月旦知識庫

談體育班的未來發展方向

曾瑞成 / 玄奘大學退休副教授

壹、前言

2013 年教育部體育署成立後同年發布「高級中等以下學校體育班設立辦法」，首次將管理體育班法制化，接著於 2021 年 3 月 2 日再度修訂發布，完成相對周延的體育班管理法規。2025 年 9 月運動部成立，體育班歸屬運動部管轄，惟運動部提議將體育班移轉至教育部管轄。原則上，不管體育班歸屬哪一個部會管轄，其管理機制均宜有所調整，在確立管理機制後，將相對有利未來體育班的運作，以下僅就未來體育班發展方向，提出幾點淺見。

貳、體育班設立目標

要談體育班設立的目標就有必要追本溯源，了解我國為什麼要成立體育班，依據目前相關文獻，我國體育班的設立，起源於1971年我國退出聯合國之後，由於外交空間遭受嚴重擠壓，亟需借助體育外交拓展國際活動空間，培養優秀選手成為體育政策重點之一。臺灣省政府教育廳為配合國策，乃訂頒〈臺灣省公私立中等學校體育班設置計劃〉，期能透過集中訓練之方式，建立運動人才培養網，對具有潛能、優良運動記錄之人才，作有計劃之長期培訓。而教育部亦於1984年頒布〈重點發展單項運動實施學校得依需要實施

月旦知識庫

其他適當之編班方式〉之行政命令，通函全國實施，打破國中常態編班之限制，以利體育班之實施。體育班之設置，除考慮師資、場地、設備等條件外並以下列方式實施：

一、高級中等學校體育班包括下列兩類：

（一）多項運動體育班，可選擇田徑、游泳、體操、球類等項，每校以不超過三項為原則。

（二）單項運動體育班，可選擇田徑、游泳、體操、柔道、拳擊、籃球、足球、排球、橄欖球、桌球、網球、棒球、壘球、手球、羽球等項，每校以一項為原則。

二、國民中學（含初級中等學校），僅設置單項運動班，各校可從田徑、游泳、體操、籃球、足球、排球、桌球、網球、棒球、壘球、手球、羽球等項中任選一項（曾瑞成，2000）。

由以上文獻可知，體育班成立的目的是要培養優秀運動選手參加國際賽會，拓展外交空間。但由於現在時空環境的轉變及目前我國高額的國光體育獎金位居全球前列的政策來看，爭取國際頂級賽會成績，似乎才是主流。建議政策上宜調整為藉著優異的國際賽會成績，帶動國內運動風氣與運動產業，在此政策導向上，設置體育班的目標，建議即可明確設定為培育具備在國際賽會奪取獎牌的優秀運動選手。

月旦知識庫

參、體育班的發展運動種類

在體育班以培育具備在國際賽會奪取獎牌的優秀運動選手目標下，體育班的發展運動種類宜慎重選擇。從檢視歷屆奧運各國得牌情形可以發現，各國的得牌運動種類幾乎都有集中在幾個運動種類的現象，即使像中國、美國、英國、法國、日本與澳洲等運動強國亦不例外，同時考慮到我國的運動環境及少子化的衝擊下，體育班的發展運動種類更需有所抉擇。為了讓資源集中發揮效益，建議主政競技運動的運動部宜分析我國歷屆奧亞運得牌情形、人種優勢與發展環境等因素後，列出優先發展運動種類，提供設立體育班時選擇，其他奪牌潛力相對較低之運動種類，則可朝全民運動發展方向推廣，調整現行發展過多運動種類之現象。

肆、建構學校運動培訓體系

建立一貫的體育班培訓體系一直是學校與行政單位的期待，但受限於各縣市資源不一，在執行上常受到部分限制，建議運動種類的培訓體系不宜受限在體育班，宜結合重點運動發展學校、基層訓練站及運動社團，擴大整合資源，方能有效建立培訓體系。

伍、體育班的設立與運作

一、體育班的設立

1987年規劃高級中等學校體育班課程綱要時，教育部曾以專案委託研究世界各國體育班的課程規劃，結果發現只有中國大陸的體育學校有類似

月旦知識庫

的規劃，其餘各國大多以運動社團的模式發展學校運動代表隊，因此未來設置體育班時即宜慎重規劃。本文建議在國中以下的義務教育階段，宜依據國民教育法，以養成德、智、體、群、美五育均衡發展之健全國民為宗旨（國民教育法，2023），每位學生均應接受所有學習領域的教學，不應有所偏廢，以維護所有學生的學習權利，落實義務教育的精神。而義務教育階段的學生除了8項（語文、**觀察**、數學、科學推理、邏輯推理、空間、美感、創意）潛在發展能力尚不明確之外，其適合之運動種類事實上亦多未明確，不宜過早分化，避免選擇錯誤，浪費學生的運動天賦，因此不宜在國中以下設置體育班。而少數有運動潛能或需從小練習之運動種類，則宜由家長與學校合作，以社團方式發展。具體而言，此學習階段之學生在實施體育教學過程後，如果發現有運動資賦優異者，則宜在學生主動提出需求及家長同意的情況下，再協助為其找尋師資、設備、場地器材與經費等訓練與參賽資源，運用課外時間加強訓練為主軸，而非學校為追求競技目標，主動擇定學生，要求訓練，為校爭光，導致挖角選手、教練獎金等問題叢生。至於高中階段則建議視成班條件設置體育班，現行「高級中等以下學校體育班設立辦法」第7條有明確之規範（高級中等以下學校體育班設立辦法，2021），各主管機關宜核實審查，不宜受外在壓力影響，避免未來實際運作後產生各項問題。至於現行高級中等以下學校體育班設立辦法第22條規定「體育班的辦理績效納入為校務評鑑、校長成績考核及校長遴選之重要參據」，在運動部成立並將學校體育回歸教育本質後，建議刪除。因為依據國民教育法及高級中等教育法，學校已經沒有培養競技選手的義務，如果有學校願意主動挑起辦理體育班的額外工作，就應給予肯定而非究責。

月旦知識庫

二、體育班的運作

有關體育班的運作事項繁多，本文僅針對現行運作上有需要調整者提出個人淺見，首先在體育班發展委員會的組織與運作上，在本刊202期已有詳細論述，重點在依法落實實施，不再贅述，其餘則分別概述個人淺見如下：

（一）班級學生人數

在少子化的衝擊下，目前各學習階段的體育班大多面臨招生的壓力，尤其在未來大多數學校將面臨減班甚至廢校的情形下，要成立體育班時應特別慎重。過去體育班學生人數比照特教，以15人為成班基準，因此再降低成班人數的機會相對較低，設置體育班的學校宜積極了解學生來源，如果實在無法成班，建議盡快轉型為重點運動發展學校運作，避免造成未來師資超額之燙手山芋。

（二）專項訓練課程

體育班的學生主體是十二年國民基本教育的學生，運動訓練不應影響其學習權益。因此，專長訓練課程是否有調整空間？目前國中6至8節的專長訓練課程已占據六分之一以上的學習時間，高中8至10節的專長訓練課程甚至已接近三分之一。惟檢視教練提出的課程計畫及實際上課的教室日誌，可以發現內容不斷重複，不外乎是進行體能與技術訓練，因此術科課程建議調整為一天一節，每週五節即可。在體育班課程實施規範未修訂前，建議暫時行政命令規範僅安排部訂必修授課時數，不在彈性課程及選修課程再加開專長訓練課程，以保障學生學習普通班班級課程之權益。

月旦知識庫

（三）訓練與參賽

目前輿論對體育班的批評大致聚焦在超時訓練與頻繁參賽，導致學生基本學力低下，甚至造成運動傷害等。事實上，依規定教練每年都要提出年度訓練計畫供體育班發展委員會審查，訓練計畫基本上要包括：1.學期間與寒暑假期間，一週七天的每天訓練時間，以利檢核訓練時間是否在三小時以內；2.年度參賽計畫，以利檢核年度參賽公假是否在30天的範圍內；3.訓練內容是否包括體能、技術、戰術與心理四大構面。如果教練能確實規劃訓練計劃並落實，將能有效降低上述爭議，學校亦可以此計畫表審查與督導。訓練計畫架構參考表如下，以利教練參考：

表 1

學期間每週每日訓練時間表（檢核每日訓練時間用）

星期 節次	一	二	三	四	五	六	日
晨間	7：30 8：20						
一							
二							
…							

*註：*上下學期間訂定一份即可。

月旦知識庫

表 2

寒暑假每週每日訓練時間表（檢核每日訓練時間用）

星期 節次	一	二	三	四	五	六	日
晨間	7：30 8：20						
一							
二							
…							

*註：*寒暑假間訂定一份即可。

表 3

年度參賽計畫（檢核公假日數與規劃參賽補課）

參賽日期	預計參賽賽會名稱	公假日數	備註
範例： 2024/09/06～09/10	000 盃錦標賽	5	
…			

*註：*各運動種類可依學生程度實際需求，規劃不同之參賽計畫。例如一軍規劃一份參賽表，二軍規劃一份參賽表。

月旦知識庫

表 4

訓練週期內容依四大構面規劃

週次	訓練內容				
	體能	技術	戰術	心理	測驗紀錄
一					
二					
…					

註：（一）各週訓練內容請依訓練週期實際需要填寫，不一定每週都要規劃四大構面；（二）因應各運動種類特性，運動戰術與運動心理適度納入訓練內容即可；（三）各構面如有施測，才需填寫測驗紀錄，以利了解學生訓練狀況與上傳資料。

（四）基本學力

社會輿論批評體育班的主要焦點為學生基本學力低落，例如2024年棒球專長學生會考成績「5C」（5學科皆未達基礎門檻）比例即達35.85%，遠高於全體考生的平均6.62%。輿論大多認為訓練與參賽占據學生時間導致學生成績低落，事實上，除了訓練與參賽減少上課時數外，部分學生學術性向不足，也是原因之一。因此解決之道，除了提供體育班學生和普通班學生相同的課業輔導機制外，如國立臺北教育大學李佳耀教授所呼籲，各單位或協會應避免在上課期間辦理比賽亦頗有參考價值。同時亦可規範各單項運動協會辦理分級比賽，並限制參加場次，讓學生能依程度參加比賽。在體育班學生和普通班上課時間及課業輔導機會差異不大的教育機會均等情境下，補足體育班學生的基本學力。

陸、結語

月旦知識庫

有關體育班的議題繁多，從最近監察院的調查報告、行政院前政務委員**張景森**提出的廢除體育班，到運動部部長拋出的體育班轉型等都是體育班現在所面臨的困境，其中又以學生基本學力低落最受輿論關注。為回應體育班的重要議題，建議體育班未來的發展方向，本文分別從體育班設立目標、體育班的發展運動種類、建構學校運動培訓體系及體育班的設立與運作等四大面向提出個人淺見，供行政單位及高中以下各級學校參酌。

月旦知識庫

參考文獻

曾瑞成（2000）。*我國學校體育政策之研究：1949-1997*〔博士論文，國立臺灣師範大學〕。臺灣博碩士論文知識加值系統。https://hdl.handle.net/11296/j7gm66。

國民教育法（2023 年 6 月 21 日修正公布）。全國法規資料庫。https://law.moj.gov.tw/LawClass/LawAll.aspx?pcode=H0070001

高級中等以下學校體育班設立辦法（2021 年 3 月 2 日修正發布）。全國法規資料庫。https://law.moj.gov.tw/LawClass/LawAll.aspx?pcode=H0120071