

「紹謨紀念體育館」與「淡江體育年」

社論專載

根據體育教學組所完成的「淡江大學94學年度學生體適能護照實施報告」，本校學生除1分鐘屈膝仰臥起坐檢測成績在全國大專生平均值之上，其他如柔軟度、爆發力、心肺適能等項目成績，僅達全國常模的25%~40%百分等級，顯示本校學生除肌肉適能外，其他的體適能狀況不如國內同年齡層學生。校長張家宜十分關心學生的體適能狀況，而創辦人張建邦更指示，學生的體適能要加強，各項檢測成績要達到全國的平均數，且希望體育教師於授課時，能積極加強學生的體適能知能教育及各相關體適能的實務訓練。有鑑於此，體育室每年仍將持續舉辦體適能檢測，以了解學生的體適能發展。同時，95學年度因體育館的落成增加了室內運動空間，天雨時室外課程將安排於體育館內上課，如柔道/武術室、重量訓練室、代表隊訓練室、部分桌球室及活動中心，室外課程將不再受雨天影響。

創辦人在6月2日「淡江大學五虎碑揭幕儀式」致詞時，提到「紹謨紀念體育館」完工啟用後，學校的硬體建設大致完備，從此80%的力量要強化軟體建設，以提升學生素質，塑造學校的學術聲望。體育館3樓有10間教師研究室，7月中旬搬遷後，體育室教師研究空間由集中一室變成每3人或4人一間，研究環境大幅改善，希望教師在授課或訓練代表隊之餘，能致力於研究，以增加個人的著作，並申請研究計畫案，以提升體育研究成果。

「紹謨紀念體育館」整體工程已於今年5月底完工，館內各運動場地預計8月底前完成細部裝修，以符合體育教學與活動之需求。體育館的規模十分宏偉也相當氣派，地上8樓地下1樓，總建築樓層面積為23,716平方公尺，4樓的正門前有寬敞的空間和長排的榕樹，東側為意義深遠的「五虎坡」階梯和說明五虎崗由來的「五虎碑」，體育館及其周遭環境將是運動健身與休閒的好場所，也將成為參觀的好景點。整座大樓包括體育行政辦公室、教師研究室、柔道/武術室、韻律室、桌球室、重量訓練室、排球場、羽球場、籃球場、代表隊訓練室、一般教室、社團辦公室、會議室及貴賓室等多元規劃，可想而知體育館啟用後，館內各樓層在使用、維護與門禁安全等管理業務上將較複雜，也請全校教職員工生能依據學校相關規定執行，使體育館的運作及早上軌道，管理更周延順暢。

為慶祝「紹謨紀念體育館」落成，本校訂95學年度為「淡江體育年」。為迎接這個特別的「體育年」，體育室將推動「一人一運動」計畫，以增加大家運動的機會。希望全校教職員工生在上課、教書或工作之餘，至少選擇一項喜愛的運動，讓身體動起來，並成為生活的一部分，因為規律的運動可以維持良好的體適能，進而維護身心健康。鑑此，體育室舉辦了一系列的健身活動，例如5月9日邀請台灣師範大學前運動與休閒學院院長方進隆蒞校專題演講「日行萬步，健康永駐」；5月18日下午在校長帶領下，更舉辦「淡水校園健走」活動，為95學年度的「體育年」揭開序幕。同時體育室也將繼續舉辦例行性的體育活動，如全校性的校慶運動會、水上運動會、各項系際盃球賽及校長盃球賽等，並協助運動性社團辦理活動、支援員福會或女聯會辦理體育活動，及開設運動班師資。

「紹謨紀念體育館」落成，體育室的重責大任才要開始，除了期許體育室全力以赴，也特別期待體育館的運作與管理順暢，大家都能保持健康的動態生活方式，體適能得以提升，體育學術研究水準亦能向上提升，共同創造淡江體育年的新氣象。