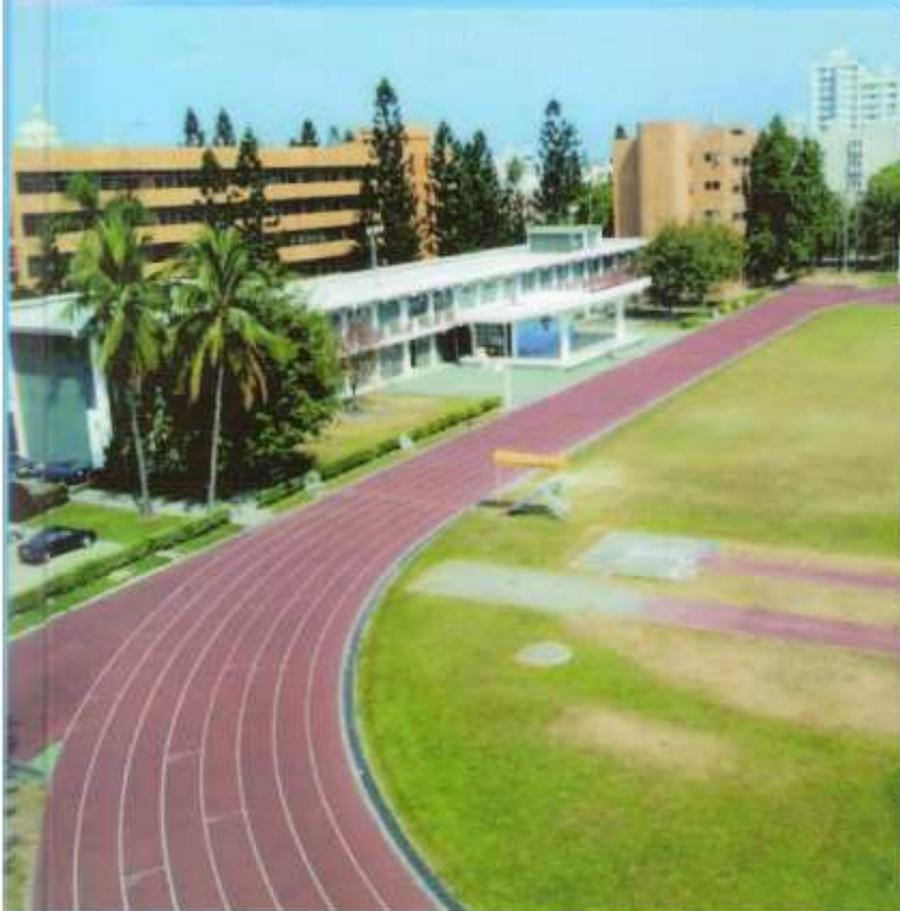


屏東教大體育

第10期



國立屏東教育大學體育學系
中華民國 95年 7月 出版



屏東教大體育 第10期

National Pingtung University of Education

NPUe PE

ISBN 986-00-1810-3

【運動休閒管理】

情緒管理在運動管理上之運用 / 吳建宏、徐欽賢	297
運動團隊凝聚力文獻初探 / 鍾志凡	312
學校體育風險因素之探討 / 鍾志凡	324
從台北小巨蛋談台灣運動休閒產業人力培育 / 楊宗翰	340
談組織文化在休閒運動事業人力資源管理的作用 / 蔡金樹、高宏鎮.....	351

【運動社會學】

職業球隊之運動贊助—以兄弟象棒球隊為例 / 王昭盛	359
勞退新制對運動俱樂部產業人員的影響 / 吳建宏	367
大專院校運動性社團發展困擾解決策略探討—以屏東教育大學直排輪社為例 / 徐吉德、徐吉龍	380
國小運動代表隊組訓工作之探討—以屏東縣東勢國小巧固球運動代表隊組訓為例 / 賴仁傑	388
企業贊助運動賽會之個案研究—以 2006 年 Wilson 全國羽球排名賽為例 / 顏明哲、張家昌	397

【課程教學】

學校體育活動之探討 / 洪國章、林慶裕	409
多元智能理論介紹及其在體育教學之應用 / 劉盈君、林琮智.....	417
赫爾巴特之教育理論與教學策略介紹 / 劉盈君、張美莉	431
知識管理在健康與體育領域教學實施策略上之探討 / 簡順勇	446

【運動心理學】

教練領導行為與選手滿意度關係之研究 / 孫明輝	459
以跨理論模式探討影響運動行為之相關因素 / 康曉翠、陳麗華、林耀豐	471
運動競賽的焦慮對整體表現之影響 / 黃維彬	486
從競技運動心理學觀點談女性運動發展 / 黃君潔	495
性別差異下不同反應形式對整體反應時間的影響 / 鄭淑敏、林耀豐	507
運動員壓力來源影響運動表現之探討 / 周歆蕙、孫良政	515
論「意象訓練」對運動技能初學者及運動選手之影響—由台灣地區文獻析論之 / 金瑩璽	530

國小運動代表隊組訓工作之探討~

以屏東縣東勢國小巧固球運動代表隊組訓為例

賴仁傑

國立屏東教育大學

摘要

本文的目的在於藉由屏東縣東勢國小巧固球運動代表隊組訓工作之探討，將組訓過程、運作情形、遭遇困境與解決方案提出討論，期能提供其他將成立運動代表隊的學校參考。研究結果如下：

- 一、可根據學校目標、學校資源、學生素質、社會資源等條件，作為組訓運動代表隊的考量依據。
- 二、經費問題、上下學安全問題、課業問題、教練回饋、升學管道、班級數降低等問題，乃目前國小運動代表隊運作最常遭遇之困境。
- 三、可藉由成立運動代表隊後援會、實質上的回饋教練、多元化的訓練課程、教練擔任選手級任導師、塑造選手成全校楷模、培養選手文武雙全等措施，作為遭遇困境之解決方案。

關鍵詞：國小、運動代表隊

連絡者：賴仁傑，屏東市民生路一段 4-18 號 國立屏東教育大學體育研究所

電子郵件信箱：renjyellie@yahoo.com.tw

壹、前言

全民運動、終身運動是時代的潮流。而運動技能及興趣的培養則需從國小體育活動開始紮根做起。學校體育的內容，綜合專家學者的意見，可以歸納為體育課、校內活動及比賽、校外比賽等三部份，包括體育正課、早操、課外活動、校內外比賽，校隊組訓、體育成績考察、健康檢查、體育學術研究等領域(葉憲清，1984)。在學校體育金字塔的構造中，運動代表隊是處於金字塔的頂部，所實施的對象則是極少部分的學生，而這些學生是經過挑選出來具有某項運動才能的，這些運動代表隊成員經過適當訓練後，參加校外比賽，不僅能為學校爭取光榮，同時還能增廣見聞，增加人際關係。對於國小階段的學童而言，加入運動代表隊組訓，不僅可以提升運動技能，增加學童的自信心，促進其身心體魄的發展，同時對於學童的生活、人際關係、學養均有幫助(張大昌，2003)。

學校運動代表隊的組訓需有詳細且周密的規劃，不只要有行政人員在決策上的支持，更須具有專長與熱忱的教練、相關場地設施的配合、代表隊成員的素質、家長的認同，各項經費之籌湊……等相關因素的配合，方能克盡其功。筆者在目前所服務的屏東縣東勢國小擔任巧固球教練，本校巧固球運動代表隊成立於民國八十八年十月一日，在這幾年來的努力經營下，成果豐碩。但這期間所暴露出來的許多問題，諸如學生的安全問題、家長課業至上的觀念根深蒂固、選材不易……等等，都值得我們深入研究探討。以下就所經歷與觀察，針對東勢國小巧固球運動代表隊組訓所遭遇的困境與解決方案提出探討，期望能提供其他將成立運動代表隊的學校參考。

貳、巧固球運動代表隊組訓因素

現今為一多元且開放的社會，學校運動代表隊組訓的因素有很多，筆者僅就本校組訓的因素，分別提出說明如下：

一、學校目標：

我國學校教育以五育均衡發展的教育目標為最高指導原則。本此原則，本

校以「鍛鍊身心的發展」、「增進運動技能」、「培養社會規範」、「培養運動興趣和習慣」、「增進體育知識」等為目標，目標明確而具體，組訓工作才有依據及共同遵循的方向。

二、學校資源：

(一)、領導者的企圖心：

林政雲主任因其從民國 77 年即開始帶隊訓練巧固球，本身對巧固球的訓練有濃厚的興趣。所以從民國 88 年調至本校後，便建請當時的林彩榮校長發展巧固球運動，以做為學校的一項特色。球隊的組訓由此展開。

(二)、行政資源：

運動代表隊講求團隊合作，無法只靠教練一人的單打獨鬥以竟全功。有了校長的全力支持後，於球隊所需的設備、場地乃全力投入備齊，並選派兩位教師協助球隊的訓練，更於球員升上五年級時，集中為一班，而由其中一位教練擔任其導師，以利球員課業及心理的輔導、集中訓練、品德教育，也方便建立獎勵制度與聯繫家長，球員的向心力更為凝聚。

(三)、師資：

教練的專業知能與專業精神是球隊組訓的成敗關鍵。林政雲主任有帶隊多年的豐富經驗與帶隊熱忱，也曾帶隊拿下許多優異成績，加上兩位教師的全力配合與學習，三人齊心合力，發揮敬業的精神，球隊的組訓按部就班順利完成，並展開對外的比賽。

三、學生素質：

(一)、成員的來源：

成員的來源乃球隊組成的基本條件之一。本校巧固球隊球員的遴選多採自願型並配合被動型。前者即公開招募，使自願報名參加，再加以選拔；後者乃經由各班導師主動發覺條件好、能力佳、品行優的同學，鼓勵加入校隊。

(二)、學生的興趣：

團隊的組訓也須考慮學生的興趣。經由學校的推動，造成巧固球運動在校園的盛行，如此，多少啟發學生的興趣，學生有了興趣，招募球員便容易多了。

四、社會資源

團隊組訓關鍵的因素在於人力、物力，巧婦難為無米之炊，加上國家的財政負擔日益困難，公立學校的經費必朝向自籌方式。因此學校運動團隊組訓的經費，除了節流外，較積極的作法，就是如何去開源。本校初期的訓練經費來源尚可靠自身的體育相關經費來支付，但遇上對外比賽時的必須開支，便必須由校長與家長會長對外向家長或社會團體募款，方足以因應。

叁、巧固球運動代表隊運作情形

國小運動代表隊運作時，學校、教練、選手是一共同體，任何一方面無法配合，即可能造成運動代表隊的瓦解。學校的支持與配合是運動代表隊永續經營的原動力，尤以校長支持與否最為關鍵；教練扮演運動代表隊訓練與指導的角色，因此本身專業素養要不斷提升，才能使其心服口服。除此之外，教練要能凝聚運動員的向心力、激勵其責任感，教練的言行舉止也會對運動員產生示範作用，因此教練要能以身作則；選手方面，除了要求運動技能外，更需加強生活教育與課業，此乃支持其吃苦耐勞與持續訓練的兩大支柱。以下就本校巧固球運動代表隊的運作情形作一簡介：

一、球隊的組成：

在獲得校長的同意後，校方在規劃行政業務人力資源時，特別規劃兩位教師支援林政雲主任的訓練工作，三位教練都採無給職，教練人選確立後，便先由四年級的三班導師積極在班上宣導，鼓勵學生參加，並經由導師的推薦，初

期成立了四年級男女巧固球隊各一隊，球員人數固定後，於升上五年級時，編為一班。並且每年於四年級學生中，開始招募訓練。

二、球隊的培訓：

(一)、訂定周全的計畫：

凡事豫則立，不豫則廢。球隊以培養優秀選手及爭取良好比賽成績為目標設定計畫。依選手的訓練情形，按部就班施以訓練，並依選手的的能力授以適當的技巧，以配合整體球隊戰術的需求。平時訓練時間為早上 7：10~7：40 與下午 4：10~5：00。寒假通常訓練一星期，暑假則為三星期，時間為 08：00~10：30。

(二)、教練的進修：

運動代表隊的培訓成功，教練佔有決定性的地位，而教練的素質水準，取決於專業知能與專業精神。兩位協助的教師，除了虛心向林政雲主任請益外，並積極參與有關巧固球的研習進修。三位教練雖是無給職，但仍充份發揮專業的精神，積極努力帶好球隊。

(三)、爭取資源充實場地設備：

雖然經費一直是球隊訓練過程中的大問題，但在學校體育相關經費的支援下，場地設備仍可完善不虞匱乏，給球員一個良好的訓練環境。

(四)、加強輔導工作：

運動代表隊所擔負的團體目標，往往重於個人目標，除了靠自律外，還得加強他律，才能達成崇高的團體目標。因此，選手培訓中，將會面臨生活上、課業及生涯規畫上的一些疑慮及困難。所以重視輔導，乃是培訓中極為重要的工作，分述如下：

- 1、生活輔導：培訓之規畫中，除了技術指導與體能訓練外，精神教育與生活管理亦為重要課題。其功能在於加強選手與教練之間的相互瞭解，輔導選手克服生活上、訓練時及比賽之心理障礙，使選手發揮潛能，達

成訓練的預期績效，並使選手成為一個真正的運動家。

2、課業輔導：學生參與運動代表隊的活動，比一般學生投注較多的時間、精力於訓練與比賽上，多少會影響選手正常的上課。本校將選手編為同一班，方便兼任教練的教師實施課業的輔導，使選手不致影響課業的學習。

3、生涯規畫：參加運動團隊，只是漫長人生中的一部份時間而已，因此於輔導中，就必須讓選手瞭解此一現實問題。尤其巧固球目前的向上發展有限，球員必須體認此一事實，培養球員正確的態度，積極發掘並培養其他方面的興趣與專長，如此球員可較無後顧之憂，全心全力發揮在團隊上，也期使選手們日後均有謀生的技能及美滿而充實的生活。

(五)、健全獎勵制度：

校隊強調競技的成績，但在教育的立場上，其奮鬥的過程仍需予以肯定。尤其球員的訓練過程艱鉅又辛苦，適時的給予獎勵，當能鼓舞士氣，創造更好的成績。本校作法如下：

- 1、平時訓練態度良好的球員，教練適時給予獎勵。
- 2、設置體育績優學生獎學金。
- 3、設慶功宴、獻獎及刊登校刊等方式，給予精神上的鼓勵，也樹立良好的榜樣。
- 4、設置畢業典禮運動績優獎，並頒發獎品、獎牌，隆重頒獎表彰及獎勵。

三、球隊的參賽：

參賽是球隊組訓工作的重要一環。藉由參賽所得成績及表現作為成果的表徵，也是球隊組訓的階段性或年度的總結性評量，以作為組訓過程及檢討之依據。目前縣內巧固球賽有主委盃、理事長盃、中小學聯運、縣長盃，全國性比賽每年有師生盃與中正盃兩項比賽，近兩年又增加體委盃，所以全年比賽機會相當多。

肆、運動代表隊遭遇之困境與解決方案

組訓運動代表隊是一項繁雜的任務，必需行政支援、家長配合支持、導師積極協助、同仁關懷鼓勵、社會的認同、企業的贊助、教練用心經營、運動員主動自發學習……等等，諸多條件的結合，才能落實生根、顯現績效、嘉惠莘莘學子。但其歷程必然面臨多方的挫折、衝突與困境，而其解決之道端賴組織團隊秉持堅毅、過人的智慧，來突破重重嚴苛的考驗，開創另一片天空。以下就本校曾遭遇之困境與解決方案提出探討：

一、遭遇之困境

(一)、經費問題：

財源日趨拮据，訓練經費雖尚足以因應，但對外比賽時，所需經費較多，常須向球員家長尋求支助，此法無法長久解決財源不足的問題。球隊若無法對外比賽，勢必影響日後球隊的組訓。

(二)、安全問題：

平時學生練球時間皆與一般學生上下學時間不同，尤其寒暑假期間的路途安全，教練皆須擔負相當大的責任與壓力。本校曾經有一位四年級球員與民眾發生車禍，雖然雙方皆無大礙，但此間所披露的安全問題，仍值得我們警惕。

(三)、課業問題：

提倡五育均衡發展以來，家長對於智育至上的觀念仍根深蒂固，學童學業稍有退步，便歸究於練球而反對加入球隊，除了造成教師相當大的教學壓力外，球員的中斷練習及優秀選手的退出，對球隊的經營與發展都是一大傷害。如何面面俱到，考驗教練的智慧。

(四)、教練回饋：

本校教練都是由教師義務性指導，如此長期的犧牲，無津貼亦無職務上的減輕，對擔任教練的教師都是相當大的負擔，如何能永續發展，也是值得

深思的問題。

(五)、升學管道：

巧固球目前的發展空間不大，對於將來的升學亦無保障，如何替優秀的選手爭取福利或培養其他專長，也是教練應予以重視的課題。

(六)、班級數降低：

近年來，由於國人生育率下降，本校學生人數急速減少，成員來源萎縮。其中有興趣、有能力的學生，家長卻不願讓學生參加；受友伴的影響，產生連鎖反應，學生參加的意願降低；反倒是課業差、運動條件不佳的學生興趣高昂，積極加入；球員人數難以整合成一班，在管理及訓練上造成不便。

二、問題解決方案：

(一)、成立運動代表隊後援會：

鼓勵家長參與運動代表隊的活動，甚至主動積極爭取學校附近公司、廠商的經費贊助。妥善運用社會資源使運動代表隊經費無後顧之憂。

(二)、實質上的回饋教練：

學校為這些自願組訓運動代表隊的教師給予一些實質上的回饋。例如：為這些義務教練減少授課時數或紀錄、累積上班時間外之訓練時間，適時給予補休假，以激勵士氣。

(三)、多元化的訓練課程：

為了提高球員學習樂趣，有時會利用週三下午帶至鄰近學校友誼賽，激發其鬥志。平常訓練則採取多樣化、活潑化課程，面對選手挫折予以懇談、諮商、家庭訪問。以快樂學習為原則，盡力排除學習困難、突破學習瓶頸。

(四)、教練擔任選手級任導師：

教練擔任選手級任導師，可掌握其課業，對待全班成員一視同仁，使其他同學以球隊在班上為榮。

(五)、塑造選手成全校楷模：

運動代表隊代表學校參加校外比賽獲得優異成績時，學校透過朝會公開頒獎方式，提高其成就感、榮譽感。

(六)、培養選手文武雙全：

培養運動代表隊選手文武雙全，啟發運動愛好與興趣為主，而非以奪取錦標為唯一目的。重武輕文的指導方式只會讓學生在課業的學習阻礙上增多，因而導致家長的反對，而選手的流失會更加快速。

伍、結語

組訓一支成功的運動代表隊需要多方面的配合，目前國小組運動代表隊的誘因少，端賴教師的興趣與熱情。筆者帶隊五年下來，深深覺得，小學生參與運動代表隊的收穫與成長是無以估量的，這期間教練所擔任的角色，是經師，亦是人師，影響力之大，教練應深以自許，並為我們的下一代培養一個健全的好公民。然而球隊的成立是為了有好成績或是純粹為了教育呢？若純粹為了教育，理想陳義過高，有多少人肯不計代價付出呢？但為了成績，對一個小學生的身心發展，是不是適合呢？期望更多體育人能重視此問題，共同提出更好的意見與對策。

參考文獻

張大昌 (2003)。代表隊組訓。《學校體育》，13 (2)，39-44

葉憲清 (1984)：校內外運動競賽之實施與改進。《國民體育季刊》，3，頁 38-50。