

行政院國家科學委員會專題研究計畫成果報告

臺灣運動教練課程模式之研究

計畫編號：NSC 89-2413-H-034-002-

執行期間：89年8月1日至90年12月31日

計畫主持人：林文郎 博士 國立臺灣體育學院體育研究所

共同主持人：江界山 博士 陳景星 教授 中國文化大學教練研究所

研究員：黃彥翔 弘光技術學院體育室

劉秋琴 中國文化大學教練研究所

壹、中英文摘要

本研究主要目的在於分析和比較國際與我國運動教練證照制度與課程的差異和探討我國運動教練專業能力和課程的需求,進而發展國家運動教練課程模式。1055位國家級運動教練和282位學校專任教練參與本研究。研究工具乃為「我國運動教練專業能力需求與課程發展之研究問卷」和「臺灣運動教練課程模式之研究問卷」之自製問卷。資料分析包括:內容分析、描述統計、因素分析、單因子變異數分析、薛費考驗和典型相關考驗。根據本研究結果國家級運動教練課程模式,專任運動教練課程模式和教練研究所課程模式已建立。

關鍵詞：運動教練、證照制度、課程模式

Abstract

The purpose of the study was to compare and analysis the distinction of certificate system and curriculum of sport coach between international and our country, and to discuss the requirement of competencies and curriculum for coaches so as to develop a national curriculum model for sports coaching in Taiwan, the Republic of China.

1055 national sport coaches and 282 full-time school coaches participated in this study. The instrument, entitled "Competency analysis and curriculum development questionnaire" and "National coaching curriculum model questionnaire" were developed by the investigator through the procedure of identification of concept, review of literature, pilot study and reliability test. Data analysis includes content analysis, descriptive statistics, factor analysis, one-way analysis of variance, Scheffe's test and canonical correlation computing by SPSS for window 8.0. Based on the results of this study, curriculum models for national coaches, school coaches and curriculum structure for the graduate schools are recommended.

Keywords: sport coaches certification system curriculum model

貳、緣由與目的

當國際競技運動訓練的演進愈來愈具有競爭性時，教練的素質乃是決定一個國家在國際運動競賽舞台上成功的主要關鍵因素。運動教練課程的需求，在運動科學的文獻上已經廣泛的被引證，教練對於選手在社會、心理、情緒和價值的發展上扮演著影響的角色。林文郎(民 88)亦認為一位受過訓練且能有效率地執行運動訓練方法的教練是十分重要的，因為教練不僅能夠提昇選手經驗獲得的品質，而且幫助選手達到自己成功的水準。再者，教練是俱樂部、休閒部門、職業球隊和學校的代表人物，也是選手運動傷害極重要的預防者，因此世界高水準之競技運動國家為擁有眾多優秀運動教練莫不從運動教練培育制度著手(葉憲清，民 86)，例如德國、日本、前蘇聯等國家在 60 年代開始從事運動教練培訓工作的研究；70 年代德國、加拿大、澳洲則逐步實行教練資格制定制度和培訓制度，而亞洲的日本在 1987 年由文部省推動社會體育指導員資格認定制度；大陸也在 1987 年開始從事教練培訓制度的研究，而韓國也在 1998 年 11 月 1 日成立韓國高級教練學院(林文郎，民 88)。

反觀我國，雖然體育運動總會與各單項協會制訂 C、B、A 及國家級教練制度，但根據許多學者(陳全壽，民 86；江界山，民 86；邱金松，民 81)的文獻發現，當我國各單項協會所主辦的教練研討會，並不太重視講習的效果，甚至是一種應付的心態。教練的工作是一種相當複雜且需求的職業(Chambers, 1997)，目前我國的教練制度可以說是一種倒金字塔型的構造，上面有一大群所謂國家級教練，下面卻幾乎沒有受過專業訓練有資格的教練從事培養選手的草根工作(陳全壽，民 86)。全國體總秘書長廖裕輝亦指出目前全國領有國家級教練證者共三九三一人，但並不一定具備國家級教練能力。他建議應儘快落實教練檢測和分級制度，才能提昇我國競技水準(鄭清煌，民 88)；邱金松(民 81)也認為我國運動專業教練的養成(1)缺乏運動教練管理法令；(2)就業單位不重視教練證照的專業價值；(3)授證單位標準不一；(4)知能研習浮泛而不專精，和(5)運動教練培育與實際間問題脫節。近二十年來，我國運動訓練成績和其它國家相較起來進幅度偏小，進展的速度緩慢，其重要因素在於教練水準及現行運動教練培訓課程與制度不健全(江界山，民 86，林文郎，民 88)。

一九九八年曼谷亞運的檢討會中許多單項協會或教練們都認為外國的成績進步太快，追究其主要原因之一，在於教練的運動訓練觀念、知識、方法與科技整合不斷的翻新與改變。臺灣是一個島國的國家大部份的訓練訊息與其它國家隔離；加上教練的語言能力偏低、訓練的研究不足及單項協會的教練培訓制度不落實，致使我國運動成績停滯。再者，基層的教練不了解人體成長發育及周期性的原則，引起少年及青少年因過度訓練所造成身體傷害及變型的臨床病歷比例增多。如何發展、計畫、執行和評估國家運動教練培訓課程與制度及確保運動教練的品質管制，將是我國 21 世紀發展競技運動的重要課題，而培訓課程的發展與內容對於教練專業能力的養成將扮演著極重要因素。因此本研究主要的目的在於探討國際運動教練培訓課程、我國運動教練專業能力與課程的需求，建立我國運動教練培訓課程之模式，進而：

- 一、配合行政院體育委員會建立國家運動教練證照制度及提供辦理運動教練在職進修之依據。
- 二、瞭解各國、運動單項協會和學校教練教育制度之異同。
- 三、提供運動教練專業課程與實習制度。
- 四、提供舉辦運動教練研討會及教育課程之依據。
- 五、確認我國運動教練證照制度之界定、類別、專業課程、專業知識和專業能力。

參、研究方法

一、研究對象：

(一) 國內外運動教練培訓課程現況之對象

第一部份之研究對象採立意抽樣 (Purposeful random sampling) 的方式選擇亞洲、歐洲、美洲和大洋洲具有代表性的八個國家進行教練制度資料收集。亞洲：台灣、大陸、日本；歐洲：德國、英國；美洲：美國、加拿大；大洋洲：澳洲。

(二) 我國學校運動教練專業能力與課程需求之研究對象

第二部份之研究對象以行政院體育委員會 282 位我國學校專任運動教練為普查對象。研究期間(12.1-12.31, 1999.)共郵寄出 282 份問卷，回收問卷為 221(78.36%)份，剔除無效問卷與填答不完整問卷後，有效回收問卷為

203(71.99%)份(如表一)。

表一：學校專任教練問卷回收情形

數量 \ 級別	大專		高中		國中		國小		合計	
	次數	百分比	次數	百分比	次數	百分比	次數	百分比	次數	百分比
總人數	27	100	43	100	89	100	123	100	282	100
回收問卷	24	89	38	88	63	71	96	78	221	78.36
有效問卷	24	89	34	79	58	65	87	71	203	71.99

(三) 我國國家級運動教練專業能力與課程需求之研究對象

第三部份之研究對象以中華民國體育運動總會之 3991 位國家級運動教練為普查對象。剔除地址異動(查無此人)、無效問卷與填答不完整問卷後，有效回收問卷為 1052(26.35%)份(如表二)。

表二：國家級運動教練問卷回收情形

編號	項目	次數	百分比	累計%	編號	項目	次數	百分比	累計%
1	太極拳	48	4.7	4.7	24	國術	59	5.7	57.0
2	民俗體育	8	.8	5.4	25	排球	72	7.0	64.0
3	田徑	98	9.5	15.0	26	現代五項	3	.3	64.3
4	划船	9	.9	15.9	27	軟式網球	30	2.9	67.2
5	合氣道	1	.1	16.0	28	棒球	34	3.3	70.5
6	帆船	1	.1	16.1	29	游泳	52	5.1	75.6
7	羽球	23	2.2	18.3	30	跆拳道	45	4.4	80.0
8	自由車	13	1.3	19.6	31	滑雪	5	.5	80.4
9	角力	33	3.2	22.8	32	溜冰	19	1.8	82.3
10	足球	33	3.2	26.0	33	摔角	11	1.1	83.4
11	拔河	42	4.1	30.1	34	槌球	7	.7	84.0
12	空手道	30	2.9	33.0	35	網球	32	3.1	87.2
13	保齡球	1	.1	33.1	36	輕艇	6	.6	87.7
14	柔道	41	4.0	37.1	37	劍道	8	.8	88.5
16	射箭	21	2.0	39.1	38	橄欖球	25	2.4	91.0
17	射擊	4	.4	39.5	39	擊劍	3	.3	91.2
18	拳擊	36	3.5	43.0	40	舉重	35	3.4	94.6
19	桌球	42	4.1	47.1	41	壘球	11	1.1	95.7
20	馬術	3	.3	47.4	42	籃球	6	.6	96.3
21	高爾夫	3	.3	47.7	43	體操	33	3.2	99.5
22	健力	26	2.5	50.2	44	手球	5	.5	100.0
23	健美	11	1.1	51.3	45	總計	1052	100	100

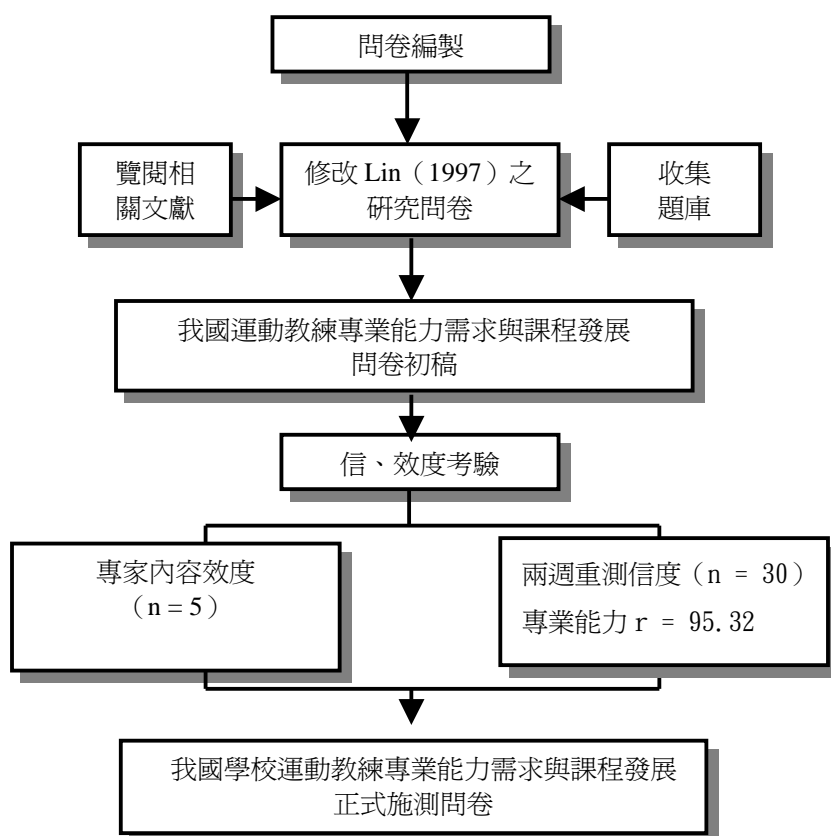
Gay(1992)認為描述性(descriptive research)研究時，樣本數最少佔母群體的 10%，若母群體較小，則最小的樣本數(少於 500 人)最好為母群體的 20%，因此本研究具有相當高的代表性。

二、研究工具：

(一) 我國學校運動教練專業能力需求與課程發展之研究問卷：

本研究依據問題的確證、文獻探討，國內外相關教練證照的課程、研究論文及國內外教練研究所之資料，修訂 Lin(1997)的「運動管理課程與專業能力需求之問卷」〔 $\alpha = .975$ ，(專業能力 $\alpha = .971$ ，課程 $\alpha = .983$)〕，問卷初稿設計完成後邀請 5 位教授、教練及課程專家進行問卷內容的修改。本研究之預試乃利用文化大學與台灣體院之 30 名在職學生(目前為現職教練)實施二週重測信度(test-retest reliability)的考驗，其重測信度係數(test-retest reliability coefficient)訂為 $r \geq .70$ 。測驗結果專業能力 $r = .95.32$ 和課程 $r = .97.38$ 。問卷設計流程如圖一所示。

正式問卷名稱為「我國學校運動教練專業能力需求與課程發展之研究問卷」，包括：一、個人資料；二、專業能力；三、專業課程及開放性問題等四部份。本研究量表採用李克特六分量表給予評分包括 6. 非常重要，5. 很重要，4. 重要，3. 普通，2. 不重要，1. 一點也不重要。受試者(自變項)，根據個人的觀點，評估或指出研究量表上 56 題專業能力和 66 題專業課程(依變項)在個人工作、職業或運動教練在職業準備上的重要性。

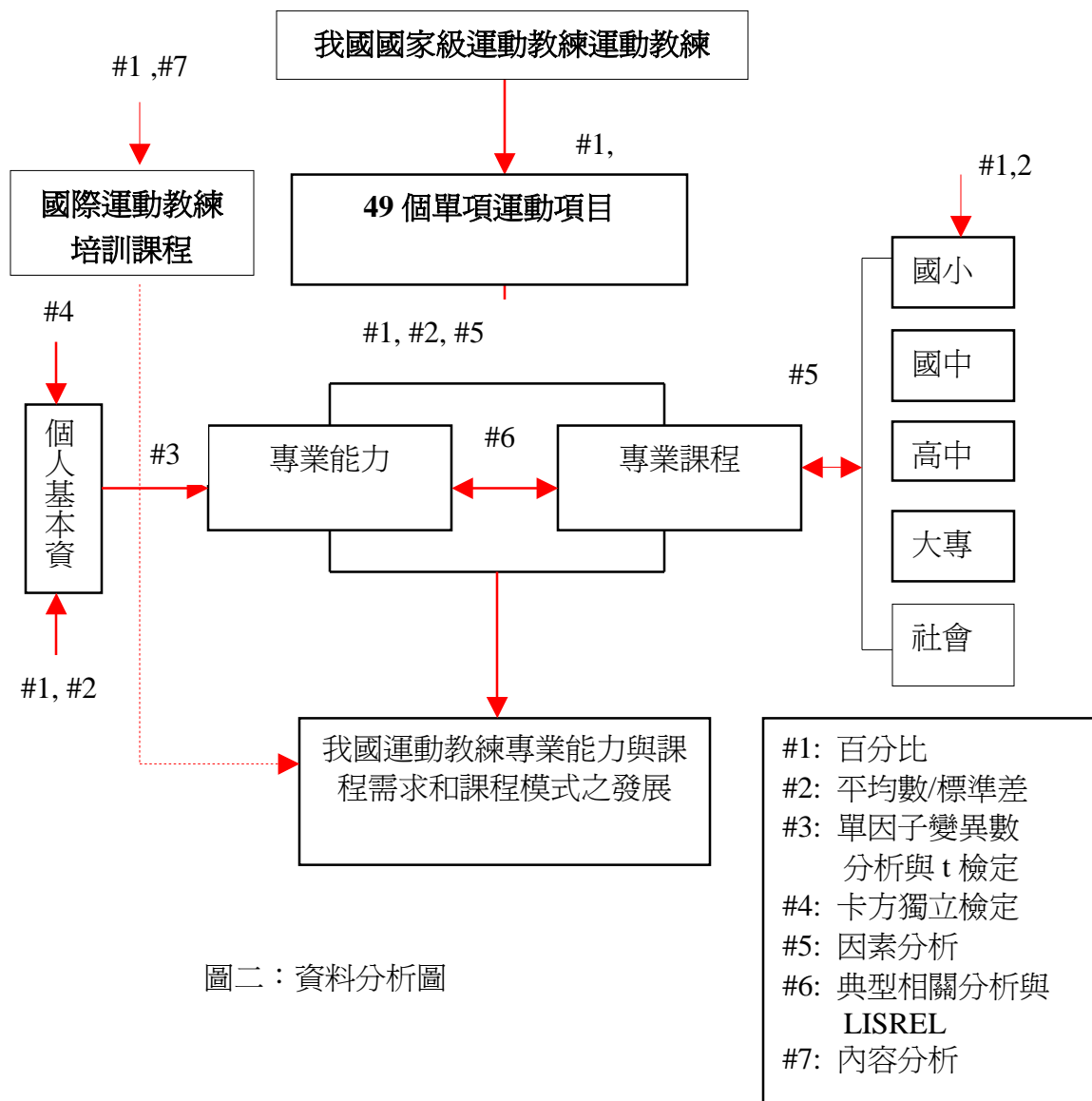


圖一：問卷設計流程

(二) 臺灣運動教練課程模式之研究問卷：

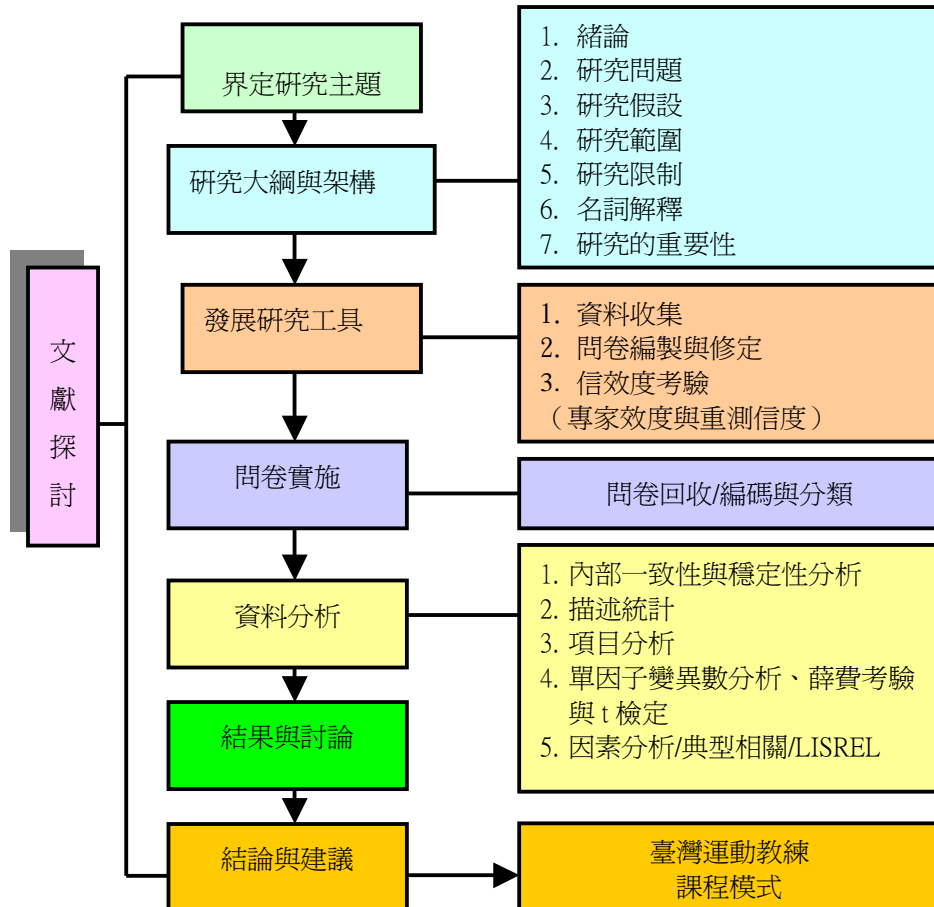
本問卷設計乃依據我國專任運動教練專業能力需求與課程發展之研究結果所發展出來的。以 203 份有效回收問卷，進行量表題目適切性分析，包括項目描述統計檢驗、遺漏值檢驗、極端組比較法（內部一致性效標法）、題目總分相關法、因素分析（同值性檢驗）、典型相關及驗證性因素分析（結構方程模式分析，Structural Equation Modeling, SEM）確定題目之信度及效度並發展出臺灣運動教練課程之驗證模式。問卷發出前再邀請 10 位教授、教練及課程專家進行問卷內容的修改。問卷內容包括：1. 個人資料十二題；2. 專業課程五十三題；3. 專業能力十五題及開放性問題等四部份。

三、資料分析：本研究之資料分析結構圖，如圖二所示



四、研究流程

本研究流程主要分為第一階段界定研究主題，第二階段發展研究大綱，第三階段發展研究工具，第四階段資料收集與分析，第五階段結論與建議（如圖三）。



圖三：研究流程

肆、結果與討論

一、國際運動教練培訓制度，依國家屬性和目的不同，一般由專門管理組織機構負責並配合學校機構負責培訓，可分為三至五級，其中最高級為國家級教練（如表三）；各國各級培訓時間皆不盡相同，約從十四小時至九百小時。課程大致可分為（一）基礎課程，（二）應用課程，和（三）實習課程，許多國家如澳洲、德國、英國、加拿大等在最高級的課程更配合學位課程一併實施（如表四），以二至三年完成。一般培訓的型式包括：在職進修、全職進修、遠距教學、研習會、電視教學、電話教學和學歷教育。各級教練進階的要求則包括：（一）教練經驗，（二）上一級教練資格，（三）學位，（四）單項協會推薦，（五）證照更新的要求：如著作、自修或研習，（六）其它：相關申請經由委員會認定之資格。

表三：國際運動教練培訓之領導單位、執行機構與培訓分級：

國別	領導單位	執行單位	培訓分級
大陸	大陸國家體育委員會	各單項教練培訓小組、省區市體委和相關體育院校	1. 初級：2. 3. 級 2. 中級：1 級 3. 高級：高級/國家級
日本	日本體育協會	各單項協會	4. 初級：C 級 5. 中級：B 級 6. 高級：A 級
澳洲	澳洲運動協議會	全國教練協議會	1 級：全國中小學教練 2 級：全國運動俱樂部與大學教練 3 級：全國中級水準教練 4 級：高級教練
德國	體育協會與教練學院	1. 體育協會：C、B、A 級 2. 教練學院：D 級	C、B、A、D 級
英國	全國教練基金會	全國各教練培訓中心	預備教練、助理教練、教練、高級教練、國家級教練
加拿大	教練協會	國家教練學院	1、2、3、4、5 級
臺灣	體育運動總會	各單項協會	C、B、A、國家級
美國	1. 美國並沒有國家運動教練證照和訓練制度，但美國體育運動協會發展一套國家運動教練標準，共有八個領域。 2. 美國各州，單項協會或民間團體也有教練培訓計畫，一般分為三級。		

表 四：教練研究所學位課程內容

學位課程	內容
教練研習	教練與教練過程；教練、選手和運動；訓練計畫；訓練與練習；比賽與運動表現；教練就是管理者；教練教育、訓練與發展。
教練研究計畫	問題的分析與定義；尋找和研究相關的知識和技巧以發現訓練問題；使用已知的方法檢查相關的練習理論；商議和思考其它教練的看法和忠告；提出解決問題的建議；評論研究計畫過程與結果的價值和限制；研究計畫的組織、實施、發表和答辯。
基礎輔助課程	運動社會學、運動資訓技術、運動社會心理學、運動生理學、運動調查與分析、運動心理學與運動學習、運動管理研究。
選修課程	運動社會問題；

二、我國學校專任運動教練大部份以男性(59.6%)居多，年齡約為 31-35 歲(50.3%)，擁有大專以上學歷(96.1%)，其中以台灣體院(省立體專)的畢業生居多(44.4%)。大部份學校專任運動教練任職約 5-9 年(87.7%)，平均每月收入為 30,000-40,000 萬元(82.62%)。從本研究發現，擁有教練證資格者僅佔 39.9%，其中具備國家級教練及單項協會 A 級教練者僅有 18.7% 與 6.4% 而已，而擁有碩士學位者也僅佔 4.9%。因此相關單位，應輔導教練進修，取得教練證照資格及碩士學位並鼓勵教練參與國際各種證照考試，如各單項總會教練証，美國運動醫學會運動指導員証，肌力與體能訓練員証...等。

三、我國學校專任運動教練認為前十項專業能力需求(如圖 四)

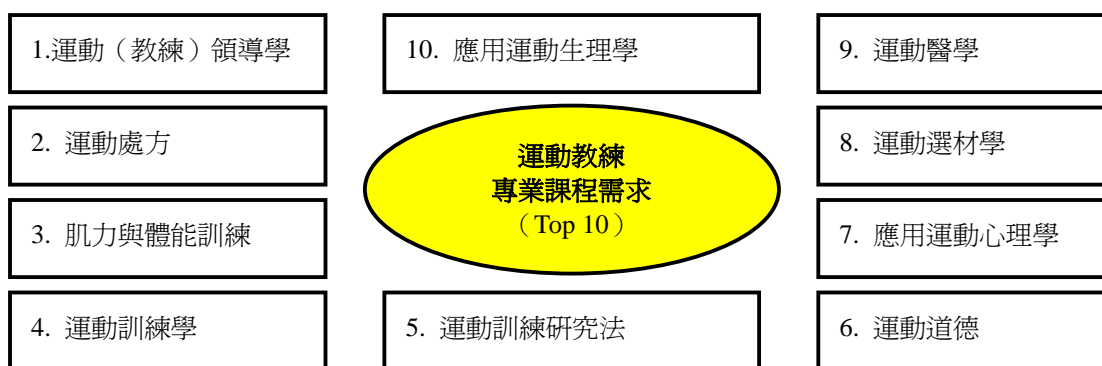


圖四：我國學校專任運動教練認為前十項專業能力需求

四、我國學校專任運動教練專業能力的養成應包括以下類別：

- (一) 體育行政，(二)運動團隊管理，(三)行政執行能力與籌募資金，(四)領導能力，(五)人力資源管理，(六)意外事件預防，(七)器材設施管理與公共關係，和(八)溝通能力。

五、我國學校專任運動教練認為前十項專業課程需求為（如圖五）：



圖五：我國學校專任運動教練認為前十項專業能力需求

六、我國學校專任運動教練培訓課程應包括以下類別：

(一)運動行銷，(二)運動訓練，(三)運動管理，(四)休閒活動教育與管理，(五)體育行政與實習，(六)特殊體育與休閒服務，(七)運動訓練科學，(八)體適能與健康管理，(九)運動諮商，(十)壓力管理。

七、我國學校專任教練面臨主要的問題包括(一)教練角色的定位，(二)升遷問題，(三)進修管道，(四)考核制度，(五)福利問題，(六)未受相關單位重視，(七)選手選材與來源問題，(八)退休制度，(九)任職學校無法配合，和(十)學校額外安排其它工作事務。

八、我國國家級運動教練大部份以男性(85.5%)居多，年齡約為 31-50 歲(62.9%)，擁有大學與碩士學歷(60%)。大部份國家級運動教練目前依然從事教練工作者 739 人 (72.0%)，已婚 893 人 (85%)，任職以 10-20 年最多，平均每月收入為 30,000-70,000 萬元，其中以體育教師最多 393 人。大部份的國家級教練為閩南人 (76.75)，血型 O 型 (41.4%)，星座以天蠍、雙魚、處女最多 (31.1%) 本身都有教練和選手的國際比賽經驗。

九、我國國家級運動教練認為前十項專業課程需求為（如圖六）：



圖六：我國國家級運動教練認為前十項專業能力需求

十、我國國家級運動教練認為最重要的前五項專業能力為：(一)運動訓練能力，(二)領導能力，(三)運動科學專業能力，(四)意外事件預防能力，和(五)溝通能力。

十一、我國國家級運動教練認為最滿意的前五項專業能力為：(一)運動訓練能力，(二)領導能力，(三)溝通能力，(四)意外事件預防能力，和(五)運動團隊管理能力。

十二、本研究模式經過結構分析後模式之適合度指標為 GFI=.97，AGFI=.76，NFI=.91，NNFI=0.80，CFI=0.96，RMR=.016，均在理想水準與接近理想水準之間，因此，本研究變所建構之模式整體適合度與內在品質應屬良好。圖七為本研究之「教練專業課程與專業能力結構路徑圖」。從圖七及表五中可以發現，在外生變項對內生變項的徑路當中，運動訓練課程對領導能力有正向顯著的影響關係 ($r^2=0.1$, $p<.05$)。教練人員對於運動訓練課程涉入愈深，愈能了解選手的缺點以及需要改進或加强的地方，因此在領導能力上也較能受到肯定。而運動科學課程對於教練領導行為亦有正向且顯著的影響 ($r^2=0.22$, $p<.001$)，運動科學課程主要包含運動生、心理學、力學、醫學及營養學等等，因此，教練在這些課程上的專業知能愈高，愈能了解如何讓選手在合理及科學化的訓練下獲得理想的成績。專業技術指導對實習課程對領導能力有正向且顯著的影響關係 ($r^2=0.13$, $p<.01$)，亦即教練對於訓練指導、裁判法、戰術應用及巔峰心理技能課程涉入愈深，愈懂得如何訓練選手並領導選手獲得優異的成績，此外，豐富的見習與參訪亦能增加教練的指導與臨場經驗，因此，亦有助於教練在領導選手方面的能力。

健康與休閒活動管理課程對行銷與服務能力有正向且顯著的影響關係 ($r^2=0.22$, $p<.001$)。健康與休閒活動管理課程所包含的課程主要有體適能管理學、運動諮商、壓力管理、適應體育設計、休閒服務管理及社區與學校休閒活動企劃課程，這些課程主要乃應用於休閒管理及團隊管理方面，因此，若教練對於這些課程有較深的了解，將有助於教練規劃選手日常健康休閒生活與對外推展運動團隊以建立團隊與社區良好關係的能力。

在內生變項對內生變項的徑路之中，領導能力對管理能力有正向且顯著的影響 ($r^2=0.82$, $p<.001$)，領導能力愈強對於團隊管理上愈有幫助。而管

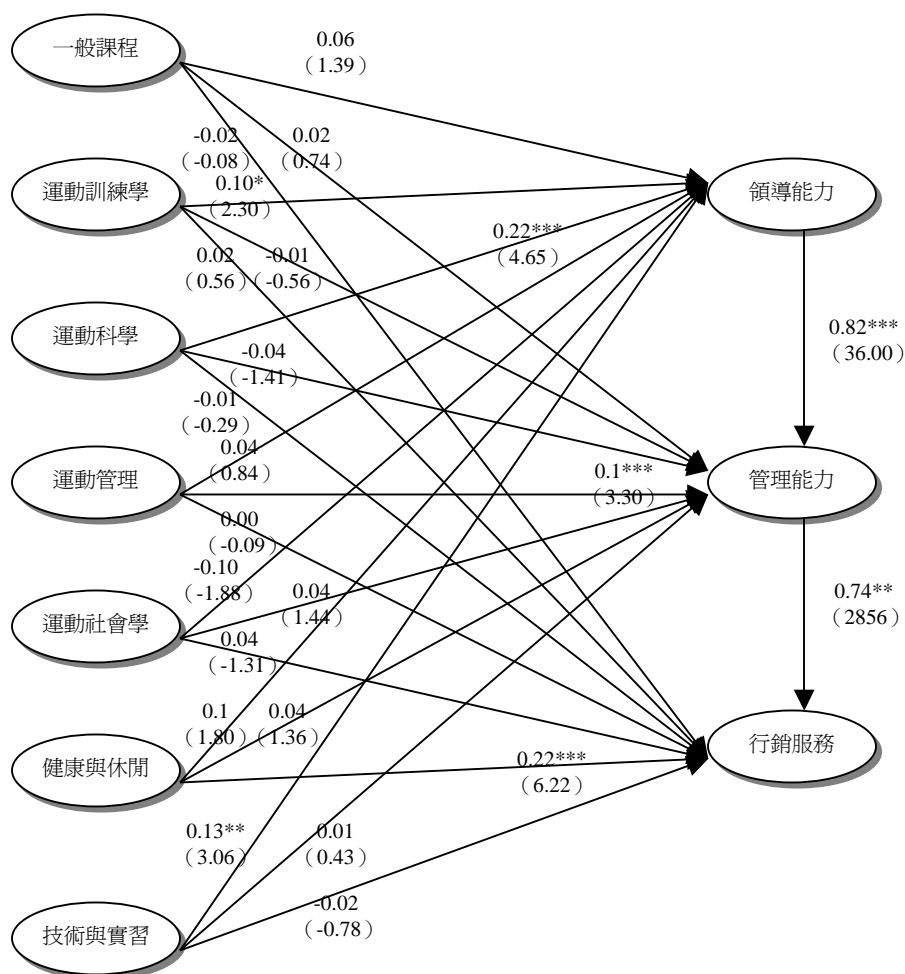
理能力對於行銷服務亦有正向且顯著的影響 ($r^2=0.74$, $p<.001$)，顯示教練對於管理課程了解愈深，對於運動團隊中選手的的管理以及團隊的經營愈有幫助。

表五 教練專業課程與專業能力徑路分析係數

	一般課程	運動訓練	運動科學	運動管理	運動社會學	健康與休閒	技術與實習
領導能力	0.06 (1.39)	0.10* (2.30)	0.22*** (4.65)	0.04 (0.84)	-0.10 (-1.88)	0.10 (1.80)	0.13** (3.06)
管理能力	0.02 (-0.80)	-0.01 (0.56)	-0.04 (-0.29)	0.10 (-0.09)	0.04 (-1.31)	0.04 (1.36)	0.01 (0.43)
行銷服務	-0.02 (-0.80)	0.02 (0.56)	-0.01 (-0.29)	0.00 (-0.09)	-0.04 (-1.31)	0.22*** (6.22)	-0.02 (-0.78)

括弧內數字為 t 值

* $p<.05$; ** $p<0.1$; *** $p<.001$

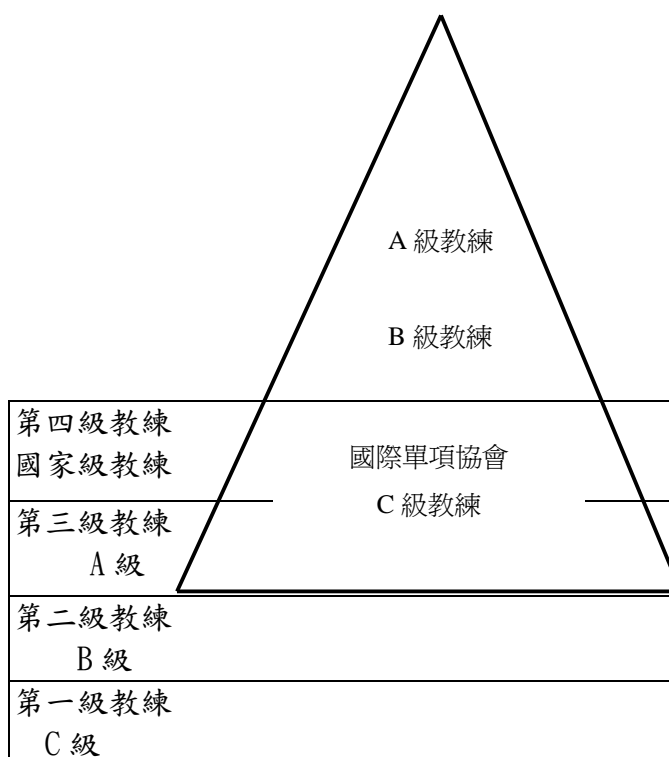


圖七 教練專業課程與專業能力
徑路分析圖

十三、我國運動教練制度體系：根據本研究結果和現行我國運動教練培訓制度設計之。將體育運動總會和單項運動協會教練制度、學校專任教練培訓制度、國際單項協會教練制度及大專院校教練培育課程統整為同一體系，如表六，圖八。

表六：我國運動教練制度體系

第四級教練 國家級教練	研究所 課程
第三級教練 A 級：單項協會國家級教練	學校專任 教練課程
第二級教練 B 級：省市級教練	大學 課程
第一級教練 C 級：縣市級教練	



圖八：我國教練制度與國際教練制度的聯結

十四、我國運動教練課程結構：

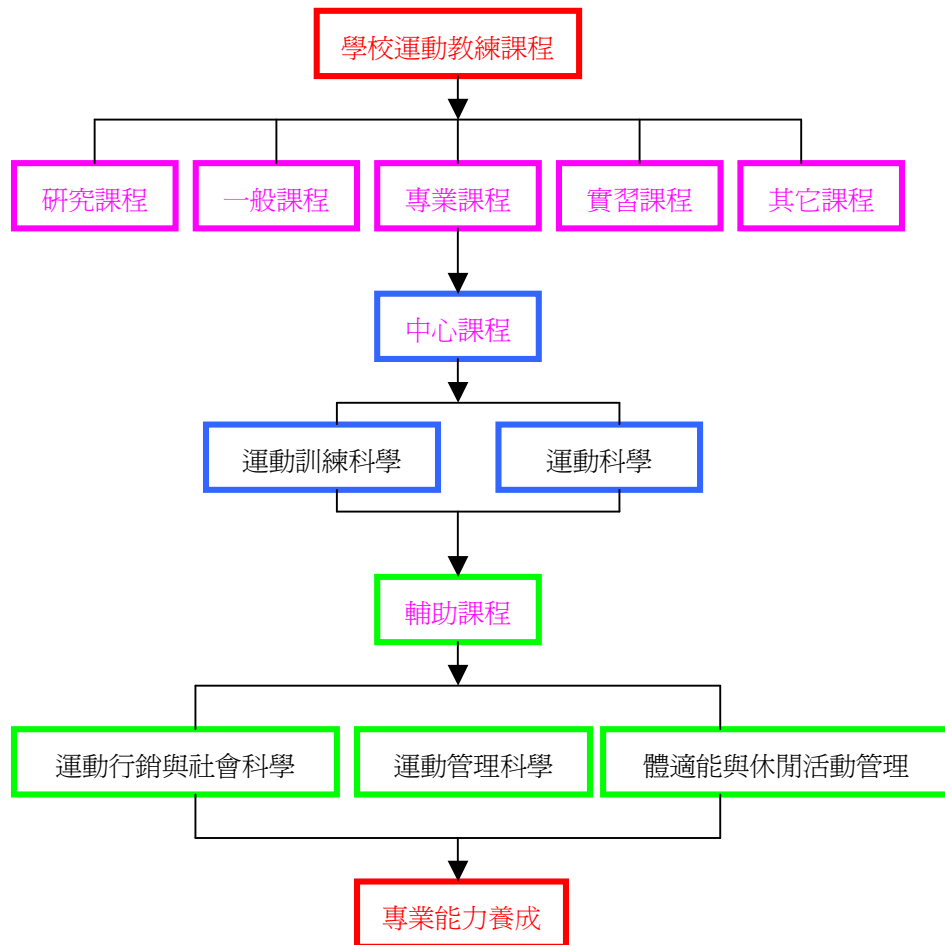
表七：運動教練能力分級

教練等級	教練能力	國家教練標準程級
第四級	教練必須在國際競技場上有重大或持續的成就。有專業能力成功地承擔國際級選手或團隊的組織、管理與訓練的執行	國家級教練
第三級	教練具有代表隊的實務經驗。有專業能力負責與管理選手或團隊準備參與國際性比賽。	A 級教練 教練指導員 進階教練
第二級	教練有能力規劃訓練和評估年度訓練計畫，並能帶隊參加省市及全國比賽。	俱樂部教練 資深教練
第一級	教練有能力規劃訓練和評估地方運動聯盟休閒活動參與者。並能帶隊參加縣市及省市比賽。有能力協助有經驗教練從事訓練工作及使訓練更加安全、有趣和休閒	指導員 教師 助理教練

表八：我國運動教練課程結構

教練分級	課程重點	課程內容
國家級 (二年)	強化優秀教練訓練與研究能力	運動科學、專項運動知識、實習、研究、個案分析
A 級 (200 小時)	協助發展教練之專業能力以協助精英運動員	1. 高級運動訓練法；2. 運動醫學；3. 巔峰表現的心理技能；4. 應用運動生理學；5. 應用運動心理學；6. 應用運動生物力學；7. 國際運動訓練發展趨勢；8. 單項運動訓練發展趨勢；9. 運動員健康管理；10. 運動學習與運動表現；11. 運動禁藥；12. 運動技戰術應用與分析 13. 壓力管理；14. 運動法律；15. 運動諮商學；16. 運動訓練研究法；17. 運動恢復；18. 運動團隊管理；19. 運動生化學。
B 級 (125 小時)	強調運動科學在教練與訓練上的應用	1. 訓練原則與方法；2. 過度性運動傷害；3. 運動按摩；4. 運動員運動訓練、運動競賽的心理特徵與訓練；5. 運動生物力學；6. 全面提高階段訓練計劃的制定戰術意識培養；7. 優秀運動員的科學選才法；8. 教學與訓練比賽期間應注意的問題及臨場指導能力的培養；9. 運動營養學；10. 專項裁判法；11. 肌力與體能訓練；12. 單項運動裁判法；13. 周期性訓練計畫的擬定；14 運動專項技術與戰術
C 級 (45 小時)	提供教練有關青少年訓練相關之技術與知識	1. 兒童/青少年生長發育；2. 運動傷害預防與急救；3. 兒童/青少年的心理特徵與訓練；4. 基礎訓練階段計劃制定；5. 單項技術基本理論；6. 兒童/青少年運動員的體能訓練；7. 運動選材與評估(內容、方法與標準)；8. 教練的角色；9. 教學、團隊管理、溝通技巧；10. 技術分析與發展；11. 教練實務操作；12. 運動安全；

十五、學校專任運動教練課程模式設計：運動教練課程模式設計乃依據本研究結果、文獻探討、及舊培訓課程設計之：（如圖九和表八）



圖九：學校專任運動教練課程模式

表九：學校運動專任教練課程表：

1. 一般與研究課程：

(1)體育英文	(2)公文與寫作	(3)電腦文書處理
(4)國際禮儀	(5)體育行政	(6)學校體育現況分析
(6)高等統計學	(7)運動訓練研究法	(8)運動訓練科學講座

2. 專業課程：

專業課程 I: 運動訓練科學		
(1)運動(教練)領導學	(2)運動處方	(3)運動訓練學
(4)肌力與體能訓練	(5)運動選材與評估	(6)運動學習與表現
(7)體育教學分析	(8)教練哲學	(9)運動資料分析
(10)運動員健康管理	(11)運動禁藥	(12)運動道德

專業課程 II: 運動科學		
(1)應用運動力學	(2)運動生化學	(3)應用運動生理學
(4)應用運動心理學	(5)運動營養學	(6)運動醫學
(7)運動免疫學	(8)運動傷害與防護	(9)

專業課程 III: 運動管理科學		
(1)運動管理	(2)運動團隊管理	(3)運動財務管理
(4)運動募款與包裝	(5)危機管理學	(6)人力資源管理
(7)運動法律	(8)運動設施設計	(9)運動公共關係學
(10)體育活動企劃學	(11)運動產業學	(12)運動經濟學

專業課程 IV: 運動行銷與社會科學		
(1)運動市場調查	(2)運動行銷學	(3)國際運動組織與現勢
(4)業餘與職業運動組織	(5)運動新聞學	(6)運動社會學
(7)運動保險	(8)	

專業課程 V: 體適能與休閒活動管理		
(1)健康教育學	(2)體適能管理學	(3)運動諮商學
(4)壓力管理	(5)特殊體育設計	(6)休閒教育學
(7)休閒服務管理學	(8)休閒活動計劃管理學	(9)學校與社區休閒活動

3. 專業技術與實習：

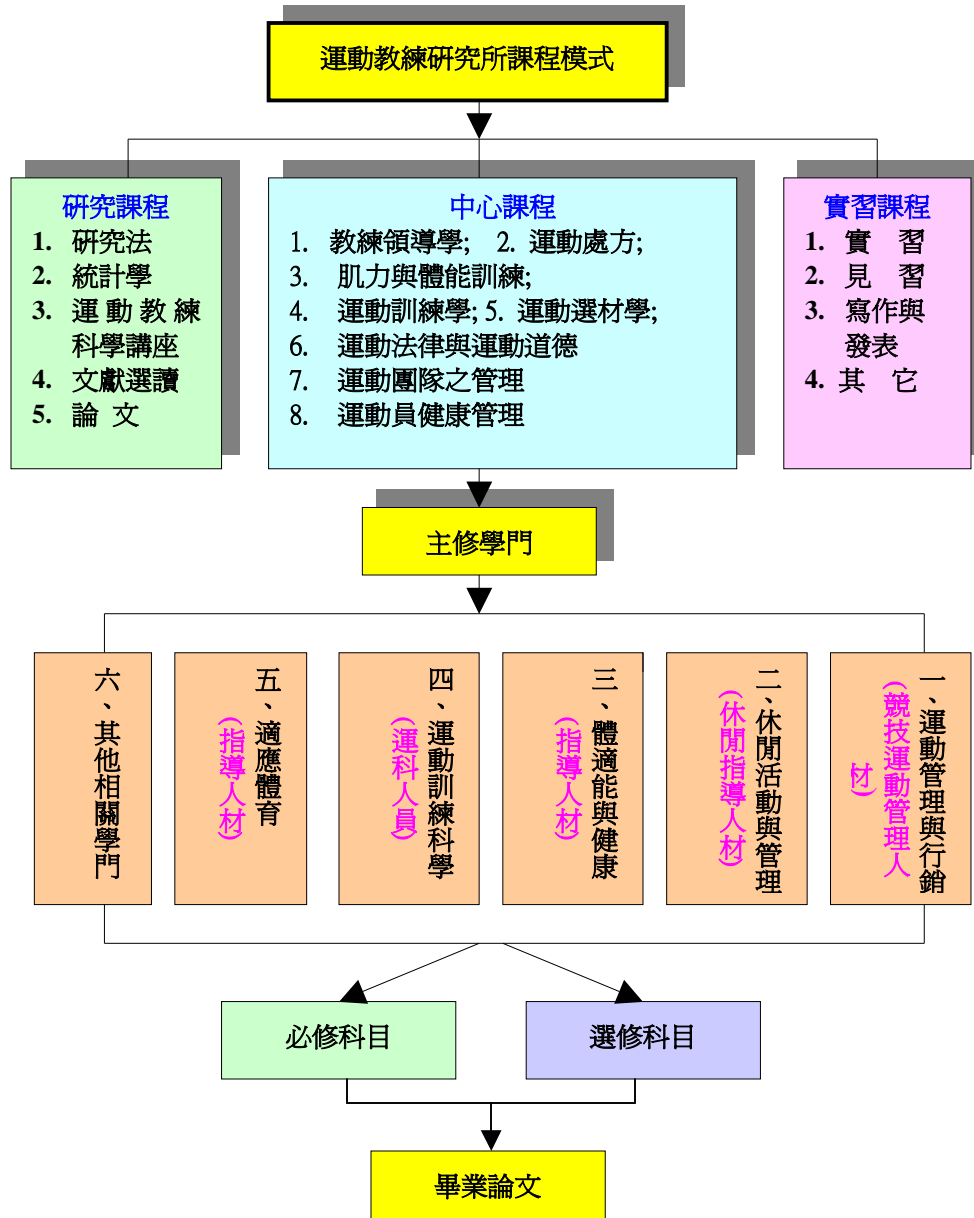
(1)分科訓練指導	(2)分科裁判法	(3)實習與試教
(4)見習與參訪	(5)技術分析	(6)單項協會行政實務

4. 其它：

(1)專題演講	(2)體育實務座談	(3)分組討論
---------	-----------	---------

註：設計者依據實際的需求、目的、授課時數、授課教師、場地器材在本課程模式各類別選項中選擇相關課程

十六、運動教練研究所課程架構：運動教練研究所課程架構乃依據本研究結果、文獻探討及五所運動教練研究所課程設計之：如圖十



圖十 運動教練研究所課程架構

伍、結論與建議

- 一、臺灣運動教練培訓制度體系與課程的落實，必需由以下幾點的國家政策相互配合：(一) 政府單位、中華民國教練協會、相關大專院校教練與競技學系(所)、全國各單項協會、縣市政府體育會及其它相關贊助單位配合實施與推廣。(二) 將學校專任教練納入學校正式編制中，並享有與體育教師相同晉升機會和福利。(三) 教練等級與參賽資格之確立：(四) 三至五年的緩衝期作本制度的準備與推廣。
- 二、專業能力與課程的研究可以提供課程設計與修改的依據和瞭解現階段工作者能力的需求，並確認學生在學校接受的訓練是否符合現階段工作上的要求及評估學校教學內容與實際教練工作需求的差異性。建議相似的研究應至少每五年執行一次，其結果不僅可以確認教練在專業能力的需求及提供課程發展的訊息，而且可以瞭解社會的改變。
- 三、建議可利用本研究架構與結果，作跨國際的研究與比較，以瞭解不同國家在專業能力與課程需求上的相同性及相異性。
- 四、建議下一階段的研究應探討國家級運動教練、體適能指導員、休閒指導員和適應體育指導員的專業能力與課程需求之比較研究，以提供相關單位教練或指導員培訓課程之依據。

陸、計畫成果自評

一個國家在國際上整體的競技水準，取決於教練的質與量。本研究對於我國教練培訓制度與課程的修改、計畫、執行和評估具有實務上的價值；本研究可以瞭解當前國際運動教練培訓制度的概況、我國運動教練對專業能力與課程的需求和現行我國運動教練培訓現況與缺失，進而提供相關單位制定政策的依據。

參考文獻

- 江界山 (民 86)。從國際運動教練的養成談我國教練培訓制度的改進。 國民體育季， 26(4)， 45-51。
- 林文郎 (民 88)。我國訓練問題之探討與分析。 國際運動教練科學研討會報告書， 48-58。
- 邱金松 (民 81)。體育專業化與體育專業人員證照制度之探討。 國民體育季， 21(2)， 13-25。
- 陳全壽 (民 86)。運動教練制度的養成及教練制度。 國民體育季， 26(4)， 4-17。
- 葉憲清 (民 86)。建立學校運動教練制度之芻議。 國民體育季， 26(4)， 36-44。
- 鄭清煌 (民 88)。國家教練 4000 人怎麼還會不夠用？ 民生報， 八十一年一月八日第四版。
- Chambers, D. (1997). Coaching: Winning strategies for every level of play. Buffalo, NY: A Firefly Books.
- Gay, L. R. (1992). Educational research: Competencies for analysis and application (4th). New York: Merrill.
- Lin Wen-Long (1997). A model for a master's degree program in sport management in Taiwan, R.O.C. Unpublished doctoral dissertation, United States Sports Academy.