

數位媒體是造成兒童缺乏運動的因素嗎？

駐德國代表處教育組

那些追求高度、時速、遠距離的競技運動比賽都已經過時了嗎？在德國艾森市 (Essen) 工業巨擘 Alfred Krupp 的歷史山丘別墅上聚集了學者、運動員和政府官員，以共同針對德國兒童與青少年的運動表現進行討論。

Christoph Breuer 為這項有關兒童運動研究的負責人，他在席間證實：「體能重要性的觀點正在逐漸喪失中。」德國奧林匹克運動委員會 (Der Deutsche Olympische Sportbund) 主席 Alfons Hörmann 先生同意 Breuer 先生的論述，且嚴肅地對此現狀表示批評，因為德國目前僅剩三分之一的競技體育活動協會仍在運作，Hörmann 主席表示：「在運動比賽中僅能有一個優勝者，這實在是太殘忍了。」

因此他提議在體育運動上必須及早針對那些有天份的年輕運動員籌措整體方案，以促成他們日後能在國際賽事上展露頭角。基本上所有參與這次討論的成員都一致同意應該建立一個整體性方案，而此方案也表述了與會專家們對運動一詞之定義的理解。體育社會學家 Breuer 先生隨後並強調：「如果現在僅以充氣玩具城堡來取代全國學生運動競賽，那麼將遠不能如同競技體育概念般地令學生們獲得人格發展。」

會中讓人意識到：大家討論的重點主要著重於體育成績，對於運動本身則較少著墨。同時由 Krupp 基金會資助完成的一份 430 頁調查報告中則警覺到：80% 的德國青少年的運動量少於聯合國衛生組織 (WHO) 的建議量，而其中又以女孩尤為嚴重。此現象不禁令人擔憂，目前德國的兒童與青少年運動量仍在持續下降中。

根據上述調查報告的結果顯示，造成兒童與青少年運動量不足的原因非常多元。德國 Schalke 04 公司的電子競技俱樂部的部門經理 Tim Reichert 先生也參加了此次的討論，他表示：「數位化媒體暨遊戲的普遍增長為此帶來了問題」。

Reichert 先生在日前曾大膽地提出：「數位媒體對於傳統運動模式甚至能夠帶來助益。」例如青少年能夠從數位遊戲中獲得動力，進而

願意實際加入足球隊。此外最優秀的電子競技運動員其實都擁有非常好的身材及體能，而成為其他電子競技運動員的榜樣。這聽起來十分不可思議，但眾與會者必須局部同意這位財力雄厚的電子競技運動界代表之觀點，因為到目前為止幾乎尚未聽過有關數位媒體發展和運動量關係的研究資料。

運動的缺乏可能源自截然不同的原因。報告中亦顯示，過去幾年中兒童與青少年運動的費用，在一些方面有明顯的上漲，例如游泳池與網球場入場費的調漲。

另一個較為麻煩的點則常導致許多父母令自己的孩子遠離組織性的體育活動。上述調查指出：「很大一部分的孩童與青少年在進行運動時，會遭遇到情緒、身體或性暴力上的經驗。」據說針對此點已設有預防策略，然而並非每個運動協會都能一切妥善執行。報告中表示，暴力的形式很可能特別常發生於競技型運動種類的協會當中。

撰稿人/譯稿人：德國柏林每日鏡報（Tagespiegel）

資料來源：<https://www.tagesspiegel.de/sport/sind-die-digitalen-medien-schuld-alarmierender-bewegungsmangel-bei-kindern-in-deutschland/26578864.html>