

學校籃球教練的存在意義

李佑峰 國立台中教育大學體育學系助理教授

前言——從走過的經驗裡提煉出好問題

回想自己擔任教練的過程，確實也是一個處境拋擲出來的緣分，似乎就這麼自然地，因為自己的專長，因為一份對於運動代表隊的使命感，再加上過去自己高中時代對於籃球教練的企盼，種種內外力量集結在一起，沒有考慮太多，也沒有太多時間可以思考，就這麼因緣聚合，我被一股無形的力量推上了籃球教練的位置。

當了教練，一個個內在的問題不斷浮現，挑戰著我的內在信念，「你懂得怎樣當教練嗎？」「要當一個怎樣的教練？」「如何展開訓練呢？」「我的能力可以讓球員們服氣嗎？」「訓練時間夠多嗎？球員們可以配合嗎？」一連串沒有參考答案的問題，無法忽略地充斥在腦海中，提醒著我儘快找到解決的策略，規劃出具體的實施方法。

雖然自己是體育專業學校畢業，熱愛運動，喜歡打球，擔任體育教師，自己也以籃球專長自稱，但是，站在教練角色上，我才真正明白，自己會打球，跟組織一個球隊，經營一個運動代表隊、訓練球員、「教」球員打球，是截然不同的兩碼子事。

勝任一位籃球教練所需要的知識與經驗，確實在一定程度上大於擔任體育教師所需，也大大地超越自己過去只是打球所累積的經驗。

面臨迫切的知識需求，卻又難以找到合適的參考資料，眼見開訓就在眼前，一整批球員就要「依賴」著你展開訓練，明知能力不足，卻又要撐著走上那個位置，使用自己都不是很確定的「方法」來經營球隊，訓練球員，再加上訓練與比賽過程中，層出不窮的問題，時時遭遇的窘境，不斷自我質疑的聲音，永遠是我初任學校籃球教練時，難以忘懷的個人經驗。

在擔任教練的過程中「學習」如何擔任一個教練，相信是很多教練曾經有過的經驗，以粗淺的、印象裡的知識為基礎，閱讀稀少的中文資料，將零碎的相關知識運用在訓練實務上，與球員互動，與大環境共存，遭遇一個個問題，突破一個個困境，落實一個個知識假設，慢慢地，透過主動的訓練實踐，一股難以言喻的化學變化悄悄產生，幾年下來，對於訓練方法熟悉了，透過比賽，與該領域裡的其他教練漸漸熟識，也得到知識交流的機會，透過一次次的親身經驗，逐漸找到了自己的位置，認同感與信心感也相對提昇，走出生澀，看見

了更多，瞭解了更多。

有了幾年的實際經驗，體驗過了學校籃球教練的真實處境，感受過訓練上的喜悅與成就感，體會過輸贏之間的心路歷程，同時也嚐過了少在文字上描述的種種正負面感受，走出經驗，持平而論，我才更能肯定學校籃球教練存在的必要性，也認為這個工作值得願意付出的同好們繼續投入。

三個主要的存在信念

一、對學生-球員(student-player)來說

對於時下國高中青少年來說，籃球可以說是一個最具吸引力的運動，透過媒體的報導、籃球賽事的轉播、明星球員的英雄角色塑造，一再刺激年輕學子參與籃球運動的強烈動機。學生們需要一個發揮體能與技術的「空間」，也需要有人來指導他們相關的知識與技巧，或許，更幸運地，培養未來正確人生觀與信念的「機會」。

從我自己學生時代對於加入籃球校隊的想望，再加上這幾年對於國高中生態的持續觀察，尤其對於男學生來說，在求學階段可以獲得加入學校籃球代表隊的機會，更可以說是一生之中難得的經驗，籃球校隊不僅提供了學子們一個展現自己的舞台，給了身體技術優異，籃球技巧過人的學生們一個表現自己的空間，更重要的是，籃球隊給出了一個「夢想」，也給出了未來可能的「回憶」，加入過籃球隊，受過籃球隊訓練，象徵了學生球員的努力受到肯定。

體育課只是小菜，校隊訓練才是主餐，追求體能極限與技術深度的渴望，在國高中生的心裡佔據了重要位置，每週兩次的體育課裡秀秀花拳繡腿，不足以滿足年輕奔放的身心，有了籃球教練的指導與訓練，讓天賦及身體能力較佳的學生可以擁有進階的身體能力開發機會，同時，也獲得了認知籃球相關知識與技術的難得機會。

球場是經過濃縮的人生寫照，訓練過程的艱辛，比賽獲勝的狂喜，失敗的難過與自我調適，學業與球隊之間的兩難拉扯，不僅提供了學子們體驗人生的機會，拓展人生的視野，增添學校教育裡難以提供的種種歷練與滋味，一個好教練的引導與教育，可以讓學生球員擁有正向、成熟的人生觀來面對未來。

而這些，端賴一位願意付出的教練，籌組、帶領球隊。

二、對體育大環境(environment)來說

小小的一位學校籃球教練，對於整個體育大環境，能夠產生怎樣的影響？

檯面上，我們看見的是SBL的冠軍球隊，或是HBL的傳統強隊，看不見的，隱身檯面下的，卻是一支支基層學校球隊的支撐，一代代培育著競技運動的學生球員，一波波號召著對於籃球競技有極度熱情的學子們投入這一項運動，眾多球隊的運作，籃球競技人口的累積，逐漸培育出讓競技運動得以發展的運動土壤。

一個教練帶領一支球隊，如同在籃球土壤裡種下一棵種子，慢慢讓種子發芽，長出一株株樹苗，成熟後形成一片樹林。用文化的觀點

來看，一個個籃球教練的投入，形成了一個運動文化發展的平台，串起了點點滴滴的力量，聚合成為了一股籃球文化，不僅作為競技運動發展的基礎，亦支撐著全民運動的永續發展。

其次，運動代表隊的成立與經營不僅象徵著該學校的風格與特色，同時也代表著校方對於運動代表隊的認同與對於體育教師兼任教練的專業肯定。

不只一次，我們看見了球隊的表現，接著才看見了學校的名稱，球隊有可能成為一個「品牌」，豎立在學校前面，為學校爭取成績，打出名號，球隊與學校之間，成為了「魚幫水，水幫魚」的良性互動。

即便學校校隊沒有很優異的成績，我們也看見學校裡的一般學生與老師自願親臨球場，為自己的學校校隊加油吶喊，替場上的球員或同學拍紅了手掌，不論輸贏，籃球隊提供了或大或小的情感寄託，讓更多學生與老師揮灑觀賽熱情，訴說校隊比賽中的共同故事，留下共同的回憶。

作為一位受學生球員「尊敬」的教練確實不容易，讓學校其他教師認同，甚至支持，更是不容易；但長時間的付出，不求回報的努力，便可能轉化他人的觀感，肯定教練的專業，進而接受運動，認同體育。

三、對教練自己(coach)來說

以專業知能的實踐角度而言，學校體育教師兼任運動代表隊的教練，無疑讓自己擁有了一個發揮與驗證自己專業的機會，從球隊的組訓、選材、訓練課表的規劃、訓練過程的觀

察、訓練內容的取舍、球隊風格的營造、教練與球員的互動、競技與教育取向之間的拉扯、與家長及行政單位之間的溝通協調，更重要的，還有參與比賽前、中、後所需要的顧及的種種複雜與瑣碎之中，教練的角色與職責便會自動帶領著教練自己遭遇一個個彷彿永遠解決不完的問題，面對一次次自我肯定與自我懷疑所帶來的不確定性。

在層出不窮的問題與不確定之中，教練動腦苦思，尋求解決之道，將知識或理論應用在運動競技的實踐場域，在挫折、失敗、成功的循環之中，賣力找尋自己的方式，建構自己的實踐知識系統。球隊作為教練專業知能的驗證平台，同時也是成就教練本身專業成長的絕佳場域。

其次，由於競技運動高度競爭性與不確定的本質，帶領球隊征戰的教練勢必得與球員、球隊一起面對競技運動裡隱含的、更深層的兩難議題。以我自己的經驗來說，在學生的訓練時間與課業壓力之間，在公平競賽與獲得勝利之間，在球隊紀律與球員自由之間，總會逼著我去面對自己心底的價值掙扎。

身為一個球隊教練，我想要鼓勵球員們好好的投入運動競技世界的擁抱，卻也總是知道自己並沒有足夠的力量為他們決定該練球還是讀書。公平競賽的口號說得理所當然，但面臨獲勝與失敗的當下，球隊有機會得利時，身為教練的我，卻沒有把握自己可以如此理性地面對情境；在球隊的團隊紀律要求之下，遇到違反規定或是容易犯錯的球員，我也總是在「按

照規定」與「再給一次機會」的決定之間反覆思慮。

擔任教練不只在教球，也在教人，過程中必然會面對許多連自己都不確定該如何處理的「麻煩」。但同時，在與麻煩的交手過程中，我也更清楚地碰觸到原本在日常人生裡不易思索的議題，逼自己認識自己，反省自己，釐清自己，從判斷與選擇裡看見更多人性，體驗更寬更深的人生閱歷。

身為教練，無形之中讓我多了很多自我成長的機會。

結語——經驗所展示的意義

學校籃球教練的意義，少見彰顯；透過經驗，我們看見了教練對於學生，教練只有了解自己所帶來的多重影響，以及所伴隨的可能意義，站在意義之流中，才能獲得繼續走下去的能量。

每一位教練都有自身的處境，在處境裡尋找自己的方向就成了教練必須面對的課題，不論在順境或逆境之中，總得有一個可以說服自己的立足點，站在立足點往前望去，才可以看得廣，看得遠，特別是身處逆境之中，更需要有清楚的價值信念引領，才可以突破逆境，堅持自己的理想。

球場如人生，如果每一位教練都可以多方面地感受自己的經驗，記錄下自己的經驗，從經驗中學習、成長，從經驗裡探索、歸納，為自己的教練生涯不斷找尋新的意義，相信在擔任教練的旅途中，必定會更加豐盈充實。

