

# 體育運動社團幹部研習實施成效 檢討分析

——以八十七學年度大專羽球幹部研習營為例

顧毓群 黃仁易

## 一、前言

近年來，由於科技發達、知識暴增，加諸社會型態、結構的急遽變化，人們為適應現代社會生活，進而追求與時俱進的知能，掀起一股終生學習的熱潮。於是，各有關機關團體無不針對其業務推展及服務的層面，積極推展各類的短期研習營、講習會、研討會等進修活動。體育與運動之專業領域，亦不例外；近年來，大專體育總會、體育學會等各體育運動組織，年年舉辦各種的教練講習會、教學研討會、體育行政人員講習、社團幹部研習營等研習活動，以期提供體育運動從業人員及熱衷運動推展之青年學子，吸取新知，豐富學養的機會。由於此類研習活動通常僅能以三、四天，甚或一、二天的有限時間內完成，因此，在活動的安排與課程的講授上，不僅必須非常緊湊，而且在課程內容上，亦須切合學員的學習需求。如此，對於有經驗的承辦單位來講，能讓學員們在結束講習後有滿載而歸之感，想必已是頗費周章，對沒有承辦經驗的單位而言，則不啻為一大挑戰。因此，如何讓研習活動更具成效，顯然已是承辦單位所必須審慎面對的課題。所幸，由於有以往眾多研習活動的寶貴經驗可資參考，因而在本校體育館落成啟用後，首次承辦全國大專羽球幹部研習營之際，除

將個人先前參與各項研習活動之體會，融入研習活動設計與課程內安排之外，於此願將個人於籌備、舉辦期間蒐集所得的資料，略作整理，並與體育界同仁們作一分享。雖然本次研習活動之舉辦成效與原先預期的理想，仍有很大的差距，不過以承辦單位的立場而言，個人仍有自信，本次研習活動至少已能達到傳承過去，策勵未來之目的。以下擬概述本活動實施前的準備工作、實施成效評估與分析，並據以提出具體結論與建議，供往後承辦單位在準備工作、課程設計與活動安排、活動實施成效評估與檢討分析等方面之參考。

## 二、準備工作

### (一) 收集相關活動之研習手冊與報告書

1. 從本校學生參加大專體總主辦的八十四、八十五及八十六學年度「大專院校學生體育運動社團幹部研習會」之手冊中，獲得有關研習活動之課程編排、工作分配與實施計劃等參考資料。
2. 由大專體總惠賜之八十一及八十六年「大專院校學生體育運動社團幹部研習會報告書」中，歸納如下的意見，做為本次研習活動之改善目標：
  - (1) 活動期間以在寒、暑假為宜。
  - (2) 增加體育活動及運動技能課程，兼重理論研討及實務操作。
  - (3) 增列運動傷害預防與處理課程。
  - (4) 研習會前先寄送課程簡介及題綱，使參加學員能預先概略瞭解課程內容。
  - (5) 預留充裕的發言時間，俾能針對課程內容，做深入探討。
  - (6) 分組時同校學員應予錯開，各組男女學員的比例宜均衡，並安排小組聯誼時間，以利相互交流。
  - (7) 研習課程應做系統規劃，並著重舉辦活動能力與知

研習營的知識，如領導統御、運動群眾心理學等課程。

(8) 應有充分的時間可供學員們相互討論各校社團運作所面臨或實際上所遭遇的問題。

(9) 活動辦法寄發後宜另行電話連繫各校，以避免部份學校未能將研習營參加辦法轉知運動性社團，使部份同學喪失參加機會。

3. 詢問曾參與八十六學年度體育運動幹部研習會的本校同學，對於課程內容及其相關活動安排的意見。其中最令人深思的一段話是：參加研習時，很想聽到講師對我們面臨最深切的社團經營問題是：「全社就一、兩個人在做事，當社長的要怎麼辦？」等問題，提供具體的解決之道。

因此，如何從學員切身的問題出發而構思課程內容？乃為本次研習活課程規劃的重點。

## (二) 擬訂實施計畫與課程內容

實施計畫之擬訂，由於大專體總已有所規範，因此在內容上大致循既有範例而訂定，僅補充宣傳本校設備極佳，鼓勵羽球同好者踴躍參與。至於課程內容規劃與師資聘請則基於下列幾項原則：

1. 由於參與本活動的學員皆是羽球社長或隊長，與以往以各類運動社團幹部為對象的綜合式研習活動有所不同，因此，將羽球運動的技能與戰術學習列為課程重點。
2. 以上午安排理論與社團運作實務課程，下午安排運動技能與戰術學習課程為原則。
3. 講師之聘請以有豐富的實務與教學經驗的大專院校體育教師為原則。羽球戰術課程部分以具國家代表隊隊員之資歷者講師人選。
4. 先與講師協調授課內容，避免講授內容之重覆，確定課程內容大綱，並請講師保留部分時間供學員發問。
5. 增列分組座談時間，供學員充分意見交流。

根據上述之考量原則，並經多方連繫協調，研定活動實施計畫與課程表，並於受理報名後，發送行前通知，內容包含報到注意事項，課程授課大綱及課程與食宿、交通等意見調查表。

以上是研習會前的主要準備工作內容，其它細節於此不擬贅述。

### 三、實施成效評估之結果與分析

#### (一) 分析的方向與目的

經由上述的準備工作與研習活動實施過程，為實際瞭解本次研習活動實施成效，乃透過報名資料、問卷調查及筆者於研習活動中的全程參與及觀察，試圖瞭解如下問題：

1. 大專院校參與羽球幹部研習營情形。
2. 參與學員對其所屬之羽球社或羽球隊的整體經營感受。
3. 學員對於課程內容的需要性及自我學習成效評估。
4. 學員對本次研習活動的整體滿意度。

其主要目的在於透過上述問題的探究，提供具體參考資料，並期往後承辦類似研習活動之單位，在籌辦工作程序、課程設計、活動安排，以及實施成效評估方式等方面，均能更趨完善。

#### (二) 調查問卷之設計與實施

本實施成效之研究問卷，係由筆者參考相關研討會意見調查問題及分析本研習課程內容架構後，而自行設計之以封閉式作答結構為主的調查問卷，並於綜合座談前交由學員填答。

#### (三) 結果分析：

本次研習活動之學員計有 46 人，回收之有效問卷計有 45 份，經以百分比統計處理後，結果如下：

1. 有關學員之性別及所屬團體與職務等基本資料方面：統計資料如表 1 所示。

表 1 參與學員基本資料

項目 人數 性別	羽球隊	羽球社	隊長 (含副隊長)	社長 (含副社長)
女	9	12	6	10
男	11	14	5	8
合計	20	26	11	18

由表 1 資料，可以發現並做如下之分析推論：

- (1) 參與研習學員共計 46 人，分別來自 22 所大專院校，若以全國 135 所大專院校已成立羽球社或羽球隊者，概估約 100 所，因此僅約 1/5 的學校報名參加本次研習活動。另經本校在受理報名期間電話連繫未報名學校後，亦發現同樣遭遇到以往承辦學校的困擾，亦即部分學校未收到公文，或未將公文轉發有關社團或球隊同學。
  - (2) 男、女學員比例接近，羽球隊及羽球社成員之學員人數也相仿，因此，在課程活動安排上，尚能符合原先之規劃原則。唯隊長及社長人數合計為 29 人，與承辦單位原先之期望亦即參與對象全數為羽球社團或代表隊負責人，不盡相符。
2. 有關參與學員對所屬羽球社團或代表隊之經營感受方面：調查結果如表 2 所示。

表 2 羽球社及羽球隊學員對所屬羽球社(隊)經營感受、百分比統計表

羽球隊(%)					感受向度	羽球社(%)				
很好	好	普通	不好	很差		很好	好	普通	不好	很差
5.3	36.8	47.4	10.5	0	整體經營情況	3.7	29.6	51.9	11.1	3.7
10.5	31.6	36.8	15.8	5.3	幹部之間的向心力	7.4	33.3	37.0	18.5	3.7
10.5	31.6	52.6	5.3	0	學校的支持程度	3.7	33.3	51.9	11.1	0
15.8	52.6	31.6	0	0	成員之間的情感	7.4	48.1	44.4	0	0
5.3	21.1	42.1	26.3	5.3	經驗的傳承部份	11.1	14.8	44.4	22.2	7.4
5.3	47.4	31.6	15.8	0	未來的發展性	11.1	37.0	33.3	18.5	0
5.3	36.8	47.4	5.3	0	成員參與滿意度	3.8	30.8	46.2	19.2	0
10.5	42.1	36.8	5.3	0	羽球技能提升程度	11.5	42.3	38.5	3.8	3.8

由表 2 統計資料可見，就整體而言，參與學員對其所屬運動團隊的經營感受，以「好」及「普通」者佔大部分，不過仍有如下值得加以注意的部份：

- (1) 「幹部之間的向心力」、「經驗的傳承部份」及「未來的發展性」，感受不佳的比例偏高。
- (2) 羽球社的學員對於「成員參與滿意度」的感受有偏低的傾向。

因此，從充實幹部經營球社(隊)的能力角度而言，透過調查結果可知，往後類似的研習活動如能針對學員們的感受而安排課程，傳授適當的知能，對於所屬團體經營的問題，必能有實質上的助益。

3. 有關學員對研究課程內容的需要性與研習成效自覺方面：調查結果如表 3 所示。

表 3 學員對本研習課程內容需要程度傾向與研習後能力提升程度自覺百分比統計表

列入研習課程之需要性 (%)					課程內容	自覺能力提升程度 (%)				
非常需要	很需要	需要	尚可	不需要		提升	非常顯著	明顯提升	有提升	尚可
21.7	30.4	43.4	4.3	0	凝聚成員向心力的能力	0	4.3	52.1	36.9	6.52
13.0	47.8	32.6	6.5	0	培養有效規劃活動能力	0	15.2	60.8	21.7	2.1
8.6	54.3	21.7	15.2	0	吸引更多成員 (社員) 加入的能力	0	4.3	63.0	30.4	2.1
28.2	30.4	36.9	4.3	0	豐富社團活動內容	8.6	10.8	52.1	21.7	4.3
13.0	41.3	28.2	17.3	0	瞭解社團運作的基本原則	4.3	8.6	54.3	28.2	2.1
34.7	32.6	28.2	4.3	0	瞭解運動傷害的處理	10.8	13.0	60.8	8.6	4.3
17.3	32.6	45.6	2.1	0	瞭解運動傷害的原因及預防	8.6	10.8	67.4	8.6	2.1
17.3	39.1	23.9	10.8	6.5	羽球基本動作	4.3	17.3	50.0	26.0	0
32.6	26.0	28.2	8.6	2	學習如何教授羽球	0	30.4	52.1	15.2	0
10.8	23.9	47.8	10.8	0	瞭解大專體總與大專羽球社團間之互動關係	4.3	17.4	45.6	28.2	0
32.6	17.3	34.7	13.0	0	單打戰術的學習	8.6	28.2	45.6	15.2	0
26.0	30.4	32.6	8.6	0	雙打戰術的學習	10.8	28.2	36.9	21.7	0

由表 3 之調查結果可以發現如下的事實：

- (1) 從「列入研習課程之需要性」方面而言，參與學員認為「非常需要」比例較高的前五項課程為：「瞭解運動傷害的處理」、「學習如何教授羽球」、「單打戰術的學習」、「豐富社團活動內容」及「雙打戰術的學習」。可見在

運動安全、球技的學習與教授、豐富社團活動內涵，是學員們最為關心的課題。然而，除了以上的課程內容之外，本問卷亦詢問學員們對於往後的研習內容可考慮增加的課程內容有那些？經整理後，共有如下幾項：

- A. 讓學員做實際單、雙打練習比賽，並從中予以指導。
- B. 與羽球運動有關的肌力與肌耐力訓練。
- C. 羽球比賽錄影帶欣賞與講評。
- D. 團康活動。
- E. 運動傷害防護包裝實作。
- F. 肌肉按摩課程。
- G. 急救課程。
- H. 運動心理理論與實務。

(2) 從「自覺能力提升程度」方面而言，約有百分之六十以上的學員對於大部份課程內容的學習都達到自覺「有提升」的程度，甚至在「學習如何教授羽球」、「單打戰術的學習」、「雙打戰術的學習」方面，有百分之三十以上的學員自覺其研習活動能力，已達到「明顯提升」程度。就課程內容安排的檢討而言，根據上述的調查結果，或可提供如下的省思方向：

- A. 有些課程可能較容易於短時間內提升學員的能力，如「單打戰術的學習」等偏重技能且須實際操作的課程。因此，這類的課程應該較為適合安排於短期研習會。
- B. 學習者有較強的學習動機，可能就會有較高的學習成效，如「瞭解運動傷害的原因及預防」、「學習如何教授羽球」等課程，所以，不論是瞭解學習者的學習需求或引發學習者的問題意識，刺激潛在需求，都是往後需要更加重視的部份。
- C. 部份課程雖然學員有較高的學習需求，但在學習成效上，並未如其它課程般的讓學員們有顯著進步的



自覺，如「豐富社團活動內容」、「學習凝聚成員的向心力」等幾項課程的學習成效自評結果即是如此。或許這些能力必需透過實際經驗累積方能培養而成，不易藉由概括性、原則性的理論講授，而獲得顯著的效益。

4. 有關學員對本次研究活動的綜合滿意度方面：調查如表 4 所示。

表 4 參與本研習綜合滿意度百分比統計表

項次 \ 滿意度	非常 不 滿意 (%)	不 滿 意 (%)	沒 意 見 (%)	滿 意 (%)	非 常 滿 意 (%)
晚間活動安排	0	22.7	18.1	59	0
課程內容安排	0	11.1	26.6	57.7	4.4
餐點供應	0	6.6	24.4	55.5	13.3
住宿	4.4	31.1	35.5	28.8	0
服務人員態度	0	0	11.1	62.2	26.6
講師教學	0	13.3	11.1	51.1	24.4
報名費用	0	13.5	46.6	28.8	8.8

根據表 4 的統計資料，若從低「滿意」比例與高「不滿意」比例兩個角度而推估，「住宿」、「晚間活動安排」、「報名費用」等三項，是較不為學員所滿意的部份，至於其原因或可推論如下：

(1) 住宿部份：由於經費不足，僅能以學校學生宿舍供做學員宿舍，加上禦寒被褥供應不足，而導致學員滿意度普遍偏低，且該因素亦可能直接或間接影響學員們對收取 1500 元報名費的看法（有 15.5% 的學員表示不滿意）。

- (2) 晚間活動安排：研習首日晚間為各小組間的羽球友誼賽，並提供獎品給優勝隊伍，但由於各學員並未很熟絡，球技水準亦有落差，可能導致學員無法盡興的原因。次日晚間為影片欣賞，雖然事前與學員商定播放何部影片最佳，但也難讓絕大多數人的同時滿意。因此，在提供學員多樣選擇的同時，也能讓全部的學員有效的連絡情感，相信是成功的承辦類似研習活動的重要因素之一。
- (3) 報名費用：除上述住宿問題外，本研習活動由於申辦手續些許延誤，導致經費補助額度與原先預估有所出入，因而取消原訂「鹿港采風」活動。本項活動主要經費來源之一為大專體總補助款項，由於該補助款與學員所繳交之報名費總額度，無法支應原先預訂全部活動的所需費用。因此，在活動內容有所刪除的情況下，學員在心理感受上，可能難以認同，因而在「報名費用」項目上，呈現較低的滿意度，自不難有所理解。

#### 四、結論與建議

綜括前面有關本項研習活動之準備工作內容與課程規劃原則的陳述，以及經由問卷調查而獲得之活動實施成效評估與意見分析後，擬提出下列幾項建議，以供參考：

##### (一) 確立研習活動的舉辦目標與課程目標之連結

本研習活動之目的於實施辦法中明定為：「提升全國大專院校羽球社團幹部領導才能，強化社團經營，並促進羽球運動風氣，特舉辦本研習活動」。以主辦與承辦單位的立場而言，自應以達到此一目的為期許。然而，如欲達成上述之目的，除有必要據此而訂定出參與學員的學習目標之外，並需考慮學習者的參與動機，以做為設計課程內容之原則。至於研習活動的課程目標應涵蓋那些內容，方能滿足學習者的參與動機及接近主辦單位的舉辦目標？從整體的觀察與調查資料顯示，個人認為應包括如下幾項：

1. 習得經營社團的理論原則與實際範例。
2. 學習如何排除經營社團上所遭遇的困境。
3. 確實提升本身球技水準與指導他人的能力。
4. 擴大校際交流，增進情感交流。
5. 參觀承辦單位所在地的地區民俗或旅遊景點。

因此，能否達成上述之目標，當為往後承辦單位所應予以嚴謹設計與評量的。當然，如何切確地掌握學員的參與動機，亦是值得進一步研究的重要課題。

## (二) 有效的規劃與執行

在承辦研習活動時，除確認實施目標外，在籌辦過程上亦應把握幾項要點：

1. 估算經費方面：應確實瞭解能獲得多少的經費補助，並概估參與學員人員及其繳交報名費額度，以供為安排活動的重要依據，避免因經費不足而更動活動內容或其它服務項目。
2. 宣傳活動及招收參與學員部份：建議大專體總能建立各校體育運動社團負責人連繫資料，並能於網站上提供各項研習活動相關訊息，以有效傳遞研習訊息。
3. 研習活動與課程內容安排部份：
  - (1) 主要課程活動內容應盡量以討論方式進行。由於研習時間有限，最佳的研習方式應是讓學員於參與活動前先預習講師所將講授的內容，而於課堂上則可針對疑問或實際問題，進行相互討論。避免講師於課堂中重覆講解學員透過先行預習便能理解的內容，以有效的運用時間，若能如此，相信對諸如「豐富社團活動內容」、「學習凝聚成員向心力」等課程之教學成效，將有所提升。
  - (2) 重視運動技能、運動心理學、運動指導法、肌肉按摩及運動傷害防護包紮等實用課程。

(3) 有系統的編排課程內容，使各項課程內容能彼此相互銜接順暢且無重覆講授之現象。

(4) 研習活動第一天應安排團體活動，以消弭學員之間的陌生感，促進學員間的互動，增加對談交流機會，對於研習活動的成效會有相當大的助益。

(三) 建立完整的評估方式，其內容包括：

1. 研習活動前進行研習參與動機及需求調查。
2. 研習活動結束時實施活動成效評估與分析。
3. 研習活動結束後一學期或一學年，宜再進行實施成效追縱調查。
4. 調查內容應有紮實的理論為依據，並結合質性研究，使研習會式的活動課程內容設計模式及其實施成效評估方法，更形周延。例如：前述表 4 有關「參與本研習綜合滿意度」中對於各項次填寫不滿意者，能獲知其原因，將是極具參考價值的資料。若能形成一套可供依據的評估模式，於日後的研習活動之舉辦，在前例可循的情況下，相信將更能有效舉辦之。

(四) 其它建議：

經由承辦本次研習活動的經驗，個人曾思考並建議，除舉辦全國性大規模之學生社團負責人研習活動之外，應可透過下列方式而達到推展校園運動風氣，加強體育運動社團經營經驗交流的目的。

1. 設立有關體育運動社團網站，使各校能分享經驗，相互學習。
2. 舉辦小規模的研習活動，縮短研習天數及授課內容，並以區域性為招生對象，如在中台灣地區舉辦羽球隊主力成員的單、雙打戰術研習營，並於同一課程中安排多位指導教師，更廣泛的指導所有的學員。
3. 由三、四個學校羽球社或羽球隊全數成員為對象，辦理一至二天的密集研習活動，在聯誼、學習為主的氣氛中，增

進個別學校及其校際間的羽球運動愛好者之情感交流。

#### 參考資料

1. 中華民國大專院校學生社團體育幹部研習會報告書（民 81）  
承辦單位：國立台灣大學，台北市。
2. 八十四年度大專院校學生體育運動社團幹部研習會研習手冊  
（民 84）承辦單位：中華民國大專院校體育總會秘書處，  
台北市。
3. 大專院校八十五學年度學生體育運動社團幹部研習手冊（民  
86年）主辦單位：中華民國大專院校體育總會，台北市。
4. 中華民國大專院校八十六學年度運動性社團幹部研習營報告  
書（87年）承辦單位：私立淡水工商管理學院，台北縣。