

「少子化」時代 國小運動代表隊發展困境及策略

張偉峰 臺北市木柵國民小學教師

前 言

近年來臺灣地區由於大環境的經濟狀況不佳，薪水增加的幅度跟不上通貨膨脹的速度，使得人民實際所得減少，產生不安全感，再加上整個社會風氣的開放，越來越多的年輕人享受頂客族的生活，因此臺灣面臨到生育率急遽下降的問題，人口進入負成長的階段，形成了「少子化」的社會。根據內政部統計處（2013）的統計通報資料顯示，臺灣地區出生數由2002年247,530人，降至2012年229,481人，而民國2013年1-7月的出生數更比2012年同期減少7,964人。出生率更由2002年的11.02%降至2013年預估的8.59%，這恍目驚心

的數據代表的不僅僅是國家人口競爭力的下滑，更是對整個教育產業結構面產生極大的衝擊。

學校運動代表隊的組訓，對國家而言，肩負推展國家體育政策、培養優秀運動人才，在國際體育的競技舞台上為國家爭取更高榮譽的功能；對學校而言，可培養全校師生對運動的興趣與支持、成為學校特色或精神的象徵，有助校園意識和凝聚力的強化、促進家長、校友和社區民眾對學校活動的支持；對學生個人而言，可培養學生正當的休閒娛樂、鍛鍊學生強健的體魄、在訓練的過程中可建立其責任感、團隊精神，養成勝不驕、敗不餒的運動家風範，另外也可讓學生學習生活上的規範，例如：團體生活的

適應、訓練與生活的準備、努力與報酬原則、堅守比賽規則及對挫折的克服等，使學生涵養個人品格，學習與他人溝通合作的團隊精神，以達到超越自我、光耀群體的目標（古仁星，2006）。在教育部體育署102年所發表的體育運動政策專題報告中提到，學校體育的發展策略要提升體育活動與運動團隊質量、強化優秀運動人才的培育機制。因此，學校運動代表隊對發展學校體育來說，是佔有非常重要的角色。

影響學校運動代表隊運作的原因有許多，其中包含選手因素、家長因素、教練因素、學校支援及場地設備等，以下是筆者在國民小學內所觀察到的一些少子化時代下，運動代表隊的發展困境及解決策略，與各位教育先進分享討論。

運動代表隊之發展困境

一、學生因素

由於出生率的下降，導致學齡兒童入學人數的大幅縮減，因而各國民小學目前大都面臨班級數銳減的問題。這直接影響到國小運動代

表隊在組訓時，學生來源數不足。因此，各校常常發生各個運動代表隊在搶學生，甚至連音樂、美術團隊都加入這場搶人大戰，這種情況在中小型的學校更為嚴重。

另一方面，由於根據丁文貞（2000）研究中顯示，臺灣的國小學童普遍身體活動量不足。主因是學生本身未建立其良好的運動習慣。因此，一開始，學生被選入運動代表隊時，可能因為可以逃脫課業的壓力，懷著興奮、期待的心情來加入，當進入辛苦的訓練過程，學生開始覺得疲累、無趣後，便開始萌生退隊的念頭。這也讓運動代表隊內成員流動的狀況頻繁，造成教練訓練時的困擾，也影響到運動代表隊的成績表現。

二、家長因素

親子天下（張靜文，2011）報導，芝加哥內帕維中央高中全校六成學生參與「零時體育計畫」：以運動搭配讀寫加強課程，在此計畫實施一學期後，參與計畫的學生其閱讀理解能力提高了17%；在日本，本州中部的福井縣推動「教出愛運

動的孩子」計畫：規定學童除了體育課之外，每週一次放學後留校訓練體能；每天在第二和第三節長達二十分鐘的「大休息時間」，鼓勵學童使用單槓、跳箱、翻滾地墊等運動器材。這個計畫讓原本 2003 年時學力排行全日本倒數的福井縣，從 2007 年起連續三年締造「全日本體力第一、學力第二」的「福井奇蹟」。哈佛醫學院精神科臨床助理教授約翰·瑞提在《運動改造大腦》一書中提到，運動可刺激大腦神經樹突增長，並從根本強化大腦功能。運動不但可以提升學習力，還可以培養孩子的品格力，讓孩子擁有好情緒。

因此有部分家長較能接受孩子進入運動代表隊，甚至鼓勵孩子參加。然而，還是有一部分的家長在傳統升學主義的思維之下，深怕孩子加入訓練後會影響到他們的學業成績，而不願意讓孩子加入訓練，此一心態是造成運動代表隊招生日漸困難的主因之一。

有部分家長，將運動代表隊的訓練視為免費的才藝學習，因此對

教練訓練時的要求常無法配合，例如：訓練時間的準時到達、比賽前的加練時間因安親班而無法參加、不出席假日比賽時的支援等。另外，少子化造成每個孩子都是父母心中的天之驕子或掌上明珠，抗壓力較弱，一旦孩子面臨比賽的挫折或無法承受團隊訓練的壓力，家長便於心不忍，讓孩子就退出訓練。

三、教練因素

依據教育部體育署（2013）所公佈 101 年度教育部體育署學校體育統計年報內指出，運動教練由校內體育教師擔任共 2,089 人，占 49.67%；由校內非體育教師擔任共 862 人，占 20.50%；由校外人士擔任共 922 人，約占整體 21.93%；由中央主管體育行政機關聘（雇）任共 55 人，約占整體 1.31%；由各縣市政府教育局聘（雇）任共 135 人，約占整體 3.21%；由校內編制專任運動教練擔任共 142 人，約占整體 3.38%。由此可見，學校運動代表隊的教練人力，還是以校內老師為主。但現在因為少子化的緣故，各校皆面臨教師超額的危機，

這也使得有些教練的職位流動率高，甚至因為找不到教練而面臨解散的危機。雖然教育部在 2005 年公佈並實施「各級學校專任運動教練聘任辦法」，授權由各級學校聘任專門從事運動團隊之訓練或比賽指導，但由於專任運動教練的職缺也算在學校教師的編制之內，因此在這個減班、超額日益嚴重的時機當中，大大降低學校聘任專任運動教練之意願。

四、學校支援

運動代表隊的訓練及比賽皆需要人力與經費的投注，但因為學校人力不足且經費拮据，教練有時面臨訓練人手不足，可能還要為比賽的經費所苦。另一方面，導師和其他同仁可能因為課業或是學校活動等因素，經常打斷學生的訓練，若非教練擁有極大的熱情，這些因素往往是造成教練萌生退意的原因。

五、場地設施

許多國小的運動代表隊，因為學校本身校地的限制，室內場館不足或是學校設備老舊故障（例如：游泳池鍋爐故障），而使得訓練無法

進行。除此之外，學校限於經費無法提供足夠的訓練器材供運動代表隊使用，這些也影響到運動代表隊的訓練績效。

策略與建議

少子化的現象已經嚴重衝擊到各國小運動代表隊的發展，學校應積極尋求解決的策略，才能降低少子化的影響，以下是筆者所觀察到之策略，做為推動國小運動代表隊組訓之參考：

一、學生方面

- （一）整合校內運動人才：商請體育教師或班級導師發掘班級內具有運動才能及意願之學生，鼓勵他們參與運動代表隊的訓練或是利用校內體育競賽的機會，尋找有潛力的學生。
- （二）多給學生比賽的機會：不管是校內或校外的比賽，多讓學生去比賽磨練，一方面獲獎時，透過公開表揚的方式，可以提高學生的榮譽感和自信心，也可提升其他同儕進入運動代表隊的意願；另一方面，學生可

透過比賽，檢視本身訓練的成果，如此才不會淪入漫無目的訓練，讓學生覺得無趣，進而有退隊的想法產生。

- (三) 發展個人運動項目：因應學生來源數的減少，學校可考慮發展個人項目的運動代表隊，例如：羽球、桌球、網球等。這類項目本身較不受學生人數的限制且需要高度的技術層面指導，學生人數少接受教練指導時間長，便可打造出量少質精的運動代表隊。

二、家長方面

- (一) 溝通親師觀念：學校和教練應做好與家長的溝通，使家長了解參與運動訓練可以為孩子所帶來的益處，例如：建立孩子的自信心、塑造良好的品格、培養強健的體魄等，以期減少家長反對孩子進入運動代表隊的阻礙。
- (二) 善用科技進行溝通：現代科技的進步，讓教練可以更直接和快速的與家長進行溝通，減少誤會的產生。像是利用手

機或聊天軟體例如：LINE 或 WHATSAPP 等程式。

- (三) 透過各種方式來展現運動代表隊的組訓成效：像是在學校的中庭公佈欄，公佈運動代表隊的比賽成果，透過學校刊物進行運動代表隊的報導，利用學校網頁建置運動代表隊專頁，讓大家更了解其運作的情形，以期吸引更多家長鼓勵學生的加入。
- (四) 成立家長後援會：利用家長後援會的成立，可以整合家長彼此之間的力量，提供運動代表隊更多的資源與協助；另一方面，透過家長後援會的組織，可以跟學校作更有效率溝通，以達到雙贏的目標。

三、教練方面

- (一) 改變過去的訓練思維：傳統重武輕文的指導方式只會讓學生增加課業的學習阻礙，因而導致家長的反對，使得選手的流失更加快速。因此在訓練的同時，亦應加強學生的課業，雙軌進行以減少組訓的阻礙（蔡

順得、黃任閔，2011)。

(二) 用讚美、鼓勵建立孩子的自信心：由於現在的孩子生得少，在父母的無微不至的呵護之下，抗壓性稍差。因此，過去高壓式的訓練手段現在已經不合時宜了，更甚者為教練帶來不必要的麻煩。利用鼓勵讚美取代責罵，建立孩子的自信心以及對這個運動代表隊的認同感，孩子自然願意接受教練的教導。

(三) 尋求校外技術支援：許多國小的教練都是因為學校想要成立這個運動代表隊，就請體育老師去擔任教練。然而，有些學校體育教師屬於全能人才，並無專項訓練的知識和經驗，無法臻於完美的要求（包德明，1989）。此時，可透過專任運動教練的資源共享制度，來增加訓練的專業度。另外，教練本身可多參加研習或是教練講習，吸收新知，增進指導與訓練的知能。

(四) 為學生建立升學的管道：教練

可與附近國中建立起合作關係，為學生銜接未來升學管道及訓練，讓學生和家長看得到未來的發展性，使其更有意願加入訓練，也使體育人才的培育不至於出現斷層。

(五) 教育部為了發揚運動志工志願服務美德，並提升學校運動教育品質，自 2007 年起，開始招募具有運動專長的學生或社會人士，培訓成為學校運動志工，參與學校體育活動之指導、運動性社團輔導及行政等志願服務工作。學校可利用此一管道，與鄰近的大專校院合作，請其提供訓練上的支援；亦可邀請運動代表隊的畢業校友返校提供指導，解決師資不足的問題。另外，當教師員額有空缺時，學校應聘任具有運動專長之教師來擔任運動代表隊指導教練。

四、學校支援方面

學校運動代表隊的運作，有賴於學校主管的支持，學校政策的配合再加上全體同仁的通力合作，

才能成功，絕非教練一人或是體育組長的事。若是學校能有一套制度性的分工，將對組訓的工作，形成相當大的助益，亦能發揮團隊組織的效益，將運動代表隊形成重要的學校特色，變成學校最好的宣傳工具，以吸引更多的學生前來就讀，達到雙贏的局面。

五、場地設備方面

學校在成立運動代表隊時，應就發展的項目及隊數作審慎的評估，訓練場地和設備不足時，將對訓練的效果大打折扣。訓練場地方面，學校可利用一些閒置的空教室，擺放訓練器材，即可進行體能或是其他項目的訓練，亦可尋求鄰近學校或是公家單位的協助，透過資源共享的模式，解決訓練場地不足的問題。此外，在訓練器材的部分，學校可向家長會或是社區募款充實設備，教練也可鼓勵學生購買個人使用部分的訓練器材，例如：球類、跳繩、浮板、蛙鞋等。學生會因為自行購買而更加珍惜器材及練習時間。而一些大型的訓練設備，也可透過詢問其他學校是否有

屆齡淘汰但仍可使用，或是上惜物網（<http://shwoo.taipei.gov.tw>）尋找適合的設備，如此一來，不但可以充實訓練的設備，也讓學校減少開支上的負擔。

結語

國小運動代表隊的組訓，是培育國家運動人才的搖籃，這是一項長遠、有計畫性的工作。孫顯峰（1999）認為在組訓工作中，除了提升運動成績外，亦應顧及運動員身心之均衡發展。對照近日 UBA 比賽時的暴力衝突事件及之前職棒的簽賭事件，除了提升選手的技術水準之外，我們更應該極盡所能去健全這些未來運動選手的品格教育，養成其良好的態度。因此，國小運動代表隊組訓是任重而道遠，即使現在受到少子化的衝擊，使得組訓的工作遭遇許多的挑戰，但只要積極尋求策略，有心克服，這些問題終將迎刃而解。

參考文獻

- 丁文貞 (2000)。肥胖與非肥胖國小學童身體活動量與健康體適能之研究 (未出版碩士論文)。國立體育學院，桃園。
- 內政部統計處 (2013)。102 年第 34 週 (102 年 1-7 月嬰兒出生狀況統計)。取自內政部統計處網址 <http://sowf.moi.gov.tw/stat/week/list.htm>
- 包德明 (1989)。學校體育與選手培訓。國民體育季刊，18 (3)，16-19。
- 古仁星 (2006)。國小棒球隊組訓及經營策略之研究 (未出版碩士論文)。國立臺東大學，臺東。
- 孫顯鋒 (1999)。學校運動代表隊組織與訓練的分析探討。大專體育，44，120-126。
- 張靜文 (2011)。運動力，學習的新處方。親子天下雜誌，28，1-2。取自 <http://www.parenting.com.tw/article/article.action?id=5026985&page=1>
- 教育部體育署 (2013)。101 年度教育部體育署學校體育統計年報。取自教育部體育署網址 <http://www.sa.gov.tw/wSite/ct?xItem=4610&ctNode=248&mp=11>
- 蔡順得、黃任閔 (2011)。少子化現象對國小籃球隊發展之影響——以高雄市九曲國小為例。屏東教大體育，14，447-455。

