

# 話對動互群族大三化強

鍵關能體民國動推 群踐實與群政行、群究研合統：松金邱

邱金松：在這世紀末，中華民國體育發展史上，五月十九日至二十一日即將展開的全國體育會議前，這次的座談會等於揭開了序幕，首先個人針對「開創國民體能」這個題目進行解讀，它既非舊瓶舊酒，也不是新瓶新酒，更不是新瓶舊酒，而是舊瓶新酒才對，其實談到體能是早就在做的事，在這世紀末，由中央日報舉辦這樣的座談會，以開創國民體能新紀元為題目，是相當具有意義的。

我認為如何展開國民體能運動是重要前提，但國民要如何界定，對象究竟為何？從零歲到一百歲，從出生到老死，包括所有的人都應該在範疇內，我將運動員暫時撇開，以一般老百姓為主要對象，新的世紀來解讀「體能」新的意義，尤其對體能的認知，剛剛劉老師表示體能與體力是不一樣的東西，在此我想把它做廣義的界定，不管體力、體能、體適能、健康體能等名詞，應該都屬於同一概念，其中體力是日本人的用語，常常有人說，體力加智力等於國家競爭力，李總統及蕭院長都曾表示過。除此之外，日本人還留下很多用語，諸如學校體育、社會體育等，現今臺灣還留存著，後來體力才慢慢變成體能，最近學界則用體適能，而醫療人員、衛生署則用健康體能，這四種用語雖各有不同解讀，但應界定在廣義的解釋中，一般老百姓則透過體能的活動，把生活品質、健康及幸福結合在一起，換言之就是讓人活在最佳狀況下，體能可以預防疾病，甚至有行動的能力。

在民國七十一年國民體育法內就有制定體能相關規定，去年十二月又有新修的體育法，在十三條內，為了解國民體格，以體能加強訓練，應鼓勵國民實施體能檢測，其檢測標準與設施，由行政院體育委員會訂之，所以真正的立法，它這十三條內，「體能」已經用在這裡面了，所以體能、體適能及健康體能已混雜在一起，而在法令已經有規定，基本上民國七十一年以後，應該定期實施健康檢測，督促政府應該這樣做，但八十七年的新法令，卻變成鼓勵民衆自己做，當然這與運動權有很大的關係，這些都是我對體能的看法，也是我認為政府應把體能列入相關法令，非常重要的事情。

同樣的角度，趁體委會全民運動處長呂光烈在場，我來談談體委會的架構，體委會包括五個處，第一、綜合計畫處：掌管制度建立、法令規章修訂、制定及各處之間的整合等工作。第二、運動設施處：國內目前很嚴肅的問題，重要課題如何把現有國內設施整建、重建，資源利用及經營管理，這是該處應扮演的角色。第三、國際體育處：國際體育交流，尤其兩岸體育之間的交流，增進兩國外交關係。第四、競技運動處：高水準的競技運動。第五、全民運動處：有兩大指標，包括運動人口提升及國民體能的促進。換句話說，國家體育的兩大主流，一個是競技、另一個是全民運動，也就是國民體能，所以政策上應朝這個目標走。

相同的，學校體育也有五流，第一、運動規範。第二、運動知能。第三、運動技能。第四、運動樂趣化教學。第五、體適能。但兩大主流是樂趣化教學及體適能，讓學生有終身學習的運動，並能透過運動強化體能，增進生活品質、身體健康。因此不論國家政策、學校、社會方面等，國民體能都應成為體育界的顯學，並是國家發展發展的重要政策指標，現在可以把握體能分為三大族群，第一、研究群：中就是學校的研究，在此大家的觀念一致。第二、行政群或決策者：行政院體委會、各縣市政府的體健課等，這些體育組織是否了解多少很重要。第三、實踐群：一般老百姓。這三者之間的互動、對話、溝通是推動國民體能的重要關鍵，唯有如此，才不會造成決策者用宰制的方式實施政策，實踐者不了解政策的重要性。

蔣震：邱校長非常有系統的談話，讓我們上了一課，但可歸結兩點，第一、運動風氣的倡導，第二、運動設施、設備的普及，這兩者是相互影響的，有運動風氣自然會推動運動設施的普及。據劉老師的說法，目前運動風氣正在萎縮中，現代人似是而非的觀念也有待改變。國內超重的小學生不斷增加，問題出在吃垃圾食物，在這種情況下，開創國民體能新紀元就格外顯得有意義，第一階段各說各話，下一階段交叉對話開始。