



高中體育班學生學習動機低落之探討

陳柏翰／國立臺灣師範大學體育與運動科學系碩士生

前言

回顧 2021 年 7 月 31 日的東京，當我國羽球好手王齊麟和李洋，以直落二的佳績奪下東京奧運男子雙打金牌的當下，舉國上下歡慶喝采之餘，社會上更瀰漫著一股對體育運動的關注，我國更在此次奧運會的奪牌總數創下空前絕後的佳績，同時，當所有人將目光和討論聚焦在競技運動的績效時，「體育班」三個字再次逐步浮上檯面，成為媒體、輿論和專家等各方人馬高度關注的議題。

Angle

體育班對於我國競技運動的發展功不可沒，尤其在此次東京奧運會中，我國絕大部分的奪牌選手皆在高中時期便就讀體育資優班，以學生運動員的身份在競技賽場上奮鬥至今，然而，這一路的奮鬥途中，卻也在大環境的迫使下，犧牲了許許多多年輕學子的未來和生涯發展。根據教育部體育署（2021）所公布之「109 學年度學校體育統計年報」，在全國開辦體育班的 150 所高中職裡，體育班班級數共計 495 班，總人數高達 10273 人，其中未來在大專校院階段繼續就讀體育相關科系的人數卻遠不及此，甚至，在職涯發展上最終仍投身與體育運動相關產業的人口，更是寥寥無幾。據此，對於高中時期就讀體育班的學生而言，專項運動項目、課業及第二專長的兼顧至關重要，如果一味的將時間、心力全部投注在運動訓練之上，極有可能導致學生在未來進入社會、求職階段產生難以彌補的鴻溝，反之，若能在學期間妥善安排運動訓練和課業，抑或同時修習第二專長，勢必對於體育班學生在往後生涯規劃上，擁有更多的彈性和競爭力。

然而，情況往往事與願違，高中體育班學生學習動機低落的情況屢屢發生在學校社會的日常。由於在學生時期學習狀況較為落後，而致使在進入大學後課業表現力有未逮，進而影響到學生的生涯規劃與職涯發展。基此，本研究將列出造成高中體育班學生學習動機低落的主要幾點因素，並初步探討其原因與解決方法。



影響高中體育班學生學習動機低落之因素

一、專長訓練負荷過重

根據「高級中等以下學校體育班設立辦法」第 18 條之規定：「高級中等學校，每日訓練時數，至多以三小時為原則。」此條文乃是因為考量高中以下學生之身體負荷，以及保障其受教之權益而設立。然而，目前國內仍有許多體育班並未全然遵照此規定。在以競賽成績為主要績效的功利導向之下，教練與選手多半也將專項成績作為在學時期的首要目標，此外，在許多較為傳統的訓練觀念下，土法煉鋼的長時間及高負荷訓練方式，仍舊流傳在多數資深教練之間，儘管這樣的訓練導向，確實能夠為部分選手在運動成績上帶來顯著的成效，然而，卻也致使許多學生運動員飽受運動傷害之苦，進而對其生涯發展造成負面的影響，更重要的是，長時間高負荷的訓練，讓學生在結束專長訓練回到教室內後，往往早已感到疲憊不堪，間接導致學生利用上課時間睡覺且難以專注在課堂內容等問題恣意氾濫，長時間累積下來，學生對於課業學習的成就感低落，學習動機更逐漸遭到抹殺，久而久之便造成難以彌補的空缺。目前許多體育班在課程及訓練時間上安排不當，使得上課時數明顯不足，且對於學科的專注度與重視度明顯低落，導致體育班學生學科成績與非體育班學生落差甚大，進而造成升學競爭力的下降（程瑞福，2011），甚且，也讓體育班學生在不知不覺間，漸漸被世人貼上頭腦簡單四肢發達的標籤。

二、大學端錄取門檻過低

110 學年度，我國大專校院學校總數高達 149 所，其中包含大學 126 所、學院 11 所、專科學校 12 所。在少子化的浪潮下，越來越多學校面臨停招、併校、甚至廢校的困境，同時，為了爭取吸引更多學生前來就讀，許多院校的錄取標準也因而逐年降低，造就如「7 分可上大學」此類的聳動新聞標題，更有被戲稱是只要會寫名字就有大學念的窘境。大學學歷貶值的社會環境下，許多高中體育班學生便秉持著「一定有學校念」的想法，因而放寬對自己課業的要求，逐漸喪失對於學業的學習動機。此外，為了保障高中運動員就學機會的運動績優生入學管道，提供各大專校院開辦獨立招生的名額，然而，卻也致使部分高中體育班學生，更加忽視學科的重要性，而只求以體育競賽成績錄取學校，自然學習動機也因而變得低落。

三、對未來欠缺規劃與目標

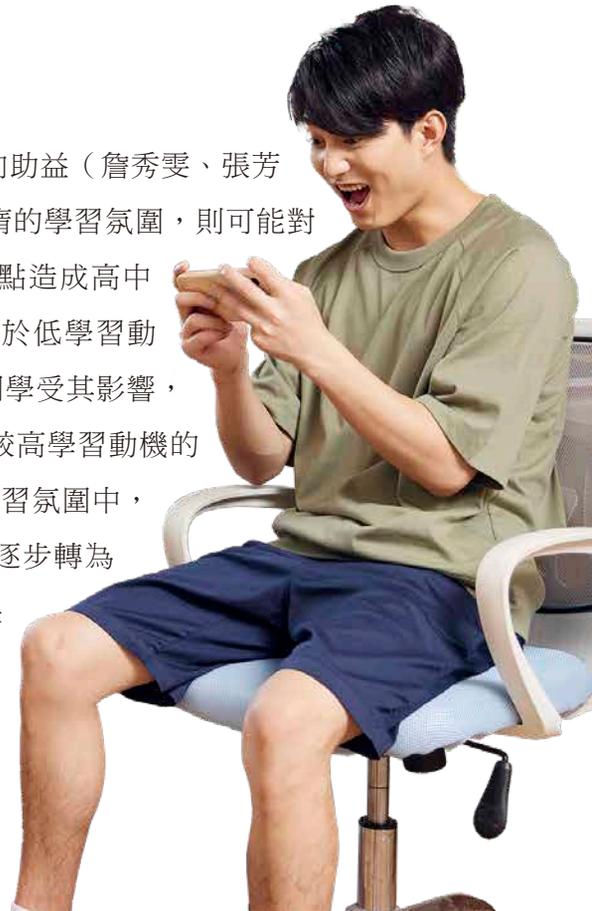
對於大部分的高中體育班學生而言，就讀大學似乎是中學畢業前最終的生涯目標。然而，人生的路還很漫長，尤其對於運動績優生而言，最終能夠走向職業運動、或以競技領域維生的人，更可謂少之又少，因此在大學階段，勢必還得培養其他興趣及專業，以順應社會、適性發展，為了保障體育班學生就學機會的運動績優生體制，卻也間接害了運動員生涯一途，在良好的出發點建立下，所存在的問題著實發人省思。

對於未成年高中生而言，生涯規劃與目標往往較為模糊，通常需要仰賴教育及家庭背景，方有所依循。臺灣社會的社會階層地位普遍受到教育、收入與

職業的影響，接受教育的年數亦是反映社會階層化（黃毅志，2002）。而高中職體育班學生的家庭收入並不富裕，家長的教育程度亦不高，且主觀家庭社會階層以中層居多（洪煌佳、唐慧媛，2011），因此，在高中體育班學生之未來生涯上，家庭往往難以提供較為實際的規劃與安排，致使學生本身缺乏遠見，而間接喪失許多學習成長的機會。劉佳杰、李榮尚、吳勤榮（2017）的研究指出，屏東縣高中職體育班學生在「就讀動機」對於「職涯規劃」無顯著影響，顯示學生在就讀體育班時，並未仔細考量其未來發展與規劃，而是多半受制於其他外在因素。如果沒有明確的方向，那麼學生便容易淪於怠惰，對於課業的要求與學習動機，自然也就難以有所提升。

四、同儕氛圍相互影響

中學生的同儕互動情形對於學習成就具正向助益（詹秀雯、張芳全，2014），反之，若同儕間瀰漫負面或是怠惰的學習氛圍，則可能對於整體學習成效產生反向的影響。綜合上述三點造成高中職體育班學生學習動機低落的因素，當班級中屬於低學習動機的學生數逐步增加時，便容易有越來越多的同學受其影響，如入鮑魚之室，久而不聞其臭，對於原先具備較高學習動機的學生而言，可能因長時間暴露在較低迷的課程學習氛圍中，同時，也為了迎合同儕團體、融入社交圈，而逐步轉為學習動機低落的族群。此外，即便自身始終保有高度的學習動機，教師也可能因整體班級學



習氛圍較差，而不得不調整、改變授課方式，影響教學品質之餘，進而扼殺其學習機會。同儕間學習風氣的導正實屬不易，因此，應當就大方向儘早進行輔導，以避免班級淪落至此。

淺談改善高中體育班學生學習動機低落之方式

高中體育班學生學習動機低落之情況，與現行升學方式、教育環境等息息相關，就連專任教練之績效考核，也會影響學生之訓練方式，進而產生上述所提及之困境。在政策面的影響因素，要有所改變至關困難，所謂牽一髮而動全身，教育體制與大環境的改革絕非一朝一夕便能有所成效，或許可以透過教育方針的擬定，來逐步改善整體環境，例如：訂定體育班基本學科檢定，以強化體育班學生的基礎學科能力，然而，正所謂上有政策下有對策，學科檢定能否落實和成果能否如預期般有效改善體育班學生之學習動機，確實仍是一個待驗證的問題。

對於老師或教練等教育工作者而言，或許可以說是最具改變高中體育班學生學習現狀影響力的一群人。首先，在術科專長訓練負荷過重的部分，隨著近年來運動科學的興起，越來越多年輕世代的教練，在觀念上開始反對過往土法煉鋼的訓練模式，進而提倡「低時間成本和高效率」的科學化訓練，站在學校代表隊教練的立場，若能利用相當有限的時間，便達成訓練成果上的效益最大化，則勢必能在選手的上課時數，以及課業輔導上有更多更彈性的安排，維持體育競賽績效之餘，進而提升體育班學生的基本「學力」。

Angle

「師者，所以傳道、授業、解惑也。」老師的存在，不單單是為了傳授知識與學問，更該協助學生確立目標及規劃人生藍圖。因此，高中體育班學生的學習動機，著實能夠仰賴老師對教育的熱情來提升，除了教授課本內的知識外，更該讓學生明白「所學何事？為何而學？」的概念，而非一再盲目地授予考試導向的學習內容，若能有效的誘發學生的學習興趣，並且讓其認知「學習是為了自己的將來」，絕非單單只為了參加考試、進入大學，而是存在更遙遠的人生規劃與目標，定能促使學生有較高的學習動機。此外，老師對於體育班在學業上的教導態度，亦對於班級整體學習氛圍有很大的影響，如果對於體育班學生的課業有所要求，甚至如電影「卡特教頭」般，用以限制運動員參與訓練和競賽的機會，勉勵學生培養正向積極的學習動機之餘，亦能促使整個班齊心前進、造就共患難的冒險精神。據此，體育運動教育工作者因永保初心，不僅為帶來更好的教育現場，更為高中體育班學生無可限量的未來。

結語

英國作家狄更斯在經典名著《雙城記》中寫道：「這是最好的時代，也是最壞的時代。」或許正如同目前我國高中體育班的環境，儘管擁有許多為人詬病的紕漏，但也正因如此，才存在著這些值得被改變的事物。隨著教育從業者的這道窄門越來越擁擠，高中體育班的第一線教育現場，勢必在往後數十年將投入一批又一批滿懷教育熱情的年輕老師及教練，而憑藉著這群人的努力，也將必然迎來最好的時代，為高中體育班的未來寫下嶄新的一頁。

本研究所列舉影響高中體育班學生學習動機低落之因素，僅就過往文獻回

顧及研究者自身學習與觀察表述，據此，可作為往後體育班學生學習動機相關研究之基礎資料，如編制量化問卷變項或是進行焦點團體法問題綱要等之參照，以期深化我國體育班相關研究之學術量能。而詳細之變項因素及影響顯著程度等，則仰賴後續研究進行實際驗證，可作為往後學術研究上之建議。

參考文獻

- 劉佳杰、李榮尚、吳勤榮（2017）。體育班學生就讀動機、未來升學意向及職涯規劃之研究。*休閒與社會研究*，16，1-16。
- 洪煌佳、唐慧媛（2011）。生涯十字路口的徘徊：台灣高中職體育班學生生涯選擇現況。*休閒觀光與運動健康學報*，1（2），17-24。
- 教育部體育署（2021）。109學年度學校體育統計年報。臺北市：作者。
- 程瑞福（2011）。改變體育班本質的關鍵問題。*學校體育*，122，56-58。
- 黃毅志（2002）。社會階層、社會網路與主觀意識—臺灣地區不平等的社會階層體系之延續（第二版）。臺北市：巨流。
- 詹秀雯、張芳全（2014）。影響國中生學習成就因素之研究。*臺中教育大學學報*，28（1），49-76。