



# 兒童足球俱樂部教練的 有效指導行為

趙沁駿<sup>1</sup>, 鄧雯方<sup>2</sup>, 曾沈連魁<sup>3</sup>

<sup>1</sup>國立中正大學運動競技系暨運動與休閒教育碩士班



# 目錄



壹、緒論

---



貳、文獻探討

---



參、研究方法

---



肆、結果與討論

---



伍、結論與建議

---



壹、

緒論





## 研究背景與動機

足球是全球最瘋狂的運動之一。

我國積極推廣足球項目，尤其在兒童階段。

學習足球可創造及提升孩童啟發性及教育功能的價值。

教練為每項運動項目的重要人物，領導團隊獲得最高榮耀。

教練的領導行為中最為重要的是訓練與指導行為。

研究者本身為足球選手退役，目前投入在教學行業，在教學中有許多迷惘與困境，而足球俱樂部是現在我國正崛起的趨勢，透過研究與文獻的探討，進一步了解何謂「足球俱樂部教練有效指導行為」與影響「教練指導行為」的因素為何。



## 研究目的

---



探討兒童足球俱樂部教練有效指導行為之內涵



探討影響兒童足球俱樂部教練有效指導行為之因素



## 研究問題

---



兒童足球俱樂部教練有效指導行為之內涵為何？



影響兒童足球俱樂部教練有效指導行為之因素為何？



貳、

---

# 文獻探討





## 我國近年足球發展與政策

年份	單位	政策計畫
2002	行政院體育委員會	足球運動振興計畫
2004	臺北市教育局	臺北市五人制足球發展計畫
2006	教育部體育署	國民小學足球活動實施計畫
2007-2008	教育部體育署	學生足球整合計畫
2009-2010	教育部體育署	國民小學樂樂足球、足球學校計畫
2010-2013	教育部體育署	大足球中程計畫
2018-2023	教育部體育署	足球六年計劃
2019-2028	教育部體育署	學校足球建設工程





# 我國近年足球發展與政策

## 活力十足 - 足球扎根發展計畫

學校足球

全民足球

競技足球

足球運動設施

國際交流

運動產業

## 足球六年計畫 (2018-2023)

### —足夢踏實，前進一百

健全國家隊選訓賽

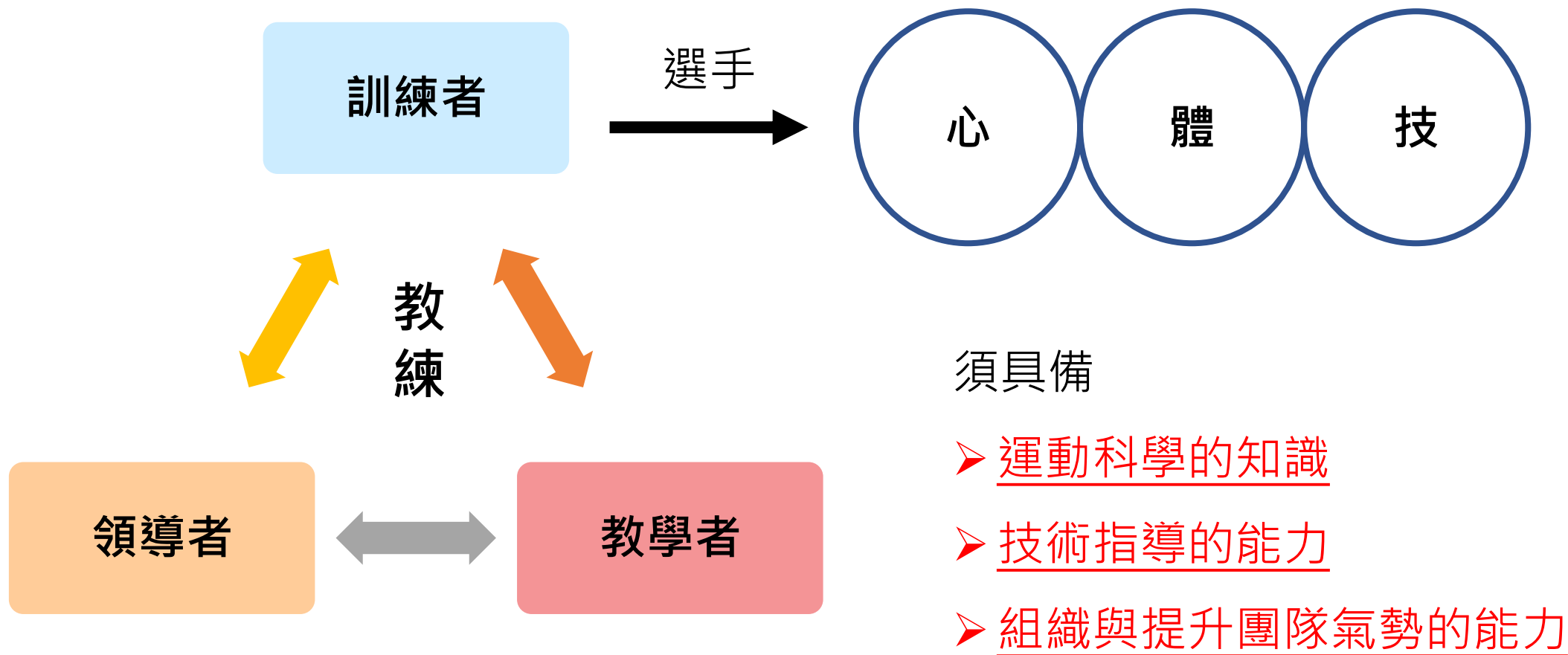
媒合企業 (半職業) 足球隊

完善足球硬體設施

鼓勵各級學校組織足球隊



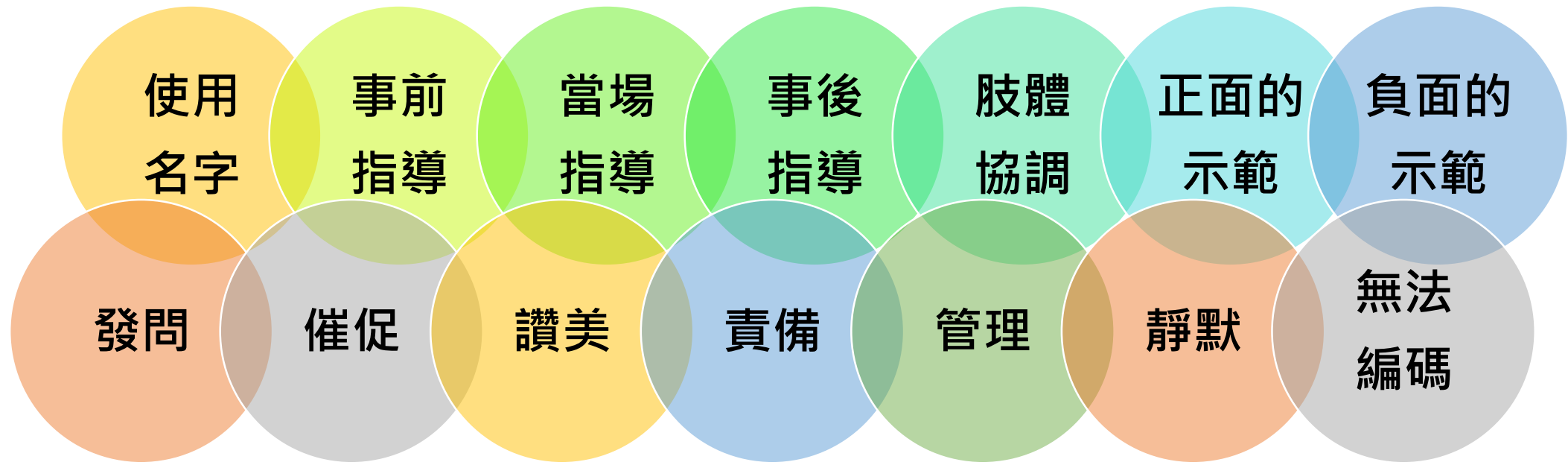
# 教練角色





## 有效指導行為之相關研究

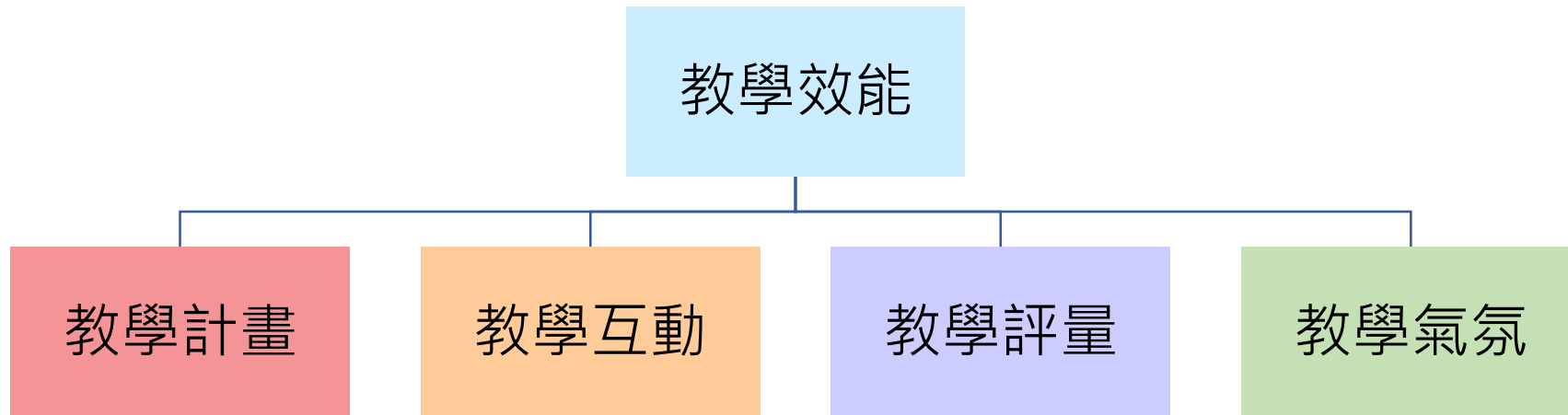
**教練訓練的行為**是指教練在訓練過程中所產生的動作行為（鄭漢吾，2000），而訓練行為是教練行為內涵中，直接影響訓練活動品質的要素（吳海助、林千源，2002）。



教練訓練的指導行為，ASUOI 的系統觀察，分類為以上14種：



- **教練效能和教師效能**是相同的，皆是基於使用完整、有效的指導策略、方法，依據教練訓練和指導行為，為選手、學生提供一個最可能的學習環境(Newman, 1992)。



(曾沈連魁，2008；黃儒傑，2003；Kelly, 2004; Vasiliadou, 2006)



參、

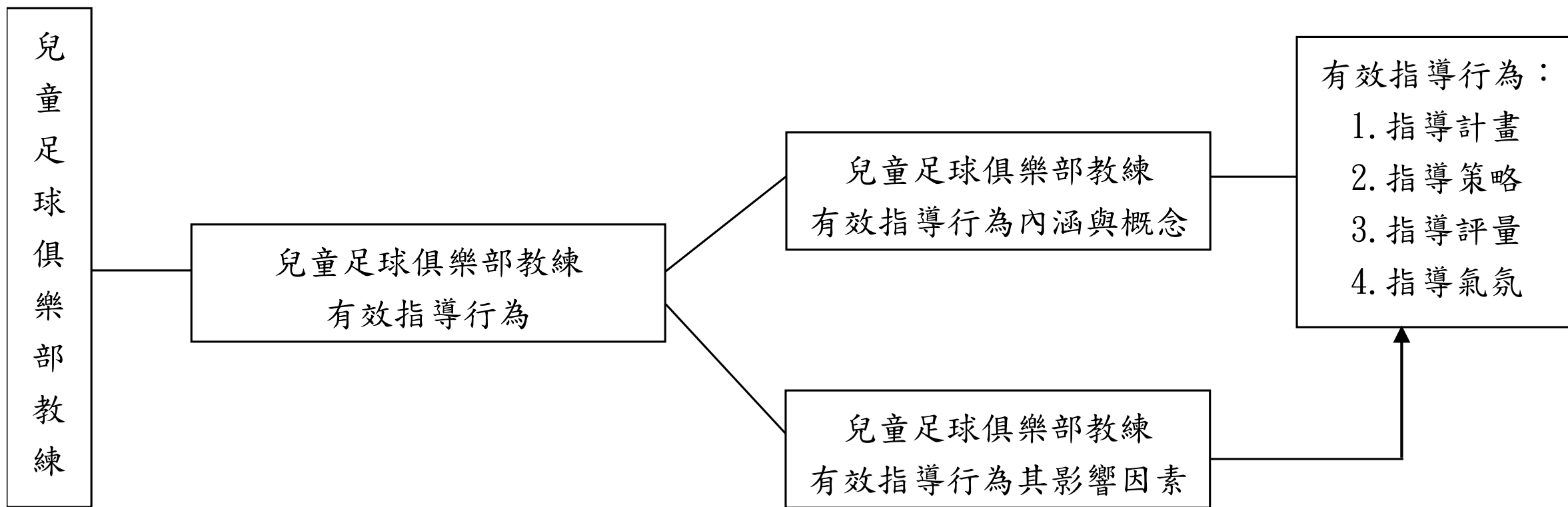
---

# 研究方法





# 研究架構





# 研究對象

選取**8位**教練進行訪談



教學經驗

教學**實務經驗10年**

足球證照

國家足球教練**B級證照**或亞洲足球聯盟**C級**教練證照

帶隊成績

曾榮獲**全國前三名**

範圍限制

**台北市及新北市地區**之足球俱樂部教練



## 研究工具

---

本研究採用「**半結構式訪談**」(semistructured interviews)，也就是研究者在訪談進行之前，必須根據研究的問題與目的，設計訪談的大綱，作為訪談指引方針；將訪談內容、參與觀察與文件資料加以分析。

訪談大綱參考論文如下：

- (一) 曹立群(2009)：「國民小學優秀羽球教練有效指導行為之研究」。
- (二) 余大中(2011)：「我國優秀青年足球教練領導行為之研究」。
- (三) 吳啟明(2016)：「一位優秀足球教練之領導行為」。





# 訪 談 問 題

請問教練您是如何讓自己成為一位人氣十足的足球俱樂部教練？

在過往的經驗當中教練如何規劃及安排有效的訓練來達成目標？

當訓練計畫被影響如何調整？會被怎樣的因素影響？

指導選手的時候有年齡的差別，請描述在指導上有哪些策略及方法嗎？

在以上的指導策略著重在哪一的部分？請加以描述形容

在以上的指導策略著重在哪一的部分？請加以描述形容

在訓練中時間如何規劃而達到訓練目的？

哪些因素會影響你對球員的訓練及指導？

在訓練或比賽指導選手當中，有成功或失敗的經驗嗎？

請描述選手在訓練及比賽時成功及失敗的反饋？

在訓練或比賽後是否會思考檢視訓練、比賽內容？請加以描述

在訓練中球隊氣氛及氛圍如何？

教練如何要求選手的態度？學習態度、球場禮儀及團隊紀律？

在練球狀況不好時，如何處理及應對？

家長與球員對於俱樂部團隊的感受如何？



## 資料處理-訪談內容

---

➤ 訪談內容→逐字稿→持續比較法

➤ 開放性編碼→主軸式編碼→選擇性編碼

➤ 在分析代碼中，依據時間與對象建立分析代碼，

例如：2020-12-20-A是在2020年12月20日對A教練的訪談內容。

➤ 運用三角檢定法，加以檢視、分析及比對資料中的意義，將其意涵進一步詮釋。



肆、

---

# 結果與討論





## 結果與討論

---

結果與討論分為以下五節：

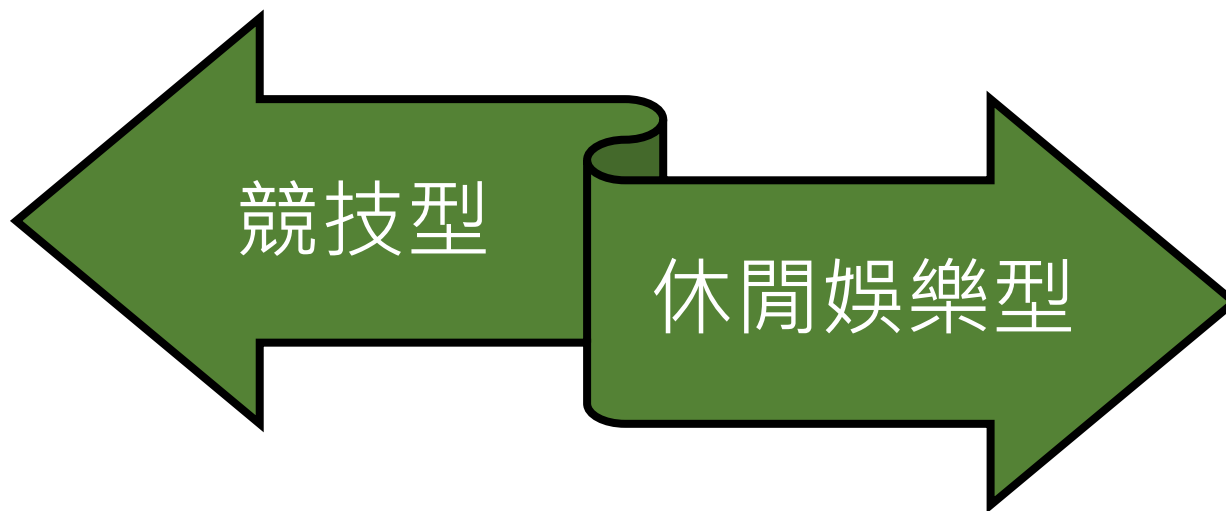
- 第一節為有效指導計畫，包括**訓練目標、教材內容、進度與流程**。
- 第二節為有效指導策略，包括**個別差異、示範講解、時間掌握、訓練方法、分組方式、激勵**。
- 第三節為有效指導評量，包括**回饋、檢討與反省、調整與糾正**。
- 第四節為有效指導氣氛的，包括**期待、團隊紀律與經營、熱忱、師徒關係**。
- 第五節為影響有效指導行為因素，包括**教練個人、學生、環境、家長**等因素。



## 第一節 有效指導計畫

---

### 兒童足球俱樂部



短期目標

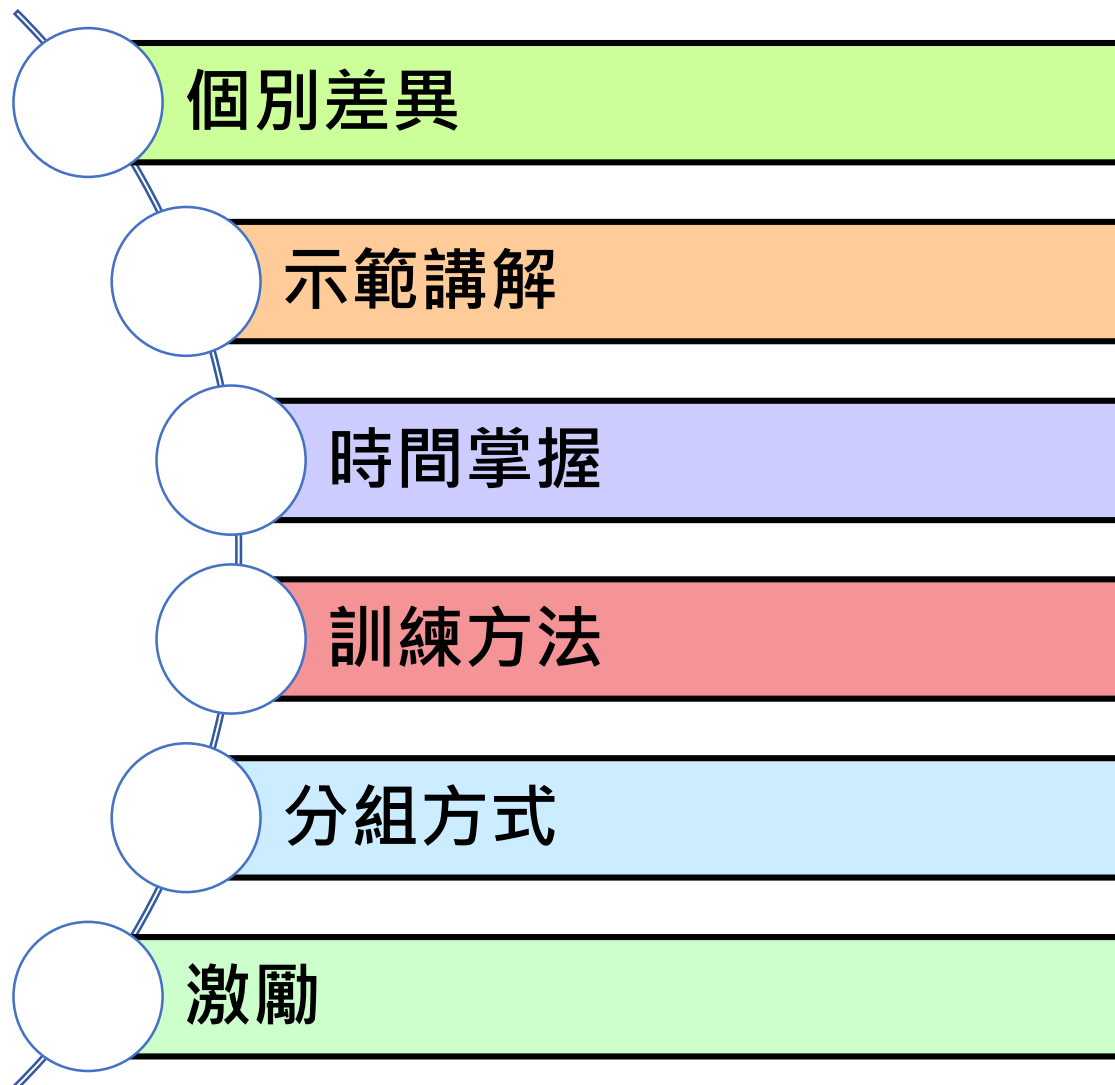
中期目標

長期目標



## 第二節 有效指導策略

指  
導  
策  
略





## 第三節 有效指導評量

---

### 回饋

- 訓練及比賽後的回饋
- 溝通與解決問題
- 正視家長意見

### 檢討與反省

- 訓練中後的調整
- 賽後檢討
- 自我檢討

### 調整與糾正

- 訓練戰術及態度的調整
- 錯誤動作的糾正
- 比賽場上的提示
- 陪伴與引導



## 第四節 有效指導氣氛

---

### 期待



- 滿足球員對教練的期待
- 教練本身對球員的期待
- 符合家長對教練的期待

### 團隊紀律與經營



- 遵守團隊紀律
- 分級分班的經營
- 凝聚團隊向心力

### 熱忱



- 委身投入
- 親身參與及融入  
球員當中

### 師徒關係



- 理解與輔導
- 取得信任
- 亦師亦友





## 第五節 影響有效指導行為因素

---

### 教練個人因素

教案設計

教練性格

狀態不好

### 學生因素

出席率

身心狀態

本身動作技術

### 環境因素

天氣

場地

### 家長因素

決定參與

干涉指導

給予壓力



伍、

---

# 結論與建議





## 結論

---

- **有效指導計畫**：重視訓練目標、教材內容、以及進度與流程等的擬定。
- **有效指導策略**：著重個別差異、示範講解、時間掌握、訓練方法、分組方式與激勵等。
- **有效指導評量**：為反饋、檢討與反省及調整與糾正等
- **有效指導氣氛**：期待、團隊紀律與經營、熱忱及師徒關係等面向
- **影響有效指導行為因素**：包括教練、學生、環境與家長等



## 建議-對於研究結果的建議

---

- ✓ 重視兒童足球俱樂部教練在專業知識的建構與養成
- ✓ 呈現多元、有趣、好玩的足球遊戲活動
- ✓ 強化教練場地及器材的輔助與運用
- ✓ 實施分級分齡的教學，以提高學習及訓練效益
- ✓ 教練要重視溝通技巧
- ✓ 重視團隊紀律與與凝聚力培養
- ✓ 重視球員的輔導、陪伴與引導



## 建議-對於未來研究的建議

---

- 本研究結果可用來**編制**足球俱樂部教練指導行為**量表**
- **擴大**研究對象
- 了解足球俱樂部的**經營模式**



謝 謝 聆 聽

T h a n k   y o u   f o r   w a t c h i n g