



國立中正大學

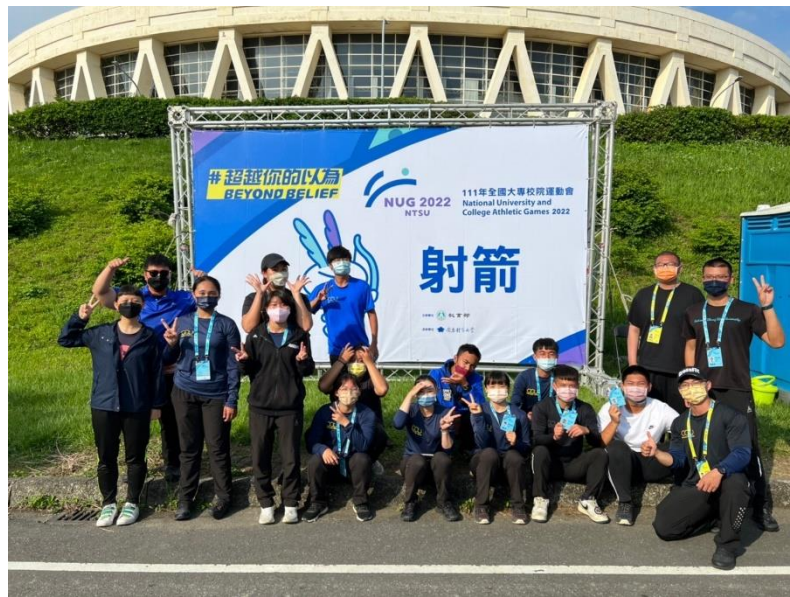
# 優秀射箭運動員責任感與 利社會行為之培育

衛中瑩<sup>1</sup>，賴又加<sup>2</sup>，曾沈連魁<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>國立中正大學運動與休閒教育研究所



報告者：衛中瑩



# 目錄

## CONTENTS

壹 緒論

貳 文獻探討

參 研究方法與設計

肆 結果與討論

伍 結論與建議



# 緒論

- 研究背景與動機
- 研究目的
- 研究問題
- 名詞解釋
- 研究的重要性



## 第一節

### 研究背景與動機

現今的十二年國教課綱將「道德教育」納入到9項核心素養之中，也顯示出品格教育的重要性。

- ▶ 我國深受儒家思想的影響，道德教育一職是我國品格教育的核心。  
(李奉儒，1996)
- ▶ 國民教育更以養成德、智、體、群、美五育均衡發展之健全國民為宗旨。  
(教育部，2016)



## 第一節

### 研究背景與動機

- Sullivan(2007)的研究指出，讓孩童參與身體活動課程將有助於提升品格表現。
- 林正常(2012)指出，教練應讓運動團隊有著優良的品格環境，無形之中可以使學生被培育出良好行為習慣。
- 許多研究都已證實，透過體育教學將可以有效提升學生的品格素養。





## 第一節 研究背景與動機

因此本研究將以TPSR(個人與社會責任模式)理論為基礎，深入探討優秀的射箭運動員如何在運動團隊中、射箭比賽中、以及生活中學習責任感與利社會。



## 第二節 研究目的



了解優秀射箭運動員的責任感培育方式。



了解優秀射箭運動員的利社會行為培育方式。



## 第三節 研究問題



優秀射箭運動員的責任感培育方式為何？



優秀射箭運動員的利社會行為培育方式為何？





## 第四節 名詞解釋



優秀射箭運動員：由各隊教練推薦品格優秀的選手，且曾經獲得全國性團體賽或個人賽前三名次的選手。（全國運動會、全國大專校院運動會、全國總統盃錦標賽、全國理事長盃錦標賽）



## 第四節 名詞解釋



責任感：是指優秀射箭運動員在運動團隊訓練中所被培養出來的態度與價值。

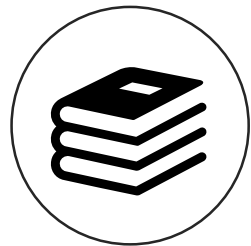


利社會行為：本研究之利社會行為，是奠定在優秀運動員的品格基礎中，是出於個體自發性的助人行為。

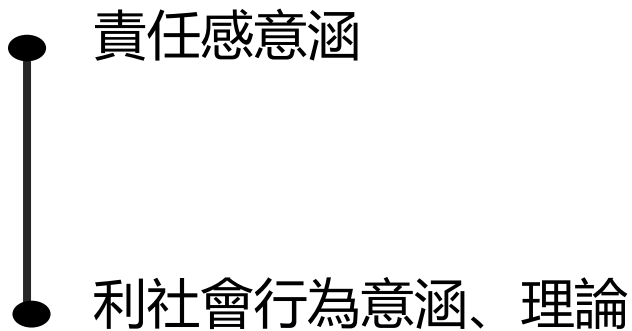


## 第五節 研究的重要性

- 可以歸納出優秀射箭運動員品格教育培育模式
- 擴充國內射箭運動之質性研究
- 提升大眾對運動團隊的認知價值及支持態度



文獻探討



責任感意涵

利社會行為意涵、理論



## 第一節 責任感意涵

- Hellison (2011) 指出責任感的**五個階段**能幫助學習者發展責任感，也能讓學生將體育課學習到的**責任感及溝通技巧能力**轉換至家庭或社會中。
- 因此，五個階段通常也被視為**建立責任感的指標**。

TPSR的責任理論共分為**五個層級**

- ① 尊重他人
- ② 努力與合作
- ③ 自我導向
- ④ 幫助與領導
- ⑤ 行為遷移(日常生活中)



## 第一節 責任感之相關研究

作者 (年代)	論文題目	重點整理
陳佑豪 (2019)	個人與社會責任模式籃球課程應用於原住民學生之個案研究	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ 學生在融入TPSR籃球課程中的<b>責任表現有顯著的進步</b>。</li><li>➤ 部分責任行為有轉移到生活中的可能。</li></ul>
王軍潔 (2018)	個人與社會責任模式介入游泳課之行動研究	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ TPSR融入游泳課程後，學生的<b>態度、行為、師生關係</b>皆有正向改善。</li><li>➤ TPSR模式有助於增進教師專業發展。</li></ul>



## 第一節 小結

- 況且國內TPSR相關研究雖以**量化**居多，且只針對校園中之體育課為研究目標。我國各項運動代表隊，仍屬學校教育一環。
- 12年國教課綱的核心理念之一，就是培育學生**品格發展與道德素養**，所以有必要去深入探討。



## 第二節 利社會行為理論

- 同樣的社會環境中，不同的學習者，所學習到的利社會行為未必會相同。
- 在專項運動情境中的任一刺激，對選手而言也將會產生不一樣的利社會行為。





## 第一節

# 利社會之相關研究

作者 (年代)	論文題目	重點整理
劉維威 (2014)	中學生體育課參與內在動機、個人與社會責任及利社會行為之研究	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ 中學生體育課程參與內在動機和TPSR有顯著正相關。</li><li>➤ 中學生體育課程的TPSR與利社會行為有顯著正相關。</li></ul>
吳榮家 (2012)	「團隊凝聚力」對體育團隊選手日常利社會行為之研究	<ul style="list-style-type: none"><li>➤ 選手團隊凝聚力越高，則對其利社會行為的發展越有幫助。</li><li>➤ 教練及教師的管教方式會影響選手的團隊凝聚力。</li></ul>



## 第二節 小結

- 研究者在未來將投入到學校中擔任**教育工作者**，透過本研究結果也能讓我知道如何培養與發展學生的利社會行為。
- 所以本研究將深入探討**射箭運動團隊**如何培育選手學習利社會行為。



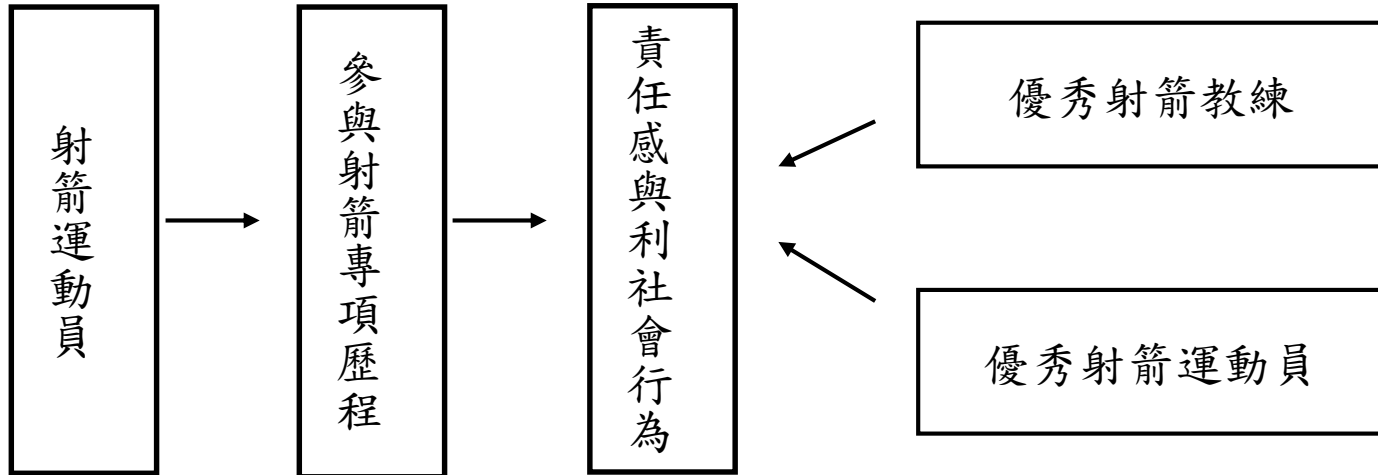
# 研究方法與設計

- 研究架構
- 研究對象
- 研究工具
- 研究流程
- 資料處理與分析
- 研究倫理



# 第一節 研究架構

- 研究想要了解，優秀射箭運動員如何被培育出責任感與利社會行為。
- 以質性研究中的半結構式訪談蒐集相關資料。





## 第二節 研究參與者

- 立意取樣
- 7位優秀射箭運動員
- 3位優秀射箭教練

### 研究對象(教練)

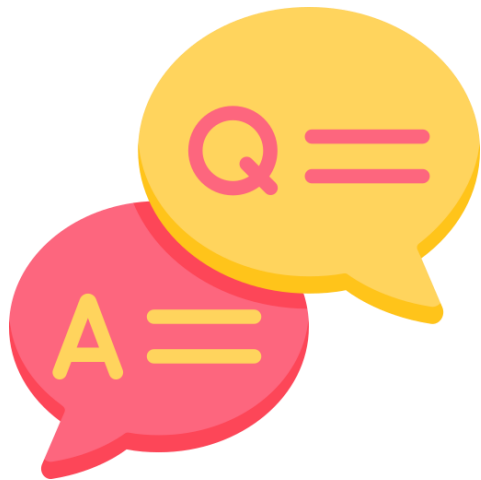
代號	性別	年齡	教學年資	證照級別
a	男	40	15	專任運動教練-高級
b	男	43	14	專任運動教練-中級 中華民國射箭協會-A級
c	女	50	24	中華民國射箭協會-A級

### 研究對象(選手)

代號	性別	年齡	射箭年資	最佳競賽成績
A	男	26	16	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 2020年東京奧運-團體銀牌</li> <li>· 2017年世界錦標賽-個人銀牌</li> <li>· 2015年全國運動會-團體金牌</li> <li>· 2015年全國運動會-個人金牌</li> </ul>
B	男	25	13	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 2017年世界大學運動會-混雙銅牌</li> <li>· 2017年世界大獎賽-個人金牌</li> <li>· 2017年全國運動會-個人金牌</li> </ul>
C	男	25	13	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 2011年世界青少年錦標賽-團體金牌</li> <li>· 2011年全國運動會-團體金牌</li> <li>· 2018年大專校院運動會-個人銀牌</li> </ul>
D	男	22	10	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 2018年世界大獎賽-團體金牌</li> <li>· 2018年全國青年盃-團體銀牌</li> <li>· 2017年全國大專運動會-個人金牌</li> </ul>
E	男	19	10	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 2020年東京奧運-團體銀牌</li> <li>· 2017年世界錦標賽-個人銀牌</li> <li>· 2015年全國運動會-團體金牌</li> <li>· 2015年全國運動會-個人金牌</li> </ul>
F	男	24	15	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 2019年全國運動會-混雙金牌</li> <li>· 2019年大專校院運動會-團體金牌</li> <li>· 2020年大專校院運動會-團體金牌</li> </ul>
G	男	28	14	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 2018年亞洲運動會-混雙金牌</li> <li>· 2019年全國運動會-團體金牌</li> <li>· 2018年大專校院運動會-個人金牌</li> </ul>



## 第三節 研究方法



- 本研究預計與每一位優秀射箭運動員與教練進行半結構式訪談，每次訪談時間約1~2小時。



## 第三節 訪談大綱(選手版)

### (一)基本資料

1. 請問您現在的實際年齡為何？
2. 請問您參與射箭運動的年資為何？
3. 請問您的最佳競賽成績為何？

### (二)責任感與利社會行為

1. 請描述您在參與射箭專項訓練時的個人理念為何？
2. 請描述您的教練在射箭專項訓練上的帶隊理念為何？
3. 請描述您如何在參與射箭專項訓練訓練與比賽中學習到責任感？
4. 請描述您如何在參與射箭專項訓練訓練與比賽中學習到利社會行為？
5. 請描述您如何在參與射箭專項訓練訓練與比賽以外的生活中學習到責任感？
6. 請描述您如何在參與射箭專項訓練訓練與比賽以外的生活中學習到利社會行為？
7. 以您自身過往的經驗，您建議教練或家長如何培育責任感與利社會行為？



## 第三節 訪談大綱(教練版)

### (一)基本資料

1. 請問您現在的實際年齡為何？
2. 教練請問您的執教年資為多少年？
3. 教練請問您的證照級別為何？

### (二)責任感與利社會行為

1. 教練您的帶隊理念(或方式)為何？
2. 在射箭專項訓練中教練您如何培養選手學習到責任感或提升責任感？
3. 在比賽中教練您如何培養選手學習到責任感或提升責任感？
4. 在射箭專項訓練中教練您如何培養選手學習到利社會行為或提升利社會行為？
5. 在比賽中教練您如何培養選手學習到利社會行為或提升利社會行為？
6. 在生活中教練您如何培養選手學習到責任感或提升責任感？
7. 在生活中教練您如何培養選手學習到利社會行為或提升利社會行為？
8. 教練以您自身過往的經驗，在培育選手責任感與利社會行為上，您曾遇到過哪些難題呢？





## 第三節 研究工具-參與觀察

- 研究者為了對射箭運動團隊有更多的科學了解，且以利研究的完整性。
  - ✓ 參與觀察時間：2022年03月21日至 25日
  - ✓ 部分參與者。



## 第三節 信實度之建立

➤ 本研究參考吳松樺（2002）所提出的信度與效度指標分類，以利提升研究資料之正確性。

一. 可信性：指研究者所蒐集資料**確實性**機率。

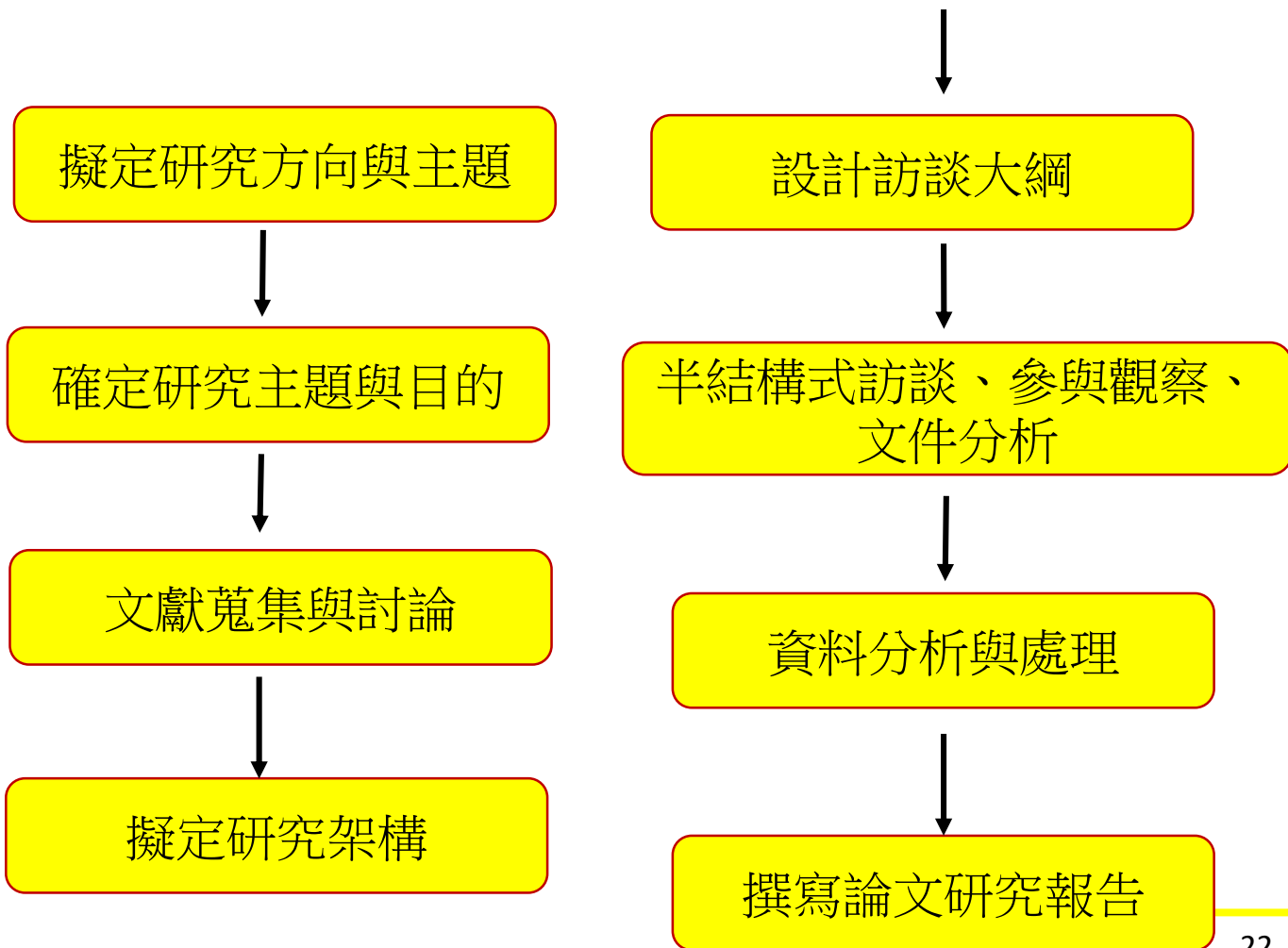
二. 可遷移性：指研究者謹慎地將資料的脈絡、意義、行動**轉換**成文字資料。

三. 可靠性：指研究者運用的資料必須加以說明，以供**判斷**資料的**可靠性**。

四. 可驗證性：指研究資料可以進行**驗證**。



## 第四節 研究流程





## 第五節 資料處理與分析

- ① 將訪談錄音檔轉換成逐字稿
- ② 將資料持續做比較與分析
- ③ 將初步資料進行三級編碼

選擇性  
編碼

逐字稿

主軸性  
編碼

開放性  
編碼



## 第六節 研究倫理

在整個研究歷程中作者必須確實遵守研究倫理，遵守研究倫理可以讓資料保有正確性。

(潘淑滿，2003)

- 同意原則
- 保密原則
- 尊重原則
- 中立客觀原則



## 結果與討論

● 教練指導策略

● 尊重與包容

● 自我激勵與合作

● 自我實現

● 助人與領導

● 學習遷移



## 第一節

代碼	三級編碼	代碼	二級編碼	代碼	一級編碼
一	教練指導策略	1	帶隊理念	01	自我約束、嚴格要求、 傾囊相授
		2	團隊規範	02	品格教育、服從隊規
		3	團隊氣氛	03	凝聚力、鼓動激勵



# 第一節

## 教練指導策略

(一) 帶隊理念：自我約束、嚴格要求、傾囊相授

1. 自我約束讓運動員有獨立思考的機會。
2. 中學教練會對選手有較嚴格的要求，讓選手養成良好的行為態度。
3. 教練團皆以提升國家整體水準而努力。





# 第一節 教練指導策略

## (二) 團隊規範：品格教育、服從隊規

1. 教練與學長姐會強調**禮貌與尊重**的重要，運動團隊的氛圍供品格塑造的環境。
2. 運動團隊有著**嚴格的規範與紀律**，要求學生為自己的行為負責。



# 第一節

## 教練指導策略

### (三) 團隊氣氛：凝聚力、鼓勵與肯定

1. 選手們長期共同在辛苦的訓練環境中，在這些經歷中培養出了團隊精神，了解到團結力量大的道理。
2. 教練會以鼓勵與肯定的方式來向選手們精神喊話。



## 第二節

代碼	三級編碼	代碼	二級編碼	代碼	一級編碼
二	尊重與包容	1	自我行為監控	01	自我要求、自律學習、 自我情緒調節
		2	同理心	02	將心比心、不驕傲



## 第二節 尊重與包容

### (一)自我行為監控：自我要求、自律學習、自我情緒調節

1. 藉由讓選手自行安排訓練課表，選手將更懂得自我要求負起責任。
2. 優秀選手在訓練上會較自律的不斷精進自己。
3. 選手在運動團隊中學習如何調節自己的情緒，而不影響周遭的他人。



## 第二節 尊重與包容

### (一)同理心：將心比心、不驕傲

1. 射箭運動團隊讓學生學會接納與包容，即便在課室的情境中選手也一樣可以秉持著將心比心。
2. 勝不驕，敗不餒。



### 第三節

代碼	三級編碼	代碼	二級編碼	代碼	一級編碼
三	自我激勵	1	內在動機	01	努力不懈、自動自發
	與合作	2	團隊合作	02	同舟共濟、師生互動



## 第三節

# 自我激勵與合作

### (一) 內在動機：努力不懈、自動自發

1. 選手們相信努力不懈的精神終將迎接光明的璀璨，這也是運動員堅持到底的責任展現。
2. 在訓練與生活中會表現出自動自發且負責的行為。



## 第三節

### 自我激勵與合作

#### (二) 團隊合作：同舟共濟、互助與合作

1. 教練與選手都為了共同的目標而努力，藉由團隊合作戰勝眼前的困難。
2. 教練會以亦師亦友的關係來抓住選手的心，讓選手產生願意與教練互助、合作等正向行為。





## 第四節

代碼	三級編碼	代碼	二級編碼	代碼	一級編碼
四	自我實現	1	獨立自主	01	解決問題、責任感
		2	設定目標	02	嚴以律己、循序漸進
		3	實現個人理念	03	莫忘初衷、接受挑戰



## 第四節 自我實現

### (一)獨立自主：解決問題、責任心

1. 教練讓選手獨立自主解決問題，讓選手在解決問題的過程中去學習為自己的行為負責。
2. 選手在運動團隊中被培育出調適自己狀況的責任感。



## 第四節 自我實現

### (二)設定目標：嚴以律己、循序漸進

1. 選手會為自己設定嚴格的目標，有目標的選手也更能夠有行動力實現自我。
2. 選手根據自己的的狀況來選擇合適的階段性目標。



## 第四節 自我實現

### (三)實現個人理念：莫忘初衷、接受挑戰

1. 不要忘記對射箭的熱誠與態度，時時刻刻保持積極態度。
2. 勇於面對高張力的比賽與嚴苛的訓練所帶來的挑戰。



## 第五節

代碼	三級編碼	代碼	二級編碼	代碼	一級編碼
五	助人與領導	1	幫助他人	01	經驗傳承、關懷隊友、 關懷競爭對手
		2	領導行為	02	以大帶小、楷模榜樣
		3	敏感與回應	03	察言觀色、積極主動



## 第五節 助人與領導

### (一)幫助他人：經驗傳承、關懷隊友、關懷競爭對手

1. 學長姐或有經驗的選手會不吝嗇的將自己過來人的經驗與技術傳承下去，希望整個射箭運動可以一同茁壯。
2. 關懷隊友的能力是學生在射箭隊的團體生活中所被培養出來的。
3. 在競技場域上同樣也可以無私地去關懷競爭對手。



## 第五節 助人與領導

### (二) 領導行為：以大帶小、楷模榜樣

1. 射箭運動團隊有著**大手攜小手**的文化存在著，學長姐們會承擔領導的責任。
2. 楷模對象的態度與行為會影響到選手們的信念。



## 第五節 助人與領導

### (三)敏感與回應：察言觀色、積極主動

1. 選手在運動團隊的歷程中被提升了助人的敏感度，會考慮多個面向來處理事情。
2. 在訓練與比賽中選手就養成了主動協助其他隊友的行為。





## 第六節

代碼	三級編碼	代碼	二級編碼	代碼	一級編碼
六	學習遷移	1	利社會行為	01	正向行為、主動關懷、 溝通能力
		2	生活責任	02	守時、負責



## 第六節 學習遷移

### (一)利社會行為：正向行為、主動關懷、溝通能力

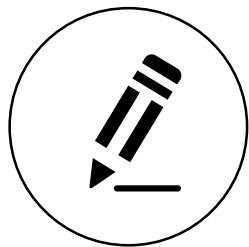
1. 專項訓練中選手不斷地重複學習幫助他人、品格教育、熱於服務的特質。
2. 接受了教練與他人的協助後，選手也會產生想要關懷他人的利社會行為。
3. 運動團隊就像是一個小型的社會群體，良好的溝通能力是至關重要的。



## 第六節 學習遷移

### (二)生活責任：守時、負責

1. 射箭運動團隊可以培育選手守時的觀念。
2. 在運動團隊中選手被培養出負責的態度。



# 結論與建議



結論

建議



## 第一節 結論

- 一. 教練的帶隊理念、團隊訂定的規範與團隊中的氣氛對其學生發展責任行為有幫助。
- 二. 參與運動團隊訓練可以讓學生具備自我行為監控與同理心的特質。
- 三. 克服專項訓練的挑戰讓學生能夠擁有內在動力，並與他人和平相處。



## 第一節 結論

- 四. 運動團隊讓學生有**獨立自主**的機會，並且為自己**設定目標**在同儕壓力下**堅持自己的信念**。
- 五. 在運動團隊中學生可以展現出**幫助他人**與領導的**責任感**，也會**敏銳地察覺**到身邊需要協助的地方。
- 六. 學生在運動團隊所學習的**責任行為**可以產生**學習遷移**，展現出自我對社會的**利社會行為**與**生活責任**。



## 第二節 建議

一. 針對論文的研究結果所提出之建議：

### (一)、在教練指導策略方面

建議未來教練可對不同特質的學生實施因材施教的策略，此策略對教練與選手的關係和責任行為都有所助益。

### (二)、在尊重與包容方面

建議中學階段教練讓學生為自己的行為負起責任，此方法將可以導正中學生較易有偏差行為的問題。



## 第二節 建議

一. 針對論文的研究結果所提出之建議：

### (三)、在自我激勵與合作方面

建議家長可以讓孩童參與運動團隊，因為此發展階段較容易塑造個體的正向行為。

### (四)、自我實現方面

建議教師或教練提供學生自己解決問題的機會，將有利於學生學習對自我的責任感。





## 第二節 建議

一. 針對論文的研究結果所提出之建議：

### (五)、在助人與領導方面

建議學校可以將運動團隊視為培育學生品格教育的管道之一。

### (六)、在學習遷移方面

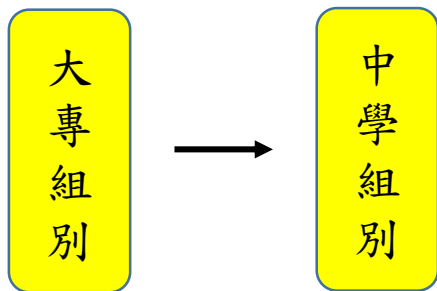
建議使用TPSR模式融入在體育課程中的教師，可以延長介入時間，將有助於學生將責任行為實踐在生活中。



## 第二節 建議

一. 針對未來研究之建議：

➤ 選取不同階段選手為研究參與者：



➤ 選取不同研究方法：建議未來的研究者，可以透過此研究結果為理論基礎，來進行量化問卷的編擬。

**THANKS!**