

淺談體育教師兼職校隊教練之困境

張瑩如

國立臺灣師範大學體育與運動科學系體育行政教師碩士在職專班碩士生

一、前言

體育教師與運動教練在學校的工作環境中，同樣是直接指導身體活動的教學者，所教導的教材內容相似，但兩者不論在目標評鑑、教授對象、課程計畫、指導內容等向度上，均有很大的差異。早期體育教師是專精於身體的教養，他們聚焦於透過不同型態的運動來改善學生的健康與活力。現代體育教師則聚焦於身體活動的實施，來提升學生的動作能力，促進學生的身體適能，同時型塑學生健全的人格。「教練」使用在競技運動中，是聚焦在特定的技能，協助指導選手達到更高層次的目標。

近年臺灣運動風氣提升，政府亦制定許多法案推動學校體育運動，例：SH150、大跑步計畫等等，透過各種計畫從基層開始扎根，推廣運動風氣及提升運動水平。同時更是挹注經費用以建設運動場地，像是近年來國民運動中心廣設，使國民參與運動便利性提升，進而將運動融入生活。同時在全球運動商業化，帶動運動市場的拓展及興起，導致優秀選手需求大幅增加，進而促成學校運動團隊設立以避免選手斷層產生，部分學校甚至設有專項化的體育班，在運動團隊與體育班快速成長的情況下，自然對於運動專業教練產生需求。

體育教師需具備領導、管理、輔導、示範與解析不同運動種類之動作型態等專業知識，為學生學習成效負責，從而促使學生獲得運動的核心價值（方進隆，2003），「體育教師」是體育知識、各類運動技能指導的專門人物（程瑞福，2000），教師為課程的決策者，教師的決策決定了在課堂該教什麼、何時教、如何教、教給誰等問題的答案，對學生學習有深遠的影響（歐宗明，2001）。蔡昆霖與吳萬福（1999）則指出運動教練可提供運動技術指導、戰術培養、體能訓練與選手的平時生活健康管理，並收集相關賽事情報，使選手能夠在適當的環境中接受訓練後參加比賽，再創佳績。

根據張政治、王聖文與胡凱揚（2012）及許瓊云（1993）研究結果指出，當教師身具多重身份時，容易產生角色衝突。張逸婷、陳虹君（2009）與彭譯箴、呂青山、許家得（2012）及彭譯箴（2014）的研究結果更進一步明白指出，體育教師兼任教練容易因為過多的工作負荷與壓力，產生工作倦怠。因須展現符合不同角色所賦予的期待模樣，並完成不同角色所賦予的任務，需承擔更多且複雜的責任，同時也相較單一角色同仁需投入更多的時間與付出雙倍甚至更多的努力，因此經常感到分身乏術、無法兼顧，往往會感到超出負荷的壓力及難以將多重身分完美消化演繹，此時若未獲得足夠社會支持，有極高可能發生角色衝突及工作

倦怠，此時會造成降低工作動機，甚至影響個人生活品質、工作效率、情緒控制等。

綜合以上，體育教師兼任教練在校園屬多數常態，因此希望透過相關文獻的探討，能夠歸納出體育教師兼任運動專任教練的利與弊，希望能提出建議以利後續研究供改善問題現況。

二、體育教師與運動教練之工作內涵

(一) 體育教師與運動教練之異同

1. 相同之處

運動教練與體育教師在校園環境中，所指導的內容大致相同，同樣都是指導學生從事身體活動的操作與練習，但其中內容之差異極大，例如專業目標、專業內容、教授對象、課程計畫、指導內容、指導人員、專業評鑑、日常生活（歐宗名，2007）。

2. 相異之處

表 1 專任教練與體育教師工作內容相異處

專任教練	工作內容	體育教師
可兼課	體育教學	本職工作
行政協助是工作之一	體育行政	可兼任正式官銜行政職
本職工作，有考核壓力	團隊訓練	可兼任教練
重在獨招管道協助	學生升學	重在申請推甄、甄審甄試、指考管道協助

資料來源：學校體育教師與專任運動教練之對談，學校體育，151。

3. 小結

就運動教練與體育教師的工作性質來看，都一樣牽扯到「身體活動」的指導，所教授的內容有可能非常接近，但其中的差異性非常大。就以活動目標來說，運動教練是透過訓練法與專項運動的專業技能來訓練選手，不斷地超越自我，鍛鍊選手的運動表現與磨練心智，並指導選手參加比賽獲得勝利為主，而體育教師則是透過不同的教學法教學生學習如何運動並從中獲得樂趣，進而改善身體素質的一種教育性活動，培養學生運動習慣。

（二）影響體育教師兼任工作意願之因素

錢致宏（2014）指出會影響體育教師兼任運動教練工作之意願可以分為四個面向：個人方面、家庭方面、學校方面、社會方面。

1. 個人方面

體育教師會因為自身的學涯規劃或者因為本身又兼任該校的體育行政職，變成需要轉換在不同身分之間的扮演與立場，讓體育教師們常常覺得無所適從。

2. 家庭方面

許多教師表示，除了本身的體育課程教學之外，還需要額外的時間進行校隊的訓練，不管是在備課上的教學內容、設計以及所投入的時間，相對的壓縮了屬於自己的休假以及和家人相處的時間，也常常因為需要帶隊比賽與家庭規劃相衝突，常常需要面臨抉擇，所以最重要的是和家人的溝通與相互理解支持。

3. 學校方面

現行的制度，校長都有一定的任期制，所以校長的領導風格以及對於體育運動的想法，也會影響行政團隊對於校隊運作的態度與想法，在面臨新任的校長時候，同時要面對不同人對於體育運動校隊的價值觀，不過就體育教師兼任運動教練到了一個平衡狀態後，則認為只要學校不會反對就是對運動教練所從事的校隊訓練是一種支持，在課務上能夠協助體育教師處理請假事宜，畢竟體育教師兼任教練，需要去處理與注意的事情很繁雜也很多方面，實在很難面面俱到。

4. 社會方面

由於在體育教師與運動教練在內容上有許多的差異，在面對學生參加校隊的出發點不同，需要調整的進度與要求度也會有所不同，有時候還會牽涉到家長對於從事體育運動訓練的規劃與想法，畢竟不是每位孩子都適合繼續往競技運動的方向前進，所以需要花很多的時間與家長溝通，孩子的狀況適合往哪個方面去鑽研，甚至也要考量孩子對於未來的想像以及對從事訓練後的感受，需要時時掌握他們對於未來的考量。

5. 小結

體育教師在平時已經需要負責普通學生的體育教學課程，兼任運動教練，除了要額外花更多的時間成本，更要能夠在選手與學生之間的角色扮演轉換自如，假如以上四個方面的因素，長期無法得到適當的解決或平衡，在往後的教學生涯中，會不斷的影響教師對於自身的評價與工作意願，甚至產生許多的自我懷疑。

三、體育教師兼專任教練之展望

在現行的教育現場，仍可以發現由於學校的經費或者場地有限，抑或是屬於剛創立的運動代表隊，還是會出現體育教師兼任運動教練的狀況不斷發生，雖然無法立刻解決現存之問題，但可以就幾點的方向進行調整，以下就錢致宏（2014）所提出之三點建議進行論述。

（一）推展基層運動吸引學生的參與

目前除了教育部推行的大跑步計畫、SH150 等政策，在學校端所進行的各式多元化的活動或者校本課程結合在地文化的體育運動，已經有許多學校進行更多的體育活動課程，教育部也在各級學習階段明確定義需要辦幾次的班際體育競賽活動，以及有游泳池的學校須舉辦乙次校內的水上活動，但這類的活動，常常淪為走一個形式，或許可以將這類短時間內舉辦的體育競賽活動，拉長成類似一個校內的運動聯賽，讓各班級在每週有個固定時間進行競賽，讓體育教師也能在體育課程中，有更明確的引起動機，也讓學生有能明確的目標進行體育課程中的練習與操作，進而提高學生的學習動機。

（二）正面肯定體育教師兼任教練的工作，減少優秀兼任教練人才的流失

在過去的文獻中，訪談身兼二職的教師們可以發現，很大一部分的關鍵影響，學校的一級主管是個很重要角色也是潤滑劑，須時常關心這類身兼二職教師的需求與問題，時常聆聽並且關心他們的心理狀態，更重要的是給予他們許多無形有形上的支持與鼓勵，尤其學校大部分教師與任職人員的尊重以及態度，往往會影響這類教師在面對多重的工作壓力時，可以得到職場上的認同與支持，也才能繼續在複雜多元的角色扮演中，將工作壓力的釋放，進而延續教師的工作意願與態度。

（三）營造正面的學校氛圍並增加兼任教練福利

目前大多數學校，對於體育教師兼任教練大多採取減少基本鐘點，除了體育教學課程減少，或者提高額外的津貼之外，不外乎就是學校的支持與否的態度，實質鼓勵方面的調整可能礙於法令，在短期內較難實現。學校方面，可以在賽季前、中、後提供資源並給予教練正面回饋，讓教師在身兼教練一職時，更能專注發揮所長。

四、結語

學校體育教師、專任教練與體育老師兼任教練，這三者的身份，不外乎都是以學生為主體，透過設計過後的體育運動活動為手段的教育本業，工作內容不外乎體育教學、體育活動、體育行政、團隊訓練與輔導體績優學生升學（張勝輝，2015）。三種角色雖橫跨相同的工作內容，但在實際執行上確有相當大的差距，實不宜混為一談。

所以學校在徵聘體育教師與運動教練兩項不同專業時，應有不同的選用標準，而在進行不同專業的評鑑時，對於兩項不同專業的標準，亦應有所區別，如考量學校的發展與限制，應有教師或教練支持系統或者專業發展社群，以確保教師兼任教練教學時，能時時調整自身的策略與方式，使學生與選手都能夠獲得適當的教學品質。

參考文獻

- 方進隆（2003）。學校體育的價值與使命。**學校體育雙月刊**，76，3。
- 張政治、王聖文、胡凱揚（2012）。高中職體育教師知覺角色衝突與職業倦怠關係之研究。**國北教大體育**，6，111-124。
- 蔡昆霖、吳萬福（1999）。競技運動教練的重要性。**大專體育**，41，131-134。
- 張逸婷、陳虹君（2009）。體育教師兼任學校運動團隊教練之工作壓力及因應策略。**大專體育學術專刊**，99-105。
- 許瓊云（1993）。臺中市國中體育教師背景因素、控制信念、工作情境與工作倦怠之相關研究。**北體學報**，2，227-251。
- 彭譯箴（2014）。體育教師兼運動教練角色壓力與身心適應。**藝術欣賞**，10(2)，92-95。
- 彭譯箴、呂青山、許家得（2012）。體育教師兼教練角色衝突、身心倦怠現況分析。**運動知識學報**，9，34-45。
- 程瑞福（2000）。台灣地區中小學體育教師專業能力之研究。**體育學報**，28，123-132。

- 歐宗明（2001）。體育教師角色知覺差距相關實證研究回顧與分析。大專體育，54，113-120。

- 江海泉、李坤培、周建智、季力康、林伯修、邱為榮、章宏智、張勝輝、張耀騰、曾瑞成、歐宗明、謝旻凱（2015）。學校體育教師與專任運動教練之對談。學校體育，151，75-111。

