

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 行政 來源 大成報 日期 880731 版面：十二版

體適能 終結弱雞

體育司長吳仁宇：體適能勢在必行 將自由目的
 擴至全國、中小學 未來延至大專

記者 金世芬／專訪

「幫助學生培養長期運動習慣，是體適能計畫最終的目標。」
 教育部體育司司長吳仁宇堅定地表示，「體適能三三三計畫也將由目前的九所試辦學校，擴展至全國中、小學，未來並將延續至大專院校及幼兒教學，以改善全國國民的體質與健康。」

其實，提到目前國內學生的運動習慣，主管國內體育運動的司長吳仁宇則不禁搖頭嘆氣表示，「過去重智育輕體育的觀念，常讓許多師生、家長，忽略運動的重要性，而正規體育課又常被移作他用，使得很多學生雖然頭腦好，卻未必有壯壯的身體，連升旗都會昏倒，更別提未來的競爭力。」

因此，教育部在八十六年完成我國中小學體適能常模後，訂出體適能三三三計畫，希望培養學生每周至少運動三天，每次約三十分鐘，每次心跳率每分鐘一三〇次。

今年則發行體適能護照、票選金質、銀質等成就獎章，並選定九所國中、小學正式推動，明年有更多學校加入推廣行列，能夠重新喚起大眾對運動的興趣，吳仁宇顯得很高興。

除中、小學的學生外，教育部九月將再完成大專學生常模調查，但是，「調整這批未來社會菁英的體能，會比一般學生困難」，吳仁宇指出。

但吳仁宇也強調勢在必行的決心，說明體適能是促使體力和腦力結合、提升競爭力的關鍵，因此，著重樂趣、鼓勵意味的體適能計畫，將持續向各級學校推廣。

在吳仁宇的理想藍圖中，如果學生在求學時期就能養成良好的運動習慣，進而由個人影響家人，帶動運動風氣，則全國國民的體質將獲得改善，對提升生活品質絕對有正面的助益。

◀教育部體育司司長吳仁宇強調，推廣體適能計畫是改善國民健康的關鍵，也是培育基礎體育人才的重要一環。

記者 李天助／攝

能超越級任務

自由日的前九所試辦學校



←教育部體育司司長吳仁宇強調，推廣體適能計畫是改善國民健康的關鍵，也是培育基礎體育人才的重要一環。
記者 李天助／攝

運動 不是少數人的特權

吳仁宇認為推動運動如造金字塔 先要穩固底層

記者 金世芬／報導

「站在教育部的觀點，運動推廣應該是普遍的、全面的，而非少數人的。」教育部體育司司長吳仁宇指出，他認為將人數眾多的運動基層建立完善，不但可以推動全面的運動風氣，未來更容易發掘運動菁英人才，提高運動競爭力，是最好治本的辦法。

吳仁宇表示，過去社會焦點都集中在某些競技運動上，成績好壞變成運動推廣的指標，反而造成熱門運動惡質競爭，冷門運動又乏人問津，浪費資源，他不禁質疑：「運動菁英不過佔全國人口的百分之

之三，我們卻要因此忽略另外九十七%的健康嗎？」

他認為，體育教育應是競技和休閒同時並重，先培養一般人對運動的興趣，建立正確的運動觀念，等金字塔底層厚實、穩固了，自然有更多的運動資源可供培訓競技人才，兩者並進才能收到最大的效益。

站在教育部的立場，吳仁宇認為教導國民維持更長的運動習慣、培養運動健身的觀念是首要的目標，因此，推動趣味化、休閒化、安全性高的運動就成為體育司的宗旨，也是未來活動方針。