

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 醫學 來源 大成報 日期 890314 版面：三版

法作國我

校院專大所廿至伸延周下行推辦試學小、中繼 入投生學萬百國全 畫計能適體

記者金世芳／報導

教育部推廣的「體適能三三三計畫」，繼中小學試辦推行後，下周將延伸到二十所大專院校，預計全國有超過一百萬名學生，投入規律運動的行列。

教育部體育司表示，從去年四月十二日，首次以台北縣市九所國、高中、小學為對象，試辦體適能活動後，目前共有二百所學校在推行這項計畫，今年更有桃園縣、台中縣、台南市、嘉義市、屏東縣及高雄縣六縣市表明將全縣市學校推行體適能計畫。

這些學校以「每天至少運動三次、每次至少三十分鐘、每次運動心跳達到一百三十次以上」的觀念為導向，自行設計、搭配原有的體育課程，預計有一百萬名以上高中至小學的學生，參與這項計畫。

為了將規律運動理念推廣到大專院校，教育部在分區舉行大專體適能研習會，並完成大專體適能常模表後，今年也有二十所大專院校加入試辦行列，預計下周開始一連進行十周，由學校開設每周兩次的一大專學生體適能團隊運動推廣班，以有氧舞蹈等方式，增加大學生運動的次數，進一步培養興趣和習慣。

配合「體適能三三三計畫」，教育部也發行國、高中、小學三種體適能護照，選定五種基本體適能測驗項目，包括：身高和體重、坐姿體前彎、一分鐘屈膝仰臥起坐、立定跳遠及八百公尺或一千六百公尺跑走，每學期達標準的學生，另可獲頒金、銀、銅獎章。

目前教育部也針對大專學生族群，研發、製作大專生的體適能護照，希望從下學年度開始發放，鼓勵大學生也能多動手、動動腳，提升個人體適能狀態。

策對陸大

施措病疾治防、動運、養營年少青善改強加 本日越超高身子孩 後年十三、二

記者王翔／報導

大陸教育部、衛生部、體育總局最近針對為何中國小孩長得比日本小孩矮的問題，召開聯合討論會，為縮小這個落差，他們提出了因應之道，深信在二、三十年後，中國小孩的身高不但可以趕上日本小孩，甚至還會超越。

根據大陸及日本小孩成長的比較，大陸的大城市青少年平均身高都比日本高；中小城市男生比日本矮、女生持平；大陸較富裕的農村男女生都比日本矮，較貧窮的農村男女生差距就更大。

大陸從一九八五年到一九九五年做過一項調查，這十年間，七至十七歲的城市青少年，男生平均長高二·九公分、女生平均長高一·三公分，鄉村男生平均長高三·六三公分、女生長高三·一公分。

大陸在這個聯合會議中決議，將加強改善青少年的營養、運動、防治疾病等綜合措施，來實現二、三十年後不論男女青少年都長得比日本小孩高的目標。