

國立臺灣師範大學運動與休閒學院

運動休閒與餐旅管理研究所

碩士論文

Graduate Institute of Sport, Leisure and Hospitality Management

College of Sports and Recreation

National Taiwan Normal University

Master's Thesis

以運動拓展的角度，探討運動在
公共衛生三段五級預防中扮演的角色

Exploring the Role of Sports in the Three Levels and Five Stages of
Public Health Prevention from the Perspective of Sports Development

徐則林

Hsu, Tse-Lin

指導教授：李晶 博士

Advisor: Li, Ching, Ph.D.

中華民國 114 年 8 月

August 2025

謝誌

『祂對我說，我的恩典較你用的，因為我的能力，是在人的軟弱上顯得完全。所以我極其喜歡誇我的軟弱，好叫基督的能力覆庇我。』——哥林多後書十二章 9 節

感謝牧養我一生的主。這兩年的研究所生活中，我天天經歷主的恩典在我的軟弱上顯得完全。

首先，真的很感謝我的指導老師李晶老師。老師對我的用心與關懷一直令我很感激，有時有點內疚自己在老師這麼用心跟專業的栽培下並沒有什麼出色的表現。但在休旅所令我最自豪、最不後悔的決定，就是當初選擇進入「晶門」。謝謝老師給我每一次成長與學習的機會，願您一直身體健康、天天喜樂，我也會一直為您禱告！

接著，要感謝研究室的學長們。首先是從我大三起，就不厭其煩指導並幫助我的林祈豐學長。無論是在備考、選擇研究室、各種研究問題，都從祈豐學長那裡得到許多幫助。再來是兩位分別在碩一及碩二每週教我如何做研究的博士班學長：黃子峻學長、石佳興學長。謝謝你們額外花時間教我許多專業方法，使我在研究的道路上快速進步。

還要感謝一直在我身邊幫助、支持我的同伴們：阿熊、玉玉、祈平、小魚、阿超，以及師大學生中心所有的同伴們。我也特別感謝這兩年間照顧我的服事者們：陳俊良弟兄、敏媛姊、董育中弟兄、王瑀姊、嚴萱。當我最難過、最崩潰時，總能向你們傾訴；謝謝你們總是用神聖的愛與聖經的話語供應並接住我。

腓立比書一章 3 到 4 節『我每逢想念你們，就感謝我的神；每逢為你們眾人祈求的時候，總是歡歡喜喜的祈求，』我要感謝台北市召會每一位在基督柔細心腸裡照顧、扶持我的弟兄姊妹們。沒有你們的代禱與顧惜，我無法撐過研究所的時光。有時在壓力與痛苦中，不明白自己為何來讀研究所時，我就想到，若不是來師大，就沒有機會與你們一同過召會生活。回顧這兩年在師大所得到的成全，真是超過我的所求所想。謝謝你們用神聖的愛愛我，我也愛你們，全然信託你們。

最後，感謝我的爸爸媽媽。謝謝爸爸一直支持並鼓勵我讀書，無論在經濟或精神上都全力支持，總是把最好的留給我；謝謝媽媽日夜不息地為我禱告，是我屬靈生命中最好的榜樣與同伴。感謝你們無私的愛，我也愛你們。

以運動拓展的角度，探討運動在公共衛生三段五級預防中扮演的角色

2025 年 8 月

研究生：徐則林

指導教授：李晶

中文摘要

運動拓展 (Sport for Development, SFD) 近年來在全球公共政策中受到高度關注，運動具備身體活動的效益，更因其社會性與公共性，展現出政策倡議、社群溝通與跨領域合作等功能，對應當代健康不平等與多元社會需求。為回應此趨勢，本研究以 SFD 為理論基礎，結合公共衛生「三段五級預防模式」，探討運動在健康促進、疾病預防與社會發展中所扮演的多重角色與實踐功能。

本研究資料來源包括國際體育與發展平台 (sportanddev.org) 上之新聞文章 89 篇與學術期刊論文 34 篇。期刊資料以樣本分析法進行主題分類，分析架構結合運動拓展四大面向與公共衛生三段五級預防理論，探討運動介入的層次與功能。新聞資料則採用 CATAR 語料分析工具，透過詞彙共現與語意分類技術，萃取文本中的主題結構與語言模式，進一步呈現運動在國際語境中的社會實踐意涵。

研究結果指出，運動作為社會倡議手段，能有效提高公眾對健康議題的關注與行動意願；作為溝通平台，能促進跨文化理解與健康行為的推廣；在建立夥伴關係方面，運動串聯了政府、非政府組織與社區單位，促進公共衛生策略的多元推動；而在自我反思層面，運動參與者能透過體驗與互動，深化對個人健康行為與社會責任的認知。運動拓展於公共衛生三段五級預防中展現出重要價值，不僅提升個體健康水平，更推動社會整體福祉與健康平等。

本研究建議，未來應深化運動與公共衛生領域的跨域整合，發展系統性運動介入策略，並強化運動健康促進網絡的建構。此外，後續研究可針對不同運動形式於公共衛生各層級中

之差異成效進行探討，擴展運動拓展作為健康促進與社會發展介入工具之應用廣度與深度。
透過運動作為社會行動平台，可望為全球健康挑戰帶來更多創新解方與永續發展契機。

關鍵詞：運動拓展、公共衛生、三段五級預防、健康促進、社會發展



Exploring the Role of Sports in the Three Levels and Five Stages of Public Health Prevention from the Perspective of Sports Development

August,2025

Author: Hsu, Tse-Lin

Advisor: Li, Ching

Abstract

Sport for Development (SFD) had recently gained global policy attention due to its physical, social, and public benefits. This study adopted SFD as a theoretical framework and integrated it with the “three-stage and five-level prevention model” from public health to examine the multifaceted roles of sport in health promotion, disease prevention, and social development. The research analyzed 89 news articles from sportanddev.org and 34 academic journal papers. Journal articles were thematically categorized using template analysis, while the news articles were processed with CATAR text-mining tools to extract thematic structures and language patterns.

The results showed that sport, as a means of advocacy, enhanced public awareness and action on health issues. As a communication platform, it also facilitated intercultural understanding and the promotion of health behaviors. Sport also built up partnerships among governments, NGOs, and communities to diversify public health efforts. At the same time, it encouraged individual reflection on health behaviors and social responsibility. Within the three-stage, five-level prevention framework, sport demonstrated significant value by improving individual health and promoting societal well-being and health equity.

The study suggested deeper integrating between sport and public health, development systematic intervention strategies, and the expanse sport-based health promotion networks. It suggested that

future research explore the differential effects of various sport types across public health levels to extend the application of SFD as a tool for sustainable health and social development.

Keywords: Sport for Development, Public Health, Three Levels and Five Stages of Prevention, Health Promotion, Social Development



目次

謝誌.....	I
中文摘要.....	II
英文摘要.....	IV
目次.....	VI
表次.....	VIII
圖次.....	IX
第壹章 緒論.....	1
第一節 研究背景與動機.....	1
第二節 研究目的.....	3
第三節 研究問題.....	3
第四節 研究範圍與限制.....	4
第五節 名詞操作型定義.....	5
第貳章 文獻探討.....	7
第一節 運動拓展的演變及脈絡.....	7
第二節 公共衛生的演變及脈絡.....	25
第參章 研究方法.....	35
第一節 研究架構.....	35

第二節 研究流程與步驟.....	36
第三節 資料來源.....	40
第四節 研究工具.....	42
第五節 資料處理與分析方法.....	44
第肆章 研究結果與討論.....	47
第一節 倡議手段在公共衛生三段五級預防中的角色與實踐.....	47
第二節 建立夥伴關係在公共衛生三段五級預防中的角色與實踐.....	59
第三節 溝通平台在公共衛生三段五級預防中的角色與實踐.....	67
第四節 自我反思在公共衛生三段五級預防中的角色與實踐.....	77
第伍章 結論與建議.....	83
第一節 結論.....	83
第二節 建議.....	84
參考資料.....	87

表次

表 2-1-1 運動拓展重要事件里程碑.....	7
表 2-1-2 運動拓展 (SFD) 在不同時期的核心概念與功能定位.....	24
表 2-2-1 三段五級預防模型的發展演變：D.W. Clark 與 Leavell & Clark 的比較.....	28
表 2-2-2 公共衛生重要事件里程碑.....	28
表 2-2-3 公共衛生三大時期與三段五級預防模型的對應關係.....	34
表 4-1-1 倡議手段關係在三段五級中的角色及實踐方式.....	50
表 4-1-1 倡議手段新聞之共現字分析.....	54
表 4-2-1 建立夥伴關係在三段五級中的角色及實踐方式.....	63
表 4-2-1 建立夥伴關係新聞之共現字分析.....	65
表 4-3-1 溝通平台在三段五級中的角色及實踐方式.....	70
表 4-3-1 溝通平台新聞之共現字分析.....	73
表 4-4-1 自我反思在三段五級中的角色及實踐方式.....	79
表 4-4-1 自我反思新聞之共現字分析.....	81

圖次

圖 3-1-1 研究架構圖	36
圖 3-2-1 研究流程圖	39
圖 2-3-1 倡議手段在公共衛生三段五級中扮演的角色	49
圖 2-3-2 建立夥伴關係在公共衛生三段五級中扮演的角色	62
圖 2-3-2 溝通平台在公共衛生三段五級中扮演的角色	69
圖 2-3-1 自我反思在公共衛生三段五級中扮演的角色	78



第壹章 緒論

本章共有五節，分別為：第一節介紹研究背景與動機；第二節說明研究目的；第三節提出研究問題；第四節界定研究範圍；第五節是定義名詞操作型用語。

第一節 研究背景與動機

運動拓展 (Sport for Development, SFD) 是一個跨越多個學科的領域概念，透過運動、體育活動和遊戲來達成特定的發展與和平目標，如千禧年發展目標 (Youker, 2013)。在過去的二十年間，該領域顯著成長，並且有越來越多的研究與教育活動支持其發展 (Moustakas et al., 2023)。由過去的研究可知，運動拓展效能產生以下四個層面，分別為溝通平台、溝通平台、建立夥伴關係、自我反思 (Schulenkorf, 2016; Lyras & Peachey, 2011; Schulenkorf et al., 2023; Edwards, 2015)。運動拓展運作於一個複雜的利益相關者網絡之中，當中包含聯合國與國際奧林匹克委員會等主要機構 (Svoboda & Šafaříková, 2021)。運動拓展的學術參與在全球擴展，但資金和認可仍然有限，特別是在全球南方，經濟、政治和社會發展上相對較不發達的國家或地區 (Moustakas et al., 2023)。儘管如此，運動拓展在學術研究與實際應用中仍然扮演著重要角色。運動拓展已成為全球發展議程中的重要部分，強調透過運動推動健康行為、政策改革及跨界合作來解決健康與社會問題 (Brandon W. Youker, 2013)。運動不僅被視為促進個人健康的工具，亦可作為解決社會問題的手段 (Beutler, 2008)。儘管這一概念基於運動能夠帶來正面影響的理想主張，但仍面臨挑戰，對其影響的誇大說法，以及需要更為客觀的批判性研究 (Ciria et al., 2023)。運動在公共衛生策略中的角色尚待深入探討，尤其在層次上的影響力與實際應用方面 (Smith et al., 2016)。

公共衛生有著悠久的歷史，與社會、文化和政治的發展密切相關。從古代到現代，該領域已經發生了顯著的演變 (Hamlin, 1988)。20 世紀，預防和治療服務取得了重大進步，這主要是由於生活水準的提高和社區對個人健康責任的增加 (Benjamin, 1964)。

公共衛生的範圍擴大到涵蓋各種知識學科和專業 (Breslow et al, 2002)。公共衛生的歷史背景對於理解醫療保健領域當前的挑戰和決策過程至關重要 (Labisch, 1998)。在基本公共衛生理論中五級預防的概念是旨在預防疾病和促進社區健康 (Purnamasari, 2021 ; Lin, 2024)。這五個層次包括健康促進、特異性保護、早期診斷與即時治療、功能性修復和康復 (Trivedi et al., 2014)。這種疾病預防和健康促進的綜合方法對於實現和維持社區健康至關重要 (Banerji, 2002 ; Syahrir, 2021)，為了應對全球健康挑戰並滿足人口不斷變化的需求，公共衛生教育取得了顯著發展。該領域吸引了來自不同背景的專業人士，需要高水準的專業知識才能有效解決人口健康問題 (White, 2013)。現有研究對於運動在公共衛生三段五級預防中的具體影響及應用尚不足，且缺乏系統性的研究框架 (Candio et al., 2020)。對於如何有效運用運動來提升個人健康及解決社會問題，仍需更多研究支持 (Abdullah, 2023)，在全球健康挑戰日益突出的背景下，如何將運動作為公共衛生干預手段的一部分是迫切需要解決的問題 (Massey., 2018)。

國際體育與發展 (sportanddev) 自 2003 年成立以來，已成為全球體育與發展領域中的重要資源平台，且為世界各地的從業者提供資訊、資源和合作機會，為促進國際社會對體育與發展的認識、推動相關政策以及提供資源和合作機會作出了重要貢獻 (Massey et al., 2016)。該平台集結民間社會、政府、體育聯合會和大學，提高體育對國際發展的效力，包括永續發展目標 (SDG)。通過共享知識、建立實踐、促進協調和夥伴關係，sportanddev 支持全球體育和發展方法。透過新聞、文章和聯繫，該平台提高了體育和發展領域的影響力。目前與國際體育與發展合作的組織有日本體育振興協議會 (Japan Sport Council)、尤努斯運動中心 (Yunus Sports Hub)、體育促進發展雜誌 (Journal of Sport for Development)、職業運動發展 (Pro Sport Development)、體育公民組織 (Sport and Citizenship)、蒂布非洲 (Tibu Africa)、體育與社區 (Sport en Commun)、卡達發展基金 (Qatar Fund for Development)、瓦爾多 (Vardot) 等組織。隨著全球社會不斷面臨新的挑戰，sportanddev 的作用將更加關鍵。體育作為促進社會進步的有力工具，其潛力將在未來得到更廣泛的發揮。所以，本研究將使用此平台資料庫之文獻、案例，

分析以運動拓展的角度，探討運動在公共衛生三段五級預防中扮演的角色。運動作為健康倡導工具的價值逐漸受到認可，如何充分發揮其在促進政策改革及跨界合作中的作用，是本研究的核心關注點(Kolovou et al., 2023)。

第二節 研究目的

本研究旨在探討運動於公共衛生三段五級預防體系中，作為促進健康行為與社會發展的重要介入手段，分析其在不同功能面向上的扮演角色、實踐方式及社會價值展現。具體研究目的如下：

- 一、探討運動作為倡議手段，在公共衛生三段五級預防中的扮演角色、實踐方式及其社會價值展現。
- 二、探討運動作為溝通平台，在公共衛生三段五級預防中的扮演角色、實踐方式及其社會價值展現。
- 三、探討運動作為夥伴關係建構工具，在公共衛生三段五級預防中的扮演角色、實踐方式及其社會價值展現。
- 四、探討運動作為促進自我反思之機制，在公共衛生三段五級預防中的扮演角色、實踐方式及其社會價值展現。

第三節 研究問題

根據上述研究問題，欲探討以下之問題：

- 一、在公共衛生三段五級預防中，運動作為倡議手段，其扮演何種角色？採取何種實踐方式？如何展現其社會價值？
- 二、在公共衛生三段五級預防中，運動作為溝通平台，其扮演何種角色？採取何種實踐方式？如何展現其社會價值？
- 三、在公共衛生三段五級預防中，運動作為夥伴關係建構工具，其扮演何種角色？採取何種實踐方式？如何展現其社會價值？

四、在公共衛生三段五級預防中，運動作為促進自我反思的機制，其扮演何種角色？採取何種實踐方式？如何展現其社會價值？

第四節 研究範圍與限制

本節將分為兩個部分進行說明，分別為研究範圍與研究限制。

一、研究範圍

本研究以國際體育與發展平台 sportanddev 作為主要資料來源，針對該平台自 2015 年《永續發展目標》(SDGs)通過後至 2025 年間所刊載之內容，進行系統性資料蒐集與篩選。研究蒐集資料共分為兩大類型：第一類為以檔案分析法蒐集之期刊與政策性文章，共計 41 篇；第二類則為以內容分析法處理之新聞與實務報導，共計 93 篇。總體樣本共 134 篇文本，皆涉及「運動拓展」(Sport for Development, SFD)與「公共衛生」相關議題，並可對應於公共衛生三段五級預防之概念架構。

本研究所納入之文本內容涵蓋多樣性主題，包括健康促進、疾病預防、災後復原、心理支持、女性賦權、青年健康與社區醫療等，同時涵蓋不同區域背景，如非洲、南亞、中東及拉丁美洲等資源匱乏或衝突影響地區。透過橫跨文化與區域的資料蒐集，有助於深入觀察運動拓展在不同公共衛生脈絡下的適用性與調適性，進而揭示其作為健康介入工具的多元角色。

sportanddev 為全球體育與發展領域具高度代表性之國際平台，目前已登錄超過 600 項與體育發展與和平 (Sport for Development and Peace, SDP)相關之專案 (Massey et al., 2016)。該平台成功串聯各國非政府組織 (NGOs) 與實務行動單位，促進資訊交流與實務經驗的合法化，並強化國際社會對於體育介入功能在不同社會與文化背景下的理解 (Hayhurst et al., 2011)。因此，其所提供的文本不僅具實務參考價值，亦富含跨文化的政策脈絡與應用策略，適合作為分析運動拓展於公共衛生三段五級預防體系中角色之研究素材。

二、研究限制

(一) 資料來源的集中性

本研究所使用的文本皆來自 sportanddev 平台，雖具備國際運動倡議觀點的代表性，但相對缺乏來自政府政策文件、學術研究、在地運動組織等其他類型資料，使分析結果可能偏向倡議型與非營利組織的視角，語境的多元性有所侷限。

(二) 語意處理的深度侷限

本研究採用 CATAR 工具進行文本探勘與語意分群，雖能有效掌握關鍵詞與共現結構，但對於隱喻性強、文化依賴度高的語言表達較難處理，可能無法捕捉詞語背後潛藏的社會結構、歷史脈絡與文化張力。

(三) 分群判定與主題詮釋的主觀性

雖然語意分群具備演算法支撐，但文本的主題歸類與意義解讀仍仰賴研究者的判斷。尤其在語詞重疊或意義模糊的情況下，主題界線難以絕對劃定，仍有主觀詮釋的風險。

(四) 未納入時間序列分析

本研究以靜態文本資料進行分析，未考量文本發布的時間變化。此設計限制了對運動語意在不同時期 (如疫情前後、重大體育事件期間、社會運動階段) 的動態演變觀察，亦無法呈現議題脈絡的時間趨勢。

第五節 名詞操作型定義

一、運動拓展 (Sport for Development, SFD)

運動拓展是一種有意利用體育和體育活動來實現特定發展與和平目標的方法 (Brandon W. Youker, 2013)。過去十年間，SFD 已引起全球實務工作者和學術界的廣泛

關注，並出現越來越多旨在改善弱勢社區的計劃 (Schulenkorf & Adair, 2014)。聯合國推廣體育作為一種具有成本效益的工具，用以解決多種挑戰，包括公共健康、教育、性別平等、減貧、疾病預防和和平建設 (Beutler, 2008)。

二、五級預防 (Five Levels of Prevention)

「五級預防」的概念是一種公共衛生理論，旨在預防疾病並促進社區健康 (Purnamasari, 2021；Banerji, 2002)。這五個層級包括健康促進、特異性保護、早期診斷與即時治療、功能障礙限制以及康復 (Purnamasari, 2021；Lin, 2024；Trivedi et al., 2014)。第一級健康促進涉及一般性行動，旨在維持疾病病原體、宿主與環境之間的平衡，如提供健康食品、改善衛生與環境衛生、健康教育、規律運動以及提供心理與社會發展的機會 (Purnamasari, 2021)。這一方法適用於健康的個體，旨在增強其對疾病的抵抗力並改善其生活環境 (Purnamasari, 2021)。其餘四個層級則專注於特定的保護措施、早期檢測與治療、限制功能障礙，以及對受影響個體進行康復，以恢復其功能 (Purnamasari, 2021；Lin, 2024；Trivedi et al., 2014)。

第貳章 文獻探討

本章共有三節，分別為：第一節運動拓展的演變及脈絡；第二節說公共衛生的演變及脈絡；第三節運動與健康促進的關係。

第一節 運動拓展的演變及脈絡

體育與發展的理念因多項重要的國際政策推動而逐步成形並持續發展。以下參考國際體育與發展 (sportanddev) 所整理過去幾十年來將體育作為發展工具納入國際議程的一系列重要里程碑，按時間順序排列 (sportanddev, 2024)。

表 2-1-1

運動拓展重要事件里程碑

實施期間(年分)	重要事件
1978	《國際體育運動憲章》
1997	歐盟關注體育的社會意義
2001	聯合國體育特別顧問任命
2002	聯合國體育跨機構工作隊成立
2003	第一屆國際體育與發展會議
2004	圓桌論壇：體育與發展潛力
2005	國際體育運動年
2007	歐盟體育白皮書發布
2008	聯合國-IOC 協定與新特別顧問
2009	聯合國-IOC 首屆體育論壇
2010	2010 年 FIFA 世界盃與運動發展
2013	聯合國宣布 4 月 6 日為體育國際日
2015	體育納入永續發展目標
2017	聯合國體育辦公室關閉
2018	Sportanddev 參加婦女與體育會議

註：本研究自行整理

根據上述事件的性質與目的，體育與發展的里程碑可以分為三個時期：

一、平台成立前 (1978-2002 年)：

1978 年，聯合國教科文組織 (UNESCO) 在大會上通過《國際體育教育與運動憲章》，

包含 11 條條款。條款一指出，體育教育與運動是基本人權；條款二強調體育教育是終身教育的重要部分；條款三認為體育計畫應因應參與者需求，優先考量弱勢群體；條款四規定，體育教育應由專業人員執行，以確保教育品質；條款五要求各方提供足夠設施和設備；條款六認為科學研究是推動體育教育發展的核心；條款七倡導運動倫理，防範暴力和禁藥；條款八強調數據收集與傳播是推動體育發展的關鍵；條款九賦予大眾媒體傳播體育的積極角色；條款十確立國家機構應提供立法和資源支持；條款十一則主張體育領域應促進國際合作，推動和平與友誼 (United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization [UNESCO], 1978)。1997 年，在阿姆斯特丹條約談判期間，歐洲委員會的國家元首與政府首腦特別關注體育，在關於體育的宣言中並強調其在促進社會認同及凝聚人心上的社會意義 (European Union, 1997)。到了 2001 年，聯合國秘書長科菲·安南任命瑞士前總統阿道夫·奧吉 (Adolf Ogi) 為首位「發展與和平體育特別顧問」，以加強聯合國內部與體育部門之間的網絡合作關係。隨後在 2002 年，聯合國秘書長召集了聯合國跨機構「發展與和平體育工作小組」，用以檢討聯合國體系內涉及體育的各項活動。

聯合國教科文組織 (UNESCO) 認為，無論個人的種族、性別、語言、宗教或社會地位，每個人都應享有接受體育教育的權利。體育教育與運動的核心在於促進人類基本價值觀的培養，支持人類的全面發展。第 1 條和第 2 條明確指出，體育教育和運動對個人全面人格的發展至關重要，並且是教育與文化的重要組成部分，有助於個人成為社會成員，培養其意志力、自律性和社會責任感。體育教育還鼓勵社交關係的建立，並弘揚公平競賽的精神。作為社會議題的倡導工具，體育在社區發展和解決社會問題方面發揮著重要作用。第 11 條進一步強調了國際合作的重要性，並指出通過合作追求共同利益，有助於促進持久和平、尊重與友誼，為解決國際問題創造有利條件。第 4 條則呼籲建立體育教育與運動的專業培訓架構，為體育貢獻專業支持。體育因此成為一個溝通的平台，使不同利益相關方有機會進行互動，促進合作與共識的形成，進而解決問題或實現共同目標。1997 年，在阿姆斯特丹條約談判期間，歐洲委員會的各國

領袖和政府首腦特別關注體育議題，在其體育宣言中強調體育在促進社會認同和凝聚人心方面的重大社會意義。

由於這兩項憲章的影響，該時期的「運動拓展」(Sport for Development)被賦予了特定的意義。體育教育與運動不僅被視為增進體能的工具，更被視為促進社會凝聚力、個人全面發展與社區參與的重要手段。這種概念的形成受到憲章中核心價值觀的引導，特別強調體育在培養基本人類價值(如尊重、團結和尊嚴)方面的作用，並且體育活動的目標逐漸超越了身體健康的追求，進一步擴展到道德、智力和社會層面的發展。

憲章的影響還使得運動拓展更強調社會包容和平等參與的機會，尤其是針對青少年和弱勢社群的需求，並主張提供系統化的支持。同時，國際間的合作也成為重點，希望通過體育的國際交流平台，促進全球和平與共同價值觀的推廣。這一時期的運動拓展概念因此不僅著眼於個人發展，更是為了解決社會問題和推動社會進步的重要工具。

二、聯合國體育促進發展與和平辦公室 (UNOSDP) 的經營下 (2003-2017 年)

國際體育與發展 (sportanddev) 是全球領先的體育與發展交流平台，旨在推動體育作為達成社會、經濟和環境目標的工具。自成立以來，sportanddev 一直致力於強化體育在主流發展框架中的作用，並為非營利組織、政府和體育聯合會等利益相關者提供知識分享、夥伴關係建立和全球對話的平台 (sportanddev, 2024)。

在 21 世紀初期，體育逐漸被視為促進發展的有效工具，並透過一系列國際會議和重要活動在國際議程中獲得更高地位。2003 年，瑞士馬格林根舉行了首屆「體育與發展國際會議」，這是首次專注於體育與發展的高層次國際會議，參與者包括體育聯合會、各國政府、聯合國機構、媒體、運動員、企業和民間社會代表 (教育部體育署, 2016)。同年，荷蘭阿姆斯特丹舉行的首屆「下一步會議」則為基層從業者提供了分享體育與發展經驗與最佳實踐的機會。正是在首屆「體育與發展國際會議」上，首任聯合國體

育促進發展與和平特別顧問阿道夫·奧吉 (Adolf Ogi) 及其他參會者呼籲建立全球性體育與發展組織資料庫，這一倡議最終促成了 sportanddev 平台的誕生 (sportanddev, 2024)。

2004 年希臘雅典奧運會期間舉行的「發展與和平體育圓桌會議」上，政治領袖與發展專家齊聚一堂，共同探討體育在實現發展目標方面的潛力，並為成立「發展與和平體育國際工作小組」(SDPIWG) 奠定了政策基礎 (Sportanddev.org, 2004)。此後，聯合國於 2005 年宣佈該年為「國際體育與體育教育年」，並正式成立 SDPIWG，該小組成員包括來自 15 個國家的體育、青年及發展部長、聯合國機構主管及體育與發展領域的非政府組織代表 (United Nations, 2005)。同年，第二屆「體育與發展馬格林根會議」和 second 屆「下一步會議」分別在瑞士馬格林根和贊比亞利文斯通舉行，並成立了「英聯邦體育諮詢機構」(CABOS)，進一步提升了體育作為發展工具的國際地位 (教育部體育署, 2016)。

隨著體育作為發展工具的概念不斷發展，這一理念開始在國際政策框架中得到認可。聯合國通過多項決議，承認體育在支持千年發展目標 (MDGs) 中的重要角色 (Sachs & McArthur, 2005)。隨著這一趨勢，越來越多的體育與發展組織應運而生，體育聯合會開始積極應對社會問題，而世界各國政府也簽署了多項支持體育促進和平與發展的高級別聲明 (Kidd, 2011)。2007 年，第三屆「下一步會議」在納米比亞溫得和克舉行，同時歐盟發布了體育白皮書，提出將體育作為國際發展政策的工具。同年，非政府組織、政府和體育聯合會代表組成了 sportanddev 指導委員會，進一步鞏固了該平台的治理結構，為其全球影響力的擴展奠定基礎 (sportanddev, 2024)。

2008 年，國際奧委會和聯合國簽訂了擴大行動框架的協議，強化了體育在實現聯合國目標中的作用 (De Fraguier, 2018)。時任聯合國秘書長潘基文任命威爾弗里德·萊姆克 (Wilfried Lemke) 為「發展與和平體育特別顧問」，並設立了發展與和平體育信託基金 (Svoboda & Šafaříková, 2021)。2009 年，首屆「聯合國—國際奧委會體育促進發展與和平論壇」在瑞士洛桑舉行，體育在促進發展與和平中的角色再度受到關注 (De

Fraguier, 2018)。隨後於 2010 年，「體育與發展」網站在南非 2010 年 FIFA 世界盃期間強調了體育的發展角色(Burnett, 2017)。

2013 年，聯合國宣布設立「國際體育促進發展與和平日」(IDSDP)，並將每年 4 月 6 日定為年度紀念日 (United Nations, 2013)。2015 年，聯合國大會正式承認體育在實現可持續發展目標 (SDGs) 中的貢獻，指出體育在促進包容、尊重、性別平等、青年賦權、健康教育和社會融合方面的作用 (United Nations, 2015)。

體育的多重角色逐漸顯現，首先體現為倡議工具，聯合國、各國政府及體育組織密切合作，透過各類會議推動對體育與發展的關注，使體育成為促進社會發展和解決社會問題的有效手段 (De Fraguier, 2018; Svoboda & Šafaříková, 2021)。此外，體育還提供了溝通平台的作用，2004 年雅典奧運會的圓桌會議和 2009 年洛桑的「聯合國—國際奧委會體育促進發展與和平論壇」，這些會議促進了跨界合作與共識的形成 (Spyropoulos, 2004)。隨著多邊協作的深化，體育成為建立夥伴關係的重要工具。2008 年國際奧委會與聯合國的行動框架擴展協議，進一步加強了聯合國與體育界的合作，推動跨機構的夥伴關係，促使知識共享和實際行動 (Burnett, 2017)。

儘管體育與發展領域取得了顯著進展，該運動仍面臨挑戰。2017 年 5 月，聯合國體育促進發展與和平辦公室 (UNOSDP) 關閉，導致該領域領導層出現空缺，並削弱了整體協調工作 (Schreiner et al., 2024)。此事件顯示，展示體育在發展中的價值仍至關重要。資源競爭也增加了組織間的挑戰，阻礙了全球合作的進一步擴展，特別是在全球形勢日益複雜的背景下 (De Fraguier, 2018)。

三、全球治理多元化階段(2017 年以後)：

2017 年，聯合國秘書長安東尼奧·古特雷斯宣布「聯合國體育促進發展與和平辦公室」關閉，而第六屆「負責體育與體育教育的國際部長級會議」(MINEPS VI) 通過了「喀山行動計劃」，為全球體育政策的發展奠定了新基礎 (Schreiner et al., 2024)。2018

年，「體育與發展」網站參加了在博茨瓦納哈博羅內舉行的「國際女子與體育大會」。這些事件展示了體育在促進永續發展、和平與社會正義中的重要性，並進一步鞏固了其在全球發展議程中的地位 (De Fraguier, 2018)。

首先，體育被視為一種溝通平台，逐步成為推動和平和解決社會問題的有效工具。聯合國宣佈每年 4 月 6 日為「體育促進發展與和平國際日」，正是將體育視為全球發展議程的一部分，以強化社會各界對發展和和平的關注 (Svoboda & Šafaříková, 2021)。2015 年，體育被納入聯合國可持續發展目標，更進一步體現了其在促進永續發展中的重要性，將其定位於解決性別暴力等社會議題的工具 (Burnett, 2017)。同時，體育活動成為促進多方溝通的平臺。2003 年以來，國際會議如「聯合國—國際奧委會體育、和平與發展論壇」和「下一步會議」聚集了各國政府、非政府組織、企業、體育組織和民間團體等不同利益相關方 (De Fraguier, 2018; Svoboda & Šafaříková, 2021)。這些會議提供了共享經驗、交流見解的平台，促成了共識的形成與合作的加深，有助於各方共同推動發展目標的實現。此外，體育逐漸成為各國建立夥伴關係的核心工具。多邊合作協議如 2008 年聯合國與國際奧委會的協議，以及 2017 年通過的「喀山行動計劃」，進一步支持了體育在跨界協作中的角色 (De Fraguier, 2018)。這些政策和行動計劃加強了國際間的協同，促使各界分享知識和推動實踐，鞏固了體育作為推動和平與發展夥伴關係的基礎。最後，體育在此階段也促進了國際機構和政策的自我反思。2017 年聯合國宣布關閉「體育促進發展與和平辦公室」後，隨即通過「喀山行動計劃」來支持體育政策的發展，顯示了國際機構對體育角色的重新審視 (Svoboda & Šafaříková, 2021)。這樣的政策調整反映出國際社會對體育在發展中的價值和影響力的深層反思，促使未來政策更加聚焦於體育如何有效推動社會進步。2022 年，聯合國大會通過了一項具有里程碑意義的決議，強調體育在促進可持續發展中的重要作用 (Glibo, Misener, & Koenigstorfer, 2022)。在這些重大發展過程中，sportanddev 發揮了關鍵作用，目前有超過 600 個體育促進發展與和平 (SDP) 計畫在國際體育與發展 (sportanddev.org) 上註冊，為公營、非營利和私營部門提供了豐富的知識和交流機會 (Massey et al., 2016)。此外，

全球疫情(COVID-19)對生活的各個方面產生了重大影響，體育促進發展領域也不例外。在疫情期間，sportanddev 成為該領域的重要支持和建議來源，為受疫情影響的組織提供幫助。2022 年，該平台推出了一項全球活動，旨在重新構想體育與發展領域的未來，進一步加強並維持該領域的發展 (sportanddev, 2024)。

四、運動拓展的四大效能面向

根據運動拓展 (Sport for Development, SFD)相關理論與實證研究，學者指出其具有多面向的社會價值與功能。以下四個面向常被視為運動作為社會介入工具時所展現的主要效能：

(一)運動作為社會變遷的倡議手段促進健康性別平等與環境永續

運動作為一種具有強大社會影響力的工具，在推動公共意識提升與行動倡議方面具有獨特的價值。本研究旨在探討如何有效運用運動活動促進健康、性別平等與環境保護等核心議題。這些倡議手段的設計與實施圍繞三個主要目標展開。首先，運動活動被用作提高大眾對特定議題認識與行動意識的媒介。透過運動的參與性和普及性，使健康促進、環保行動與性別平等等重要議題以更具吸引力與互動性的方式傳播，從而促使公眾在理解基礎上採取積極行動 (Schulenkorf, 2016)。其次，運動活動以其獨特的凝聚力和互動性，具有激發行為改變的潛力，幫助參與者在態度和行為上更包容與開放，並促進多元群體間的合作與理解 (Allport et al., 1954)。最後，通過運動活動引發的公眾參與與關注，進一步倡導政策變革，吸引資金與資源的支持，從而增強社會倡議的可持續性 (Richards et al., 2013)。

在參與者的選擇上，倡議活動須以目標群體的多樣性為基礎。具體來說，青少年、社區領袖以及邊緣化群體 (如殘疾人士與少數族裔) 是主要的參與對象，確保活動的包容性和影響力。此外，為了加強倡議的社會效果，與政府部門、非政府組織以及國際體育機構的合作是不可或缺的 (Svensson & Hambrick, 2016)。這種多層次的協作形式有助於形成更具影響力的行動聯盟，最大化活動的覆蓋面與影響力。

倡議活動的設計須結合社會議題，並通過創新方式提升其吸引力與影響力。例如，以特定主題為導向的活動（如「和平足球」或「防艾跑步」）直接針對當下關鍵問題，增強了議題傳播的針對性與滲透性 (Burnett, 2015)。此外，融合藝術、媒體與教育元素的多元活動形式，則能吸引更多廣泛的參與者，並提升活動的趣味性與教育效果，從而實現知識傳播與行動促進的雙重目標 (Peachey et al., 2015)。

為評估倡議活動的實際效果，本研究從短期和長期兩個層面進行分析。在短期內，可透過媒體曝光率、參與人數以及公眾認識度的提升來衡量活動的即時效益。而在長期影響上，則著眼於參與者行為的實質改變以及政策推動的成效，深入探討運動倡議的深遠社會影響 (Schulenkorf, 2010)。

倡議手段的應用範疇極為廣泛，涵蓋健康與福祉、社會正義與包容，以及環境與可持續發展三大領域。健康促進方面，運動能夠有效提升公眾健康意識，倡導健康生活方式 (Lubans et al., 2016)。在社會正義層面，倡議活動致力於推動性別平等及少數族裔權益，促進社會多元化的包容性 (Schulenkorf et al, 2011)。而在環境議題上，運動活動結合環保主題，提高了公眾對可持續發展的認知與行動力 (Kick4Life, 2016)。

最後，在時間與空間維度上，倡議活動可依據需求設計為短期或長期形式。短期活動如單次事件能快速吸引關注，而年度計畫等長期活動則能持續推動議題的深入發展。地理範圍則從地方性倡議到國際性推廣不等，以適應不同文化與社會背景的需求，進一步擴大倡議的覆蓋面與影響力 (Spaaij & Schulenkorf, 2014)。

1. 倡議手段的目標與核心價值

根據上述，運動作為社會倡議的工具，具備提升公眾認識與行動意識的重要功能。聚焦於以下三項核心目標：

- (1) 提高認識與行動意識：針對健康促進、性別平等與環境保護等議題，透過運動活動擴大社會影響，促使大眾了解並採取行動。Timothy Lynch (2013)呼籲小學體育教師的專業資格認證，提升健康與體育課程的質量，通過小學體育教師專業化支持

兒童身心健康和生活技能發展，並應對教育資源分配不均的挑戰，藉以改善兒童健康與教育機會。

(2) 促進行為改變：運動活動具有激發態度與行為轉變的潛力，能夠增強參與者的社會包容與參與感，促進多元群體間的互動與合作。透過運動計畫提升教育、心理健康意識，促進新移民融合以及青年領導力發展，支援邊緣化群體並推動社區凝聚力的建立，藉以強化社區支持 (Clutterbuck & Doherty, 2019)。

(3) 政策推動與資金吸引：利用運動活動倡導政策改革，爭取更多資源的分配與投入，從而提高社會倡議的可持續性。Fútbol Con Corazón (2024) 提倡改善公共設施，如學校運動場地和城市，發起全國性運動，提高對 SAPA 益處的認知，並在學校中推行體育課程，加強體育設施和教練培訓，鼓勵社區參與和企業支持運動基礎設施建設。

(二) 以運動為媒介發展跨文化溝通平台促進理解與共融

溝通協調的平台旨在促進不同文化、社會群體及組織之間的協作，從而實現社會與個人層面的雙重發展。基於運動倡議的理論框架，該平台的核心價值在於創造跨文化理解與合作的機會，利用運動作為橋梁，拉近族群之間的距離，減少文化隔閡與誤解 (Lyras & Peachey, 2011)。它同時支持和平與穩定的實現，尤其是在衝突或多元文化背景下，透過追求共同目標，建立互信與和諧的基礎。此外，該平台還致力於提升社會參與與責任感，通過各類活動鼓勵參與者積極關注社會問題，增強其在公共議題中的行動力 (Lyras, 2007)。

這一平台的建設需充分吸納多元化的參與者，以確保包容性與有效性。參與者包括來自不同文化背景的社區成員、移民、難民及邊緣化群體，這種多樣化能夠帶來更豐富的視角和經驗，增強溝通的深度與廣度 (Pettigrew & Tropp, 2006)。在設計活動時，必須考慮性別、年齡及文化差異，提供公平的參與機會，從而實現真正的平等與包容 (Allport et al., 1954)。

溝通協調平台的活動設計應兼具創新性與包容性，涵蓋多樣化的形式與內容。非

競爭性的運動活動是其主要特徵之一，通過輕鬆的互動環境，如混合團隊運動或合作性挑戰，促進參與者之間的自然交流。這些活動同時結合了文化與教育的元素，例如藝術、音樂與教育活動的融合，不僅促進跨文化的理解，也提升了合作技能 (Lyras, 2007)。

為了評估溝通協調平台的成效，需要從心理、社會及行為層面進行全面分析。在心理層面，平台的影響主要體現在減少偏見與刻板印象，並提升參與者的跨文化理解能力 (Pettigrew, 1998)。在社會層面，平台是否增強了信任、合作意願及群體凝聚力，是衡量其成效的重要標準。在行為層面，參與者是否在活動後展現出更積極的行動力及對社會責任的承擔，則是平台長期影響的具體體現 (Bandura, 2000)。

這一平台在多個場景中均具廣泛應用價值。和平建設是其一大應用領域，特別適用於族群緊張或衝突地區，為和解與穩定提供了有效工具。同時，平台亦能幫助移民及難民更好地融入當地社區，減少社會排斥，促進社會融合 (Sugden, 2006)。此外，通過支持全球公民教育及環境、健康等公共議題的推廣，該平台在教育與全球性挑戰方面也發揮了重要作用 (Slade, 2001)。

為確保溝通協調平台的影響得到科學評估，應採用多種測量工具與方法。訪談與問卷能夠收集參與者對活動體驗的直接反饋，特別是他們對其他文化的態度變化。行為觀察則能記錄活動中參與者的互動情況及合作表現 (Gentil et al., 2014)。通過長期影響追蹤，可以評估活動對政策、社區及個人層面的持續性影響，從而全面掌握平台的長遠價值。

1. 溝通平台的目標與核心價值

溝通協調的平台旨在促進不同文化、社會群體及組織之間的協作，實現社會與個人層面的雙重發展。基於運動倡議的理論框架，其核心價值包括：

- (1) 促進跨文化理解與合作：以運動作為橋梁，促進族群之間的對話，減少文化隔閡與誤解。Giulianotti (2011) 研究指出國際機構 (如聯合國)、政府部門、企業 (如跨國公司)、非政府組織 (NGOs)、社會運動團體一同討論全球化背景下的體育政策

及其在發展與和平領域的應用，藉由結合運動與政策倡議，構建跨文化溝通的平台。改善社會結構問題，如性別平等、教育普及和健康推廣。

(2) 支持和平與穩定：在衝突或多元文化背景下，透過共同目標實現互信與和諧。運用戲劇化角色扮演、運動遊戲和傳統運動，創造衝突後地區的青少年和成人之間共同經驗，結合體育活動來減少敵意，建立對話機制 (Ley & Rato Barrio, 2010)。

(3) 提升社會參與與責任感：鼓勵參與者關注社會問題，增強其在公共議題中的行動力。Kicking AIDS Out 計畫提供文化相關的體育教育，採用遊戲和活動作為傳遞愛滋病知識的媒介 (Mwaanga & Adeosun, 2017)。

(三) 建立運動領域的多元夥伴關係以提升社會影響與永續實踐

建立夥伴關係是推動運動倡議實現目標與持續發展的關鍵策略。透過多方協作，夥伴關係為倡議活動提供了整合資源與專業能力的平台，彌補單一組織在資源與能力上的不足，從而實現高效協作。此外，夥伴關係能夠打破傳統組織間的界限，促進跨文化對話與多元利益相關者的合作，為共同應對社會挑戰提供可能性。穩定且持久的合作網絡則進一步增強了倡議的可持續性，確保運動倡議在不同層面持續產生正面影響 (Schulenkorf, 2016)。

參與夥伴關係的成員須具備多樣性與互補性，以支持運動倡議的全面發展。合作對象涵蓋國內與國際層面的政府機構、非政府組織、國際體育機構及私營企業，各自發揮其特定領域的優勢，共同實現倡議目標。同時，地方社區的參與被視為倡議成功的核心。在倡議過程中，採用參與式的方法，充分聽取當地居民的建議，並促使其積極參與活動的設計與實施，從而確保活動與地方需求相符，並增強社區的參與感與認同感 (Schulenkorf et al., 2016)。

為適應不同目標的需求，夥伴關係的合作模式需具有靈活性與針對性。公共與私人合作模式結合了公共資源與私人支持，通過協調政策推動與資源整合，顯著增強了運動倡議的資金獲取能力與影響範圍。而跨國合作則利用國際網絡將不同國家的運動與發展項目連結起來，特別是在健康與性別平等全球性議題上，實現了跨文化的共

同努力 (Kidd, 2008)。針對地方需求的社區驅動模式則強調在活動設計中融入當地文化與資源背景，確保倡議的在地化與有效性 (Coalter, 2010)。

在成果評估方面，夥伴關係的效能需要從資源投入與利用、目標達成及長期影響三個維度進行全面分析。首先，需要檢視合作夥伴在資金、專業知識與人力資源等方面的投入是否達到預期效益。其次，分析運動倡議在合作關係的支持下，是否實現了短期與長期的預期目標，特別是在參與者規模擴大與社會影響力增強方面的表現 (Roudometof, 2016)。最後，重點評估合作網絡在倡議活動結束後對政策推動與社會變革的持續支持作用，從而檢驗其可持續性 (Schreiner et al., 2021)。

夥伴關係的建立多個領域中具有顯著的應用價值。在政策推動方面，與政府的合作能夠直接影響健康、教育及環境相關政策，確保關鍵議題被納入政策討論並獲得必要的資源分配 (Sugden, 2010)。教育與培訓領域則可通過與教育機構的合作，設計運動主題課程或工作坊，提升參與者對社會議題的認知與解決能力。在社區發展層面，通過建立長期合作網絡，促進地方社區成員的參與感與歸屬感，實現社會資本的增長 (Darnell et al., 2019)。

為全面衡量夥伴關係的成效，評估工具應結合多角度的分析方法。合作滿意度調查通過問卷或訪談方式，分析合作夥伴對資源分配、目標達成與互動過程的評價 (Schulenkorf et al., 2017)。產出效益分析則將合作夥伴的資源投入與運動倡議的影響進行對比，例如參與人數的增長或社會知名度的提升。此外，透過長期追蹤評估，可監測合作網絡在倡議結束後對政策與社區發展的持續支持情況，從而全面了解夥伴關係的長遠影響 (Patel, 2020)。

1. 建立夥伴關係的目標與核心價值

建立夥伴關係是運動倡議推進與持續發展的關鍵策略，旨在透過多方協作實現以下核心價值：

- (1) 整合資源與專業能力：運動倡議需要結合政府、非政府組織 (NGOs)、企業及社區等多方資源，以彌補單一組織能力的不足，實現高效協作。提供結構化的

CrossFit 教練培訓計畫，包括實際健身課程和理論課程，使釋囚能夠獲得 CrossFit 教練資格，改善其就業前景和社會支持網絡 (DeMartini & Belasik, 2020)。

(2) 促進跨文化與多元利益相關者合作：夥伴關係能夠打破傳統組織間的界限，推動跨文化對話與行動，共同應對社會挑戰。結合社區需求設計運動項目，促進社會融合與健康生活 (Dao & Darnell, 2021)。

(3) 增強倡議的可持續性：通過穩定而持久的合作網絡，確保運動倡議能持續產生正面影響。

(四) 透過運動中的自我反思實現身心成長與社會連結

自我反思在運動倡議與個人發展的雙重背景下具有重要的價值與意義，其核心目的是幫助參與者在活動過程中實現內在的成長與心理健康的提升。研究表明，參與運動活動能夠幫助個體深化對自身的認知，增強心理韌性，並建立穩定的價值體系 (Lee, 2023)。此外，設立明確的目標並持續付諸行動，有助於提升參與者的自主性與自我驅動力 (Moustakas & Wagner, 2023)。

同時，自我反思活動還促進參與者與社會和群體的聯結，幫助他們在個體層面的反思基礎上增強對社會責任的承擔與公共議題的關注 (Dragolov et al., 2016)。

自我反思活動針對特定人群進行設計，特別適合於面臨心理挑戰或有個人發展需求的個體。對於經歷壓力、焦慮或抑鬱的人群，運動能提供一種安全且有效的方式來幫助其調節情緒並增強應對能力 (Mujahid et al., 2007)。同時，對於希望提升目標設定與執行能力的青少年和成年人，自我反思活動能幫助其更清晰地設定個人目標，提升規劃與行動能力 (Buckner, 1988)。

自我反思活動的設計強調參與過程中的體驗，而非僅僅追求結果。研究顯示，諸如瑜伽、冥想和徒步旅行等形式，因其非競爭性的特點，能夠有效幫助參與者專注於自我探索並調節情緒 (Hölzel et al., 2011)。此外，記錄和分享自身經歷的活動形式，能進一步幫助參與者發掘內心的價值與動力 (King, 2008)。為了全面評估活動效果，研究建議採用多層次的量化與質性方法結合。壓力與幸福感量表等工具能夠有效量化心理

健康的變化，而質性訪談與日誌分析則能深入了解參與者的個人經驗 (Moustakas & Wagner, 2023)。此外，通過測量目標設定與行動能力的提升，能夠反映出活動的實際行為層面影響 (Buckner, 1988)。

自我反思活動的應用範疇十分廣泛，不僅在心理健康康復領域具有顯著效果，還在教育發展與組織管理中發揮重要作用。例如，該活動能夠幫助心理挑戰者建立有效的情緒應對策略，同時支持青少年和成年人進行生涯規劃與能力提升 (Dragolov et al., 2013)。在團隊建設中，通過團隊層面的反思活動，能進一步增強成員間的凝聚力與協作能力 (Lee, 2023)。

自我反思活動透過運動作為媒介，不僅促進了參與者的心理健康和行為成長，還增強了個人與社會的聯結。基於科學設計與系統評估，該活動模式為實現個人發展和社會進步提供了可持續的實踐框架 (Dragolov et al., 2016)。

1. 自我反思的目標與核心價值

自我反思在運動倡議和個人發展中具有重要意義，特別是提升參與者的內在成長與心理健康。其核心價值包括：

(1) 促進內在成長：通過運動活動幫助參與者深化自我認知，增強心理韌性，建立更穩定的內在價值系統。藉由攀岩、滑雪和野外生存技能培訓幫助青少年處理創傷經歷，提升情緒管理能力，鼓勵參與者透過活動探索自我，增強心理韌性 (Vetter et al., 2010)。幫助暴力背景下的婦女面對暴力和創傷，恢復心理平衡，提高女性的自尊心、情緒穩定性和應對能力 (Ley & Barrio, 2011)。

(2) 提升自我效能：鼓勵參與者設立目標並付諸行動，從而增強自主性與自我動力。俄羅斯北奧塞梯別斯蘭地區，2004 年學校圍困影響的青少年藉由攀岩、滑雪和野外生存技能等體育活動培養自我效能感和應對挑戰的能力 (Vetter et al., 2010)。鼓勵參與者通過身體活動探索自我，增強心理韌性 (Ley & Barrio, 2011)。

(3) 強化社會關聯性：在個體反思的基礎上，提升參與者對社會和群體的責任感，實現內外部的雙重聯結。通過群體活動建立同儕支持和非家庭成人的指導網絡，

強化問題解決能力、批判性思維以及團隊合作藉此強化生活技能 (Vetter et al., 2010)。

五、小結

(一)平台成立前 (1978-2002 年)

運動拓展在此階段被視為一種促進人權和社會發展的工具。聯合國教科文組織的《國際體育教育與運動憲章》為此奠定基礎，將體育視為基本人權與教育的重要部分。價值觀強調尊重、團結、尊嚴等基本人類價值，同時致力於滿足弱勢群體的需求 (De Fruquier, 2018)。目標範圍不僅局限於身體健康，還涵蓋人格、道德和社會的全面發展，並促進社會包容與國際合作。其功能定位為促進和平、友誼與社區發展的平臺 (De Fruquier, 2018)。此時期運動拓展的核心重心是推廣普遍價值觀，並初步顯現出社會改革的色彩。

(二)聯合國體育促進發展與和平辦公室 (UNOSDP) 經營下 (2003-2017 年)

運動拓展在這一時期成為國際發展的策略工具，被納入支持千年發展目標 (MDGs) 和聯合國相關政策的國際框架中。價值觀聚焦於促進性別平等、青年賦權、健康教育和社會融合，展示其解決具體社會問題的潛力 (Yelamos et al., 2019)。目標範圍從個人或社會層面擴展至支持經濟、社會和環境發展目標。其功能定位轉變為促進國際合作與多邊夥伴關係的重要工具，並透過國際會議、多邊協議和行動專案加強其在全球議程中的影響力 (Burnett, 2019)。此階段運動拓展的作用更具體化，成為應對全球發展挑戰的行動方案。

(三) 全球治理多元化階段 (2017 年至今)

隨著聯合國體育促進發展與和平辦公室的關閉，運動拓展由民間機構和平台 (如 sportanddev) 推動，轉向政策創新與國際反思的方向。其價值觀進一步聚焦於永續發展目標 (SDGs)，如性別平等、和平、社會正義和公共健康等重大議題，特別是在

COVID-19 疫情後 (Schreiner et al., 2024)。目標範圍擴展至與全球性挑戰緊密結合，並作為應對這些挑戰的工具 (Yélamos et al., 2019)。運動拓展的功能定位為多邊溝通與合作的核心機制，為非營利、民營與公共部門提供知識交流與行動支援 (Schreiner et al., 2024)。透過推動如《喀山行動計劃》這類具前瞻性的政策框架，持續塑造運動拓展在後疫情時代的角色。

(四)三期定義的改變及各期扮演的角色

運動拓展的核心定義經歷了不斷的轉變，最初被定義為一種聯合國用於推動人權教育的重要工具，旨在奠定運動與教育和社會發展結合的基礎 (UNESCO, 1978)。在 UNOSDP 時期，運動拓展的定義進一步延展為支持千年發展目標 (MDGs) 的國際框架，旨在促進發展中國家的經濟與社會進步 (Sachs & McArthur, 2005)。隨著公民驅動化時期的到來，其核心定義轉向為支持全球永續發展目標 (SDGs) 的新工具，並強調民間力量與政策制定的結合 (sportanddev, 2024; Glibo et al., 2022)。

在背景層面，早期運動拓展的背景反映了國際對人權教育及基礎社會需求的高度重視，尤其關注弱勢群體的發展需求 (UNESCO, 1978)。在 UNOSDP 階段，千年發展目標的設定以及國際對發展政策與社會融合的重視，將運動拓展作為發展中國家實現教育、健康與減貧目標的關鍵工具 (Sachs & McArthur, 2005)。到了公民驅動化時期，全球性挑戰的深化及民間組織 (如 sportanddev) 的崛起，凸顯了多邊合作和跨領域整合的重要性 (sportanddev, 2024; Glibo et al., 2022)。

價值觀也隨著不同時期發生變化。最初的價值觀集中於推廣尊重、國際尊嚴以及滿足弱勢群體需求的人類普遍價值 (UNESCO, 1978)。在 UNOSDP 階段，價值觀轉向更加多元化的主題，如性別平等、青年賦權及健康與教育的融合 (Sachs & McArthur, 2005)。在公民驅動化時期，則以永續發展目標為核心，注重性別平權、公平與正義等多元價值的實現 (sportanddev, 2024; Glibo et al., 2022)。

目標範圍從早期關注個人健康、人格與道德的全面發展 (UNESCO, 1978)，到 UNOSDP 時期延伸至支持經濟發展、社會整合與和諧環境建設 (Sachs & McArthur, 2005)。到了公民驅動化時期，目標更進一步聚焦全球框架，強調應對社會複雜挑戰和推動永續發展的多方參與 (sportanddev, 2024; Glibo et al., 2022)。

在功能定位上，運動拓展早期被視為促進和平、友誼與社會發展的工具 (UNESCO, 1978)。到了 UNOSDP 時期，其功能定位演變為促進國際合作和多方參與的關鍵手段 (Sachs & McArthur, 2005)。在公民驅動化階段，運動拓展的功能進一步深化為多邊溝通與合作創新的平台，助力全球永續發展目標的實現 (sportanddev, 2024; Glibo et al., 2022)。

轉變點在於每個時期的焦點和功能都逐步演變。在平台成立前，重點在於推廣人類普適價值；到 UNOSDP 時期，則轉向解決具體發展問題的行動策略；在公民驅動化時期，則聚焦於應對後疫情時代的多元議題，探索新的全球合作價值觀 (sportanddev, 2024; Glibo et al., 2022)。

除了歷史脈絡的演變外，運動拓展所呈現出的四大效能面向——發聲的管道、溝通平台、夥伴關係的建構與自我反思的機會——亦為其發展意涵提供功能性詮釋。這四項功能可視為 SFD 回應不同時期社會需求與政策取向的具體實踐形式。例如，在平台成立前的價值倡議階段，運動即展現其作為促進和平與社會凝聚的溝通平台與人權倡議工具。在 UNOSDP 主導下，夥伴關係與多邊合作成為主要策略，運動不再僅止於價值傳播，而是承載政策目標的合作機制。進入公民驅動與民間參與時期後，自我反思的功能逐漸顯現，體育活動被設計為促進參與者批判性思考與文化轉化的場域，回應全球治理、永續發展與社會公義等複雜挑戰。

四大功能並非靜態分類，而是在歷史背景與參與策略中動態互補，逐步建構出運動拓展的政策性、實踐性與批判性意涵，展現出體育介入社會發展的多層次潛能。

表 2-1-2

運動拓展 (SFD) 在不同時期的核心概念與功能定位

時期	核心定義	背景	價值觀	目標範圍	功能定位	轉變點
平台成立前 (1978-2002 年)	運動拓展作為人權與社會發展工具	聯合國《國際體育教育與運動憲章》奠定基礎	尊重、團結、尊嚴，滿足弱勢需求	健康、人格、道德與社會全面發展	促進和平、友誼和社區發展的平臺	推廣人類普遍價值，強調個人與社會雙重進步(UNESCO, 1978)
UNOSDP (2003-2017 年)	運動拓展作為國際發展的策略工具	支援千年發展目標(MDGs)與聯合國相關政策	性別平等、青年賦權、健康教育、社會融合	支持經濟、社會和環境發展目標	促進國際合作與多邊夥伴關係的重要工具	從價值倡導轉向解決發展問題的行動方案(Sachs & McArthur, 2005)
全球治理多元化階段 (2017 年至今)	運動拓展作為解決全球問題與政策創新平臺	民間機構 (如 sportanddev) 推動，關注永續發展目標與疫情挑戰	永續發展目標：性別平等、和平、正義	與全球重大議題緊密結合	多邊溝通與合作的核心理制，支援多部門合作	聚焦政策創新與全球合作，探索後疫情時代價值 (sportanddev, 2024; Glibo et al., 2022)

註：本研究自行整理

第二節 公共衛生的演變及脈絡

本節共分為六個部分，依序探討公共衛生的定義與範疇、起源與早期發展、現代公共衛生的演進、三段五級預防模型的發展、重要歷史里程碑事件，以及公共衛生與三段五級預防模型的整合應用。

一、公共衛生的定義與範疇

公共衛生是一門旨在通過有組織的社會努力預防疾病、延長壽命並促進健康的科學與藝術，這一定義源於世界衛生組織 (WHO) 的描述 (WHO, 2023)。公共衛生的核心目標是通過促進健康行為、改善環境條件以及實施有效的政策來提升社會整體健康水平，強調群體健康的重要性。公共衛生的範疇可分為個人層面、社區層面與全球層面，在個人層面推動健康教育與疾病預防，在社區層面優化資源分配與社會支持，並在全球層面加強國際衛生協作與傳染病控制 (Beaglehole et al., 2004)。與醫療體系相比，公共衛生更關注群體層面的健康改善，而醫療體系則聚焦於治療個體疾病，二者相輔相成，通過預防和治療的聯動有效促進社會健康 (Frieden, 2010)。此外，公共衛生的重大價值還體現在其對經濟發展、社會穩定及環境保護的積極影響，例如清潔水和疫苗接種不僅提升了生命預期，也減少了因疾病帶來的經濟負擔 (Jamison et al., 2006)。

二、公共衛生的起源與早期發展

公共衛生的起源可以追溯至古代，特別是古希臘與羅馬時期，當時的衛生理念體現在完善的排水系統和公共浴場文化中，為後世的公共衛生奠定了基礎 (Porter, 1998)。然而，中世紀宗教影響使公共衛生的進步停滯，但如黑死病等大規模流行病的爆發，促使城市衛生政策得以改進，檢疫制度等防疫措施也在此時初步出現 (Rosen, 1993)。到了工業革命時期，快速城市化和環境污染使公共衛生面臨新的挑戰，特別是改善人口密集地區的生活條件 (Szreter, 1997)。19 世紀的公共衛生運動以愛德溫·查德維克 (Edwin Chadwick) 為代表，他在《1842 年貧民生活狀況報告》中強調了改善衛生條

件的重要性，並推動了《1848 年公共衛生法》的通過，這標誌著政府正式介入城市衛生事務，成為現代公共衛生的基石 (Hamlin, 1998)。

三、現代公共衛生的發展

隨著細菌學革命的到來，路易·巴斯德 (Louis Pasteur) 發現了細菌是主要致病因子，為疾病預防提供了堅實的科學基礎，疫苗和抗生素的普及進一步促進了公共衛生的發展 (Dubos, 1950)。二十世紀，公共衛生的全球化進一步深化，世界衛生組織 (WHO) 於 1948 年成立，並致力於實現「所有人都能享有健康的最高標準」這一目標，其中根除天花運動成為其最重要的成就之一 (Henderson, 2009)。此外，現代公共衛生逐漸從以治療疾病為中心轉向以促進健康為核心，1978 年的《阿馬塔宣言》強調了健康促進的多層次措施，將行為、環境及社會決定因素納入考量 (WHO, 1978)。公共衛生的重心已不再局限於傳染病的防治，而是強調社區參與與健康生活方式的普及 (Marmot, 2005)。總之，公共衛生的歷史演變和理論發展顯示，這門科學始終在回應時代需求，為促進全球健康和解決社會問題提供了堅實的理論與實踐支持。

四、公共衛生三段五級預防之發展

以下介紹三段五級預防模型的理論基礎與演變過程，分別說明 D.W. Clark 所提出的五級預防模型與 Leavell 和 Clark 發展出的三段預防架構，說明其在公共衛生體系中的應用與意義。

(一) D.W. Clark 於 1958 年提出的五級預防模型

D.W. Clark 於 1958 年提出的五級預防模型是預防醫學領域中的一個重要框架，儘管當時尚未系統化為現代的「三段五級預防模型」，但它為後來的初級、次級與三級預防奠定了理論基礎。該模型包括五個層次的預防措施，主要涵蓋以下方面：

1. 健康促進 (Health Promotion)：目標是在疾病尚未發生之前促進個體和社區的整體健康，增強健康水平。方法包括推廣健康的生活方式，如營養教育、戒

菸運動、體育鍛煉計劃等。實例為宣傳健康飲食、鼓勵運動習慣、減少工作壓力等。

2. 特異性保護 (Specific Protection)：目標是針對特定疾病或風險因素採取保護措施，以防止這些因素對健康的負面影響。方法包括疫苗接種、環境控制或個人防護裝備的使用。實例為疫苗接種、佩戴安全帶以預防車禍傷害、環境衛生措施等。
3. 早期診斷與即時治療 (Early Diagnosis and Prompt Treatment)：目標是在疾病的早期階段進行診斷和治療，以防止病情進一步惡化。方法包括篩檢計劃、早期健康檢查、定期身體檢查。實例包括癌症篩查、血壓檢查、糖尿病早期檢測等。
4. 功能性修復 (Disability Limitation)：目標是在疾病或損傷已經發生的情況下，限制病情進一步惡化，減少功能障礙的發生。方法是針對患病或受傷的患者進行適當治療，減少併發症，避免功能喪失。實例如中風患者的物理治療，旨在減少殘疾和功能喪失。
5. 康復 (Rehabilitation)：目標是幫助已有疾病或損傷的患者通過康復措施恢復功能，重返正常生活。方法包括心理治療、物理治療和社會支持，以促進身體和心理的全面康復。實例如心臟病患者的康復計劃、傷後的職業康復等。

(二) Leavell 和 Clark 提出的三段預防模型

Leavell 和 Clark 在 1965 年進一步發展了 D.W. Clark 的預防醫學理念，將其具體化為三段預防模型，並提供了更具體的分類和應用框架。Leavell 和 Clark (1965)所提出的「初級、次級與三級預防」模型已成為公共衛生與預防醫學中的一個重要框架，並廣泛應用於疾病預防與健康促進。該模型包括以下三個層級的預防措施：

1. 初級預防 (Primary Prevention)：其目標是防止疾病或健康問題的發生。主要方法是減少風險因素，並推動健康促進措施，如健康教育和疫苗接種。實例包括疫苗

接種、推動健康生活方式 (如運動和均衡飲食)、提供乾淨飲用水等。

2. 次級預防 (Secondary Prevention)：目標在於早期發現疾病，防止其進一步發展。主要方法是篩檢和早期診斷，及時治療尚未出現明顯症狀的疾病。實例包括癌症篩查、血壓檢查以預防心血管疾病、糖尿病的早期檢測等。
3. 三級預防 (Tertiary Prevention)：其目標是減少已確診患者的併發症，改善生活質量並促進康復。方法包括康復治療和長期疾病管理。實例如中風後的復健治療、心臟病患者的康復計劃等。

這個模型強調了預防措施的階段性，並鼓勵根據不同的疾病階段採取適當的干預措施，以最大限度促進健康和降低醫療成本。

表 2-2-1

三段五級預防模型的發展演變：D.W. Clark 與 Leavell & Clark 的比較

三段五級預防模型					
Clark (1958)	健康促進	特異性保護	早期診斷與 即時治療	功能性修復	康復
Leavell & Clark (1965)	初級預防		次級預防	三級預防	

註：本研究自行整理

五、公共衛生發展的歷史軌跡：里程碑事件與三大時期劃分

公共衛生的概念因多項重要的國際政策推動而逐步成形並持續發展。以下參考世界衛生組織 (WHO) 所出版的 Public health milestones through the years 文章，此文章整理過去幾十年來將公共衛生重要里程碑，按時間順序排列 (WHO, 2023)。

表 2-2-2

公共衛生重要事件里程碑

實施年分	重要事件
1945	計畫成立世界衛生組織
1946	世界衛生組織《組織法》獲得批准
1947	史上首個全球疾病追蹤服務
1948	世界衛生組織《組織法》開始生效、世界衛生大會通過 ICD
1950	抗生素的發現速度加快
1952	脊灰滅活疫苗

(續下頁)

表 2-2-2

公共衛生重要事件里程碑(續)

實施年分	重要事件
1961	脊灰減毒活疫苗
1969	《國際衛生條例》
1972	人類生殖研究、發展和研究培訓特別規劃
1974	擴大免疫規劃
1975	熱帶病研究和培訓特別規畫
1977	首個基本藥物清單
1978	制定「人人享有健康」的目標、全球腹瀉病規劃
1980	根除天花
1981	《國際母乳代用品銷售守則》
1983	發現愛滋病毒
1988	全球消滅脊灰行動
1994	生殖健康的全面定義
1995	兒童疾病綜合管理戰略
1998	緊急避孕
1999	全球疫苗和免疫聯盟、非傳染性疾病全球戰略
2000	千年發展目標、GOARN (全球疫情警報核反應網絡)
2001	聯合國關於愛滋病毒/愛滋病德承諾宣言、全球基金
2003	《三五計畫》、《菸草控制框架公約》
2004	聯合國道路安全協作機制、用於突發事件應對的新的戰略行動中心
2005	修訂《國際衛生條例》
2006	兒童死亡率下降、兒童生長標準
2008	心臟病和中風
2009	新的 H1N1 病毒、籌集衛生資源的方案
2010	首個用於發現結核病的快速分子檢測法
2011	大流行性流感防範框架
2012	非傳染性疾病的目標、營養計畫
2013	精神衛生綜合行動計畫
2014	每個新生兒行動計畫、西非埃博拉疫情
2015	愛滋病治療覆蓋面、消除愛滋病毒和梅毒的母嬰傳播、阻斷本地瘧疾傳播、兒童友好型抗結核藥物配方、可持續發展目標
2016	聯合國關於抗微生物藥物耐藥性的宣言、非洲區域在無脊灰認證方面取得進展、被忽視的熱帶病的治療、《婦女、兒童和青少年健康全球戰略》、西非的埃博拉疫情：進展、寨卡病毒相關疾病被宣布為國際關注的突發公共衛生事件
2017	對抗微生物藥物耐藥的「重點病原體」、健康城市夥伴關係
2019	聯合國關於全民健康覆蓋的宣言
2020	新型冠狀病毒的全球暴發被宣布為國際關注的突發公共衛生事件、關於血流感染的可持續發展目標新指標、首個治療耐多藥結核病的口服方案、獲

表 2-2-2

公共衛生重要事件里程碑(續)

2021	抗愛滋病毒治療、兒童瘧疾疫苗、結核病防治
2022	《同一個健康聯盟計畫》、發佈第四版的《計畫生育：全球服務提供者手冊》
2023	2023 年 4 月 7 日世界衛生日

註：本研究自行整理

根據《國際衛生條例》(IHR)的建立(1969年)及其修訂(2005年)這兩個時間點，可以將公共衛生的重要里程碑分為三個時期：基礎發展與國際規範建立期(1945-1968)、全球免疫推廣與疾病防控加強期(1970-2004)、現代公共衛生強化與全球應對期(2005-至今)

(一) 國際公共衛生體系的誕生與規範奠基期(1945-1968)

基礎發展與國際規範建立期(1945-1968)包括了1945年計畫成立世界衛生組織(WHO)、1946年世界衛生組織《組織法》獲得批准、1947年史上首個全球疾病追蹤服務啟動、1948年WHO《組織法》生效、世界衛生大會通過ICD(國際疾病分類)、1950年抗生素的發現速度加快、1952年脊髓灰質炎滅活疫苗的推出、1961年：脊髓灰質炎滅毒活疫苗的使用、1969年《國際衛生條例》(IHR)建立。這一時期主要為公共衛生基礎建設，WHO的成立及相關疾病防治機制的建立為全球健康合作奠定了基礎。1969年，首個《國際衛生條例》的制定，為國際間傳染病防控的合作建立了框架。

(二) 全球免疫革命與疾病防控深化期(1970-2004)

在全球免疫推廣與疾病防控加強期(1970-2004)包括了1972年人類生殖研究及發展培訓特別規劃、1974年擴大免疫規劃(EPI)、1975年熱帶病研究和培訓特別規劃、1977年首個基本藥物清單、1978年制定「人人享有健康」目標、全球腹瀉病規劃、1980年根除天花、1981年《國際母乳代用品銷售守則》發布、1983年發現愛滋病毒、1988年全球消滅脊髓灰質炎行動啟動、1994年生殖健康的全面定義、1995年兒童疾病

綜合管理戰略、1998 年緊急避孕措施的推廣、1999 年全球疫苗與免疫聯盟 (GAVI) 成立、非傳染性疾病全球戰略推出、2000 年千年發展目標的確立、全球疫情警報核反應網絡 (GOARN) 建立、2003 年《三五計畫》及《菸草控制框架公約》推出、2004 年聯合國道路安全協作機制、突發事件應對的新戰略行動中心建立。此時期著重於免疫推廣與傳染病的防控，全球免疫計畫和疾病防治策略的完善促進了多項疫苗的普及。WHO 推出的基本藥物清單以及全球聯盟如 GAVI 的成立，進一步推動了公共衛生資源的公平分配。

(三) 現代公共衛生的強化與全球健康挑戰應對期 (2005 年至今)

現代公共衛生強化與全球應對期 (2005-至今) 包括 2005 年修訂《國際衛生條例》(IHR)、2006 年兒童死亡率下降、兒童生長標準確立、2008 年：心臟病和中風的全球行動計畫、2009 年新型 H1N1 病毒及衛生資源籌集方案推出、2010 年：首個結核病快速分子檢測法、2015 年可持續發展目標 (SDGs) 納入公共衛生目標，並推動阻斷瘧疾本地傳播、2016 年抗微生物藥物耐藥性宣言發布、非洲無脊髓灰質炎進展、2019 年聯合國全民健康覆蓋宣言、2020 年 COVID-19 疫情被宣布為國際公共衛生突發事件、COVID-19 工具加速計畫、2021 年：兒童瘧疾疫苗推出、抗愛滋病毒治療進展、2022 年《同一個健康聯盟計畫》發布、2023 年 4 月 7 日世界衛生日。修訂後的 IHR 增強了各國應對跨境健康威脅的能力，強調了全球應對公共衛生挑戰的合作。自 2005 年以來，公共衛生領域在疫苗、防治傳染病、抗微生物藥物耐藥性等方面的行動逐步加強，並納入可持續發展框架中。

六、公共衛生與三段五級預防模型的整合：運動在健康促進中的核心角色

將三段公共衛生時期 (基礎發展與國際規範建立期、全球免疫推廣與疾病防控加強期、現代公共衛生強化與全球應對期) 對應到三段五級預防模型中，各自扮演的角色如：

(一) 基礎發展與國際規範建立期 (1945-1968)

此時期以健康促進和特異性保護為主，著重於建立基礎的公共衛生架構，透過疫苗和抗生素等手段來提升社會的整體健康水平，並防止特定疾病的擴散。

1.健康促進 (Health Promotion)：WHO 的成立、全球疾病追蹤服務和國際疾病分類 (ICD)的制定，都旨在增強全球對健康的認識，並提供基本公共衛生架構，促進全球健康水平。

2.特異性保護 (Specific Protection)：此階段中，抗生素的發現和脊髓灰質炎疫苗的推出提供了具體的疾病保護手段，有效預防了多種傳染病的擴散。此時期以健康促進和特異性保護為主，著重於建立基礎的公共衛生架構，透過疫苗和抗生素等手段來提升社會的整體健康水平，並防止特定疾病的擴散。

(二)全球免疫推廣與疾病防控加強期 (1970-2004)

此時期涵蓋了初級預防中的特異性保護和次級預防的早期診斷與即時治療，並拓展至三級預防的功能性修復。加強了具體疾病的防護措施，並納入早期篩檢與治療，通過擴大免疫和傳染病控制來提升社會的整體健康，同時幫助已患病的患者減少功能性障礙。

1.特異性保護 (Specific Protection)：擴大免疫計畫 (如 EPI)、基本藥物清單的發布，以及全球疫苗與免疫聯盟 (GAVI)的成立，推廣疫苗接種，提供具體疾病的保護。

2.早期診斷與即時治療 (Early Diagnosis and Prompt Treatment)：兒童疾病綜合管理策略 (如 IMCI)和愛滋病毒的早期檢測策略均屬於此類，強化疾病的早期發現與及時干預。

3.功能性修復 (Disability Limitation)：針對愛滋病、脊髓灰質炎等疾病的治療策略，幫助患者減少疾病進一步發展的風險，限制其對健康的損害。

(三)現代公共衛生強化與全球應對期 (2005-至今)

此時期跨越了初級、次級和三級預防的全部五個級別，全面提升全球健康保護和恢復。是三段五級預防模型的全面應用，涵蓋從健康促進到康復支持的所有層面，強化了全球健康體系的防護、恢復和應變能力。

- 1.健康促進 (Health Promotion)：可持續發展目標 (SDGs)中納入了健康促進的長期目標，並強化健康生活方式推廣，例如戒菸運動、營養教育等。
- 2.特异性保護 (Specific Protection)：加強全球疫苗接種策略，包括 COVID-19 疫苗等，並推動公共衛生應急機制，防範全球健康威脅。
- 3.早期診斷與即時治療 (Early Diagnosis and Prompt Treatment)：COVID-19 和 H1N1 等疫情的早期應對體系，強化了全球疫情的早期診斷與干預。
- 4.功能性修復 (Disability Limitation)：通過新型抗結核藥物、抗愛滋病毒治療等技術進步，減少傳染病患者的功能性障礙風險。
- 5.康復 (Rehabilitation)：針對慢性病和傳染病患者的康復支持，包括心理康復和物理治療，以協助患者重返正常生活，如 COVID-19 後遺症的康復計劃。

隨著健康促進的理念在過去幾十年的不斷發展，現代健康促進已經超越了僅僅是疾病預防的範疇，擴展到改善個體與社會健康的多層面策略。這包括了生活方式的變革，環境健康因素的管理，心理健康的提升等。其中，運動作為健康促進的核心組成部分之一，已被廣泛認為是提升個人和社會健康的重要手段。這也引發了對運動與健康促進之間關係的深入探討，運動不僅僅是個體健康的維持，更是一種強化公共衛生的有效途徑。接下來，我們將進一步探討運動如何成為現代健康促進中不可或缺的一環。

表 2-2-3

公共衛生三大時期與三段五級預防模型的對應關係

公共衛生時期	主要角色	重要事件
基礎發展與國際規範建立期 (1945-1968)	促進健康	WHO 的成立(World Health Organization, 1948)、ICD 的制定(Rosen, 1993)
	特異性保護	抗生素發現(Porter, 1998)，脊髓灰質炎疫苗推出 (World Health Organization, 1969)
全球免疫推廣與疾病防控加強期 (1970-2004)	特異性保護	擴大免疫計畫 EPI(World Health Organization, 1974)，GAVI(GAVI, 1999)
	早期診斷與即時治療	IMCI，愛滋檢測策略 (Jamison et al., 2006)
	功能性修復	愛滋病、脊髓灰質炎治療(World Health Organization, 1988)
	促進健康	SDGs，健康生活方式推廣(World Health Organization, 2015)
現代公共衛生強化與全球應對期 (2005-至今)	特異性保護	COVID-19 疫苗接種(World Health Organization, 2021)，公共衛生應急機制 (World Health Organization, 2020)
	早期診斷與即時治療	COVID-19 早期應對(World Health Organization, 2021)
	功能性修復	抗結核藥物，抗愛滋治療 (Glibo et al., 2022)
	康復	慢性病和傳染病患者支持 (World Health Organization, 2020)

註：本研究自行整理

第參章 研究方法

本章研究方法說明研究設計與進行方式，分為六小節：第一節為研究架構，說明研究流程；第二節為研究流程與步驟，說明研究如何進行；第三節為研究方法；第四節為研究對象；第五節為研究工具；最後第六節為資料處理與分析，說明本研究如何進行資料整理分析；第六節為研究限制，說明研究過程中需要注意的限制部分。

第一節 研究架構

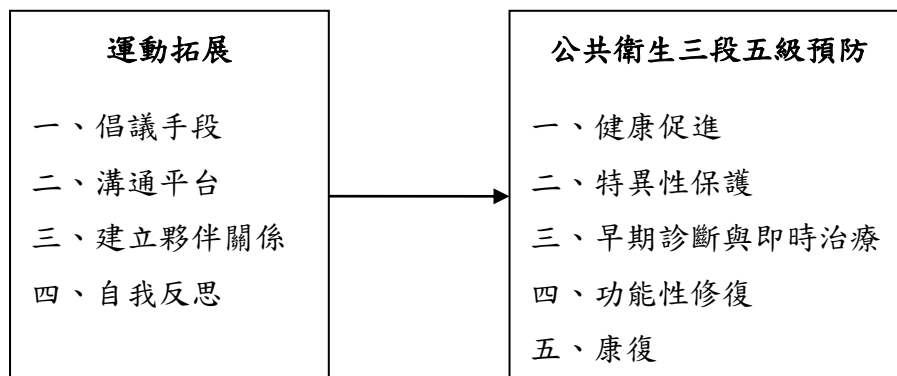
本研究以「運動拓展」為切入點，探討運動在公共衛生三段五級預防中所扮演的角色與功能。研究採用內容分析法與檔案分析法，從文本資料中進行系統性整理與詮釋，以深入了解運動在不同公共衛生預防階段中的應用情境與影響。

本研究將「運動拓展」區分為四個主要面向，分別為：(一)倡議手段、(二)溝通平台、(三)建立夥伴關係、(四)自我反思。並以此對應公共衛生三段五級預防中之各層面，包括健康促進、特異性保護、早期診斷與即時治療、功能性修復與康復，探討運動在公共衛生實務中介入與支持的可能性與模式。

資料來源部分，主要透過 sportanddev 平台之期刊與新聞作為內容分析的文本基礎，輔以政府公報、學術文獻、政策文件等資料進行檔案分析，強化研究脈絡之建構與資料來源的多元性與可靠性。本研究架構如圖 3-1-1 所示。

圖 3-1-1

研究架構圖



第二節 研究流程與步驟

本研究以內容分析法 (Content Analysis) 與檔案分析法 (Document Analysis) 為主要研究方法，進行文本與政策資料之系統性蒐集、分析與詮釋。其目的在於探索「運動拓展」於「公共衛生三段五級預防體系」中所扮演的角色與功能。兩種方法相輔相成：內容分析法強調文本中的語義結構與主題歸納，適用於處理 *Sportanddev* 平台上的新聞報導與期刊文章等非結構性文本；檔案分析法則著重於正式政策與歷史文件之制度性脈絡解析，能補充與驗證文本分析之發現。

整體研究流程如下所述：

一、界定研究主題與問題意識

本研究從明確界定研究主題與問題意識出發。透過初步文獻回顧與實務分析，釐清「運動拓展」作為一種跨領域介入策略，與公共衛生三段五級預防體系之間的潛在連結與互動關係，進而提出研究問題並設定研究目標。此階段奠定研究架構與方法選擇的理論基礎。

二、設定資料篩選標準與研究範圍

針對研究問題制定明確的資料篩選標準與蒐集範圍，以確保研究資料的適切性與分析之信效度。篩選標準包括資料類型 (如新聞報導、期刊文章、政策文件、政府公報、

學術研究報告等)、主題相關性(須涵蓋運動拓展與公共衛生議題)、發布時間與來源平台(以 *sportanddev* 為主,輔以政府與國際組織檔案),並限制語言為繁體中文與英文資料,提升分析的一致性。

三、進行系統性資料蒐集

根據上述篩選準則,進行資料的系統性蒐集。內容分析部分,主要從 *sportanddev* 平台擷取具代表性的新聞報導與專題文章,這些文本記錄了運動在不同國家及情境下的推動方式與成果;檔案分析部分,則涵蓋各國衛生單位發布之政策文件、國際組織如 WHO、UNESCO 等發布的公共健康策略報告,以及具代表性的學術研究,作為制度性背景與發展脈絡的補充資料。

四、資料整理與語料建檔

對蒐集而得之資料進行編碼、整理與分類,建立有系統的資料庫。依據主題面向、發布時間與文件性質進行初步分類,使資料具備可比性與分析可操作性。文本資料進一步整理為可輸入分析工具之語料格式,檔案資料則根據來源性質進行條目化與編碼建檔。

五、進行初步資料分析

內容分析方面,採用 CATAR 軟體進行語料的詞頻與共現分析,挖掘文本中的高頻概念詞與語意結構,並建立詞彙共現矩陣,以視覺化的方式呈現關鍵詞間的語義網絡;檔案分析方面,則透過人工閱讀與語義標記方式,解析政策文本中對「運動」或「身體活動」介入的制度表述與行動策略。

六、主題歸納與公共衛生預防對應分析

結合分析結果進行主題歸納與理論詮釋。透過分析所得之詞彙共現網絡與政策脈絡比對,歸納出文本與檔案中反覆出現之主題與論述模式,進一步對應至公共衛生三段五級預防架構中的各層面(例如健康促進、特異性預防、早期診斷與治療、功能恢復與康復等),以釐清運動拓展在不同階段中可能發揮的作用。

七、資料交叉比對與信效度檢驗

執行交叉比對與信效度驗證。為強化研究信度，本研究將內容分析與檔案分析所獲得之結果進行互證。若同一概念或趨勢於不同資料來源中皆有出現，則可視為具有較高信效度。此外，亦採用重複編碼與人工核對方式，排除可能的語意錯誤與分類模糊，強化分析的內在一致性與邏輯合理性。

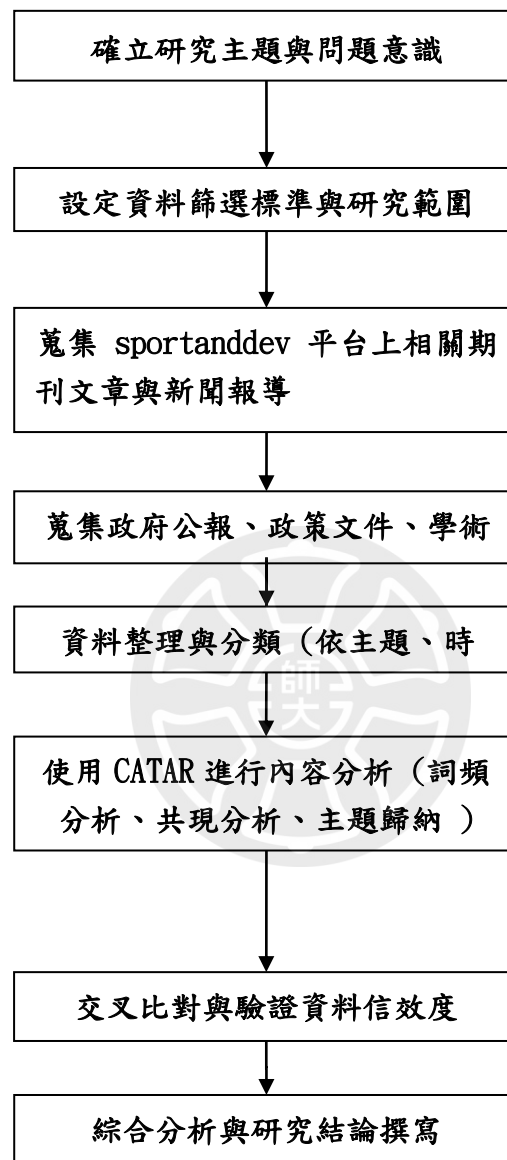
八、整合研究發現與撰寫結論

整合上述步驟所得之分析成果，對「運動拓展」於公共衛生三段五級預防體系中的介入角色提出系統化論述，並根據結果提出理論反思與政策建議，為後續相關研究提供參考依據。



圖 3-2-1

研究流程圖



第三節 資料來源

本節說明本研究的資料來源。

一、研究對象選擇

本研究以國際體育與發展 (sportanddev) 平台作為主要研究資料來源。該網站架構條理分明，內容分為數個主要區塊，旨在提供使用者全面性的資訊與資源。首先，「關於我們」區塊說明該平台的宗旨、發展歷史與主要夥伴，幫助訪客了解其核心目標與組織背景。其次，「體育與發展」部分則著重於說明體育如何與教育、健康、性別平等、社會融合等發展議題相互結合，強調體育作為社會變遷推動力的潛力。此外，網站設有「主題領域」頁面，依據不同社會議題（如和平建構、青年發展與包容性社會等）分類整理內容，使使用者能依其研究方向或興趣主題有效瀏覽相關資料。「最新的」專區則即時更新全球與體育及發展有關的新聞、評論文章、活動與案例，反映出該領域的時事脈動與實務趨勢。為支援知識發展與學術研究，網站亦設有「研究與學習」版塊，提供各類研究報告、教學資源與專業文件，方便研究人員與實務工作者引用參考。最後，網站的「網路」區域則致力於社群建構與國際交流，設有組織目錄與使用者平台，鼓勵來自不同國家的體育與發展從業者彼此連結、協作與經驗分享。sportanddev 透過其多元化、結構化的內容安排，成功建構出一個集教育、研究、實務與交流於一體的國際平台，為體育與發展領域提供豐富且實用的資源與知識支持。

sportanddev 成立於 2003 年，係因應聯合國「運動促進發展與和平」政策倡議所設立之資訊平台，最初由瑞士發展合作署 (Swiss Agency for Development and Cooperation, SDC) 與聯合國體育促進發展與和平辦公室 (UNOSDP) 支持成立，並由瑞士和平基金會 (Swiss Academy for Development, SAD) 主導維運，旨在促進全球體育作為社會發展工具之實務交流與知識建構 (Schulenkorf, 2016；sportanddev, 2024)。

目前 sportanddev 平台由多邊協力治理架構所維持，其核心管理機構為 Steering

Board，成員包含國際奧會、聯合國開發計劃署 (UNDP)、Right to Play、Women Win、GIZ、英國體育部 (UK Sport)等國際組織與政府部門。平台功能主要為提供全球體育與發展工作者進行資源共享、夥伴連結、專案推廣與政策倡議之網絡場域，亦收錄來自世界各地具實證基礎之 SDP 計畫與案例分析，是目前國際間最具權威與影響力之運動拓展資訊整合平台 (Massey et al., 2016；Hayhurst et al., 2011)。

平台截至 2024 年已註冊超過 600 項與體育促進發展與和平 (Sport for Development and Peace, SDP)相關之專案，內容涵蓋健康促進、性別平權、災後復原、兒童保護、社會融合與公民教育等面向，並廣泛應用於資源匱乏與衝突影響地區。透過推動運動專案，促進社會凝聚、教育公平及和平建設，對個人與社區整體發展產生顯著影響 (Massey et al., 2016)。

本研究選擇 sportanddev 作為主要研究平台，係因其具有：一、國際認可與政策連結背景；二、多元區域與跨主題資料來源；三、具備實務與政策之整合性內容；四、連結聯合國永續發展目標 (SDGs)之分析潛力。其所累積之豐富實務案例與政策經驗，為探討運動拓展在公共衛生三段五級預防體系中所扮演之角色，提供具代表性、信度與實務連結性之研究素材。

本研究採用質性文本分析法，以探討運動在社會發展與公共衛生領域中的角色與實踐內涵。研究資料包括兩大來源：其一為 34 篇國際運動發展平台 (sportanddev.org)的學術期刊論文，其二為 89 篇來自 sportanddev 的新聞與評論文章。對於前者，研究採用樣板分析法 (Template Analysis) 進行文本詮釋；對於後者，則運用 CATAR (Classifications Automatiques de Textes par Analyse des Réseaux)進行語料分類與語意結構分析。

在學術期刊部分，本研究以樣板分析作為主要分析方法。樣板分析為一種彈性且具有結構導向的主題分析技術，適用於依據理論架構進行文本主題歸納與詮釋。本研究所採用的分析樣板，係建構於兩組核心理論基礎之上，其一為運動拓展的四項功能性面向，亦即運動作為社會議題倡議手段、跨界溝通平台、夥伴關係建構機制與自我

反思途徑；其二為公共衛生中的「三段五級預防模式」，涵蓋健康促進、早期預防與復健等不同介入層次。透過這一雙重分析架構，研究者針對每篇期刊文章進行主題標記與文本編碼，辨識其所描述的運動實踐如何與不同層級的公共衛生目標產生連結，並據此分析學術論述中運動作為干預策略的具體功能與理論意涵。分析過程遵循樣板分析逐步修正與深化主題的原則，並透過反覆閱讀與主題統整，形成能夠涵蓋理論架構與實務策略的分析矩陣。

相較於期刊文獻的理論導向分析，對於新聞文本的分析則採用語料分析工具 CATAR 進行處理。CATAR 為一種基於詞彙共現演算法之文本分類方法，透過演算文本中詞彙的出現頻率與共現關係，將大量語料依語意特徵劃分為若干類別，進而萃取各類別中具有代表性的詞組與主題結構。本研究將 89 篇新聞文本先進行初步的語意分類，並對照運動拓展的四大面向進行文本歸納與預分類，隨後導入 CATAR 進行分類運算與語意圖譜繪製。此分析有助於揭示新聞報導中運動作為社會行動策略之語言使用傾向與論述模式，並進一步釐清不同主題類群在語意座標圖中的相對位置與概念連結。透過樣板分析與 CATAR 分析的雙重策略，本研究不僅能夠從學術文獻中梳理運動與公共衛生之間的結構性關聯，也能從新聞語料中辨識運動拓展的語意實踐與話語型態，進而建構出一個橫跨理論與實務、文本與語意之間的多層次分析視角。

第四節 研究工具

為有效進行資料整理與分析，本研究依據研究方法的應用需求，採用兩項研究工具，分別對應內容分析法與檔案分析法。具體說明如下：

一、檔案分析輔助工具：資料篩選與分類表單(編碼簿)

本研究於進行檔案分析時，為系統性處理來源多元且結構各異之政策文件、公報及學術資料，特別設計編碼簿作為資料篩選與分類之工具。此表單具備半結構化的欄位設計，包含資料編號、資料來源類型（如期刊、新聞報導、政府公報、政策文件、

學術文獻)、標題、發布年份、主要內容摘要、關鍵字標記，以及其與公共衛生三段五級預防架構之對應層級。透過此表單可對龐大檔案資料進行分類、整併與標記，並建立研究用資料庫，利於後續主題歸納、文本比對與背景脈絡分析，有效提升檔案分析的效率與一致性。

二、內容分析輔助工具：CATAR

本研究在進行文本分析時，採用內容分析輔助軟體 CATAR (Computer-Assisted Text Analysis for Research) 作為主要工具，協助處理非結構性語料資料。CATAR 可自動化完成關鍵詞提取、詞頻統計、共現關係建構與主題分類，適用於大規模文本的結構探索與語義分析。CATAR 的導入，使本研究能從龐雜文本中萃取與運動拓展及公共衛生相關的核心概念，並揭示詞彙間潛藏的結構性連結 (Tseng & Tsay, 2013)。

本研究資料分析分為兩個階段進行。第一階段主要透過 CATAR 進行詞頻計算與共現字分析。文本預處理工作包括移除標點符號、統一詞彙格式、標準化同義詞（如「健身」與「體能訓練」）、刪除無意義停用詞（如介系詞、助詞等），以確保後續語料分析準確且一致。詞頻分析協助辨識出高頻關鍵詞，進一步建立關鍵詞共現矩陣，並統計每對詞彙於同一文本中同時出現的頻率。為準確衡量詞彙間的關聯強度，採用 Dice 係數進行正規化處理，其計算公式如下：

$$\text{Sim}(X,Y)=\frac{2 \times |S(X) \cap S(Y)|}{|S(X)| + |S(Y)|}$$

其中 $S(X)$ 與 $S(Y)$ 分別為詞彙 X 與 Y 的出現集合，交集 $S(X) \cap S(Y)$ 表示兩詞在同一文本中共同出現的次數。透過此係數可有效避免高詞頻對關聯判斷之扭曲，確保共現分析之邏輯合理性與語義準確性。

第二階段則進行主題群集歸納與人工分類。CATAR 所產出之詞彙共現網絡結果將作為初步依據，由研究者針對語意重疊、分類模糊之處進行人工修正與語義整併。最終所得之主題群集將進一步對應至公共衛生三段五級預防的各個層面，包括健康促進、特異性保護、早期診斷與即時治療、功能性修復與康復等，藉以分析運動拓展在不同

預防階段中之介入樣態與政策實踐形式。

CATAR 的自動分析與人工詮釋互為補充，使本研究得以兼顧分析效率與語義深度，確保對文本內涵之準確理解與有效分類，並提升內容分析結果之信度與解釋力。

三、分析驗證流程

為確保資料分析過程之準確性與研究結果之信效度，本研究於各階段設計多重驗證程序，以提升整體研究的邏輯一致性與科學性。首先，在文本資料預處理階段，研究者依據標準化程序進行語料清理，包含統一詞彙格式、移除無意義詞語及整合同義詞，避免語意模糊或詞頻扭曲導致分析誤差。其次，在 CATAR 自動化分析階段結束後，研究者對其產出之分類結果與主題群集進行逐一人工審閱，檢查類別內語義一致性、主題命名準確性及分類邊界清晰性，以確保所建構之主題架構能真實反映文本脈絡。

再者，研究亦採用異質資料交叉比對策略，將 CATAR 所產出之主題與檔案分析中蒐集之政策文件、政府公報等進行內容對照，以確認文本中之主題是否與制度脈絡與政策實務相互呼應，進一步提升分析結果之外部效度。最後，為確保資料處理結果之穩定性與一致性，本研究於詞頻統計、共現分析與主題歸納等核心步驟中，均採用重複操作與比對之雙重檢核機制，記錄並比對各次結果，強化處理過程之透明度與結果一致性。

綜合上述，本研究結合內容分析與檔案分析兩項方法，分別輔以 CATAR 與編碼簿兩項工具，並搭配多重驗證程序，建立起一套具系統性、可追溯性與高度信效度的質性研究資料處理流程。此一工具與技術設計，有效支撐研究結論之理論推論與政策建議基礎。

第五節 資料處理與分析方法

本研究以質性取向為核心，結合內容分析法與檔案分析法，針對不同性質之文本與制度性資料進行系統化處理與主題歸納，進而探索運動拓展在公共衛生三段五級預

防體系中所發揮的多元角色與功能。兩種方法在分析策略與技術上各具特色，內容分析法以詞彙結構與語意網絡為分析對象，適用於處理 *sportanddev* 平台上之非結構性文本；檔案分析法則以政策內容與敘事重點為關注核心，適用於政府文件、公報與正式報告等制度資料。

一、內容分析法：共現字與集群分析

在內容分析部分，本研究透過 CATAR 軟體進行詞頻計算、共現字分析與主題集群，建立一套邏輯嚴謹之語料處理流程。初步階段為詞彙預處理，包括移除標點、統一詞彙格式、整合同義詞與刪除停用詞，確保語料的一致性與語義精準性。隨後進行詞頻統計，以辨識文本中高頻出現之概念詞，作為分析核心主題的依據。

接續的共現字分析為此階段重點。研究者透過 CATAR 建立共現詞彙矩陣，觀察各關鍵詞於同一文本中共同出現之頻率與組合關係，並採用 Dice 係數進行正規化處理，使詞彙間的關聯強度具可比較性。此一分析有助於辨識潛藏於語料中的語意連結與概念結構，並為後續主題歸納提供語義依據。

在完成共現分析後，進入主題集群階段。研究者根據詞彙共現網絡所呈現之語義聚合特性，進行概念群集歸納與主題建構。此步驟結合 CATAR 自動生成之初步分類結果與研究者人工審閱的判斷，針對語義模糊與類別重疊進行微調，確保每一主題具有內部一致性與外部區辨性。最後，研究者將所建構之主題群集對應至公共衛生三段五級預防體系的各個階段，針對健康促進、特異性保護、早期診斷與即時治療、功能性修復與康復等層面，深入分析運動拓展在其中所扮演之角色。

二、檔案分析法：詞頻分析與語義對照

在檔案分析部分，本研究針對政府公報、政策文件與相關學術文獻進行語義層次的閱讀與主題標記，重點在於辨識不同檔案文本中，與運動拓展相關的政策定位、敘事框架與制度表述。為提升分析的系統性，研究者先依照既定之編碼簿設計進行資料登錄與初步標記，再根據詞彙出現頻率進行整理與歸納，建構各政策文本之主題輪廓。

詞頻分析為本研究於檔案分析中之主要策略。透過統計政策文本中重複出現的核

心詞語，辨識政策重點與核心論述焦點，進一步比對運動相關語彙在不同政策文件中的出現脈絡。此一過程不僅有助於揭示制度脈絡中運動拓展之政策取向，亦可作為內容分析法中主題分類結果之背景驗證。

檔案分析法所提供之制度性視角與政策敘事，有效補足非結構性文本分析中對實際政策環境的理解侷限，並促進兩種資料來源間的對話與整合，提升研究詮釋的廣度與信效度。

三、整合應用與交叉驗證

為提升研究結果的全面性與理論解釋力，本研究將內容分析法與檔案分析法之結果進行整合與交叉比對。一方面，內容分析法所揭示之文本主題與語義關聯，經由檔案分析中政策資料的制度脈絡可獲得進一步的詮釋與實證支撐；另一方面，政策文本中重點詞彙與敘事策略，亦可反向檢視與強化內容分析中所建構之主題分類。

在交叉分析過程中，研究者依據「主題－脈絡」對應邏輯，將文本分析所得之主題群集與檔案資料進行一對一比對，檢視語義一致性與語用重疊程度，並針對不一致或矛盾之處進行質性討論與理論反思。此外，本研究亦採用重複檢核與雙重分析操作，針對詞頻統計、共現字建構與主題集群等核心步驟進行獨立操作兩次以上，確保資料處理之穩定性與再現性，進而強化研究結果的邏輯一致性與實證可靠性。

透過結合共現字與集群的內容分析策略，以及詞頻與語義對照的檔案分析方法，本研究得以從文本語意與制度脈絡雙重維度，完整建構運動拓展於公共衛生體系中之多元角色定位，並進一步提出具有政策參考價值的理論洞見與實務建議。

第肆章 研究結果與討論

本章旨在說明本研究所獲得之實證結果，並針對其對公共衛生五級預防架構中，運動作為策略的影響進行分析與討論。章節內容共分為四節，分別探討：一、倡議手段；二、建立夥伴關係；三、溝通平台；以及四、自我反思。透過上述四個層面，綜整本研究對運動倡議策略實務與理論的啟發。

第一節、倡議手段在公共衛生三段五級預防中的角色與實踐

本節探討運動如何成為一種倡議手段，透過其社會影響力特性，發揮引導公共衛生議題關注與行動的功能。藉由分析其作為社會影響力工具的應用情形，進一步理解運動在推動五級預防策略中所扮演的角色與可能性。

一、倡議手段在三段五級中扮演的角色

本研究自 sportanddev 平台蒐集與運動拓展及公共衛生相關之期刊文章，共計 34 篇。經內容分類後，歸類於「倡議手段」類別者共 11 篇，其中以健康促進為主題者有 8 篇，聚焦於透過運動介入提升社區健康意識與行為；以康復為導向者則有 3 篇，強調運動於疾病復原與功能重建中的角色。以下將分別說明倡議手段於健康促進與康復層面所扮演之功能與意涵。

(一)健康促進

健康促進的干預策略著重於提升居民的健康行為和減少健康風險。這些策略涵蓋了社區運動計劃、健康教育講座，以及與社會目標結合的創新運動項目。例如，研究顯示，通過設立體育示範村能促進社區的健康行為和社會凝聚力 (IMT Ghaziabad & Sports: A Way of Life, 2024)。此外，倡導並改善全民運動機會，降低非傳染性疾病負擔也取得了顯著成效 (Active India Coalition, 2018)。針對疾病污名化問題，例如愛滋病毒，結合體育活動和健康講座能有效提升預防意識和減少社會偏見 (Mwaanga, 2010)。針對不同社區需求的健身活動也幫助居民建立更健康的生活方式 (Chen,, 2022)。

此外，針對社會不穩定的地區，運動活動也能促進社會和諧，例如通過社區和平

運動減少暴力極端主義的影響 (Asif, 2018)。更進一步的研究表明，體育促進發展計劃將運動與健康、環保和教育推廣結合，創造多重社會效益 (Whitley et al, 2019)。針對女性群體，結合趣味運動和健康教育的干預方法，也成功促進了健康行為的改變 (CAAWS, 2013)。

(二) 康復

康復策略主要關注於特殊群體 (如婦女和青少年) 的心理健康、社會融入和生活質量的提升。針對受暴力或衝突影響的婦女，運動和心理支持活動幫助她們重建正向的社會聯結並促進心理健康 (Rivera et al., 2022; Fernández et al., 2021)。針對青少年的康復計劃則聚焦於提升心理復原力和情緒管理，幫助其從重大創傷中恢復心理健康和社會功能 (Petrova et al., 2020)。

二、倡議手段在三段五級中採取的實踐方式

運動作為健康促進和干預的核心手段，在不同情境和人群中展現了多樣化的實踐方式與效果。針對農村社區居民，田徑與團隊運動被廣泛運用，不僅提升了居民的身體活動水平，還促進了社區的社會和諧，例如印度農村的案例表明，適當的運動干預能夠改善居民的健康素質，並加強社區凝聚力。與此同時，全民運動計劃在印度的推廣，成功改善了人們的運動機會，並降低了慢性疾病的發生率，進一步凸顯了運動在提升國民健康方面的系統性影響。

針對特殊群體，例如非洲的愛滋病毒感染者與高風險人群，運動結合健康教育的方式在改善健康行為方面發揮了重要作用。通過設計社區體育活動，這些群體不僅能參與運動競賽，還能接受健康知識教育，減少污名化現象，並增強健康教育的覆蓋率。此外，中國的社區健身活動提供了針對不同年齡層與健康需求的多樣化運動課程，結合健康講座有效提高了參與者對健康生活方式的認識。

在心理健康與創傷恢復領域，運動干預為受創群體提供了新的康復途徑。危地馬拉針對受暴力影響的婦女，運用運動治療與集體活動，幫助她們改善心理健康並重建社會聯結。同樣，俄羅斯的別斯蘭學校事件倖存者在心理支持與團體運動的幫助下，

逐步恢復了心理平衡與生活功能。而在面對更廣泛的心理挑戰時，結合運動與心理支持的綜合干預措施，顯示出改善創傷群體社會適應能力的顯著效果。

最後，針對年輕女性的健康促進策略，運動不僅扮演著提升健康意識的角色，還在改變健康行為方面取得了成果。例如，美國針對年輕女性的健身課程與健康講座，將趣味性與教育性結合，激發對健康生活方式的關注。同時，提供針對戒菸等行為改變的支持性服務，展示了運動在行為改變與健康促進中的全面價值。

運動干預在促進身體健康、心理支持和行為改變等方面展現了廣泛的適用性與靈活性。其多樣化的實踐方式不僅能滿足不同群體的需求，還能促進個人與社區的整體福祉。運動作為健康干預的重要手段，應被更廣泛地融入公共健康政策與實踐中，以充分發揮其長期效益。

圖 2-3-1
倡議手段在公共衛生三段五級中扮演的角色

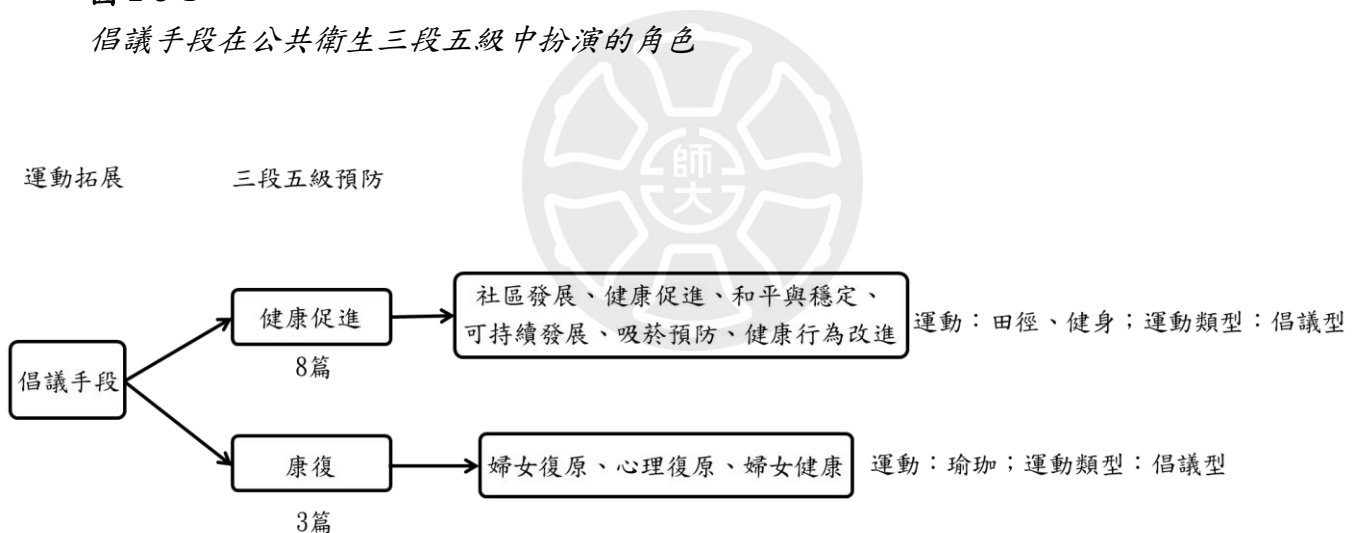


表 4-1-1

倡議手段關係在三段五級中的角色及實踐方式

公共衛生 三段五級 篇名 預防	作者及年份	在三段五級中扮演的角色		實踐方式			
		分為此類的原因	最主要倡議的議題	對象	使用的運動干預	地點	解決方式
體育示範村 案例研究： 體育興鄉	IMT Ghaziabad 與 Sports: A Way of Life (2024)	使用運動作為提升社區凝聚力與經濟發展的工具。鼓勵居民參與日常運動，從而促進健康的生活方式，減少疾病風險。	社區發展：促進社區的社會凝聚力與經濟發展，特別是透過建立運動文化和基礎設施，改善村民的生活品質和運動方式。	農村社田徑與團隊運 區居民動		印度	提升身體活動以增進居民健康，並促進社會和諧。
印度的體育 和體育活動 狀況	Active India Coalition (2018)	通過研究體育活動對印度社會和健康的多重影響，提出推廣運動的策略。強調健康促進措施，如提高身體活動以改善國民健康。	健康促進：提高運動參與率以減少非傳染性疾病的負擔。	全印度全民運動推廣 人口計劃		印度	倡導並改善運動機會，提升全民健康，降低疾病發生率。
體育應對愛 滋病毒愛滋 病：解釋我 們的信念	Mwaanga (2010)	探討如何通過體育運動減少與愛滋病毒相關的污名化並促進健康。利用體育活動改善社會態度並提高健康意識。	健康促進：減少污名化與提高愛滋病毒的預防與治療意識。	愛滋病 毒感染 者與高 風險群 體	社區體育活動	非洲	設計社區運動計劃，融入愛滋病毒知識講座，結合體育比賽減少污名並增強健康教育覆蓋率。

(續下頁)

表 4-1-1

倡議手段關係在三段五級中的角色及實踐方式(續)

公共衛生		在三段五級中扮演的角色		實踐方式				
三段五級	篇名	作者及年份	分為此類的原因	最主要倡議的議題	對象	使用的運動干預	地點	解決方式
	以《中國人群身體活動指南》為抓手，全面促進人群身體活動量提升	Chen, J. (2022)	透過運動項目提高社區居民的整體健康水平。提高健康水平，減少疾病發生的風險。	健康促進：增強社區健康意識與身體活動參與。	社區居民	社區健身活動	中國	提供針對不同年齡層和健康需求的社區健身課程，並結合健康講座提高參與者對健康生活方式的認識。
健康促進	體育促進發展、和平與暴力極端主義	Asif (2018)	探討體育如何促進社會穩定並減少暴力極端主義的影響。降低心理壓力與衝突風險，改善社會整體健康。	和平與穩定：通過運動活動減少社會不穩定因素。	高風險社區	和平運動計劃	中東	通過和平運動計劃，為高風險社區提供心理支持與社會參與機會。
	體育促進發展期刊：2019期	Whitley et al (2019)	探討體育如何作為促進可持續發展的工具，解決社會和環境問題。利用體育改善生活條件，減少疾病和環境惡化的影響。	可持續發展：運用體育推廣健康、環保與教育平等。	政策制定者與地方社區	可持續體育計劃	多國	結合社區活動與教育推廣，提供資源促進健康與環境保護。
	活躍與自由：年輕女性、體能活動與菸草	CAAWS (2013)	探討運動如何幫助年輕女性遠離吸菸習慣。減少吸菸率，推動健康生活方式。	吸菸預防：結合運動提升健康意識。	年輕女性	健身課程與健康講座	加拿大	運用趣味運動結合教育，激發年輕女性對健康生活的重視。

(續下頁)

表 4-1-1

倡議手段關係在三段五級中的角色及實踐方式(續)

公共衛生		在三段五級中扮演的角色		實踐方式				
三段五級	篇名	作者及年份	分為此類的原因	最主要倡議的議題	對象	使用的運動干預	地點	解決方式
健康促進	活躍與自由：年輕女性、體能活動與菸草	CAAWS (2013)	研究體能活動如何促進健康行為並減少菸草使用。促進健康行為以減少慢性病風險並改善生活品質。	健康行為改進：鼓勵女性戒菸並參與體能活動。	年輕女性	健康與運動課程	美國	提供專注於健康行為改變的運動課程，結合戒菸支持服務。
康復	危地馬拉暴力和衝突背景下婦女的運動和運動治療	Rivera et al. (2022)	運動用作支持衝突背景中婦女心理健康和社會復原的工具。幫助受創婦女重建心理和社會功能。	婦女復原：通過運動促進心理復原與社會融入。	受暴力影響的婦女	運動治療與集體活動	危地馬拉	提供支持性運動活動，促進心理健康和社會重建。
	復原力增強計畫對別斯蘭學校園困青年的影響	Ivanov & Petrova(2020)	通過運動干預改善圍困青年的心理健康與復原力。幫助受創青年恢復心理功能與社會參與。	心理復原：提升青少年心理健康與情緒管理能力。	別斯蘭學校事件倖存者	心理支持與團體運動	俄羅斯	提供運動與心理支持計畫以促進康復。
	危地馬拉暴力和衝突背景下婦女的運動和運動治療	Garcia & Fernandez (2021)	探討如何使用運動改善暴力背景中的婦女心理健康。減少暴力影響並促進心理與身	婦女健康：提供心理支持與身體活動以應對暴力創傷。	受暴力影響的婦女	瑜伽和集體運動	危地馬拉	結合心理支持與身體活動，幫助婦女建立正向社會聯

註：本研究自行整理



三、在公共衛生三段五級預防中以運動為倡議手段的策略成果

本研究自 sportanddev 平台蒐集與運動拓展及公共衛生相關之新聞，共計 89 篇。經內容分類後，歸類於「倡議手段」類別者共 38 篇，運用 CATAR 語意分群分析將文本資料歸納為三個主要語意群集。透過對各群集語意結構的分析與文本內容對照，並結合公共衛生三段五級預防理論，進一步探討運動拓展在不同層次健康促進與疾病預防中的實踐角色。本節將分別就各群集加以說明，並提出具體作法與概念意涵，完整呈現運動作為社會倡議手段的多元功能。

表 4-1-1

倡議手段新聞之共現字分析

相似度	名稱	共現字	新聞篇數
0.87	1. 運動促進心理韌性與社會支持	運動、全球、心理健康、難民、手球、課程、心理急救、奧運、公益	10 篇
0.81	2. 運動結合永續發展與疾病防護	社會、永續、健康、促進、合作、企業社會責任 (CSR)、運動賽事、fifa、文化融合	21 篇
0	3. 運動介入社區健康與疾病惡化預防	東非、兒童、社區健康、社區促進、健康身心、綠地、身體活動	7 篇

註：本研究自行整理

(一) 運動促進心理韌性與健康行為

群集一呈現出以「運動」、「健康」、「心理」、「韌性」、「歸屬感」、「福祉」、「自信」、「性別」與「包容」為核心的語詞聚落，呈現語意聚合度(關聯值 0.1518)。新聞內容中可見，運動活動被廣泛用作提升青少年及弱勢群體心理韌性、增進社交連結、強化自我效能感的有效工具。無論是在教育體系、社區復健或社會包容推廣領域，運動皆被賦予了促進身心健康、預防心理問題以及增進社會整合的積極意涵。整體而言，群集一展現了運動作為心理健康促進策略的多層次功能，並說明其在個人發展與社會建構間的重要橋樑角色。

本群集主要對應於公共衛生三段五級預防體系中的第一次預防—健康促進層面。新聞內容強調，運動透過正向介入，協助個體在疾病發生之前即強化心理資本、建構積極的健康行為模式，進而增進整體生活福祉。

在具體實踐方面，多篇新聞展現出運動在心理健康促進領域的多元應用。例如，〈運動如何增強青少年的適應力：最佳實踐方法〉指出，參與結構化運動計畫的青少年，在自尊、壓力調適與正向情緒表現上均有明顯提升，並能透過量化社會影響來優化健康促進策略。同樣地，德國推動的「ReStart」與「Sport bewegt Deutschland」計畫，透過補助制度與社區運動資源擴展，成功提升疫情後民眾運動參與率，鞏固社區凝聚力並促進全民健康。

進一步來看，運動也被積極應用於特殊群體的心理介入。斯洛維尼亞 Golovec 柔道會的「女性柔道計畫」，藉由武術訓練與心理支持，協助受暴女性重建自信與社會參與感；Virtus 發起的「35 Your Way」活動，則鼓勵智能障礙運動員以自身節奏進行運動挑戰，促進自我效能與身心健康。此外，德國國際合作機構(GIZ)推出的心理健康電子學習課程，則透過線上教育提升全球青年的壓力調適與心理韌性能力，彰顯運動介入在全球健康促進策略中的重要地位。

其他新聞案例如〈團結互助：2025年ICC冠軍盃是巴基斯坦堅韌精神的象徵〉與〈團結運動〉，則分別從大型賽事與國際倡議層面，說明運動在災後復興、社會團結與

人權促進中的象徵意涵與實質作用。這些案例共同構築出運動作為身心健康促進與社會整合平台的多重角色。

綜合而言，群集一所呈現的新聞資料充分說明了運動在健康促進層面的多元介入策略。透過設計結合心理健康促進與運動參與的校園與社區課程，設置壓力管理與情緒調節專案，並推動團隊運動以強化自我效能與社會連結，運動成為強化個人與社區身心資本的核心手段。在概念層面上，運動不僅是提升體能的活動，更是一種促進心理福祉、培養社交韌性與建構包容性社會結構的重要介入方式。此結果具體彰顯了運動作為公共衛生第一次預防階段健康促進策略的實證意涵，也為未來推動運動與心理健康整合計畫提供了重要參考。

(二)運動與永續發展、企業責任的結合實踐

群集二呈現出以「體育」、「社會責任」、「永續發展」與「國際合作」為核心的語詞聚落，呈現語意聚合度(關聯值 0.2752)。新聞內容集中展現運動作為推動健康生活方式、促進社會責任實踐以及推廣永續發展目標(SDGs)的多元手段。從國際體育組織到地方社區行動，運動場域積極結合疾病預防、健康促進、社會包容及環境倡議，展現出跨部門合作與公共健康推動之間的深刻連結。整體而言，群集二體現了運動不僅作為個人健康介入的媒介，更是推動結構性社會變革與全球可持續發展的重要平台。

本群集主要對應於公共衛生三段五級預防體系中的第一次預防階段，涵蓋健康促進與特異性保護兩大面向。在健康促進方面，新聞資料中展現出運動如何提升個人健康素養、強化社區凝聚力，並促進身心健康行為之普及。在特異性保護方面，運動被具體用於預防特定健康風險，特別是非傳染性疾病如心血管疾病、肥胖及心理疾病，體現運動結合疾病防護與健康推廣的雙重策略。

從具體實踐層面觀之，多項新聞案例生動呈現運動在健康促進與特異性保護的結合。歐洲足總(UEFA)推出的「Take Care」健康倡議計畫，針對身體活動、心理健康、營養等六大主題進行多元推廣，透過教育資源與數位平台提升社會大眾的健康認知。

沙烏地阿拉伯的〈利雅德馬拉松〉活動不僅推廣全民運動習慣，更以運動為媒介促進社區認同與文化發展，成為健康城市建設的典範。

此外，國際奧會 (IOC) 與世界衛生組織 (WHO) 合作推動的「Let's Move」全球倡議，鼓勵全球居民透過日常運動降低非傳染性疾病風險；FIFA 與 WHO 的延長合作協議，也持續以足球為載體推廣健康生活方式與公平醫療。非洲「身體主動學習 (PAE)」計畫將身體活動融入教育課程，強調運動在認知提升與健康防護中的核心作用，並在教育資源有限的背景下展現出高效的疾病預防成效。

在企業參與層面，法國自由車協會推動的「Nouveau Cycle」計畫，結合企業社會責任理念與城市公共健康倡議，透過腳踏車再利用與普及運動，促進環境可持續性與全民健康行為；而 REMS、全民健身日等倡議則以虛擬與實體活動形式廣泛觸及群眾，強化社會參與與健康行為養成。

整體而言，群集二展現了運動推動健康促進與特異性保護的雙重介入策略。透過設計大型公共健康活動 (如馬拉松、全民健身日)、結合企業資源推廣疾病防護 (如足球健康倡議)、以及推動社區基層教育與參與 (如身體主動學習計畫)，運動場域成為跨部門協作與全民健康推動的關鍵介面。

在概念性層面上，本群集清晰展現運動組織如何超越單一領域的健康介入角色，轉型為結合公共健康、社會發展與永續議題的多功能社會行動平台。透過橫跨公部門、企業、國際組織與地方社區的合作機制，運動不僅促進了個體健康行為的改變，也推動了結構性社會改革與政策倡議，成為實現全球健康與可持續發展目標的重要策略資源。

(三) 運動介入社區健康與疾病惡化預防

在本次共現字分析中，第三群主題〈運動介入社區健康與疾病惡化預防：健康促進與功能性修復〉的相似度為 0。根據 CATAR 工具的分析邏輯，此數值代表該主題在

共現字層面上與其他主題無任何語詞交集，顯示其主題概念在語意上高度獨立，未與其他群組形成關聯性。

此主題所涵蓋的主要共現字包括：「東非」、「兒童」、「社區健康」、「社區促進」、「健康身心」、「綠地」、「身體活動」等，呈現出其聚焦於地區性、族群性與基層健康促進的議題方向。該主題包含新聞篇數共 7 篇，雖然數量相對較少，但其主題鮮明，並未與其他主題發生語詞重疊，可能反映出媒體在報導社區健康促進議題時，使用之語彙較為特定，與主流健康促進報導有所區隔。

新聞內容顯示，運動不僅促進社區健康行為的養成，更積極支援兒童、青少年、身障者與難民等脆弱群體，並強化社區凝聚力、心理支持與疾病後功能恢復的可能性。整體而言，群集三體現了運動在社區層級結合健康促進與功能性修復的多重介入價值。

本群集主要對應於公共衛生三段五級預防體系中的第一次預防—健康促進，以及第二次預防—功能性修復層面。在健康促進方面，運動透過推動日常身體活動、培養健康生活習慣與增進社區參與，預防疾病與心理健康問題的發生。在功能性修復層面，部分新聞案例亦展現運動作為支援災後心理重建、身障者社會融入及弱勢族群自我效能重建的重要介入策略。

在具體實踐層面，東非盃活動透過融合足球、國際象棋與健康教育工作坊，促進青少年領導力與社區韌性；而索馬利蘭女子足球隊的推廣計畫，則以運動作為賦能平台，提升女性自信、團隊合作與社會參與。PFAsport 計畫在難民社群中透過運動場域進行心理急救與支持，展現運動在災後功能性修復中的應用潛能。YASD 組織推動身障者透過運動參與重建自信，促進社會融入，也同樣呼應功能性修復的目標。

此外，Salaam Bombay Foundation 以「健康監督員」計畫推動線上體適能訓練，提升貧困社區青少年的健康素養與領導力；Gendaball 作為一種在地創新型運動，則以其娛樂性與包容性推動社區健康與社會參與，進一步鞏固公共健康基礎。

整體而言，群集三展現了運動作為健康促進與功能性修復雙重介入策略的豐富樣貌。運動不僅作為日常健康行為推廣的平台，也作為災後心理支持、弱勢群體賦能與社會融合的重要推手。在概念層面上，運動被定位為跨越生理、心理與社會領域的健康干預工具，具備促進身心健康、縮減社會不平等與強化社區韌性的多重功能。

小結：運動作為社會倡議手段的多重意涵與行動路徑

綜合本研究針對「倡議手段」主題的語意分群結果，可看出運動在社會倡議場域中呈現出多元功能性與跨層次實踐特徵。三個語意群集分別從心理健康倡議、政策合作與區域發展等面向，勾勒出運動如何被應用於不同的社會情境與目標中。

首先，群集 1 聚焦於心理健康、心理韌性與性別平權等議題，突顯運動作為促進青少年發展、提升個人自信與心理支持的介入工具。運動不僅是身體鍛鍊的活動，更成為身心整合與社會認同建構的媒介。

其次，群集 2 呈現運動在企業社會責任 (CSR)、永續發展 (SDGs) 與跨國合作中的應用。無論是歐足總的內部福祉倡議，或是國際賽事結合性別平權與公益實踐，運動展現出作為制度性倡議工具的潛力，並強化了其與政策、企業與全球議題的連動性。

最後，群集 3 聚焦於區域性與社區性的運動實踐，特別是在東非、中東或南亞地區，運動被用來提升社區健康、凝聚族群認同，甚至成為災後重建的重要象徵。這顯示出運動在基層層級的可操作性與文化連結力。

整體而言，本研究所呈現的「倡議手段」主題，不僅揭示運動在結構層 (政策、制度、組織) 與行動層 (社區、個人、弱勢族群) 之間的橋接角色，也凸顯了其在心理、社會、文化、經濟等多重領域中的倡議潛能。這樣的多元實踐樣貌，為運動與社會議題結合提供了更豐富的理解脈絡，也為日後探討體育如何作為公共行動策略提供理論基礎與實證佐證。

第二節、建立夥伴關係在公共衛生三段五級預防中的角色與實踐

本節旨在探討運動如何促進公共衛生信議過程中的夥伴關係建立。透過多方協作的策略，運動不僅作為倡議行動的媒介，也成為連結政府、社區與民間團體的重要平台。藉此分析運動在整合多元資源、凝聚共識及推動五級預防上的協作潛能。

一、建立夥伴關係在三段五級中扮演的角色

本研究自 sportanddev 平台蒐集與運動拓展及公共衛生相關之期刊文章，共計 34 篇。經內容分類後，歸類於「建立夥伴關係」類別者共 7 篇，其中以健康促進為主題者有 2 篇，聚焦於透過運動介入提升社區健康意識與行為；另有 2 篇著重於功能性修復，討論運動作為支持身心功能恢復與日常生活能力重建的實踐方式；以康復為導向者則有 3 篇，強調運動於疾病復原與功能重建中的角色。以下將分別說明建立夥伴關係於健康促進、功能性修復及康復層面所扮演之功能與意涵。

(一)健康促進

健康促進的核心在於通過運動項目推動健康意識和社會合作，並促進跨組織的合作網絡。例如，CrossFit 訓練課程的研究表明，這些計劃不僅能提升參與者的身心健康，還能強化團隊合作，形成有力的社會連結 (DeMartini & Belasik, 2020)。此外，針對社區需求設計的多元化運動項目能有效促進社會融合，並增強居民的心理與身體健康 (Dao & Darnell, 2021)。

(二)功能性修復

功能性修復著重於改善特定人群的健康狀況，並提供心理支持以增強合作與連結。例如，針對愛滋病毒感染者的個人化運動計劃顯示，這些方案能有效減少疾病對身體的影響，並幫助患者恢復健康 (Santos et al., 2021)。另一方面，遊戲式運動課程的設計，通過團隊活動幫助心理健康群體提升支持網絡，並減少心理健康問題的發生率 (Ley & Barrio, 2010)。

(三)康復

康復的重點在於利用運動干預幫助受創群體恢復心理健康，並促進社會連結與經

濟融合。例如，針對人口販運倖存者的研究表明，瑜伽和其他運動干預對提升心理健康和社會融合有顯著效果 (Chang & Chua, 2024)。在暴力和衝突背景下，運動活動被證明能有效幫助婦女恢復心理健康，並重建支持性社會網絡 (Rivera et al., 2022)。此外，針對青年群體的衝浪課程結合心理健康輔導，幫助參與者從衝突和創傷中逐步恢復心理健康與情緒穩定 (Marshall et al., 2022)。

二、建立夥伴關係在三段五級中採取的實踐方式

運動作為一種強大的健康促進和社會干預工具，在不同群體和背景中展現了其多樣化的應用價值。針對運動參與者與組織，CrossFit 訓練課程在美國提供了一種創新的方式，不僅強調身體健康的提升，還促進了參與者之間的團隊合作和組織發展，展現了運動對於社群建立的深遠影響。同樣，在越南，地方組織通過設計多元化的社區運動項目，有效結合社區需求，促進了社會融合與居民健康，突顯了運動在改善社會結構與健康行為中的功能。

針對健康狀況特殊的群體，例如愛滋病毒感染者，運動干預被進一步個性化處理。通過全球範圍內提供的個人化運動計劃，這些群體能夠改善身體素質並減緩疾病進展，同時增強心理韌性，為生活質量的提升創造了可能性。在心理健康層面，針對青少年的遊戲式運動課程在歐洲廣泛應用，以趣味性活動和團隊合作為基礎，幫助增強心理支持並減少心理問題的發生率，特別是通過團體參與來促進心理健康的穩定。

針對受到特殊創傷的群體，例如人口販運倖存者和危地馬拉婦女，運動治療則成為恢復心理健康與重建社會聯結的重要手段。瑜伽等治療性運動不僅幫助倖存者紓解心理壓力，還促進了社會和經濟的重新融入，讓這些群體能夠重新獲得自尊與獨立性。而在危地馬拉，團隊運動與治療性活動結合的模式，提供了有效的心理恢復支持，幫助婦女在建立社會網絡的同時，重建生活的穩定性。

對於生活在衝突後的青年，例如利比里亞的青年群體，運動干預甚至可以與自然環境相結合，如衝浪療法計劃。這一創新模式不僅提供了心理健康輔導，還通過衝浪活動為年輕人創造了一個放鬆與恢復的空間，有助於從衝突創傷中恢復，並重新融入

正常的社會生活。

運動干預的多樣性和靈活性使其能夠針對不同的群體需求設計特定方案，從而促進健康、恢復心理創傷並改善社會凝聚力。無論是在身體健康、心理支持還是社會整合方面，運動都展現了其不可替代的價值，是公共健康和社會干預的重要策略之一。

圖 2-3-2

建立夥伴關係在公共衛生三段五級中扮演的角色

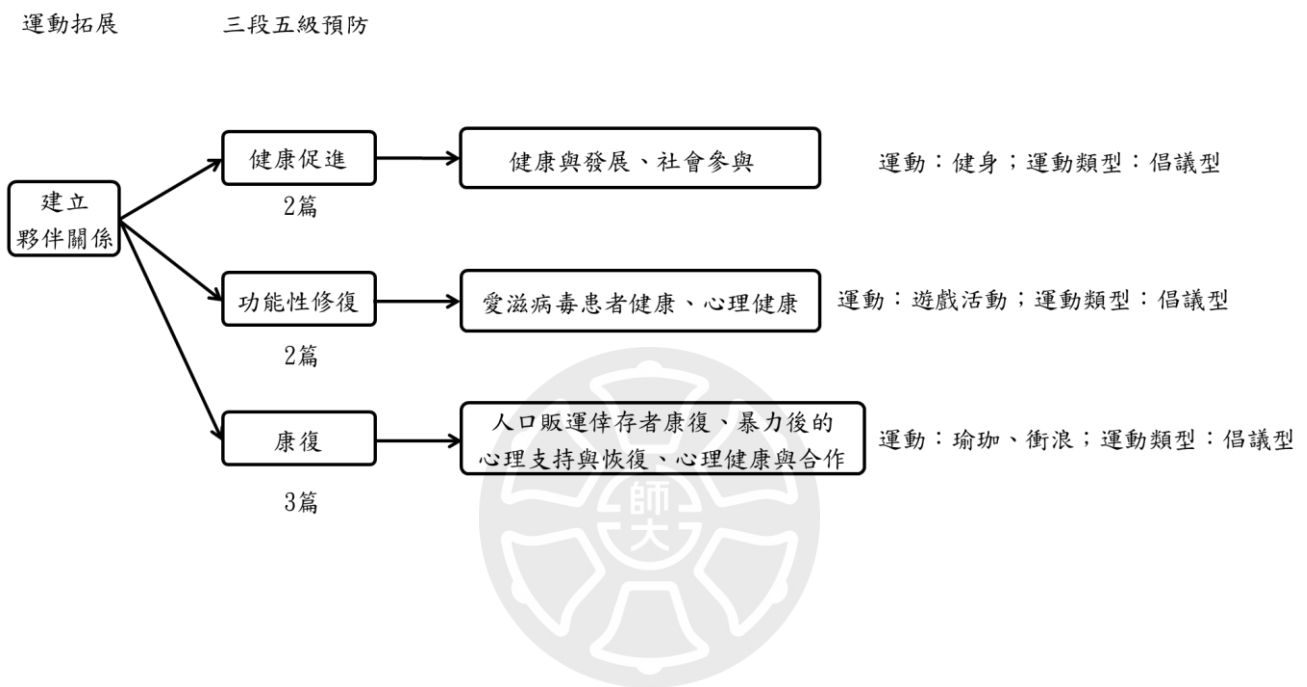


表 4-2-1

建立夥伴關係在三段五級中的角色及實踐方式

公共衛生三段五級預防	篇名	作者及年份	在三段五級中扮演的角色		實踐方式			
			分為此類的原因	最主要倡議的議題	對象	使用的運動干預	地點	解決方式
健康促進	CrossFit 合作夥伴的工作：SDP 的力量建設	DeMartini & Belasik (2020)	研究 CrossFit 如何通過運動項目建立合作關係並推動健康與發展。運動干預提高參與者健康，同時增強社會凝聚力。	健康與發展：通過運動建立跨組織的合作與共享價值觀。	運動參與者與組織	CrossFit 訓練課程	美國	建立合作網絡，通過 CrossFit 課程推動身心健康並促進團體發展。
	提升社區運動參與的模型與效果分析	Dao & Darnell (2021)	分析運動如何促進跨部門合作與社會連結。增強社區參與感，提升心理和身體健康。	社會參與：通過運動促進社區凝聚力與合作。	社區居民與地方組織	多元化運動項目	越南	結合社區需求設計運動項目，促進社會融合與健康生活。
功能性修復	體力活動對愛滋病毒感染者影響的研究綜述	Santos et al (2021)	探索如何利用運動改善愛滋病毒感染者的健康並推動相關合作。減少疾病對健康的進一步影響，支持身體功能的恢復。	愛滋病毒患者健康：提高患者身心健康水平。	愛滋病毒感染者	個人化運動計劃	全球	提供針對性的運動方案以改善健康並降低疾病進展。
	心理社會介入中的運動、遊戲和運動	Ley & Barrio (2010)	利用運動和遊戲改善心理健康，並促進跨組織合作。針對心理健康需求進行支持性干預，促進恢復。	心理健康：通過遊戲與運動提升心理健康與社會支持。	青少年與健康群體	運動遊戲活動	歐洲	建立遊戲式運動課程，提供團隊活動來增強心理支持，並減少心理健康問題的發生率。

(續下頁)

表 4-2-1

建立夥伴關係在三段五級中的角色及實踐方式(續)

公共衛生三段五級預防	篇名	作者及年份	在三段五級中扮演的角色		實踐方式			
			分為此類的原因	最主要倡議的議題	對象	使用的運動干預	地點	解決方式
	人口販運倖存者體育項目的系統性文獻綜述	Chang & Chua (2024)	探討如何利用運動促進人口販運倖存者的心理和社會康復，建立支持性夥伴關係。針對已經受到創傷的人群提供康復手段，促進心理和身體恢復。	人口販運倖存者康復：利用運動支持心理康復、社會融合和經濟重建。	人口販運倖存者	運動治療 (如瑜伽)	全球	通過運動干預，幫助倖存者提升心理健康，並促進社會和經濟融入。
康復	危地馬拉暴力和衝突背景下婦女的運動和運動治療	Rivera et al. (2022)	運動作為社會干預促進心理健康與合作。促進心理健康恢復，幫助倖存者重建社會支持。	暴力後的心理支持與恢復。	危地馬拉婦女	團隊運動與治療性活動	危地馬拉	運用運動支持心理恢復並重建社會網絡。
	「衝浪時我感到很快樂，因為它可以減輕我心中的壓力」	Marshall et al. (2022)	研究衝浪療法如何促進心理健康並推動社會合作。通過體驗式療法改善心理健康，促進社會重建。	心理健康與合作：通過衝浪促進心理復原力與社會連結。	衝突後的青年	衝浪療法計劃	利比亞	設計衝浪課程，結合心理健康輔導，幫助青年從衝突創傷中恢復。

註：本研究自行整理

三、在公共衛生三段五級預防中以運動為建立夥伴關係的策略成果

本研究自 sportanddev 平台蒐集與運動拓展及公共衛生相關之新聞，共計 89 篇。經內容分類後，歸類於「建立夥伴關係」類別者共 20 篇，運用 CATAR 語意分群分析將文本資料歸納為一個主要語意群集。透過對各群集語意結構的分析與文本內容對照，並結合公共衛生三段五級預防理論，進一步探討運動拓展在不同層次健康促進與疾病預防中的實踐角色。本節將分別就各群集加以說明，並提出具體作法與概念意涵，完整呈現運動作為建立夥伴關係的多元功能。

表 4-2-1

建立夥伴關係新聞之共現字分析

相似度	名稱	共現字	新聞篇數
0.85	1. 健康促進導向的多元合作倡議	促進、健康、社會活動、合作	20 篇

註：本研究自行整理

(一)運動促進健康與社會合作的夥伴行動實踐

在語意分群分析中，群集 1 呈現出以「健康」、「合作」、「促進」、「社會」、「sport」為核心的語詞聚落，呈現語意聚合度(關聯值 0.7181)。從新聞資料來看，群集一主要展現出運動組織、企業、政府部門與國際機構之間，透過多層次夥伴合作共同推動健康促進、社會融合與永續發展的實踐樣貌。此群集凸顯運動作為協作平台的重要角色，不僅促進個人與社區健康，也強化了跨領域資源整合與全球倡議的推進力。

本群集主要對應於公共衛生三段五級預防體系中的第一次預防—健康促進層面。透過夥伴關係建立與跨界合作，運動不僅提升了健康促進計畫的覆蓋率與多樣性，亦加速社會參與、教育推廣與行為改變的推進。

從具體新聞案例來看，沙漠毒蛇隊 (Desert Vipers) 與多個永續組織合作，將板球賽事結合環境教育，實踐體育與氣候行動並行的創新模式；拉爾巴格體育嘉年華則結合學校與國際運動 NGO 資源，強化青少年運動參與與社區領導力的培育；而勞倫斯

「Sport for Good Index」則表彰全球企業透過運動推動健康福祉、性別平等與永續發展，展現運動與 CSR (企業社會責任) 結合的實質成效。

此外，拉丁美洲的「MOVE 拉丁美洲週」與「MOVE 大會」亦是一例，ISCA 與地方組織合作推廣活躍生活，促進健康、社會整合與區域連結；Youth Charter 發佈的 2024 年奧運遺產報告，則呼籲國家運動機構與奧運組織應強化多元包容政策，確保不同族群能夠平等參與國際運動舞台；巴黎奧林匹克教育會議 (SDP) 更從國際政策層級出發，呼籲透過跨國協作推動奧林匹克價值、教育與和平倡議，體現運動促進全球合作與社會正義的潛能。

在地方與草根層級，特立尼達與托巴哥的「TriniPlays」計畫以傳統遊戲促進文化傳承與身體活動，印度的 PSD 組織透過桌球活動推動多元共融，加拿大 Parks Canada 則藉由「Learn to Camp」計畫協助新移民融入自然社會，皆透過在地夥伴關係促進運動與社會融合。

整體而言，群集一所呈現的新聞資料充分展現了運動在健康促進與社會合作層面的多重介入策略。運動組織、政府部門、企業與國際機構之間的夥伴合作，不僅拓展了健康促進活動的深度與廣度，也提升了公共議題倡議的整合性與社會影響力。在概念層面上，運動已轉化為跨界夥伴行動的重要觸媒，透過合作建構出更健康、包容與永續的社會生態系統。這樣的結果也提供了實證支持，說明在公共衛生第一次預防階段中，跨界合作與夥伴關係建構是提升健康促進成效不可或缺的關鍵策略。

小結：運動作為建立跨部門夥伴關係的策略平台

在「建立夥伴關係」主題中，語意分群顯示出運動作為合作平台的重要潛力。透過運動所形成的夥伴關係，不僅限於組織間的資源協作，更深入於價值觀的對接、共同目標的塑造與行動實踐的啟動。從地方社區舉辦運動嘉年華，到全球品牌共同參與公益指數建構，文本展現了夥伴關係的多樣面貌與操作層級。

此外，文本中的「健康」、「促進」、「合作」、「包容」、「大會」、「基金」等語詞，呈現出運動如何在健康促進、社會責任與永續發展之間，扮演整合各界力量的樞紐角

色。無論是在地行動還是國際倡議，運動皆成為促進夥伴連結與集體行動的重要載體，回應本研究對「建立夥伴關係」的概念定位。

此分析結果不僅補強了運動與社會發展研究中「跨界合作」的理論基礎，也進一步突顯運動在推動政策、動員群體、協調多元價值之間的中介功能。

第三節、溝通平台在公共衛生三段五級預防中的角色與實踐

本節聚焦於運動如何作為溝通平台，強化多元利害關係人之間的理解與連結。在公共衛生倡議過程中，運動提供了一個跨文化、跨領域的交流空間，有助於消弭知識落差、增進信任關係，並推動五級預防策略的共同實踐。

一、溝通平台在三段五級中扮演的角色

本研究自 sportanddev 平台蒐集與運動拓展及公共衛生相關之期刊文章，共計 34 篇。經內容分類後，歸類於「溝通平台」類別者共 10 篇，其中以健康促進為主題者有 4 篇，聚焦於透過運動介入提升社區健康意識與行為；另有 6 篇著重於特異性保護，討論運動如何作為一種主動防護的介入策略，以預防特定疾病或風險因子之發生與惡化。以下將分別說明溝通平台於健康促進、功能性修復及康復層面所扮演之功能與意涵。

(一) 健康促進

溝通平台在健康促進中發揮了重要作用，特別是在提升健康教育與運動參與的質量和影響力方面。例如，學校卓越教學中心的研究強調，通過學校與大學的協作計劃，不僅提升了健康與體育教育的水平，還推動了學生的健康意識 (Lynch, 2013; Clare & Clark, 2021)。此外，和平教育方法結合體育活動，幫助學生發展合作精神與解決衝突的能力，進一步改善了校園環境 (Chen et al., 2021)。

在公共衛生挑戰 (如 COVID-19) 中，溝通平台的跨部門合作平台結合社區運動計劃，增強了心理復原力並支持社區健康需求 (LeCrom & Martin, 2022)。此外，針對體育霸凌問題，平台聚焦於建立教育方案、政策和培訓計劃，創造安全的運動環境，並幫助參與者提升心理健康 (Kalina et al., 2024; Smith et al., 2023)。

(二) 特異性保護

特異性保護主要針對高風險群體，通過運動和教育干預提升安全意識和健康行為。例如，瓦卡和毛利水安全教育計劃強調了文化認知的重要性，將毛利傳統知識與現代安全教育結合，幫助教育者提升技能 (Phillips & Jackson, 2022)。基於運動的愛滋病毒預防干預措施則有效減少了傳播風險，並促進了社會意識與健康行為 (Jamieson et al., 2020)。此外，體育霸凌和性健康教育的結合干預，通過訓練和健康教育，幫助青少年發展健康知識與行為 (Zhou et al., 2020; Benítez-Sillero et al., 2021)。

二、溝通平台在三段五級中採取的實踐方式

運動干預在不同教育和社區背景中展現了多樣化的實踐方式，尤其在促進健康、教育協作及社會意識方面發揮了顯著作用。針對學校與大學教育工作者，英國的健康教育與運動計劃通過促進協作與課程開發，提升了健康意識與運動習慣。同時，針對亞洲的學校師生，和平運動計劃專注於教師培訓和平教育方法，並結合體育課程，增強學生的合作技能與解決衝突的能力。

社區層面的干預同樣展示了跨部門合作的重要性。在多國範圍內，社區運動計劃通過建立協作平台和利用數字工具，促進了社區的運動參與，並提供遠程健身方案與心理支持，實現了更廣泛的健康目標。此外，英國的教育工作者與學生通過聯合活動和課程開發，進一步提升了教育與運動參與的整體水平。

針對青少年的運動參與干預側重於預防心理和行為問題。例如，全球教育與培訓計劃針對青少年設計了預防霸凌的教育方案，創造安全的運動環境。同時，全球的體育教育與安全指導計劃通過提供專業指導，降低了心理健康問題的風險，幫助青少年在運動參與中獲得更多支持。

文化與傳統元素也被融入運動教育中。紐西蘭的水上活動教育者課程結合了毛利文化與現代安全措施，不僅提升了教育者的水安全技能，還加強了文化認知，為水上運動提供了更多層次的價值。非洲的高風險群體則通過運動與健康工作坊，增強了社會意識和健康行為，有效降低了愛滋病毒的傳播風險。

在教育與運動結合的模式中，教練與學生之間的互動是不可忽視的一環。全球的教育與防護計劃專注於防護教育工作坊，幫助教練與學生提升風險意識與應對技能。此外，讚比亞針對參與足球項目的少女，健康教育與足球訓練的結合不僅提高了健康知識，還促進了行為改變，為這些少女提供了更多健康與成長的機會。

運動干預不僅是促進身體健康的工具，更是推動教育發展、心理支持和文化融合的有效手段。通過針對不同對象與需求設計的多樣化項目，運動展現了其在公共健康、教育和社會整合中的核心價值。這些實踐模式為健康促進與教育干預提供了寶貴的經驗，應在更大範圍內推廣應用。

圖 2-3-2

溝通平台在公共衛生三段五級中扮演的角色

運動拓展

三段五級預防

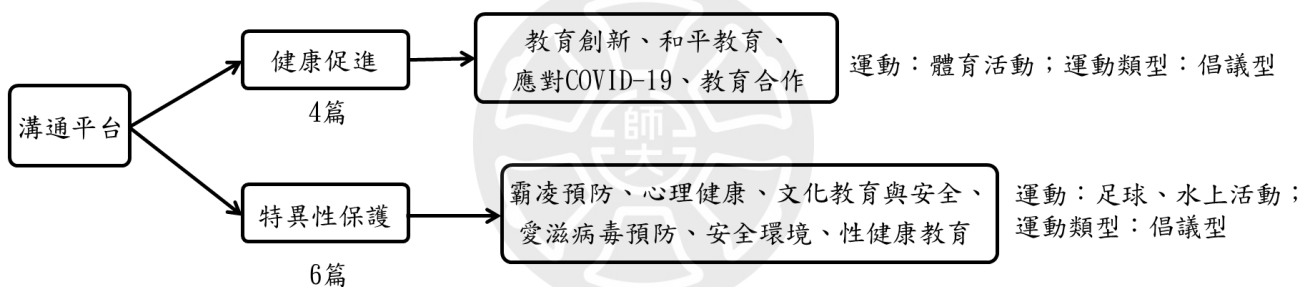


表 4-3-1

溝通平台在三段五級中的角色及實踐方式

公共衛生三段五級預防	篇名	作者及年份	在三段五級中扮演的角色		實踐方式			
			分為此類的原因	最主要倡議的議題	對象	使用的運動干預	地點	解決方式
	學校卓越教學中心：了解學校和大學在健康和體育方面的新方向	Lynch (2013)	促進學校與大學之間的合作，推動健康與體育教育的創新。推動健康教育以改善學生的健康水平。	教育創新：提高健康與體育教育的質量與影響。	學校與大學教育工作者	健康教育與運動計劃	澳洲	通過協作提高教育水準，促進健康意識和運動習慣。
	學校體育教育在和平教育中的角色	Chen et al. (2021)	運動成為教育者與學生間和平教育的交流平台。推動學生的健康與合作精神，改善教育環境。	和平教育：通過體育促進合作與衝突解決技能。	學校師生	學校和平運動計劃	亞洲	推動教師培訓計劃，專注於和平教育方法，通過體育課加強學生間合作與衝突解決技能。
健康促進	為長期成功做好準備：COVID-19 大流行期間的體育促進發展策略	LeCrom & Martin (2021)	運動促進利益相關方合作以應對公共衛生挑戰。透過合作與運動增強社區的健康與心理抗壓能力。	應對 COVID-19：通過運動提升社會合作與復原力。	社區與政策制定者	社區運動計劃	多國	建立跨部門合作平台，促進社區參與運動活動，同時利用數字工具提供遠程健身方案和心理支持。
	學校卓越教學中心：了解學校和大學在健康和體育方面的新方向	Clark & Green (2020)	探討如何推動學校與大學合作提升健康與體育教育的影響力。推動教育改革以促進身心健康。	教育合作：提高健康與體育教育的質量與影響。	教育工作者與學生	健康教育與體育活動	英國	舉辦聯合活動與課程開發，提升教育與運動參與的整體水準。

(續下頁)

表 4-3-1

溝通平台在三段五級中的角色及實踐方式(續)

公共衛生三段五級預防	篇名	作者及年份	在三段五級中扮演的角色		實踐方式			
			分為此類的原因	最主要倡議的議題	對象	使用的運動干預	地點	解決方式
	體育霸凌的風險與保護因素：範圍界定審查	Kalina, L., O'Keeffe, B. T., et al. (2024)	以運動為媒介促進利益相關者之間的合作用。通過教育和培訓措施預防特定風險(例如霸凌)，以保障參與者的身心健康。	霸凌預防：聚焦於預防和解決青少年運動參與中的霸凌問題，強調通過教育、政策和培訓促進健康和安全的運動環境，支持社會和心理健康發展。	青少年運動參與者	教育與培訓	全球	建立教育方案以預防霸凌行為，創造安全的運動環境。
特異性保護	德爾福研究探索體育運動中的身體和情緒安全空間	Smith, J., et al. (2023)	研究運動如何促進情緒安全與利益相關方的互動。保護青少年免受心理健康危害。	心理健康：創造支持性的運動環境促進心理健康。	青少年與運動參與者	體育教育與安全指導	全球	透過安全指導減少心理健康問題的風險。
	瓦卡、華納翁加坦加和水安全：利用原住民知識對水上教育者進行毛利水安全教育	Ngata, T., & Williams, K. (2022)	通過體育推動毛利文化的水安全教育，促進跨文化合作。減少水上事故風險並推動文化認知。	文化教育與安全：通過運動教育促進水上安全與文化認同。	水上運動教育者	水上活動與文化培訓	紐西蘭	融入毛利傳統與現代安全措施，提升教育者的水安全技能與文化認知。

(續下頁)

表 4-3-1

溝通平台在三段五級中的角色及實踐方式(續)

公共衛生三段五級預防	篇名	作者及年份	在三段五級中扮演的角色		實踐方式			
			分為此類的原因	最主要倡議的議題	對象	使用的運動干預	地點	解決方式
	基於運動的愛滋病毒預防干預措施的有效性	Jamieson et al. (2020)	研究運動活動如何促進愛滋病毒教育與社會支持。針對特定風險群體進行教育與行為干預，減少健康威脅。	愛滋病毒預防：推動公共健康與疾病教育。	高風險群體	運動與健康工作坊	非洲	透過運動活動增強社會意識與健康行為，降低愛滋病毒傳播風險。
特異性保護	體育霸凌的風險與保護因素	O'Brien, S., & Lee, P. (2020)	建立多方參與的討論空間以預防體育霸凌。減少霸凌事件發生，創造更健康的參與環境。	安全環境：減少青少年體育參與中的風險。	青少年與教練	教育與防護計劃	全球	開展防護教育工作坊，提升教練與學生的風險意識與應對技能。
	足球項目中讚比亞少女參與者的性健康知識、態度和行為的橫斷面研究	Jones, H., & Chanda, B. (2020)	探討足球項目如何促進少女間的健康教育與對話。針對性健康進行教育和預防，降低風險行為。	性健康教育：增強少女健康意識與行為改變。	參與足球項目的讚比亞少女	健康教育與足球訓練	讚比亞	結合健康教育和運動培訓，增強健康知識與行為改變。

註：本研究自行整理

三、在公共衛生三段五級預防中以運動為溝通平台的策略成果

本研究自 sportanddev 平台蒐集與運動拓展及公共衛生相關之新聞，共計 89 篇。經內容分類後，歸類於「溝通平台」類別者共 21 篇，運用 CATAR 語意分群分析將文本資料歸納為兩個主要語意群集。透過對各群集語意結構的分析與文本內容對照，並結合公共衛生三段五級預防理論，進一步探討運動拓展在不同層次健康促進與疾病預防中的實踐角色。本節將分別就各群集加以說明，並提出具體作法與概念意涵，完整呈現運動作為溝通平台的多元功能。

表 4-3-1

溝通平台新聞之共現字分析

相似度	名稱	共現字	新聞篇數
0.87	1.基金會與國際倡議的串聯	社會、全球、網球、世界、基金會、共同、啟動、線上分享、弱勢	13 篇
0.81	2.文化融合與政策對話	板球、移民、英國、證據、促進、融合、工具、資源、歸屬	8 篇

(一)運動在全球倡議中的對話與連結功能

群集一呈現出以「全球」、「社會」、「網球」、「基金會」、「基層」、「倡議」、「改變」與「社區」為核心的語詞聚落，呈現語意聚合度(關聯值 0.5336)。新聞內容中可見，運動被廣泛用作促進社會凝聚、推動社會正義與擴展全球健康倡議的平台。不僅著眼於個體健康的提升，更強調透過跨國合作與社區基層行動，促進弱勢群體賦權、深化社會包容與推動永續發展目標。整體而言，群集一展現了運動作為全球社會倡議工具及社區連結橋樑的多層次功能，並突顯其在健康促進與社會結構建構中的重要角色。

本群集主要對應於公共衛生三段五級預防體系中的第一次預防—健康促進層面。新聞內容指出，運動透過促進個人健康素養、強化社區參與、推動社會凝聚力與倡議

健康行為模式，有效提升整體生活福祉，並在疾病尚未發生前積極介入，建立促進健康的社會文化氛圍。

在具體實踐方面，多篇新聞展現出運動作為全球倡議與基層行動平台的多元應用。例如，英國文化、媒體與體育部 (DCMS) 於 2023 年發布的《Get Active》政策，明確將運動納入健康促進與社會發展策略，引用 Sport for Development Coalition 實踐案例，強調運動在提升教育成就、就業力與社會凝聚力方面的深遠效益。國際桌總基金會 (ITTF Foundation) 亦以桌球作為全球性倡議工具，透過具體行動推動聯合國永續發展目標 (SDGs)，特別聚焦健康福祉、性別平等與減少不平等。

在疫後社會復原面向上，Common Goal 發起 COVID-19 應對基金，集結全球足球界力量支援受疫情影響的弱勢社區；Laureus 基金會則透過資源分享平台與線上論壇，促進全球運動組織經驗交流與行動力提升，展現運動界在疫情期間作為社區健康推手的積極角色。同時，聯合國在國際體育促進發展與和平日 (IDSDP) 中倡導疫苗公平，透過社群媒體活動推動運動與公共健康議題的連結與全球行動。

進一步來看，個別案例亦展現運動在促進文化包容與社會連結的實踐意涵。如板球在加拿大作為移民融入社會的重要橋樑，協助新移民延續文化認同、建立社交網絡與提升社會適應力；藝術家 Orrin d'Auvergne 則以藝術與運動結合的方式，在聖露西亞推動性別平權與身心障礙者包容，彰顯運動與文化行動在基層社會倡議中的潛能。綜合而言，群集一所呈現的新聞資料充分展現了運動在健康促進領域的多重角色。透過推動全球性健康倡議、促進社區凝聚、賦能弱勢群體與強化文化包容，運動超越了傳統體能鍛鍊的範疇，成為促進社會健康與正義的重要策略工具。在概念層面上，運動被定位為一種跨國界、跨領域的公共行動平台，能夠在個人、社區與全球層級上，積極推動健康促進、社會整合與可持續發展，為公共衛生第一次預防策略的深化與創新提供了具體實證與理論基礎。

(二) 運動促進移民融合與文化理解

群集二呈現出以「促進」、「板球」、「移民」、「英國」、「融合」與「文化」為核心的語詞聚落，呈現語意聚合度(關聯值 0.8145)。新聞內容中可見，運動活動特別是在移民、難民與少數族群社群中，被廣泛用作促進文化理解、建構歸屬感與推動社會融合的有效策略。透過板球、乒乓球等運動項目，以及社區參與行動，運動不僅提供身心健康促進的機會，也成為消除文化隔閡、強化社會認同與賦權弱勢群體的重要橋樑。整體而言，群集二展現了運動作為促進多元文化共融與社會整合的重要介入手段。

本群集主要對應於公共衛生三段五級預防體系中的第一次預防—健康促進層面。新聞內容指出，運動透過建構積極的社會網絡、促進文化交流與增進心理福祉，有助於在疾病發生之前強化社群支持系統與個體社會適應能力，進而提升整體生活品質與社會韌性。

在具體實踐方面，多篇新聞展現了運動在促進移民與多元族群融合中的多元應用。例如，〈保齡球的歸屬感：板球作為加拿大移民社會融合的工具〉指出，板球在加拿大不僅作為延續移民原生文化的活動，更促進了新移民與當地社區之間的交流與聯結，幫助移民拓展社交網絡，提升社會適應與職場能力，體現運動在文化融合與社會參與中的正面作用。

此外，〈讓我們為遠離家鄉的人們帶來希望〉呼應了運動在難民融合與社會包容推動中的角色。聯合國難民署 (UNHCR) 強調透過教育、就業、運動與醫療等資源建設，促進難民融入避難地社會，建立新的社會連結與歸屬感，展現了運動作為促進心理支持與社區穩定的重要介入方式。

在文化理解與社會倡議層面，2025 年世界乒乓球日活動亦呼籲全球推廣者透過桌球促進多元與共融，強調運動作為促進不同背景族群理解與參與的重要橋樑。此外，「超越亞斯伯格症的視野」一文中，藝術家 Orrin Vivaldi d'Auvergne 透過藝術與運動結合的方式，推動身心障礙者與多元群體的社會參與，進一步說明運動在促進弱勢族群社會融合與文化表達方面的潛能。

綜合而言，群集二所呈現的新聞資料充分說明了運動在健康促進與社會融合領域的多重介入策略。透過推動針對移民與難民的運動計畫、設計促進文化交流與心理支持的社區活動，運動成為促進歸屬感、強化社會連結與縮減社會不平等的重要手段。在概念層面上，運動不僅是體能活動的平台，更是一種促進文化理解、增強社會韌性與建構包容性社會結構的有效介入方式。此結果具體彰顯了運動作為公共衛生第一次預防階段健康促進策略的實證意涵，也為未來推動多元文化融合與社會包容計畫提供了重要參考基礎。

小結：運動作為溝通平台的多重角色與實踐意涵

綜合本研究針對「溝通平台」主題的語意分群結果，可看出運動在公共衛生健康促進領域中，展現出作為社會溝通與文化連結媒介的多重角色與跨層次實踐特徵。兩個語意群集分別從全球倡議行動與移民融合支持的角度，勾勒出運動如何在不同社會情境中，成為促進健康、凝聚社群與建構包容社會的重要介入途徑。

首先，群集一聚焦於全球性社會倡議與基層連結的運動實踐。運動不僅被用來推動健康促進與教育提升，亦成為連結不同社群、支援弱勢群體、促進疫後復原與推動永續發展的重要工具。透過跨國合作、資源分享與社群參與，運動平台延伸了健康促進的範疇，進一步深化了公共健康與社會發展之間的連結。

其次，群集二則凸顯運動在促進移民與多元文化族群融合中的重要作用。運動提供了移民、難民與少數族群建立歸屬感、強化心理支持與促進文化理解的平台，透過日常運動參與與社區活動，有效縮短文化隔閡，增進社會適應力，並在社會結構中植入包容與共融的價值觀。

整體而言，「溝通平台」主題所呈現的語意結構與新聞資料，充分展現運動作為第一次預防—健康促進策略中的多元應用樣態。運動不僅強化了個體身心健康，更積極介入社會結構，推動文化交流、社會包容與健康正義的實踐。這些結果具體證明了運動作為公共行動平台的潛力，並為未來運動與公共衛生、社會發展政策之間的整合提供了重要的理論基礎與實務指引。

第四節、自我反思在公共衛生三段五級預防中的角色與實踐

本節探討運動倡議過程中個體層面的轉化與成長，特別關注參與者如何透過實踐產生自我覺察與反思。透過運動作為信議的媒介，不僅促進公共衛生議題的推展，也使參與者在經驗中重構自身角色與社會責任，進一步深化五級預防的實踐意涵。

一、自我反思在三段五級中扮演的角色

本研究自 sportanddev 平台蒐集與運動拓展及公共衛生相關之期刊文章，共計 34 篇。經內容分類後，歸類於「自我反思」類別者共 6 篇，以健康促進為主題者有 6 篇，聚焦於透過運動介入提升社區健康意識與行為以下將分別說明自我反思於健康促進層面所扮演之功能與意涵。

(一) 健康促進

自我反思在健康促進中發揮了多層面的作用，通過政策分析、教育改進、文化融合以及組織管理的優化，為推動社會健康發展提供了堅實的基礎。首先，在政策層面，反思運動投資的經濟與健康回報率，幫助政策制定者優化資源分配並制定更具影響力的健康政策 (Stielke et al., 2024)。其次，在教育領域，自我反思提升了教師的教學策略與專業技能，促進學生健康與體育教育的參與度和效果 (Su & Liu, 2025)。文化與安全教育的結合進一步顯示，通過融入傳統文化與現代教育，能有效提升健康意識並減少安全事故 (Fayyaz et al., 2025)。此外，體育管理機構通過反思現有運作模式，不僅提升了組織效能，還加強了健康促進的影響力與覆蓋面 (Wong et al., 2021)。這些反思為健康促進提供了綜合且有效的策略框架，從而推動個體與社會的全面健康發展。

二、自我反思在三段五級中採取的實踐方式

運動干預作為促進健康、教育發展和政策支持的核心工具，在不同層級和地點的實踐中展現了其多樣化的價值。針對政策制定者與社會組織，多國實施了多運動模組與健康活動的策略，通過分析投資回報率，促進政策支持並激發更多的資源投入。這種基於數據的分析方法為運動干預提供了強有力的證據基礎，進一步提升了政策制定的精準性。

在教育層面，教師專業發展計劃為小學教師提供了系統性的培訓支持。在香港，

這一計劃幫助教師開發有效的教學策略，特別是針對促進學生健康發展的課程設計與實施。同時，印度的小學教師專業發展計劃更進一步，通過專為教師設計的健康與體育教學方法培訓以及學生心理健康管理技能的指導，有效提升了教師的專業能力與教學質量。

針對新西蘭的原住民青少年，水上活動結合傳統知識教育的策略成為文化與體育融合的典範。這一項目通過結合毛利文化與現代安全技能，既保護了文化傳承，又促進了青少年的健康與安全意識，為文化敏感型運動干預提供了寶貴經驗。

在組織管理層面，韓國的國內體育管理機構通過組織能力培訓與審核，提升了其政策執行與運作效率。通過對現有運作模式的審視和改進建議的提供，這些機構能更有效地管理資源並推動政策更新。同時，印度針對政策制定者與體育管理者提供的政策分析與建議報告，專注於提高體育參與率和改善健康水平。這些基於實證的報告為政策優化提供了清晰的方向。

運動干預的多層面實踐，不僅針對個人健康，還涵蓋了政策制定、教育發展和組織管理等層級。通過因地制宜的干預策略，這些實踐充分展示了運動作為健康促進工具的廣泛應用潛力。它不僅提升了不同群體的健康素質，還通過教育與政策支持，實現了更為長遠的影響，應作為公共政策與健康干預的重要組成部分持續推廣。

圖 2-3-1

自我反思在公共衛生三段五級中扮演的角色

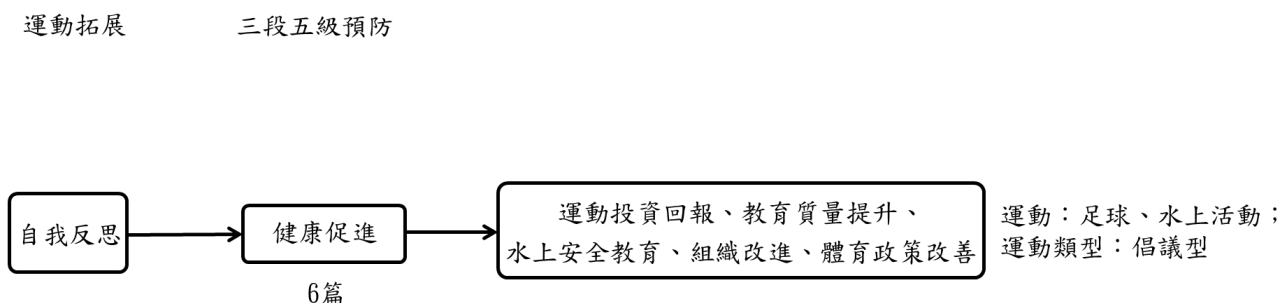


表 4-4-1

自我反思在三段五級中的角色及實踐方式

公共衛生三段五級預防	篇名	作者及年份	在三段五級中扮演的角色		具體方式			
			分為此類的原因	最主要倡議的議題	對象	使用的運動干預	地點	解決方式
	爭取全球共識：對體育活動和體育運動投資社會回報的系統回顧	Lee, K., et al. (2021)	分析運動的社會政策影響，促進政策制定者的反思。利用分析促進更有效的健康促進政策。	運動投資回報：提升運動對社會的經濟與健康效益。	政策制定者與社會組織	多運動模組與健康活動	多國	分析投資回報率，推動政策支持。
健康促進	小學健康與體育教師的最佳準備方法	Ng, S., & Wong, P. (2022)	鼓勵教師反思健康與體育教育的實踐，以提高教學效果。改善教學方法以提升整體學生的健康和體育意識。	教育質量提升：改善健康與體育教學的專業能力。	小學教師	教師專業發展計劃	香港	幫助教師開發有效的教學策略，促進學生健康發展。
	小學健康與體育教師的補充辯論	Smith, K., & Rao, T. (2023)	探索教師如何反思教學策略以改進健康與體育教育。提升教學效果以促進健康教育的影響力。	教育品質提升：改進小學健康與體育教學策略。	小學教師	教師專業發展計劃	印度	設計專為小學教師的培訓課程，包括健康與體育教學方法和學生心理健康管理技巧，以改進教學質量。

(續下頁)

表 4-4-1

自我反思在三段五級中的角色及實踐方式(續)

公共衛生三段五級預防	篇名	作者及年份	在三段五級中扮演的角色		具體方式			
			分為此類的原因	最主要倡議的議題	對象	使用的運動干預	地點	解決方式
	瓦卡、華納翁加坦加和永安	Tane & Heke (2023)	原住民知識與體育教育的整合，促使反思。強化安全知識與文化認同，減少水上安全事故。	水上安全教育：利用文化傳統提升教育效果。	新西蘭原住民青少年	水上活動與傳統知識教育	新西蘭	結合文化與體育促進健康與安全。
健康促進	國內體育促進發展的組織能力	Wong et al. (2021)	分析國內體育組織的現狀與未來發展的反思過程。提升管理水平，間接改善群眾參與度與健康狀況。	組織改進：提升體育機構的能力與影響力。	國內體育管理機構	組織能力培訓與審核	韓國	通過審視現有運作模式，提出改進建議並推動政策更新。
	印度的體育和體育活動狀況	Patel & Singh (2019)	分析印度的體育現狀，促進政策制定者反思其角色。透過政策改進促進健康參與與社會效益。	體育政策改善：推動體育參與的基礎設施與支持。	政策制定者與體育管理者	政策分析與建議報告	印度	提供具體政策建議以改善體育參與率和健康水平。

註：本研究自行整理

三、在公共衛生三段五級預防中以運動為自我反思的策略成果

本研究自 sportanddev 平台蒐集與運動拓展及公共衛生相關之新聞，共計 89 篇。經內容分類後，歸類於「自我反思」類別者共 10 篇，運用 CATAR 語意分群分析將文本資料歸納為一個主要語意群集。透過對各群集語意結構的分析與文本內容對照，並結合公共衛生三段五級預防理論，進一步探討運動拓展在不同層次健康促進與疾病預防中的實踐角色。本節將分別就各群集加以說明，並提出具體作法與概念意涵，完整呈現運動作為自我反思的多元功能。

表 4-4-1

自我反思新聞之共現字分析

相似度	名稱	共現字	新聞篇數
0.87	1. 透過運動實踐反思 身心健康與社會脈絡	健康、運動、心理 健康、建立、世界	10 篇

註：本研究自行整理

(一)運動中的自我反思與社會變革期待

在語意分群分析中，群集呈現出以「運動」、「健康」、「心理」、「體育」、「疫情」、「維持」、「社會負責」為核心的語言聚落，呈現語意聚合度(關聯值 0.0900)。於新聞內容中可見，運動在疫情後社會中，被讓上更深入性的反思空間，不再僅僅是體育活動，而是成為提升心理健康，重建社會聯繫，以及揮發社會變革力量的重要手段。

本群集主要對應於公共衛生三段五等預防體系中的第一次預防(健康促進)。新聞內容指出，運動成為對抗疫情後變動社會、揮發社會紀念與心理療癒力量的關鍵機制，充分體現於健康促進與社會改革兩者的聚合。

在具體實踐方面，多篇新聞顯示運動如何成為疫情後社會復原與心理變形的工具。例如，《運動和發展的未來：利用運動解決心理健康問題與創傷》，說明運動如何會用創傷瞭解形式，成為治療與社會聯繫的有效手段；《戰略·行動：運動和發展的未來》，則提出需再思考運動手段之不受現有環境制維的處理方式，例如結合數位科技，開發新型態運動介入。

同時，許多公共資訊指出，運動行動在疫情期間表現出高度的社會負責與集體意識，例如《承擔責任》一文，說明全球運動組織如 OSCAR 基金會、School of Hard Knocks 等，如何讓運動成為疫情期間傳達防疫資訊與社區復原的執行者。

總算而言，群集五素描述出運動在疫情衝擊下變變的社會意義，優先任務不再僅是運動演繹，而是成為明確社會變革需求，促進健康、平等與社會繁榮的執行角色。這個運動與社會夏夜的緊密關係，不僅充實運動促進發展系統，也提供公共衛生預防策略最重要的最新實證基礎。

小結：運動作為自我與制度之間的反思中介

群集呈現出疫情後運動角色的深度轉變，從促進個人健康延伸至支撐心理復原、重建社會連結與推動社會變革。運動不僅在健康促進層面展現出多元功能，也在疫情帶來的挑戰中彰顯出高度的社會責任感與集體行動力。整體而言，運動已從單純的身體活動，演變為連結公共衛生、心理健康與社會正義的重要介入手段，並成為面對未來社會變動與健康危機時不可或缺的關鍵資源。

第五章 結論與建議

本章旨在綜合本研究之分析與發現，歸納出運動拓展於公共衛生三段五級預防中扮演之角色與功能，進而提出具體建議，以供學術界與實務界參考。本章內容分為兩節，第一節為「結論」，總結研究主要發現與理論意涵；第二節為「建議」，分別就學術研究與實務應用提出具體建議，以期促進運動拓展與公共衛生領域之理論發展與實踐深化。

第一節 結論

本研究以運動拓展 (Sport for Development, SFD) 為切入視角，探討運動在公共衛生三段五級預防中的角色與功能。透過內容分析法與檔案分析法的系統性整理，歸納出以下結論：

一、運動作為社會倡議手段，能有效推動健康促進與疾病預防

本研究發現，運動活動作為社會倡議工具，具備高度可見性與參與性，能夠在健康促進階段強化個體與社區對健康行為的認知與實踐。運動不僅提高了大眾對疾病預防重要性的認識，也促進了心理韌性的培養與社會福祉的提升。透過各類型的倡議行動，如健康跑步活動、疾病防治宣導賽事等，運動有效成為公共衛生訊息傳播與行動動員的重要平台。

二、運動在建立夥伴關係方面展現出跨部門合作與資源整合的潛力

運動活動具有天然的集體性與公共性，為不同部門之間搭建合作橋梁。研究結果顯示，運動拓展計畫能有效串聯政府、民間組織、企業與學術機構，透過協作推動健康促進與疾病防治工作。此類夥伴關係不僅加強了資源整合與互補，亦促進政策制定者與社區基層之間的有效連結，提升公共衛生介入措施的廣度與深度。

三、運動作為溝通平台，促進多元文化間的理解與健康促進行動

運動作為全球語言，突破了文化、語言與社會階層的界線。研究發現，運動活動能作為促進多元文化交流與理解的重要平台，尤其在健康促進與疾病防治的溝通過程中，能夠降低文化隔閡、促進跨文化合作。運動提供了平等互動的機會，使不同社群能共同參與健康行動，進而促進社會凝聚與包容性發展。

四、運動參與促進個體自我反思，深化對健康行為與社會責任的認識

本研究進一步指出，運動參與不僅限於身體層面的活躍，亦能激發個體對健康、自我與社會的深度反思。在運動過程中，參與者往往能夠認知到個人行為對自身健康與社區環境的影響，從而增強對公共衛生政策的認同感與支持意願。透過運動參與所產生的自我覺察與社會責任感，進一步深化了公共衛生倡議的社會基礎與可持續性。

總結而言，運動拓展在公共衛生三段五級預防架構中，從初級預防的健康促進，到次級預防的早期篩檢與治療，再到三級預防的功能恢復與康復支援，皆展現出多面向的功能與價值。運動不僅提升了公共衛生介入的社會接受度與參與率，更作為促進社會正義與健康平等的重要驅動力量。未來，運動將持續在健康促進與社會發展領域中扮演不可或缺的角色。

第二節 建議

本節根據研究發現，提出未來在學術研究與實務應用上的具體建議。學術方面聚焦於深化理論與拓展研究方向，實務方面則強調政策設計、跨部門合作與社區參與等策略，期望強化運動在公共衛生中的應用效果。

一、學術建議

(一)後續研究可細分不同運動形式於公共衛生預防之影響

建議未來學術研究可針對不同運動類型(如競技型、休閒型、治療型運動)在三段五級預防中所扮演的角色進行細緻比較，探討各類運動在健康促進、疾病防治、功能性修復與康復支援上的差異性與成效，進一步深化運動拓展與公共衛生整合的理論基礎。

(二)發展運動拓展成效的量化指標與長期追蹤研究

建議未來可建立一套以運動拓展介入為核心的成效評估指標系統，針對健康行為改變、社會參與提升、疾病預防效果等指標進行量化追蹤。透過長期縱貫研究，能更全面地掌握運動拓展計畫對於公共衛生介入成效的長期影響與社會價值。

(三)深化運動拓展與公共衛生的跨領域理論整合

建議後續研究可進一步整合運動休閒管理理論、健康行為理論(如健康信念模式、社會認知理論)及社會資本理論，建立更具體的分析框架，全面探討運動參與在促進個人健康、社會連結與政策倡議中的多重作用，拓展運動拓展研究的理論厚度。

(四)推動運動拓展教育與專業人才培育

建議高等教育機構可開設「運動拓展與公共衛生」相關課程或學程，培育具備運動管理、健康促進、社區發展與社會倡議能力的跨領域人才，提升運動拓展計畫的學理基礎與實務操作專業性，促進未來學術與實務的雙向深化。

二、實務建議

(一)將運動正式納入公共衛生政策設計

建議政府與公共衛生單位應將運動明確納入各級健康促進與疾病預防政策中，並設計專屬運動介入方案，如社區運動促進計畫、慢性病患者運動支持計畫等，使運動成為系統化健康干預的重要工具。

(二)推動跨部門合作，建構運動健康促進網絡

建議運動拓展推動者應整合體育、醫療、教育、社會福利、非營利組織與企業資源，建立地區性「健康運動聯盟」，促進多方參與與資源共享，提升健康促進介入的覆蓋率與整合效能。

(三)活化運動溝通平台功能，深化健康倡議行動

建議透過大型體育賽事、社區運動活動等，將健康教育與公共衛生訊息有效融入活動設計，提升社會大眾對健康行為改變與疾病防治的參與度與認同感，強化運動活動的公共衛生倡議功能。

(四)運用數位科技提升運動推廣與健康管理效益

建議運動拓展計畫應善用數位科技，如健康 APP、社群媒體、穿戴式裝置等工具，提升運動參與的便利性與互動性，並推動個人健康行為的自我管理，擴大運動與公共衛生介入的影響範圍與深度。

(五)設計誘因機制，促進持續性運動參與

建議政策制定者可設計如運動點數獎勵、健身補助、醫療保費優惠等誘因措施，鼓勵民眾將運動融入日常生活，特別是針對弱勢族群與高風險群體，以提升運動參與的持續性與全民健康水準。

(六)強化基層社區的健康運動自主推動能力

建議加強基層社區組織的健康促進功能，包括培訓社區運動推廣員、設立社區健康運動中心，並支持社區自主規劃及推動運動促進活動，使社區成為連結健康促進與社會支持網絡的重要基石。



參考資料

- 江東亮 (2017)。公共衛生與預防醫學的區別：歷史觀點。 *台灣公共衛生雜誌*，36(5)，423-426。 <https://doi.org/10.6288/TJPH201736106072>
- 教育部體育署 (2016)。 *體育反貪腐行動報告書*。中華民國教育部體育署。
- 章美英、許麗齡 (2006)。質性研究－焦點團體訪談法之簡介與應用。 *護理雜誌*，53(2)，67-72。 <https://doi.org/10.6224/JN.53.2.67>
- 曾育慧、江東亮 (2014)。千禧年發展目標：背景、進度與挑戰。 *台灣公共衛生雜誌*，33(3)，221-237。 <https://doi.org/10.6288/TJPH201433103017>
- 顏心彥、李晶 (2015)。探討健康旅遊目的地之環境因子與健康效果。 *休閒暨觀光產業研究*，7(2)，55-69。 [https://doi.org/10.6158/JLTIR.201511_7\(2\).0004](https://doi.org/10.6158/JLTIR.201511_7(2).0004)
- Abdullah, M. R. (2023). The importance of sports for public health. *International Journal of Health, Medicine, and Sports*, 1(4), 25-28. <https://doi.org/10.46336/ijhms.v1i4.20>
- Active India Coalition. (2018). *State of sport and physical activity in India*. Active India Foundation.
- Allport, G. W. (1954). *The nature of prejudice*. Addison-Wesley.
- Asif, U. (2018). *Sports for development and peace and violent extremism: The role of Sports for Development and Peace programs to prevent violent extremism among youth in Pakistan* [Master's thesis, Seoul National University]. <https://space.snu.ac.kr/handle/10371/144131>
- Bandura, A. (2000). Exercise of human agency through collective efficacy. *Current Directions in Psychological Science*, 9(3), 75-78. <https://doi.org/10.1111/1467-8721.00064>
- Banerji, D. (2004). The people and health service development in India: A brief overview. *International Journal of Health Services*, 34(1), 123-142. <https://doi.org/10.2190/9N5U-4NFK-FQDH-J46W>

- Barrachina Fernández, M., García-Centeno, M. D. C., & Calderón Patier, C. (2021). Women sustainable entrepreneurship: Review and research agenda. *Sustainability*, 13(21), 12047. <https://doi.org/10.3390/su132112047>
- Beaglehole, R., Bonita, R., & Kjellstrom, T. (2004). *Basic epidemiology*. World Health Organization.
- Benítez-Sillero, J. D., Corredor-Corredor, D., Córdoba-Alcaide, F., & Calmaestra, J. (2020). Intervention programme to prevent bullying in adolescents in physical education classes (PREBULLPE): A quasi-experimental study. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 26(1), 36–50. <https://doi.org/10.1080/17408989.2020.1799968>
- Benjamin, B. (1964). The urban background to public health changes in England and Wales, 1900–50. *Population Studies*, 17(3), 225–248. <https://doi.org/10.1080/00324728.1964.10405769>
- Beutler, I. (2008). Sport serving development and peace: Achieving the goals of the United Nations through sport. *Sport in Society*, 11(4), 359–369. <https://doi.org/10.1080/17430430802019227>
- Bopp, T., & Vadeboncoeur, J. D. (2021). “It makes me want to take more steps”: Racially and economically marginalized youth experiences with and perceptions of Fitbit Zips® in a sport-based youth development program. *Journal of Sport for Development*, 9(2), 54–67.
- Brady, M. (2005). Creating safe spaces and building social assets for young women in the developing world: A new role for sports. *Women's Studies Quarterly*, 33(1/2), 35-49.
- Brady, M. (2005). Creating Safe Spaces and Building Social Assets for Young Women in the Developing World: A New Role for Sports. *Women's Studies Quarterly*, 33(1/2), 35–49. <http://www.jstor.org/stable/40005500>
- Breslow, L. (Ed.). (2002). *Encyclopedia of public health* (4 vols.). Macmillan Reference USA.
- Brooks, J., McCluskey, S., Turley, E., & King, N. (2015). The utility of template analysis in qualitative psychology research. *Qualitative Research in Psychology*, 12(2), 202–222. <https://doi.org/10.1080/14780887.2014.955224>
- Buckner, J. C. (1988). The development of an instrument to measure neighborhood

cohesion. *American journal of community psychology*, 16(6), 771-791.

<https://doi.org/10.1007/BF00930892>

- Burnett, C. (2015). Assessing the sociology of sport: On sport for development and peace. *International Review for the Sociology of Sport*, 50(4-5), 385-390.
- Burnett, C. (2017). The Olympic Movement as Stakeholder in the UNâ€œIOC Partnership: Configurations in Southern Africa. *Diagoras: International Academic Journal on Olympic Studies*, 1, 35-54.
- Burnett, C. (2019). Framing a 21st century case for the social value of sport in South Africa. *Sport in Society*, 24, 340 - 355. <https://doi.org/10.1080/17430437.2019.1672153>.
- Canadian Association for the Advancement of Women and Sport and Physical Activity. (2012). *Active & free: Young women, physical activity, and tobacco*. Canadian Association for the Advancement of Women and Sport and Physical Activity.
- Canadian Association for the Advancement of Women and Sport and Physical Activity (CAAWS). (2013). *Active & Free: Young women, physical activity and tobacco*. Canadian Association for the Advancement of Women and Sport and Physical Activity.
- Candio, P., Meads, D., Hill, A. J., & Bojke, L. (2020). Modelling the impact of physical activity on public health: A review and critique. *Health Policy*, 124(10), 1155–1164. <https://doi.org/10.1016/j.healthpol.2020.07.015>
- Casey, M. M., Payne, W. R., & Eime, R. M. (2012). Organisational readiness and capacity building strategies of sporting organisations to promote health. *Sport management review*, 15(1), 109-124. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2011.01.001>
- Chang, J., & Chua, J. L. (2024). *A systematic literature review on sports programming for survivors of trafficking*. Winrock International.
- Chen, C. C., Sutherland, K. S., Kunemund, R., Sterrett, B., Wilkinson, S., Brown, C., & Maggin, D. M. (2021). Intensifying interventions for students with emotional and behavioral difficulties: A conceptual synthesis of practice elements and adaptive expertise. *Journal of Emotional and Behavioral Disorders*, 29(1), 56-66. <https://doi.org/10.1177/1063426620953086>

- Chen, J. S. (2022). Using the guidelines as a driver to comprehensively promote the physical activity level of Chinese population. *Zhonghua yu Fang yi xue za zhi [Chinese Journal of Preventive Medicine]*, 56(1), 1-3. <https://doi.org/10.3760/cma.j.cn112150-20211122-01075>
- Clare, S., & Clark, K. (2021). ‘Virtually Pen Green’: developing a synchronous teaching response for adult learners studying early childhood degree programmes during COVID-19. *European Early Childhood Education Research Journal*, 30(5), 672–685. <https://doi.org/10.1080/1350293X.2021.2016882>
- Clark, D. W. (1958). Preventive medicine for the doctor in his community: An epidemiologic approach. *American Journal of Public Health and the Nation's Health*, 48(7), 947.
- Clutterbuck, R., & Doherty, A. (2019). Organizational capacity for domestic sport for development. *Journal of Sport for Development*, 7(12), 16-32.
- Coalter, F. (2010). The politics of sport-for-development: Limited focus programmes and broad gauge problems? *International Review for the Sociology of Sport*, 45(3), 295-314. <https://doi.org/10.1177/1012690210366791>
- da F. Gentil, P. B., Campos, M. L. M., & Borges, M. R. S. (2014). Construction and evaluation of a collaboration observation model. In N. Baloian, F. Burstein, H. Ogata, F. Santoro, & G. Zurita (Eds.), *Collaboration and technology* (Lecture Notes in Computer Science, Vol. 8658, pp. 23–37). Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-319-10166-8_3
- Dao, M. S., & Darnell, S. C. (2021). Exploring Vietnamese sport for development through the capabilities approach: a descriptive analysis. *Sport in Society*, 25(10), 1987-2008. <https://doi.org/10.1080/17430437.2021.1900828>
- Darcy, S., Lock, D., & Taylor, T. (2016). Enabling Inclusive Sport Participation: Effects of Disability and Support Needs on Constraints to Sport Participation. *Leisure Sciences*, 39(1), 20–41. <https://doi.org/10.1080/01490400.2016.1151842>
- Darnell, S. C., Field, R., & Kidd, B. (2019). *The history and politics of sport-for-development: Activists, ideologues and reformers*. Palgrave MacMillan.
- Dawson, A., & Verweij, M. F. (Eds.). (2007). *Ethics, prevention, and public health*. Oxford

University Press.

- Dawson, A., & Grill, K. (2012). Health promotion: Conceptual and ethical issues. *Public Health Ethics*, 5(1), 1–2. <https://doi.org/10.1093/phe/phs011>
- de Fruaigier, N. (2018). The key role of sport for development and peace in the world. *Studia Sportiva*, 12(1), 108–115. <https://doi.org/10.5817/StS2018-1-12>
- De la Vega-Taboada, E., Pérez-Del Oro, J., & Stephens, D. P. (2024). Fútbol con Corazón: The cultural roots and health-promoting value of soccer for Latino families in the United States. *Journal of Sport for Development*, 12(1), 93–105. <https://jsfd.org/2024/09/19/futbol-con-corazon-the-cultural-roots-and-health-promoting-value-of-soccer-for-latino-families-in-the-united-states/>
- DeMartini, A., & Belasik, W. (2020). *CrossFit partner work: Strength building for SDP*. *Journal of Sport for Development*, 8(15), 40–49. <https://jsfd.org/2020/07/31/crossfit-partner-work-strength-building-for-sdp/>
- Dragolov, G., Ignácz, Z. S., Lorenz, J., Delhey, J., Boehnke, K., & Unzicker, K. (2016). *Social cohesion in the western world: What holds societies together: Insights from the social cohesion radar*. Springer. https://doi.org/10.1007/978-3-319-32464-7_1
- Dubos, R. (1950). *Pasteur and modern science*. Little, Brown and Company.
- Duffey, K., Zulu, J. M., Asamoah, B. O., & Agardh, A. (2019). A cross-sectional study of sexual health knowledge, attitudes, and reported behavior among Zambian adolescent girl participants in a football program. *Journal of Sport for Development*, 7(12), 46-58.
- Edwards, M. B. (2015). The role of sport in community capacity building: An examination of sport for development research and practice. *Sport management review*, 18(1), 6-19. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2013.08.008>
- European Union. (1997). *Declaration on sport (Declaration No. 29), Treaty of Amsterdam*. https://eur-lex.europa.eu/eli/treaty/ams/fna_1/dcl_29/sign
- Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO), United Nations Environment Programme (UNEP), World Health Organization (WHO), & World Organisation for

- Animal Health (WOAH). (2022). *One health joint plan of action (2022–2026): Working together for the health of humans, animals, plants, and the environment*. FAO.
<https://doi.org/10.4060/cc2289en>
- Fayyaz, K., Shahzaib, M., Aziz, A., Irfan, M., Salah Alaloul, W., & Musarat, M. A. (2025). *Cultural Factors Impacting Health and Safety (H&S) Practices in a Developing Construction Economy*. *Sustainability*, *17*(3), 911. <https://doi.org/10.3390/su17030911>
- Ciria, L. F., Román-Caballero, R., Vadillo, M. A., Holgado, D., Luque-Casado, A., Perakakis, P., & Sanabria, D. (2023). An umbrella review of randomized control trials on the effects of physical exercise on cognition. *Nature Human Behaviour*, *7*, 928–941.
<https://doi.org/10.1038/s41562-023-01554-4>
- Foster, C., Shilton, T., Westerman, L., Varney, J., & Bull, F. (2018). World Health Organisation to develop global action plan to promote physical activity: time for action. *British journal of sports medicine*, *52*(8), 484–485.
<https://doi.org/10.1136/bjsports-2017-098070>
- Frieden, T. R. (2010). A framework for public health action: the health impact pyramid. *American journal of public health*, *100*(4), 590-595.
- Gavi, the Vaccine Alliance. (1999). *Global Alliance for Vaccines and Immunization: The GAVI story*. Retrieved from <https://www.gavi.org>
- Giulianotti, R. (2011). The sport, development and peace sector: A model of four social policy domains. *Journal of Social Policy*, *40*(4), 757–776.
<https://doi.org/10.1017/S0047279410000930>
- Glibo, I., Misener, L., & Koenigstorfer, J. (2022). Strategic Sustainable Development in International Sport Organisations: A Delphi Study. *Sustainability*, *14*(16), 9874.
<https://doi.org/10.3390/su14169874>
- Hamlin, C. (1998). *Public health and social justice in the age of Chadwick: Britain, 1800–1854*. Cambridge University Press.
- Hayhurst, L. M. C. (2013). The ‘Girl Effect’ and martial arts: social entrepreneurship and sport, gender and development in Uganda. *Gender, Place & Culture*, *21*(3), 297–315.

<https://doi.org/10.1080/0966369X.2013.802674>

Hayhurst, L. M., Wilson, B., & Frisby, W. (2011). Navigating neoliberal networks: Transnational Internet platforms in sport for development and peace. *International review for the sociology of sport*, 46(3), 315-329.

<https://doi.org/10.1177/1012690210380575>

Henderson, D. A. (2009). *Smallpox: the death of a disease: the inside story of eradicating a worldwide killer*. Prometheus Books.

Hölzel, B. K., Lazar, S. W., Gard, T., Schuman-Olivier, Z., Vago, D. R., & Ott, U. (2011). How Does Mindfulness Meditation Work? Proposing Mechanisms of Action From a Conceptual and Neural Perspective. *Perspectives on Psychological Science*, 6(6), 537-559. <https://doi.org/10.1177/1745691611419671>

IMT Ghaziabad & Sports: A Way of Life. (2024). *Model Sports Village: Rural community development through sports*. Sports Research Centre, IMT Ghaziabad. Retrieved from <https://www.sportanddev.org/research-and-learning/resource-library/model-sports-village-case-study-rural-development-through>

International Olympic Committee, & United Nations. (2008). *Expanded framework agreement for action on sport for development and peace*. <https://www.olympic.org>

Jamieson, L., Gomez, G. B., Rebe, K., Brown, B., Subedar, H., Jenkins, S., Shoko, N., Bekker, L.-G., Johnson, L. F., & Meyer-Rath, G. (2020). The impact of self-selection based on HIV risk on the cost-effectiveness of preexposure prophylaxis in South Africa. *AIDS*, 34(6), 883–891. <https://doi.org/10.1097/QAD.0000000000002486>

Jamison, D. T., Breman, J. G., Measham, A. R., Alleyne, G., Claeson, M., Evans, D. B., Jha, P., Mills, A., & Musgrove, P. (Eds.). (2006). *Priorities in health*. The World Bank. <http://hdl.handle.net/10986/7045>

Kalina, L., O’Keeffe, B. T., O’Reilly, S., & Moustakas, L. (2024). Risk and protective factors for bullying in sport: A scoping review. *International Journal of Bullying Prevention*, 1–16. <https://doi.org/10.1007/s42380-024-00242-9>

Kaufman, Z. A., Spencer, T. S., & Ross, D. A. (2013). Effectiveness of sport-based HIV

- prevention interventions: A systematic review of the evidence. *AIDS and Behavior*, 17(3), 987–1001. <https://doi.org/10.1007/s10461-012-0348-1>
- Kick4Life. (2016). *Sustainable sport and development initiatives*. Kick4Life Publications.
- Kidd, B. (2008). A new social movement: Sport for development and peace. *Sport in Society*, 11(4), 370–380. <https://doi.org/10.1080/17430430802019268>
- Kidd, B. (2011). Cautions, Questions and Opportunities in Sport for Development and Peace. *Third World Quarterly*, 32(3), 603–609. <https://doi.org/10.1080/01436597.2011.573948>
- King, N. (2008). What will hatch? A constructivist autobiographical account of writing poetry. *Journal of Constructivist Psychology*, 21(4), 274-287.
- Kolovou, V., Bolton, N., Crone, D., Willis, S., & Walklett, J. (2023). Systematic review of the barriers and facilitators to cross-sector partnerships in promoting physical activity. *Perspectives in Public Health*, 144(5), 369–379. <https://doi.org/10.1177/17579139231170784>
- Kunz, V. (2008). *Report of the workshop on monitoring & evaluation (M&E)*. Move 4 New Horizons Project.
- Labisch, A. (1998). History of public health—History in public health: Looking back and looking forward. *Social History of Medicine*, 11(1), 1–13. <https://doi.org/10.1093/shm/11.1.1>
- Leavell, H. R., & Clark, E. G. (1965). *Preventive medicine for the doctor in his community* (3rd ed.). Blakiston Division, McGraw-Hill.
- LeCrom, C., & Martin, T. (2022). Preparing for long-term success: Sport for development’s strategies during the COVID-19 pandemic. *Journal of Sport for Development*, 10(1), 55-72.
- Lee, S. (2023). Cross-lagged associations between physical activity, self-rated health, and psychological resilience among older American adults: a 3-wave study. *Journal of Physical Activity and Health*, 20(7), 625-632. <https://doi.org/10.1123/jpah.2022-0455>

- Ley, C., & Barrio, M. R. (2011). Movement and sport therapy with women in Guatemalan context of violence and conflict. *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*, 6(2), 145-160.
- Ley, C., & Barrio, M. R. (2010). Movement, games and sport in psychosocial intervention: a critical discussion of its potential and limitations within cooperation for development. *Intervention Journal of Mental Health and Psychosocial Support in Conflict Affected Areas*, 8(2), 106-120.
- Ley, C., & Barrio, M. R. (2011). Movement and sport therapy with women in Guatemalan context of violence and conflict. *Body, Movement and Dance in Psychotherapy*, 6(2), 145-160. <https://doi.org/10.1080/17432979.2010.546619>
- Ley, C., & Barrio, M. R. (2012). A narrative review of research on the effects of physical activity on people living with HIV and opportunities for health promotion in disadvantaged settings. *African Journal of AIDS Research*, 11(2), 123–133. <https://doi.org/10.2989/16085906.2012.698079>
- Lin, F.-C. (2024). Implementing preventive healthcare strategies in early intervention. *World Journal of Advanced Research and Reviews*, 22(02), 1570-1576 <https://doi.org/10.30574/wjarr.2024.22.2.1548>
- Lubans, D., Richards, J., Hillman, C., Faulkner, G., Beauchamp, M., Nilsson, M., ... & Biddle, S. (2016). Physical activity for cognitive and mental health in youth: a systematic review of mechanisms. *Pediatrics*, 138(3), e20161642.
- Lynch, T. (2013). Health and physical education (HPE) teachers in primary schools: Supplementing the debate. *Active & Healthy Magazine*, 20(3/4), 1–10. <https://doi.org/10.13140/2.1.2889.6644>
- Lynch, T. (2013). *How are primary education health & physical education (HPE) teachers best prepared?*. Australian Institute for Teaching and School Leadership.
- Lynch, T. (2013). School Centres for Teaching Excellence (SCTE): understanding new directions for schools and universities in Health and Physical Education. *Asia-Pacific Journal of Health, Sport and Physical Education*, 4(3), 249–266. <https://doi.org/10.1080/18377122.2013.836770>

- Lynch, T. (2013). School Centres for Teaching Excellence (SCTE): understanding new directions for schools and universities in Health and Physical Education. *Asia-Pacific Journal of Health, Sport and Physical Education*, 4(3), 249–266. <https://doi.org/10.1080/18377122.2013.836770>
- Lynch, T. J. (2013). Health and physical education (HPE) teachers in primary schools: supplementing the debate. *Active and Healthy Magazine*, 20(45385), 10. <https://doi.org/10.13140/2.1.2889.6644>
- Lyras, A. (2007). *Characteristics and psycho-social impacts of an inter-ethnic educational sport initiative on Greek and Turkish Cypriot youth*. University of Connecticut.
- Lyras, A., & Peachey, J. W. (2011). Integrating sport-for-development theory and praxis. *Sport management review*, 14(4), 311-326. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2011.05.006>
- Marmot, M. (2005). Social determinants of health inequalities. *The lancet*, 365(9464), 1099-1104. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(05\)71146-6](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(05)71146-6)
- Marshall, J., & Martindale, R. (2024). A Delphi study exploring physical and emotional safe spaces within sport for development projects targeting mental health. *Journal of Sport for Development*, 12(2), 14-32.
- Marshall, J., Ferrier, B., Ward, P. B., & Martindale, R. (2020). I feel happy when I surf because it takes stress from my mind”: An Initial Exploration of Program Theory within Waves for Change Surf Therapy in Post-Conflict Liberia. *Journal of Sport for Development*, 9(1), 1-17.
- Massey, W. V., Whitley, M. A., & Darnell, S. C. (2016). Sport in under-resourced, underdeveloped, and conflict regions: an introduction. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 8(5), 409–412. <https://doi.org/10.1080/2159676X.2016.1214617>
- McKinnon, A., Bassett-Gunter, R. L., Fraser-Thomas, J., & Arbour-Nicitopoulos, K. P. (2022). Understanding sport as a vehicle to promote positive development among youth with physical disabilities. *Journal of Sport for Development*, 10(2), 55-71.
- Moustakas, L., & Wagner, J. (2023). Conceptualisation and measurement of social cohesion within the sport and physical activity context: a scoping review. *Sports*, 11(12),

231. <https://doi.org/10.3390/sports11120231>

- Mujahid, M. S., Diez Roux, A. V., Morenoff, J. D., & Raghunathan, T. (2007). Assessing the measurement properties of neighborhood scales: from psychometrics to ecometrics. *American journal of epidemiology*, 165(8), 858-867. <https://doi.org/10.1093/aje/kwm040>
- Mwaanga, O. (2010). Sport for addressing HIV/AIDS: Explaining our convictions. *LSA Newsletter*, 85, 61–62.
- Mwaanga, O., & Adeosun, K. (2017). Decolonisation in practice: A case study of the kicking AIDS out, programme development Jamaica. *Journal of Sport for Development*, 5(9), 58-69.
- Mwaanga, O., & Mwansa, K. (2014). Indigenous discourses in sport for development and peace: A case study of the Ubuntu cultural philosophy in Edusport Foundation, Zambia. In N. Schulenkorf & D. Adair (Eds.), *Global sport-for-development: Critical perspectives* (pp. 115–133). Palgrave Macmillan UK.
- Nieto, I., Mayo, X., Davies, L., Reece, L., Strafford, B. W., & Jiménez, A. (2024). Consensus on a social return on investment model of physical activity and sport: a Delphi study protocol. *Frontiers in Sports and Active Living*, 6, 1334805. <https://doi.org/10.3389/fspor.2024.1334805>
- Nieto, I., Mayo, X., Davies, L., Reece, L., Strafford, B., & Jimenez, A. (2024). Striving for global consensus: a systematic review of social return on investment applied to physical activity and sport. *Journal of Physical Activity and Health*, 21(12), 1246-1262. <https://doi.org/10.1123/jpah.2024-0174>
- Patel, F. (2020). Glocal development for sustainable social change. In J. Servaes (Ed.), *Handbook of Communication for Development and Social Change* (pp. 1-17). Springer Singapore.
- Peachey, J. W., Zhou, Y., Damon, Z. J., & Burton, L. J. (2015). Forty years of leadership research in sport management: A review, synthesis, and conceptual framework. *Journal of sport management*, 29(5), 570-587. <https://doi.org/10.1123/jsm.2014-0126>

- Perkins, P., Hahn, A., Keegan, R., & Collis, I. (2014). Why do community-based athletes choose to participate in a modified, low-risk form of boxing? An interpretative phenomenological analysis. *Journal of Research in Humanities and Social Science*, 2, 60-69. <https://doi.org/10.9790/9467-2116069>
- Petrova, G., Merdzhanova, E., & Lalova, V. (2020). Preventing violence among adolescents in school. *Journal of IMAB–Annual Proceeding Scientific Papers*, 26(1), 2931-2935. <https://doi.org/10.5272/jimab.2020261.2931>
- Pettigrew, T. F. (1998). Intergroup contact theory. *Annual review of psychology*, 49(1), 65-85. <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.49.1.65>
- Pettigrew, T. F., & Tropp, L. R. (2006). A meta-analytic test of intergroup contact theory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 90(5), 751–783. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.90.5.751>
- Phillips, C., & Jackson, A. M. (2023). Waka, whanaungatanga and water safety: using indigenous knowledge to educate future aquatic educators about Māori water safety in Aotearoa, New Zealand. *Journal of sport for development*, 11(1), 70-83.
- Porter, R. (1998). *The greatest benefit to mankind : a medical history of humanity* (1st American ed). W.W. Norton.
- Purnamasari, A. W. (2021). *Pengertian, contoh, dan kasus dari Five Level Of Prevention*. OSF Preprints. <https://doi.org/10.31219/osf.io/29hxm>
- Richards, J., Kaufman, Z., Schulenkorf, N., Wolff, E., Gannett, K., Siefken, K., & Rodriguez, G. (2013). Advancing the evidence base of sport for development: A new open-access, peer-reviewed journal. *Journal of sport for development*, 1 (1), 1-3 . <http://hdl.handle.net/10453/33490>
- Richards, J., Sherry, E., Philpott, O., Keane, L., Schulenkorf, N., & Bauman, A. (2016). Evaluation protocol: Netball to promote physical and mental health in Samoa and Tonga. *Journal of Sport for Development*, 4(7), 1-8. <http://hdl.handle.net/10453/69476>
- Rivera, A. V., Lopez, J. M., & Braunstein, S. L. (2022). Exploring the association between gender affirmation and PrEP use among transgender women in New York City. *AIDS and*

- Behavior*, 27(5), 1523-1530. <https://doi.org/10.1007/s10461-022-03944-7>
- Rosen, G. (1993). *A history of public health*. Johns Hopkins University Press.
- Roudometof, V. (2016). *Glocalization: A critical introduction*. Routledge.
- Sachs, J. D., & McArthur, J. W. (2005). The Millennium Project: A plan for meeting the Millennium Development Goals. *The Lancet*, 365(9456), 347–353.
[https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(05\)17791-5](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(05)17791-5)
- Santos, G. M., Miller, D., Jain, J., Gyamerah, A., Wilson, E., Mcfarland, W., & Raymond, H. F. (2021). Prevalence and correlates of methamphetamine use among older men who have sex with men in San Francisco. *Generations*, 44(4), 1-11.
- Schreiner, L., Kastrup, V., & Mayer, J. (2024). Sport for Development and Peace in the United Nations: An empirical study on the development of the role of SDP in the UN in the context of the closure of the UNOSDP. *International Studies. Interdisciplinary Political and Cultural Journal*, 29(1), 85–102. <https://doi.org/10.18778/1641-4233.29.06>
- Schreiner, L., Mayer, J., & Kastrup, V. (2020). National ‘Sport for Development and Peace’-programmes in light of UN recommendations and national sports organisations’ endeavours. A document analysis of the role of ‘Sports’ in Germany’s development policy. *European Journal for Sport and Society*, 18(2), 114–134.
<https://doi.org/10.1080/16138171.2020.1823691>
- Schulenkorf, N. (2010). The roles and responsibilities of a change agent in sport event development projects. *Sport Management Review*, 13(2), 118-128.
<https://doi.org/10.1016/j.smr.2009.05.001>
- Schulenkorf, N. (2012). Sustainable community development through sport and events: A conceptual framework for sport-for-development projects. *Sport management review*, 15(1), 1-12. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2011.06.001>
- Schulenkorf, N. (2016). Managing sport-for-development: Reflections and outlook. *Sport Management Review*, 20(3), 243–251. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2016.11.003>
- Schulenkorf, N., & Adair, D. (Eds.). (2014). *Global sport-for-development: Critical*

perspectives. Palgrave Macmillan.

- Schulenkorf, N., Sherry, E., & Rowe, K. (2016). Sport for development: An integrated literature review. *Journal of Sport Management*, 30(1), 22–39. <https://doi.org/10.1123/jsm.2014-0263>
- Schulenkorf, N., Thomson, A., & Schlenker, K. (2011). Intercommunity sport events: Vehicles and catalysts for social capital in divided societies. *Event management*, 15(2), 105-119. <https://doi.org/10.3727/152599511X13082349958316>
- Sherry, E., Schulenkorf, N., Seal, E., Nicholson, M., & Hoye, R. (2017). Sport-for-development: Inclusive, reflexive, and meaningful research in low-and middle-income settings. *Sport Management Review*, 20(1), 69-80. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2016.10.010>
- Siefken, K., Ramirez Varela, A., Waqanivalu, T., & Schulenkorf, N. (2021). Better late than never?! Five compelling reasons for putting physical activity in low- and middle-income countries high up on the public health research agenda. *Journal of Physical Activity and Health*, 18(12), 1469–1470. <https://doi.org/10.1123/jpah.2021-0576>
- Slade, M. L. (2021). Global citizenship as a means for teaching environmental education to gifted learners. In S. Schroth & J. Daniels (Eds.), *Building STEM skills through environmental education* (pp. 1–13). IGI Global. <https://doi.org/10.4018/978-1-7998-2711-5.ch001>
- Smith, A., Jones, J., Houghton, L., & Duffell, T. (2016). A political spectator sport or policy priority? A review of sport, physical activity and public mental health policy. *International Journal of Sport Policy and Politics*, 8(4), 593–607. <https://doi.org/10.1080/19406940.2016.1230554>
- Smith, B., Williams, O., Bone, L., & Collective, the M. S. W. C. production. (2022). Co-production: A resource to guide co-producing research in the sport, exercise, and health sciences. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, 15(2), 159–187. <https://doi.org/10.1080/2159676X.2022.2052946>
- Spaaij, R., & Schulenkorf, N. (2014). Cultivating safe space: Lessons for sport-for-development projects and events. *Journal of sport management*, 28(6), 633-645.

<https://doi.org/10.1123/jsm.2013-0304>

Spaaij, R., Schulenkorf, N., Jeanes, R., & Oxford, S. (2018). Participatory research in sport-for-development: Complexities, experiences and (missed) opportunities. *Sport management review*, 21(1), 25-37. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2017.05.003>

sportanddev. (2024). *Sportanddev's history and role in promoting sport for development*. <https://www.sportanddev.org>

sportanddev. (2024). *Sportanddev's role in the future of sport for development*. <https://www.sportanddev.org>

Sportanddev.org. (2004). *Harnessing the power of sport for development and peace: Report from the Athens Roundtable, February 2004*. Sportanddev.org. https://www.sportanddev.org/sites/default/files/downloads/45b__harnessing_the_power_of_sport_for_development_and_peace__report_from_the_athens_.pdf

Spyropoulos, E. (2004). Sports and Politics: Goodbye Sydney 2000-Hallo Athens 2004. *East European Quarterly*, 38(1), 65.

State of Sports and Physical Activity in India. (2022). *Building a fully active India* [Research report]. *Author*.

Stielke, A., Ashton, K., Cotter-Roberts, A., & Dyakova, M. (2024). The social return on investment of physical activity and nutrition interventions—a scoping review. *Frontiers in sports and active living*, 5, 1296407.

Su, W., & Liu, Q. (2025). The impact of physical education teacher support on sport participation among college students: the chain mediating effects of physical education learning motivation and self-efficacy. *Frontiers in Psychology*, 16, 1592753. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1592753>

Sugden, J. (2006). Teaching and Playing Sport for Conflict Resolution and Co-Existence in Israel. *International Review for the Sociology of Sport*, 41(2), 221-240. <https://doi.org/10.1177/1012690206075422>

Sugden, J. (2010). Critical left-realism and sport interventions in divided societies.

International Review for the Sociology of Sport, 45(3), 258-272.
<https://doi.org/10.1177/1012690210374525>

Svensson, P. G., & Hambrick, M. E. (2016). “Pick and choose our battles”—Understanding organizational capacity in a sport for development and peace organization. *Sport management review*, 19(2), 120-132. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2015.02.003>

Svoboda, A., & Šafaříková, S. (2021). Sport for development in international relations. *Politics in Central Europe*, 17(3), 481–500. <https://doi.org/10.2478/pce-2021-0020>

Swiss Agency for Development and Cooperation (SDC). (2003). *The Magglingen declaration: Creating a better world through sport*. Magglingen, Switzerland.

Swiss Agency for Development and Cooperation (SDC). (2005). *Sport for development and peace*. Zurich, Switzerland.

Syahrir, N. A. (2021, November 14). *Five level of prevention*. OSF.
<https://doi.org/10.31219/osf.io/ew3bj>

Szreter, S. (1997). Economic Growth, Disruption, Deprivation, Disease, and Death: On the Importance of the Politics of Public Health for Development. *Population and Development Review*, 23(4), 693–728. <https://doi.org/10.2307/2137377>

Trivedi, J. K., Tripathi, A., Dhanasekaran, S., & Moussaoui, D. (2014). Preventive psychiatry: Concept appraisal and future directions. *International Journal of Social Psychiatry*, 60(4), 321-329. <https://doi.org/10.1177/0020764013488570>

Tseng, Y. H., & Tsay, M. Y. (2013). Journal clustering of library and information science for subfield delineation using the bibliometric analysis toolkit: CATAR. *Scientometrics*, 95(2), 503-528. <https://doi.org/10.1007/s11192-013-0964-1>

UNESCO. (1978). *International charter of physical education and sport*. United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization.
<https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000022123>

United Nations & International Olympic Committee. (2008). *Expanded framework agreement for action on sport for development and peace*. Retrieved from <https://www.olympic.org>

- United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO). (1978). *International Charter of Physical Education and Sport*. Paris: UNESCO. Retrieved from <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000022123>
- United Nations. (2001). *Special Adviser on Sport for Development and Peace*. Retrieved from <https://www.un.org/sport>
- United Nations. (2002). *Report of the Inter-Agency Task Force on Sport for Development and Peace*. Retrieved from <https://digitallibrary.un.org>
- United Nations. (2003). *Report on the International Year of Sport and Physical Education 2005*. United Nations. <https://digitallibrary.un.org/record/540409>
- United Nations. (2003). *Resolution adopted by the General Assembly 58/5: Sport as a means to promote education, health, development and peace*. United Nations. <https://digitallibrary.un.org/record/512563>
- United Nations. (2013). *International Day of Sport for Development and Peace*. Retrieved from <https://www.un.org/sport>
- United Nations. (2015). *Transforming our world: The 2030 Agenda for Sustainable Development*. Retrieved from <https://sustainabledevelopment.un.org/post2015/transformingourworld>
- United Nations. (2017). *Kazan Action Plan: Strengthening the global framework for sport policy development*. Retrieved from <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000261682>
- Vetter, S., Dulaev, I., Mueller, M., Henley, R. R., Gallo, W. T., & Kanukova, Z. (2010). Impact of resilience enhancing programs on youth surviving the Beslan school siege. *Child and adolescent psychiatry and mental health*, 4(1), 11. <https://doi.org/10.1186/1753-2000-4-11>
- Walters, S., Spencer, K., Farnham, A., Williams, V., & Lucas, P. (2018). Humanistic sports coaching and the Marist organization: A multi-case study in the Philippines. *Journal of Sport for Development*, 6(11), 1–11.

- White, F. (2013). The imperative of public health education: A global perspective. *Medical Principles and Practice*, 22(6), 515–529. <https://doi.org/10.1159/000354198>
- Whitley, M. A., Collison-Randall, H., Wright, P. M., Darnell, S. C., Schulenkorf, N., Knee, E., Holt, N. L., & Richards, J. (2022). *Moving beyond disciplinary silos: The potential for transdisciplinary research in Sport for Development*. *Journal of Sport for Development*, 10(2), 1-22.
- Whitley, M. A., Farrell, K., Wolff, E. A., & Hillyer, S. J. (2019). Sport for development and peace: Surveying actors in the field. *Journal of Sport for Development*, 7(12), 1-15.
- World Health Organization (WHO), Johns Hopkins Bloomberg School of Public Health, & United States Agency for International Development (USAID). (2022). *Family planning: A global handbook for providers* (4th ed.). Center for Communication Programs (CCP). <https://www.fphandbook.org>
- Wong, A. K. F., Kim, S. S., Kim, J., & Han, H. (2021). How the COVID-19 pandemic affected hotel Employee stress: Employee perceptions of occupational stressors and their consequences. *International Journal of Hospitality Management*, 93, 102798. <https://doi.org/10.1016/j.ijhm.2020.102798>
- Woodcock, A., Cronin, Ó., & Forde, S. (2012). Quantitative evidence for the benefits of Moving the Goalposts, a Sport for Development project in rural Kenya. *Evaluation and Program Planning*, 35(3), 370–381. <https://doi.org/10.1016/j.evalprogplan.2012.01.001>
- World Health Organization (WHO), & ACT-Accelerator partners. (2020). *Access to COVID-19 Tools (ACT) Accelerator: Call to action*. World Health Organization. <https://www.who.int/initiatives/act-accelerator>
- World Health Organization (WHO). (2022). *Global tuberculosis report 2021*. Geneva, Switzerland: WHO. <https://apps.who.int/iris/handle/10665/346387>
- World Health Organization. (1948). *Constitution of the World Health Organization*. Retrieved from <https://www.who.int>
- World Health Organization. (1969). *International health regulations*. Retrieved from <https://www.who.int>

World Health Organization. (1974). *Expanded programme on immunization (EPI)*. Retrieved from <https://www.who.int>

World Health Organization. (1978). *Declaration of Alma-Ata*. Retrieved from <https://www.who.int>

World Health Organization. (1988). *Global polio eradication initiative*. Retrieved from <https://www.who.int>

World Health Organization. (2005). *International health regulations (IHR): Strengthening global public health security*. Geneva: WHO. Retrieved from <https://www.who.int>

World Health Organization. (2015). *Sustainable Development Goals (SDGs) and public health*. Retrieved from <https://www.who.int>

World Health Organization. (2015). *Sustainable Development Goals (SDGs)*. Retrieved from <https://www.un.org/sustainabledevelopment>

World Health Organization. (2020). *COVID-19: WHO declares global pandemic*. Retrieved from <https://www.who.int>

World Health Organization. (2020). *WHO consolidated guidelines on tuberculosis: Module 4: Treatment – Drug-Resistant Tuberculosis Treatment*. World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240063129>

World Health Organization. (2021). *WHO's COVID-19 global response and vaccination strategies*. Retrieved from <https://www.who.int>

World Health Organization. (2023). *Public health milestones through the years*. Retrieved from <https://www.who.int>

Yelamos, G., Carty, C., & Clardy, A. (2019). Sport: A driver of sustainable development, promoter of human rights, and vehicle for health and well-being for all. *Sport, Business and Management: An International Journal*, 9, 315-327. <https://doi.org/10.1108/SBM-10-2018-0090>.

Youker, B. W. (2013). Goal-free evaluation: A potential model for the evaluation of social

work programs. *Social Work Research*, 37(4), 432-438.
<https://doi.org/10.1093/swr/svt032>

Zhou, Z., Saibon, J. B., & Khairani, A. Z. (2025). Sport-based interventions to mitigate bullying behaviors among children and adolescents: A systematic review. *Heliyon*, 11(9), Article e43307. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2025.e43307>

