

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 體育 來源 體育運動 日期 96.11.18 版面 九版

一九九九年起德國政府爲了要加強東部的運動人口及提升競技運動實力，宣布從一九九九年至二〇〇三年實施「東部黃金計畫」，並且在去年六月召開的學校體育高峰會議上提出了一個新的觀念，即人類與生具有一項權利，就是「身心健康發展權」。

德國政府爲了成功實行「東部黃金計畫」，編列了五千兩百萬歐元，到今年一月，這項計畫已進行了約兩百五十項措施，另有一百項措施正在規劃中，這些計畫主要在推動基層運動，針對的目標是主要體育場及體育館的建設，包括重建、擴建及修建。

愛體育愛運動 創建新型學校

今年一月三十日德國政府宣布，德國東部各州還將得到「東部黃金計畫」兩千兩百萬歐元的經費，今年的預算也從原本的七百七十萬歐元增加到一千四百九十萬歐元，比原來的預算增加一倍，且二〇〇三年還編列有七百二十萬歐元的預算。也因為德國政府的東部倍增增運動人口計畫有完整的規劃，並循序漸進地展開，他們預計在二〇〇四年雅典奧運就能看到初期的效果。

除了「東部黃金計畫」外，德國去年六月二十七日至斯圖加特召開的學校體育高峰會議上，德國教育部與體育部共同宣布創建「愛體育愛運動的新型學校」。德國創建愛體育愛運動新型學校的主旨，是在現行的三小時體育課之外，爲了突出學校體育及青少年每天運動的重要性，讓學生時時不忘運動、遊戲及體育鍛鍊，要結合學校管理單位、老師等的所有力量，全力做好這件事。

德國體協會會長彭·里希特芬表示：「我們期待與教育部更加緊密合作，這也是多年來我們感到欠缺的。」體育是德國學校中的必修課程，但過去教育部與德國體協並沒有太多的結合資源，來讓體育運動的發展達到更全面的理想，所以里希特芬希望教育部能對各州的體育重點學校及運動學校的設立給予充份的支持。他認爲要擴大及加強與學校體育結合成夥伴關係，如在各州內加強學校體育攻勢和策略聯盟，其目的是在學生對休閒與運動的認知產生改變的背景，支持強化與擴展學校體育的措施與計畫。

提供運動場所 政府責無旁貸

德國教育部部長亞內塔·沙凡表示，學校體育爲使青少年得到全面發展做出了很大的貢獻，這也是任何一項校外活動所無法取代的，但愈來愈清楚的是，學校體育以其自身的能力，還是無法改變整個社會缺乏運動這個事實，在新世紀所演變出人類的生存條件的趨勢下，學校與體協充份合作，透過遊戲、運動及競技體育，提升人類健康的身心。

德國在去年的這項會議，提出了一個新的人民與生俱來的權利，就是「身心健康發展權」。

人類既然擁有這項與生俱來的權利，政府就必須充份提供民衆運動休閒的場所及設施，德國政府所實施的「東部黃金計畫」目的也在此；德國薩克森州體協也在去年決定追加四十五萬歐元，用在支持運動員的培訓、學校體育、幼兒運動，並與運動俱樂部結合，希望到二〇〇五年州內的運動俱樂部中的少年兒童達到十八萬人。

德國的運動俱樂部，並不是一般單純的健身房或時下流行的S.P.A.，而是各種運動項目的俱樂部，這些俱樂部都組織有運動團隊，會跟其他的俱樂部進行對抗賽或以州爲一個聯盟進行定期的賽會；其中足球俱樂部最爲盛行，很多青少年都以加入職業足球俱樂部的青年隊爲目標，這個青年隊的組織也是俱樂部的一個型態。在各式各類的運動俱樂部，德國政府希望在新世紀都能再發揮更大的功能，吸引更多的青少年投入各項運動之中。

運動俱樂部 吸引青少年投入

德國高校發展中心從去年起就與德國高校體協合作，研究被視爲弱項的高校體育，調查高校及大學體育課的廣度及質量。今年這個發展中心就針對二〇七所高校體協管轄的對象，其中進行調查及評估的七十一所大學，在他們針對兩萬九千九百二十九名綜合性大學學生所做的調查報告中指出，這些綜合性大學的學生對於學校體育給予很高的評價，有五十六所被學生評爲「優」、十三所評爲「良」，另有兩所爲「中」；其中KONSTANZ大學、KIEL大學、BRAUNSCHWEIG工業大學、BAYREUTH大學的得分最高。

但調查的一三六所專科學校就顯得參差不齊，有二十所院校被評爲「及格」及「不及格」，一些規模較小的專科學校因本身條件的關係，校內的體育設施有限，課程也因此受限而缺乏多樣性。

養成運動習慣 減少醫療支出

德國是一個體育先進國家，在邁入二十一世紀後，還是認爲自己的基層運動及運動人口不足，在民衆的習慣中，運動好像愈來愈不重要，如果再不加強民衆每天運動的觀念及習慣，政府將會面臨更大的醫療財政支出。也爲了調整這一個不佳的走勢，才會由體協及教育部重新從基層體育做起，讓青少年培養出喜歡運動的習慣及觀念，讓下一代都會每天主動去運動，強化自己身體的健康體質，才能達到讓整個國家更健康的目標。

也因爲如此，德國各州聯邦也都鼓勵學校加強競技能力，只要在各州或全國的競技賽會上拿出好成績，就能獲得更好的經費補助，而且在運動設施的

建設方面，也都擁有優先權。

且爲了掌握確實的數據，德國政府去年進行了一項問卷調查，針對十六歲到六十九歲的年齡層所做的調查，去年有六十九%的人沒有進行運動休閒，如滑雪或徒步行走。

徒步有益身心 可提高免疫力

但調查中顯示大學生的興趣有在改變，以前德國喜歡徒步行走的民衆，平均年齡爲四十五歲，以前騎自行車與游泳是大學生最喜歡的兩項運動，佔八十%強，但去年二十到三十歲之間的大學生，愛上徒步行走的比率從過去的四十五%提升到七十五%，慢跑與滑雪則排在徒步行走之後，佔五十五%。

以前有一批人專門偏好徒步行走，但現在已不少人喜歡把各項運動結合起來，成爲一種新興的運動休閒活動。享受大自然是德國人喜歡徒步行走的一個很重要理由，但更重要的是根據醫學的研究報告，徒步行走對人體提高免疫力系統及新陳代謝、血液循環都有很大的助益，在爬一次中等高度的山所消耗的身體能量，甚至比在平地跑步所消耗的能量更高，因此徒步行走是一種相當廉價的預防疾病方法。

在德國體協的倡導下，現在每年十月的第三個週末定爲徒步行走日，德國體協負責大眾體育部門的鮑曼指出，徒步行走還沒有被視爲是一項過時的運動，但他們必須再深入研究，對徒步行走要有新的認識。

提升競技體育 盼回世界第三

從幼兒、青少年、成年人到老年人的運動到競技體育，德國政府近幾年來投入大筆經費及心思，希望能建立出一套更有效及合理化的推動模式，期使德國在競技體育圈內不但更具競爭力，也讓更多的青少年及老年人培養出喜歡運動的習慣，畢竟，這也是厚植國力的另一種方式。

德國在二〇〇二年雪梨奧運獲得十四面金牌、十七面銀牌、二十六面銅牌，排在美國（三十九面金牌）、俄羅斯（三十二面金牌）、大陸（二十八面金牌）、澳洲（十六面金牌）之後，名列世界第五。

雖然東西德在統一後，整個國家的運動風氣不但沒有明顯的增加，競技體育的競爭能力也沒有快速的提升，他們研究之後得到的結論是過去東德時期的禁藥疑雲，沒有再出現在德國體壇之後，才會使德國代表團在奧運會上失去原本預估的競爭力，但如果拋開競技體育，德國的運動人口還是比不上啤酒人口，如何找回德國人的自尊及健康？

從一九九九年起展開的「東部黃金計畫」，就是希望能用最有效的方法達到最高的效率，希望在二〇〇四年雅典奧運提升威震大陸的能力，從大陸手中奪回世界第三的名望，並且讓德國人在每天運動中重回健康的生活。

