



倍增計畫

●行政院體育委員會

壹、計畫緣起

一、新任體委會林主委的政策指示

民國91年2月1日，內閣改組，體委會主委改派宜蘭縣文化局局長林德福升任。林主委就任體委會後，對體委會過去推動的國家體育政策，有諸多的「創新」修正。「運動人口倍增計畫」就是體委會全民運動業務中修正之一。

林主委認為體委會推展全民運動的經費，應該用在刀口上。所謂的「刀口」就是「要想辦法讓不會運動的人學會運動，讓不運動的人出來運動」；就是「要讓國民的體脂肪大幅減少」。

林主委認為過去補助體育團體辦活動（比賽），

只是拿錢跟人家湊熱鬧。幾千人參加的活動，活動一結束，錢花掉了，也只有熱鬧一下，並無意義。全民處應改變過去只作核撥體育團體補助費的工作，而輔導體育團體積極推動「運動人口倍增計畫」，多「訓練不會運動的人學會運動」才有意義。因此指示全民處盡速提擬「運動人口倍增計畫」，作為體委會推動全民運動的主軸。

林主委對「運動人口倍增計畫」的指示包括，必須是新學會運動的人口才算入倍增人數；基層（指縣市地方）的推動工作以縣市政府為負責單位；全國性的體育團體要接續地方的推動成果，使之持續下去；地方推動時應讓地方首長認同為其主要縣政業務之一；體委會各處室應打破建制，通力合作，共同推



動，包括理念宣導、運動教練調派、休閒農場闢設運動設施，發動各縣市政府、各體育團體、各機關學校等相關單位響應推動。

二、國家體育政策的延續

民國86年7月16日，行政院體育委員會正式掛牌運作後，首任主委趙麗雲博士推出「健康加卓越」的雙主軸國家體育政策。在全民運動方面，推動「陽光健身計畫」，不但引導了數以百萬計的國民走出戶外，迎向陽光，參與運動；也因為「陽光健身計畫」的推動，深入到全國各社區、鄉間，剛成立的體委會乃能快速的在國民心目中留下印象甚至生根。

民國89年5月20日，政府政黨輪遞，體委會主委新政府改派台灣師大體育教授許義雄博士接任，許主委就任後延續推動「健康加卓越」的雙主軸國家體育政策。在全民運動方面，廣續「陽光健身計畫」階段性任務的完成，並配合國際間「運動促進健康」的國際潮流，推出以「養成規律運動習慣」為主的「運動健康促進計畫」，冀期自91年度起大力推動。民國91年2月1日，內閣改組新任主委指示另提「運動人口倍增計畫」，乃將兩計畫（「運動健康促進計畫」與「運動人口倍增計畫」）加以融合，以增加「新增運動人口」為計畫標的，但仍力促達到「養成規律運動習慣」的目標，以使國家體育政策得以銜續推動，而不至政策因人而異，無法發揮效益。

三、順應國際全民運動潮流

「運動促進健康」是21世紀國際間最重要的活動。先進國家認為「自覺運動參與是最具回收價值的投資」、「自覺運動參與是最好的預防醫學」，而莫不

積極推動國民的「運動學習」與「規律運動習慣養成」。「運動人口倍增計畫」在經過縝密的規劃修正後，應是我國因應此一國際潮流，迎上先進國家國民體能水準的具體良策。計畫內容中各計畫要項，包括藉由電視、廣播、平面媒體、網路等媒體的廣宣活動，灌輸國民「自覺運動參與」意識；藉由充實陸海空休閒運動設施，提供「優質運動環境」；藉由人才培訓、活動推展，促使「國民自覺運動人口逐年倍增」等，若能落實逐年廣續推動，相信欲達到「運動生活化」、「提升生命品質」的境界，應是指日可待。



圖片／富爾特光碟

貳、計畫內涵釋義

一、計畫目標

本計畫具體目標為一年新增50萬運動人口（其中游泳10萬人、自行車5萬人），二年新增運動人口100萬人，六年後新增300萬運動人口（規律運動人口達到先進國家水準）。

註：新增運動人口係以台灣目前規律運動人口率（3.48%）約50萬人為標的，兩年增加一倍，六年增加至300萬人，約可達先進國家規律運動人口數水準（約15%）。



二、計畫期程

本計畫執行期程自九十一年度至九十六年度，為期六年。

註：六年計畫係配合政府「挑戰2008國家重點發展計畫」而定，亦為避免政隨人亡，計畫能廣續推動而定。

現本計畫已列為行政院91.5.31院台經字第0910027097號函核定之「挑戰2008國家重點發展計畫（2002-2007）」之「十大重點投資計畫」之「1E世代人才培育計畫」之「1.4建立E世代終身學習社會環境」之「1.4.1推展國民學習運動」之「1.4.1.2運動人口倍增，推廣國民體育休閒活動」。

三、計畫要項與內容

（一）理念宣導：

透過電視、廣播、平面媒體、網路等媒體，宣導運動健康的理念；介紹不同族群簡易運動方法；營造運動生活化有利條件；鼓勵國民積極參與休閒運動；全國性或共同性之廣宣活動，由體委會負責；地方性之廣宣活動由各地方政府負責。

內容包括：

1. 製播形象系列宣傳帶。
2. 編印各種不同運動族群、不同工作型態國民適用之各種簡易運動指導手冊，提供民眾參用。
3. 編印各種陸、海、空休閒運動種類之運動安全手



照片來源／富爾特光碟

冊，提供民眾參用。

4. 編印各種不同體能狀況、不同族群、不同工作型態為對象之簡易運動單張，提供民眾參用。
5. 辦理「運動生活化」電視、廣播、平面媒體、以及網路之同步密集廣宣活動，強力宣導「國民自覺運動參與意識」。
6. 辦理以「運動健康促進」、「運動人口倍增」為主題之專題演講、專題座談、專題研習或其他宣導活動。

（二）人力招訓：

積極培養或招訓運動指導人才，整合及運用專任運動教練、體育教師及運動團體體育專業人員人力資源，提供各縣市充足的運動指導人才。包括：

1. 輔導各縣市培訓運動指導員。
2. 輔導各縣市調派專任運動教練擔任運動指導員。
3. 輔導各縣市招募體育教師擔任運動指導員。
4. 輔導各縣市運動團體遴薦運動指導員。
5. 輔導各縣市招募運動指導員志工。

（三）充實設施：

輔導各縣市政府所轄機關、團體、企業機構等發揮創意，整合地方資源，規劃闢設富地方特色或具創意性體育休閒活動場地，提供民眾休憩活動之用。包括：

1. 獎補助各級學校運動設施於晨間、夜間、週末、假日開放提供作為人口倍增計畫之運動場地。
2. 獎補助各山地學校運動設施提供作為運動人口倍增計畫之運動場地。
3. 獎補助各休閒農、漁、牧場闢設休閒運動設施，提供作為運動人口倍增計畫之運動場地。
4. 尋求其他運動場所如，民間運動場館、民間運動健

身中心、村里民或社區活動中心，闢設富地方特色之運動設施，提供作為運動人口倍增計畫之運動場地。

（四）活動推展：

整合各縣市政府、各機關學校、各體育團體規劃推動平日定時、定點活動；週休二日活動以及利用寒暑假密集式活動，提供國民選擇參與。包括：

1. 各縣市政府、各機關學校、各體育團體規劃開辦平日定時、定點之各種「運動教室」。
2. 各縣市政府、各機關學校、各體育團體規劃辦理週休二日各種「陸、海、空休閒運動」。
3. 各縣市政府、各機關學校、各體育團體規劃開辦各種「寒暑假運動育樂營」。

四、推動方式

（一）申辦：

1. 主辦單位（運動教室及週休二日運動班為各縣市政府；寒暑假育樂營為各縣市政府、各全國性體育團體、救國團、各學校）擬訂實施計畫，送體委會核備後據以辦理。
2. 體委會審核各主辦單位所提計畫及經費補助額度。各主辦單位接獲體委會核定後，一週內檢據送體委會據以撥款，事後二週內檢附原始支出憑證連同成果報告，送體委會辦理核銷結案。

（二）宣導：

事前、事中、事後體委會及各辦理單位，藉由各種傳播媒體與廣宣方式，廣為宣導。體委會於年度活動前舉辦一次全國性宣導記者會，年度結束後舉辦一次全國性成果發表會；各辦理單位於活動舉辦前舉辦一次宣導記者會，活動舉辦中邀媒體參訪報導。



(三) 督導：

體委會成立「運動人口倍增計畫輔導小組」對執行策略提供諮詢建議，並於計畫執行期間輔導訪視相關執行單位，對實際執行狀況向體委會提出報告，於年終檢討各縣市執行成效。

(四) 推動：

1. 各辦理單位組織推動委員會：由單位首長或其指定人員擔任召集人、由業務單位主管擔任副召集人、由業務承辦單位負責人擔任執行秘書、相關單位負責人為委員、並邀專家學者擔任諮詢委員。
2. 研訂實施計畫與預算：
 - ◎ 選定辦理項目（游泳、自行車為必辦項目，其餘項目共同議定）；
 - ◎ 分配各項目辦理單位（鄉鎮或學校或配合機構、團體）；
 - ◎ 分配各執行單位各項目辦理方式（育樂營或體能運動教室或週休二日運動班）；
 - ◎ 分配各執行單位各項目訓練人數；
 - ◎ 決定開辦時間；
 - ◎ 決定統一宣傳辦理方式（記者會或嘉年華會、時間、地點與負責單位、參與單位）；
 - ◎ 決定需用場地、設備、器材之整修、充實、添補；
 - ◎ 決定宣傳品種類、樣式、數量及製作方式（DM、海報、旗幟、標語、橫布條、各種宣傳品均需置體委會會徽並書行政院體育委員會指導贊助）；
 - ◎ 決定辦理本活動統一製作物與製作方式（如教練服、T恤、紀念品、）；
 - ◎ 編列所需預算並決定籌措（募）額度與方式（除體委會分擔額度外其餘經費包括報名費、捐助等收入均列為核辦單位配合款）。
3. 向體委會提報實施計畫與預算。

4. 檢據向體委會申請撥款並即展開各項工作：

- ◎ 召集各辦理單位會商展開推動各項工作事宜；各項工作行事曆傳送體委會彙製全國性宣傳活動；
- ◎ 各縣市辦理縣市統一宣傳活動（各縣市各自設計辦理）。
- 5. 督導各辦理單位展開各項工作。
- 6. 檢討成果、陳報成果、檢送憑證辦理結案。

(五) 評估：

體委會委請專業單位對各單位辦理情形作效益評估，並以運動人口實際增加數多寡為考核重點。體委會與各縣市政府對「運動人口倍增計畫」執行績效，於每年年底召開記者會公佈執行成果。

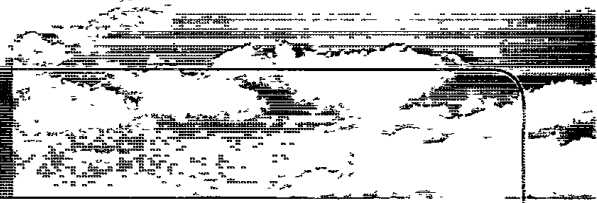
參、預期效益與評估指標

一、預期效益

1. 第一年全國新增運動參與人口50萬人（其中游泳10萬人，自行車5萬人），六年後新增300萬運動人口（其中游泳60萬人，自行車30萬人），我國規律運動人口數達先進國家水準。各縣市第一年新增加運動人口數如下表。

運動人口倍增計畫各縣市第一年增加運動人口數統計表

區 位	增加人數	備 註
台北市	60,000	
高雄市	33,000	
基隆市	7,000	
新竹市	6,000	
台中市	24,000	
嘉義市	5,000	
台南市	14,000	
台北縣	73,000	



宜蘭縣	12,000
桃園縣	39,000
新竹縣	13,000
苗栗縣	18,000
台中縣	32,000
彰化縣	26,000
南投縣	13,000
雲林縣	20,000
嘉義縣	18,000
台南縣	22,000
高雄縣	27,000
屏東縣	17,000
台東縣	5,000
花蓮縣	7,000
澎湖縣	4,000
金門縣	3,000
連江縣	2,000
總計	500,000

2. 每年編印簡易運動指導手冊十種、運動安全手冊五種、簡易運動單張十種。
3. 每年培訓體能指導員三百人，招募體育志工一千人。
4. 每年充實一般學校體育設施二十所，充實山地學校體育設施十所，開設休閒農漁牧場體育設施五處。

二、評估指標

依上列達成數據作為評估達成率指標。

肆、結語

「使國民都能學會自己想做的運動，增加新的運動人口」，是當前體委會全力推動的全民運動政策「運動人口倍增計畫」。但計畫設想周延，仍需落實執行才能見功。再者政策執行效益之良窳與效益影響，更不能以急功近利來評斷。體委會既推出新政策，且評估此新政策符合時代需要與國民需求，體委會即應確實依計畫落實賡續推動，縱或政策內容需要作適度調整，也應以既定目標為準據作修正。每年一種不同的政策，將會使得草創伊始的體委會業績無法展現。

「體力就是國力」不是一句口號，沒有健康的身體一切財富都是空的。21世紀世界各國紛紛推動「健康促進」相關的計畫，其中都脫離不了「運動學習」與「規律運動習慣養成」。國際間都認定「自覺運動參與是最具回收價值的投資」、「自覺運動參與是最好的預防醫學」，而在「健康促進」相關的計畫中，積極推動「生涯運動」以及「運動生活化」等措施，其主要目的乃在促使民眾建立「自覺運動參與」的意識，進而使「運動成為人們生活的一部份而且是最重要的一部份」。此一目標其實也就是當時體委會成立的使命之一，體委會成立滿五年了，可是此一使命目標卻是斷斷續續，未能銜續推進，相對的體委會在全民運動方面的政績仍無法立竿見影。體委會現已找對了前進標的，擬定了執行策略，寄望此一政策得以落實推動，更進一步積極宣導，促使民眾建立「自覺運動參與」的意識，在政府提供包括運動節目、運動指導以及運動場所等「優質運動環境」下，相信在三、兩年內台灣國民的運動風氣當可改觀，台灣國民的健康狀況當可大力改善，台灣國民競爭力大幅提昇、國家競爭力大幅提高、國民健保支出大幅減少，國民生活品質凌駕先進國家之林當不是夢。「有夢最美希望相隨」願與識者共勉。✎