

51-55

中華成人游泳協會組織運作與活動之探討

文·陳和睦

壹、前言

這兩年體委會對推展游泳與救生運動績效最好的單位授權發證（游泳教練證或救生教練證），有中華民國游泳協會、中華民國水上救生協會、中華民國紅十字會總會、中華民國水中運動協會、中華民國游泳救生協會、中華民國海軍爆破隊退伍人員協會（註一）。然而在推展游泳方面，目前在臺灣推展游泳運動主要有兩個單位，一為中華民國游泳協會，這個單位主要負責競技游泳，組訓培養選手比賽；另一個單位為成泳會，主要推廣全民游泳，成泳會目前全國共有212個會員單位，分佈全國各地，也就是俗稱的早泳會。成泳會的會員，由於每天大家坦誠相見，會員之間建立了深厚的感情，因此婚喪喜慶全部有來往，大家為了健康，沒有利害關係而在一起運動，堪稱為我國最成功的全民運動單位之一，它對臺灣全民運動之推展貢獻很大，筆者在這個組織擔任近10年的秘書長，因而對協會的組織運作及活動十分了解，茲分述於下。

貳、成泳會的組織沿革與宗旨

一、沿革

本會成立於民國76年6月8日，原屬於中華民國游泳協會之下的成人游泳委員會，由於組織推展很快，會員人數越來越多，原組織之運作效率已不敷龐大會員之所需，為提升成人游泳運動之效能，強化組織運作，本會於90年1月16日向內政部申請成立「中華民國成人游泳協會」獲准，目前本會共有會員團體212個單位，會員人數2萬人。

二、本會成立宗旨為

提倡成人游泳活動及游泳社團之聯絡，倡導全民運動、提供成人游泳資訊、建立成人游泳制度及養成終身運動習慣，並宣揚水上安全技能及服務社會大眾。

參、組織運作

一、成泳協會，全國設總會長，總會長之下設北區、桃竹苗區、中區、南區、東區等五區分會長，而總會長由各區輪流擔任，現任總會長由桃竹苗區選出楊火生擔任總會長。目前北區分會會員團體60個單位、桃竹苗區44個

單位、中區52個單位、南區38個單位、東區11個單位。而各會員單位人數由幾十人至幾百人，會員年齡以40至70歲最多。

二、成泳會的運作基本單位為各會員單位，而各會員單位組織都非常健全，除會員大會、理監事會之外，舉凡訓練、競賽、裁判、行政、公關、活動、財務、出納…等都有。各單位除了參加該單位各項活動之外，也擔任參加各區及全國性的活動。

肆、成泳會的活動

一、各會員單位的活動

- (一) 每天定時晨泳，晨泳完再去上班，也有極少部分會員午泳或晚泳，一般晨泳會員游完會留下來聊天喝茶，甚至有的還會順便提供早餐，非常溫馨，很多早泳會朋友認為他們一天中最快樂的時光就是晨泳這段美好時光。
- (二) 各會也經常辦慶生會、旅遊、游泳或救生訓練、年會、與友會、聯誼…等活動，會員由於每天晨泳身體好、充滿活力。

二、各分區會的活動

- (一) 辦理各分區的游泳教練裁判講習、救生員訓練或救生教練班訓練。
- (二) 舉辦各區會內之成泳比賽或趣味競賽。
- (三) 舉辦各區會內之旅遊活動。

三、總會所辦的活動

- (一) 總會理監事會，每3個月召開一次。
- (二) 輔導各區分會舉辦該區分會應辦事宜。
- (三) 舉辦年度全國成泳分齡賽暨國際邀請賽（11月5-6日）。

(四) 舉辦公開水域游泳活動。

- 1. 游覽綠島珊瑚水世界海上長泳（5月22日）。
- 2. 2011蘭陽海上長泳—迎向龜山（6月12日）。
- 3. 2011基隆外木山4000公尺海上長泳（6月26日）。
- 4. 2011石門水庫逍遙遊（7月17日）。
- 5. 2011搶灘料羅灣—金門海上長泳（8月30日）。
- 6. 金廈海域泳渡（8月29日）（註三）。
- 7. 2011日月潭萬人泳渡嘉年華（9月4日）。

由上述活動得知，總會每年辦一次全國性的游泳比賽，並且要輔導各區舉辦七個公開水域活動，而這公開水域參加的成員80%都是早泳會的朋友。

在戶外水域最值得一提的是「日月潭萬人泳渡活動」，這項活動由民國83年580人到去年超過2萬多人，實在是創舉，這是全世界最大的水上活動，協會在民國85年1萬多人參加時，申請過金氏世界紀錄核准，可惜那次活動後來有一人不幸溺斃，而金氏世界紀錄被取消。



▲搶灘料羅灣—金門海上長泳。(圖／中華成泳會提供)



▲日月潭萬人泳渡嘉年華。(圖／中華成泳會提供)

2010年參加泳渡日月潭共有1300隊，2萬7千1百23人（註二），有一個可喜的現象，許多年輕人也參加了，例如竹科年輕人報了400多位，上級指導體委會也報了18人共襄盛舉，值得一提。

（五）參加國際活動

1. 參加世界成泳錦標賽

中華成泳會歷年來參加每年舉辦的世界成泳錦標賽，例如去過北非（卡薩布蘭加）、英國（雪菲爾）、美國（印第安那布斯）、日本（東京）。成泳賽五歲一級，從25-29歲、30-34歲…一直到90歲以上，有一年中華成泳會到美國印第安那布斯參賽，當時有一位盲人Tom-Lane，98歲還參賽，而在他100歲時，中華成泳會邀請他在臺南全國成泳賽做表演賽，當時他游了100公尺仰式，令觀眾讚嘆，證明游泳可以游到老。

2. 參加泛太平洋成人游泳錦標賽

這項比賽每2年舉辦一次，中華成泳會也參加了西澳洲（伯斯）、美國（茅宜島）…等比賽，成泳會選手參加比賽有一個特色—即比賽完順便旅遊，一舉兩得。



▲TOM-LANE百歲在臺南全國成泳賽做仰式表演賽。
(圖／中華成泳會提供)

3. 最近幾年與大陸、日本互訪最多

鄰近的日本，對成泳發展頗為重視，並且有很高水準，日本幾乎每年都派選手來臺參加全國成泳賽暨國際邀請賽及橫渡日月潭活動；而大陸近年來臺參加泳渡日月潭去年超過千人，而我成泳團體也常組團訪問大陸，而今年（100年）七月廿九日第三屆金廈海域泳渡比賽，邀請全球華人參加，每2人一組接力7000公尺（每人游3500公尺），目前報名80隊，臺灣報名30隊，參加年齡限制18-55歲，距離從小金門→廈門椰風塞7000公尺。深信這項活動一以泳會友，可以加強促進彼此之間的了解與友誼。

伍、成泳會組織活動與檢討

成泳會從民國76年成立成泳會以來，由於友會之間交流頻繁，互相學習，因此大體上各會員團體都建立了健全的組織與制度，大家為健康每天坦誠相見以泳會友，會員之間建立了深厚的感情，這是十分難得的情誼。另者，早泳會的人們，因為每天要早起游泳，因此晚上都不敢太晚睡，換言之，早泳會的生活非常正常規律。

早泳會的人分兩種，第一種人純為健康而游，每天定時定量游完去上班；而第二種人，除了早泳外還希望參加比賽，以激勵自己。早期早泳會的人大部分都游戶外，所謂陽光、空氣、水，對身體有很大幫助，近年來由於室內溫水泳池盛行，加上有完善的水療設備，且不受天候影響，越來越多的人走向室內溫水泳池，如果個人體能可行，游戶外泳池對身體鍛鍊更有助益。

有關活動問題：由於成泳會辦的活動很多，例如全天戶外水域活動有七項之多，實有減少的必要，而全國成泳比賽（游泳池）也因為經費的問題已由兩次改為一次。

陸、對成泳會的建議

一、使日月潭萬人泳渡國際化，並再度申請金氏世界紀錄

日月潭山明水秀，好山好水國際知名，而橫渡日月潭活動已有廿六年的經驗，配合觀光，政府與民間合作，增加文化與休閒活動，延長各項活動的天數，增加外國觀光客的人數，使他們住下來，增進經濟效益，也可以思考修改現在活動的模式，改為兩天或其他方案，使日月潭萬人泳渡國際化，一則增加經濟效益，二為促進中部觀光事業，因為它是全世界最大的水域活動，加上日月潭的美麗風光，一定可以吸引許多人來觀光或參加泳渡活動，也希望觀光局能主動促成此事，而在日月潭畔之國立暨南大學有非常完善的設備，是否可以利用日月潭泳渡之同時配合一些藝文活動或講座以吸引國內外人士？

另者，民國85年當時一萬多人參加泳渡，成泳會申請金氏世界紀錄獲准，可惜當年有一人不幸溺

斃而被取消，我們不妨再次申請，因為這是一項很大的榮譽。

二、協助培養青少年選手

以美國、日本為例，成泳會成員都已成家立業、事業有成，對游泳有興趣，借重他們的力量，成立游泳隊，並成立後援會，協助培養青年選手。在臺灣若各縣市先有一個游泳隊，試想21個縣市就多了21個游泳隊，有了多隊競爭，對游泳水準的提升，會有相當大的幫助。2008年北京奧運，我國選手最好成績為蝶泳200公尺第16名，因此，我們還要力爭上游。政府如何居間協調，讓中華泳協與中華成泳協會合作，值得努力。成泳界人士也要積極作為，為國育才，借重成泳實力，使它發揮更大功能。

三、積極協助推展水上安全教育

臺灣每年溺水事件雖有減少，但根據警政署統計，每年尚有數百人傷亡，成泳會會員每天游泳有很好的游泳基礎，鼓勵他們接受救生訓練，成為救生員之後，服務社會積陰德。事實上，學校團體及公開水域急需人力投入以維護水上安全，當然，目前已有少數成泳單位投入，未來我們更樂見更多人參與。

四、成泳會應積極爭取活動承辦

近年政府推展的「泳起來」專案中，許多較大型的活動，成泳會應積極爭取，目前只接一個「家庭學習日專案」活動，實在太少，因為成泳有212個分會，各種活動都有能力承辦。

五、水中走路運動效果一樣好

筆者曾應邀赴日考察，發現日本的游泳池都會保留一、二水道讓不會游泳的中老年人作「水中走路」的運動，因為水中的阻力是空氣的十幾倍，而



▲富源國小將2間教室改建為游泳池。(圖／中華成泳會提供)

水中運動又最少運動傷害，因此，對行動不便或不會游泳者，及不便做陸上運動者，鼓勵他做「水中走路」運動效果一樣好。

六、「教室變游泳池」，增加成泳場地

要增加游泳人口，必須增建游泳池，而普及游泳池最可行方案為一「教室變游泳池」，以增加成泳場地。

臺灣目前游泳池大部分集中在人口密集的大都市，而偏僻的鄉間或小鎮很少有游泳池，全臺有369個鄉鎮，有泳池者極少數。而少子化後，中小學生減少，空下許多閒置教室，這些教室若能改建成泳池，作為學校教學或供社區居民使用一舉兩得。可惜在教育部「泳起來專案」中漏提這項規劃，這項規劃利用兩間教室打通，再加強週邊設施即可，兩間教室改建泳池另加淋浴及加溫設備約450萬，它的經費只要一般泳池4500萬的十分之一即可，目前花蓮有富源國小（如上圖）、豐濱國小、長橋國小，桃園亦有一所學校有此設施。「教室變泳池」（註四）若能普及，對全民游泳的推展有很大助益，而使用者付費，如此對學校經營管理也很有幫助，然而這要靠當地家長、學校、民意代表共同向有關單位申請。

七、公開水域活動多，是否酌以減少

今年行事曆上海上長泳活動有綠島、蘭陽、恆春、基隆外木山、金門、金廈海域等六項，淡水水域有日月潭萬人泳渡與石門水庫泳渡兩項，共有八項長泳活動，而海上長泳有六項實在太多，是否可

隔年輪流舉辦，或選擇較有規模、較具成效者擇優而辦，以節省人力、物力及經費。

八、獎勵長泳運動辦法、至勸嘉許

成泳會為鼓勵會員每天游泳以促進健康，列有兩項很好的辦法，第一項為獎勵一年內遊365公里、500公里、1000公里者，頒發獎盃一座以茲鼓勵；第二項獎勵公開水域長泳活動，一年內參加超過5項者，頒發超人盃獎勵他的成就。

柒、結語

仁者樂山、智者樂水，臺灣四面環海，島內湖潭亦多，因此水上活動盛行，早泳者每天大家坦誠相見，以泳會友，泳後茶餘交換工作及生活經驗，乃人生一大樂事。

游泳是最好的全身運動，老少咸宜，除了學校游泳教學之外，全國成泳協會分佈各地，共有212個晨泳會，共有會員2萬人，成泳會組織健全，會員熱情，同時舉辦很多活動，為此，早泳會會員希望號召更多的人加入晨泳行列，共同享受運動的樂趣，增加生活情趣，創造美好人生。（作者為國立臺灣師範大學退休教授）

參*考*文*獻

※註一：體委會頒佈發證單位——體委會公文。

※註二：泳渡日月潭參加人數統計——埔里早泳會提供。

※註三：金廈海域泳渡——中華民國游泳協會2011年年度行事曆。

※註四：「教室變泳池」——花蓮縣富源國小提供。