

從參加國際適應身體活動研討會看各國動向

陳在頤

壹、前言

國際適應身體活動研討會係由國際適應身體活動聯合會主辦，每兩年分別在世界各地舉行。去年係由美國承辦，筆者應邀參加，並發表“肢體殘障學生體育教材教法”論文。研討會係於1991年11月17日至21日在美國佛羅里達州邁亞米海灘的愛敦路斯（Eolen Roc）旅館舉行。自第四屆在英國倫敦舉行開始本人每次均提出論文發表，親臨出席者三次，其中以1989年在西柏林舉行者參加人數最多，達八百餘人，深覺歷屆研討會均有其特色，然而來自世界各國的專家學者所發表的論著，則年有增加，覺察各國人民逐漸重視特殊體育運動的發展，本文除介紹本屆研討會的實況外，並將國際現勢詳述於後，或有助於我國開拓此領域之價值。

貳、第八屆國際適應身體活動研討會實況

壹 研討會的宗旨

本屆研討會的主題是“今日大家一起來，為明日的更好而努力”。此項研討會是國際適應身體活動聯合會功能之一。它成立於1973年於加拿大的魁伯克，自從那時起，便成為一國際性機構。除訂有會章外，並與其它類似國際組織合作，給予特殊需要的人士體育、休閒活動和運動的機會，使他們享受積極的生活方式。其目標在提供專業人士利用適應身體活動給予特殊需要的人士醫療矯正、休閒活動、運動競賽式教育訓練。由於該會致力於協助各地區相關的協會改進殘障者的生活方式，同時出版季刊為達成此目標而有所貢獻。此外，其主要工作是使兩年舉行一次的研討會不致中斷。研討會從1977年首次在加拿大魁伯克舉行第一屆起，迄今已舉行過八次。每次均集合了全球專家學者的研究成果，交換資訊期能造福殘障人士。第二屆在比利時布魯塞爾、第三屆在美國紐奧良、第四屆在英國倫敦、第五屆在加拿大多倫多、第六屆在澳大利亞、布里斯班、第七屆在德國西柏林舉行。而第九屆已決定於1993年在日本橫濱舉行。現正授權亞洲適應體育運動協會主席，名古屋大學日本籍教授矢部京之助博士積極籌備中。

貳 研討會的組織

研討會於舉行前一年成立兩個委員會進行籌備工作。

一、執行委員會 籌備有關研討會各項工作，成員包括：

主任委員：參議員鮑寶·格拉漢 (Bob Graham)

委員：邁阿密市長柴斐爾·蘇亞里斯 (Xarior Suarez)

邁阿密海灘市長亞力斯·達荷特 (Alex Daond)

密却洛波利坦：爹地郡郡長史蒂芬·克拉克 (Stepben Clark)

爹地郡公立學校總監奧他維俄·佛絲度 (Octavio、Visedo)

綜合體育活動俱樂部負責人大衛·林氏 (David Reams)

二、科學委員會 負責審查有關論文、壁報、影片等事宜。

主任委員：格林·第包博士 (Dr. Jean Claud De Potter)

委員：環境教育類及休閒活動類：蘇·格弗龍博士 (Sue Gavron)

醫學及運動醫學類：第維恩·莊臣博士 (Dewayne Johnson)

體育活動類：傑夫·麥寇彬博士 (Jeff McCubbin)

健康與適應能力類：詹·林默博士 (Jim Rimmer)

醫療矯正類：羅勃·格雷先生 (Robert、Gailey)

運動競賽類：大衛·比亞弗博士 (David Beaver)

創造藝術類：邦尼·波士威爾博士 (Bonnie Boswell)

水上活動類：蘇·格羅斯女士

模型計畫及活動類：占·勒却先生 (Jim Rich)

叁、研討會活動內容

一、會前專業活動

(一)參觀佛羅里達州Orlando特殊學校、迪斯奈世界及Tampa學校復健休閒中心

。十一月十二日出發，十七日返Aden Roc Hotel。

(二)全美第二十屆殘障人士體育活動會議於十月廿六至廿四日在加州Hyatt Reg

ency Hotel舉行，歡迎與會人士出席。

(三)青年會舉辦的殘障青少年適應能力活動於十一月十五及十六日在離邁阿米州

哩的Boca Raton, Y.M.C.A.舉行，包括殘障青少年的水上和陸上活動，

領導幹部講習等活動，與會者可自由前往參觀。

二、研討會活動

(一)論文發表

本屆研討會共收到全球50個國家寄來發表的論文400篇，經科學委員會審查結果，錄取其中239篇准予發表，論文種類包括：

- (1)休閒及環境教育
- (2)醫學及運動醫學
- (3)健康及個人適應能力
- (4)休體活動
- (5)醫療矯正及復健
- (6)競技運動
- (7)創造性藝術
- (8)水上活動
- (9)其他類含心理學、社會學、老人問題、歷史、師資訓練、生物力學等。

每篇論文發表及討論時間分為15分鐘至60分鐘，由作者事先決定，以利安排。

(二) 研習會

凡是活動性質的資料，內容包括體育、休閒、身體及職能治療以及運動指導教材可以研習方式進行，讓出席者參與學習活動。每場研習活動以一小時為限。

(三) 壁報展示

作者如願意將其論文、圖片、表格等製作成壁報陳列展示者以代替口頭報告，本屆參展者共有作品三十一件。

(四) 影片比賽

本屆參加影片比賽共有作品五十件。影片放映時間每片以五分鐘為限，若有必要，可於放映後與觀眾作短時間的討論。影片內容以如何訓練、指導、治療殘障者的過程，亦有介紹製作人在學校復健、休閒、運動機構指導殘障者的鏡頭或殘障者運動競賽的情況等。

(五) 旅遊參觀活動

本屆研習會共五天，其中一整天安排全體與會者作旅遊參觀活動。是日上午分成十四組參觀附近的有關教育、體育、運動、復健、藝術機構及場所。每人祇可選擇其中一組，茲將各場所及活動分述如下，下午則全體至Everglades國家公園觀光。

1. 森林空地環境教育中心 (Everglades Environmental Education Center)
在佛羅里達州南端有一森林中的空地，闢為露營區，並設有一環境教育中心，陳列有關如何保護野生動物及環境保護之資料。
2. 海上生活環境教育中心 (Marine Life-Environmental Education Center)
位於佛州南部，內部陳列有關該州南部海上環境保護之資料。
3. 公共遊戲場 內部有各式各樣遊戲器材及設備，可供正常及殘障兒童遊玩的地方。
4. 可搬運的游泳池 整個游泳池好像一個巨大的救生圈，半徑約有三公尺。高約一公尺，底部離地三十公分一層灌水 (具穩定作用)，上層七十公分充氣在整個巨大的救生圈內部盛以消毒過的水，因此水深亦有一公尺左右。池外有三部機器，一部是抽水機，連接自來水管，將自來水注入池中；另一為過濾器，池水經由此機可過濾池水，有消毒作用；第三部是熱水器，池水通過此熱水器可控制池水的溫度。筆者選擇參觀此一設備，經管理人員解說，茲簡介如下：

佛州Dacle郡共有十二個殘障復健中心，均附設在特殊學校內。其中若

千個復健中心地處偏僻，沒有游泳池可供殘障者作水療之需，因此特設計此一可搬運的游泳池，以便輪流運至此等地區之復健中心使用。據說全美祇此一個可搬動的游泳池。造價高達數十萬美元。搬運前將池水排洩後，復將巨型救生圈的空氣及水排掉，然後將沒有水和空氣的救生圈摺疊成僅有一公尺見方的大小，連同三部機器，搬上卡車即可運走。拆卸工作需數小時。

筆者所參觀的這所學校收容了百餘名中、重度殘障，小學及幼稚園程度的學生，附設復建中心有數名經訓練過的復健人員。全校共有十餘班，每班學生人數約十名左右，教師均受特殊教育訓練。每間教室四壁貼滿學生作品及掛圖。有圖書館及電腦室。據說學生多屬腦性麻痺及智能不足者。水療課程每年共七週，在七週中學生每日均有水療課。七週後此一游泳池即搬運至其他復健中心使用，全年共要搬運七次。

5. 藝術中心 內展出各種藝術品，亦可見到藝術課的授課情形。
6. 網球訓練 在公園內參觀教練訓練殘障青年及成人打網球的情形。
7. 醫療矯正活動 至邁亞米醫學中心參觀研究和實驗為某些脊柱損傷，導致肢體麻痺患者而設計的醫療器材和製作過程。
8. 老人體力訓練 住院老人利用重量訓練作體力訓練的情形。
9. 殘障者航海訓練 參觀經過特別設計的帆船可供坐輪椅的殘障者駕駛和充當水手的訓練，無論休閒和競賽均可適用。
10. 運動復修術 (Sport Prosthesis) 參觀利用電腦作復修術的設計和製作，以適應殘障者運動和其它方面的需要。
11. 潛水訓練 參觀殘障者潛水訓練。
12. 騎術訓練 示範利用騎馬作為殘障者治療的工具。
13. 脫險訓練 利用繩索或其它活動作脫險訓練，以建立自信和改進人際關係。
14. 休閒活動計畫 參觀各種活動計畫和設備的設計以增進殘障者的休閒活動技術。

(六) 社交及休閒活動——含開閉幕典禮

研討會除在開閉幕典禮舉行酒會外，並在會議中間日、壁報開始展出之同時亦舉行酒會，以資聯誼。開幕典禮儀式簡單隆重，除由研討會執行秘書長致詞外，連掛名主席的參議員Bob Graham亦未出席及講話，倒是介紹了兩位下肢殘障運動員，分別上台報告如何克服困難苦練田徑項目的經過。其中一人為截肢者，當場套上跟部有彈簧設計的義肢，在會場走道上表演衝刺。據說一百公尺可在十五秒內跑完。另外尚有來自德國慕尼黑大學運動俱樂部

附：第八屆國際適應體育活動研討會日程表

日期 時間	十一月十七日 星期日	十一月十八日 星期一	十一月十九日 星期二	十一月二十日 星期三	十一月二十一日 星期四
06:00 :45		早 餐	早 餐	早 餐	早 餐
07:00 :45					
08:00 :30		論文發表	論文發表		論文發表
09:00 :30		影片放映	影片放映		影片放映
10:00 :30		實物展覽	實物展覽	專業參觀	實物展覽
11:00 :30	註冊報到	午 餐	午 餐		活動研習
12:00 :30					全體大會
13:00 :30	論文發表		論文發表	午 餐	及 閉 幕
14:00 :30		論文發表	影片放映		午 餐 會
15:00 :30		活動研習	活動研習	國家公園	
16:00 :30	活動研習	影片放映	壁報展示	遊覽活動	
17:00 :30		實物展覽	會 期 中		
18:00 :30	影片放映		酒 會	晚 餐	
19:00 :30	開幕典禮 晚餐會 節目表演	晚 餐	晚 餐 會	會員代表	
20:00 :30		參 觀	參 觀	大 會	
21:00 :30			海 洋	參 觀	
22:00 :30	自由活動	海邊夜市	博 物 館	遊 樂 場	
23:00 :30	就 寢	就 寢	就 寢	就 寢	

組成的輪椅舞蹈團，在三次酒會現場表演各種舞蹈，包括創造性的現代舞、拉丁舞、華爾滋、却却却、探戈、搖滾舞等。由正常舞者帶動坐輪椅舞者演出，最獲與會者熱烈歡迎和掌聲。至於來自英國北部約克夏（Yorkshire）勒巴林斯（Labyrinths）特殊歌舞團亦率同盲人歌手、聾啞者和肢障舞者在酒會時演出歌唱、演奏及舞蹈等節目。

在閉幕典禮上，特別請一位來自加拿大籍國際殘障奧運委員會主席，羅勃·史蒂華博士作專題演講，勗勉與會者犧牲奉獻，多多關注殘障者健康和體能以及運動技能的訓練，最後由日本籍亞洲適應體育及運動學會主席，現任名古屋大學教授的矢部京之助博士致詞，他被指定為下屆（第九屆）適應體育活動研討會的籌備主任。歡迎與會人士於1993年8月4—7日至日本橫濱再見。第八屆國際適應體育活動研討會便在大家道別聲中圓滿結束。

(七) 展覽活動

展出各運動器材廠商製作供殘障者使用的復健及運動器材，各出版商陳列有關特殊體育書刊及各與會人士的著作等。

肆、心得

一、本屆研討會假風光明媚，富有亞熱帶氣息的佛羅里達州、邁亞米海灘的愛敦路斯旅館舉行。該旅館樓高十四層，擁有客房一千間，餐廳、會議室、地下購物街、游泳池、酒吧、露天咖啡座等可謂設備完善。然而承辦單位將論文發展分為八組同時舉行，另外尚要安排活動研習會和影片欣賞的場所，因此遂將大型會議室用屏風隔成二、三間小型會議室，每小間祇放二、三十張椅子，所以遇到某些主題，無論是論文發表、活動研習或影片欣賞投合大眾興趣時，使會座無虛席，四周站滿聽（觀）眾，同時往往受到隔壁傳來的講話聲，秩序欠佳時，頗受噪音之干擾，誠屬美中不足。此外，所有論文的摘要未能印發供與會者參考，影響出席者選擇聽講或觀看的權利，最為大眾所詬病。固然發表者的主題會前均有印發，但如果能事先詳閱摘要後再聽講，更能掌握主講者的重點，尤以非英語系國家的與會者更感不便。以上三點可以說是本屆研討會的缺點。

至於優點方面，不論研討會的分組以及專業參觀均同時分為十多組，與會者可充份選擇，各投所好。此外研討會幾乎每日均有社交及休閒活動，不致令與會者終日枯坐聽講致生心理疲勞。且可透過上述活動，與會者有機會交誼，討論問題，交換意見，促進瞭解，充分表現出美國人民崇尚自由，工作時工作，遊戲時遊戲的個性。

二、在研討會中，不論何種研討方式，常見若干民間團體組成的非以營利為目的的殘障者醫療、復健、運動、休閒機構主持人，發表其研究心得，或介紹該機構

的成立目的及活動內容等，即席並分發該機構的簡介資料，以歐、美、加、澳各國人士為多，可見上述各國民間團體對殘障人士的關懷，協助政府解決了不少問題。我國民間類似的團體和機構簡直可說絕無僅有。

三、從專業參觀活動中，獲悉單是佛州一個Dade County即設有十二個殘障人士復健中心，並為解決偏遠地區缺乏游泳池而設計可移動（攜帶）的游泳池，供殘障兒童作水療之需，可見美國對殘障兒童就醫和就學的重視。際此六年國建積推展，而每年社會福利預算直線上升，對重度智能不足以及患腦性麻痺兒童，各級政府宜及早訓練專業人才，予以就學就醫，裨減輕患者家長的負擔，使不幸的一群，獲得更好的照顧。

四、本屆研討會共五日，計有三次招待與會人士的宴會，除閉幕午宴席上有肉類（牛排）外，其餘均以簡單的沙拉、茶點、飲料代替。不若國人每次宴會大魚大肉，或山珍海味不足以表達主人的盛情。無怪乎每年吃掉一條高速公路，實在是勞命傷財。這種飲食習慣，祇有增加人民患腸、胃、肝病或心臟血管疾病的主因，有關當局或輿論實有倡導正確營養觀念和杜絕奢侈浪費的惡習。

五、在研討會上，主辦單位特別邀請兩個特殊舞團，分別來自英格蘭和德國，除在宴會上表演外，並在研習會上指導與會的教師。從論文發表會中，獲悉殘障者除在生理上應予復健外，在心理上，特別是兩性社交上，他們最適當的活動就是舞蹈。所以殘障者舞蹈在歐洲早在1974年便大力提倡，頗獲殘障者，特別是坐輪椅的患者之喜愛。經十餘年之研究改進，最後歐洲十三個國家派代表舉行國際輪椅舞蹈會議後，已於1989年獲國際殘障者運動組織的認可，舉行過一次歐洲冠軍賽，正式將舞蹈列為運動比賽項目中。目前正致力於規則的修正和訂定裁判標準。未來計畫在國際殘障奧運會舉行表演賽，並籌備主辦世界杯賽、國際公開賽和國際邀請賽。至於近期內即將舉行的比賽計有：

- (一)1992年2月22日在比利時的Oudenoarde舉行全國公開賽。
- (二)1992年4月19-22日在荷蘭的Boxmeer舉行的全國公開賽。
- (三)1992年4月25日在德國Koblenz舉行的國際輪椅自由式舞蹈賽和團體舞蹈賽。
- (四)1992年7月11日在德國Dusseldorf舉行全國公開賽。

六、近年來，美加及歐洲各國對特殊體育運動的學術會議及競技大會舉行頻繁，茲將明後年即將舉行的會議及比賽日期列後；這些會議的邀請函及宣傳資料在本屆研討會上廣泛地致送給與會人士。

- (一)1992年1月10-12日 國際盲人滑雪會議在瑞士舉行。
- (二)1992年3月22-29日 1992年殘障各季奧運在法國舉行。
- (三)1992年5月31日至6月4日 第三屆國際老人體育運動會議在芬蘭舉行。
- (四)1992年8月5至9日 國際心理障礙科學研究會第九屆世界會議在澳大利亞舉

行。

(五)1992年9月3—14日 國際殘障夏季奧運在西班牙舉行。

(六)1992年9月13—20日 心理殘障者奧運會在西班牙舉行。

(七)1993年8月4—7日 第九屆國際適應體育活動研討會在日本橫濱舉行。雖然此項會議距今尚有兩年光景，可是日本亞洲適應體育運動學會組成了龐大考察團來到邁亞米參觀本屆研討會的舉行。並在展覽會場設有攤位，分發有關日本橫濱的觀光資料，並將正在趕工，將於1993年完工的國際會議中心（Pacific Convention Plaza Yokohama）的建築平面圖，內部設施設計圖裝訂成冊分贈來賓。會場四週張貼有第九屆國際適應體育活動會議的大型海報。強調研討會將在此美侖美奐的國際會議中心舉行。日人辦事的積極精神，令人欽佩。

七、另外值得一提的是，殘障奧運通常是在夏季奧運會後在該主辦國舉行。迄目前為止，公元二千年的奧運會究竟在何處舉行尚未決定，參加角逐的國家含中共在內共有七個國家提出申請，柏林是其中之一，可是在本屆研討會上，該國奧委會已提出建議，公元二千年殘障奧運自是年八月廿日至九月二日在柏林舉行。並印製了一份精美的小冊，內容刊載近年來在柏林舉行的殘障運動競賽彩色圖片，柏林運動場的規模等宣傳資料，分發與會人士，可見國際上爭取運動會主辦權的熱烈，此舉可提高國家的聲望和國際地位，無怪世界各國莫不趨之若鶩。

八、世界上已發展國家對特殊體育愈來愈重視，本屆研討會展覽會場上，各國大學開設適應體育課程的招生小冊，各民間團體組成的殘障復健機構，運動休閒活動俱樂部的簡介琳瑯滿目，形形色色，甚至將研究成果，活動內容在研習會和論文發表會上介紹。反觀我國近年來在中華民國殘障體育運動協會領導下，殘障運動雖已逐漸進入國際體壇，最近為參加巴薩隆那殘障奧會在各新聞媒上大加宣導，喚起國人重視和支持，此舉值得稱讚。然而殘障奧運的競賽項目多達十六項，我國選手僅能在其中少數幾項中報名參加。主要理由是運動水準尚嫌不足，運動教練更形缺乏。有關此類訓練書籍更是鳳毛麟角，盼有關當局對國際上舉行的各種有關學術會議多物色適當人員前往參加，多吸收別人的研究理論，訓練成果，器材的設計等必定獲益良多，這是筆者多次參與類似會議的心得。

伍、國際現勢

壹 北美

距今卅多年前，北美已有適應身體活動的存在。最常見的是在各級學校、社區

、醫院、住家、企業和有關場所中實施。眾所週知，適應身體活動是以某種特殊方式進行，例如：適應體育、殘障者運動、治療性休閒活動、心臟腹健、殘障者的特殊治療活動和體操等。目前實施對象已從肢體殘障的青少年及兒童擴大為對各齡人士及各類型的殘障者。多年來，適應身體活動更廣泛地應用在有需要的殘障人士身上，並針對其能上和興趣而實施。

不論美國和加拿大，聯邦和各省的法令均有規定，在學校中對殘障學生應實施適應體育。兩國所實施的適應體育有的在特別班或分隔的場所進行，亦有回歸社會主流，或與不同類型的殘障學生混合進行。這些實施方式雖然在某些地方人們尚有爭議，但殘障學生與正常學生同班上體育課已證明利多於弊，且有持續至廿一世紀的趨勢。

過去若干年，殘障學生參與運動和競賽的機會大量增加。這種現象特別在人數上、競賽項目上和休閒活動上為明顯，殘障青少年和運動員與正常青少年和運動員一起運動的風氣日盛。在美國，自1980年代，殘障運動委員會（committee on Sports for Disabled）已成為美國奧委會的附屬機構。在加拿大，幾個不同的殘障運動組織已合併成一個殘障運動組織，稱為（CFSOD）以增加團結力量和運作效能。由於發展殘障體育運動有共識，兩國人民對適應運動的興趣日益增加。

在美國兩國，不同種類的治療和復健機構林立，尤以近年來如雨後春筍。它們包括了傳統的職能訓練、身體的和休閒性的治療活動以及特殊運動和心理治療。此外，由殘障者主持的特殊體操或治療活動亦日漸發展中。這些活動包括老年人、患癌症者、水療活動等。

一般而言，目前美國及加拿大應用“適應身體活動”的名詞較為普遍，美國部份地區及其他各國仍有沿用舊有名詞的。自從1988年，加拿大學者Jasper Talks出版了一本“轉變適應身體活動的策略”（Strategies for Changes in Adaptable Physical Activity）著作以後，加拿大未來實施適應身體活動的計畫將以此為藍本。也就是把體操、教育、運動、復健和治療合而成為一個專業。而美國則趨向於分別實施，僅將適應體育與治療性的休閒活動合併而已。

年前美加兩國組成“北美適應身體活動聯合會”，經常舉行學術及競賽活動，所出版的一份“適應身體活動”季刊（Adapted Physical Activity Quarterly）內容專載適應體育、運動和治療性的休閒活動的文章。推廣“適應身體活動”的著述仍十分有限，預料未來數年在此一觀念終將為世人所接受。

最後，值得一提的是去年美國組成了支援殘障體育及休閒活動委員會（The National Consortium on Physical Education and Recreation for the Handicapped）

簡稱NCPERH。該會通過了改進適應體育教師訓練五年計畫。而1990年該國國會修正了101-476公共法案中的(Public Law 101-476)殘障教育法案，主要內容把傷殘者(handicaps)一字眼全部改為殘障者(disabilities)。同年七月在明尼蘇達州舉行的第8屆國際特殊奧運會，其中半數運動員和項目係正常者與弱智者共同組隊參加的。此舉在提倡弱智者社會化及正常化以增進其生活品質。因此，國際特殊奧運已分成兩組競賽，其一專屬弱智者參加，另一是弱智者及正常者混合組隊參加。是屆參加運動員多達六千人，計有來自世界90個國家派隊參加。

歐洲

1992年11月，歐洲各國即在比利時成立歐洲研究適應身體活動協會(European Association for research into Adapted Physical Activity)簡稱EARAPA。由西德的Dr. Gudrun Doll-Tepper為指導委員會主席，英國的Dr. Bob Price為善秘書，比利時的Dr. Jean Claude de Potter為財務負責人，荷蘭的Dr. Adri Vermeer負責編輯通訊號。管理委員會由奧地利、比利時、丹麥、芬蘭、法國、希臘、以色列、西德、英國、荷蘭、挪威、葡萄牙、西班牙和瑞士各遴選代表一人組成。當時冰島、愛爾蘭、意大利及盧森堡則未派代表參加。該協會宗旨在研究如何在歐洲推展適應身體活動。造福殘障人士。先後於1987年於馬德里、1988年及1990年在英國舉行過三次研討會並增設了適應體育運動組和殘障人口組，進一步推展研究工作。

迄今歐洲各國不論在教學和研究工作上，統一使用“適應身體活動”名稱。把教育、醫學、心理、運動科學、特殊教育、物理治療、舞蹈治療、感覺運動治療和其它身體活動有關的治療均納入適應身體活動範圍之內。簡言之，適應身體活動就是一種身體運動，它特別重視身心殘障人士的興趣和能力的需要。在1987年歐洲殘障運動組織所出版的“歐洲憲章”中有關殘障運動一章可分為兩部份：第一部份敘述全民運動的定義和範圍、運動對殘障者的價值，有關當局的責任、代表的產生、如何與體育結合、研究、訓練、宣傳及財務等。第二部分包括如何提供適當的運動和休閒活動場所供殘障人士使用。目前多數歐洲國家均感活動場所不足，此部分尚待加強改進。這份文件可作為一項文告，一方面可供研究的基礎，另一方面可據以修正在大專院校有關醫學、運動科學和教育的課程和訓練課程。

1988年12月，歐洲下列各大學決定開設適應身體活動課程，供歐洲學生在研究所攻讀碩士學位：

- 一、丹麥的：Denmark Højskole for Legemsøvelser Copenhagen
- 二、法國的：Universite Scientifique Technologique et Medicable de Grenoble
- 三、比利時的：(→)Universite Libre de Bruxelles

(二) Katholieke Universiteit Leuven

四、德國的：Freie Universitat Berlin

五、葡萄牙的：Univesidade Technica de Lisboa

六、荷蘭的：Vrije Universiteit Amsterdam

七、英國的：(一) Newcastle Polytechnic

(二) Loughborough University

其課程內容如下：

一、第一階段（亦即第一學期）研究生必須在比利時的Katholieke Universiteit Leuven研究所修習理論課程，研修主題如下：

(一) 適應身體活動的涵義（90小時）

(二) 患病、殘障、傷殘者（impairments、disabilities & handicaps）的特徵及預防（40小時）

(三) 適應身體活動的診斷及實施方法（130小時）

(四) 適應身體活動的研究法（50小時）

二、第二階段（亦即第二學期）研究生可任選上述七個國家中八個大學之一的選修實習課程，並任選一種特殊患者進行研究。由該校指導其撰寫畢業論文。

三、第三階段（最後一學年）學生必須提出畢業論文，經通過後始可獲得碩士學位。

第一階段第一個主題注重社會學、各運動組織的歷史、行政及相關業務，並比較研究歐洲各國的適應身體活動；第二個主題針對不同的特殊患者提供不同的身體活動包括體能、情緒、感官、生理、智能、社交不良的患病、殘障及傷殘者在內。第三個主題由於適應身體活動係針對患者的需要和興趣而實施，而患者的種類繁多，根據不同的個案加以判斷、分析和討論，不但需要不同的專家參與指導且耗費的時間亦相對的增加；第四個主題重視一般的研究方法，以作為第二階段及第三階段的準備課程。

第二階段重視實習經驗的獲得，學生可任選一種特殊患者，實施適應身體活動並進行研究實驗，據以撰寫畢業論文。

第三階段學生在教授的指導下，確定論文的方式及內容，於撰寫完畢經發表和口試後，由校方將成績提交歐洲碩士學位授予小組審查，合格者始可授予學位。

目前歐洲積極從事適應身體活動研究的國家如上，至於已獲准進入歐洲共同市場的國家，如：奧地利、芬蘭、冰島、挪威、瑞典、瑞士和列支敦斯登等不久亦可參加EARAPA成為會員國，未來東歐各國亦有可能加入。

亞太地區

以亞太地區而言，適應身體活動以紐、澳兩國較為發達，其中又以澳大利亞提

倡歷史較為悠久。雖然她比北美、及歐洲發展為緩慢。不過長久以來，為殘障人士而舉行的競賽活動則久已存在。多年來，該國聽障者、視障者、身心殘障者以及其它病患均有在國際舉行的賽會中展露身手，例如：孟德斐爾運動會（I.S.M.G.）及殘障奧運等。目前該國已有專設全國性的組織掌理殘障者的運動事宜。最近又成立澳大利亞智能不足者運動休閒活動協會（AUSRAPID）。澳洲政府透過運動委員會以及聯邦有關運動及休閒活動部門提供經費資助所有全國性的殘障運動組織。澳洲全國運動教練委員會成立了一個殘障運動教練協調組織。她的任務是鼓勵所屬機構充分利用資源和知識以發展殘障運動。各類殘障運動員必需具備的特殊能力已列入各類運動教練手冊之中。這個步驟在鼓勵各運動組織提供機會和合格人員推動殘障運動，俾殘障運動員突破其年齡和體能的限制。聯邦政府撥款給所有運動組織，為各類殘障者訂定體能標準，和一般運動員一樣。這樣可使他們有機會評估自己的實力，以便在居住的社區中參與比賽和運動。全國各地經常舉行各項運動比賽以鼓勵殘障者參加，例如全國體操協會與全國智能不足者運動休閒活動協會合作擬訂了一項體操活動計畫，積極提倡體操運動，成員自然包括智能不足者在內。又如全國觸網球（Netball）協會舉辦全國性的比賽，使數以千計的婦女及女生有機會參加季節性的比賽。每年從地方、各州至全國均舉行嘉年華會，提供各項娛樂節目供正常和殘障人士參加。不論任何活動，特別重視殘障者和常人有同等機會參與。諸如：保齡球、室內板球及體能活動等均受殘障人士所喜愛。大力鼓勵殘障人士運動，使國民知道殘障者的潛能，事實上，首先要承認他們和常人一樣需要分享活潑的生活方式，至於殘障則是其次的考慮。這樣的作法，使社會大眾更加瞭解他們的處境和狀況，願意提供經濟援助，獲得社會資源和支持。這都歸功於提倡殘障運動政策的成功推展。

其次要講到我們的鄰國日本，彼邦對適應身體活動亦頗重視，早在1951年起便舉行全國身體障礙者運動會，而我國在1977年才開始每兩年舉行一次殘障自強運動會。他人們在1968年便舉行了一次規模頗大的中小學殘障學生的普查，而我國遲至1975年才舉辦過一次國小特殊兒童普查。彼國1960年起便參加（I.S.M.G.）運動會，而我國在1981年始以觀察員身份參加。自1965年起日本每年均舉行一次全國身體殘障者運動會，1964年在東京夏季奧運後，承辦了一次殘障奧運，1975年主辦遠東及南太平洋身體障礙運動會。嗣後每隔數年均承辦國際殘障運動賽會。1986年亞運會在漢城舉行，參加運動科學會議各國學者專家商議會組亞洲適應體育運動學會。期能發展亞洲地區殘障體育及運動，即席選出日本名古屋大學教授失部京之助博士為主席；韓國梨花女子大學YANG Ja Hong博士為副主席，並積極發展會務。為配合1988年奧運之舉行，日本各殘障運動及學術機構在1987年便一口氣舉行了第38屆全國體育學會、第11屆全國適應體育會議、第3屆全國輪椅網球賽、第4屆全國

障賽者游泳賽、第16屆肢殘者射箭賽及第25屆特殊體育協會會議。1988年又承辦國際體適能委員會的研討會，在適應體育組中，共9人發表論文，其中除比利時及中國大陸代表各一人外，其餘均為日本代表包辦。1991年亞洲適應身體活動第二屆會議亦在日本舉行，惜參加者並不踴躍，除地主國日本有132位代表外、南韓15位，我國兩位及印尼一位。發表論文15篇展出影片4部，此外還有輪椅射箭和舞蹈的研習會。1993年第九屆國際適應身體活動研討會決定在日本橫濱國際會議中心舉行，會議主題是“透過身體活動，克服困難，向前邁進”。現正由亞洲適應體育運動學會積極籌備中，該屆時將有一番盛況。

亞洲其他國家，多數自1970年代開始重視特殊教育，其中如南韓，因承辦1986年亞運及1988年奧運，大力推展適應體育及運動。1985年曾作過一次大規模的調查，全國人口中肢體殘障者有533,000人，心理障礙者79,000人，視障者59,000人，聽障者244,000人。全國有72所特殊學校，收容了11,404各身心殘障學生，共開設864個班級。其中盲生1,229人；聾生3,933人；智障生4,863人；肢殘者1,389人。有合格特殊教育教師1,084人，共有5所大專院校負責訓練培育上述師資。另一項調查3,225個中學體育教師有關在校內推展特殊體育的概況，獲得如下的結果：

調查項目	有%	無%
有實施適應體育的學校	45.9	54.1
有適當教材者	12.5	87.5
有適當設備者	11.8	88.2
有合格師資者	4.3	95.7

這二百多位教師中87.8%認為在校內有必要實施特殊體育。由於1988年漢城奧運後南韓，又成功地承辦了殘障奧運，獲得社會好評，亦促使社會大眾重視殘障人士的前途，就未來該國對適應身體活動的推展將有良好的表現。

1980年代，中國大陸在運動競技上的成績譽滿國際，在殘障運動方面亦發展迅速。1983年10月成立了中國傷殘人體育協會後，又於1985和1986年先後成立了中國智殘人和中國聾人體育協會，並陸續加入國際殘障運動組織。目前大陸已有25個省、區、市成立了傷殘人體協會。主要推展田徑、游泳、乒乓和輪椅籃球。1984年在安徽舉行了第一屆全國傷殘人運動會。1987年在河北舉行第二屆，據統計有8人超過6項世界紀錄，460人打破197項全國紀錄。1987年3月在廣東深圳舉行了首屆弱智人運動會，比賽項目有田徑、乒乓和足球三項。是年7月首次參加在美舉行的國際特殊奧運，共獲得金牌18枚、銀牌20枚、銅牌13枚。截至1987年底止，大陸殘障運動員參加國際比賽中共獲得1百多面金牌，所謂成果豐碩。

東南亞諸國及地區，如星加坡、馬來西亞、印尼、泰國、菲律賓、香港等對殘障運動亦逐漸重視，並經常派隊參加和承辦亞太地區殘障運動比賽，我國自然不甘

落後，近年來亦派隊參加國際比賽，惟在實力和普遍推展上尚待努力。

非洲及中南美

非洲各國早年均屬殖民地，長久以來在帝國主義國家的壓榨下，經濟及文化教育十分落後。第二次世界大戰後，先後獨立，由於天然源有限，多數國家人民在饑荒和內戰的環境下生活，能多溫飽已屬萬幸，一般兒童能夠進入小學已屬不易，遑論特殊教育及適應體育了。祇有少數國家，如南非及北非各國情況較佳，教育制度較健全。而中南美各國，與非國各國同屬落後及發展中國家，除墨西哥因鄰近美國，文化教育所受影響較深，故對適應體育活動較重視，有意參加北美適應身體活動聯合會，但尚未獲得會籍。近年來，鮮有聽聞上述各國近代表參加國際性殘障運動會及適應身體活動研討會。意外地，1989年在柏林舉行的第七屆適應身體活動研討會上，發現了牙買加、摩洛哥及奈及利亞代表各一人。其中來自奈及利亞Obafemi Awolowe大學體育研究所的E. B. Okunrotifa博士，在研討會上發表有關該國適應體育概況的文章，故略知彼國推展適應體育面臨的問題及未來展望。奈及利亞位於西南非，境內有尼日河（Niger R.）蜿蜒拉撒哈拉沙漠而流入幾內亞灣。拜此河流之賜，河流沿岸居民得以引水務農。人民因而獲得溫飽。尼日河下游三角洲，亦即進入幾內亞灣之區域為該國精華區，附近拉哥斯為該國首都。市容繁盛，人口密集，為非洲著名商港之一。全國總面積92萬餘平方公里，為台灣的25倍。早年為英國屬地，如今有人口八千餘萬，為全非人口最多的一個國家。由於糧食能自給自足，且有油田可資開發，為世界十大產油國之一。因此經濟較富裕。教育方面，在英國數十年的經營下，略俱規模，自1970年開始提倡特殊體育，每年定期舉行聾生足球賽。1981年起成立殘障運動組織，直屬社會發展、青年及運動部，地方及州均有分支機構，該組織名為全國殘障運動協會，各項運動每兩年舉行全國性比賽一次。各校亦在校內舉行殘障運動。目前所遭遇的問題有五：（一）人力、物力、財力的不足；（二）各相關單位連繫不夠；（三）結合各項社會活動推行有困難；（四）場地設備欠缺；（五）各校之間合作不良等。未來努力方向有：（一）各師範院校應設相關課程，以培育師資；（二）體育運動官員應定期參加在職進修適應身體活動課程；（三）適應體育師資及體育運動官員應負責推動殘障運動計畫；（四）政府應以財力支援殘障運動。

陸、結語

從去冬及多次參國際適應身體活動研討會的心得，了解世界各國推展特殊教育和體育的趨勢，茲綜述如下：

（一）世界各國，特別是已發展國家普遍重視特殊體育，不僅在學校內對身心殘障學生作無微不至的照顧外，對社會殘障及老人，無論政府及民間均成立各種就醫就養機構，並大力推動殘障運動，藉此增進其自信心外，並使社會大眾從接納他們進

- 而支持他們，讓他們回歸成為社會主流。
- (二)有關特殊體育之名稱，以往各國均有不同的說法，如今有結合殘障運動、休閒、治療、復健等活動統稱謂適應身體活動之趨勢。而且同時實施，不若以往分開施行。
- (三)和目前政治經濟一樣，各國適應身體活動機構有整合在一個體育運動機構的趨勢。正常體育運動組織兼負特殊體育運動的推行，且進行區域合作，例如歐洲適應身體活動研究協會，北美適應身體活動聯合會、亞洲適應體育運動學會的成立足以證明。
- (四)主辦殘障奧運的機構過去稱為ICC (International Co-ordinating Committee of World Sports organization for the Disabled) 即殘障者世界運動組織國際連絡委員會，目前已與國際腦麻痺者運動休閒活動協會 (CP-ISRA)、國際盲人運動協會 (IBSA)、國際心理障礙者運動協會 (INAS-FMH)、國際史德孟脫斐爾運動聯合會 (ISM)、國際多重障礙者運動會聯合會 (ISOD)、國際聾啞者運動協會 (CISS) 合併而成國際殘障奧運委員會 (IPC)，負責籌備每四年舉行一次夏季各季殘障奧運，且隸屬於國際奧委會之下。
- (五)無論體育課、社會體育活動和運動比賽，儘可能使身心殘障者和正常人一起實施。例如目前歐美大力推動的輪椅舞蹈，就是由正常人帶動坐輪椅者跳的，又如國際特殊奧運，比賽項目已有正常人與弱智者合組隊伍參賽的例子，此舉鼓勵殘障者走出自己的圈子，有表現自己的機會，使其潛力達到頂點，於是殘而不廢的目標可以達成。

柒、參考文獻

- (一)陳在頤 特殊體育 健行文化事業出版公司，民國71年。
- (二)G. Doll-Tepper and others Adapted Physical Activity. Springer-Verlag. 1989.
- (三)Claudine Sherril & others. Sport and Disabled Athletes. Human Kinetics Publishers 1987.
- (四)Asian Society for Aclapted Physical Education and Exercise, ASAPE NE WSLETTER, No.1-No.4,1986-1989.
- (五)The 7TH. ISAPA Journal of Sport, Pehabilitation, Physical Education and Recreation for the Disabled. ADAPTED No.-No.4 1989.
- (六)International Federation of Adapted Physical Activity, IFAPA N EWSLETTER, No.1-No.4 1990-1991.
- (七)國家體委會編 人民體育出版社1991 中國體育年全1988。

- (八) National Coaching Co-ordinator of Disabled, Coaching Athletes with Disabilities-General Principle, Australian Coaching Council Incorporated. 1989.
- (九) Coaching Intellectual Disabilities, Coaching Athletes with Disabilities-General Principle, Australian Coaching Council Incorporated. 1989.
- (十) Coaching Athletes with Health Related Conditions Coaching Athletes with Disabilities-General Principle, Australian Coaching Council Incorporated. 1989.
- (十一) Coaching Visually Impaired Athletes, Coaching Athletes with Disabilities-General Principle, Australian Coaching Council Incorporated. 1989.
- (十二) Coaching Deaf Athletes, Coaching Athletes with Disabilities-General Principle, Australian Coaching Council Incorporated. 1989.
- (十三) AUSSIE SPORT, Activities Manual for Children with Disabilities, Australian Sports Commission 1989.
- (十四) Mavis E. Berridge and others. International Perspectives on Adapted Physical Activity, Human Kinetics Publishers, 1989.