趨勢，因此，人們對運動權的爭取與確立，將成為必然之潮流，同時，在兩岸關係逐年改善之下，我國於國際空間的發展將採主動策略應對，爭取國際大型運動賽會之主辦更臻成熟，因此，提昇我國選手競技水準及籌建申辦大型國際運動賽會所需之基本硬體運動場館設備乃當務之急。在學校衛生保健方面，則因應著十大死亡原因之變遷，傳統的醫療保健體系，已無法全面確保國民健康，必須指導與教育國民重視與實踐健康生活，無疑地，透過學校指導學生獲取有系統、科學的健康知識，建立正確觀念、態度與習慣，乃是促進國民健康的重要途徑。

本章首先就我國體育與衛生教育現況加以概述，並研析其問題及提出發展策略與未來

遠景，俾供參考。

第一節 現況概述

一、學校體育

我國自國民小學三年級至大學四年級均設有體育課，每週授課時數均約兩小時，體育授課內容則依部頒課程標準行之。為改進課程內容，本部自七十九年起逐步大幅修正國小、國中、高中之課程標準，並於八十二年起陸續公布實施。體育師資則除國民小學因採包班制多由導師授課外，國中以上學校主要由體育專業人員擔任。學校除了體育課程教學外，亦透過課外活動、運動社團活動、體育發表會、全校運動會等提供多管道之體育運動機會。為促進校際運動比賽，本部自七十六學年度起開辦校際運動聯賽，以八十二學年度為例計辦理棒球等十三種項目，約近五萬名學生參加八千五百餘場次比賽。另為減少體育教師對選手訓練比賽之負荷，使體育教學正常化，本部自七十四學年度起甄選儲訓專任運動教練，分發學校專司選手訓練與競賽工作，目前計有三六三位學校專任運動教練服務各級學校，使學校肩負體育教學與選手培訓兩項重要工作。

二、全民體育

推展全民體育可建立良好群己關係，促進社會祥和與發展。我國自民國六十年代起開始推展社區全民運動，透過鄉鎮市區公所、社區體育理事會等組織推行，全民參加運動之機會大為增加。近年來由於政府部門規劃設計，大眾傳播媒體宣導，加以一六〇個民間體育團體及十七個體育基金會積極配合，全民體育持續發展。本部自七十九年起每年辦理全民運動聯賽，並配合社區少年趣味運動競賽，殘障體育、暑期體育育樂營、職業運動比賽、各級機會團體職工體育……等，使全民體育供給面逐年擴大。據統計大台北地區每天從事晨間運動人口，至少有十萬人以上。本部正積極研擬「提昇國民體育方案」，將透過學校、機關團體、民間組織，擴大全民體育宣導，提供運動技術指導，建立體育志工制度，發展國民體能測驗……等，鼓勵全民參與，持續推動全民體育。

三、競技運動

優異的國際運動競技水準，足以展現國力。我國為長期培訓優秀運動人才，透過學校體育班、學校發展特色運動及體育專業科系校院，廣泛發掘與培訓青年及青少年運動選手。也藉由縣市基層訓練站、莊敬自強訓練、國外移地訓練等培訓縣市級、國家級選手，並設有左訓中心、北訓中心辦理特優選手訓練，依「中等以上學校運動成績優良學生升學輔導

辦法」、「教育部國光、中正體育獎章頒發要點」、「教育部國光、中正體育獎章獎助學金頒發要點」，獎勵優秀運動人才並輔導就業。同時加強國際體育邀訪比賽，提供選手競爭之機會，提昇競技成績。

近年來我國競技運動成績，不論質與量均呈穩定成長，其中以參加一九九二年巴塞隆納奧運會棒球獲得銀牌，跆拳道示範賽獲得金牌，以及一九九四年廣島亞運會田徑等項目榮獲七面金牌、十二面銀牌與二十三面銅牌，令國人倍感欣慰。然而與日、韓等國及大陸相較；我國競技運動成績，仍待努力提昇。

四、場地設備

運動場地乃是推展體育業務最基本之要件，設備完善、標準之運動場地可使競賽公正、公平，刺激選手締造佳績，同時可避免運動傷害；足夠的運動場地，可提供民眾平日休閒活動之空間，建立規律運動之習慣。

有關競賽運動用場地，目前計有十八個縣市成立體育場，各體育場均有數座可供舉辦全國性運動比賽之館場。另為顧及國內決無可供舉辦國際大型運動賽會之運動場地，行政院民國八十二年九月核定於台北、台中、高雄各興建一座大型綜合體育館。至於休閒運動場地，目前計有五十二個鄉鎮市區積極籌建運動公園，一千一百個社區興建簡易運動場所，一六〇個鄉鎮設游泳池外，學校體育館場在不影響學校正常教學及生活管理原則下，多訂

有管理辦法，開放供社區民眾使用。另外，民間亦集資興建各種休閒運動場地，以提供民眾休閒運動使用。

五、行政組織

目前教育部、省市政府教育廳局，各縣市政府均依國民體育法第四條規定成立體育專責單位，分別職司體育業務，鄉鎮市區公所則尚未依國民體育法第四條規定置體育專業人員，而省市縣市體育場在逐年擴建館場之情況下，人員編制普遍不足。而學校體育行政組織方面，大學及獨立學院設體育室，專科學校、職業學校、高中、國中、國小則設體育運動組或體育組，推動學校體育業務，同時成立有中華民國大專院校體育總會、中華民國高級中等學校體育總會與各縣市中等學校體育促進會，辦理各該級校際體育工作。至於民間體育組織除中華民國體育運動總會，中華民國奧林匹克委員會及一六〇個已核准成立之全國性民間體育組織外，省市、縣市、鄉鎮市區亦有近千個體育會、單項委員會等組織，協助政府推動全民體育與選手培訓工作。

六、學校衛生

為維護學生健康，奠定國民健康基礎，我國國小一年級至國中一年級設有健康教育課程，有系統地實施健康教學。由於國民小學採包班制，健康教育或道德與健康都由導師授

課，國中健康教育由本科系或相關科系擔任者約佔百分之四〇，健康教育評量仍著重於認知層面。有關健康服務方面，約有百分之七〇學校置護士負責學生健康篩檢，緊急傷病急救與處理，特殊疾病缺點之監控、預防與矯治工作，對學生健康之維護極有助益。至於學校環境衛生方面本部為充實學校環境設施，自民國六十四年起配合計畫補助學校改善廁所、教室照明、自來水等設備，惟因主客觀環境限制，仍需持續改善。又據調查我國兒童與青年學生肥胖比率達百分之二〇、近視比率居高不下、學童齲齒罹患率不斷攀升、國民首次吸菸之年齡逐年下降……等都待改善。

第二節 問題分析

一、學校體育教學績效尚未落實

我國各級學校體育實施已久，但學校體育課教學品質有待改善，探究其原因不外乎：

- (一) 各級學校體育課程、教材未銜接且重複教學，浪費資源；
- (二) 體育科師資缺乏，體育課教學由其他科目教師擔任者達百分之四五·七；
- (三) 體育教學及活動場地空間不足，且設有體育館、游泳池之學校比例很低；
- (四) 體育教師專業素養待加強；
- (五) 體育教師校內、外體育工作過多；

(六)校內外學生活動頻繁且日愈增加……等因素。

二、國民之運動習慣多未養成

國內運動人口雖略有增加，但畢竟仍有大多數的人尙無從事運動，究其原因乃在：

(一)國內升學主義影響，國人對體育概念模糊，且不熱衷運動。

(二)基層體育組織架構不健全且未建立志工或指導人員體系，致基層體育無法有效落實推動。

(三)學校對場地開放多有顧慮，社區運動場地之闢建不易，既有場地設備缺乏維護管理，致使社區休閒活動場地更顯不足。

(四)國內大眾傳播媒體對體育之報導多偏向競技性運動，對於健康性之體育活動則較少報導。

(五)政府和民間體育團體所舉辦之體育活動多趨向競技性之比賽，少有趣味性之體育活動。

(六)地方政府體育經費有限，體育行政人員不足，造成體育活動推展困難。

三、運動競賽仍需提昇

政府歷年來輔助中華體總、中華奧會及民間單項運動組織建立選手培訓制度，辦理選

手訓練工作，但選手培訓績效尙難突破，究其原因：

- (一) 學生受升學主義影響，參與運動訓練意願低落，且不易獲得家長與社會支持。
- (二) 運動訓練未與運動科學相結合，嚴謹而科學化之選才方法仍待建立。
- (三) 特優選手之長期輔導與追蹤制度未建立，致使選手培訓績效中綴。
- (四) 選手升學與就業輔導仍未落實。
- (五) 優秀選手之實質獎勵，其獎助學金發放方式及獎助金額倍受爭議，使體育運動蒙上功利色彩。

四、場地設備難符實際需求

政府每年雖編列預算興建運動場地，民間亦有意願集資興建運動場地，但仍無法迎合需求，其原因乃在：

- (一) 國際性運動競賽場地缺乏整體規劃。
- (二) 各縣市大型體育館場缺乏維護管理，經營管理人才亦嚴重不足。
- (三) 各縣市體育運動設施仍普遍不足，尤以都市地區更為明顯。
- (四) 既有法令與民眾對於休閒運動之實際需求難以密切結合，造成違法建築及違規營業之體育館場到處皆有。
- (五) 公立體育館場營收經費依法均需繳庫，體育場地管理人員對開展業務辦理活動，常持

消極方式，造成運動場地使用率不高及投資浪費。

五、學校衛生亟待拓展

我國雖在國小與國中設有「健康教育」或「道德與健康」課程，多數學校置護理專業人員負責學生保健工作，並補助改善學校基本環境衛生設備，但據調查青少年學生對吸菸、營養、交友、就醫用藥等保健知識顯有不足；學校廁所屋齡超過二十年佔百分之一〇，這些老舊廁所多係條溝式或定期沖洗式，常致臭味四溢；各級學校中尚約有四八〇所（含國民小學四四四所）未接用自來水；學生近視、齲齒、肥胖比率逐年攀升……等都極待改進。究其因在於

- (一) 缺乏整體性學校衛生法規；
- (二) 學校衛生行政組織體系未建立，人員待充實；
- (三) 國中二年級以上未設健康教育課程；
- (四) 健康教育專業教師比率過低；
- (五) 學生健康檢查制度尚未建立；
- (六) 學校環境衛生設施維護與管理未落實；
- (七) 學校衛生視導與評鑑工作未展開。

第三節 發展策略

一、學校體育

- (一) 成立體育督學網，聘任督學督導各級學校落實推動體育教學與活動。
- (二) 實施小學體育科任制並自智類學校開始，逐年擴大施行。
- (三) 兩所體專改制學院，體育校院設教育學系或教育學程（分）；一般大學校院增設體育學系或開設體育教師之教育學程（分）。
- (四) 體育課程系統化、多元化、趣味化，以培養終身運動之觀念與習慣。
- (五) 建立學校專任運動教練證照制度，辦理證照考試，並輔導現有學校專任運動教練取得證照。
- (六) 補助學校興（整）建體育場、體育館、游泳池。
- (七) 辦理大專院校體育教師在職進修研究所學分。

二、全民體育

- (一) 研訂「提昇國民體能方案」，推廣體育運動，建立體育測驗制度。
- (二) 依地區實際需要，補助當地運動場所充實夜間照明設備，俾提供民眾晚間活動空間。

- (三) 協調有關單位依國民體育法第九條規定，推展職工體育。
- (四) 建立全國全民運動指導工作網，依各年齡階段之需求培訓各層級運動指導人員。
- (五) 加強辦理體育行政人員研習活動，定期實施各級政府、民間體育團體行政人員及學校體育教師之研習進修。
- (六) 透過各種管道，宣導國民建立生涯運動之觀念與態度。
- (七) 輔導各級政府機關逐年增列體育經費，輔導各縣市成立體育發展基金，充實體育經費，辦理體育活動。

三、競技運動

(一) 培訓體系

1. 增設北、中、南體育實驗中學。
 2. 輔導省市府強化基層訓練站，提昇培訓績效。
 3. 結合運動科學研究與選手培訓工作，加強發掘與培訓具潛能之優秀選手。
 4. 輔助國立體專、台北市立體專或其他體育校院成立運動訓練中心。
 5. 協調國防部成立「軍中優秀選手訓練中心」，確立軍中優秀選手訓練之權責。
 6. 明確劃分各級體育主管單位及民間運動團體之權責，建立一貫培訓制度。
- (二) 人才培育與獎勵

1. 建立運動人才資訊網。
2. 輔導增設體育、運動科學及教練研究所，開拓體育學術研究風氣及培育體育研究人才。
3. 修訂「教育部國光、中正體育獎章及獎助學金頒發要點」，使獎金之頒發更公平、合理。
4. 修訂「中等以上學校運動成績優良學生升學輔導辦法」，加強輔導優秀選手升學。
5. 研訂「優秀運動選手就業輔導辦法」及鼓勵民間運動團體結合社會資源積極輔導優秀選手就業。
6. 建立運動教練、指導員證照制度。

(三) 運動競賽與活動

1. 爭取舉辦二〇〇二年或二〇〇六年亞運會，藉以蓬勃運動風氣，提昇運動競技成績。
2. 檢討改進「台灣區運動會」，並以符合亞、奧運會之舉辦方式及項目為原則。
3. 建立舉辦運動會競賽自動化系統，加強蒐集國際體育資訊。
4. 衡酌奪牌效益，確立競技運動重點項目，並加強選手培訓工作，期達國際水準。
5. 設「運動員藥物檢驗中心」，俾使運動競賽公平進行並利爭取主辦各項國際運動競賽。

四、場地設備

- (一) 由中央政府整體規劃國際化運動競賽專用場地，成立國立體育場館。
- (二) 一般性大型競賽運動館場應考慮在學校內或學校鄰近地區興建。
- (三) 各地方政府依當地民眾實際需要，整體規劃充實休閒運動場地。
- (四) 人口較集中之地區應多闢建運動場所，並增設夜間照明。
- (五) 研訂「獎勵民間投資運動設施條例」。
- (六) 輔導職業運動團體興建比賽館場。
- (七) 研訂體育設施之管理及收費辦法，落實場地開放政策。
- (八) 定期培訓體育館場經營管理人才，俾有效管理運動場地。
- (九) 協調各級政府機關因應民眾休閒活動之實際需求，適時修訂有關法規。

五、學校衛生

- (一) 研訂學校衛生法，學校午餐實施辦法，國民中、小學學生健康檢查實施辦法等相關法規。
- (二) 配合教育部組織法修訂作業，成立學校衛生科。
- (三) 研究改進國民中、小學健康教育課程內容，並延伸授課年級。

- (四) 輔導學校設置護理部，建立學校健康服務工作模式。
- (五) 充實學校健康中心設備，發揮緊急傷病急救與預防保健教育功能。
- (六) 協調衛生醫療機構支援醫護人員全面建立中、小學生健康檢查制度。
- (七) 補助改善學校飲水衛生與設備，凡未接用自來水者，應協調自來水產業單位或補助學校優予埋設。
- (八) 研修「加強學生視力保健重點措施」，合理調升教室黑板照明標準，並補助學校改善教室黑板照明設備。
- (九) 補助學校充實衛生健康教育教具，重點輔導學校設立健康教育專科教室。
- (十) 積極辦理校園減重計畫、餐後潔牙、性教育、菸酒與藥物教育急救訓練等健康促進活動。
- (十一) 拓展學校午餐，補助偏遠地區廚工薪津，補助清寒學生午餐費，充實午餐建築設備，增置營養師，提昇學生午餐品質與供應率。
- (十二) 辦理學校衛生視導與評鑑工作，輔導學校落實推動學校學生衛生保健工作。
- (十三) 結合民間組織加強推動學校衛生。
- (十四) 加強國際學校衛生學術交流。

第四節 未來遠景

一、學校體育

- (一) 體育專業教師擔任體育教學率自目前之百分之四五·七提升至百分之六〇以上。
- (二) 體育教師之教育程度屬大學程度者，自目前之百分之五九提升至百分之七五以上。
- (三) 增設體育相關科系所。
- (四) 學校專任運動教練人數自目前三六三人，提昇至一千人以上。
- (五) 增（整）建中、小學學校體育運動場三五〇處，學校體育館自五二七校增至一〇〇〇校以上，學校游泳池自二二五校增至四〇〇校。

二、全民體育

- (一) 各縣市成立體育發展基金，且基金至少有十個縣市達一億元以上。
- (二) 各縣市體育場主要場館年使用天數均達二〇〇天以上。
- (三) 國人每週從事規律運動之人口比例增加至百分之三十。
- (四) 輔助社區成立運動社團。
- (五) 國人對休閒運動環境之認知滿意度較現前提高。

三、競技運動

- (一) 參加「亞運會」成績，以在亞洲四十三個會員國中以名列前五強為目標。
- (二) 參加亞洲各項錦標賽，獲獎率以達百分之七五為目標。
- (三) 參加世界各項錦標賽，獲獎率以達百分之二五為目標。
- (四) 輔導體育運動團體舉辦國際性活動（含邀請賽）由一九九四年二十項次，逐年增加至二〇〇〇年達三十六項次。
- (五) 爭取主辦二〇〇二年或二〇〇六年亞運會及各項國際性活動或學術會議在我國舉辦。
- (六) 協助各級學校發展特色運動，國民小學以每校發展乙項，高中職以每校二項，大專校院以發展三項為目標。

四、場地設備

- (一) 補助興建完成北部、中部、南部大型綜整體育館。
- (二) 台灣省各縣市均設立縣市立體育場（含田徑場、體育館及游泳池）。
- (三) 台灣省至少成立十六座縣市立棒球場。
- (四) 台灣地區計有八十處運動公園。
- (五) 補助各鄉鎮市區均設有游泳池。

- (六) 補助各鄉、鎮市區至少選三處主要館場加裝夜間照明設備。
- (七) 補助台灣省各縣市體育場充實人員編制。
- (八) 加強辦理體育館場行政人員經營管理研習。

五、學校衛生

- (一) 三年內全面補助學校改建老舊廁所，使條溝式、出糞式、定期沖洗式廁所全面拆除或改建，並加強廁所管理與維護。
- (二) 補助二〇〇所自來水供應區之學校接用自來水，協調優先埋設管線，以供應學校自來水，期五年內學校接用自來水比率達百分之九十五以上。
- (三) 提高教室黑板照明度標準，並於四年內補助學校改善照明設備，使每間教室照明皆達規定標準。
- (四) 配合學校意願補助國民中、小學開辦午餐，於民國八十九年時山地、偏遠、離島地區國小午餐供應率達百分之百，平均城鄉地區國小午餐供應率達百分之七十，國中午餐供應率達百分之四十。
- (五) 強化學校健康教育，辦理國中健康教育教師研習，使國中健康教育教師每三年至少接受乙次專業研習活動。
- (六) 高中、高職開設健康教育課程，大專院校開設健康教育有關通識課程。

(七)師範學院成立衛生教育系，培育國民小學健康教育教師與行政人員。

結 語

高度科技化、都市化、資訊化的廿一世紀，必將帶來終生運動、全民運動、休閒活動的時代，因此，國民體育的目的，乃應營造有利的社會環境，建立國民生涯運動之觀念與價值，培養國民成為一位自主性的終生運動者。因此，迎向廿一世紀的我國體育與衛生教育發展，必需全面檢討與改善現有之政策與措施，在既有之績效下，結合政府及民間資源，前瞻未來環境需要，朝向大量化、樂趣化、彈性化、專業化、大眾化、本土化、多樣化、高度化、科技化、國際化等方向邁進，務實推動，以促進國民健康，進而提昇國民生活素質，發揚人類的生命光輝。

(撰者現為教育部體育司專門委員)