

# 都市化與休閒運動

何奇叡

## 摘要

本研究探討在全球變遷腳步下，都市化潮流帶動休閒運動形式與內涵改變之景況，以及休閒運動參與型態之未來發展方向。筆者以文獻探討及社會觀察的角度，對於有關於休閒運動的都市化議題，加以蒐集與整理，企圖瞭解都市化影響休閒運動的成因，以及都市生活中，休閒運動參與行為的特質與趨勢。

研究結果發現，設施的科技化、運動形式的戶外化以及休閒運動資源的公營化，是現代都市在休閒運動方面常見的現象。

**關鍵詞：**都市化(Urbanization)、休閒運動(Recreational Sport)

# **A Study of Urbanization and Recreational Sports**

**Ho Chi Rei**

## **Abstract**

The purpose of this study is to discuss the influence on recreational sports of urbanization and the development of it in the future. The researcher collected the documents of urbanization about recreational sports and conducted an analysis. Five characteristics of urbanization have been found, which were night living, flowing and changing quickly, culture assembled, living environment deteriorating, and social stratification.

The diversification and prospering of recreational sports are attributed to the success of urbanization. In the new century, recreational sports in urban areas place will display three phenomena.

1. The facilities of recreational sports are improving by science and technology.
2. Most of the recreational sports are outdoorsy sports.
3. There are more public resources provided for the recreational sport.

**Keywords:** recreational sports, urbanization

## 壹、前言

百餘年來，休閒運動的普及進而導致職業運動的蓬勃發展，都要歸功於都市化(王宗吉、蔡雅菁、林慈郁譯，民 89)。十九世紀時的歐美地區，由於都市的擴張，提供運動場更好的建築場地和便利的交通，並聚集大量的工人階級生活在都市裡成為運動比賽的龐大觀眾，因而刺激運動的隊伍不斷增加，愛好休閒運動的人也愈來愈多(Betts, 1974)。在二十一世紀的現代社會中，人類的生活在食、衣、住、行各方面，都因為快速的都市化，而產生了很大的轉變(藍采風，民 89，頁 491)。工作與勞動之餘，人們從事休閒運動的行為，在過去的時代是有閒階級的社會表徵。而今，休閒運動不但人人都能輕而易舉享有參與的機會，更成為現代都市生活不可或缺的重要元素。都市化生活中，工作的壓力和快速的生活節奏、惡化的空氣污染和噪音，造成心理沈重的負擔和生理機能的嚴重衰退，使得人人都需要藉由適度的休閒運動，來調適身心、解放自由(趙鈇，民 79)；另外，由於都市生活中社交經驗的頻繁和重要，使得人人對於身形的健美有了更多比較的機會，而維持一個正常健美的體態，不僅成為一種普遍的都市審美觀，甚至於影響社會人格與生活品質。於是現代以「瘦身」、「健身」、「美體」為訴求所帶動的各式產業在都市創造無限商機，因為都市人希望參與休閒運動，得以獲得優美體態，也能便利社交生活、促進人際關係。都市化帶來休閒運動地位的重大變革，參與休閒運動成為都市生活理想與否的關鍵行為，本文探討都市化過程對於休閒運動型態的影響，以及現時及未來的人們如何在都市化生活中尋求休閒運動的機會以滿足身心需求。

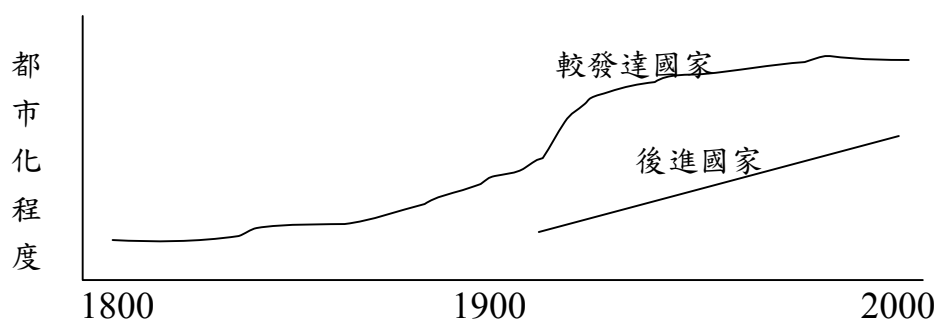
## 貳、都市與都市化(Urbanization)

### 一、都市與都市化的意義

社會學家 Louis Wirth 曾經定義都市為一「社會上異質的個人，相對上規模較大，較密集的經常性定居」(柯勝文譯，民 89，頁 382)。現代都市中有成千上萬不同的工作，需要各式各樣不同的人來完成，這些人有很多的相異之處，例如不同的種族、膚色，不同的教育水準和收入，不同的生活方式和價值觀，但事實上他們選擇住在同一個社區或是都市裡，表面冷漠，彼此關係相當疏遠，但他們

卻是彼此需要並且深受其他人的影響，有著共同的文化特質和「命運」。

都市化是指人口由鄉村遷移到都市或由小城鎮集中到大都市的過程(蔡文輝，民 78，頁 459)。都市化肇因於工業化，早在歐洲工業革命時期，因為工藝技術的躍進導致生活方式的改變，人口因為工廠生產的需要而集中到都市來，造成都市範圍不斷的擴大，人口亦不斷的增加。都市化是全球的趨勢，例如東京地區的人口密度在 1950 年至 1970 年之間迅速增加二十倍，美國在 1860 年僅有九個城市的人口突破十萬人，而 1910 年後已有五十個以上的城市達到這個規模(Eitzen & Sage, 1993)。台灣目前的都市化人口高達百分之八十以上(李永展，民 86)，而整個東亞地區有超過一半以上的人口居住在都市地區，甚至達到最大的都市規模，例如漢城、北京的一千二百萬人，上海的一千四百萬人，以及東京的二千六百萬(張隆盛，民 90)。圖一顯示較早發達與後進都市進化過程之不同。



圖一 都市化進程示意圖(引自姜漢銘，民 91)

都市化具備有兩個基本模式，一是人口集中於某個區域的趨勢，另一個是人口擴散至都市中心以外的區域，都市社會學家稱之為都市擴散(Urban Sprawl)(陳光中、秦文力、周儂嫻等譯，民 85)。

## 二、都市生活與人口結構理論

都市生活強調次級團體的聯繫(Secondary relations)，也就是同齡、同志趣團體的互動與交流，而非周遭的鄰里或傳統的家庭與工作組織成員。都市居民有很多人際接觸的機會，但明顯傾向於與某種特殊社會角色的人互動。由於都市資源的有限性，許多不同能力、不同社會條件的人聚居在有限的空間(有形與無形)裡，

隨時隨地都會產生分配與控制的問題，如果過程不當，就很容易產生衝突和失序的現象。這種缺乏共識、一致的價值信念，缺乏緩衝空間與機制的生活特質，是都市與鄉村最大的不同，而政治活動便是如此在都市中活躍地發生開來。都市生活的基本特徵是人口的數量、密度與異質性(柯勝文譯，民 89)。關於都市人口分佈結構與發展模式有下列幾個重要的理論。

- (一)中心地區理論(Central-place theory)：論者認為當人們傾向於聚在某個地區上班、交易、從事政治及商務活動，形成一個中心地區，使人口慢慢匯集起來，而成為愈來愈大的都市。
- (二)同心圓理論(Concentric-zone hypothesis)：論者認為都市的結構像是一圈圈的同心圓，每一圈都具有自己獨有的經濟特徵和居民特色。自圓心至圓外，依次為中央商業區、過渡區、勞工住宅區、中產階級住宅區、通勤者住宅區以及農業區(或稱腹地)等六個圈層。
- (三)扇形理論(The sector theory)：論者認為都市發展的方向習慣沿著運輸路線和過去已興建好的地區聯繫拓展起來，涵蓋的範圍類似一個扇形。
- (四)多核心理論(Multiple-nuclei theory)：論者認為都市的形成是由多個核心所組合發展而成，這些核心可能是行政中心、交易中心、住宅區或是工業生產中心(蔡文輝，民 78)。

### 參、都市化的特徵和對休閒運動的影響

過去因為農耕技術的進步使得農作物生產的能量足以養活更多的人群還有剩餘，容許有一部分人得以不從事農業生產，改以提供生活服務以及工藝品的製作來參與經濟活動，成為社會分工結構之中重要的一部分。進而工業生產的比重大過於農業生產時，人們大量聚居在一起形成都市，發展至今，都市中從事農業生產的人卻變成微乎其微，工業生產的居民也是少數，絕大部分的人多從事經貿、服務、政治、文化事務、科學研究和社會工作。短短的兩、三百年，我們的世界有著如此大的轉變，全球都市化的結果，對於現代都市人參與休閒運動的觀念和行為也有著重大的影響，而休閒運動在現代都市生活中所扮演的角色和地位亦愈顯重要(Kelly, 1996；王昭正譯，民 90)，茲將都市化的特徵與對休閒運動的

影響分述於下：

### 一、生活環境惡化

都市的空氣因為大量交通工具的廢氣排放，以及石化燃料、清潔劑、殺蟲劑的普遍使用，充斥著對人體有害的化學物質。都市的飲水受到上游農、工業生產和家庭廢水的污染，嚴重威脅居民的健康。狹隘的生活空間造成心理的壓力和負擔，造成都市中罹患文明病的人處處可見，於是常見學校和公園在晨昏時，都有為數眾多的社區民眾熱衷參與各項休閒運動，希望藉以維持身體健全機能，保有生存尊嚴和生活品質(蔡崇濱，民 88；Bright, 2000；王宗吉、徐耀憚，民 89)。

### 二、流動與快速變遷

都市化的生活造成都市居民在身體和社會兩方面不停的流動，不僅居住的地方經常改變和重新適應，在工作場合、職業成就、學習、社交、收入以及生活方式各方面也是如此(柯勝文譯，民 89)。

相同的，現代都市人參與休閒運動的行為也是具流動性的，包括參與的動機、年齡、形式和持續性，都經常有起伏變化的情形。其主要因素乃為都市化生活加速了社會階層流動性，而「運動層級反應了廣大的社會階層模式」(王宗吉等譯，民 89，頁 312)。

### 三、文化匯集

都市化造成一個奇特的現象，也就是國家的文化資源向都會集中，許多傳統的戲劇表演、民俗遊戲、農耕器械、少數族群的文化遺物、樂曲及篇章，因為鄉村的青壯人口大量流失，早失去傳承的對象和保存的功能，而都市中具有專業人士和經費與設施可以加以保存和研究，將之發揚光大，所以結果不只是在都市中長大的孩子，就算是生長在鄉村的人也是在後來移居到都市之後，才接觸到屬於自己的族群或是故鄉的傳統文化(文建會，文化白皮書，民 86，pp3-5)。

相同的，休閒運動的形式和社團也在都市裡找到發展的無限生機，因為休閒運動的專業指導人士及愛好者多數匯集於都市之中，而都市也提供了源源不絕的人群組成各式社團，對於傳統的、少數民族色彩的休閒運動，或是需要多人參與的、高經濟能力支持的休閒運動，都能在都市裡獲得生存和演化的原動力

(Stebbins, 1992)。

#### 四、社會階層化

社會階層化(Social stratification)是表現在社會的團體成員之間，一種價值資源分配不均的結構特徵(王宗吉等譯，民 89)。這種特徵反映在都市居民身上的包括年齡、職業、性別、宗教信仰、種族和工作階級、、、等等不同面向。因為都市社會高度分化的結果，許多人因為智慧與財富條件在遺傳上有基本的差異，後天的環境亦造就個人殊別的待遇，因此我們習慣地把相異社會條件的人作歸類，作為辨識以及選擇不同互動方式之用途。反應在休閒運動參與行為上的是，我們發現不同社會階層的人具有不同的參與能力以及參與傾向，絕大部分的因素是取決於其經濟能力和工作性質。例如社會學家 Leonard(1993)的研究中發現，在美國的成人中，參與運動的有錢人比貧窮者多，大學教育程度的人也比高中教育程度的人多；而且上層階級者偏向於積極參與，下層階級者較喜歡旁觀。

#### 五、夜生活

傳統鄉村和都市生活最大的不同之處就是生活作息的迥異，因為在夜晚提供服務的業種愈來愈多，都市人得以在全天候從事各類不同的社交、學習、休閒和娛樂活動(Kraus, 1998)。許多都市居民在白天多半要從事生產活動以謀生存，所以夜晚的時間成為參與休閒運動最佳的時間。而隨著室外運動場地的照明設備愈加普及，在夜間從事的休閒運動種類更從室內拓及到室外的形式，甚至偌大的高爾夫球場也提供夜間擊球的服務。由於都市夜生活的普遍，間接地帶動休閒運動服務業的蓬勃發展，也是二十年前的都市社會學者及一般國民始料未及的景況(Pigram & Jenkins, 1999)。

### 肆、現代都市休閒運動的未來發展

在科技伴隨著高度商業活動發展的全球化(Globalization)浪潮之下，現代都市休閒運動的形式與內涵勢將隨之不斷有著前所未有的嶄新風貌。觀察先進國家在國內外運動事件上結合龐大行銷勢力所形成的現代運動工業，其產值規模之大、影響力之無遠弗屆，實在令人咋舌(程紹同，民 90；洪嘉文，民 91)。而這股力量

最直接受到衝擊的就是生活在都市裡的人群，它所傳布的運動價值和行為模式，似乎「統一」了全世界愛好休閒運動的人，共同反應了諸如以下類似的景況。

### 一、運動設施科技化

在國際奧林匹克運動會的要求和帶領之下，各種嶄新、龐大、科技化的運動場館和競技設備不斷令世人發出驚嘆，每每皆是科技的結晶、唯美的展現，使參與競技者者和觀賞運動者無不受其吸引、無不感動。國際奧委會希望會員國以城市的名義提出申辦計畫，推展「運動城市」的概念(原田宗彥，2001)，就是因為城市裡匯集各項人才與經濟資源、便捷的交通與住宿設施，能提供與會者完整的公共設施與生活需求。在這樣的背景之下，每個國家和城市的管理者和休閒運動參與者無不傾其力量造設先進、現代化的運動設施，帶動都市建設的更新，因為它不僅是城市與國家的門面，更代表著國民的生活素質和運動水平。於是乎，都市休閒運動設施的現代化與科技化，成為一股沛然莫之能禦的潮流，更提供休閒運動者絕佳的空間，盡情揮灑其生命力。

### 二、運動形式戶外化(Outdoorsy)

攀岩、野營、溯溪、泛舟、登山以及時下流行的泡湯，都是現代都市人熱中或期待的休閒運動項目，其帶給都市居民身心解放、平衡工作壓力的功能實在不容小覷。根據 Clawson 的研究指出，都市生活的壓力使人們產生對偏遠戶外遊憩型態的需求，驅使人們向更大的開放空間旅遊(Bammel & Burrus-Bammel, 1992；涂淑芳譯，民 85)。戶外化的休閒運動較之於傳統的休閒運動，意味著更具挑戰性、更具專業性以及回歸自然的原始趨力，其賦予現代都市人的休閒功能與生命意義，是鄉村居民完全無法領略的。

### 三、休閒運動資源公營化

隨著都市人知識水平的提升、資訊傳播的發達，對於休閒的認知與需求亦隨之水漲船高。另一方面，都市化卻剝奪一般人所能負擔的休閒資源和休閒的機會，狹小的生活空間、昂貴的市區土地以及不易保留的自然景觀，這些都需要藉由公共部門的力量，方可滿足都市人視為民生福利的運動休閒機會。試想，鄰近都市公園、學校、公共運動場館的居民，其從事休閒運動的機會之多是非常令人

羨慕的。美國紐約市著名的中央公園(Central Park)立處於地價最高的市中心區，每年花費政府部門數千萬美元的維護費，自設立以來皆入不敷出，惟其目的就在於提供和保障都市民眾悠遊其間、享受休閒樂趣的權利。影響所及，學校運動場的對外開放、都市休閒運動公園的興建和維護、大型室內場館的設置，乃至於各公私立機構規劃員工休閒運動的場所和活動方案，普遍受到市民及受薪階級的重視，也成為主政者和機構負責人的重要行政業務之一(Kelly, 1996；王昭正譯, 民 90)。

## 伍、結論

休閒運動在今日都市社會型態的生活中不再是附加的、非必要的生活歷程，不僅完全擺脫舊時代所謂「耽於嬉遊」的罪惡評價，反而成為都市生活的重要表徵。由於其參與的目的在於創造、更新與繁榮生命，所以在許多白領階級和政商菁英的身上，我們更能發現，從事休閒運動對他們來說，似乎是維繫事業生存、家庭幸福最為關鍵的一件事。

都市休閒運動的普及化是現代社會極為重要的進程，因為它是國家運動產業和競技力量的強大後盾。在目前國民體能日顯頹勢，新生代普遍好逸惡勞、缺乏運動習慣的背景之下，我們縱然有最先進的科學選材技術，也將要面臨「無材可選」的窘境，與先進國家運動奇才倍出的情況相比較，似乎是走在完全不同發展方向的道路上。古人有云：「民氣可用」，都市休閒運動的推展已是刻不容緩的現代化政策，我們期待有遠見與決心的政治領導者，傾力推動國民的休閒運動生活素養，相信健全安康的美滿社會將指日可待。

## 參考文獻

### 中文部分

- 文建會(民 86)。生活環境與文化需求，載於文化白皮書第三章第二節，3-5。台北。行政院文化建設委員會。
- 王昭正譯(90)。休閒導論。品度圖書公司。
- 王宗吉、蔡雅菁、林慈郁等譯(民 89)。運動社會學。台北。洪葉文化。
- 王宗吉、徐耀憚(民 89)。休閒運動與健康管理。載於中華民國體育學會休閒活動研究委員會專書，15-28。台北。中華民國體育學會。
- 李永展(民 86)。國土綜開計畫—城鄉發展。國家永續發展論壇第三次圓桌會議。  
<http://sd.erl.itri.org.tw/forum/rnd-tbl/rt3/DOWNTOWN.HTM>
- 柯勝文譯(民 89)。權力與社會。台北。桂冠圖書公司。
- 洪嘉文(民 91)。運動產業概念在學校體育之策略應用。中華體育季刊，4(16)，83-93。
- 原田宗彥(民 90)。主辦知名運動賽事再造都市活力。2001 年運動產業政策國際研討會報告書，42-45。行政院體委會。
- 涂淑芳譯(民 85)。休閒與人類行為。台北。桂冠圖書公司。
- 陳光中、秦文力、周懋嫻等譯(民 85)。社會學。台北。桂冠圖書公司。
- 張隆盛(民 90)。東亞地區都市化及人類居住問題初探。載於國家政策論壇，4(1)，21-24。財團法人國家政策研究基金會。
- 姜漢銘(民 91)。兩類國家的城市化。  
<http://ihouse.hkedcity.net/~hm1203/settlement/cities/urbanization-dc-ldc.htm>
- 程紹同(民 90)。第五促銷元素。台北。滾石文化。
- 趙鈇(民 79)。體育社會學。台北。幼獅文化。
- 蔡文輝(民 78)。社會學。台北。三民書局。
- 蔡崇濱(民 88)。試論全民運動的推展之道。台灣體育，101，2-4。
- 藍采風(民 89)。社會學。台北。五南。

英文部分

- Bammel, G. & Burrus-Bammel, L. (1992). Leisure and human behavior. Time Mirror Higher Education Group.
- Betts, J. R.(1974). America's sporting heritage : 1850—1950. Reading, MA: Addison Wesley.
- Bright, A. D.(2000). The role of social marketing in leisure and recreation management. Journal of Leisure Research, 32(1), 12-18.
- Eitzen, D. S. & Sage, G. H.(1993). Sociology of north american sport, 5<sup>th</sup> ed. Madison, WI: Brown & Benchmark.
- Pigram, J. J. & Jenkins, J. M.(1999). Outdoor recreation management. New York, NY : Antony Rowe Ltd.
- Kelly, J. R.(1996). Leisure (3<sup>rd</sup> ed.). Boston: Allyn & Bacon.
- Leonard, Wilbert M. II. (1993). A sociological perspective of sport, 4<sup>th</sup> ed. New York: Macmillan.
- Kraus R.(1998). Recreation & leisure in modern society. Sudbury, MA: Jones and Bartlett Publishers, Inc.
- Stebbins R.(1992). Amateurs, professionals, and serious leisure. Montreal: McGill-Queen's University Press.