

淺談學校體育相關活動發展規劃與推廣-以國立屏東大學為例

紀恩成¹/陳惠城²/林岢融³/尚憶薇⁴

國立屏東大學¹

國立屏東大學²

正修科技大學³

國立東華大學⁴

摘要

甫剛結束的臺北 2017 是界大學運動會臺灣代表團在本次賽會總共獲得了 26 金 34 銀 30 銅史無前例、超越巔峰的優異成績(屏東大學學生更在滑輪溜冰項目囊括 2 金 7 銀之佳績)。由此說明在世界大型體育競賽活動臺灣的體育發展已不在是曇花一現，綠葉陪襯的角色。然而有如此優異的成績，仍須歸功於政府行政端的體育政策及學校體育發展執行端體育人才培育的結果。我們可藉此探討學校體育相關活動發展規劃與推廣，讓臺灣的體育持續的發光發熱，更臻蓬勃發展。筆者其對本研究內容除上有前言下有結語外，餘五大核心理念分述如下：一、校園體育環境設施現況介紹。二、闢建學校運動設施，改善運動環境。三、活化整體結構，提升層次效能。四、培育績優選手，提升競技運動水準。五、落實校園運動，廣增運動人口。並提出實務上的心得與淺見，盼能對學校體育活動發展及推廣能有所幫助。

關鍵詞：校園體育活動、運動設施、體育人才培育

通訊作者：紀恩成(國立東華大學 教育與潛能開發學系教育博士班-體育組)

E-mail: g731007@mail.nptu.edu.tw

壹、前言

體育產業的根本在於面向需求化發展。人們對健康的需求是終身受益的，健康將是未來體育產業的發展方向，除此之外，尚需大家一起努力。期盼挹注體育經費外，並利用現有行政及學術資源，來活絡學校體育、增進學生活力、普及化運動、建置運動傷害防護體系、落實原住民族學生體育等目標，期透過深具教育意義廣植運動人口，發掘培育優秀運動人才，使體育教育於學校生根萌芽，成長茁壯。

國家體育發展始終以保障全民的「運動權」為出發點，落實「處處皆可運動」、「人人喜愛運動」之目標努力，並以每年的9月9日訂定為99體育節。除此之外，除提升學校教職員工生及民眾健康體適能，亦提高學校周遭生活品質，進而打造成為洋溢青春、充滿活力的體育城。在達成「處處皆可運動」之目標方面，規劃全面闢建公共運動設施，有效結合生涯學習、學校校園、社區交流、藝文活動，戮力改善休閒運動環境，建構便利的日常生活所需的體育園區。

目前學校體育方針以健康體適能、游泳能力及其他運動技能作為參與運動人口及校務體育評鑑之取向指標，惟發展空間尚大，持續加強整合運動資源，規劃活動推廣策略，提高校內外的教職員工生與民眾運動參與率等，在在皆屬當務之急。更期盼在現有的基礎上，發展特有競技運動及休閒觀光產業，進而建置績優選手培訓制度，加速提升運動競技能力，期在城市校園體育交流或國際運動賽會中，爭取國家最高榮譽。

貳、校園體育環境設施現況敘述

一、規劃闢建大型運動場館

- (一) 國內各縣市學校始終未有正式大型集會及國際標準運動場館，未來建議可闢建較具有特色大型室內運動場館，可舉辦國內外大型運動賽會，延續2017臺北市大運之精神，走向國際化、全球化，創造雙贏。
- (二) 學校規劃闢建體育運動園區，發展休閒運動觀光產業，促進休閒運動之活絡發展。

二、充實公共運動設施

- (一) 於校區閒置空地規劃設置簡易型運動場地，增加活動綠地空間。
- (二) 除現有運動場所外，另規劃各項運動設施，提供休閒健康體育活動場地，結合民間力量續建各區運動中心於各校區闢(修)建運動設施，並強化運動軟體設施，例如重量訓練室，和桌球室等設備。提供校內外師生民眾便捷休閒活動場所，敦親睦鄰及拓展學校與社區化公共關係。

三、改善校園運動設施

- (一) 擴增校園夜間球場照明設施改善及增(改)建溫水游泳池計劃，以改善校園

運動設施，提高服務效益。

- (二) 增(修)訂學校校園運動設施開放管理辦法，並落實使用者付費，以增進服務管理品質。。
- (三) 合理調整校園運動設施維護管理經費，提高校園開放效率。
- (四) 建立校園運動設施開放管理制度，協助維護管理校園運動設施安全。

參、闢建學校運動設施，改善運動環境

一、學校教職員工休閒運動課程規劃

有健康的身心，才能提升工作效能。基於提升學校教職員工的體適能，提供教職員工不同的體育活動交流管道，可充分利用教職員工下班時間開設「有氧舞蹈、彼拉提斯、瑜珈、羽球及游泳」等休閒體適能課程，對教職員工的體能與身心狀況，具有實質平衡協調的功能。

二、強化運動軟硬體相關設施

為有效強化體育課程的教學效益、提升學校運動代表隊的訓練品質、以及提供校內外人員良好的休閒運動環境，除了增(修)建新的體育與休閒相關設施之外，也針對既有之運動休閒設施進行修繕與維護，如室外籃、排及網球場地、桌球教室、舞蹈教室及活動中心等。同時，也可結合校內體育系教師與校外特聘兼任運動教練的專長與經驗，針對體育教學品質與運動代表隊訓練效益設計相關課程計畫。

三、提升體育教師教學品質，並修正教學課程

體育及運動休閒相關教學師資與專長也因合併而更趨於多元與完整。提升教學品質，避免開設非專長項目的課程。對於學生的體育教學以及教職員工的體能提升也更完善。

四、規劃闢建全人運動園區

學校環境維護得宜，優美而友善，一向為校內外人士所常駐足流連的重要場所，除了專業運動場所之外，如在不影響學校行政與課程運作的場地規劃闢建具有休閒特色之休閒運動園區及相關器材，增加區域居民不同於以往的活動場所，既可提升區域居民之休閒運動生活品質，也可藉此促進學校與區域居民之友善關係。

五、加強體育性社團的角色

學校除了發展全人教育外，也應成立體育性社團。體育性社團除了運動性質活動之外，也常於寒暑假進行服務性活動。如提供相關經費充實其活動內容，既可支援校內相關體育性活動，也可結合社團校外服務，達到推廣與招生的效果。

六、結合民間力量推廣多元課程

結合民間各體育或休閒相關團體，如元極舞、太極拳及武術等民俗運動團

體，於校內適當區域及適當時間，提供相關活動場所，同時也可與其結合開辦相關休閒運動課程。

七、改善運動軟硬體相關設施

- (一) 結合校內體育教師與校外特聘運動教練的專長與經驗，隨時針對體育教學與運動代表隊訓練之相關課程與計畫進行審視、評估與修訂。
- (二) 訂定校園各運動場館相關設施改善及維護計畫，以改善校園運動設施，提高使用效益。
- (三) 增(修)訂校園運動設施開放管理辦法與制度，落實校園開放市民使用服務，協助維護管理校園運動設施安全。
- (四) 合理調整校園運動設施維護管理經費，可兼顧使用品質與效益，並可增加學校校務基金之經費。

肆、活化校園整體結構，提升體育運動層次效能

一、全方位推動體育課程

積極辦理體育課程修訂、推動體適能檢測、提供運動諮詢、規劃重量訓練計畫表，提升學校教職員工及學生從事體育相關活動之意願。

二、提升學生健康體適能及游泳技能

鼓勵學校機關單位設立游泳門檻，並提供學生免費學習游泳時數，除了提升學生游泳能力之外，也活化本校新建游泳場館之使用效率。

三、辦理各項體育活動競賽

每年辦理多項不同種類性質之校際或班際體育競賽，鼓勵校內同學積極組隊報名參與，提倡體育風氣，促進體育交流。

四、強化學校體育班或運動代表隊訓練的質與量

隨著政府重視國家體育發展，特委請教育部、各縣市教育處及相關單位協助申請設立體育班，因此運動代表隊的成績當然成為每年招生之重要指標。為提升運動代表隊之競賽成績，除了對於績效的選手訂定相關獎勵措施從優獎勵之外，也結合校內體育學系教師學術專長與校外專業運動教練實務績效，針對各運動代表隊的訓練內容隨時提出觀察、評估與修正。

五、研訂「學校體育發展方案」

為推動學校體育發展，擬研訂「學校體育發展方案」，自體育教學、體育社團、體育活動與體育競賽等四方面，具體落實推動，期各項體育業務運作正常化發展，也希望每位學生每天在校運動一小時，以促進身心健康，同時也能夠參加一種運動社團，學習一項運動技能，以利終生運動習慣之養成。

六、活化校內各類運動團體

建立人人參加運動社團或系、院、校運動代表隊的機制，並擴大實施班際及校際運動交流，除了引導參與運動的興趣，也可利用社團的例行服務性活動將體育活動推廣至國、中小各級單位或民間社區團體，藉此達到行銷本校的效益。

七、鼓勵跨領域交流或異業結盟

隨著世界潮流脈動，體育相關活動跨領域結合發展已經成為不可避免的趨勢，因此，校內各體育休閒相關措施的訂定以及相關活動的舉辦，除了校內體育學系的教師與校外專業教練之外，亦應邀請校內外人文社會或基礎科學之專家學者共同參與，除了集思廣益的效應之外，也可以激盪出不同與以往的想法。例如在社會結構漸趨高齡化的現象之下，可結合成人教育、高齡教育、醫學與機械力學相關學者專家發展銀髮族樂齡運動產業。也例如可以結合在地客家或原住民文化發展具有在地特色的專屬體育活動。

八、加強體育考評制度

落實學校體育教學與訓練觀摩制度，提升體育教學與訓練品質。除聘任體育學術科專業師資，輔導體育學系專案教師為專任教師外，並規劃定期辦理體育師資進修、體育行政研習、教練與訓練證照考取，增進教學能力及健全體育發展基礎。加強實施學校體育考評制度，提升體育休閒相關活動之特色與績效。

伍、培育績優選手，提升競技運動水準

基於我國體育發展的長遠考量，除推展全民運動，擴增規律運動人口，營造全民運動風氣，作為優秀競技人才的市場來源外，選擇適合國人發展之運動種類，並藉由選才機制的執行，配合政府重點運動政策，發展本校特色運動亮點，並長期有計畫發掘與培育優秀運動人才及加強推動永續發展的培訓體系，落實訓練計畫，提昇本校及國家競技運動實力，以達運動績優選手的擴增及競技水準的提升，為國爭光。

重點運動及基礎運動種類為中心，進行有系統的、有效的發掘與培養專業選手；落實訓練經費之運用，並設置及擴充訓練設施，以提高選手之競技實力；強化運動教練的素質，以有效執行選手之培訓任務；建立各種賽會經營管理體制及改善運動設施的品質。

為培養學生兼具道德、智慧、體能、群性、美感的多元目標與內涵。相較之下，「體育」活動在五育均衡發展中顯得是不可或缺的。平時在校園中，不難看見校內教職員工生在校園中運動的盛況，在各個體育場館上更看見為自己夢想奮鬥的學生。在此，為體恤及感謝全校老師及學生平時的堅持與付出，期盼准予挹注相關經費，齊力同心發展出學校體育特色，假以時日亦成為南區大專校院中重點體育發展的領頭羊。因此，筆者亦提出實質作法及目標遠景如下：

一、整合鄰近區域高中、國中及國小資源共同發展重點運動

成立運動競技學位學程(組)及重點發展整合屏東縣在地運動項目，培育本縣國小、國中、高中職優秀運動人才，秉持縣府推動體育人口一貫化培育體制政策，升學的連貫將有助於降低優秀運動員對升學之困境，在訓練期程的規劃也將從國小、國中、高中及大學作整體培訓，不僅可以有效掌握優秀學生運動員的訓練績效，也可以有計畫的分階段從生理、心理、課業輔導、學業成績及運動科學等不同面向來幫助選手。

二、成立基層運動訓練站，永續經費在地體育文化

- (一) 依據屏東大學重點運動之項目配合各單項運動委員會成立基層運動訓練站，培育優秀運動選手。
- (二) 修訂本校培育優秀運動人才獎勵實施要點，以鼓勵優秀運動人才之培育。

三、重視課輔學業

學校運動員的養成在過去常有課業進度落後或學習狀況不佳的情形發生，但學業成績的落後也連帶限制選手在追求運動表現突破的認知，未來政府也將逐步輔導各培訓體系，強化課業輔導，重視學校運動員學習各課程的基本能力。

四、培育國際體育事務人才，推展國際體育交流

- (一) 每年出訪及邀訪一個以上國際城市，以平等互惠方式進行城市體育交流。
- (二) 選定競技運動、全民運動、學校體育、運動設施規劃與營運等單一或多元方式進行城市體育交流。

五、成立縣(市)運動訓練中心

- (一) 規劃屏東大學三校區(民生、林森及屏商)擇一成立縣民運動訓練中心，改善優秀運動人才的培訓環境，提升競技運動水準。
- (二) 選定重點發展運動項目學校及結合單項運動團體，結合成立各區基層訓練站，發掘培育具潛力之運動人才。

六、規劃競技運動發展機制

- (一) 成立競技運動發展審議會，整合學校資源運用，研訂本市重點發展運動項目，暢通本市國小、國中、高中、體育學院之培育運動人才管道。
- (二) 各校普遍成立運動社團，兼容優秀運動人才培育。

七、挹注體育相關經費

近幾年受學校重視及支持，每年皆編列充足之體育經費培育更多體育人才，且活絡校園體育活動，得更臻蓬勃發展，並相信本校特色運動代表隊在優良的訓練環境及學校全力支持協助下，亦讓本校成為全國大專院校中體育頂尖的傳統名校。

陸、落實全民運動，廣增運動人口

一、擴大學年度辦理全校性體育活動，增進師生參與機會

目前屏東大學每學年度除辦理全校性運動會、舞蹈暨啦啦隊比賽、水上運動會三大活動外另有球類競賽(學院對抗賽、新生盃、系際盃等)，以提升學生參與運動風氣。

二、辦理全縣性、全國性或國際性賽會，加強體育交流，提升全民運動風氣

未來可結合民間團體社會資源，舉辦全國性體育活動，鼓勵推動全國大專校院各校校際體育交流，並增進情誼(例如全國大專運動會等其他運動項目全國性競賽)；爭取主辦國際性體育活動，推動學校外交，並提升運動水準(例如：亞洲或世界級各運動項目盃賽)。

三、增加運動人口

- (一) 於各校區公共運動設施規劃辦理運動教室、健康系列活動、協助師生獲取正確運動知識及技能。
- (二) 加強公共運動設施營運與管理，協助輔導各機關單位，增加運動參與人口。
- (三) 規劃使用公共運動設施優惠辦法，鼓勵師生及民眾有組織有系統且規律的參與運動。

四、成立各種運動團隊

寬列經費協助各區輔導成立各項運動團隊，促進體育團體發展，結合全校學生輔導成立各相關運動性社團。

五、培養運動志願服務志工制度

- (一) 結合民間體育運動團體，培育體育專業指導人員，除在學校協助外，亦投入服務社區運動工作。
- (二) 培養體育學系或其他科系成為休閒運動指導人員，輔導民眾參與體育健身運動。
- (三) 建立體育志工制度，輔導組織發展，協助推展全民運動。

六、體育學術行政組織再造

- (一) 整體本校規劃發展體育室(業)務，提升學術研究及行政服務效能。
- (二) 結合本校體育學系或電腦資訊相關學系，成立體育資訊中心，提供市民便捷取得參與體育活動訊息服務管道。
- (三) 訂定本校體育發展相關法規，續推動體育業務健全發展。

柒、結論

「體力就是國力」；沒有體育的教育即是殘缺的教育；首要目標要將學校體育融入校園打造成為國際化全球化的學校體育城，以「運動生活化」為方向，「勉強

成習慣，習慣成自然」。形成一個優質的生活文化，人人運動、時時運動、處處運動，實現「生活化運動社會」之願景，提升全民健康體能的目標。

為期許目標能提早實現，要讓更多人口參與運動，必須「工欲善其事，必先利其器」。首要之處，我們將從改善日常生活休閒運動設施與優質的運動環境做起。廣增運動設施面積外，增加體育課程必修年限，進而針對學生的多樣化運動需求，規劃一系列的健康活動課程來豐富全校師生或更拓展校外人士的運動生活內容。讓大家有系統且規律的參與運動。為確保學校體育政策能有效達成，將規劃進行體育學術及行政組織再造，期以提升體育學術行政效能，整合政府及民間的資源，共同為全體教職員工生提供更好的服務。並結合體育學系運動科學研究及體育資訊處理能力，提升健康體能及競技運動能力做最好的背後強力支援。

然而，我們目的是要讓校園體育風氣活絡起來，不僅在教育部校務體育評鑑中獲得優等外，亦讓校內老師同仁、學生甚至校外民眾更快樂、健康，讓體育在校園更有更具旺盛競爭力，以展現一個現代化國際城市應有的蓬勃朝氣及無窮的發展潛力，體育相關活動隨著時勢潮流脈動，已經不是只有侷限於單純的肢體或動態活動，必須藉由跨領域的互動來活化整體執行結構，才能體育活動提升到不一樣的層次。

參考文獻

教育部(2013)。體育運動政策白皮書。

許義雄(2000)。中華民國體育白皮書。

臺北市政府(2002)。臺北市體育白皮書。