

以多元方式提升國中體育班學生基礎學力： 生態系統視角下的個案研究

陳淑麗 國立臺東大學教育學系教授

摘 要

臺灣體育班學生學業表現普遍落後，這個三年的個案研究以一所體育特色國中為對象，從生態系統視角探討，這所學校如何透過制度調整、教學改革與多方協力的方式，提升體育班學生學業表現之歷程與成效，研究以訪談及文件資料分析等方式進行。研究結果顯示，個案學校在轉型的第一年，有處理不完的危機，學生出現自殘、挑釁、抗拒學習等情形，老師遭受重大壓力與挫折，不敢要求學生，學校的行動只能聚焦在處理學生的情緒，重建學生的信任，學生的學力不進反退；第二、三年學生的情況逐漸回穩，學校開始改善軟硬體設施、調整夜間課輔與運動訓練的作息時間、訂定並落實出賽辦法、建立出賽補課機制、重塑「溫暖與要求兼顧」的師生互動、優化課室教學品質、加強課業輔導等多元策略，建立了兼顧學業與運動的學校經營模式，體育班學生基礎學力逐步提升，同時維持了優異的運動表現。研究結果顯示，學生運動員在學校多元且多層級的支持下，同時兼顧學業與運動表現的雙軌發展是可能的。

關鍵詞：學業表現、學生運動員、生態系統理論



Enhancing the Foundational Academic Competencies of Junior High School Student-Athletes through Multiple Approaches: A Case Study from an Ecological Systems Perspective

Shu-Li Chen

Professor, Department of Education, National Taitung University

Abstract

Students enrolled in specialized sports classes in Taiwan generally demonstrate lower levels of academic achievement. Adopting an ecological systems perspective, this three-year case study examined the processes and outcomes through which a sports-focused junior high school sought to improve its student-athletes' academic performance by introducing institutional adjustments, instructional reforms, and collaboration among multiple stakeholders. The research data were collected through interviews and document analysis. The findings indicate that during the first year of the school's transformation, it faced a succession of crises. Students engaged in self-harm and provocative behavior and resisted learning, while teachers experienced considerable stress and frustration and were reluctant to place demands on them. Consequently, the school's efforts concentrated primarily on addressing students' emotional needs and rebuilding trust, during which time their academic performance declined rather than improved. As the students gradually stabilized during the second and third years, the school adopted a range of comprehensive reforms. These included improving its facilities and instructional resources; adjusting the schedules for evening academic support and athletic training; establishing and enforcing rules governing participation in competitions; introducing mechanisms for making up classes missed because of competitions; reshaping teacher-student interactions to combine warmth with appropriate expectations; improving the quality of classroom instruction; and strengthening academic support. Through these multifaceted strategies, the school successfully established an operational model that balanced academic learning with athletic development, leading to incremental improvements in student-athletes' foundational academic skills while sustaining excellent athletic performance. The results demonstrate that, with diverse and multi-layered support from the school, student-athletes can feasibly achieve dual-track development in both academics and athletics.

Keywords: academic performance, student-athletes, ecological systems theory



壹、緒論

臺灣國小到高中有 689 所學校設置體育班，學生運動員共 36,875 人（教育部體育署，2026）。這些學生同時扮演學生與運動員的雙重角色，因而面臨身分認同（Huml et al., 2019）、訓練與課業時間平衡、同儕互動與社交關係等挑戰。其中最被關切的是，學生運動員因投入大量訓練而犧牲課業時間，容易出現學業成就低落（如：van Rens et al., 2015）、缺乏學習動機（Yopyk & Prentice, 2005）等問題。然而，也有研究發現，只要有適當的制度與支持，學生運動員的學業與運動表現並非必然相互衝突（Radtke & Coalter, 2007; Umbach et al., 2006）。這些不一致的研究結果顯示，影響學生運動員學業表現的關鍵可能與環境及支持系統的設計有關。亦即，學生運動員能否成功兼顧運動與學業，取決於學校、家庭乃至政策等多層面環境因素的配合程度。在臺灣，政府制定了相關政策並投入資源，期能協助體育班學生兼顧「學生」與「運動員」兩種角色。例如，教育部頒布《高級中等以下學校體育班設立辦法》，規定各校需訂定參賽請假之補課計畫與學業輔導機制，並限制每日訓練時數上限為三小時，以確保學生有充足的學習時間（教育部，2021）。此外，體育署每年至少編列 8,000 萬元經費，用於提升體育班學生的學業表現。儘管有上述制度與經費挹注，體育班學生學力低落的現象依然嚴重。根據 108—111 學年體育班國中會考成績資料，體育班學生五科皆待加強（俗稱 5C）的比例將近全國平均的三倍，棒球體育班 5C 的比例更高達全國平均的六倍（教育部體育署，2024），亦即，大多數體育班學生的學業表現落後於一般學生。

體育班學生學業成就低落，不僅影響升學機會，也限制其未來職涯發展。現實情況是，僅有極少數學生能進入職業體壇。以棒球為例，臺灣的學生球員約只有 0.2% 的機會進入職棒，而且就算成為職業選手，其平均運動生涯只有 4.8 年，多數人在 30 歲以前即退役（中華職棒球員工會，2024），多數體育班畢業的學生最後仍必須進入非體育領域的就業市場，若學業表現不佳，往往只能從事技術門檻較低的體力工作或服務業，生涯發展嚴重受限（林文蘭，2015）。因此幫助學生運動員兼顧良好學業表現極為重要，攸關他們的出路與長遠發展。

影響學生運動員學業表現的因素相當多元，包含學生個人背景、訓練與課業時間的分配、學校教學品質、師長與教練的期待、以及學生的自我效能等（Kissinger & Miller, 2009; Umbach et al., 2006）。這些不利因素往往會交互影響，加劇學業困

難。例如，長時間訓練導致缺課，學習進度落後，學生因挫折而放棄學習，課業落後更為嚴重（Adler & Adler, 1991; Purdy et al., 1982）；單一因素即可對學習產生負面影響，多種不利因素交互影響更容易導致學業表現低落。可見，若要解決學生運動員的學力問題，僅靠單一策略（如：課後輔導或改善某項設備）恐難以應對體育班學生所面臨的複雜困境，必須同時考量學校、家庭、社區與政策層面的協同整合，才能較有可能改善此問題。然而過去各校提升體育班學生學業的作法多屬零散，缺乏整體性觀點統整這些努力。因此，本研究提出以生態系統理論為框架，從全盤角度審視學生運動員學業問題與解決途徑。據此，本研究採用 Bronfenbrenner（1979）的生態系統理論視角，來檢視學生運動員的學習與運動議題。這個系統理論強調個體發展受到多層次環境的交互影響。本研究主要聚焦於微系統（如：學校、家庭）、中介系統（如：教師與教練的協作）、外部系統（如：學校行政決策與外部資源政策）；教育政策與體育文化等較宏觀因素則作為背景脈絡，不另作層級分析。對學生運動員而言，學業與運動的平衡涉及個人努力，也取決於學校行政、教師教學、家庭支持與社會文化等多重因素的共同作用，各因素的利害關係者要有良好的協作，才可能得到比較樂觀的介入成果。透過如此整合性的視角，有助於釐清學生運動員學業與運動雙重發展的運作模式，為體育班教育提供策略與政策的參考。綜上所述，本研究以東部一所體育特色國中（以下簡稱 A 國中）為個案。該校於 109 學年度轉型為 KIST 實驗學校後，致力於透過制度調整、教學改革與多方協力來改善體育班學生的基礎學力，同時兼顧其運動表現與品格發展。轉型以來，A 國中在課程設計、師資培訓、學生輔導等方面進行了一系列改革行動。經過三年的努力，該校學生的學業成績與體育競技表現均呈現明顯進步趨勢。本文描述了 A 國中運用生態系統整合視角推動改革的歷程與結果，分析各環境層面的交互影響，並探討改革實踐中遇到的挑戰與成功經驗。具體研究目的如下：

- 一、描述 A 國中為翻轉體育班學生學力所進行的改革行動。
- 二、描述 A 國中改革行動中遭遇的困難與挑戰。
- 三、分析 A 國中多面向介入措施的成果。

貳、文獻探討

一、學生運動員雙軌發展的困境

學生運動員在追求運動與學業雙軌發展時面臨獨特的困境。一方面，長時間高強度的運動訓練占據大量時間與精力；另一方面，學校課業對其未來生涯發展亦極為重要。角色衝突下，學生運動員常出現身分定位不穩定、自我認同混淆的情形（Brewer et al., 1993; Yopyk & Prentice, 2005）。此外，當個體被賦予自主承諾與決定行為的機會時，其內在動機與責任感會增強（Deci & Ryan, 2000）。反觀學生運動員，當運動投入時間跟學業學習時間互相競逐時，經常處於被決定且無能為力改變的窘境。也許缺少學業上自主承諾與決定的機會影響了他們對學業的內在動機與責任感。研究指出，學生運動員學習落後，甚至產生放棄心態（Adler & Adler, 1991; Purdy et al., 1982），似乎不令人意外。例如，美國 NCAA 體系下的學生運動員常抱怨難以兼顧學業，表現出較低的學習投入與成就動機（Comeaux & Harrison, 2011; Huml et al., 2019）。在臺灣情境，陳淑麗（2025）則發現，參與棒球隊對國中基測有負向影響。這些研究顯示，運動訓練可能擠壓學習時間，影響學業投入與表現。

此外，學生運動員也常面臨社會支持不足的困境。一般大眾乃至部分教育者往往只重競技成績，忽略學生運動員的學習需求（林文蘭，2015）。學生運動員常被貼上「重運動、輕學業」的標籤，部分教師對其學業能力抱持負面看法，可能不利於其學業認同與投入（Huml et al., 2019）。此外，運動身分認同也可能與學業表現相關（Bimper, 2014）。O'Neill 等人（2013）也發現，高水準青少年運動員在同時承擔課業與訓練要求時，常面臨多重壓力，因此學校、家長與教練的理解與支持格外重要。然而，在偏遠或弱勢地區，學生運動員又多來自低社經家庭或弱勢族群，家庭學習支持功能薄弱（陳美綺、季力康，2015）。當家庭無力監督課業、協助學習時，學生在校表現往往雪上加霜。這些描述都讓我們看見教育現場中 Bronfenbrenner（1979）所強調的各因素間交互影響。

二、提升學生運動員學力的策略

針對學生運動員學業問題的介入，有些聚焦於單一層面的策略。例如，有些研究著重在學習相關的策略，Scott-Andrews 等人（2020）的時間管理訓練計畫，

指導 112 名高中學生運動員規劃學習、合理安排訓練與讀書時間，並運用時間管理手冊記錄每日行程。介入一年後，實驗組學生主觀感受課業壓力降低，且在賽季期間更能兼顧功課，GPA 亦顯著提升 0.31 分，對照組則沒有顯著變化。研究者進一步指出，這個策略要有效，除了時間管理訓練，還需要學校制度配合，例如提供學生專門的學習時段。Firth-Clark 等人（2019）則對學生運動員提供認知行為技巧訓練，包括專注力訓練、目標設定、情緒管理等策略，結果支持學習策略有助於提升其學業表現。除了上述介入研究，Jonker 等人（2009）針對荷蘭 1992/1993 與 2006/2007 各 200 名青少年優秀運動員進行跨世代比較，結果顯示，投入高水準競技運動並不必然導致較差的學業表現，研究者主要從自我調節能力的角度加以解釋。這些研究顯示，學生運動員若能發展時間管理、自我調節及相關學習策略，可能有助於兼顧運動訓練與學業學習，並改善學業表現。

有些研究則聚焦在學業支持服務，例如，Grandy 等人（2016）以需要學業輔導的大學運動員為對象，比較不同學業支持措施的成效。研究發現，如果僅提供結構化自習時段及每週定期的學業諮詢，無法提升學業表現；反之，針對學生個人學業弱點設定具體學習目標並持續監控進展，以及增加運動員與學業支援人員的互動次數，更有效提升其學業表現。Wolfskill（2019）則深入探討團隊式學業支持措施，包括定期學業追蹤會議、球隊集體自習、教練與任課教師協作溝通等。學生運動員認為團隊式的學習支持讓他們在繁忙訓練中仍能及時完成作業、保持成績達標；原本學業亮紅燈的選手在介入後成績明顯改善，重回合格水平。Deci 與 Ryan（2000）則指出，當個體被賦予自主承諾與決定行為的機會時，其內在動機與責任感會增強。換言之，依此觀點，若能提供學生運動員更多自主參與學習的機會，可能有助於提升其內在學習動機與自我要求。整體而言，前述單一策略的介入雖顯示成效，但這些研究均進一步建議，仍須同時考量多重環境層面的影響，才能更全面地理解與回應體育班學生的學業問題。這些建議也與 Bronfenbrenner（1979）所強調的生態系統理論觀點一致。

針對學生運動員學業與運動雙軌發展的複雜性，的確有些研究主張採取多元且多層級的支持模式，但相關的研究有限，且多屬於描述性或案例整理。例如，Radtke 與 Coalter（2007）的研究檢視了澳洲、加拿大、新加坡及歐洲等十個國家的「體育學校」制度，發現各國雖採取不同模式，但普遍透過彈性課程、額外學業支持、專業師資與教練，以及教育與體育組織間的協調等不同方式，協助學生運動員兼顧學業與競技訓練。整體而言，雖然各國的學業表現與退出體育學校的比例存

在差異，但這些制度在維持一定水準的學業表現、保持相對較低的退出比例，以及兼顧競技發展方面，提供了相對可行的解決方式。

三、臺灣相關政策與研究

為了保障基本學力，我國教育部以法規限制體育班學生的訓練時數並要求學業輔導機制，例如，規定國小體育專業課程每週以 6 至 7 節為限、國中以 6 至 8 節為限，每日訓練至多 3 小時（教育部，2021）。該辦法也要求學校設置「體育班發展委員會」，負責訂定出賽成績標準與補課輔導方案，以保障學生比賽期間的學業支持。體育署自 2014 年起補助高中以下學校推動「學習扶助措施計畫」，每年投入鉅額經費提升體育班學生學業表現。然而教育部體育署（2024）的資料指出，體育署連年投入 8,000 萬元經費用於所謂「減 C」方案，但體育班學生國中會考五科待加強的比例不減反增。可見雖有政策及資源的投入，但仍未能解決問題。

究其原因，可能與制度落實程度及體育班文化有關。在制度落實方面，雖有法規限制訓練時數並要求補課輔導，但許多學校為追求體育競技成績，常延長訓練時間，甚至用早自習、假日加訓，壓縮學生學業學習的時間。其次，體育班的文化氛圍中往往強調比賽成績至上，學業被視為次要。一些偏鄉原住民體育班學生坦言「讀書沒用，拚運動才有出路」（林文蘭，2015）。此外，在資源匱乏地區，運動被視為翻轉人生的唯一機會，學業的重要性遭到弱化。這種觀念使得家長與學生本身對課業投入度不高，學校推動學業提升措施時阻力重重。再者，除了制度落實與文化因素外，學生個人背景、教師教學品質與自我效能等因素，亦會在交互影響後形成複雜的生態互動網絡（Kissinger & Miller, 2009; Umbach et al., 2006）。這也凸顯解決體育班學業落後不能僅靠單一策略，需要以生態系統視角整合制度、文化、課室與學生層級的多元策略，比較可能改善現況。

在學術研究方面，國內針對體育班學力議題多以現況調查或相關性研究為主，研究指出，國中棒球隊學生的學業成績普遍低於一般學生（陳淑麗，2025），國小棒球隊學生在加入棒球隊後，成績才開始和同儕出現落差（蔡昔熹，2011）。有的調查研究則指出，運動訓練投入與學業成績之間呈正相關（羅鴻仁、蔡俊傑，2011）。不過這類研究僅指出現象或問題，未探討解決途徑。整體而言，目前臺灣尚缺乏針對體育班學業問題的系統性介入研究。本研究將透過個案研究，嘗試填補此實務與研究上的落差。

參、研究方法

一、研究場域

本研究以東部一所偏鄉國中（A 國中）為研究場域。該校規模小，全校僅六班，其中體育班三班（設有棒球、舉重、射箭三項運動，競技成績均極優異），普通班三班。民國 113 年全校學生數 105 人，體育班學生 65 人，約占 61.9%。學生約 91% 為原住民族。由於東部就業機會有限，不少學生家長長期在西部工作，學生單親或隔代教養家庭比例約達七成，家庭學習支持相對薄弱。本研究選擇此校作為個案，係因其為目前臺灣唯一以系統化、多元措施推動體育班學力改革的國中，可作為探討學生運動員雙軌發展的關鍵案例。

A 國中學生的基礎學力普遍較弱，體育班學生程度分布差異特別大。班上學生學力落後程度相較同齡學生常達三至四個年級。再加上頻繁出賽造成的缺課，以及比賽後情緒起伏須調適等問題，使教師的教學進度與管理面臨嚴峻的挑戰。該校體育班學生歷年國中會考成績不理想，各科待加強（成績未達基礎）比例約在 70 至 80% 之間。校長與團隊在面對體育班學力問題時，認為不能只從提升教學品質或加強課業輔導著手，必須同時從多個層面進行改革，例如學校層級的制度與作息安排（外部系統）、課程與教學及班級經營（微系統）、以及親師與教師、教師間的協作（中介系統）等。這種以整個學校系統為單位，並強調不同層級環境互動的思考方式，與 Bronfenbrenner 生態系統理論的觀點相符，因此本研究採生態系統作為詮釋框架來理解該校的改革歷程。

二、資料蒐集與運用

本研究採多元資料蒐集，包括訪談、文件資料等方法。我們在訪談後將逐字稿回饋予受訪者確認內容無誤，並運用多元資料來源（訪談、文件、學生表現量化數據等）交叉驗證，以確保資料的信實度。

（一）訪談

訪談包含焦點團體與個別訪談兩種類型。訪談對象包括校長、主任、教師、教練、學生，不同對象訪談重點不同。校長和主任是發展與改革體育班運作模式的核心人物，對校長與主任的訪談參考 Leithwood 與 Steinbach（1993）提出的問題解

決要素（如：對問題情境的詮釋、目標設定、原則價值運用、限制掌握、解決過程、情意層面）以及 Dewey（1910）提出的解決問題步驟（如：察覺困難並定義問題、尋找可能解決方案、評估方案有效性、實施與回饋）。綜合上述概念，本研究設計校長與主任的訪談題綱，聚焦於他們對 109 學年度以來學校改革歷程的認識，包括覺察到的困境與問題定義、目標設定、尋找解決方案的過程、對限制因素與效果的評估、改革推行過程、結果與反思調整。對教練與教師的訪談則著重了解他們對學校改革體育班運作模式的看法、衝突與困難，以及改革帶來的改變感受。對體育班學生的訪談則著重了解學生對體育班運作模式的看法、經歷的衝突與困難、以及身為學生運動員的角色認同與生涯期待等。校長、主任以個別深度訪談進行；教練、教師與學生則依角色分組進行焦點團體訪談。總計取得 15 場訪談資料，其中校長個別訪談 3 次，教務主任、學務（訓導）主任、總務主任各 2 次個別訪談；運動教練進行 2 場焦點團體訪談；教師則依轉型前留任教師與轉型後新進教師各進行 1 場焦點訪談（共 2 場）；學生則進行 2 場焦點團體訪談，學生訪談根據 A 國中的體育項目來分，1 場為棒球選手；1 場為舉重和射箭選手，每場 3 名選手，6 名學生涵蓋了不同的運動項目，也顧及不同的年級，以確保蒐集到多元觀點。在訪談順序上，本研究主要想瞭解學校改革歷程，所以先以校長為主軸，瞭解粗略樣貌後，接著安排訪談不同的對象，大致依著主任、教師、教練、學生的順序進行。每場訪談時間約 1 至 2 小時，均全程錄音並謄寫為逐字稿。

（二）文件資料

研究者蒐集了 A 國中自 109 學年度起累積的各項文件資料，包括學校相關會議紀錄、競賽成績資料。此外，也蒐集了 108 學年度（改革前一年）至 111 學年度（改革第三年）A 國中學生的學力測驗資料、九年級會考成績及識字量，以瞭解轉型前後的變化。

（三）研究者角色與倫理

研究者與 A 國中並無從屬關係，研究合作前，A 國中校長曾向研究者求助，試圖解決學生讀寫能力低落的問題，研究者方能有機會初步了解這個體育生學力低落的困境。研究者在取得校方許可後，申請國科會計畫通過，並在成功大學人類研究倫理審查委員會的監督下展開研究。校長、教師、教練與學生皆在知情同意下自願參與訪談，學校亦提供必要文件資料供研究分析。本研究遵循研究倫理規範，撰寫報告時並保障參與者隱私與權益。

三、資料分析

本研究收集的質性資料包括訪談及多種文件資料。研究者遵循 Miles 與 Huberman（1994）所提出的資料精簡、資料呈現，以及結論形成與驗證等三項分析活動，進行質性資料分析。例如，在分析教師的班級經營策略時，我們先從逐字稿中抽取「教師高關懷低要求」和「教師介入學生程度」等概念，接著彙整相關事例，放到學校文化脈絡下考量（如：偏鄉實驗學校教師多具人文關懷的特質），最後形成「教師由『高關懷低要求』轉向『高關懷高要求』」的結論。

資料編碼以「年份 - 月 - 日 - 資料類型 - 來源編號」作為代碼標註每筆資料，方便後續識別（如：「1121005/IP.1」表示 112 年 10 月 5 日校長個別訪談之第 1 筆資料），日期後面第一碼是資料類型，I 代表訪談、M 代表會議紀錄、D 代表學力文件資料、A 代表學校行政資料。訪談資料的第二碼是對象類型，P、C、D、T、S 分別代表校長、教練、主任、老師和學生；學力文件資料第二碼 S、C、W、G 分別代表運動競技成績、會考成績、識字量及縣學力測驗成績；學校行政資料的第二碼 N 代表學生人數。最後的數字則代表次數或對象。

肆、研究結果

一、轉型第一年：建立信任、尋求共識

（一）第一年：處理不完的危機

第一年由於轉型帶來辦學理念巨變，加上教師人事更迭，學生和留任教師皆產生不安與對立情緒。學生對新團隊的抵制長達半年之久。這一年，九年級學生的會考學業成績不升反降。轉型初期最大收穫在於師生關係的建立。歷經近一年的努力，學生終於開始接受新老師，認為老師富有愛心與包容力，師生逐漸建立信任。但這種關係建立是以教師相當程度的「退讓」為代價。第一年老師為博取學生信任，不敢嚴格要求，為了建立師生關係，老師溫暖的那一手伸得非常長，要求的那一隻手幾乎沒拿出來（1121005/IP.1、1121109/IT.3、1130111/ID.1）；老師們凡事說好話、不敢懲處，投入大量時間滿足學生各種需求，結果是嚴重耗損了自己。這種高關懷低要求的班級經營方式雖換得學生短期接受，卻埋下了教學推進困難的隱憂。

第一年主要挑戰如下：

1. 學生：情緒反彈與抗拒學習

體育班學生對學校轉型充滿不安，害怕學校不讓他們練球、體育班會被廢除。儘管校方再三宣示新團隊將運動與學業並重，而非取消體育，但學生仍以對抗態度面對課堂學習，不合作甚至挑釁師長。校長說：

每個老師在體育班上課都受到學生的挑釁或挑戰，例如教務主任第一堂課，體育班九年級的學生是癱坐在椅子上，直接噏：「你是誰，你要幹嘛？」（1121005/IP.1）

學生以破壞課堂秩序來宣洩不滿情緒，不把新老師放在眼裡。此外，學生因喜歡的老師離開或學校規則改變而情緒波動，也以不上課抗議（1130111/ID.2）。學生整體士氣低落，對學習明顯呈現冷漠與抵制狀態。

2. 教師：壓力沉重與挫折感

第一年對教師也是巨大的考驗。新舊教師在理念上需要磨合，有的留任教師對轉型存疑甚至消極抵制，新進教師雖有熱忱但缺乏實驗教育的經驗。除了課堂上學生的挑釁與不友善態度，更棘手的是學生還有嚴重的情緒問題，一個指標性的事件是，轉型揭牌當天就有四名學生以利刃割腕自殘。轉型第一年，老師花費大量心力建立關係、安撫學生情緒、處理學生的衝突事件與自傷行為，幾無餘力於教學。這一年，教練們也是充滿惶恐與不確定，擔心訓練時間受到影響（1130111/IC.2）。校長表示：「第一年真的是非常辛苦，起點不是從零開始，像是從負二開始，什麼事情也做不了」（1121005/IP.1）。轉型第一年這樣的狀態也反映在學力測驗表現上，轉型前的 108 學年及轉型後第一年的 109 學年，A 國中在全縣的學力測驗排名均是全縣最後一名（108/D.G1、109/D.G2）。老師覺得學生程度之差超出他們想像，不得不一再下修教材難度（1121109/IT.1）。

3. 校長：領導挑戰與誤判學生能力

新校長上任前曾在 A 國中擔任教務主任多年，自認對學區熟悉，且因為過往 A 國中以「勤教嚴管」方式曾獲不錯的學業表現，因此他原以為可複製當年成功經驗，不料情勢迥異，當年學校有一批較優秀學生，現今那些人的子女多不在本地就學，留在學區的多是當年成績或行為較弱學生的下一代。整體學生程度低、問題多，過去那套嚴管模式反而激化衝突——嚴管導致逃學或自殘，完全行不通

（1121005/IP.1）。校長自省是誤判了學生能力與學校經營條件，必須調整領導策略。起初，他因背負轉型重任，對教師要求甚高，希望迅速展現改革績效。但在教師和學生接連「炸鍋」後，他意識到必須放慢腳步、調整節奏，先處理師生情緒，再逐步推動變革（1121005/IP.1）。

（二）第一年：修正目標與因應行動

1. 聚焦於安定學生情緒，緩步推動品格教育

第一年多起學生自傷事件讓校長體認到，若不先處理學生的情緒問題，立即推行品格與學力無異緣木求魚。因此先將品格教育暫時擱置，轉而投入社交情緒學習。學校參與中信慈善基金會的「正向人際關係」計畫，獲得教材與師資培訓支援，並開始引進社交情緒學習課程，讓學生學習情緒的覺察與社交技能（1121005/IP.1、1130111/ID.1）。

2. 教師壓力釋放與目標重整

109 學年的寒假，老師們因會考成績不理想、改革未見起色而情緒低落，老師們情緒崩潰，甚至有人哭出來，覺得學校訂的目標遙不可及（1131214/IT.2）。校長在非正式會議中採取開放對話的領導方式，讓大家坦誠表達感受，並一起重新思考「什麼是對學生較合理的期望」。經討論，教師團隊共同制定出三項新目標（稱為 ABC 目標）：A. 真心愛自己——先解決學生自傷、自暴自棄問題；B. 用心賦能自己——著力於學生學力與能力的提升；C. 為長遠幸福持續努力——開拓學生視野與未來想像，培養規劃未來的承諾感（1121005/IP.1、1100210/MS.1）。這三項目標分別對應學生當前面臨的主要問題——生命教育／心理輔導、學業能力與生涯發展。目標 ABC 成為第二年全校的行動指南，也使教師對目標有了較貼近學生現況的認同。這種由下而上凝聚共識的過程，有效紓解了教師挫敗感，重振團隊士氣。

3. 校長承擔責任、重建學生信任

第一年校長觀察到九年級學生對學校怨氣深，他們在課堂上對老師的違抗，部分源於對學校轉型不滿的情緒反應。在寒假釋放教師壓力後，校長緊接著在新學期開學時採取一項象徵性行動：校長特地在升旗後留下全體九年級學生，真誠向他們說：「我求好心切，希望給你們一個好的未來，但忽略了你們的感受，在此鄭重向大家道歉」（1121005/IP.1）。校長請學生將所有不滿情緒都發洩到他身上，不要再怪罪老師。校長的道歉旨在承擔轉型引發的負面情緒，讓學生感受到被理解與尊重。有老師認為，這次道歉對緩和學生與學校間的緊張關係相當有幫助（1131214/

IT.2)。學生開始願意給新團隊機會，不再將老師視為對立面。從生態觀點看，校長以身作則展現領導者的高關懷，修復了學生與學校之間的裂痕，為學習秩序的恢復創造條件。

綜上所述，轉型第一年 A 國中處於「止血」階段，校長與新團隊面臨學生不配合、教師挫折倦怠的嚴峻挑戰。學校高層次願景雖確立，但第一年的首要任務變成了「維持基本穩定」。從生態系統角度，這一年學校試圖重建微系統層面的信任關係，透過高關懷策略讓師生關係破冰，為後續措施鋪路。相對地，常規學業與教學要求暫時退居次位，因而學業表現短期內不升反降。所幸，第一年師生關係的改善為下一階段改革創造了可能條件。

二、轉型第二年：重建制度、改善教學

第二年（110 學年度）開始，A 國中基於第一年的挫敗經驗，調整策略、逐步展開各項改革行動。學校維持「品格、學力、運動並重」的願景，但基於現實考量，仍將第二年具體目標訂為「維持穩定」。校長強調，只有學生行為穩定、基本學習秩序建立，才能談後續進步（1121006/IP.2）。第二年，終於露出曙光，九年級學生的會考成績也有一點進步，體育競技成績比以往更加耀眼。以下從不同面向說明行動的過程。

（一）制度和組織層面

體育班學生核心問題是學習時間與訓練時間的競逐，學業學習時間不足、訓練時間過多為長期問題。第一年因地方政治壓力（縣長承諾第一年不干預體育班訓練），學校未能調整作息，只在隔週六加開「Pizza Day」自習日，略為補強學習時間（1121005/IP.1、1130111/ID.1）。第二年開始，學校終於獲得空間對體育班的訓練時間進行重大調整。

1. 調整作息：夜訓與夜輔並行

校長一開始提議禮拜六做運動訓練，平常做夜輔，夜輔的時間是 7 點到 8:30，8:30 後半個多小時做夜訓（1121006/IP.2）。此構想一開始即遭遇教練和家長的強烈反對。教練認為取消平日夜訓會影響運動表現，也違背當初對家長的承諾（1130111/IC.1）。家長方面反彈更大，許多家長深諳棒球生態，擔心訓練減少會「耽誤小孩前程」，甚至有家長直言「要讀書就不會來 A 國中」（1121006/IP.2、1130111/IC.1）。

對此學校沒有退縮，而是尋求雙贏之道。學校召開教練與家長代表協調會，讓家長表達顧慮，最後在雙方溝通下達成妥協方案，重新規劃時間表，確保訓練與課輔兼顧。具體做法為，下午 5:20 結束日間訓練，給學生 30 至 40 分鐘淋浴與用餐；6:00 至 7:30 實施夜輔（課輔），7:30 後開始夜訓至 9 點，之後回宿舍（1121006/IP.2、1130111/IC.1）。但過去學生夜訓是 7 點才開始，住宿生用 6 至 7 點洗衣服，因此，校長進一步觀察住校生的時間到底花在哪裡，發現兩個問題，學生在洗澡和洗衣服花太多時間等待，為了減少學生等待的時間，校長向國教署申請改善宿舍計畫，增設淋浴間並添購洗衣機，使學生不必花時間排隊，可在 9 點訓練結束後短時間內完成洗澡洗衣，這樣學生才能空出 6:00 至 7:30 的時間，經此調整，家長最關切的訓練時數維持（總量不減，只是順延），而學生每日固定多出 1.5 小時的課業時間（1121006/IP.2）。這套兼顧學習與訓練的新作息，在第二年下半年穩定實行，家長逐漸從抗拒轉為認同。此措施的成功顯示多方協作的重要性，透過學校、家庭、教練的協商並輔以資源投入，才可能部分化解學習時間與訓練時間的結構性衝突。

2. 設置出賽辦法

配合《體育班設立辦法》要求，A 國中在第二年制定了出賽辦法，試行將出賽與學生行為表現、學業成績掛鉤。起初只要求行為達標才能出賽，隨後加入學業條件——七、八年級體育生五個主要學習領域中至少三科及格，九年級至少二科及格才能出賽，未達標者禁止參賽（1121006/IP.2、1130111/IC.1）。成績計算採平時成績與段考各 50%，以減少單次考試偶發失常的影響。為便於執行，校長開發了「紅綠燈系統」網站，老師上傳成績後，系統自動判定每位學生為綠燈（可出賽）或紅燈（禁賽），由教練每週公告紅燈名單。這項制度讓學生首次明確意識到「學不好就不能比賽」。教師表示，制度上路後，不少體育班學生開始在意課業，甚至出現學生主動向老師「借分數」的趣事，為了達標出賽，學生懇求老師在平時成績上通融幾分，承諾下次考試補回，老師若同意則下次月考先扣分（1121006/IP.2、1131214/IT.2）。這雖是學生的應變小技巧，但也賦予老師更多要求學生的籌碼，促使學生更投入課業。不過，出賽辦法執行時也遇到現實兩難，少數關鍵主力選手若被禁賽，球隊戰績將受影響（1130111/IC.1）。對此，學校採取彈性處理，那些學業極弱但比賽又非他不可的選手就成為「校長的學生」，由校長在夜間課輔時親自輔導，盡量協助其達標，以免被禁賽。

整體而言，出賽辦法的推行開始扭轉學生「只重運動不顧課業」的心態，加強了學業上的外在動機。這做法與國外許多高中、大學球隊要求球員 GPA 達標才

能出賽的規範類似，例如 NCAA 規定學生運動員須符合學業資格要求才能參賽（National Collegiate Athletic Association, 2024），都是用制度手段迫使學生兼顧學業。A 國中的經驗支持這個策略對提升學生課業參與確實有效。

（二）課程與教學

第二年才真正開始處理學生學力低落的問題。學校開始聚焦於數學、英文和國文進行強化，並逐步推廣有效教學法至其他科目。

1. 數學：引入數位個別化學習

數學是體育班學生認為很難的科目，多數學生數學成績不及格。第二年數學科導入數位學習平台「學習吧」，並結合專家教師劉繼文老師提供的基礎教材講義。這套講義具有系統性的分級編序，將國中數學知識點細分成小步驟（1121006/IP.2）。學生可透過觀看線上影音微課程，接著練習講義中的對應題目。講義內容由易而難，學生發現只要跟著影片學並完成練習，就能漸次過關，獲得成就感，進而產生學習動力（1121006/IP.2）。慢慢的，體育班學生覺得數學是他們比較有機會通過的科目（1130126/IS.1）。更可貴的是，數位教材不僅提升了平時數學學習，也解決了比賽缺課銜接的難題。過去用紙本課本時，學生比賽回校後雖知道哪些單元沒上，但往往無從自學，只能放棄；現在有影片與練習清單，學生返校後只要掃 QR code 看影片並補做練習，就能跟上進度（1121006/IP.2、1130126/IS.2）。

2. 英文：能力分組教學

英語對偏鄉原民學生亦是難關。許多體育班學生的基礎太弱，孩子連 26 個英文字母和字母拼讀（phonics）都不熟（1121006/IP.2、1131214/IT.2）。第二年英文科採取「兩班三組」的分組，將全年級英文程度最弱的學生抽離，單獨編成一組，由英文教師按照他們程度從字母、基本單字、發音規則重新教起。教師觀察到，當學生發現教材的難度是他們可以勝任時，學習動機跟著提升，上課時放空或趴在桌上的情況大幅降低，部分學生的英語成績也有所進步（1131214/IT.2）。

3. 國文：學思達教學法

國文領域的教學改變，則在個別老師的層次，部分採用學思達方法，學習材料加入學生感興趣的體育素材，例如，用大谷翔平的九宮格訓練帶學生思考。教學策略的調整，課堂上有了比較多的提問思考，加上第二年開始試行出賽辦法，大部分學生覺察到國文是比較有機會通過的科目，老師觀察到學生在國文課的學習動機有漸漸起來（1121109/IT.1）。

（三）班級經營與學生輔導層面

第二年學校在班級管理和學生輔導上亦持續調整，以解決第一年遺留的問題。焦點在老師的教學姿態與學生行為規範的再平衡，以及突發事件的處理。

1. 教師從高關懷低要求轉向溫暖要求兼顧

如前述，第一年教師採取高關懷低要求策略雖贏得學生信任，但也導致紀律鬆散的後果。第二年開始，校長認為不能再「一味當好人」，必須溫暖與紀律（warmth & demand）兼具，開始適度提高對學生的要求（1121006/IP.2）。經校務會議討論，老師們認為直接扮黑臉執行紀律有難處，於是決議由校長和生教組長扮黑臉（紀律執行者），老師則扮演白臉（關懷者）（1101001/MS.2）。導師若遇學生嚴重違規或上課態度不佳，可即時請生教組長或校長介入處理，老師本身則不與學生正面衝突。如此一來，老師仍可維持關懷形象，但學生的違規行為也能獲得適當懲處。例如，以往學生打架，導師多半只是關心詢問「你還好嗎？為什麼打架？」瞭解原因後就了事，學生的負面行為沒有後果；現在則改由生教組長依校規給予處分，明確產生行為後果（1121006/IP.2）。

經過此調整，第二年學生的課堂秩序與學習狀況「稍微回穩」。老師表示：

有了行政支援扮黑臉，我們在課堂上更敢要求學生。學生開始明白，老師雖然關心他們，但該管教時也會管，違規就會有處罰。（1131214/IT.2）

如此溫暖與要求兼顧的班級經營逐漸成形，師生關係保持良好的同時，學習規範也一點一滴建立。

2. 疫情衝擊下的應變

第二年5月，COVID-19 疫情嚴峻，全國中小學緊急停課改線上上課。此突發狀況對 A 國中尤其是體育班帶來新的挑戰。由於居家線上課程缺乏監督，學生經常不上線或上線但未參與，學習品質嚴重下滑。校長形容：「老師每天在網上狂追學生，但仍有學生音訊全無。」（1121006/IP.2）

為了維持基本學習，學校採取創新措施，將體育班學生集中封閉管理。體育班大部分學生原本就住宿，學校決定不讓他們返家，直接在校內建立防疫泡泡。體育班學生全部移至階梯教室上線上課，由教練擔任「臨時導師」，全天督導（1121006/IP.2）。這使體育班學生在停課期間依然規律學習。後續考量學生心理，學校改允許體育生每兩週回家一次。第二年會考體育班平均成績竟然高於普通班，

校長推測與體育班在疫情期間留校學習相對穩定有關（1121006/IP.2）。這經驗凸顯出一個規律的學習環境對學生的重要性。

（四）成效與困境

1. 成效：學科初見成效，體育競技成績更加亮眼

在多管齊下的改革下，A 國中轉型第二年終於初見成效。師生關係經第一年建立，第二年進一步鞏固且引入「溫暖紀律兼顧」的管理模式，校園氛圍較趨正常，學生情緒問題獲得較好控制，學生的行為問題大幅減少（1121124/IT.4）。學業方面，學生學習動機有所提升，校長觀察到：「以往比賽出門學生從不碰書，第二年一些學生居然在旅館溫習備考，令人驚喜」（1121006/IP.2）。學生開始明白課業與比賽並非毫不相干（因為要達標才能出賽）。學生的學業成績也開始有了進步，第二年 A 國中會考五科待加強比例相較前一年略有下降，數學和英文進步尤為明顯。雖然體育班各科仍有七至八成學生未達基礎（110/D.C.02），但總算扭轉持續惡化的頹勢。

在體育競技方面，轉型第二年比賽成績更加亮眼，110 年舉重隊在全國性重要賽事，獲得 52 個金牌，110 年全中運，更榮獲國男、國女組團體冠軍，創下隊史最佳成績（110/D.S.02），棒球隊亦在 110 年全國性賽事兩度奪得冠軍，同樣刷新隊史紀錄（110/D.S.02）。這些成果說明，學校在制度、作息與師生文化逐步穩定後，學生的整體發展並未因學業投入增加而受到限制，反呈現競技成績提升的趨勢。

2. 困境

A 國中轉型第二年，一系列的改革行動，雖解決了一些問題，但距離目標仍遠，還有許多問題待解決。第二年的學力雖然有提升，但提升幅度依然有限，大部分學生離基礎門檻還有距離。教學除了數學、英文兩科有改革，其他科目教師尚無力顧及，各科待加強比例依然高達七八成。尤其國文科嚴重落後的學生仍缺乏合適的補救教材。再者，學生學習動機提升也仅限部分學生，仍有一些孩子對學習缺乏主動性，如何讓這群最需要幫助的學生投入學習，是下一階段的難題，學校決心在第三年持續深化行動。

三、第三年：落實制度、深化教學

A 國中延續前述多面向的改革，並根據第二年經驗持續滾動修正策略。學校高層次目標不變，但將具體目標從「維持穩定」提升為「讓學生投入學習，提高作業

繳交率」。換言之，在穩定後，第三年致力於促進學生主動學習，強調學習過程的管理與品質。以下從制度、班級經營、學生輔導、課程教學等面向，說明第三年的重點作為與成果。

（一）組織和制度強化

第三年將第二年試行的制度全面落實，並針對不足之處進一步完善配套。

1. 出賽辦法的落實與優化

第二年試行的出賽辦法在第三年正式全面實施。起初教練仍為戰績請託放行，例如，前兩次體育發展會議上，教練們請老師「高抬貴手」讓幾位未達標的主力出賽，老師則抱怨那些學生上課態度不佳，教練承諾回去敦促學生改進，如此拉鋸（1121008/IP.3）。教練覺得這樣幫學生求情實在身心俱疲。於是第三次會議，校長改變策略，邀請未達標學生參與，讓學生成為會議主角。會議上問學生：「你希望老師讓你去看比賽，你自己願意做出什麼承諾？」讓學生們逐一表態，保證今後會做到如遵守課堂規範、按時交作業、考前認真複習等。學生承諾後，老師和教練共同提醒學生履行承諾（1121008/IP.3）。整體來看，讓學生直接承擔對話與承諾，比起以往教練與老師協調效果更好。不過當學生出現嚴重的偏差行為時，即使是關鍵球員，還是會被禁賽（1130111/IC.1）。這樣的做法不僅落實了出賽辦法，同時又賦予學生自我管理的機會，符應 Deci 與 Ryan（2000）的自我決定論，當個體被賦予自主承諾與決定行為的機會時，其內在動機與責任感會增強。第三年透過學生參與決策，促進了他們對自身學業與行為責任的承擔，使制度推行更順暢。

2. 建立比賽補課機制

改革的前兩年，學校以維穩為主，無暇處理出賽造成的缺課問題；第三年開始，學校正式建立補課制度。教務處決定以廣角攝影機拍攝整堂課的全景，並以串流軟體將課堂直播至 YouTube，以最低人力需求的方式執行——教師不用額外上傳影片，只需按下啟動與停止，系統會在直播結束後自動生成錄影檔。試行初期先由教務主任執行，後來再轉由學生負責。學校在賽事期間會直播國文、英文、數學、社會、自然等課堂教學，教務處只需將直播後自動生成的影片整理成播放清單，學生返校後，就可利用夜輔或部分訓練時段自行補課，最後再由原課程任課教師透過檢核卷確認補課情形（1121008/IP.3、1130111/ID.1）。老師認為：「雖然影片學習效果不如親身上課，但仍比完全缺課為佳」（1121109/IT.3）。此機制減輕了「一缺

課就跟不上」的困擾，學生表示：「影片多少有幫助，遇到困難仍可詢問同學或老師」（1131008/IS.3）。教務主任則認為：「直播與整理影片清單雖然需要投入時間，例如建立三個班級一天的課程清單大約需 30 至 40 分鐘，但能有效解決比賽缺課的長期問題，因此值得投入」（1130111/ID.1）。

3. 學生個別化學習進展監控機制

為掌握改革成效，第三年末學校建立學生學習進展追蹤會議制度。以往八年級複習考與九年級模擬考後的檢討會議，是由任課教師說明整體成績並提出要再加強的方向，討論內容較為籠統，缺乏針對性與後續行動說明（1121008/IP.3、1130111/ID.1）。新的制度改由教務處提供學生的成績與試題分析結果，請任課教師逐一檢視個別學生的學習表現。會議討論架構包括：(1) 哪些學生應達 B 卻未達標；(2) 哪些學生有明顯進步空間；(3) 本科目學生最常遇到的學習困難；(4) 可採取的複習策略（113/M）。任課老師會根據學生的具體情況制定後續教學或輔導計畫，例如，依學生程度提供不同難度的教材以提高成功機會；對未達 B 的學生，在夜輔時個別處理卡關概念；對希望達 B 但基礎較弱的學生，則以小範圍、可累積的小步練習提升成就感（1130111/ID.1）。

此進展追蹤會議由所有任課老師共同參與，也因此成為一個促進跨科協作的平台。以數學科為例，數學老師發現部分學生解題失敗並非計算能力問題，而是「讀不懂題目」。在此情況下，數學老師會先在題意轉換上給予協助，而國文老師則會針對閱讀理解中的「直接提取」與「推論理解」加強，形成跨科合作的補強策略。另外，學生的情緒或動機問題也常跨科目出現，教師可在會議中一起討論可能的因應方式（1130111/ID.1）。

雖然逐一討論個別學生較耗時，教師仍普遍支持，並認為這樣的檢討能讓每個學生的改進方向更明確，也提供教師立即採取行動的依據（1121109/IT.1；1121124/IT.4）。教務主任亦表示：「隨著第三年校園逐漸穩定，教師認為處理與回應學生的需要是重要的，因此對此制度沒有反彈」（1130111/ID.1）。此監控機制的重要性在於，它使每位學生的學習狀況都能被具體討論，並推動教師從「回報問題」轉向「診斷並提出因應策略」，逐步形塑一種以證據為基礎、協作性更高的學習支持文化。

4. 師資結構調整：汰弱留強

前兩年為求平穩，學校盡量避免師資變動，以免再起波瀾。然而校長發現：

少數教師的教學效能與配合度長期低落，成為改革的絆腳石。例如，一位資深代理教師對學生一味討好，甚至在教室兜售零食為學生活動集資，屢勸不改；另有新進代理教師專業能力不足，學生成績停滯不前。（1121008/IP.3）

於是，校長下決心調整師資，透過充分的準備與溝通，第三年末終於順利讓這兩位教師離校。同時，學校積極延攬更適任教師填補空缺。校長認為淘汰不適任者有時比培訓既有人力更迫切（1121008/IP.3）。這次汰弱留強使教師團隊整體戰鬥力提升，也同時傳達了學校對教學品質的重視。

（二）班級經營與學生輔導

第三年持續推進「溫暖紀律兼顧」的班級經營。

1. 深化教師班級經營能力

經兩年努力，教師逐漸認同要當「溫暖而堅定」的導師。但實務上許多老師仍拿捏不準那份堅定，容易一忙又回到高關懷低要求的舊模式。為幫助老師提升班級經營技巧，第三年校長採取兩項策略：（1）教師班經分享：邀請一位班級經營經驗豐富的資深教師在教務會議中頻繁分享帶班案例。例如，他曾在疫情線上教學期間號召全班合作製作影片，展示了如何在困境中凝聚學生（1121008/IP.3）。（2）班經觀念圖示化：校長將這些分享理論化、視覺化，歸納出一張「班級經營八卦圖」供教師參考，強調老師的角色是莊家，應觀察各玩家（學生）的互動，而非親自下場玩。八卦圖提醒老師兩件事：一是不過度介入學生情緒（否則邊界消失，教師也陷入混亂）；二是不包辦學生該做之事（否則剝奪其學習機會）（1121008/IP.3）。老師們實際練習繪製自己班級的八卦圖，盤點學生狀態，討論哪些情況應堅持原則、哪些可溫和處理。透過這種圖像化的反思工具，老師們更清楚如何在愛心與紀律間取得平衡。再加上學校制度上已有生教組長扮黑臉承接部分紀律工作，使導師能安心站穩「莊家」立場，不再像過去一樣一頭栽進學生世界而迷失自己的角色。結果顯示第三年多數導師教學樣態更為成熟，仍能維持關懷，但懂得適時堅定要求。

2. 刻意練習堅定的教學姿態

針對新進教師，學校在第三年安排了強化版的班級經營培訓。例如，要求老師在課堂做到兩點，「身體站直（stand still）」、「語氣堅定（strong voice）」。不再用「好嗎？可以嗎？」這類商量語氣，而是明確下達要求。對習慣以溫柔語氣教學的老師而言，這需要刻意練習與心理調適。

經過一學年的努力，導師們逐漸找到屬於自己的「溫柔而堅定」風格，依然維持良好師生關係，但不再遷就不合理行為，必要時會果斷堅持原則。如：

以前班級烤肉活動他會幫學生張羅一切，從買食材到生火烤肉，搞得自己像服務生；現在他改用領導者姿態，讓學生自行分工完成活動，他只提供建議與安全把關。（1121008/IP.3）

又如，以前班上出現問題，老師多半息事寧人自行解決；現在則常把事件變成全班共同的學習機會，讓當事學生在大家面前說出自己做錯了什麼，全班一起思考如果重來應如何避免，再由老師引導反思作業（1121109/IT.1）。這些轉變說明老師們開始善用團體動力促進學生成長，而非事事一肩扛，漸漸回歸教師應有的引導者角色。

整體而言，第三年 A 國中教師在班級經營上的進步是顯著的，班級氣氛與秩序皆比以往穩。這為學生學習動力與成績的提升打下組織文化基礎。

（三）課程與教學面向

第三年繼續精緻化課程教學，針對第二年未及處理的環節提出對策。

1. 強調作業練習，提升投入度

學校將「提高作業繳交率」定為第三年的重點之一。這源於對第二年學業進步原因的反思，老師們認為，出賽辦法促使學生更認真寫作業、備考，是成績改善的可能因素。因此學校決定強化此因素，透過制度化要求來確保學生落實「該做的事」。

策略包含兩部分：（1）建立領先指標觀念：向師生闡明，「寫作業」是學習過程的領先指標，可即時反映學習情況；而考試成績是落後指標，等成績出爐再來補救為時已晚。因此要把焦點放在過程。校長不斷在會議強調：「考試只是自然結果，我們要做的是確保過程中學生有投入、肯努力」（1121008/IP.3）。這也減輕老師壓力，從追求特定分數轉為關注每個學生是否持續進步。（2）關鍵作業制度：規定每科教師每個段考週期至少要設計 4 份「關鍵作業」，並登錄學生繳交與否。關鍵作業指段考範圍內的重要概念、對考試有直接影響的練習。學校開發簡易系統，自動計算各班作業繳交率，這個策略讓學生作業繳交率明顯提高。

2. 社會科分科專任教學

A 國中社會領域（歷史、地理、公民）教師以往由一人擔任，由於專長限制，

教學負擔重。第三年學校用巧妙方式解決此問題，讓社會科教師擔任行政，使其授課時數降低，再聘任兩位擁有社會科專長的新教師，如此社會領域可分科教學（歷史、公民、地理由不同專長教師任教），教師負荷減輕且各教其所長，大幅提升了教學品質和學生興趣（1121008/IP.3）。同時，學校加入一個社會科的「學思達教學」社群，與外校老師合作為學生開發講義，推動社會科學思達課程。偏鄉小校不易讓每門課都有專任教師，而 A 國中透過行政安排與外部資源引入，解決了這個問題。

3. 深化數學差異化教學

第二年數學數位課程見效後，第三年進一步深化差異化教學。針對體育班學生程度分布，數學科採「多軌併行」，程度較好的學生使用教育部審定教科書學習正常進度；中等程度學生用繼文老師的基礎講義（銜接第二年進度）；程度較弱、落後 3 個年級以上的學生則引入「公文數學」和「能量吐司」教材（1130111/ID.1）。公文數學是一套循序漸進的自學課程，強調練習與精熟；能量吐司則是繼文老師新開發的微型補救教材，有點像數學字典，例如，學生若分數四則運算有問題，就可以有一片小小的能量吐司專門幫他補上分數運算的技能。老師依學生程度分組教學，在同一教室同時進行不同內容的教學。這種做法是更細緻的能力分組，但可惜公文數學部分效果不如預期，可能的原因是，使用公文數學教材，需要對學生進度推進及作業力做專業的判斷，但學校執行教師缺少這方面專業，對學習進展的判斷掌握不佳，影響了成效（1121008/IP.3）。

4. 國文領域採學思達教學與補救

第三年國文科多數老師採用學思達教學，但由於體育班學生自主學習能力有限，老師們對學思達教學進行調整，加強導學和適度引導。例如，課文理解，老師先大概講過課文，再引導學生自己看課文，最後透過提問讓學生發表（1121109/IT.1）。結果反映在第三年會考，體育班學生的國文平均表現明顯較第二年進步。此外，第三年也看重低成就學生的困難，根據 111 學年線上識字量測驗，體育班學生平均僅達小四至小五程度，識字量嚴重落後（111/D.W03）。為此，學校為低成就學生設計閱讀增能計畫，讓學生每天讀一篇小五程度的成語故事，並寫練習題。有些學生有進步一點點，例如，會的字多一點點，老師也感覺學生進步一點，但進步尚未反映在模擬考的成績上（1121008/IP.3）。

（四）成效

在校長及全體教師、教練的努力下，A 國中第三年在多方面有了進展：

1. 教師教學態度與班級經營

導師們普遍能兼顧溫暖與紀律，展現高關懷高要求的專業姿態，學生的學習情況與氛圍也漸漸穩定，行為問題只剩下零星個案（1121124/IT.4），課堂參與度和作業繳交率大幅提高（1130111/ID.1），亦即，經過三年的努力，A 國中開始形成一種穩定的學習氛圍。

2. 學生學習表現與信念

第三年國中會考成績繼續進步，尤其數學和英文科，體育班學生的 C 比率（未達基礎比例）降至五年來最低點（111/D.C03）。花蓮縣的學力測驗則顯示，七年級體育班數學 PR 值從轉型前（108 學年度）的 18 上升到 30；八年級則從 12 上升到 30；七年級國文 PR 值也從轉型前的 17 提升到 24，八年級則從 9 提升到 14。（111/D.G03）整體而言，A 國中學力測驗成績從轉型前就有微幅進步趨勢，到轉型第三年有較明顯的進展。但體育班識字量仍然偏低，三個年級學生的識字量大概落在 4 至 5 年級的程度（111/D.W03），顯示學生的語文仍是最需要強化的部分。另外，學生運動員會面臨「學生」與「運動員」雙重角色的競逐，我們訪談的 6 位學生中，有 5 人認為「學生」身分比較重要，6 位學生都認為讀書對未來生涯發展是重要的。學生認為：「我愛棒球啊，但也知道唸好書對未來很重要」（1130126/IS.1、1130126/IS.2、1130126/IS.3）。他們對學生角色的認同，可能也是影響學習表現的因素。

3. 體育競技表現

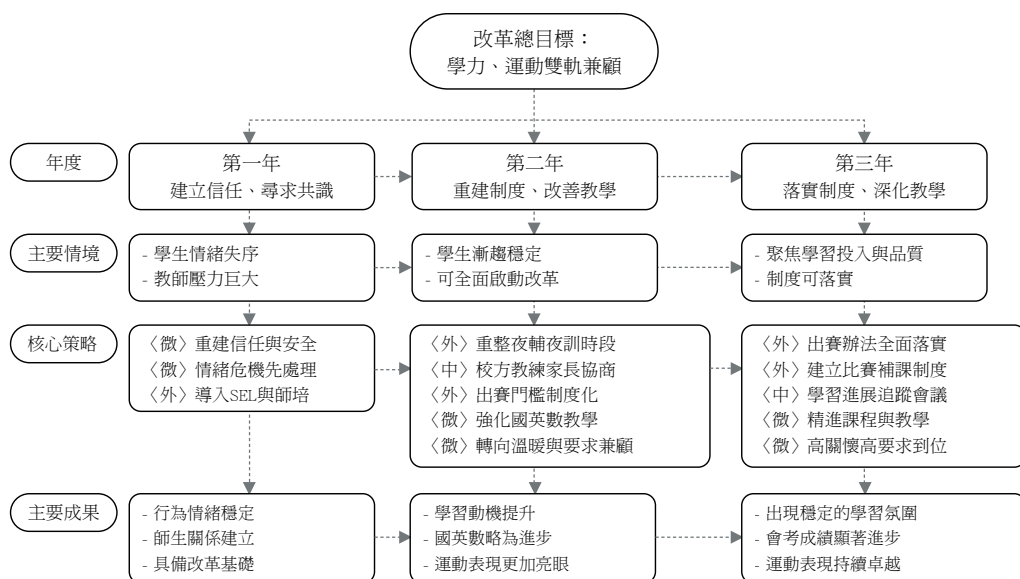
A 國中體育班第三年的競賽成績持續亮眼，111 年舉重隊在全國性重要賽事獲得 69 個冠軍，破 13 項全國紀錄（111/D.S.03）；棒球隊 111 年在全國性賽事榮獲兩個冠軍，1 個亞軍（111/D.S.03），射箭也在全國學生賽稱霸（111/D.S.03）。此外，109－111 學年度的學生人數分別為 55、54、65 人，整體呈現增加趨勢；但同時段普通班學生數大幅減少，各年分別為 58、49、40 人（111/A.N）。從這些事實可知，學校的學業輔導並未拖累運動成績，家長對學校同時重視學業與體育的經營模式抱持肯定態度，亦即，A 國中創造了一個雙軌並行的成功案例。

綜上所述，本研究依事件發生的時間脈絡，呈現 A 國中轉型後所面臨的挑戰、學校團隊的因應作為，以及持續投入後所累積的成果。各階段雖以當時的核心事件為敘述主軸，文本表面看似由多個片段組成，然而其內在脈絡更貼近 Bronfenbrenner 生態系統理論所強調的跨層級交互作用與累積性歷程：前一階段各層面建立的基礎，將影響下一階段可推動的策略內容與推動幅度。

圖 1 以「主要情境→核心策略→主要成果」的結構，依年度統整三年改革的歷程與成果，並在「核心策略」標示生態系統層級，以協助讀者掌握改革行動在不同層級的對應關係與相互連結。具體而言，微系統對應課室互動與教學面向，呈現師生互動由「高關懷低要求」逐步轉向「溫暖與要求兼顧」，並透過提升課程與教學品質與課堂學習要求，帶來行為情緒逐步穩定、學習投入提升，學力表現呈現逐步提升的成果；中介系統對應跨角色的協作連結面向，反映校方——教練——家長等協商與追蹤機制所促成的一致期待，從而降低「訓練——學習」的結構性拉扯；外部系統則對應學校層級的行政與資源條件，例如夜輔夜訓時段調整、出賽門檻、補課制度等行政安排，以及外部資源的投入，使學業支持與訓練安排得以協調運作，進而為兼顧學業與運動表現的目標提供制度基礎。透過此一視覺化統整，圖 1 呈現改革如何在不同層級相互支撐、逐步推進，進而在「兼顧學力與運動表現」的目標下展現轉型成效。

圖 1

A 國中三年改革歷程：兼顧學力與運動表現



註：圖中〈微〉、〈中〉、〈外〉分別對應生態系統理論之微系統、中介系統、外部系統。

伍、綜合討論

一、系統性、多層面的介入有助於學生運動員的雙軌發展

A 國中從制度、課程與教學、師生關係、家庭溝通等多面向進行系統性改革，讓學生運動員能保有優異運動成績，同時提升學業表現。研究結果與過去文獻大致相符，但本研究進一步呈現了生態系統各層級的改革如何在 A 國中逐步發揮作用。例如，A 國中透過調整作息，並以出賽門檻強化學生對學業的重視，同時建立補課機制以因應比賽造成的缺課問題，使學校在制度層面逐步形成較有利於學習的條件。這個方向上呼應了 Radtke 與 Coalter（2007）的主張，唯有在資源與課程安排上提供兼顧學業與訓練的制度支持，學生運動員才更有可能兩方面都取得進展。A 國中第三年採行的「學生學習進展追蹤會議」，以個別學生為單位檢視學習情況並訂定加強與追蹤目標，這和 Grandy 等人（2016）強調的「弱點導向目標設定＋持續監控」接近，這種精準支援比一般性的學業諮詢更能提升運動員的學業表現。

再者，本研究觀察到行政——教練——教師——學生四方協作制度，如出賽學業條件、共同檢核作業及教師觀念的改變等，亦形成類似 Wolfskill（2019）指出的團隊式學業支持。其核心精神是讓學業成為「整個團隊的事」，而非只有老師或學生個人的責任。A 國中改革後學生開始將課業視為「出賽的必要條件」，也呼應了團隊支持在運動員學業中的關鍵機制。最後，另有研究發現，青少年運動員要維持學業與運動的雙軌發展，仰賴家庭、學校與運動情境中重要他人的支持，以及不同支持來源間的整合（Knight et al., 2018）。本研究觀察到家長的態度從反對到支持、基金會的資源挹注亦改善了教材與設備條件，顯示在偏鄉情境中，多層面支持與協作的重要性。

綜上所述，A 國中改革的三年歷程顯示學生運動員的學力提升並非來自單一介入，而是源於多層級因素逐步調整後所形成的累積性效果。這種由微系統（課室）、中介系統（教師與教練的協作）乃至外部系統（基金會資源、學校行政決策）共同作用的軌跡，正是透過多層級的互動與協同改變，A 國中才能成功推動雙軌發展。

二、提升學力需要重塑師生互動模式與學校文化

A 國中改革初期曾陷入學業表現不升反降的困境，轉捩點出現在學生對學校的信任重建後，教師由「高關懷低要求」逐步轉向「高關懷高要求」，學生從抵抗轉

為尊重投入，學習行為明顯改善，為後續各項學業輔導措施奠定了基礎。這項發現呼應過去有關教師期望效應的研究，教師願意提出明確要求並持續跟進時，學生往往會朝著被期許的方向發展（Rosenthal & Jacobson, 1968）。A 國中在教師敢於堅定要求、設定明確規範之後，學生的責任感和投入度隨之逐漸提高，形成正向循環，此歷程也顯示了學生運動員並非不能或不願學習，而是在缺乏一致規範與期待下選擇不投入。

在此基礎上，本研究資料亦顯示，學生從「抗拒學習」到「投入學習」的轉變，是師生關係與制度兩方面的改變共同促成的。第一年透過情緒支持與互動關係的修復，師生重新建立基本信任，學生也能逐漸接受要求；第二年起調整作息、試行出賽門檻，第三年再建立補課機制，讓學生意識到學業與訓練不可二分，學業表現與出賽資格及自己的未來發展緊密相連。換言之，當信任恢復且規範一致時，學生才可能從「被動配合」進入「主動投入」的階段。

在行為逐漸穩定後，學生對「自己也是學生」這一角色的態度也開始出現調整。這一點與 Brouwer 等人（2022）的研究發現一致，學生運動員的學業動機常受到參賽資格、未來升學就業，以及教練、隊友等外在因素影響。本研究亦顯示，學生在改革後逐漸展現出對學生身分更高的重視，例如，更願意投入學業、接受與學業相關的規範（如：出賽門檻、補課要求），在訪談中也表達學業對未來的重要性。這些結果顯示，學生已不再只以「運動員」作為唯一自我定位，而是開始將「學生」視為同樣需要認真扮演的角色，此角色的調整也為後續的學習投入提供了心理的基礎。

此外，本研究亦凸顯學校領導的重要性。校長鎖定目標，以高關懷姿態支持教師專業成長、強調「聚焦進步」而非僵化目標，營造了安全且能合作的團隊氛圍，並引導教師逐步採取溫暖且一致的教學姿態。這種由領導層擴散至教師層，再影響學生層的文化調整歷程，正是生態系統理論（Bronfenbrenner, 1979）所指出的重要概念——微系統中關鍵角色間人際關係與互動模式的變化，會影響學生的學習行為。教師教學姿態與師生互動的改善，不僅是一項「支持措施」，更是一種能夠重塑學習環境、改變學生參與的核心介入。

綜上所述，本研究確認了師生互動與組織文化的重建在學力提升中扮演了重要角色，並補充了相關文獻中較少呈現的面向：學生對老師及學校的信任被重建、規範變得一致且可預期、體育生重新接納自己的學生角色後，後續的學業輔導與教學策略才具備產生效果的條件。換言之，學校文化與信任關係是體育班學生能否從策略介入中受益的核心前提。

三、學生運動員的基礎學力提升需要更長期、更精細化的支持方案

A 國中在三年的改革中導入差異化教材、補課機制、基礎講義與數位平台等措施，確實改善了學習參與度，也逐步提升了學習表現。然而，本研究資料亦顯示，對於嚴重落後、基礎極為薄弱的學生而言，這些努力仍然不夠，例如，第三年體育班的數學、國文成績雖有進步，但大部分學生仍然落於全國平均值之後；識字量更是只有小學中高年級程度。這些結果提醒我們，體育班學生常年累積的學業落後可能需要更長時間、更系統的支持架構。

此現象與一般低成就青少年閱讀研究的實證結果一致，Barth 等人（2016）研究指出，短期閱讀理解策略介入，雖然有助於提升學生詞彙和主旨提取技能，但對閱讀理解沒有幫助。建議對閱讀落後的學生要提供長期、多面向、系統化的介入。Scammacca 等人（2015）指出，長期落後的中學生僅靠短期或一般性的補救教學難以獲致改善，若要取得成效，介入必須多面向、診斷導向，且需長期進行。這些研究共同指出，對於累積性學業落後的青少年，介入的成效取決於介入是否具有精準度、強度與延續性。

綜上所述，A 國中在三年改革中已成功處理「學習投入的前提條件」（如：作息與制度調整、信任建立、師生互動改善、角色態度調整），使學生「願意學」，但當學生真正開始投入學習後，面對的卻是多年累積的語文與數學基礎差距，這些差距無法單靠現行的制度微調或一般性補強就迎頭趕上。因此，若要解決體育班學生落差大、基礎弱的問題，可能需要開發更細緻的學習支持方案，例如，個別化的學習素材、以評量和診斷驅動的教學、發展體育回應的學習材料等，並搭配學習時間管理策略等配套，比較可能解決體育班學生時間競逐、學力落差大的問題。唯有在制度（如：提供時間與資源）、文化（使學生願意投入）與精緻化教學三者相互銜接的情況下，基礎薄弱的學生運動員比較有可能在學業表現上獲得明顯的改善。

陸、結論與建議

一、結論

本個案研究，從生態系統的視角探究了 A 國中如何透過多面向改革提升體育班學生的基礎學力。結果指出，讓學生運動員兼顧學業與運動表現是可能的。A 國

中三年的改革歷程提供了一個成功案例，支持了生態系統多層次介入在本個案中具有成效。雖在改革初期歷經學生抗拒學習、學業成績一度下滑的困境，仍透過關係重建、軟硬體改善、制度改革、教學精緻化與資源整合，取得了教練、學生、家長的信任與配合，讓老師們有更具體的、更個別化的努力目標，因此逐步提升了體育班學生的學力。同時，學校並未因加強課業而犧牲競技成績，展現了體育班學生「雙軌發展」的潛力，並得到家長的支持。唯，A 國中的改革雖有成效，但學力提升仍有大幅成長空間，可能需要更長期耕耘與資源投入。

二、建議

（一）對教育政策的建議

A 國中從制度、教學、師資、家長關係等多面向進行長期改革，不僅解決了學生運動員學業及運動訓練時間衝突的問題，透過制度與校長、教練、教師的共同努力，讓學生看重學業學習、逐步提升基礎學力，這個結果顯示在多元支持的情況下「雙軌發展」是可行的。從政策來看，文獻指出《體育班設立辦法》尚未落實，但 A 國中在確切達成此辦法的要求後，已提升學生的成功機會。因此，政策的方向未必錯誤，困難的似乎是政策的落實，政府宜有監管及輔導機制，幫助各校落實政策。

再者，體育班學生學業差距問題嚴重，A 國中雖致力於差異化教學，但苦無適當教材，教育部或可投注資源，發展適性學習教材，讓每一位學生可以得到符合其需求的學習。此外，從「預防」的角度思考，從國小階段即應從制度、教學、師資、家長關係等多面向檢討體育生的教育方式，若國小體育班學生術科與學業均能兼顧，就不致在國中出現許多因落差過大難以挽救的困境。

（二）對未來研究的建議

首先，A 國中轉型為公辦民營學校，改革過程不但有外部基金會資源的挹注，制度也較有彈性，研究發現是否能複製在一般公立學校，猶未可知，應有後續研究檢驗之；其次，為瞭解 A 國中介入的長期影響，也可對 A 國中學生進行更長期的縱貫追蹤，觀察其離開國中後的學業與運動表現；第三，本研究主要從學校層級描述改革歷程，未來研究可從學生的層級，探討學生心理機制的改變，例如，經歷三年行動後，學生學習動機、自我效能、身分認同有何轉變，這將是理解學生運動員雙軌發展不可或缺的努力。最後，A 國中體育班有棒球、舉重、射箭三項運動專長，因練習型態及耗用時間差異甚大，未來的研究也可以探討學力提升對不同運動專長學生的影響。

誌謝

本研究之完成，感謝三位匿名審查委員提供寶貴修正意見，使本文內容更臻完善；亦感謝國立臺東大學曾世杰教授、張如慧教授於研究與寫作過程中給予重要建議，謹此致謝。另感謝個案學校校長及全體師生協助本研究之進行。本研究獲國科會專題研究計畫補助，計畫編號為 NSTC 112-2410-H-143-003-MY2。

參考文獻

- 中華職棒球員工會（2024）。**從業年資與退役平均年齡統計資料**〔未出版資料〕。
- 【Taiwan Professional Baseball Player Association. (2024). *Statistics on years of professional service and average retirement age* [Unpublished data].】
- 林文蘭（2015）。打出差異：原住民棒球夢的現實與虛幻。**體育學報**，**48**（3），291–308。https://doi.org/10.3966/102472972015094803005
- 【Lin, W.-L. (2015). Hitting the difference: The reality and illusion of indigenous baseball dreams. *Journal of Physical Education*, 48(3), 291–308.】
- 教育部（2021年3月2日）。**高級中等以下學校體育班設立辦法**。
- 【Ministry of Education. (2021, March 2). *Regulations for establishing sports classes at the senior high school level or below*.】
- 教育部體育署（2024）。**108–111 學年體育班國中會考成績統計資料**。
- 【Sports Administration, Ministry of Education. (2024). *Statistical data on junior high school comprehensive assessment scores of sports classes from the 2019 to 2022 academic years*.】
- 教育部體育署（2026）。**113 學年度學校體育統計年報**。
- 【Sports Administration, Ministry of Education. (2026). *School sports statistics annual report for the 2024 academic year*.】
- 陳美綺、季力康（2015）。一條沒有回頭的路——大專運技系學生運動員的困境。**臺灣體育學術研究**，**59**，107–129。https://doi.org/10.6590/TJSSR.2015.12.06
- 【Chen, M.-C., & Chi, L.-K. (2015). A road of no return: The dilemma of university sports students. *Taiwan Journal of Sports Science Research*, 59, 107–129.】

陳淑麗（2025）。國中生參加棒球校隊與其學業表現關聯性之研究：以臺東縣教育資料庫為例。 *台灣體育運動管理學報*，25（2），96–114。 [https://doi.org/10.6547/tassm.202512_25\(2\).0005](https://doi.org/10.6547/tassm.202512_25(2).0005)

【Chen, S.-L. (2025). Relationship between athletic participation and academic performance in junior high school baseball athletes: Findings from an educational database in Taitung County. *Journal of Taiwan Society for Sport Management*, 25(2), 96–114.】

蔡昔熹（2011）。國小棒球隊學生讀寫能力之探究——以台東縣為例（碩士論文，國立臺東大學）。臺灣博碩士論文知識加值系統。 <https://hdl.handle.net/11296/2m7z5k>

【Tsai, S.-H. (2011). *The reading performance of student baseball athletes in elementary schools in Taitung County* [Master's thesis, National Taitung University]. National Digital Library of Theses and Dissertations in Taiwan. <https://hdl.handle.net/11296/2m7z5k>】

羅鴻仁、蔡俊傑（2011）。優秀運動高中生運動訓練與學業表現之相關研究。 *臺中學院體育*，7，5–15。 <https://doi.org/10.6980/TZXYTY.201101.0004>

【Luo, H.-J., & Tsai, C.-C. (2011). A study on the relationship between sports training and academic performance of outstanding high school athletes. *Taichung Journal of Physical Education*, 7, 5–15.】

Adler, P. A., & Adler, P. (1991). *Backboards and blackboards: College athletes and role engulfment*. Columbia University Press.

Barth, A. E., Vaughn, S., Capin, P., Cho, E., Stillman-Spisak, S. J., Martinez, L. S., & Kincaid, H. (2016). Effects of a text-processing comprehension intervention on struggling middle school readers. *Topics in Language Disorders*, 36(4), 368–389. <https://doi.org/10.1097/TLD.0000000000000101>

Bimper, A. Y., Jr. (2014). Game changers: The role athletic identity and racial identity play on academic performance. *Journal of College Student Development*, 55(8), 795–807. <https://doi.org/10.1353/csd.2014.0087>

Brewer, B. W., van Raalte, J. L., & Linder, D. E. (1993). Athletic identity: Hercules' muscles or Achilles heel? *International Journal of Sport Psychology*, 24(2), 237–254.

- Bronfenbrenner, U. (1979). *The ecology of human development: Experiments by nature and design*. Harvard University Press.
- Brouwer, A. M., Johanson, J., & Carlson, T. (2022). College athletes' views on academics: A qualitative assessment of perceptions of academic success. *Journal of Athlete Development and Experience*, 4(2), 122–138. <https://doi.org/10.25035/jade.04.02.01>
- Comeaux, E., & Harrison, C. K. (2011). A conceptual model of academic success for student-athletes. *Educational Researcher*, 40(5), 235–245. <https://doi.org/10.3102/0013189X11415260>
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01
- Dewey, J. (1910). *How we think*. D. C. Heath.
- Firth-Clark, A., Sütterlin, S., & Lugo, R. G. (2019). Using cognitive behavioural techniques to improve academic achievement in student-athletes. *Education Sciences*, 9(2), Article 89. <https://doi.org/10.3390/educsci9020089>
- Grandy, J., Lough, N., & Miller, C. (2016). Improving student-athlete academic success: Evaluation of learning support tools utilized by academic advisors for athletics. *Journal for the Study of Sports and Athletes in Education*, 10(3), 199–217. <https://doi.org/10.1080/19357397.2016.1258967>
- Huml, M. R., Bergman, M. J., Newell, E. M., & Hancock, M. G. (2019). From the playing field to the classroom: The academic challenges for NCAA Division I athletes. *Journal for the Study of Sports and Athletes in Education*, 13(2), 97–115. <https://doi.org/10.1080/19357397.2019.1578609>
- Jonker, L., Elferink-Gemser, M. T., & Visscher, C. (2009). Talented athletes and academic achievements: A comparison over 14 years. *High Ability Studies*, 20(1), 55–64. <https://doi.org/10.1080/13598130902863691>
- Kissinger, D. B., & Miller, M. T. (2009). The contemporary college student athlete as a subpopulation. In M. T. Miller & D. B. Kissinger (Eds.), *College student-athletes: Challenges, opportunities, and policy implications* (pp. 1–7). Information Age.
- Knight, C. J., Harwood, C. G., & Sellars, P. A. (2018). Supporting adolescent athletes' dual

- careers: The role of an athlete's social support network. *Psychology of Sport and Exercise*, 38, 137–147. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.06.007>
- Leithwood, K., & Steinbach, R. (1993). *Total quality leadership: Total quality schools*. Danforth.
- Miles, M. B., & Huberman, A. M. (1994). *Qualitative data analysis: An expanded sourcebook* (2nd ed.). Sage.
- National Collegiate Athletic Association. (2024). *2024-2025 NCAA Division I manual*. <https://www.ncaapublications.com/productdownloads/D125.pdf>
- O'Neill, M., Allen, B., & Calder, A. (2013). Pressures to perform: An interview study of Australian high-performance school-age athletes' perceptions of balancing their school and sporting lives. *Performance Enhancement & Health*, 2(3), 87–93. <https://doi.org/10.1016/j.peh.2013.06.001>
- Purdy, D. A., Eitzen, D. S., & Hufnagel, R. (1982). Are athletes also students? The educational attainment of college athletes. *Social Problems*, 29(4), 439–448. <https://doi.org/10.2307/800032>
- Radtke, S., & Coalter, F. (2007). *Sports schools: An international review: Report to the Scottish Institute of Sport Foundation*. Department of Sports Studies, University of Stirling.
- Rosenthal, R., & Jacobson, L. (1968). *Pygmalion in the classroom: Teacher expectation and pupils' intellectual development*. Holt, Rinehart & Winston.
- Scammacca, N. K., Roberts, G., Vaughn, S., & Stuebing, K. K. (2015). A meta-analysis of interventions for struggling readers in grades 4–12: 1980–2011. *Journal of Learning Disabilities*, 48(4), 369–390. <https://doi.org/10.1177/0022219413504995>
- Scott-Andrews, K. Q., Bunger, A. C., & Sprangel, J. L. (2020). The relationship between time management strategies and academic performance: An analysis of high school students. *International Journal of Education Research*, 14(1), 65–82.
- Umbach, P. D., Palmer, M. M., Kuh, G. D., & Hannah, S. J. (2006). Intercollegiate athletes and effective educational practices: Winning combination or losing effort? *Research in Higher Education*, 47(6), 709–733. <https://doi.org/10.1007/s11162-006-9012-9>
- van Rens, F. E. C. A., Elling, A., & Reijgersberg, N. (2015). Topsport talent schools in the Netherlands: A retrospective analysis of the effect on performance in sport and

education. *International Review for the Sociology of Sport*, 50(1), 64–82. <https://doi.org/10.1177/1012690212468585>

Wolfskill, E. E. (2019). *Team-based academic interventions at an urban high school and their impact on student achievement* [Doctoral dissertation, Concordia University, St. Paul]. https://digitalcommons.csp.edu/cup_commons_grad_edd/392

Yopyk, D. J. A., & Prentice, D. A. (2005). “Am I an athlete or a student?” Identity salience and stereotype threat in student–athletes. *Basic and Applied Social Psychology*, 27(4), 329–336. https://doi.org/10.1207/s15324834basp2704_5

2025 年 7 月 28 日收件

2025 年 12 月 10 日第一次修正回覆

2026 年 2 月 26 日第二次修正回覆 & 通過初審

2026 年 5 月 14 日通過複審