# 從做中學——新竹教育大學〈活力有 young 運動攜手計畫〉

張俊一 國立新竹教育大學體育學系助理教授

## 前言

教育部在 2007 年依據內政部之《志願服務法》制訂《教育部學校運動志工實施點》，當中明訂運動志工的主要任務為：支援辦理學校運動指導、運動賽會服務、課後照顧及體育相關活動；同時，教育部也委託台灣身體育文化學會辦理一系列的運動志工專業講習與相關資源整合工作，為運動志工服務架設良好的服務平台。根據統計，在 2006 年台灣地區有 10 所大專校院填報參與學校運動志工志願服務資料，服務的類別主要分為：育樂營（國小及國中學生）、學校運動指導（校內及校外）、體育相關活動（以支援民間團體及地方政府之大型體育活動為主）及社區體育服務（社區民眾）四大類。推展迄今，已有 52 所大學校校院投入運動志工培訓及服務工作；同時，教育部也已完成建置「學校運動志工資訊平台」，足見本項政策已有一定成果。

國立新竹教育大學配合政府之政策，於 2010 年訂定《服務學習課程施行辦法》，凡 99 學年度（含）以後入學，修習學士學位者，必須於在學期間累計完成 72 小時的服務學習課程（其中屬專業服務學習課程者至少 12 小時），方得以畢業。辦法中將服務學習的課程分成：「一般服務學習」（以校內外具服務性內涵之工作為原則，內容可包括學校公共空間之環境整潔及安全維護、學生社團或個人社區服務及機構志工或義工服務等）及「專業服務學習」（服務以融入通識或學系專業性之課程為原則，服務時間得以在學期中或課後及寒暑假期間為之）二大類，服務學習之內涵與認證由教學及行政單位再行訂定個別適用之辦法。體育系在完成辦法訂定後，申請教育部補助，於 2010 年 10 月底辦理了學校運動志工講習，參與培訓的體育系學生共 45 名。俟後，規劃在 2011 年 1 月，於新竹縣二所國小辦理以球類活動為主的國小學童假期育樂營。由於參

與的志工大多是各運動專項之選手出身，因此獲得學童、家長及學校老師一致的肯定。也基於此服務經驗，體育室乃規劃讓這些學有專精的志工們有更多的服務機會，於是催生了〈活力有 young 運動攜手計畫〉，在 99 學年度第二學期開始推動。

該計畫推出後頗受校內各級單位的好評，為將此計畫的推展成果與大家分享，以下茲先行探討服務學習課程的理念，再次介紹新竹教育大學〈活力有 young 運動攜手計畫〉之內涵與推動成果，並於最後提出執行本計畫之問題與省思，希望能作為其他學校之參考。

**服務學習課程理念**

服務學習（service-learning）這個名詞最早是在 1964 年由 Oak Ridge Associated Universities 所提出。這個名詞的概念是來自於美國教育家杜威（John Dewey）提倡的「從做中學（learn by doing）」而來，杜威以人本的理念為出發點，強調生如能參與社區服務，並將服務融入科課程中，將更能有效的學習並成為更好的公民（林慧貞，2006）。就字面解釋，服務學習即為「服務」與「學習」的相互結合，亦即，就是在「服務」的過程中獲得「學習」的效果（何政光，2009）。服務學習 1970 年代於美國許多校園中蓬勃發展，到 1980 年代末期，更在許多深信服務學習具有極大教育潛力的有識之士努力下，美國教育委員會結合了校園盟約（campus compact）的力量，結合 1000 所大學及學院，正式奠定服務學習的理念與做法；1990 年通過的《國家與社區服務法案》，定位服務學習包括四個要點：強調與社區結合、服務與課程結合、強調學習的重要，以及重視自我的發展（林慧貞，2006）。1993 年美國聯邦政府通過服務行動法（Service Action），更奠定了服務學習可以永續發展的正當性（教育部，2007）。根據美國 2001 年的統計資料顯示：美國高等教育機構中，有 11% 的教授將社區服務納入課程或投入服務學習研究，平均每學校有 21.6 位教授提供服務學習相關課程；同時，有 59% 的高等教育機構以學分制的方式提供服務學習的課程（馮莉雅，2005）。

Sigmon（1996）將服務學習中對於服務和學習的關係與重視程度，作為界定服務學習的類型根據（如表 1）。在四個服務學習的類型中，他認為最好的是第四類 SERVICE-LEARNING，服務與學習並重，讓服務者與被服務者的期望和目標都能達成。目前國內在推展服務學習的課程，大抵都是遵循這個類型的原則來規劃。

**表 1 服務和學習關係的類型**

| 類　型 | 意　義 |
|---|---|
| 1. service-LEARNING | 以學習目標為主，服務成果不重要 |
| 2. SERVICE- learning | 以服務成果為主，學習目標不重要 |
| 3. service-learning | 服務與學習目標沒有關聯 |
| 4. SERVICE-LEARNING | 服務與學習目標並重，讓服務者與被服務者的期望和目標都能達成 |

資料來源：Sigmon (1996).

Brown（1998）進一步詮釋服務學習有幾個重要的意義，他認為：

一、是一種對「學校－工作」與聯邦主動行動間的補全（a complement to school-to-work and other federal initiatives）；

二、拓展學生就業的知識與技能（expanding students' knowledge and skill）；

三、一種生涯進路與生涯發展的聯結（a link to career pathway and career development）；

四、一種新的聯結學生與學校間的方式（a new way of connecting students to school）。

## 〈活力有 young 運動攜手計畫〉內涵

依據上述服務學習的基本精神與原則，新竹教育大學的〈活力有 young 運動攜手計畫〉主要是秉持「師徒制」的概念，在校園招募參與運動志工講習的運動績優生當「師傅」，然後在學校網頁上公布他們的開課時段及上課內容，讓全校師生自己選擇適合的小組來參與（原則是一位師父指導五位「徒弟」）。這些師父都是義務的，配合學校在推的「服務學習」時數認證，希望他們在踏出校園前，能先累積運動指導的實務經驗；同時，也讓參與的徒弟們可以將參與運動的時間，列入通識教育課程及公務員終身學習的時數認證，是一個「一魚多吃」的創新作法。以下茲簡述計畫目的、參與對象、活動頻率、師徒比及實施程序，並將之彙整（如圖 1）。

一、計畫目的：

（一）培養運動的生活習慣，藉運動設計、動態生活，有效提升教職員工及學生體 適能，並增進終身學習管道，藉以豐富生活、健康促進，共同營造活力校園。

（二）啓發學生社會服務概念，以師徒相傳、小團體的方式，結合其體育專長提供教職員工、學生及時關注、指導、教練及評估，引導自發性地建立健康管

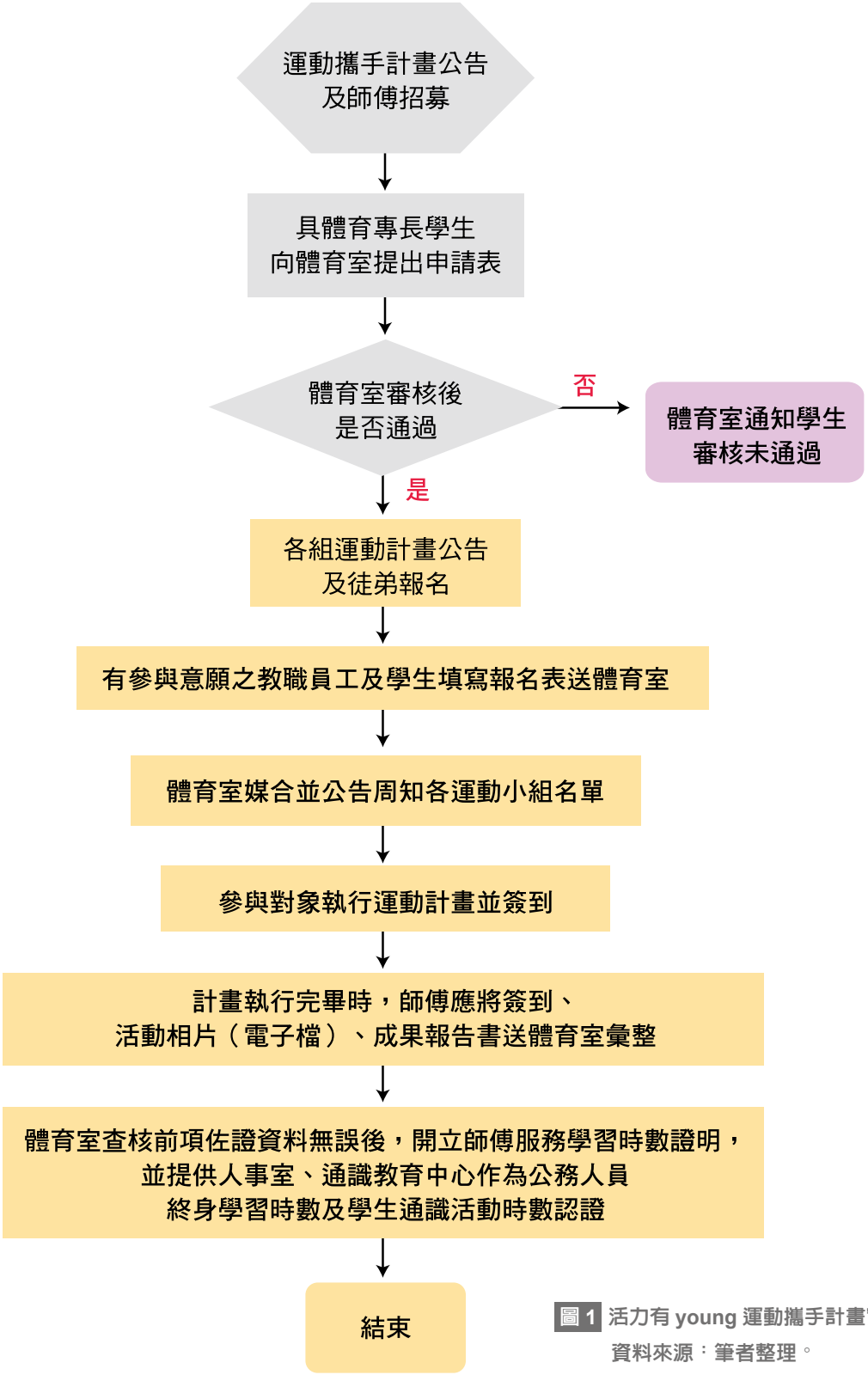


圖 1 活力有 young 運動攜手計畫實施程序
資料來源：筆者整理。

二、**參與對象**：本校教職員工、學生，參與活動時數納入公務人員終身學習時數認證及學生通識課程時數認證。

三、**活動頻率**：每週至少 2 小時以上。

**四、師徒比**：以 1 人指導 5 人為上限。

**五、實施程序**：

（一）師傅招募：由體育室於本校網頁中公告招募具運動專長同學擔任師傅，並由個人依據運動專長、需求性及人物力資源之配合等指標自我評估提出運動攜手計畫申請表（含活動名稱、活動目標及特色、活動資訊【時間、地點、時數 / 週次】、師傅簡介、活動內容、聯絡方式等）送審，通過後由體育室於本校網頁公告教職員工、學生周知，作為選擇參與之依據。

（二）徒弟報名：有參與意願之教職員工及學生填寫報名表送體育室。

（三）媒合：體育室彙整報名表，對項目衝突、報名人數過多或不足者進行協調、媒合並公告周知各運動小組名單。

（四）執行：參與對象執行運動計畫並簽到。

（五）成果報告：計畫執行完畢時，師傅應將簽到表、活動相片（電子檔）、成果報告書送體育室彙整。

（六）時數認證：體育室查核前項佐證資料無誤後，開立師傅服務學習時數證明，並提供人事室、通識教育中心作為公務人員終身學習時數及學生通識活動時數認證。

（七）獎勵：由體育室邀請本校相關領域教師及行政人員若干名組成評審小組依本計畫之目的，針對各小組提供之成果報告，進行審核。並依審核結果，頒發禮券予執行優良之小組。

## 計畫實施成果

一、**參與人數**：第一梯次師傅登記 16 人，完成媒合 12 組，徒弟人數 64 人；第二梯次師傅登記人數 6 人，完成媒合 5 組，徒弟報名人數 33 人。二梯次總計有 20 名「師傅」，97 名「徒弟」（師徒比例為 1:4.85）。報名的徒弟中，包括 14 位教師、17 位職員、9 位碩士生及 50 位大學部學生。

二、**活動內容**：從三月底才開始推動的計畫，開課課程的運動種類非常多元，計有：羽球、桌球、網球、籃球、壘球、慢跑、塑身有氧、游泳、排球等 9 種。同時，為了讓參與的「師傅」與「徒弟」都有小組的認同感和獨特性，我們開放由每組的師徒自行討論活動的組別名稱，因此，「快樂 play ball」、「羽球好 young」等活力又可愛的組別名稱。

### 三、參與效益

以下選取部分「師傅」及「徒弟」參與後的感言，詮釋其效益：

#### （一）師傅

這次的活動徒弟們的組成分別為圖書館員、大四生和碩士生要全員到齊幾乎是不可能的事 情，但還是很感謝大家盡量抽空出來參與活動，看著大家一點一滴的成長，看著各位從打不到球慢慢的會打正手拍、反手拍、打牆壁、前排檔球甚至最後還可以跟我互相拉球，大家真的非常的用心也非常的努力，大家都很棒！希望還有機會和各位在球場上碰面！雖然這次的活動有點昌促但還是盡力為各位安排完善的課程內容，這次的課程不只是教球而以我從中更學習到很多到教習技巧，大家教學相長這才是最好的學習。（阿琳，網球師傅）

#### （二）徒弟

學業有專精，術業有專攻。雖然我的球齡都比師傅的年紀大，但師傅打球的姿勢真是漂亮，漂亮到怎麼死在她手中都不清楚。除了打球的姿勢外她的球技也是一流值得我學習，下一期我還想再參加繼續當她的徒弟。跟學習打球的技巧，學習不用暴力就可打贏一堆臭男生。下一期我要報名（淑華，護理師，羽球徒弟）

體育室在 5 月辦理〈活力有 young 運動攜手活動〉，我是參加羽球好 young 這組。我們 5 人有些對羽球有些認識、有些初學，所以師父就分組：初學從基本步伐開始、發球、練球等等。接觸過羽球的學員便加強臨場比賽對打，師父從中指導如何放小球、接殺球等等。15 堂課中讓我們學習到如何與搭檔合作、組織球路等等，但還是有些地方需要改善，期望可以延續此活動讓更多人認識運動且以最適合項目當終身興趣。（麗月，學務處職員，羽球徒弟）

### 檢討與建議

以下擬就推動之實務經驗，提出檢討，並提供政府及其他學校推展運動志工與服務學習之參考。

#### 一、檢討

（一）**師傅的專業輔導**：由於「師傅」都還是學生，他們的單項運動技能當然沒有問題，但是，將技能轉化成教材及運用適合的教學方法，對他們而言，是共同的困難。針對此問題，其改進策略如下：

1. 教師輔導：聘請專業系所教師，就專長輔導師傅們如何將技能分階段，依指導對象之差異找出較適合之教材與教學模式。
2. 加強教材教法訓練：開設運動指導相關課程或成立工作坊，指導師傅們編寫教材及練習運動技能的教學方法。

**（二）場地及時間安排**

99 第 2 學期的運動攜手計畫在推動上，碰到較大的問題是時間與場地的安排問題。首先，在時間上的問題是：擔任師傅的運動志工同學們，都是在學的同學，彼等每週大多需要上 20 至 30 節課，以及參與不同的社團及班級活動；另外，課餘在校外打工賺取生活費亦非常普遍。因此，要在繁忙的生活中找到可以從事運動志工服務的時間，有一定之難度。其次，在場地方面，由於本校是一路由師範學校、師專、師院改制而成現今之教育大學，學生人數的成長與校園建築物的擴增，使得運動場地受限的問題日益突顯出來，運動攜手計畫活動所需的場地空間必須安排在一般體育課、體育系專項運動課及運動校隊練習之外，對於小組的運動空間又是另一項限制。

## 二、建議

**（一）成立區域運動志工資源中心**

教育部雖已設有全國性之運動志工平台，但在運動志工服務供給與需求方面，較無法顧及地方性之需求。若在區域（如：桃竹苗）內委託一所大專校院統籌，除連結教育部運動志工平台外，亦可結合縣（市）政府、鄉（鎮、區）公所及其他大專校院，就區域內之運動志工資源，予以整合與分配，提供一個便利與即時性的需求與供給平台，；此外，亦可將運動技能學習與指導之教材及教法，或者是創新作法，置於平台之上，提供更廣的服務。

**（二）推展學級間攜手計畫**

運動攜手之概念，不僅可以在單一的學校內推展，亦可以在不同的學級中實施，以更進一步落實「攜手」理念，當然，此種作法必須得到當地教育行政主管機關的支時，以及配置指導教師。其具體實施模式如下：

1. 大學—大學（跨校）；
2. 大學—高中、大學—國中、大學—國小；
3. 高中—高中（跨校）、高中—國中、高中—國小；
4. 國中—國中（跨校）。

**（三）推展至運動弱勢族群**

參與運動志工服務，不僅是一種服務，也是一種學習。運動指導的攜手概念，應可推展至校園以外的領域，例如：

1. 社區及安養中心之老年人；
2. 仁愛之家及家扶中心等育幼單位之收容兒童。

### （四）推展複合式運動攜手計畫

運動攜手計畫著重在小組的陪伴式運動指導，當一個運動小組有了一定的共同學習經驗與默契之後（例如：已進行了 12 週的籃球運動攜手學習），可以進展到複合式的運動學習，在一段學習時段內，進行二種以上之運動學習，例如：「自行車運動＋游泳」，或「健走＋舞蹈＋排球」，以豐富運動學習之內容，當然，此種模式必須視師傅本身的技能及徒弟的學習興趣與負荷而定。

### （五）推展寒暑假假離島及偏遠地區運動攜手營

由政府編列交通及住宿費用，並配置一定之運動器材與設置，由區域中心學校，協助規劃與執行寒暑假假離島及偏遠地區之運動攜手營，提供運動參與不利族群良好的學習機會。

## 參考文獻


何政光（2009）。核心能力融入服務學習之課程規劃與成效分析。*明新科技大學服務學習研討會會議手冊*。新竹：明新科技大學。

林慧貞（2006）。大學生參與服務學習意願初探。*通識研究集刊，10*，171-192。

教育部（2007）。服務學習之源起。*教育部服務學習網*。資料取自：http://english.moe.gov.tw/content.asp?CuItem=9520&mp=10000。

教育部（2008）。*教育部學校運動志工實施要點*。資料取自：http://english.moe.gov.tw/content.asp?CuItem=9566。

馮莉雅（2005）。美國高等教育服務學習課程模式之研究。*台中師院學報，19*（1），1-19。

Brown, B. (1998). *Service learning: More than community service*. Columbus, OH: ERIC Clearinghouse on Adult, Career, and Vocational Education. [ED421640]

Sigmon, R. L. (1996). The problem of indentification in service-learning. In Sigmon, R. L. & Pelletier, S. G. (Eds.), *The Journey to service-learning : experiences from independent liberal arts colleges and universities*. Washington, D.C.: Council of Independent Colleges.