

投稿類別：原民專題組

篇名：部落學生跨區就讀市區體育班之適應狀況——以國風國中為例

作者：

國風國中 八年三班 張家瑜

八年六班 許郁婕

八年七班 李鎧葳

指導老師：

蘇怡臻 老師

蔡嘉宇 老師

壹、前言

一、研究動機：

現在的升學方式多樣，其中有許多人選擇以體育升學。研究者就讀的學校就設有體育班。也因為花蓮地區的原住民人數是全台最多，研究者們發現在體育班中，有多數的原住民學生，選擇從部落到市區就讀體育班，再加上研究者們認為部落和市區的環境及資源等可能會有差異，引發了我們的研究興趣，因此我們想透過和原住民體育生的訪談，了解他們在離開部落到市區就讀期間的適應狀況。

二、研究目的：

- (一) 探究原住民學生跨區就讀體育班的動機
- (二) 探究原住民體育生至市區就學期間所面臨的適應狀況
- (三) 探究原住民體育生至市區就學期間的感受及解決方法
- (四) 探究原住民體育生至市區就學期間的成長及收穫
- (五) 給予想要離開部落就讀體育班的學生參考及建議

貳、文獻探討

一、名詞解釋

(一) 原住民部落：

依〈原住民族基本法〉第二條第四款，係指原住民於其地區一定區域內，依其傳統規範共同生活結合而成之團體，經中央原住民族主管機關核定者。而花蓮縣境內原住民部落的分布鄉鎮，阿美族多分布於壽豐鄉、吉安鄉，而太魯閣族分布於秀林、萬榮及卓溪鄉立山村，而布農族多分布於萬榮鄉及卓溪鄉。

(二) 體育班：

依〈高級中等以下學校體育班設立辦法〉第三條第二款，國民中學及高級中等學校體育班：供前一教育階段運動績優學生繼續升學，施以專業體育及運動教育，輔導其適性發展，培育運動專業人才。而本研究之主要研究對象——花蓮縣國風國中體育班，位於花蓮市國風里林政街，班內的體育專項有游泳、跆拳道及籃球三項。因不受學區限制，故有許多花蓮市區以外的其他鄉鎮學生跨區就讀。

(三) 適應狀況：

適應分為兩部分：第一是個體在適應壓力的過程中，透過回饋與經驗累積而形成個人的外在特徵；第二部分則是指個體表現出壓力因應的過程（吳新華，1996）。生活適應意味著個人透過改變自己以適應當前環境，或是改變環境以配合個人需求等方式使個體與環境的交互作用得以和諧一致的狀態（Lazarus，1976）。

二、原住民與體育班之關聯

(一) 先天的運動能力：

原住民在許多運動賽事都有亮眼的表現，例如 2020 奧運中表現亮眼的楊勇緯、郭焯淳、蘇柏亞、林真豪、陳念琴等等。根據黃正倫、許婉真、郭彥儀〈臺灣原住民族高中生體適能及運動能力之研究〉（2014）顯示，臺灣原住民族高中生體脂肪率高於全國平均值，而身體其他組成指標則無明顯差異；從肺活量、握力、肌耐力、靈敏度、反應時間、速度、耐力及立定跳遠等測量結果得知，臺灣原住民族高中生的體適能和運動能力相對較佳。

而張泰山、吳思嚴等人在〈台灣原住民與非原住民棒球男童動作協調能力之比較〉（2014）中亦得知，原住民男童即使與非原住民男童接受相近的棒球專項訓練，仍發現原住民棒球男童有較佳的動態平衡能力。

（二）體育人才之培育：

在〈教育部原力網--原住民專門人才〉中提到，1997 年教育部《中華民國原住民族教育報告書》中，亦提出了多項培育體育運動人才的相關規劃，如：協助原住民體育績優學生保送各中學、體育科系及參與全國性體育運動競賽、輔助原住民族學校開設體育班並辦理原住民運動營、於原住民族人口眾多地區成立體育實驗中學等。

（三）花蓮原住民學生就讀之統計概況：

根據〈全國原住民族學生體育人才資料庫〉網站之統計，111 學年度花蓮縣從國小到高中階段，設立體育班的學校共計 11 所，運動種類共 9 項。而就讀之原住民學生共 238 人，其中以阿美族 99 人為最多，其次為太魯閣族 62 人、另有布農族、卑南族、賽德克族、撒奇萊雅族等。

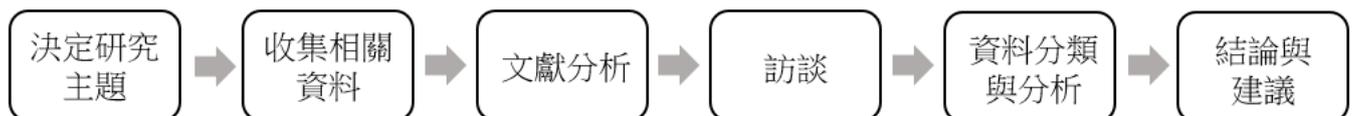
參、研究方法

一、研究對象：

本研究訪談對象為國風國中體育班之相關師生，包括：學生 14 位(編號：生 A~N，含跆拳道、游泳與籃球三項專長)、體育班導師 2 位(編號：師 1~2)及專長教練 2 位(編號：練 1~2，含籃球與跆拳道二項專長)。

二、研究方法：

一開始我們先決定研究主題，接著收集原住民學生及體育班等資料，並針對收集的資料進行整理及分析。接著是訪談的部分，我們訪談了 14 位體育生，2 位老師及 2 位教練，之後分析整理訪談內容，最後再得出結論。



肆、正文

根據訪談結果顯示，原住民學生跨區就讀體育班之動機、適應狀況與其適應成果，大致可分為下列項目：

一、就讀動機與資源差異

由於市區的就學環境及教育資源較部落豐富，加上體育班學生對體育的熱愛，以及為了取得更好的學歷，因而選擇和家人討論到市區就讀體育班，並兼顧體育和學業之表現。

(一) 離鄉就學動機

1. 個人對體育的興趣：

有些原住民學生由於先天的體能優勢，以及部落會教導狩獵技巧，受到部落環境及文化的影響，從小即接觸體育運動。加上市區體育班常有教練至部落挖掘喜愛體育運動的原住民學生，因此學生會選擇到市區就讀體育班追求夢想、磨練體能以及求學。

「教練推薦的，因為想打球，所以來市區考考看體育班，然後看高中可不可以上更好的學校。因為我成績也中等，學區也不在都市，就想說邊打球邊讀書。」--生(C)

「來這邊讀體育邊讀書，一方面為了磨練自己，另一方面為了身體健康。」--生(D)

「為了更好的訓練和更高的學業，也為了高中的時候可以再繼續打球，出社會也能繼續打球。」--生(E)

「自己喜歡體育，所以來市區就讀體育班。」--生(B)

2. 家人的介紹或陪伴：

雖然離開熟悉的家鄉對部落學生來說是個較有挑戰性的選擇，但因為受訪者大多有家人居住在市區或是藉由家人介紹而來到市區就讀體育班，有了家人的陪伴後，在離鄉背井及獨自面對訓練壓力的生活中，較不會感到寂寞。若有手足一起就讀，則也會把手足當作榜樣，互相學習。

「因為有家人在那，在宿舍裡面有家人陪伴所以不會寂寞。」--生(A)

「我姨公介紹我來。」--生(L)

「三年級的時候進跆拳道社，畢業後我就跟我哥哥一起來國風讀。」--生(M)

(二) 體育訓練的資源差異

1. 硬體資源：

由於有些部落原住民以前在部落的訓練及家庭環境較不理想，因此在市區體育班使用較好的環境與設施時，需要時間適應，但也因此得到了更大的進步及快速適應的能力。此外，市區體育班教練也會協助尋找資源，使學生享有更好的學習環境。

「國小球場沒有那麼好，只有到外縣市比賽才會看到木質地板，有時候需要適應比較久才能打得比較好。」--生(E)

「以前在溪邊練習，而現在有專門的游泳池。」--生(H)

「也要跟他的家長講說以後我們會怎麼照顧、怎麼幫助他們。我們可以去找資源購買小孩子需要的物品，譬如說他要買鞋子、衣服等等他個人需要用到的東西，我們要把一個完善的環境跟他的家人講。」--練(1)

2. 系統化訓練：

跨區就讀之原住民學生在部落時接觸到的訓練方式與市區不同，所以剛開始在市區接觸到正規訓練時，可能會不適應。但是在適應後，透過系統化的訓練方式，讓他們在比賽中能有較好的表現。

「到市區會有很多訓練方式，教練也會教得比較多，就能在比賽中用出來。」--生(C)

「小學沒有接觸到正規訓練以及團體的正規生活，所以他們剛開始在接觸到訓練的時候，其實是不適應的，但是他們也適應很快。」--練(1)

由此可知，市區體育班的環境及設施都可能因為與部落的差異而讓體育生產生不適應的狀況，但更好的資源以及訓練方式，都能幫助體育生在適應後精進自己的專長。

二、體育專長訓練之適應

體育生入班就讀後，必須要面臨訓練與課業衝突、強度過高及同儕比較等問題。透過訪談內容，可更清楚瞭解學生如何面對以上問題，以及會產生何種心理。

(一) 訓練方式之適應

1. 訓練時間

部分學生在到市區就讀體育班後，早上要到學校訓練，卻因為住家在部落，所以通勤需要花較長的時間，因此選擇到市區住宿，可以縮短通勤時間，進而改善因早起而影響上課疲累的情形。

「我們禮拜一、三、五有晨訓，早上六點半以前要到，所以我都會選擇五點半起床。」
--生(E)

「通勤方式是家長接送，家裡不是住在市區，所以每天要在學校跟家裡間來回，來回的時間會花得比較久，大概半小時。」--生(C)

2. 訓練方法與強度：

為了讓學生取得更好的成績，教練會適時調整訓練強度與要求，因此學生容易感到壓力而出現適應困難。而當比賽成績不如預期時，會有自我否定的狀況，不過學生也會為了提升實力而對訓練做出調整。

「可能我們贏了，但是教練還是會覺得不夠。」--生(N)

「教練要求我們更好，但即使心裡沒有很開心、覺得不被肯定，還是會去照著教練的想法，調整自己的做法。」--生(K)

「有時候練習的時候太累了，想要偷懶一下，壓力就是這樣日月的累積下來的。訓練的壓力跟一座山一樣直接壓在你身上。」--生(M)

此外，教練們面對部落跨區就讀的學生，也會考量學生的原民天賦與興趣，協助學生找到更適合自己的發展方向，或是配合學生語言文化上的差異改變教學說法，協助學生度過適應期。

「對他們要講得很簡單。你不能用我們大人之間的對談、溝通的方式去對他們，要說得白話一點。」--練(1)

「現今跆拳道推廣也有品勢或對練，那我們也會鼓勵例如喜歡跳舞的孩子，參加品勢組，搭配音樂的律動翻滾、展現所學到的跆拳道技巧，對小孩子而言也不錯、接受度也高。」--練(2)

(二) 能力瓶頸與同儕比較

有些學生會因部落環境較不理想而無法取得較好的訓練設備，或是因成績的落差，造成同儕間的比較，當學生出現這方面的適應困境時，導師及教練也會盡量提供資源，減少互相比較的機會。

「當看到別人有成績，自己沒有的時候就會想要放棄。」--生(M)

「因為別人都有 NIKE，沒有的可能會被嘲笑。所以我們球隊都用學校的錢去買統一的服裝、褲子。我們也會鼓勵學生能力好的要去幫助能力差的，不要比較。」--練(1)

綜合上述研究，發現訓練時間拉長，使學生必須早起。而訓練強度增加，也使學生產生壓力，但也會在達成教練要求的過程中快速成長。此外，教練也會配合學生理解程度，而改變教學方式。而訓練設備的不同，可能產生同儕比較的心理，因此教練會盡力統一裝備或鼓勵學生學好技術，也要求隊員間要互助。

三、校園學習之適應

由於部落與市區教學、互動差異大，因此在校園學習尚需花時間適應。在訪談內容中我們了解到部落原住民到市區就讀後會面臨課堂與學習、班級與校園規範及同儕相處之適應問題。

(一) 課堂與學習適應

1. 學習方式的適應：

在市區就讀過程中，有些原住民學生可能因為早起訓練的原因太過勞累，導致上課狀況不佳，進而影響到課業成績。而有些學生在部落時可能因得到的教育資源較少，所以成績也不太理想。加上從小班制到大班制，缺少了老師的個別關心，間接影響到國中的學習狀況。

「前一天練習，也是練到晚上 8、9 點，然後隔天要晨操所以 5 點就要起來了，真的很累。上課都不聽，成績就越來越差。」--生(A)

「他們確實比較需要小班制的教學，可能陪伴或是個別指導那種。大班教學他們通常都是被忽略的。如果他在部落的學習成績就是偏下，那來這邊會更不想學習，加上市區是大班制，如果沒有特別關心他，很容易失去學習的動力。」--師(1)

2. 課業與訓練的時間衝突：

由於體育班會有多數時間到校外參加比賽，能夠放在課業上的時間也會隨之壓縮，成績的落差會使父母感到擔心，而希望學生能將重心放在課業上，但是學生通常會希望堅持自己的興趣，進而和父母產生爭執。

「爸媽會覺得我因為比賽，課業放掉太多了。」--生(B)

「訓練和學習二選一，他們會選訓練，因為家長的考量和比賽就在眼前。」--師(1)

3. 提升課業的因應方式

有些學生會為了專長訓練而減少放在課業上的時間，因此導師會協助學生尋找提升課業的方式，可能會是利用學生的休息時間幫他們補課，讓學生可以在維持專長訓練的同時也可以兼顧課業。

「跆拳道有夜間課輔。而籃球幾乎都是在對面補習班上課。住宿生的話，教練會拜託課輔老師，學校有提供經費，幫助他們複習課業。」--師(B)

(二) 班級與校園規範之適應

1. 部落與市區自由度的不同：

由於部落學校的規範可能較市區輕鬆，所以部落學生在來到市區後，要適應班級與校園規範時，較困難及不習慣。

「在部落就算要 12 點到校，學校老師也只會問你為什麼那麼晚來。」--生(A)

「在部落上課的時候，老師比較沒有管我們，就算遲到，老師也不會責罵。」--生(K)

「因為部落的環境比較輕鬆開放，所以他們在遵守規矩這一塊比較不習慣。」--練(1)

2. 師長與教練的協助：

而面對學生在規範上的不適應，導師及教練會互相合作並妥善分工，例如團隊內部的爭執為教練負責，團隊以外如班級或校園相關事務則由導師協助。

「可能在偏鄉國小規範較少，但在國中端要讓他們學習合作、修正行為。雖然這些調皮行為並非大錯，但要幫助他們認同規範，就要多花時間學習正確的方式。」--練(2)

「要用另外一種態度去看這些學生。團隊的爭執通常交給教練處理。如果是跨團隊的話，則由導師出面。不過如果一開始界線很明確，學生就比較不會違規。」--師(B)

(三) 同儕相處之適應

市區的大班制教學提供了學生更多的同儕相處機會，有些部落學生相當適應這點，但有些部落學生由於城鄉教育差距及文化不同，可能導致來到市區後，因為溝通內容深度、口音及幽默方式等不同而產生隔閡。反之，則會懷念在部落的相處情形。

「有團隊合作的感覺還有很多學姊可以交流……他們會覺得我們講話口音很好笑……在部落就算吵架，但原住民的心還是會連在一起。而在這裡會直接不理人。」--生(K)

「在這裡是大班制，比較多人可以相處。」--生(M)

「因為原住民比較沒有心機，所以他們會主動接觸其他人，基本上相處得很融洽。但因為市區小孩子講話比較深奧，原住民小孩一開始聽不懂可能會被嘲笑。」--練(1)

「漢人的小孩有時候會拿原住民的名字開玩笑，加上他們兩者的幽默方式不太一樣，所以當他來這邊說他認為好笑的事，別人沒有笑時，他們內心會很受傷。」--師(1)

根據上述訪談結果，得知由於訓練壓縮學習時間，加上大班制導致學生受關注度降低，產生學習上的適應困難，而校方也會利用經費為學生補課。此外，因為在部落較自由，因此剛來市區就讀時會不懂得遵守規則，不過在教練和老師的指導下也能快速適應。而學生和老師也發現城鄉及文化差距，會使部落學生在人際方面感到沮喪或發生爭執。

四、日常生活的適應

由於部落與市區的環境差異，使離鄉背井來到市區就讀的學生，在日常生活中需花較多時間適應，而從訪談中我們得知學生所面臨的問題有自我照顧及缺少親情歸屬等。

(一) 獨立自主的生活能力

1. 生活技能：

脫離故鄉獨立生活，對學生們的自主能力是一大挑戰。但因為原民文化本身即是大團體，因此適應和學習能力較強，教練和老師也會協助學生自我管理。

「照顧自己的能力會相對弱一點，例如說金錢管理，他們有錢就是先花光。」--師(1)

「他們的確需要慢慢教，但學的速度算快。以他們自主、生活能力來講不用擔心，原住民的文化讓他們有能力可以自我生存，當然換個環境會陌生，所以他要來之前就會告訴自己，他要獨立，靠自己的能力變強。」--練(1)

「我會和他們溝通住宿舍時要注意的內務打理和公共事務的分配，讓他們在離家的這段時間學習獨立。」--練(2)

「我終於會用洗衣機了，以前我都是用手洗，也會自己上網訂裝備。」--生(K)

2. 親情歸屬：

由於學生是跳脫舒適圈來市區，與家人見面次數較少，因此在親情方面，需要教練和老師適當地關心及幫助學生，以補足親情這塊空缺。

「生活適應方面，住宿生除了教練，他也沒有其他更親近的人，所以老師多關懷他，不管是適應上、生活上、課業上都要比對其他人多關心一點。」--師(1)

「部落來的小孩，幾乎都是住宿。家長小部分時間來接小孩子，其他時間都以團隊為主，從早到晚都在一起，所以他們的家庭就是團隊。」--師(2)

「他是來到一個陌生環境。我會關心他是在訓練完以後，問他來到這邊有沒有哪裡不適應？有沒有的地方需要幫忙？然後針對他這一塊多做一點，但是我們不會做太多，因為反而是讓他產生依賴。」--練(1)

「他們要學習獨立時會缺少安全感，所以我會多關心他們。加上小孩子蠻重視『吃』，所以我也會煮一些宵夜給他們吃，關心他們也建立感情。」--練(2)

(三) 個人心理之調適

1. 培養紓壓興趣：

面對來自訓練、學習及生活上的壓力，學生的紓壓方式各有不同。有些學生會做與專長相關的事來紓壓；有些學生則選擇自己的興趣放鬆，也表示看到自己的技巧有所成長而欣慰。

「紓壓的方法就是聽聽歌，看電影，或是跟家人談心。」--生(C)

「去市區逛街或是買吃的。」--生(K)

「壓力太大的話有時會玩手機，不然就是打球之類的，不然就是找朋友玩。」--生(M)

「我會在上籃的時候，做一些不一樣的動作，讓自己變強。」--生(E)

2. 回鄉放鬆心情：

除了培養其他興趣外，部落學生也會回到家鄉排解鄉愁，有時團隊也會一起回部落慶祝，體驗專屬原住民的氛圍，也利用親身體驗讓其他學生們更理解、尊重此文化。

「回家可以玩土、抓泥鰍、釣魚，還有去抓人家養的雞。」--生(K)

「如果可以回去的話他們會很開心，像這個週末就是某一個團隊，全部的人都去他們部落，辦慶功宴。」--師(1)

根據以上訪談結果，我們了解到部落學生會在日常生活中面臨到金錢管理、缺乏安全感與學習獨立等問題。而教練及導師也會多幫助及關心他們，但同時也會避免學生產生依賴。除了外界的幫助外，學生們也會在面臨壓力時，調適心理或排解壓力，如與家人談心及找朋友玩或回部落排解鄉愁。

五、生涯規劃之適應

由於部落及市區的資源差異，導致學生來到市區就讀後，對未來生涯的規畫會有所改變，部分學生選擇持續體育路線，也有其他學生決定轉換跑道，但不論未來如何，他們依舊在其中學習到許多事情。

(一) 升學目標

1. 持續體育路線：

有些學生未來會繼續以體育為專業，希望能學習到各種新技術，並培養下一代選手。而面對這樣的學生，教練也會盡力找到適合孩子的舞台，並和新教練溝通未來可持續提供的資源與幫助。

「想要透過體育拿成績升大學。」--生(L)

「高中上體專打甲組，大學打得好的話，可以去美國學一些台灣沒有的技術，再回台灣教喜歡打球的小孩。」--生(C)

「我覺得舞台對小孩子才是最重要的，不是隨便把他放在一個用不到他的地方。如果說他有在能力往上，我們也會跟高中教練談這個小孩子的家境，比如學雜費減免及營養金，甚至他每個月坐車回來的費用，希望可以補助給家裡。」--練(1)

2. 轉換跑道：

由於有些部落學生認為自己在專長方面表現的不盡理想，或是在三年當中體認到自己的興趣並不在於體育，所以決定轉換跑道而不繼續從事體育方面的專業。

「我在跆拳道專長上沒有表現得很好，所以沒有要繼續。」--生(A)

「我表現得不好，不會繼續練下去，但我未來想讀園藝相關。」--生(D)

「我覺得我在跆拳道上的能力沒辦法發揮了，所以未來不會想要再練。」--生(M)

「訓練太累了，所以我沒有要練下去了，要回去讀書了。」--生(N)

而教練對升學這方面，強調能夠並駕齊驅，鼓勵學生能夠同時顧及體育及課業，大學也可以往體育專科或教練培訓發展，或是選擇就讀符合興趣的職業類科，不僅較容易取得證照，對未來工作也較有幫助。

「我也鼓勵小孩可以一起學習跆拳道和技職專業。就讀大學小孩子也會偏向技職類或體育專科學校，那我也會建議他們可以朝教練培訓或軍公教職業發展。如果是技職類，我們學生也多會選擇土木科、森林、資訊或畜保相關科系，也因為符合興趣較能在學校拿到相關證照，對未來就業也會有幫助。」--練(2)

(二) 自我成長

無論學生的升學走向是否持續為體育路線，在這三年依然學到許多技能，即使表現不佳，仍不後悔。例如：學到了防身技能、處事態度及遇到緊急事務時要冷靜以對的心態。

「不會後悔，因為跆拳道可以防身。」--生(B)

「學到團隊紀律，然後也可以學到很多防身術。」--生(K)

「可以冷靜的處理緊急事件。」--生(A)

根據上述訪談結果，我們得知部分部落學生決定繼續走體育路線，在未來想以體育升學甚至是往國外發展，而這部分教練也會和高中做連結。反之，如果學生在體育方面表現不理想或覺得興趣已不在體育，則會轉換跑道，如繼續讀書等。教練則希望學生可以同時兼顧體育及課業，也可以選擇符合興趣的科系就讀。最後，無論學生是否選擇體育路線，這段期間他們也在其中學習許多，如防身術及冷靜處事。

伍、研究結論與建議

一、研究結論

綜合上述質性訪談結果，關於部落學生跨區就讀市區體育班動機、收穫、適應與解決，本研究統整如下：

(一) 就讀動機多為個人興趣或親友介紹、也在體育專長及處事態度上得到收穫

根據研究結果，學生基於對體育的熱愛、親情的陪伴及想取得更好的學歷等因素就讀體育班。而無論是否繼續選擇體育路線，學生仍學習到體育技術及冷靜應對緊急事務等成長。

(二) 就學期間所面臨的適應狀況問題，多與訓練強度或課業成績有關

根據研究結果，學生從部落到市區就讀後，在訓練強度上會有一定的落差，教練為了使學生有更好的比賽成績，會選擇增加訓練時間及強度，導致學生在上課時感到疲累，進而影響課業成績。

(三) 面對適應問題，除了學生自身心理調適或排解壓力，外界也會給予幫助與關心

根據研究結果，學生常因城鄉差距而產生適應問題及壓力，學生會選擇找親友談心或回部落排解鄉愁。面對訓練及日常等壓力時，老師及教練會配合學生的理解程度，改變教學方式或多關心及陪伴等。此外校方亦會提供經費補課，使學生兼顧訓練及學業。

一、研究建議

根據上述研究結論，本研究對學生、師長、教練、家長及同儕提出以下建議：

(一) 部落學生可勇敢表達內心感受並積極改善困境

在訪談過程中我們得知：不論學生未來是否以體育為生涯發展目標，他們依舊在其中學習到許多事情。因此我們鼓勵學生不用害怕就讀後即必須選擇體育路線；而對於就讀中的學生，我們建議當面臨訓練撞牆期或因強度過大而無法承受時，可以勇敢說出自己的想法，並尋求同儕、師長、教練等的幫助。

(二) 師長可多陪伴學生並培養學生自學力，同時教導同儕正確觀念

從研究中我們了解到原住民學生通常較缺乏親情陪伴，因此建議老師可以陪伴、關心他們，使他們即使離鄉背井，也能得到支持。此外，老師也要讓學生在體育之餘保有一定的學力，使學生在體育專長外發展更多可能性。而對於非部落學生之同儕，也可以教導平等尊重的觀念，避免因文化差異而產生歧視及誤解。

(三) 教練可多督促、鼓勵學生，增進學生自我管理能力

由於訓練時間長，因此教練較老師之陪伴時間更長，影響力也更廣泛。因此建議教練在訓練時可採用循序漸進的方式，也不忘多鼓勵學生。另外也能督促學生的生活管理能力，彌補家人不在身邊的空缺。

(四) 家長應陪伴與支持孩子、同儕應多包容多元文化

由於部落學生遠赴市區讀書，因而缺少親情陪伴。因此家長應多陪伴、關心孩子，例如孩子比賽時到場支持，在他們缺乏信心時也能及時給予鼓勵，減少離鄉生活的疏離感，增加親子相處時間。而同儕也需學習及包容多元文化，不將部落文化作為玩笑看待，給予部落學生舒適的相處空間。

陸、引註資料

- 1.潘文忠(2020)。中華民國原住民族教育年鑑 1945~2018(軟精裝)。教育部。
- 2.劉阿榮(2019)。8 個你不可不知的多元文化議題。台北市：三民。
- 3.教育部(1997)。中華民國原住民教育報告書。台北市：教育部。
- 4.蕭金土、陳瑋婷(2014)臺灣學生依附關係、自我概念與生活適應之關係研究檔案。教育學報，28，23-48。
- 5.鄭稼棋、張育綺及郭雅婷等人(2008)。臺灣原住民與運動。https://reurl.cc/4oYydK。
- 6.全國法規資料庫高級中等以下學校體育班設立辦法。取自 https://reurl.cc/7R5z8N。
- 7.花蓮縣立國風國中體育班甄試簡章。取自 https://reurl.cc/nDxnql。
- 8.教育部原力網。取自 https://indigenous.moe.gov.tw/。
- 9.全國原住民族學生體育人才資料庫。取自 https://reurl.cc/eDQ9pQ。