

台灣地區壁球運動發展現況之研究

陳志明*、徐茂洲**、謝漢唐***、李淑華****

摘要

自從工時減少、所得提升後，因為休閒活動受到眾人的重視，使得社會上對於運動、休閒的參與程度提升，而在運動中又以球類運動最為普遍。其中，壁球運動自 1953 年壁球引進台灣後，至 2008 年為止，已有 55 年的歷史，但因場地設備不足以及缺乏專業人員推廣與指導等限制，導致普及率不如其他運動項目。因此本研究將探討壁球運動之緣起即發展現況，了解改善之方式，以提供相關單位或壁球運動推廣者做參考；希望將壁球運動的各項優點推廣並發揮，進而達到全民運動最終目的。

關鍵字：壁球、發展

*美和技術學院助理教授

**大仁科技大學助理教授

***國立佳冬高農教師

****高雄市立小港高中教師

壹、前言

台灣地區的休閒風氣提升、工時減少、所得提升，民眾對於自我生活品質重視程度逐漸改變及實施週休二日制後，休閒成爲了一種新的風潮，在此環境背景下，各式休閒產業，也因應而生。由此可知，休閒活動在現代化的社會中，已越趨重要（張家銘、吳政杰、江金山，2006）。隨著時代不斷的變遷，大眾更應懂得去安排自身的休閒活動，並藉由從事休閒活動來促進身心健康及減少疾病之發生，休閒活動涵蓋廣泛，其包含了休閒運動，也就是休閒運動爲休閒活動之一部份（張佩娟，2003；鄧崇英，2005）。從事休閒運動除可獲得生理上的效益之外，更能在獲得心理滿足、社交經驗、經濟交換、美學充實、生活品質及壓力舒緩等各方面的功能（洪昭坤，2002）。休閒是健康生活中不可或缺的一環，教育所扮演的角色更爲重要，在參與休閒活動中，休閒教育是可幫助個人提昇休閒的技巧與認知，且自由選擇使自己愉快與滿足的休息活動。這明顯指出休閒教育可以幫助學生瞭解參與壁球運動的重要性，並能得到壁球運動的知識與技巧。學生時代是學習運動技能的黃金時代，如未能妥善安排利用將對於往後的學習會付出事半功倍的代價，甚至與運動絕緣（蔡貞雄，1998）。

在學習運動的過程中養成規律的運動習慣，進而養成終生運動的生活型態，是創造身體健康與摒除壓力的重要方法（李志峰、楊慶南、邱智麟，2003）。青少年時期對於休閒生活的需求、經驗、態度、認知及參與，影響成人時期的身心適應與發展很深（王水文，1994；宋幸蕙，1999）。而林百也與趙明毅（2001）研究亦指出：學校是運動人口最大的來源，壁球運動因場地設備與專業人員的不足等因素，而影響其推廣與普及，如能改善及克服此影響因素，進而推展至社會中，勢必能帶動社會大眾參與壁球運動。至 2007 年爲止，台灣地區壁球場地數量約有 152 座，而屬於學校類型的壁球場地共計有 10 所學校，總計 33 座，在場地設備方面比起其他運動項目更顯嚴重不足。此乃本研究的主要動機之一。謝漢唐（2008）認爲在學校推廣壁球運動，將有助於提昇學生對壁球運動的認知、技能與休閒活動的觀念，同時能培養學生的運動習慣，提升學生的健康體適能，進而帶動台灣地區壁球運動的風氣，此與行政院體委會（2002）之「運動人口倍增計畫」中「要想辦法讓不會運動的人學會運動，讓不運動的人出來運動」的理念是相契合的。

基於上述之觀點，故本研究將探討壁球運動在台灣地區發展之現況分析。期望瞭解壁球運動的發展現況，並給予適當的輔導，以提供更合適的休閒活動，避免因爲休閒時間的增多產生無聊感，衍生出不良的休閒行爲。進而提供體育運動推廣之相關單位參考，制定有利的策略加以推廣，帶動更多民眾參與，引發壁球運動新潮流。

貳、壁球起源與發展

壁球界定為英式壁球。壁球運動是綜合網球、羽球、桌球等特色，在四面牆壁空間內，以球拍拍擊橡膠球的運動，是一種結合競技與休閒的運動，適合於各階層民眾從事的終身運動（林百也、趙明毅，2001）。壁球（squash）運動在 18 世紀中由英國監獄犯人的休閒活動所發展出來。是由兩個人在一個四面都是牆壁的空間內，以球拍拍擊橡膠球的一種遊戲。因為橡膠球被打擊在牆壁上時會發出類似「斯夸曲」的聲音，因此被命名為（squash）。因為壁球運動十分激烈，常能令人在短時間內消耗相當大的體力，故又有「死過去」的暱稱。在國內有人將其翻譯成「長柄壁球」或「壁式網球」而香港稱之為「壁球」，為了統一及推廣方便起見，國內將其定名為壁球。因此，總合在四面牆壁進行的運動項目統稱為壁球運動（林百也、趙明毅，2001）。

英國自 18 世紀工業革命以後，即將此運動推廣至其所屬的各殖民地中，並深受當地人民喜好，在英國壁球運動是一種相當熱門的運動項目，1820 年英國哈羅中學的貴族學校，為了增加學生運動的空間，於是在操場上堆砌圍牆，讓學生對著牆壁打球，成為世界上第一座壁球場。壁球運動初期發展遲緩，1929 年才完成規則制定，1939 年受到二次世界大戰影響，許多球場遭到破壞，減緩了壁球運動的發展，直到 1960 年才因為新球場興建及參與人數增加而復甦（王文瑞，2005）。

參、台灣壁球運動演進與發展

台灣地區壁球運動的起源早在 1953 年美軍顧問團在台成立後，壁球就已經引進台灣，至 2008 年為止已有 55 年的歷史，當時受到場地的侷限，僅在台中清泉崗空軍基地以及林口憲兵基地內兩處設有壁球場，因為場地皆設置在重要軍事管制區內，所以大多數人並不了解壁球運動及其比賽規則，所以無法廣泛地在民間流行、發展與推廣。到了 1968 年，台北美僑俱樂部成立，不過當時招收的會員以美國公民為主，因此壁球在台灣仍未普及。直至 1979 年在台北市來來大飯店開始籌備，奠定了日後中華民國壁球協會誕生的基礎（王文瑞，2005）。於 1994 年成立中華民國壁球協會，亦於 1995 年加入亞洲壁球協會，成為亞洲壁球協會第 26 個會員國及世界壁球總會第 105 個會員國家（林百也、趙明毅，2001）。

台灣在上述環境背景的演進下，休閒行為逐漸受到國人重視，政府全面實施週休二日制後，從事休閒運動亦已逐漸形成一種趨勢，不僅僅是個人遊憩活動，亦同時兼具了學習新知、保持身心平衡健康以及恢復工作疲勞等功能（林禹良，2003）。黃振紅（2004）的研究中指出：如何維持身體健康、減少慢性疾病的罹患率並強化身體的財富，善用空閒時間從事休閒活動，已成為現代國人生活中不可或缺的一部份。因此休閒成為了一種新的風潮，在此環境背景下，各式休閒產業，也因應而生。休閒俱樂部如雨後春筍般出現，可歸因於以下幾項趨勢：（一）

所得普遍提高；(二) 俱樂部會員卡是社經地位之表徵；(三) 反璞歸真的趨勢；(四) 健康概念的回歸；(五) 週休二日下之消費潮流 (張宮熊, 2002)。由於上述原因, 所以俱樂部類型之壁球場地設置數量急增。林百也與趙明毅 (2001) 指出壁球場地之設置以飯店附屬型最多。至 2007 年為止, 台灣地區壁球場地數量約有 152 座, 如表一所示。壁球場地之數量從飯店附屬型轉變成俱樂部類型最多, 其依次為學校類型及飯店附屬類型 (謝漢唐, 2008)。

表一 台灣地區壁球場地之分布地點、名稱與數量

縣市別	座落處所	數目	縣市別	座落處所	數目		
台北市	台北市美僑協會	2	台北市	蒙地卡羅	1		
	海華大廈社區	3		哥德堡	1		
	傑士堡俱樂部	2		普林斯頓	1		
	喜來登飯店 (來來)	2		天母國際聯誼社	2		
	亞太會館	2		現代米羅俱樂部	1		
	陽明山登峰造極	1		北投運動中心	2		
	天母星鑽	1		台灣大學	4		
	鄉村國際健康世界	2		小巨蛋體育館	4		
	明碁電腦公司	1		南港運動中心	2		
	瑞士蓮	1		民生社區活動中心	2		
	捷運局北投會館	1					
	台北縣	日月光聯誼會		3	台北縣	熱帶嶼健康休閒俱樂部	2
		卡莎米亞俱樂部		1		哈佛林園	1
水蓮山莊		1	棕櫚泉俱樂部	2			
百年大世紀社區		1	麗寶新圓山	1			
康斯坦郡		1	皇普大道東	2			
湯城聯誼會		1	富貴麗景	1			
泰瑞建設		1	天下為公	3			
國巨電子公司		1	明碁電腦公司	2			
達觀會館		3	鴻禧別館	2			
江坡華城		1	岳捷股份有限公司	1			
地中海國際中心		3	金典俱樂部	2			
日若山莊		1	太平洋香榭花都	1			
馥記山莊		1					

台灣地區壁球運動發展現況之研究

續表一 台灣地區壁球場地之分布地點、名稱與數量

縣市別	座落處所	數目	縣市別	座落處所	數目
桃園縣	巴黎富邑	1	桃園縣	鴻禧別館	2
	岳捷股份有限公司	1		中悅春天廣場	1
	揚昇高爾夫俱樂部	1		國防大學	1
	住都大飯店	1		明碁電腦公司	2
新竹市	科學工業園區	1	新竹市	大俊國運動俱樂部	1
	大科技休閒俱樂部	1		鄉林麗池	1
	太平洋鄉村俱樂部	3		電信訓練中心	1
	富群花園	1			
台中市	長榮佳冠酒店	2	台中市	大俊國運動俱樂部	1
	鄉林麗池	1		電信訓練中心	1
	永豐棧酒店	1		逢甲大學	2
彰化縣	中州技術學院	8	彰化縣	高品大飯店	1
	國立彰化師範大學	2			
嘉義縣	嘉義大學	4	嘉義縣	國立中正大學	4
台南市	華昇俱樂部	1	台南市	亞歷山大台南分部	1
	環華企業家聯誼會	1		台積電南科廠	2
高雄市	漢來俱樂部	1	高雄市	皇朝會	1
	太平洋俱樂部	1		圓山飯店	2
	陸軍官校	1		健身工廠	2
	高雄大學	2			
屏東縣	福華飯店	2	屏東縣	小墾丁綠野渡假春	2
台東市	國立台東高商	5	花蓮縣	美侖大飯店	2
				天祥晶華渡假酒店	2
宜蘭縣	溫泉山海關	1			

資料來源：林百也、趙明毅（2001）；謝漢唐（2008）

根據謝漢唐（2008）研究指出：將設有壁球場的屬性類型歸納分類為：（一）俱樂部類型（例如：健身工廠、卡莎米亞俱樂部、太平洋俱樂部等）；（二）飯店附屬類型（例如：圓山飯店、福華飯店、天祥晶華渡假酒店等）；（三）學校類型（例如：台灣大學、嘉義大學、中部地區大專院校等）；（四）企業機構類型（例如：台積電南科廠、國巨電子公司、明碁電腦公司等）；（五）商業聯誼類型（例

如：亞太會館、湯城聯誼會、達觀會館等)；(六)社區類型(民生社區活動中心、百年大世紀社區等)；等六大類型。而壁球場地之數量則以俱樂部類型最多，依次為學校類型及飯店附屬類型。

壁球場地設施的分布：如表二所示，主要在北部地區有 97 座壁球場約佔 63.8%；其次中部地區有 27 座壁球場約佔 17.7%；南部地區有 19 座壁球場約佔 12.5%；花東地區有 9 座壁球場約佔 6%。

表二 壁球場地區域分布

區域	數量(座)	百分比(%)
北部地區	97	63.8
中部地區	27	17.7
南部地區	19	12.5
花東地區	9	6

資料來源：謝漢唐(2008)

林百也與趙明毅(2001)研究指出：學校單位設置壁球場地的單位有國立台灣大學 4 座、國立彰化師範大學 2 座、國立中正大學 4 座、國立台東高商 5 座，共 15 座，因場地設備不足以及無專業人員進行推廣與指導等限制，導致壁球運動的普及率並不如其他運動項目。根據謝漢唐(2008)研究指出：學校類型壁球場地數量從 2001 年的 4 所學校共 15 座，增加至 2008 年的 10 所學校，共計 33 座。如表三所示，分別是國立台灣大學 4 座、國防大學 1 座、逢甲大學 2 座、國立彰化師範大學 2 座、中州技術學院 8 座、國立嘉義大學 4 座、國立中正大學 4 座、陸軍官校 1 座、高雄大學 2 座、國立台東高商 5 座，10 所學校而中部地區就佔了 20 座，如表三所示，學校類型之壁球運動的發展以中部地區最為盛行。

表三 學校類型之壁球場分布與數量

區域	單位	數量(座)
北部地區	台灣大學	4
	國防大學	1
中部地區	逢甲大學	2
	國立彰化師範大學	2
	中州技術學院	8
	國立嘉義大學	4
	國立中正大學	4

續表三 學校類型之壁球場分布與數量

區域	單位	數量(座)
南部地區	陸軍官校	1
	高雄大學	2
東部地區	國立台東高商	5

資料來源：謝漢唐(2008)

壁球運動是結合網球、羽球、桌球等項的特色，除能促進身心健康外又兼具社交、娛樂、陶冶性情的功能。從事休閒運動，不僅可以放鬆身心、擺脫煩惱，也兼具娛樂、滿足成就感、社交功能、改善健康等效益（程紹同，1994）。而壁球運動正符合運動與休閒的要件。台灣地區壁球運動自 1953 年至 2007 年為止，已有 54 年的歷史。但因設置地點、推廣不易以及消費性等問題，使得此運動與發揮空間受到阻礙（徐靜輝、趙明毅、陳寶源，2007）。王文瑞（2001）指出：壁球運動阻礙因素在於場地設施及資訊來源提供不足而受阻，導致想參與此運動之族群因不得其門而入放棄，轉為接觸其他運動。又因大多數的場地多附屬於俱樂部設施，消費者若想嘗試，得先入會才能使用，仍屬於高消費的休閒運動，因此難以推廣與發展，此為壁球運動推廣迫切需解決的問題。

肆、結語與建議

台灣地區壁球場地數量約有 152 座。主要集中在北部地區，共有 97 座，壁球場地之數量以俱樂部類型最多，依次為學校類型及飯店附屬類型。學校類型壁球場地數量從 2001 年的 15 座，增加至 2007 年的 33 座而中部地區就佔了 20 座，顯示學校類型之壁球運動的發展以中部地區最為盛行。在推展壁球運動上，因設置地點、消費性、設備不足以及無專業人員之推廣與指導等限制，導致壁球運動的普及率低，且台灣地區在壁球運動相關的學術研究仍匱乏，有鑑於此本研究提出下列之建議提供學校單位、俱樂部、體委會等相關單位及後續研究之參考：

- 一、加強壁球場地設施與人力資源之規劃管理，因場地設備不足以及缺乏專業人員進行推廣與指導等限制，導致壁球運動的普及率並不如其他運動項目，建議相關單位就現有壁球場地設施及人力資源的部份，做好規劃、管理、訓練、利用，以提高使用率，避免有場地卻無專業指導人員，造成場地閒置的狀況。
- 二、廣開設壁球課程，落實社團功能，教師調整教學方式，定期舉辦比賽；增設或改善現有壁球場地設施，彈性調整開放使用場地時間之方式，將現有資源做更有效的運用。
- 三、在後續研究方面，以俱樂部成員或學生為受試族群，檢視不同受試對象在壁球運動經驗或認知觀感之狀況。

參考文獻

- 王文瑞 (2001)。壁球運動指導手冊。高雄：高雄市體育會壁球委員會。
- 王文瑞 (2005)。壁球運動指導手冊。台北：中華民國壁球協會。
- 王水文 (1994)。台南市國中學生休閒運動之調查研究。國立體育學院體育研究所碩士班碩士論文，未出版，桃園。
- 行政院體委會 (2002)。運動人口倍增計畫。台北：行政院體委會。
- 宋幸蕙 (1999)。台灣地區國民中學教師對休閒教育課程期望之研究。國立台灣師範大學公民訓育研究所碩士論文，未出版，台北。
- 李志峰、楊慶南、邱智麟 (2003)。大葉大學學生運動性休閒參與動機之研究。大葉學報，12(2)，99-108。
- 林百也、趙明毅 (2001)。壁球運動起源與發展概況之研究。大專體育，57，68-73。
- 林禹良 (2003)。基層警察人員休閒阻礙之現況研究。大專體育學刊，5(1)，49-61。
- 洪昭坤 (2002)。南投縣高中職學生休閒運動設施需求暨休閒運動態度之調查研究。國立體育學院研究所碩士論文，未出版，桃園。
- 徐靜輝、趙明毅、陳寶源 (2007)。壁球運動人口參與現況及阻礙因素之研究-以高雄地區為例。高應科大體育，6，75-90。
- 張佩娟 (2003)。休閒運動參與動機與滿意度知相關研究-以雲林醫院員工為例。雲林科技大學休閒運動研究所碩士論文，未出版，雲林。
- 張家銘、吳政杰、江金山 (2006)。屏東市居民休閒需求及休閒阻礙之研究。運動事業管理學術研討會論文集，5(5)，1-16。
- 張宮熊 (2002)。休閒事業概論。台北：楊智文化。
- 程紹同 (1994)。現代體育發展的趨勢-運動休閒管理。中華體育，7(4)，25-30。
- 黃振紅 (2004)。不同學制技職生參與休閒運動之差異研究。大專體育學刊，6(2)，67-78。
- 蔡貞雄 (1998)。落實休閒運動的體育教學。國民體育季刊，27(3)，9-15。
- 鄧崇英 (2005)。南投縣高中教師參與休閒運動狀況與阻礙因素之研究。臺中健康暨管理學院經營管理研究所碩士論文，未出版，臺中。
- 謝漢唐 (2008)。大學生參與壁球運動的動機與阻礙因素之相關性研究-以中部地區大專院校為例。大仁科技大學休閒健康管理研究所碩士論文，未出版，屏東。

Research of the Current Development of the Activity Squash in Taiwan

Zhi-Ming Chen*, Mao-Chou Hsu**, Han-Tang Hsieh***, Shu-hua Li****

Abstract

Since the reduction of man-hours and the increase of income, leisure activities are paid more attention, participation has improved to the sport, recreation in the society has improved, but the ball game is the most general again in sports. Taiwan was introduced to the game of squash 55 years ago in 1953, but because there are not enough facilities to play the sport and not enough professional staff to popularize and guide new players, squash is not as popular as other sports. This research will probe into the genesis of squash sports, analyze the present situation, suggest ways to improve the sport's popularity, and consult in order to offer relevant units for the squash sport promoter. Squash can be a popular sport and we will present its advantages. The overall purpose of squash is full-body exercise.

Key words: Squash, Development

* Assistant Professor, Department of General Studies, Meiho Institute of Technology

** Assistant Professor,, Graduate Institute of Leisure and Recreation & Health Management, Tajen University

*** Teacher, Department of Sport , National Chiatung Agriculture Vocational Senior High School

**** Graduate of Physical Education, National Kaohsiung Normal University

