# 體育是大學教育重要的一環

社論專載

高等教育機構所要培育的不僅是學術卓越的人才，更重要的是要在校園教育的環境下培養學生健康的體魄，以應付進入職場後即將面臨的各項考驗，這也正是本校實踐三環五育，培育卓越人才的最高策略。檢視國內外知名企業主等成功人士，莫不把運動與身體健康視為職能表現的重要條件，除了在專業領域有出類拔萃的成就外，身體健康是持續甚至永續傑出表現的重要關鍵，更是追求榮耀與享受成功不可或缺的條件，而最簡易的方式即是透過持續運動，並且從小開始，越早越好。

許多大學生作息不正常，導致缺課過多，除了影響身體健康更降低學習成效，學生應儘早瞭解就業市場環境，在大學求學時累積就業專業能力及健康體適能，而體育課除了增進健康，還能訓練學生的團隊合作精神與提高學生自我要求克服困難的能力，符合就業市場之期待。

以本校體育課程而言，目前共有6大類64項的體育課程供學生選擇，其中包含球類32項、體適能類11項、休閒類7項、水域類5項、武術類5項及舞蹈類3項，並在聘任專兼任師資時，考量新興課程需求，期能為學生開設符合時代潮流又能兼具運動健康的課程。本校98年度獲選為全國「推動學校體育績優大學」的唯一首獎，且於本次私立學校「教育部體育專案評鑑」列為第一等優秀學校，其中具體績效之一，即為體育課程設計多元並列為三年必修一年選修，本校於民國84年大學法頒布施行後即開始推動延續至今，建立優良傳統。

將體育課程列為三年必修一年選修需克服許多困難，因為體育往往成為經營困難的私立學校在經費不足時第一個被犧牲的課程，本校雖無國立大學之資源，卻十分重視體育，這應歸功於本校張創辦人及歷任校長對於體育教育價值的遠見。除了令其他學校師生羨慕不已的完善場館建設投資外，對體育師資的充實更是支持，並以身作則帶頭運動，張校長將95學年度訂為體育年指示體育室推動相關活動，以一人一運動為口號，鼓勵教職員工參與運動，於98學年度第1學期起開辦一級主管運動班，成為全國大專校院學習的標竿，第2學期將針對教職員工擴大辦理，同時開設運動諮詢時間，提供師生針對運動相關問題進行諮商，讓全校教職員工生由上到下一起「必修」體育課，邁向健康樂活的淡江校園。

相較於其他學校如慈濟大學（游泳50公尺）、元智大學（游泳25公尺）、中原大學（體適能檢測門檻）等，本校目前尚未設有畢業體育門檻，給予學生的壓力不算大。而今年教育部提出擬將游泳列入升學加分項目，因為「台灣四面環海，所以學生都要

會游泳。」，已設有游泳池的本校也希望能儘快訂定自由式游泳25公尺的畢業門檻，讓本校體育教育不但符合國家、教育部與學校政策，同時跟緊時代的腳步。體育是教育的一環，讓學生在繁重的學科課業壓力之餘，增加身體活動的機會，進而養成終身運動的習慣，提高健康水準，並期能降低身體罹患疾病的機會，減低國家醫療社會成本的支出，為國家建設發展盡力，是高等教育學府應有的社會責任。