

教育部體育署

105 至 110 年全民運動推展計畫網路公聽會活動辦法

壹、活動主旨：

為蓬勃我國全民運動風氣，提升規律運動人口，教育部體育署於 99 年至 104 年推動「打造運動島計畫」，截至 103 年已提升我國規律運動人口至 33%，逐漸展現計畫推動成效，茲因前開計畫將於 104 年完成階段性任務退場，為持續引領國人運動風氣，並廣納各界建言，體育署特別規劃辦理「105 年至 110 年全民運動推展計畫網路公聽會」，期盼國人踴躍參與，為新的階段推動政策提供寶貴建議。

貳、辦理單位：

一、主辦單位：教育部體育署。

二、承辦單位：打造運動島計畫執行中心。

參、活動對象：凡中華民國國民、不限年齡，均可參加。

肆、活動實施期程：104 年 4 月 10 日(星期五)至 4 月 24 日(星期五)。

伍、活動網路平臺：請上臉書(Facebook)搜尋「全民運動計畫論壇」粉絲專頁(<https://www.facebook.com/sportforallpolicy>)。

陸、參與辦法：參與者須對「全民運動計畫論壇」粉絲專頁按讚，並在活動實施期程間，於粉絲專頁指定之動態訊息中提供建議或心得，即有機會獲得獎品(計畫草案簡版詳見附件)。

柒、獎勵措施：為鼓勵民眾參與議題討論，凡於活動實施期程依活動參與辦法提供建議或心得者，均有機會獲得運動毛巾或運動相關書籍，獎項名稱及品項詳見下表(如獲獎資格人數超過獎品數量時，則採抽籤方式選定受獎者)。

活動獎項明細表		
編號	獎項	獎品數量
1	運動毛巾	300(條)
2	運動改造大腦：EQ & IQ 大進步的關鍵(書籍)	80(本)
3	夢想，零極限：極地超馬選手陳彥博的熱血人生(書籍)	80(本)
4	51.5 公里的瘋狂：賈永婕的三鐵美麗人生(書籍)	80(本)
5	歐陽靖寫給女生的跑步書：連我都能跑了，妳一定也可以！(書籍)	80(本)

捌、其他注意事項：

一、發言時應針對計畫相關事項陳述意見，不得為人身攻擊，主辦單位針對謾罵、廣告及偏離主題等留言內容，擁有刪除或隱藏之權利，並取消發言者之獲獎資格。

二、如有未盡事宜，將另行公告於活動粉絲專頁中。

※備註：計畫草案實體公聽會前已於 104 年 3 月 16 日及 21 日分別假高雄國際會議中心及國立臺灣師範大學辦理完畢，實體公聽會與會者所提建議內容業已彙整完畢，請上活動粉絲專頁查詢參閱。

105 年至 110 年全民運動推展計畫(草案)

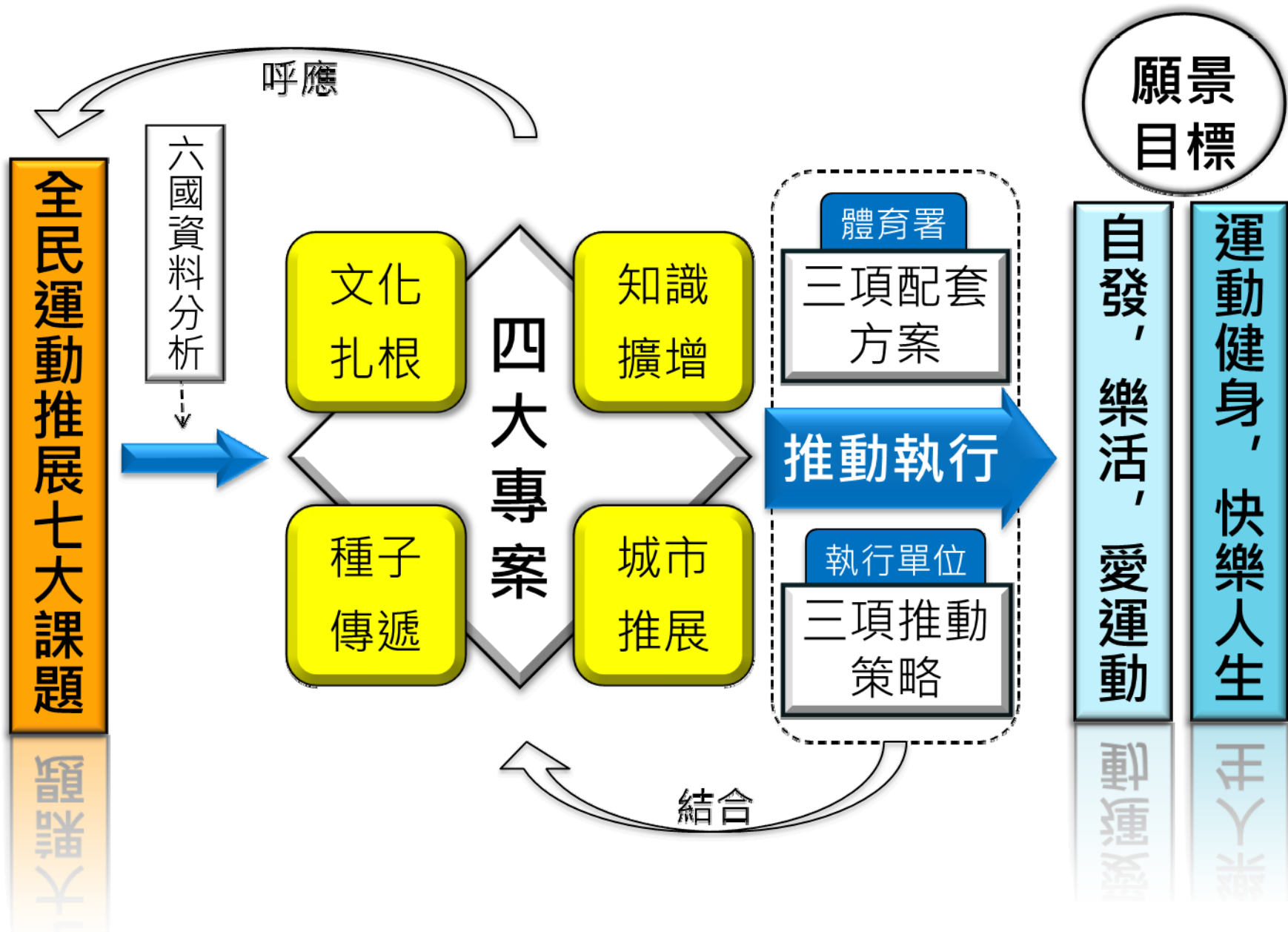
(暫名：運動 i 臺灣計畫)

一、願景與整體目標說明

前階段「打造運動島計畫」已建立國民的運動氛圍，提昇國人運動習慣，為本計畫之推展立下穩固根基；本計畫除持續推動國民運動風氣外，願景在於「自發、樂活、愛運動」以促使民眾達到體育運動政策白皮書「運動健身、快樂人生」之目標，其中「自發」部分為強化國人自發性、自主性的規律運動習慣；「樂活」部份為讓運動結合生活及文化，發展地方性的特色運動，使國人了解及認識地方特色的運動文化，藉由參與運動的過程中，更愛惜臺灣這片土地；「愛運動」部分為為培養國人運動興趣，使國人從為個人健康而運動，提升至為喜歡運動而運動，為愛好運動而運動。

為使政府資源利用上能更貼近地方不同族群在全民運動發展上的需求，克服過去在全民運動政策推展上遭遇過的困難與挑戰，達成民眾能透過運動更熱愛自己土地的目標，「運動 i 臺灣」計畫的撰述理念為：確立全民運動政策實際推動單位為地方政府與基層運動組織(社團、俱樂部)。由中央政府擔任協調與指導者，而地方政府規劃符合當地各族群全民運動發展所需之細部推展計畫，使全民運動能從基層到中央、由下往上進行推展。為了全力支持地方政府與基層運動組織推展全民運動，「運動 i 臺灣」計畫重點為「三項策略、四項做法、三項配套方案」，透過「全民參與」、「通路結合」、「專案串聯」等三項策略主軸，落實全民運動計畫執行之公開性、擴散性及效益性，以達成計畫推動願景。

本計畫具備四項驅動作法，期透過「運動文化扎根專案」，形塑運動新文化，以鼓勵民眾踴躍參與；透過「運動知識擴增專案」，擴大推展運動管道，廣納運動知識散布通路，提升國人運動參與意識及知能；透過「運動種子傳遞專案」，透過人力資源之培育，提升全民運動推展效能；透過「運動城市推展專案」，使運動場域與民眾生活連結，透過積極性開放作為，促使民眾投入運動參與之行列。



二、計畫專案分項目標說明

本計畫分項目標如下：

(一) 運動文化扎根專案

建置地方全民運動發展輔導機制，輔導各縣市推展地方特色運動，結合在地運動團體，擴大辦理國民體育日及體育運動季系列活動，並依地方運動發展需求，推行特殊族群運動發展年度計畫，以建立地方全民運動發展自主性，形成地方運動文化與風氣，進而搭配整體行銷宣傳計畫，以活動引領運動文化扎根。

(二) 運動知識擴增專案

結合運動行動祕書 APP 與體適能檢測，建置個人化運動資訊平台與 I 運動線上課程，提供全台各地運動資訊與運動教學課程影片，使民眾人人、處處、時時可運動，並推廣正確運動觀念，達到自主性運動參與的願景。

(三) 運動種子傳遞專案

制定專業認證制度或現有運動專業證照認可制度，結合全國性體育運動組織與大專校院開辦全民運動推展人才培訓課程與專業證照課程。組成專業運動團隊，至各地進行駐點或巡迴輔導服務，擴大人才培育效果，強化地方基層運動推展人力。

(四) 運動城市推展專案

輔導縣市政府訂定地方社團年度全民運動推展主軸，配合地方運動社團需求，結合社區及學校場地設立綜合型運動俱樂部，與當地運動社團共同開辦地方居民綜合性運動課程，使民眾能就近於社區內從事運動，協助養成規律運動習慣。此外，為協助地方運動社團永續經營發展，將輔導縣市政府與相關單位協調訂定場地開放、租借及認養辦法，提高場地使用率，使運動社團有固定聚會場所。

三、體育署配套方案

為能更有效推動計畫，達成民眾自主性、規律性、愛運動的計畫願景，除了以上三項計畫推動策略與四項推動專案外，尚需由本部體育署主導推動三項計畫整體配套方案：輔導機制、行銷包裝、與研究諮詢，使中央政府在計畫執行中能成為推動者強力的後盾，增強計畫推動效益。

(一) 輔導機制

由於提升地方政府及民間團體發展全民運動的自主性為「運動 i 臺灣」計畫核心概念之一，故將推動建置完善之地方全民運動發展輔導機制，例如加強內部查核機制、推動承辦人員法治教育、提高訪視輔導頻率並將結果納入統合視導、制訂更完善之補助基準等等，實際執行時組成分區輔導團隊，結合產業間服務品質管理「秘密客」行動，由中央政府擔任協調與指導者，輔導地方政府及民間團體一同達成全民運動推展目標。

(二) 行銷包裝

長期以來政府推出許多便民方案，但常礙於行銷宣傳力度不足等因素，導致仍有許多民眾未能享受到諸多服務，使政策推展效益受到限制。因此，為能讓更多民眾了解政府所推出的利民與便民措施，加強政策計畫推展效益，本部體育署推動「運動 i 臺灣」計畫時，將更加強行銷包裝的推動，使計畫執行更加順利且更有顯著成效。

(三) 研究諮詢

現代科技與社會快速變遷，短時間內民眾運動需求與各地全民運動發展情況可能就會有很大的轉變。為此，本部體育署將委託學術與研究單位定期進行全民運動推展相關研究，並依據研究結果，滾動式調整四大專案計畫執行方式，以滿足民眾需求，並使政策符合國內全民運動發展現況。

四、執行單位推動策略說明

運動 i 臺灣計畫分四大專案、14 項推動方式，實際執行時除需仰賴縣市政府以外，還需與數百個縣市與鄉鎮市區體育會、民間團體、與企業組織共同合作。為使計畫推動更加順利，且推動方式更為一致，避免有如多頭馬車同時行進的情況，本計畫另訂 3 項推動策略，做為執行單位推動計畫時的策略原則。茲說明如下。

(一) 全民參與

為改善過去因封閉的政策決策圈導致政策推展方向與地方全民運動發展需求不同的問題，「運動 i 臺灣」計畫除了推動多項以地方政府主導之年度計畫與競爭型計畫外，在每年實際推展本計畫時，政府單位亦需秉持「全民參與」之推動策略，開放政府政策制訂相關資訊，匯集民眾意見，並統整納入年度計畫中。

(二) 通路結合

全民運動在推展上，除了需與運動相關單位合作外，還需結合不同部門或領域的既存通路，使成果更能見效，且更能永續發展。此項推動策略對特殊族群運動推展而言尤其重要。以高齡者運動為例，相較於承辦單位自行借用外部場地辦理活動，若能結合地方樂齡中心、敬老院等機構，不僅能減少場地租借與宣傳費用、固定參與對象、還能讓參加者能在熟悉、安全的環境下進行活動，增加活動的效益，並達跨域加值之效果。

(三) 專案串聯

「運動 i 臺灣」計畫共有四大專案，但每項專案之間並非明確分割，而是環環相扣。四大專案在執行時需相互結合，相輔相成，如此才能達到計畫成效最大化。以「擴大運動推展管道」專案中的體適能檢測為例，民眾在獲得檢測報告後，即可透過分區輔導團、i 運動資訊平台取得「運動城市推展專案」中之運動俱樂部於社區內開班資訊，或是積極轉介參加「運動文化扎根專案」各縣市特殊族群年度計畫所推動的運動課程，再由「運動種子傳遞專案」所培訓的指導員指導下進行體適能促進運動。

五、專案與工作項目

「運動 i 臺灣」計畫主要工作項目如表 1。以下分別針對各專案內容與執行方式進行說明。

表 1 「運動 i 臺灣」計畫主要工作項目表

專案	內容	執行方式
運動文化扎根專案	1-1 地方特色運動	1-1-1 縣市政府協調與遴選一具地方特色的代表性賽事或活動 1-1-2 擬訂結合縣市特色與活動之整合行銷宣傳計畫 1-1-3 研擬針對縣民提供報名優惠或其他回饋活動
	1-2 國民體育日多元體育活動	1-2-1 縣市層級體育表揚活動 1-2-2 國民體育日嘉年華活動 1-2-3 i 運動評選活動 1-2-4 特殊運動項目展演活動與教學體驗課程 1-2-5 體育署國民體育日慶典活動
	1-3 競爭型年度計畫	1-3-1 縣市組與全國性體育運動團體組 1-3-2 漸進式推動作為 1-3-3 依族群或運動項目分競爭計畫類型
運動知識擴增專案	2-1 運動資訊平台	2-1-1 資訊平台架設與維護：單一窗口 2-1-2 運動行動秘書 APP 2-1-3 i 運動線上課程(結合民間及官方課程資源)
	2-2 體適能檢測	2-2-1 體適能檢測(強化科技、組織、人力及功能等面向) 2-2-2 結合宣傳 2-2-3 積極轉介 2-2-4 適度獎勵
	2-3 運動城市調查	2-3-1 細緻化問項內容 2-3-2 問項貼近計畫需求 2-3-3 協助縣市了解競爭型計畫之需要 2-3-4 符合科技潮流
	2-4 提升運動參與途徑	2-4-1 遴選推廣運動種類 2-4-2 拍攝動態影像及文宣 2-4-3 文宣通路宣傳 2-4-4 特色亮點活動露出 2-4-5 新媒體運用

表 1 「運動 i 臺灣」計畫主要工作項目表(續)

專案	內容	執行方式
運動種子傳遞專案	3-1 全民運動推展人才進修與培訓	3-1-1 授予行政管理、運動指導及志工等強化課程及複訓 3-1-2 強化現有教練證照人員增能課程 3-1-3 實務工作坊 3-1-4 編制運動指導、運動參與、運動規則指南等電子手冊
	3-2 結合全國性體育運動組織與各大專校院開設認證課程	3-2-1 授權大專院校或專業民間組織開設認證課程 3-2-2 強化國民體適能指導員授證機制
	3-3 專業運動團隊駐點或巡迴服務	3-3-1 中央成立菁英運動指導團，至各區辦理研習 3-3-2 地方組成縣市巡迴運動指導團隊，結合通路進行運動指導及講座
運動城市推展專案	4-1 地方、社區運動組織推展	4-1-1 縣市政府設定當地運動社團年度發展策略 4-1-2 結合地方資源，辦理如社區聯誼賽、社團聯盟季賽等常態性活動
	4-2 運動社團結合社區可運動空間	4-2-1 建置運動俱樂部(認養、協議或租借) 4-2-2 常態性、基礎性運動指導課程 4-2-3 簡易運動聯賽 4-2-4 運動資訊站
	4-3 運動熱區	4-3-1 常態性運動指導課程 4-3-2 多元性運動體驗 4-3-3 體育運動季 4-3-4 運動文化及藝文之結合(運動電影、重要賽事現場直播、運動展演活動等)

(一) 運動文化扎根專案

為使全民運動永續發展，將運動融入生活、進一步轉變為運動文化是當代各國的運動發展趨勢。有鑒於全台各縣市運動發展狀況與運動風氣不盡相同，運動 i 臺灣計畫以縣市為推動單位，將運動深植於民眾日常生活中，並發展地方特有運動文化。

1. 地方特色運動

全台各地每年皆有大型運動賽會或活動舉辦，其中有許多活動因辦理成效優良，多年來皆延續辦理，儼然成為當地之特色運動，促進地方經濟。因此，為打造地方運動文化，「運動 i 臺灣」計畫推動各縣市政府選定一場大型地方特色運動賽事或活動，例如南投縣泳渡日月潭活動、臺南市星光馬拉松活動等，結合城市代言人，做為城市特色與地方運動文化之代表，固定每年辦理，除了促進當地運動發展與觀光收入以外，亦能提升民眾對在地的認同感。

2. 國民體育日多元體育活動

依據國民體育法第三條規定：「每年九月九日為國民體育日。各級政府應在國民體育日加強全民健身宣傳。各機關、團體及企業機構應在國民體育日規劃推動組織內員工全民健身活動。各級政府之公共運動設施應在國民體育日免費開放供民眾使用；並鼓勵其他各類運動設施在國民體育日免費開放供民眾使用。」為強化國民規律運動觀念、鼓勵民眾從事健身活動、培育社區營造、提高運動設施使用率、促進運動觀光、並協助賽會宣傳，「運動 i 臺灣」計畫將國民體育日的概念延長為一個月(9 月)或甚至一季(7~9 月)的體育運動季系列活動，具體實施方式如縣市層級體育表揚活動、縣市國民體育日嘉年華活動、i 運動評選活動、與特殊運動項目展演活動與教學體驗課程等。各縣市於規劃時，須結合縣市全民運動推展理念及既有資源規劃具縣市特色元素之體育活動，並以可延續於各年國民體育日辦理者為規劃方向。

3. 競爭型年度計畫

為落實地方全民運動發展，使政策契合地方各族群運動發展需求，並使各縣市及團體得發揮獨特運動推展特色，「運動 i 臺灣」計畫將開辦全民運動計畫徵選活動。競爭型計畫徵選分兩組：由縣市政府與體育會組成之機關團體組，以及由其他體育運動團體所組成之公開組。計畫的類型可依族群分為職工、婦女、身心障礙、銀髮族、原住民族，以及依運動項目分類。參加單位須根據本部體育署訂定之計畫原則，結合現有資源及特色規劃競爭性計畫內容，俾發揮推展，並達政策推動目標。例如計畫內容須達到與通路結合之特定比例，以及計畫擬定應納入民眾意見等。每年徵選截止後，由本部體育署聘請評審委員評選優良計畫，給予經費補助，並將其計畫內容作為其他機關團體或人民團體之特殊族群運動發展範本，鼓勵各組織團體互相交流與學習，整體提升其運動政策規劃與發展能力。為輔導縣市政府及相關單位落實競爭型計畫之爭辦，本計畫將採漸進性開放競爭型申辦模式辦理，以逐步輔導縣市及執行

單位計畫之推動與執行。

(二) 運動知識擴增專案

在這個資訊爆炸的時代，民眾想了解運動資訊或獲得問題的解答，只需要上網搜尋即可。然而，訊息雖多，卻沒有一個整合所有運動相關資訊的官方平台可供民眾使用，只能聽信流言，或自行在網路上查找資料，其正確性與安全性有待商榷。若民眾誤信錯誤資訊，其後果將難以預測。因此，提供民眾方便、多元、且令人放心的運動資訊媒體及運動方式，並適度鼓勵民間資源投入，即是運動 i 臺灣計畫的四大主軸之一。

1. 運動資訊平台

透過互動性及即時性的網路資訊露出形式，提升民眾運動資訊接受率，並透過正確及多元的運動指導資訊，鼓勵民眾持續參與。實施內容包含資訊平台網站架設與維護、運動行動秘書 APP、i 運動線上課程 (i-Sport Online Courses, iSOCs) 等。相關線上課程除注重與民間資源之結合性外，應注重相關現有課程剪輯作業，以使民眾得於閒暇瑣碎時間參與運動，提升運動參與意願。另外，為使資訊露出統一窗口，並強化各縣市資訊整合，本計畫將改變過往補助縣市政府設立運動地圖網站之方式，改以中央資訊平台為骨幹，並提供各縣市網管權之方式進行。

2. 體適能檢測

透過體適能檢測，促使民眾了解自我體適能情形，進而透過相關引介措施，促使不運動人口提升為運動人口；運動人口提升為規律運動人口；規律運動人口持續參與。針對不參與（或無法參與）體適能檢測之民眾，搭配相關整體行銷及通路媒宣管道，強化運動參與之益處，並透過成功優良個案及感人故事，促使投入運動人口行列。

3. 運動城市調查

透過細緻化題項之設計，每年進行調查，深入了解與評估全台各縣市運動發展情形與需求，作為縣市政府年度計畫制定之參考資料與滾動式調整計畫之依據，並可結合 i 運動文化城市評選活動，定期針對調查結果優異或進步幅度大者進行表揚，鼓勵運動發展績優單位。

4. 提升運動參與途徑

現代人生活忙碌，且不同族群(職工、銀髮族、婦女等)閒暇時間均有不同，為提升各族群之運動參與，提供可參與運動之現實途徑及方式，因此特規劃辦理提升運動參與計畫。結合全國性體育運動團體及大專校院，透過公開遴選推廣運動種類、拍攝動態影像及文宣、於各族群相關通路進行宣傳、特色亮點活動露出等，鼓勵不同族群利用閒暇時間投入運動。

(三) 運動種子傳遞專案

「人才」與「資源」為地方推廣全民運動最重要的兩大要素。在資源有限的狀況下，人才的供給顯得更為重要。好的人才能夠協助改善運動組織的經營狀況，開拓更多資源。近年臺灣運動發展越來越蓬勃，對人力的需求也越來越高，因此，專業人才培訓成為我國在全民運動發展上非常迫切的重要議題。為此，運動 i 臺灣計畫特別針對運動人才培訓設置專案發展計畫，結合全國性體育運動組織中的運動專業人士與大專校院的教學資源，系統化發展指導員與管理專才養成訓練計畫，並輔導地方政府組成專業運動團隊駐點與巡迴各地服務。

1. 全民運動推展人才進修培訓

針對現有全民運動推展人員進行培訓，強化其推展技能，培育組織管理、運動指導及志工人力資源，並能於推展全民運動時傳播正確運動指導及運動參與知識。

2. 結合全國性體育運動組織與各大專校院開設認證課程

全國性體育運動組織內聚集全台各地的運動人才，而各大專校院則為教育的最高殿堂，針對有興趣投入運動推展工作的民眾，兩者可相互結合，共同培育國內推展全民運動之專業人才。針對新開設之認證課程與民間現有之運動推展相關證照，可鼓勵相關企業納入徵才選才之考量。

3. 專業運動團隊駐點或巡迴輔導服務

獲得認證或受過培訓的專業人才，除了返回所屬運動社團或組織貢獻所學外，亦可由中央政府組成菁英運動指導團，定期於全台各區舉辦運動指導人才研習與講座，培育地方運動指導人才。地方政府組成縣市巡迴運動指導團隊，主動結合通路進行運動指導及講座，如鄉鎮市區公所、敬老院、樂齡中心、醫療院所、企業等，並可與當地社團進行交流，而企業也可申請運動團隊前去服務，將正確運動觀念傳遞至全臺各地。

(四) 運動城市推展專案

運動俱樂部為國家運動發展中，最能直接與民眾產生互動的基層組織，對民眾的生活與運動習慣具有最直接的影響力。而要組成運動社團，最重要的除了要有參與民眾外，還要有能夠從事運動的場地。因此，「運動 i 臺灣」計畫除了修改與部分延續打造運動島計畫中有關運動社團建置之內容外，還規劃由縣市政府主導開放地方運動場館與閒置場地，結合當地社團積極達成場地活化目標。此外，本案將推動縣市政府主導設立地方「運動熱區」，讓愛好運動、想要運動的民眾都能在該區聚集與交流。

1. 地方、社區運動組織推展

實施要項：運動社團為基層全民運動發展的重要推手，而縣市政府則是地方運動社團推展全民運動時最重要的夥伴之一，因此中央應給予縣市政府全民運動發展最大的支持，不過度干涉其正向發展，每年由縣市政府設定當地運動社團年度發展策略，提供有需求又有熱情的社團申請經費補助的機會，辦理如社區聯誼賽、社團聯盟季賽等加強各社團橫向聯繫之常態性活動，聯手達成運動 i 臺灣的願景，並達成全民運動發展由下到上的倒金字塔理念。

2. 運動社團結合社區可運動空間

場地為從事運動時的必要條件。好的運動場所自然而然會聚集許多愛好運動的民眾，進而組成運動社團，而沒有固定場地可使用的社團將難以永續發展。另一方面，每當大型運動賽事結束後，運動場館的使用率常使人詬病。此外，因受少子化影響，許多學校也產生了閒置空間，棄而不用甚為可惜。因此，「運動 i 臺灣」計畫將推動地方政府整理開放平常使用率較低之運動場館或場地，以及協調學校單位與村里長辦公室開放學校與社區活動中心予社區婦女、銀髮族、身心障礙族群、附近企業員工社團、或其他居民活動使用，相關開放及場地租借辦法由地方政府與相關單位協議制定。開放之場地除了被動性提供租借使用外，地方單位亦可主動結合當地運動社團開辦常態性運動課程，供民眾就近參與運動，提升其運動參與意願。另外，針對較具組織與規模之運動社團，縣市亦可研擬場地認養相關作業規則，提供其做為固定之社團活動據點，增加場地使用率。

3. 設立運動熱區

運動 i 臺灣計畫亦將推動縣市政府主導設立「運動熱區」(如臺北市大安森林公園、高雄市世運龍騰體育場、新北市新莊體育園區等)，透過主動於周邊開設例行性、公開性體驗課程、多元性運動體驗、實況轉播等活動，凝聚運動能量，讓民眾除了就近在社區參與運動外，也可至各地「運動熱區」與所有熱愛運動的民眾一同交流。

六、各族群團體預期效益

(一)全國性體育運動團體

1. 透過運動文化扎根專案，依據自身特性，擬定全民運動推展計畫，投入競爭，爭取運動推展所需資源。
2. 與中央政府合作，透過運動文化扎根專案與運動知識擴增專案及行銷包裝與輔導機制，共同推展全民運動。
3. 透過運動種子傳遞專案，與中央政府共同辦理人才培訓或認證課程，強化運動推展與行政管理能力。

(二)地方體育運動團體

1. 透過中央輔導機制與運動種子傳遞專案，強化運動推展人才與管理能力，增加行政支援管道。
2. 透過運動城市推展專案，與社區或相關單位協調借用固定之活動場所，無須四處尋覓場地。

(三)縣市政府

以中央輔導機制與研究結果做為後盾，納入民眾意見，推展具地方特色且能滿足地方全民運動發展需求之年度計畫。

(四)特殊族群

整合各族群現有相關政府單位與民間團體資源，更有效與直接達成運動推展效果。

(五)一般民眾

1. 可提供未來全民運動政策計畫建議，參與全民運動政策制定過程。
2. 透過各專案串聯及具多元面向之運動參與管道，提升民眾運動知識與參與動機。