

不同體制國家教練員培訓課程之比較

洪建智

壹、前言

教練影響運動訓練的良莠，對運動員成績也有著直接影響的作用，尤其是教練素質的好壞更是明顯。在當今競技運動朝向高度化競爭發展的趨勢下，教練的專業素質優劣影響著訓練效果及運動員的成就表現，是不容忽視的問題。

在競技運動不斷創新與高度發展之下，世界各國無不想盡辦法，及運用各種手段來提昇運動教練的素質，同時也孕育出教練員的專業課程；因此，各國就有針對不同等級的教練員給予不同的培訓課程。

基於此，本文採用文獻探討的方式及比較研究的方法，針對不同體制國家教練員培訓課程加以歸納、整理、探討，以理出各國教練員的分級制度與培訓課程之異同，並將結果供作我國改進此制度之參考。

貳、教練員分級制度之比較

一、中國大陸教練員分級制度

國家體委人事司二處（1993）1993 年所提交的五級十等《體育教練員職務條例》中將中國大陸教練員分為五個等級的分級制度，主要有幾個特點是：1.按照職務分級的原則，重新劃分教練員專業技術職務

等級；2.以業績為主，全面衡量教練員的任職條件；3.在等級劃分和業績量化上突出奧運項目的指導思想，具有一定導向作用；4.基本解決了項目間、地區間、專業與業餘間的平衡問題。而所劃分的五級教練各分等為：國家級（一、二、三等）、高級（四、五等）、一級（六、七、八等）、二級（八、九等）、三級（九、十等）。

由於前述的等級劃分過於繁雜，因此，最後中國大陸當局將教練員等級制度修改為高級、中級和初級三個等級的教練員制度，而高級教練員就包括國家級教練員和高級教練員兩個層次，中級教練員是現行的一級教練員，初級教練員就是現行的二、三級教練員。

二、澳大利亞教練員分級

澳大利亞的教練員訓練工作與分級是由澳大利亞全國教練委員會（Australian National Coaching Council）負責，鍾秉樞、唐煜章（2001）指出目前，澳大利亞已有 25,000 人通過學習獲得澳大利亞全國教練資格制度認可的一、二、三級教練，此外尚有針對提高專項教練員進行的高水準培訓，以及普及各級教練的大眾教練培訓工作。

據周曉東（1995）的研究指出，澳大利亞每一級教練培訓都有不相同的對象，如：一級教練培訓的對象為全國各中、小學的青年教練；二級培訓對象為全國各體育俱樂部或大學的體育教練；三級培訓對象為全國具有中級水準的教練；四級培訓主要針對高級教練。由此可見，澳大利亞的教練是分為四個等級來從事培訓的工作，且是採取針對性的教學培訓方式，為每一級晉升設立關卡。

三、德國的教練員分級

德國教練員一般分為四級，從培訓員到教練，依照不同的層級頒發不同的證書，證書上面除了有照片及基本資料外，另外也加註有效日期等資料（呂光烈等三人，2001：4）。各項的教練培訓有不同的訓練時數，教練養成制度是一層一層的養成，由下而上的，此種養成制度方式充分展現出德國日耳曼民族一貫的作風。

基本上，德國教練分為：TC、TB、

TA及國家級等四個等級，每個等級均有不同的修業時數限制（如表一），而我國的教練等級制度與德國一樣，只是名稱上略有差別，如：德國的TC級教練與我國C級教練相同；TB級教練與我國B級教練一樣；TA級教練是目前國內各協會所發出的A級教練；至於德國的國家級教練與中華民國體育運動總會（以下簡稱中華體總）所舉辦的教練講習會取得資格者相同。

為什麼我國的教練制度與德國雷同呢？因為我國的教練制度是由中華體總與德國體協共同簽署協議，並且我國曾派幾批教練員前往德國科隆教練學院做為期長達一個月的進修，而這些參加進修的教練在國內都已取得國家級教練資格，同時也參加了由中華體總在左營運動訓練中心所舉辦的國家級教練講習會，並參加考試合格獲得中華體總承認的國家級教練；而要參加類似的出國進修還必須經過考試的程序，由中華體總進行甄試、口試以及英文筆試等過程，合格者方能取得資格。

表一 德國教練分級及進修時間表

教練分級	進修時間與階段
TC	基層教練必須修滿 120 的小時的專業課程，但如要進階到下一級必須兩年的時間。
TB	需上 60 個小時的課程，但可利用週末假日進修。
TA	則需要上 90 個小時的專業課程。
國家級	則必須在科隆教練學院完成專業課程，畢業後以擔任專職教練為主，其職責為訓練及指導比賽，同時以教練為職業，受聘之運動隊必須支薪。 第一階段：18 個月的訓練，於科隆教練學院完成。 第二階段：24 個月的訓練，在學院及社會上完成。 第三階段：6 個月的訓練，時間較為彈性。

資料來源：呂光烈等三人（2001）：德國、匈牙利教練及裁判制度考察報告。行政院體育委員會。4。

四、匈牙利教練員分級

匈牙利教練員培訓工作是由該國勞工部授權匈牙利體育大學辦理，並可頒授文憑，文憑分為：運動教育教練（一級教練或運動教師）、運動教練（二年制）、中級運動經紀人（管理人員）等三種不同文憑。

匈牙利教練分為四級分別是：基礎教練（一級）、中級教練（二級）、專業教練（三級）、體育經紀人（四級，相當於研究所水準）。呂光烈等三人（2001:29）也依運動種類的不同，對教練等級制度而有不同的規定，大部分由各個全國協會自訂，僅在某方面作統一的規定。

五、美國教練員分級

其實在美國沒有具體的針對教練員作

分級制度，但從培訓的具體內容要項可以概略性的了解到其分級的要求。鄧小芬譯（1993）美國的教練員基本上區分為：自願者水平（初級）、領導者水平（中級）和大師水平（高級）等三個級別，其中大師水平的要求至為嚴格，同時是希望受過此階段訓練的人才能將教練員工作視為是一種職業的人。另外領導者水平的教練員適合小學任何沒有受過正規訓練的教練員。

六、我國教練員分級

我國早在民國 53 年即由中華民國體育協進會（現中華民國體育運動總會）擬定「發展體育四年計畫」中，提出四項有關師資及教練人才培植工作。民國 63 年教育部體育司聯合體協、奧會等單位，赴各

單項運動協會訪問輔導，帶回建立教練制度之建議，於同年 4 月 23 日召開推展社會體育研究會議，決定由排球協會擬訂教練制度，報由體協轉各運動協會參考辦理(臺灣省教育廳，1989)。

目前我國現行教練授證制度是依據國民體育法第十一條第一款：「中央主管機關應建立體育專業人員之進修及檢定制度。」及同條第二款中所定之：「前項體育專業人員之範圍，由中央主管機關定之；各體育專業人員資格檢定、證照核發、校正、換發、檢定費與證照費之費額、證照之撤銷、廢止及其他應遵行事項，由中央主管機關訂定辦法辦理之。」(行政院體育委員會公報，2001)。

國內教練制度基本上可分為兩類，一為教育部為落實體育運動紮根工作，建立學校教練制度，於民國 75 年根據《學校專任運動教練實施辦法》及《國家體育建設中程計畫》，所辦理的學校專任運動教練。一為現行的各單項運動協會教練員分級制度，是依據中華體總的實施準則辦理。

周宏室(1992)指出教育部所辦理的學校專任運動教練之培育，始於民國 72 年 12 月由教育部邀集學者專家訂定《學校專任運動教練遴訓介聘實施要點草案》，隨後隔年 3 月 2 日再度邀集教育廳、局長，體育專家學者，學校校長及教育部有關業務單位主管等 19 人，討論並修訂完成該草案，再報請行政院核辦。至目前學校專任

運動教練共舉辦七期的養成教育，除第一期是教育部根據《學校專任運動教練實施辦法》辦理外，其餘六期均依照行政院 78.3 台教字第 7052 號函核定之《國家體育建設中程計畫》而辦理，在 22 項運動種類中培養了 437 位學校專任運動教練。不過迄今(2001)學校專任運動教練人數一直在減少當中，這與制度不完善有很大的關聯性，是值得注意的地方。

另一屬於社會體育系統的教練制度，則依據中華體總所訂的準則將現行各單項運動協會的教練分為 C 級(縣、市級)、B 級(省、市級)、A(國家級)三級制度，最後再由中華民國體育運動總會舉辦國家級教練調訓(此項調訓進修已停止多時)，同時強調未來擔任國家代表隊教練，必須取得由中華體總舉辦之「國家級運動教練講習會」，並取得合格證書者為限；但此政策最後也因無法付諸於行，最後仍以各協會認可之國家級教練為主，此制度同樣也暴露出在制度上不健全的問題所在。

1997 年行政院體育委員會成立之後(以下簡稱體委會)，有關社會體育系統的運動教練制度仍委託中華體總賡續辦理，但各單項運動協會國家級教練調訓進修事宜卻仍停頓未再辦理，實在可惜；而今，體總更於今(2001)年八月中旬回覆體委會，暫時不接受委託各項業務工作，使得先前運作順遂的我國教練、裁判制度出現另一問題，不過有部分奧亞運運動項目的

教練、裁判講習已經是由體委會主導在進行，因此，中華體總將此項業務交回體委會自行運作，筆者認為對體委會的整體影響不大，反而促使體委會能更順暢地輔導具奪牌或有希望的運動項目，進而能擴大到其他運動項目，這何嘗不是體育政策的一種轉變。

另外，原在教育部主政時期的學校專任運動教練也於同時移撥給體委會輔導，期間也一直不斷出現專任運動教練任用及適用的問題；為此，體委會也對此提出更適切的任用辦法與規範，於今（2001）年陸續公布《專任運動教練輔導與管理辦法》、《專任運動教練獎懲考評要點》，作為導正專任運動教練的適用途，目前大部分的專任運動教練都已至各縣市的運休中心服務，除推動原有的基層運動技術訓練之外，也逐漸開始承擔全民運動與建立民眾對體育運動進一步了解的重要工作。

綜合前述，探看了中國大陸、澳大利亞、德國、匈牙利、美國和我國等國家的教練分級制度，可以發現，基本上是大同小異，差別性不大，各自具有其國家的特色。雖有的國家將運動教練分為五級、四級和三級等制度，但仍不失教練的專業水準的要求，尤其是如何使教練制度落實與具體運作，同時因地制宜，順勢利導的方式，把具各該國家的教練分級制度給予具體化，使教練員這項工作更突顯出神聖的地位、作用與價值，方能吸引更多人加入

這塊園地。

參、不同體制國家教練員培訓課程

一、中國大陸教練員培訓課程

中國大陸教練員崗位培訓是依據教練類別程度分為高級、中級、初級等三級，高級課程是由各單項運動協會承擔（也就是目前的運動管理中心負責），中級和初級課程則由省、市、自治區體委負責（現改為體育局）；國家體委規定教練員參加崗位培訓期間所需的經費，是由國家撥款為主，企業、個人捐款為輔，並以多種方法籌措運動員、教練培訓資金，以確保培訓工作的順利推動。

為進一步了解中國大陸的教練員崗位培訓各級的培訓項目，本研究例舉中國大陸田徑教練員崗位培訓的職責和標準內容作為供作參考的範例（內容如表二），以了解每一個等級的教練員崗位培訓要求內容，以及培訓的重點。同時由此範例的探討，進一步了解到中國大陸教練員崗位培訓的重點，並與其他國家的培訓比較，以了解中國大陸教練員培訓內容的優缺點。

從前述所提出的範例可以知道，教練員除須具備專項運動的素質能力及定期提總結報告之外，也要有能力承擔對所主管專項運動項目下一級教練員的指導和輔導的能力，尤其是等級越高的教練員，其所必備的條件與能力相對的就越多，例如：

外語能力、培養出具有世界先進水準的優秀運動員能力、運動員選才能力、訓練計畫規劃編排能力及組織專題研究，撰寫論文等各種能力與素養。

由此可見，中國大陸已逐漸加大對教練員專業素養能力的重視，並且要求每一個等級的教練員須具備的教育文化素質，此外也要求必須層層相連地輸送具潛力與

實力的優秀運動後備人才，確保每一層級的運動員人才數量與品質。由中國大陸對各級教練員的這種做法與要求來看，是我國未來推動教練基層訓練與發展教練制度所必須注意的地方，另外對不同等級的教練員所必須具備的專業知能要求與規範，是我國目前已有執行的工作，不過落實度不夠，應有待加強。

表二 中國大陸各級田徑教練員崗位職責和標準

級別	對象	職責	標準
國家級教練員	優秀運動隊	1. 承擔國家優秀運動員的教學、訓練和參加國內外重大比賽的指導工作。 2. 承擔國家超趕世界先進水平的任務，負責制定訓練規劃和訓練計畫，組織實施訓練，按期提出總結報告。 3. 結合田徑運動，特別是個人主管專項在國內外的發展動向，總結我國優秀運動員的訓練經驗；組織專題研究，撰寫論文。 4. 完成規定的進修任務；承擔和指導全國各級教練員的培訓工作。	1. 具有體育院系本科系畢業文化水平；擔任高級教練員工作五年以上；工作成績卓著。 2. 能夠創造性地運用田徑訓練原理和基礎理論知識，科學的安排訓練和比賽；具有培養世界先進水平運動員和各級教練員的能力。 3. 掌握田徑運動，特別是個人主管專項的先進技術和發展動向；對主管專項有扎實的理論基礎和獨特見解，並有所創新和發展；能夠主持領導專題研究，發表質量較高的論文。 4. 掌握一種外語，能閱讀專業資料。
	業餘體校	1. 為提高我國田徑運動水平，選拔培養和向上一級運動訓練組織輸送優秀的後備人才。 2. 按照少年兒童生長發育規律制定訓練規劃和訓練計畫；組織教學訓練；完成田徑訓練大綱規定的任務；總結經驗，指導和推動本地區或全國的教學訓練工作。 3. 全面掌握少年兒童田徑訓練的規律和發展動向，組織有關專題研究，撰寫論文。 4. 完成規定的進修任務；承擔對各級教練員的業務指導和培訓工作。	1. 具體育院系本科畢業文化水平；擔任高級教練員工作五年以上；工作成績卓著。 2. 在科學選才和訓練方法方面有所創新和發展；出色地完成田徑訓練大綱的規定任務；具有組織領導各級教練員培訓工作的能力。 3. 全面掌握少年兒童田徑訓練的規律和發展動向；有豐富扎實的理論知識獨特見解；結合少年兒童教學訓練實踐主持領導專題研究，發表質量較高的論文。 4. 掌握一種外語，能閱讀專業資料。

資料來源：國家體育運動委員會科教司編（1995）：國家體委教練員崗位培訓法規性文件及資料選編。國家體育運動委員會科教司。

表二-2 中國大陸高級田徑教練員崗位職責和標準

級別	對象	職責	標準
高級教練員	優秀運動隊	<ol style="list-style-type: none"> 1. 承擔高水平運動員的教學訓練和參加國內外重大比賽的指導工作。 2. 承擔國家超趕世界先進水平的任務，負責制定訓練規劃和訓練計畫，組織實施訓練，按期提出總結報告。 3. 在掌握個人專項發展動向的基礎上，結合教學訓練實踐，總結專題研究，撰寫論文。 4. 完成規定的進修任務；承擔和指導中、初級教練員的培訓工作。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 具有體育院系專科以上畢業文化水平；擔任一級教練員工作五年以上；工作成績顯著。 2. 能夠正確地運用田徑訓練原理和基礎理論知識，組織訓練和比賽；具有培養國際健將級和亞洲水平運動員的能力；具有對中、初級教練員進行業務指導和培養的能力。 3. 掌握個人主管專項的世界先進技術和發展動向；對該專項有扎實的理論知識；能夠組織專題研究，並發表質量較高的論文。 4. 掌握一種外語，借助字典能閱讀專業資料。
	業餘體校	<ol style="list-style-type: none"> 1. 為提高我國田徑運動水平，選拔、培養和向上一級運動訓練組織輸送優秀的後備人才。 2. 按照少年兒童生長發育規律，負責制度訂定訓練規劃和訓練計畫；組織教學訓練；完成田徑訓練大綱規定的任務。按期提出總結報告。 3. 全面掌握少年兒童田徑訓練的規律和發展動向，組織有關專題研究，撰寫論文。 4. 完成規定的進修任務，並承擔對中、初級教練員的指導和培訓，以及輔導基層的訓練工作。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 具體育院系專科以上畢業文化水平；擔任一級教練員工作五年以上；工作成績顯著；出色地完成向上一級運動訓練組織輸送優秀後備人才的任務。 2. 具有選拔和培養優秀後備人才的知識與能力；出色地完成田徑訓練大綱的規定任務；具有對中、初級教練員進行業務指導培訓及輔導基層訓練的工作能力。 3. 全面掌握少年兒童田徑訓練的規律和發展動向；對少年兒童田徑訓練有較扎實和全面的理論知識；能夠結合少年兒童教學訓練實踐組織專題研究，並發表質量較高的論文。 4. 掌握一種外語，借助字典能閱讀專業資料。

表二 中國大陸一級田徑教練員崗位職責和標準

級別	對象	職責	標準
一級教練員	優秀運動隊	<ol style="list-style-type: none"> 1. 承擔優秀運動員的教學訓練和參加國內外重大比賽的指導工作。 2. 承擔提高國家水平和超趕的任務；根據田徑訓練大綱的要求制訂訓練規劃和訓練計畫，負責實施訓練，按期提出總結報告。 3. 掌握個人主管專項的發展動向；結合教學訓練實踐，進行有關選才、技術、教學訓練方法提高訓練質量等方面的科學研究工作，並撰寫論文。 4. 完成規定的進修學習任務；參與初級教練員的業務指導和培訓工作。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. (1) 具有體育院系專科以上畢業文化水平；擔任二級教練員工作四年以上；工作成績突出。(2) 年滿男 28 歲，女 26 歲，訓練十年以上，達到國際水平的優秀運動員，取得大專學歷，學習一年經驗考察合格者。 2. 能夠按照田徑訓練大綱的要求科學地組織教學訓練和比賽；具有選拔培養運動健將和國家水平運動員的能力，對初級教練員進行業務指導和培訓的能力。 3. 對個人主管專項的教學訓練有較全面的理論知識，能夠結合教學實踐進行科學研究，完成一定質量的論文。 4. 掌握一種外語，借助字典能閱讀專業資料。
	業餘體校	<ol style="list-style-type: none"> 1. 為提高我國田徑運動水平，選拔培養和向上一級運動訓練組織輸送優秀的後備人才。 2. 按照少年兒童生長發育規律，負責制度訂定訓練規劃和訓練計畫；組織教學訓練；完成田徑訓練大綱規定的任務。按期提出總結報告。 3. 掌握少年兒童田徑訓練的規律和發展動向；結合少年兒童教學訓練實踐，進行有關專項選才、技術教學訓練規律等方面的科學研究，並撰寫論文。 4. 完成規定的進修學習任務；承擔對初級教練員的業務指導和培訓，以及輔導基層的訓練工作。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 具體育院系專科以上畢業文化水平；擔任二級教練員工作四年以上；工作成績突出；較好地完成向上一級運動訓練組織輸送優秀後備人才的規定任務。 2. 有選拔和培養優秀後備人才的知識與能力；較好地完成田徑訓練大綱的規定任務；具有正確地講解和動作示範能力；具有對初級教練員進行業務指導和培訓以及輔導基層訓練的工作能力。 3. 掌握少年兒童教學訓練的規律和發展動向；對少年兒童田徑訓練有較全面的理論知識；能夠結合少年兒童教學訓練實踐，進行科學研究，完成一定質量的論文。 4. 掌握一種外語，借助字典能閱讀專業資料。

表二 中國大陸二、三級田徑教練員崗位職責和標準

級別	對象	職責	標準
二級教練員	優秀運動隊	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在高等級教練指導下，承擔優秀運動員的教學訓練和參加比賽的指導工作。 2. 按照田徑訓練大綱的要求制定訓練計畫，組織教學和訓練工作，定期作出訓練總結。 3. 了解個人主管專項的發展動向；在高等級教練指導下，結合教學訓練實踐，進行或參與一定的科研工作。 4. 完成規定的進修學習任務。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 具有體育院系專科以上畢業文化水平；工作一年以上，經考核合格。 2. 初步掌握田徑各項的基本技術和理論，能夠按照田徑訓練大綱的要求，較好地組織教學訓練和比賽；具有培養一級以上水平運動員的能力 3. 掌握個人主管專項所必需的基礎理論和專業理論知識，能在高級教練指導下，結合教學訓練實踐進行科學研究工作。 4. 初步掌握一種外語。
	業餘體校	<ol style="list-style-type: none"> 1. 為提高我國田徑運動水平，培養和向上一級運動訓練組織輸送優秀的後備人才。 2. 按照少年兒童生長發育規律，制定訓練計畫，組織教學訓練；完成田徑訓練大綱規定的任務。定期做出訓練總結。 3. 在高等級教練指導下，結合少年兒童教學訓練實踐，進行一定和科學研究工作。 4. 完成規定的進修學習任務，以及輔導基層的訓練工作。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 具有體育院系專科以上畢業文化水平；工作一年以上，經考核合格；或擔任三級教練工作三年以上，取得一定的工作成績；完成向上一級運動訓練組織輸送優秀後備人才的規定任務。 2. 具有選拔和培養優秀後備人才的能力；具有完成田徑訓練大綱規定任務的能力，具有正確地講解和動作示範的能力；基本掌握跑跳投各項的基本技術和理論；具有累積資料和總結經驗的能力。 3. 掌握少年兒童田徑訓練的理論和知識。
三級教練員	業餘體校	<ol style="list-style-type: none"> 1. 在高等級教練指導下，承擔優秀後備人才的選拔、教學和訓練工作。 2. 在高等級教練指導下，按照田徑訓練大綱的要求，制定訓練計畫，組織教學訓練，並定期做出總結。 3. 完成規定的進修學習任務，以及輔導基層的訓練工作。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 具有體育專業中專以上文化水平；有田徑專長，工作一年以上經評定合格。 2. 具有選拔優秀後備人才的基本知識和能力，具有按照田徑訓練大綱組織教學訓練的能力；具有講解和示範的能力。 3. 基本掌握少年兒童田徑訓練的理論知識。

二、澳大利亞教練員培訓課程

澳大利亞的教練員培訓，是由澳大利亞全國教練委員會負責制定計畫實施，周曉東（1995）指出澳大利亞教練員培訓一般採取自學或函授，短期培訓班以及進入

指定高等體育學院進修等三種，對 1-2 級教練員的培訓一般大多採用自學或函授結合定期面授的方式，對 3-4 級教練員的培訓一般多以參加短期定期培訓或進修為主。具體的培訓時數如表三內容。

周曉東（1995）、陳寧（1996）指出培訓的主要內容有體育科學理論、運動技能、技術、戰術，比賽規則和訓練方法、訓練計畫制定、訓練評估、訓練實際經驗等，是採行體育科學理論與實務相結合。

表三 澳大利亞全國教練員資格制度最低課程要求

級別	課程形式	課程時間	總時間
入門	教練原理和專項實踐	6	6
一級	教練原理 專項運動 教練實踐	4 10 30 或 1 賽季	44
二級	教練原理 專項運動 教練實踐	35 30 60 或 2 賽季	125
三級	高級專項教練理論與實踐進展 教練實踐	100 100 或 3 賽季	200
高級	適合提高高水平運動訓練需要的個別化專項學習計畫	由教練理事會決定 (一般 2-3 年)	
更新	取得教練員資格後在 4 年內還須參加單項運動協會舉辦的教練培訓		

資料來源：鍾秉樞、唐煜章（2001）：澳大利亞體育教練員培訓體系。中國體育教練員，1。34。

澳大利亞對各級教練員的培訓考核甚為嚴格，一般是在全國教練委員會的指導和督促下，由全國各單項體育協會協同負責教練員培訓的培訓中心或有關高等體育學院校進行。對 1-2 級的教練的考核主要採用交作業及筆試的方式；對 3-4 級的教練員的考核，以完成培訓期間的一系列有關作業及對各種專門問題的討論及筆試為

主。對經考核合格的教練員發給證書。同時，為確保教練員的質量，澳大利亞全國教練員委員會也開始採行對教練員進行長期紀錄評估，讓教練員記錄每年的訓練課時、訓練案例研究、參加培訓情況、訓練計畫等，每隔 3-4 年提交給全國單項協會評估，如未能提交者，就將面臨證書不被承認（周曉東，1995）。

三、德國教練員培訓課程

德國是建立教練員培訓最為完善的國家之一，與加拿大、澳大利亞可以相提並論，而我國目前所引用的教練、裁判制度就是從德國所引進的，可惜的是制度設的非常完善，但在落實執行的力度上卻是非常的薄弱，尤其是國人都自認為是宗師，在其所從事的體育運動專業領域中是佼佼者，所以無法接受新技術與新觀念的薰陶，使得我國教練制度滯止不前，進步緩慢。因此，筆者在此針對所蒐集得的相關資料，與德國教練員培訓模式加以分析探討，以找出我國教練制度的其他缺失。

呂光烈等三人（2001）指出，整個德國的教練均由位於法蘭克福的德國體總來負責考核，體總需設立每一種教練的資格及養成規範，供各單項協會來據以辦理教練的養成，而且每一個單項協會的教練資格均不同。德國科隆教練學院非一般的大學，主要是以教練養成為主，因為德國是採教師與教練分開實施制；全德只有一所教練學院，負責總體做好教練養成工作。

在德國要成為一名專業的教練員，必須要經過科隆教練學院的洗禮，由呂光烈等三人（2001：9）的考察報告指出，要報名參加教練學院課程條件是：（一）須受完十年級以上的本學課程證明（相當於國內國中畢業學歷）；（二）須拿到 A 級教練證書。

科隆教練學院其教練養成的課程分為：基本課程與專業課程兩種；參加培訓的人員，須在完成一年的訓練課程後，參加依次的鑑定考，考試的內容分為三部分：（一）訓練及教練課程，另外須就生物力學、運動醫學、運動心理學…五個專業科目中選擇其中一項參加考試；（二）參加口試；（三）綜合性測驗，包括擬定運動訓練計畫及其他訓練課程等。呂光烈等三人（2001：10）指出未能通過考試者，可重複參加，或透過發表及討論方式來鑑定。完成二至三年的訓練後，須參加國家舉行的考試，這項考試是每二年舉行一次，每次錄取五十人。

陳寧（1996）指出德國教練員級別分為四級即 D、A、B、C 級，目前屬於 D 級的教練有 405 人，其中有 120 名是職業教練，被全國體育協會聘用擔任國家專職教練；A 級教練有 2,500 人；B 級教練 15,000 人；C 級教練有 60,000 餘人。

四、匈牙利教練員培訓課程

匈牙利的教練員培訓是依照等級不同，所負責訓練的機構也有所改變，呂光烈等三人（2001：25-30）指出基礎教練是由各州協會負責，且必須接受 100 小時至 120 小時的授課時數，其中有 60 小時至 80 小時是專業運動課程，並且注重專項理論課程，其中分為理論課與實務課兩種，分別在當地的協會上課及委託全國協會規劃

辦理，而這一個層次的教練員培訓課程以運動教育及休閒為主。

中級教練約需上課 300 小時，培訓二年，主要是針對競技運動項目為主，每二年招收一次，課程內容除六門理論課之外，亦須實際參與競賽活動，教練每一個月上一次理論課程，其他時間採用函授，每名教練每年必須參加一次運動營活動，所需的費用由教練自費。專業教練則須參加教練學院的授課，四年畢業授予文憑，

表四 匈牙利教練分級與教育機構及授課時數表

教練級別	教育機構	授課時數
基礎教練	各州協會負責	100 小時至 120 小時
中級教練	運動教練教育研究所	函授課程約 300 小時，需上課二年
專業教練	運動教練教育研究所	四年取得文憑

呂光烈等三人（2001）：德國、匈牙利教練及裁判制度考察報告。行政院體育委員會。30。

五、美國教練員培訓課程

美國從 1976 年開始有教練員培訓計畫（ACEP），一直致力於提高大眾對教練員培訓問題重要性的認識。鄧小芬譯（1993）美國教練員培訓方案的特點是：

（一）培訓安排符合教育規律

為使教練員培訓方案更加合理有效，對多種教學安排進行教學試驗，雖經過傳統的授課方式，儘管在現場測試反應效果良好，但經過 6 個月後參與的教練員僅記住 15% 的內容，此反映了傳統的教學方式是行不通的，必須找出更有效的教學方

且全部免費。匈牙利由基礎教練到專業教練的授課與單位如表四。

另外還開辦屬專業教練這一等級的體育經紀人的培訓課程，但其整體素質高於專業教練這一等級，而其資歷相當於研究所資格，全部的上課時數約 1500 個小時。除此之外，匈牙利亦有向國際奧會團結基金會（OS）爭取得經費辦理教練講習會，這與國內中華奧會補助各運動協會辦理 OS 教練講習會是一樣的。

法。因此，採用了三段式教學法。分別是診斷、自學、自我測驗三階段教學，經過三階段教學課程的教練員，同樣經過 6 個月後，記住了有 65% 以上的學習內容，顯示此種教學收效程度較好。

（二）分層次地滿足教練員的需求

美國教練員培訓計畫中對全部競技項目的教練員採用統一的一種培訓課程設置，結果發現是不可行的，因此，開始大量地修改和擴展課程設置，根據不同的水平，開設不同的培訓內容，其課程內容如表五所示。

六、我國教練員培訓課程

我國現行的教練制度，主要是為了提高各單項的運動成績與教練素質，以培養運動指導人才為目標，本研究中曾指陳我國現行的制度，是依據中華體總於民國八十一年所訂定：「全國各運動協會建立教練制度實施準則」辦理；並由各運動協會依據實際需要，對教練的資格、分級、任用、進修、晉升、管理及獎懲等研修制定，定妥後提交各運動協會常務理事會討論後，並報由中華體總轉報中央主管機關核備後公布實施。現今，國內尚未有新的教練制度的管理但新辦法出爐之際，仍沿用中華體總所定之辦法實施，不過已有部分運動項目轉由體委會直接輔導辦理。

依據新修訂之國民體育法第十一條之規定，中央主管機關應建立體育專業人員之進修及檢定制度。再再顯示出政府對專業人員證照制度的重視程度，而教練員證照制度也是我國體育界籲求許久的企盼，如能真正落實體育專業人員的各種證照制度規範的話，那就可造就許多的體育專業人才的就業機會。

教練制度只是體育專業人才領域中的一群，如果依照目前學校體育專任運動教練來看，也不屬於教練制度所適任的一群，對教練制度建立的完整性是個重要的課題。因此，筆者建議應全盤檢討現行制度，或許可參考中國大陸在教練員崗位培

訓的分級規定所指出的規範作為借鏡，並修改成為適合我國使用的教練制度。

目前國內三級教練制度對講習會培訓內容要求基本上是一樣的，只有各運動協會依據所推展的運動項目特性而有所差別，實施不同的專項運動技能與技術，以及專業知識、知能等課程，此外中華體總有統一的必須課程分別是：運動訓練指導法、運動醫學與營養、運動科學理論（包括：運動生理學、運動心理學、運動力學、運動社會學、行政與管理），以及最近體委會通知舉辦國家級教練講習必須加上運動禁藥課程，使得我國現行的教練培訓課程至為豐富，但缺點是講習的最短時程是 24 小時，也就是每次講習會多數都舉辦三天，舉辦時間匆促，課程趕課，使得上課及學習的品質不佳；如果能夠採行多元的學習方式的話，筆者認為是可行的，尤其是在電子科技發達的今日，透過多管道、多方式的學習方式，將參與學習或進修的教練逐一記點，只要達到多少的節數或課程數，即可參加進階考試與測驗，將會是另一種進修管道。

以國內的現行進修方式，多數存在於紙上作業型態的文書處理方法，實在難以使教練素質得到提升，更有些運動協會，教練的晉升是依照資歷或對協會的貢獻程度來議論，當然每一個運動協會有其特性與特殊需要的要求，但也不能使一位具潛力的優秀運動教練喪失其服務或貢獻的機

會。

表五 不同的培訓內容

自願者水平	領導者水平	大師水平	
課程	競技運動技術和戰術		高級運動技術和戰術
初級教練員	運動急救	營養和體重控制	體育健康學
青少年運動訓練	體育科學課程	運動傷害學	體育管理學
		運動心理學	時間控制法
		運動技能學	體育法學
		運動生理學	競技運動中的社會問題
		運動力學	藥物和競技運動

資料來源：鄧小芬譯（1993）：美國教練員的培訓。中國體育教練員，2。34。

綜前所述，各國的教練員培訓課程或略有差異，不過大部分對體育專業課程都非常重視，尤其是競技運動越發達的國家對專業課程越重視；在各級的授課時數方面，隨著等級的升高每高一級其授課時數相對也拉長，課程內容相對的也增多；完成學習的測驗方面，澳大利亞與德國所使用的方法非常相似，而中國大陸則較注重思想品質，以及教練員實務操作的運動成績表現，但對每高一級的教練員相對的要求也比較嚴格。

肆、結語

綜合前述，可以發現各國的教練制度在分級上基本上是大同小異，不過也兼具其國家的特色，尤其是如何使教練制度落實與具體運作，同時因地制宜，順勢利導的方式，把具各該國家的教練分級制度給予具體化，以突顯教練這項工作所代表的

神聖地位與作用。

而從各國的教練員培訓課程與方式可知，注重專業理論知識、知能，以及專業運動技術、技能、戰術，是所有國家所共同必備的基本要求。現今要思考的課題是，為什麼同樣的課程規範與制度方式，在歐美、中國大陸等地區或國家執行起來非常地順暢，反觀之，引用到國內卻有部分窒礙難行的現象，是國人對專業的要求更高，還是故步自封的心理障礙所致呢？頗值得吾人省思。

研究發現，國外的許多體育專業課程，在國內沒有推行，也許應可考慮將國內的教練制度與體育院校課程相結合，如：匈牙利的體育經紀人課程的修習規定，就相當於研究所的專業課程；而美國的大師級水平的教練員課程內容就非常的精細。因此筆者建議，應多方蒐集各國的教練進修規範，促使國內的教練進修制度

與課程內容更為充實，而由各運動協會與體育學院或體育科系合作，使我國的教練制度步入新的軌道。

伍、參考文獻

行政院體育委員會（2000）：我國運動教練制度之研究。行政院體育委員會。

行政院體育委員會（2001）：國民體育法。行政院體育委員會公報，1。2001.1.1。

呂光烈等三人（2001）：德國、匈牙利教練及裁判制度考察報告。行政院體育委員會。

周宏室（1992）：我國學校專任運動教練的養成及未來展望。國民體育季刊，21（2）。26-34。

周曉東（1995）：澳大利亞教練員培訓的特點。中國體育教練員，2。33。

國家體委人事司二處（1993）：五級十等的《體育教練員職務條例》已報送國家人事部審批。中國體育教練員，2。41。

國家體育運動委員會科教司編（1995）：國家體委教練員崗位培訓法規性文件及資料選編。國家體育運動委員會科教司。

陳寧（1996）：中、日、英、德、澳五國教練員崗位培訓模式比較研究。成都體育學院學報，22（1）。88-92。

鄧小芬譯（1993）：美國教練員的培訓。中國體育教練員，2。34。

臺灣省教育廳（1989）臺灣省教育發展史料彙編。台灣省教育廳。

鍾秉樞、唐煜章（2001）：澳大利亞體育教練員培訓體系。中國體育教練員，1。34。

