

第五章 結論與建議

本研究旨在探討南投縣國小學童的休閒態度以及其休閒教育的需求情況，並比較不同性別、不同年級、以及學校在九二一地震後不同受損情形學童之休閒態度以及其休閒教育需求之差異情形，最後並分析休閒態度以及休閒教育需求之間的相關。

為達上述目的，研究者由第二章之休閒相關文獻，探討與歸納休閒態度以及休閒教育之主要內涵，並參酌相關問卷，以編成本研究之研究問卷，其後再以南投縣國小五、六年級學童為研究對象進行問卷調查，並將所得之資料以百分率、平均數、標準差、T 考驗、積差相關等統計方法進行資料分析，並於第四章中詳細說明討論。

依據文獻探討及第四章的綜合研討結果，本章將主要的結果發現整理做成結論，並據以提出具體建議，俾以提供相關行政主管機關以及學校教育人員做為休閒教育、休閒活動推展之參考，最後並針對後續研究提出建議。

第一節 結論

根據研究結果，本研究有如下發現：

一、南投縣國小學童休閒態度傾向

本研究發現南投縣國小學童無論是在整體的休閒態度或者是休閒認知、休閒情意以及休閒行為等次層面上，均傾向於積極、正向。其中以休閒情意的層面得分最高，休閒認知層面次之，休閒行為層面為最低，

亦即南投縣國小學童對於休閒活動喜愛的程度勝過對休閒的認知及實際的參與行為。

二、南投縣國小學童休閒教育的需求

從本研究的結果中可以看出，南投縣國小學童對於休閒教育的需求頗為迫切(其平均得分為 3.94)。而在各個層面中需求最高的內容分別為：休閒認知：體驗參與不同種類休閒活動的經驗。

自我了解：了解自己的休閒興趣。

休閒決定：希望知道生活中有哪些休閒活動可供選擇。

休閒技能：學習從事各種休閒活動所需的基本技巧。

人際互動：學習在休閒活動中與人相處的技巧。

而在各個層面之間，南投縣國小學童休閒學習需求最高的內容依序分別為：

休閒技能 > 自我了解 > 人際互動 > 休閒決定 > 休閒認知

由以上結果顯示，小學階段的兒童對於休閒教育的需求最迫切的內容就是學習基本的技能以便實際參與各項的休閒活動。

三、南投縣國民小學不同年級、性別、學校受損情形學童休閒態度之比較

(一) 就整體休閒態度在不同年級、性別、學校受損情形之差異而言

1. 年級：六年級學童的休閒態度顯著高於五年級學童。
2. 性別：男學童及女學童在整體休閒態度上無差異。
3. 學校受損情形：學校在九二一地震後是否重建對於學生的休閒態度並無差異。

(二) 就不同年級在休閒態度各層面上的差異而言

1. 五年級及六年級的學生在「休閒認知」、「休閒情意」等層面上有顯著差異，其中六年級學生高於五年級學生。
2. 五年級及六年級的學生在「休閒行為」層面上則無顯著差別。

(三) 就不同性別在休閒態度各層面上的差異而言

1. 不同性別的因素對於國小五六年級學生在「休閒情意」的層面上形成顯著差異，其中女學生高於男學生。
2. 不同性別的因素在「休閒認知」、「休閒行為」等層面上沒有顯著的差異。

(四) 就不同學校受損情形在休閒態度各層面的差異而言

1. 九二一地震後非重建學校之學生其「休閒行為」層面的得分顯著高於重建學校學生。
2. 學校在九二一地震中是否受損對於學童在「休閒認知」、「休閒情意」等層面的得分未達顯著差異。

四、南投縣國民小學不同年級、性別、學校受損情形學童休閒教育需求之比較

(一) 就整體休閒休閒教育需求在不同年級、性別、學校受損情形之差異而言

1. 年級：不同年級南投縣國小學童在整體休閒教育的需求上未達顯著差異。

2. 性別：南投縣女性國小學童其休閒教育需求的程度顯著高於男性學童。
3. 學校受損情形：學校在九二一地震後需要重建學校之學生其休閒教育的需求顯著高於非重建學校的學生。

(二) 就不同年級在休閒教育需求各層面上的差異而言

根據統計結果，年級的因素對於南投縣國小學童休閒教育需求的程度並未造成差異。

(三) 就不同性別在休閒教育需求各層面上的差異而言

1. 女性學童在「休閒認知」、「休閒技能」、「人際互動」等層面的休閒教育需求顯著高於男性學生。
2. 性別的因素在「自我了解」及「休閒決定」方面則未達顯著水準的考驗。

(四) 就不同學校受損情形在休閒教育需求各層面的差異而言

1. 重建學校的學童在「自我了解」、「休閒決定」、「休閒技能」與「人際互動」等層面需求的程度顯著高於非重建學校的學童。
2. 學校是否重建對於學童在「休閒認知」層面的教育需求則未達差異之顯著水準。

五、休閒態度與休閒教育需求之間的相關

- (一) 整體而言，休閒態度與休閒教育需求之間有高度相關。
- (二) 在休閒態度各層面之間以及休閒教育需求的各層面之間以「休閒

行為」與「休閒決定」之間的相關程度最高。

綜合上述主要的研究發現，歸納成以下結論：

1. 南投縣國民小學的學童普遍具有積極而正向的休閒態度，而且對於休閒活動具有高度的情感。
2. 南投縣國民小學的學童對於休閒教育需求的程度頗高，其中對於學習參與休閒活動時所需基本技巧的興趣及需求尤為濃烈。
3. 年級的不同在國小學童的休閒態度上形成差異，其中六年級學生的休閒態度較五年級學生高。
4. 性別的不同對於在國小學童休閒教育的需求上形成差異，其中女性學童需求程度較男性學童高。
5. 九二一地震後校園損毀而需重建學校學童對於參與休閒活動以及休閒技能學習的需求較高。
6. 休閒態度與休閒教育需求之間有著高度的相關性。

第二節 建議

根據研究發現與結論，提供以下幾點建議，希望提供學校、政府、民間團體、社教機構以及後續研究者參考。

一、對於學校、政府部門及相關團體的建議

(一) 加強宣導，培養社會大眾對於休閒正確的認知

過去國人對於休閒的認識是一知半解，以至於對休閒產生許多錯誤的觀念，對於休閒活動的看法也多有偏頗，縱使學校中休閒教育的實施再徹底，其成效往往仍須大打折扣。所以要落實休閒教育的實施首先必須從健全社會大眾對於休閒的認知做起，使其知道休閒是一種調劑身心的活動。

具體的宣導方法可以藉由大眾媒體無遠弗界的傳播力量，製播適當的宣導短片，長期播放；或者由政府相關首長出面身體力行，帶頭肯定休閒的價值與意義，相信假以時日一定能夠獲致相當的成效。

(二) 整合相關單位與團體，辦理各項休閒活動，提供學生多元參與機會

從研究的結論中可以看出國小學童對於休閒活動的實際參與具有積極而正向的態度，未滿足其此一方面的需求，宜由相關機構整合各類型之團體，廣泛的辦理休閒活動，其類型可包含運動性、文藝性、親子互動性等類別，一方面可以提供學生廣泛選擇參加的機會，另一方面又可避免團體與團體之間舉辦相同類型的活動，造成資源的浪費。

(三) 配合九年一貫課程，落實休閒教育的課程於各學習領域的內涵中

教育部規劃九年一貫課程的目的主要在於培養學生未來基本生活的能力，肯定活動課程及藝能科教學在教育過程中對於學生的未來生涯的影響，因此對於休閒教育的實施正式一大契機，雖然在新課程中並未特別凸顯休閒教育的地位，不過在七大學習領域的基本理念以及能力指標中依然可以發現實施休閒教育的機會，發揮潛在課程的功效。相信如此必能達到潛移默化的效果，培養孩子積極正向的休閒態度。

(四) 積極整建各式休閒活動場所及設備

調查的結果顯示，學生對於參與休閒活動的需求相當大，而且亦有相當高比例的學生對於可供使用的休閒活動場所、設備等相關訊息表示需要了解與蒐集，因此為避免學生因缺乏正當休閒活動場所而衍生出種種不當的偏差行為，政府相關主管機關實應評估學生的需求，整建休閒運動的場所及設施，並研擬開放、借用的配套措施，以滿足學生對於休閒活動場地設施的需求。

(五) 落實學校團體活動及課間活動的實施

對於國小學生而言，在團體活動時間學校可以依據學生的興趣、專長，使其自行選項參加分組，進行活動。一方面可以讓孩子試探其休閒興趣，另一方面亦能給予適當的指導，藉此以培養學生休閒的能力，此外在團體中與人往來、溝通、互動的技巧亦可藉機訓練學習。

課間活動的時間雖然只有短短的二十分鐘，不過學校若能結合學校特色，發展本位課程，有計劃的安排利用這短暫的二十分鐘，提供與指導各式多樣化的休閒活動，亦能給予學生適性發展的機會，並滿足其休

閒技能學習的需求。

(六) 強化學校教師實施休閒教育的能力

休閒教育的實施最主要還是得由學校開始，而教師正是休閒教育實施成敗的關鍵，依據連婷治（民87）的研究發現國小教師雖普遍具有良好的休閒態度，不過參與活動的頻率卻不高，並且知覺到許多的阻礙，亦即國小教師本身在休閒活動參與上即有諸多的困難。因此為了成功的實施休閒教育，避免流於形式，教育主管機關應該藉由舉辦各項進修研習活動，積極增進教師休閒的教學技能，因為唯有在教師具備足夠的教學能力之後，才有教導學生學會休閒能力的可能。

(七) 重視災區重建學校學生活動需求，增加其學生休閒活動機會的供給，以提昇心靈重建的效果

九二一大地震，讓南投縣的許多學校應聲而倒，為了重建工程的需要，只能將學生暫時安頓在以烤漆板搭建而成的簡易教室之內，這些學生在心理上或多或少因地震的關係而處於驚魂未定的狀態，在生理上又因受限於狹窄的活動空間，而有受束縛的感覺，因此對於休閒活動有更多的需求。政府相關重建、社福部門實應注意這個傾向，在辦理心靈重建的活動時，以更多元的休閒活動提供災區學生參與的機會，讓他們能在熱情歡笑中忘卻地震在心中所留下的陰霾；在汗水淋漓中滿足平日對於活動需求的渴望，如此必能進一步提昇災後心靈重建的成效。

二、對於後續研究者的建議

(一) 在研究範圍方面

本研究受限於時間、人力、物力、金錢等方面的因素，因此研究的對象僅限於南投縣的國小學生，所以推論上需考慮區域之特性，為有效擴大推論範圍，更確實了解與掌握我國學生的休閒態度以及對於休閒教育的需求情形，對於後續的研究建議將研究區域擴大為台灣地區，崖就對象則可向上延伸至國中階段的學生、高中階段的學生以及大學階段的學生，藉此可以比較不同教育階段學生休閒態度的差異情形以及對於休閒教育需求的內容，擴大研究的推論範圍及應用層面。

(二) 在研究方法方面

本研究的方法係以問卷調查法為主，並輔以文獻分析，所以受限於問卷調查法本身的限制，在填答上只憑受試者主觀的知覺意識，很難避免受到心理效應的影響，因此無法精確深入的了解研究對象的休閒態度及休閒學習的需求。所以建議在後續深入的研究上，能夠能以個案研究或深入訪談的方式進行，藉由實地的觀察與訪談，收集所需的相關資料。

(三) 在研究變項方面

在本研究的變項上係指定年級、性別及學校在九二一地震後受損情形等三項，並分別探討其休閒態度及休閒教育需求的差異。事實上影響其休閒態度及休閒教育需求的變項還很多，如家庭社經地位、父母管教情形、父母的休閒態度、同儕關係、大傳媒體的影響等等。此外尚可進一步調查受試者休閒阻礙的情形、休閒參與的類型、及其間相關情形等

等，這些都值得後續的研究繼續追蹤探討。

（一）研究限制

本研究以「代價」為主題進行深入探討，尚有一些限制。

首先，本研究以「代價」為主題進行深入探討，尚有一些限制。由於本研究以「代價」為主題進行深入探討，尚有一些限制。

其次，本研究以「代價」為主題進行深入探討，尚有一些限制。由於本研究以「代價」為主題進行深入探討，尚有一些限制。

最後，本研究以「代價」為主題進行深入探討，尚有一些限制。由於本研究以「代價」為主題進行深入探討，尚有一些限制。

此外，本研究以「代價」為主題進行深入探討，尚有一些限制。由於本研究以「代價」為主題進行深入探討，尚有一些限制。

最後，本研究以「代價」為主題進行深入探討，尚有一些限制。由於本研究以「代價」為主題進行深入探討，尚有一些限制。

此外，本研究以「代價」為主題進行深入探討，尚有一些限制。由於本研究以「代價」為主題進行深入探討，尚有一些限制。

最後，本研究以「代價」為主題進行深入探討，尚有一些限制。由於本研究以「代價」為主題進行深入探討，尚有一些限制。

此外，本研究以「代價」為主題進行深入探討，尚有一些限制。由於本研究以「代價」為主題進行深入探討，尚有一些限制。

最後，本研究以「代價」為主題進行深入探討，尚有一些限制。由於本研究以「代價」為主題進行深入探討，尚有一些限制。

此外，本研究以「代價」為主題進行深入探討，尚有一些限制。由於本研究以「代價」為主題進行深入探討，尚有一些限制。

參考文獻

一、中文部分：

- 文崇一(民79)。臺灣居民的休閒生活。臺北：東大圖書。
- 王水文(民83)。臺南市國中學生休閒活動之調查研究。國立體育學院體育研究所碩士論文(未出版)。
- 王志全(民81)。態度形成方式、突顯態度成份與說服訊息類型之說服效果。國立中央大學地球物理研究所碩士論文(未出版)。
- 王建堯(民86)。影響國中生休閒活動的因素之研究。國立臺東師範學院國民教育研究所碩士論文(未出版)。
- 王建堯(民90)。九年一貫課程中「休閒教育」的探討。臺灣教育，602，28-32。
- 王煥琛(民83)。休閒教育從理論與實際之研討。臺灣教育，523，9-14。
- 丘林華(民63)。臺北市國中學生休閒活動調查研究。臺北：行政院國科會。
- 行政院九二一重建委員會(民89)。生活重建處施政報告書。南投：行政院九二一重建委員會。
- 行政院文建會(民81)。中國休閒生活-文化學術研討會論文集。臺北：行政院文建會。
- 行政院青輔會(民86)。青少年休閒價值觀之研究。臺北：行政院青輔會。
- 行政院教育改革審議委員會(民84)。第二期諮議報告書。臺北：行政院。

- 何福田、蔡培村(民78)。青少年休閒輔導理念的建立與實務規劃。臺北：行政院青輔會。
- 何麗芳(民81)。臺北市老人休閒生活與生活滿意度研究。東吳大學社會研究所碩士論文(未出版)。
- 余 嬪(民86)。提高全民休閒素養由加強休閒教育開始。教育研究，55，6-9。
- 余 嬪(民85)。學校教育與青少年休閒價值觀之建構。「青少年休閒教育研習會」研討專題。行政院青輔會、教育部主辦，師大公訓系承辦，民85年6月15日。
- 利志明(民89)。從地震災害症候群談休閒運動的重要性。國立台灣體育院休閒運動系系刊，3，77-80。
- 呂明璿(民75)。青少年價值觀念與青少年輔導工作之研究。臺中：社會工作研究服務中心。
- 呂雨晴(民88)。淺析休閒教育的內容。臺灣體育，103，5-9。
- 呂建政(民83)。休閒教育的發展。臺灣教育，523，18-20。
- 呂建政(民83)。展開休閒教育的幾個課題。訓育研究，33(2)，21-28。
- 呂建政(民88)。休閒教育的課程內涵與實施。公民訓育學報，8，181-196。
- 宋幸蕙(民88)。臺灣地區國民中學教師對「休閒教育」課程期望之研究。國立臺灣師範大學公民訓育研究所碩士論文(未出版)。
- 李玉紅(民78)。小學生心理與教養。臺北：小暢書房。
- 李明宗(民77)。Leisure, Recreation, Outdoor Recreation。戶外遊憩研究，1(1)，1-9。
- 李明榮(民86)。從生活型態看休閒文化演進。師友，366，4-9。
- 李美枝(民69)。社會心理學。臺北：大洋出版社。

辛晚教(民79)。休閒、教育、人生。休閒教育研討會專輯，(pp. 9-28)。

臺北：中華民國戶外遊憩學會。

周正秋(民87)。高雄市專業人員休閒態度與生活型態之研究。國立高雄師範大學成人教育研究所碩士論文(未出版)。

林一真(民81)。休閒輔導。學生輔導通訊，21，4-13。

林明德(民81)。休閒趨勢的反思。學生輔導通訊，21，34-37。

林東泰(民81)。休閒教育與其宣導策略之研究。臺北：師大書苑。

林東泰(民81)。當前休閒教育的課題。社教雙月刊，52，32-37。

林東泰、陳彰儀、黃定國(民83)。都會地區成人及青少年休閒認知和態度調查研究報告。臺北：教育部社教司。

林清山(民74)。休閒活動的理論與實際。臺北：輔大出版社。

林清山(民79)。休閒活動實施之必然性與今後因應對策。休閒教育研討會專輯(pp. 39-48)。臺北：中華民國戶外遊憩學會

林勝義(民76)。青少年問題研究。臺中：臺灣省教育廳。

邱炫元(民82)。臺中市民的文化、休閒消費的階層品味與文化政策之反思。東海大學社會研究所碩士論文(未出版)。

邱皓正(民89)。量化研究與統計分析。臺北：五南書局。

胡海國(民78)。青少年心理學。臺北：桂冠圖書。

凌德麟(民87)。三十年來美國華僑休閒方式演變之探討。載於中華民國造園學會、臺灣大學園藝系主編，休閒理論與遊憩行為(pp. 1-14)。臺北：田園城市。

徐蒲玲(民76)。臺北市國小兒童性別、年級、學業成績及家庭社經地位對其休活動類型影響之調查研究。中國文化大學家政研究所碩士論文(未出版)。

- 時蓉華 (民 85)。社會心理學。臺北：東華書局。
- 高俊雄 (民 85)。休閒概念面面觀。國立體育學院論叢，6 (1)，69-78。
- 涂淑芳譯 (民 85)。休閒與人類行為 (Bammel, G. & Burrus-Bammel, L. L. 原著)。臺北：桂冠圖書。
- 國民小學課程編輯委員會 (民 83)。國民小學課程標準。臺北：教育部。
- 張春興 (民 83)。張氏心理學辭典。臺北，東華書局。
- 張啟瑞 (民 71)。臺北市國中學生休閒活動之調查。測驗與輔導，52，22-43。
- 張連英 (民 67)。臺灣地區就業人口休閒生活之研究。國立臺灣大學農業推廣研究所碩士論文 (未出版)。
- 張榮勳 (民 86)。高雄市國民小學學童課餘運動參與動機之研究。國立體育學院體育研究所碩士論文 (未出版)。
- 教育部 (民 78)。教育部休閒教育 (追求美好人生系列) 實施計畫。(民 78) 臺 (78) 社字第一八六五 0 號公文。
- 教育部訓育委員會 (民 69)。訓導法規選輯。臺北：教育部訓育委員會。
- 莊斐瑜 (民 80)。臺北市高中職學生休閒學習情形與休閒教育需求之研究。國立臺灣師範大學社會教育研究所碩士論文 (未出版)。
- 莊慧秋 (民 83)。樂在工作之外上班族的休閒生活。臺北：張老師。
- 許玲玲 (民 69)。國中學生休閒活動之調查分析。訓育研究季刊，18 (4)，29-33。
- 許義雄 (民 78)。休閒生活與倫理重建。臺北：行政院青輔會。
- 許瓊文 (民 81)。生活形態與休閒行為有關變項的研究。國立臺灣大學心理學研究所碩士論文 (未出版)。
- 連婷治 (民 88)。臺北縣國小教師休閒態度與休閒參與之相關研究。國

- 立新竹師範學院國民教育研究所碩士論文（未出版）。
- 郭淑玲（民84）。國民小學人文社會學科休閒教育教材之分析研究。國立臺灣師範大學公民訓育研究所碩士論文（未出版）。
- 郭麗玲（民82）。兒童時期的課後活動分析。臺北：師大書苑。
- 陳五洲（民88）。運動研究法。臺中：華格那企業。
- 陳文長（民84）。大學生對運動性休閒參與動機量表之信度與效度分析。
國立體育學院論叢，4（2），109-122。
- 陳定雄（民83）。休閒運動相關術語之歷史研究。國立臺灣體育專學報，4，1-30。
- 陳信安（民88）。休閒參與的知覺自由與阻礙之研究。國立體育學院體育研究所碩士論文（未出版）。
- 陳南琦（民89）。青少年休閒無聊感與休閒阻礙、休閒參與及休閒滿意度之相關研究。國立體育學院體育研究所碩士論文（未出版）。
- 陳美玲（民86）。從成人發展觀點探討嘉義地區成人休閒態度、休閒參與及其相關因素。國立中正大學成人及繼續教育研究所碩士論文（未出版）。
- 陳曉蘭（民81）。臺灣地區老人休閒活動參與影響因素之研究。國立中正大學社會福利研究所碩士論文（未出版）。
- 陳彰儀（民78）。工作與休閒。臺北：淑馨出版社。
- 陳彰儀（民79）。休閒的社會心理學。戶外遊憩研究，3（3），21-34。
- 陳麗華（民80）。臺北市大學女生休閒運動態度與參與狀況之研究。國立體育學院體育研究所碩士論文（未出版）。
- 陸光（民78）。青少年休閒活動的內涵——從社會變遷與身心發展談起。臺北：行政院青輔會。

陸光(民76)。我國青年休閒活動及其輔導之研究。臺北：行政院青輔會。

游恆山譯(民79)。心理學(Zimbardo, P. G. 原著)。臺北：五南書局。

游家政(民76)。臺北縣市國民小學中高年級兒童在學期間校外休閒活動之研究。國立臺灣師範大學教育研究所碩士論文(未出版)。

黃金柱(民74)。體育社會心理學。臺北：師大書苑。

黃金柱、林志成、林素卿、陳春蓮、程春美、連惠卿(民88)。我國青少年休閒運動現況、需求暨發展對策之研究。臺北：行政院體育委員會。

黃政傑(民85)。青少年休閒教育的重要課題。「青少年休閒教育研習會」研討專題。行政院青輔會、教育部主辦，師大公訓系承辦，民85年6月15日。

黃嘉宗(民75)。高職學生休閒活動調查研究。國立高雄師範大學教育研究所碩士論文(未出版)。

楊國賜(民66)。現代教育思潮。臺北：黎明文化。

楊敏玲(民84)。休閒與預防青少年犯罪。臺灣教育，523，21-23。

楊瑞蓮(民65)。大專院校學生休閒時間與休閒活動現況。大專體育總會六十五年度體育學術集刊，195-244。

鄒恩潤譯(民77)。民本主義與教育(Dewey, J. 原著)。臺北：臺灣商務印書館。

廖志猛(民83)。休閒參與者生活型態及運動態度之研究-以大臺北地區籃球、游泳參與者為例。國立體育學院體育研究所碩士論文(未出版)。

趙居蓮譯(民84)。社會心理學(Weber, A. L. 原著)。臺北：桂冠圖書。

- 趙信賓 (民 88)。行為態度、主觀規範、知覺行為控制與行為意圖關係之研究—以臺中縣國小學童參加休閒運動育樂營為例。國立體育學院體育研究所碩士論文 (未出版)。
- 劉照金 (民 81)。休閒教育之探討。國立體育學院論叢, 2 (2), 69-79。
- 劉興漢 (民 81)。臺灣地區國民休閒需求調查研究。教育與心理研究, 15, 215-240。
- 蔡長啟 (民 82)。我國發展休閒活動應有的措施。國民體育季刊, 22 (4), 4-10。
- 蔡素琴 (民 87)。兒童休閒態度及其相關因素之研究。國立高雄師範大學教育研究所碩士論文 (未出版)。
- 鄧正忠 (民 82)。專科學校教師休閒運動態度傾向之研究。宜蘭農工學報, 7, 169-201。
- 盧俊宏 (民 83)。運動心理學。臺北: 師大書苑。
- 蕭崑杉 (民 82)。成人生活與休閒教育需求。成人教育, 16, 35-39。
- 薛銘卿 (民 81)。休閒集休閒活動定義之詮釋: 非規範性及規範性觀點。戶外遊憩研究, 5, 71-89。
- 謝明材 (民 89)。高中體育班休閒活動之研究。中國文化大學運動教練研究所碩士論文 (未出版)。
- 謝靜敏 (民 84)。加強休閒教育的途徑。諮商與輔導, 116, 6-8。
- 顏妙桂 (民 83)。休閒與教育。臺灣教育, 523, 15-17。
- 顏妙桂 (民 90)。許學生一個快樂學習的未來—兼論「休閒教育」在九年一貫課程之實施。臺灣教育, 602, 2-8。
- 羅明訓 (民 88)。桃園縣國小六年級學生休閒活動之調查研究。國立臺中師範學院國教所碩士論文 (未出版)。

二、英文部分：

- Ajzen, I. (1988). Attitude, personality, and behavior. Chicago, IL: Dorsey Press.
- Al-Fadhil, A. M. (1989). Leisure attitudes among male Saudi students studying in the United States. Michigan State University.
- Aronson, I., Wilson, T. D., & Akert, R. M. (1994). Social psychology. NY: Harper Collins.
- Bloland, P. A. (1987). Leisure as a campus resource for fostering student development. Journal of Counseling and Development, 65, 291-294.
- Burdge, R. J. (1969). Levels of occupational prestige and leisure activity. Journal of Leisure Research, 1(3), 262-274.
- Crandall, R. (1980). Motivation for leisure. Journal of Leisure Research, 12 (1), 45-54.
- Crandall, R., & Slivken, K. (1978). Leisure attitude and their measurement. In S. E. Iso-Ahola, Social psychological on leisure and recreation (pp. 261-284). Dubuque, Iowa: Wm. C. Brown.
- Dowd, E. T. (1981). Guest editor's introduction. Counseling Psychologist, 9, 3.
- Fishbein, M., & Ajzen, I. (1975). Belief, attitude, intention, and behavior: An introduction to theory and research reading. Journal of Leisure Research, 27 (1), 61-84.
- Iso-Ahola, S. E., & Crowley, E. D. (1991). Adolescent substance abuse and leisure boredom. Journal of Leisure Research, 23(2), 260-271.

- Iso-Ahola, S. E. (1980). The social psychology of leisure and recreation. Dubuque, Iowa: Wm. C. Brown.
- Kraus, R. (1990). Recreation and leisure in modern society (4th ed.). NY: Harper Collins.
- Leisure Information Service. (1976). A system model for developing a leisure education program for handicapped children and youth (K-12). Washington, D.C.: Howkins and Associates.
- Maclean, J. R., Peterson, J. A., & Martin, W. D. (1985). Recreation and leisure: The changing scene (4th ed.). NY: Macmillan.
- Michael, J. M., Susan, M. Y., & Francis, A. M. (1992). The influence of attitude accessibility on attitude-behavior relationship: Implications for recreation research. Journal of Leisure Research, 24(2), 157-170.
- Mundy, J., & Odum, L. (1979). Leisure education: Theory and practice. NY: John Wiley & Sons.
- Myers, D. G. (1993). Social psychology (4th ed.). NY: McGraw-Hill.
- Neulinger, J., & Breit, M. (1969). Attitude dimensions of leisure. Journal of Leisure Research, 1(2), 255-261.
- Neulinger, J., & Breit, M. (1971). A study of leisure. In J. Neulinger (Ed.), The psychology of leisure (pp.167-183). Springfield, IL: C. C. Thomas.
- Neulinger, J. (1981). The psychology of leisure (2th ed.). Springfield, IL: C. C. Thomas.
- Peterson, C. A., & Gunn, S. L. (1984). Therapeutic recreation program and design: Principles and procedures (2th ed.). Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

- Peterson, C. A., & Gunn, S. L. (1977). Therapy and leisure education. Park and Recreation, 12 (11), 22-25.
- Ragheb, M. G., & Beard, J. G. (1982). Measuring leisure attitude. Journal of Leisure Research, 14(2), 128-140.
- Suarez, T. M. (1985). Needs assessment studies. The International Encyclopedia, 6, 3496-3498.
- Weber, A. L. (1992). Social psychology. NY: Harper Collins.
- Witt, P. A., & Bishop, D. W. (1970). Situational antecedents to leisure behavior. Journal of Leisure Research, 2(2), 64-77.

國小學童休閒態度及教育需求問卷

(預試問卷)

親愛的小朋友：你好

這裡有一些問題想請教你，主要的目的是想了解你對於休閒活動的看法以及休閒學習的需求。請你依照自己真實的想法或情形來填答。你所填的答案我們絕對會替你保密，所以請你放心填寫。

本問卷共分為三個部分，同時也都有『填答說明』，請先看清楚之後再將每一題仔細的填答，如果有不清楚的地方，請隨時發問，謝謝你的合作。 祝你

健康快樂、學業進步

國立臺灣體育學院體育研究所
研究生：陳俊豪

第一部份：基本資料

『填答說明』

請將適當的選項填入括號中。

- 1、() 性別： (1) 男 (2) 女
2、() 年級： (1) 五年級 (2) 六年級

第二部份

『填答說明』

- * 這一部份是想了解你對於休閒活動的看法，請選擇適合你看法的答案，並在空格中打「√」
- * 每一題有五種回答方式（非常同意、同意、沒意見、不同意、非常不同意），只能選擇一項作答。

	非	不	沒	同	非
	常		常		常
				不	
				同	
				意	同
				意	意
				意	意
1、休閒活動對每個人都很重要。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2、從事休閒活動可以消除疲勞，增進健康。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3、從事休閒活動可以結交許多朋友。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4、從事休閒活動可以提高讀書效果。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5、從事休閒活動可以得到很多快樂。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6、從事休閒活動是利用時間的正確方法。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7、從事休閒活動可以增廣見聞。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8、每個人都需要休閒活動。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9、我喜歡我所參加的休閒活動。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10、當我參加休閒活動時覺得時間過的特別快。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11、我覺得參加休閒活動是很快樂的。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12、我覺得參加休閒活動不算是浪費時間。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13、參加休閒活動讓我得到很多新的經驗。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14、我覺得參加休閒活動是有好處的。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15、我覺得經常參加休閒活動是對的。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16、我很重視我的休閒活動。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17、我願意利用時間去參加休閒活動。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18、我經常參加休閒活動。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19、如果可以的話，我希望增加參與休閒活動的時間。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20、如果有足夠的零用錢，我願意用來購買休閒活動所需的用品。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21、即使功課很忙，我也要做休閒活動。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22、我每天有固定的時間從事休閒活動。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23、如果有更多的金錢與時間，我會參加更多的休閒活動。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24、我願意用多一點的時間去學習休閒方面的技能。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

第三部份

『填答說明』

- * 這一部份是關於休閒教育的一些內容，如果有一天老師或父母要教你這些內容，你的興趣如何？請依照你的興趣在適合的□內打「√」，每一題只能選一項。

	非 常 沒 興 趣	沒 興 趣	有 興 趣	非 常 有 興 趣
1、我希望了解「休閒」這個名詞的意義。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2、我希望體驗各種不同種類的休閒經驗。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3、我希望了解休閒對個人生活的影響。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4、我希望知道休閒和個人生活品質的關係。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5、我希望了解休閒和社會的相互關係。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6、我希望了解休閒對促進個人身心發展的功能。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7、我希望了解休閒方式和個人生活方式的關係。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8、我希望了解自己的休閒興趣是什麼。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9、我希望了解我自己有哪些休閒的知識和能力。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10、我希望了解自己對於休閒生活的期望是什麼。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11、我希望知道如何分辨好與壞的休閒活動。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12、我希望了解自己從事休閒活動的目的是什麼。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13、我希望了解自己對於休閒價值的看法。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14、我希望了解自己需要的休閒活動是什麼。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15、我希望了解如何選擇適合自己的休閒活動。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16、我希望了解如何評估參與休閒活動之後的結果。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17、我希望了解選擇各種休閒活動之後的可能結果。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18、我希望了解如何安排休閒生活。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19、我希望學習收集各種休閒訊息的方法。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20、我希望知道生活中有哪些休閒活動可供選擇。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21、我希望知道學校或社區內有哪些休閒場所、服務與設備。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22、我希望知道各種與休閒有關的訊息。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23、我希望學習從事各種休閒活動所需的基本技巧。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24、我希望進一步學習我喜歡的休閒活動，使該項活動技能更為進步。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25、我希望體認心靈層面的休閒感受。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26、我希望學習在休閒活動中與人相處的技巧。(如學習其他的語言等).....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27、我希望學習休閒活動中的非語言溝通技巧。(如微笑、合作等).....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28、我希望學習在休閒活動中與人互動的方式。.....	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

國小學童休閒態度及教育需求問卷

親愛的小朋友：你好

這裡有一些問題想請教你，主要的目的是想了解你對於休閒活動的看法以及休閒學習的需求。這不是考試，而且由於每個人的認識情形和感受也不一樣，所以你做的答案也沒有對或錯，請你依照自己真實的想法或情形來填答。你所填的答案我們絕對會替你保密，所以請你放心填寫。

本問卷共分為三個部分，同時也都有『填答說明』，請先看清楚之後再將每一題仔細的填答，如果有不清楚的地方，請隨時發問，謝謝你的合作。 祝你

健康快樂、學業進步

國立臺灣體育學院體育研究所

指導教授：李明榮教授

研究生：陳俊豪

名詞解釋：

『休閒活動』是指你在空閒的時間所從事的活動，它能夠讓你得到很多的樂趣、感到輕鬆愉快或者學到一技之長，例如打籃球、下棋、聽音樂、彈琴……等等。

第一部份：基本資料

『填答說明』

請將適當的選項填入括號中。

- 1、() 性別： (1) 男 (2) 女
- 2、() 年級： (1) 五年級 (2) 六年級
- 3、() 學校是否重建： (1) 是 (2) 否

第二部份

『填答說明』

- * 這一部份是想了解你對於休閒活動的看法，請選擇適合你看法的答案，並在空格中打「√」
- * 每一題有五種回答方式（非常同意、同意、沒意見、不同意、非常不同意），只能選擇一項作答。

非不沒同非
常 常
不同意
同 同
意見意見

- | | | | | |
|-------------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1、休閒活動對每個人都很重要。..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2、從事休閒活動可以消除疲勞，增進健康。..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3、從事休閒活動可以結交許多朋友。..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4、從事休閒活動可以提高讀書效果。..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5、從事休閒活動可以得到很多樂趣。..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6、從事休閒活動是利用時間的正確方法。..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7、從事休閒活動可以增廣見聞。..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8、每個人都需要休閒活動。..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9、我喜歡我所參加的休閒活動。..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10、當我參加休閒活動時覺得時間過的特別快。..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11、我覺得參加休閒活動是很快樂的。..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12、我覺得參加休閒活動不算是浪費時間。..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13、參加休閒活動讓我得到很多新的經驗。..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14、我覺得參加休閒活動是有好處的。..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15、我覺得經常參加休閒活動是對的。..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 16、我很重視我的休閒活動。..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 17、我願意利用時間去參加休閒活動。..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 18、我經常參加休閒活動。..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 19、如果可以的話，我希望增加參與休閒活動的時間。..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 20、如果有足夠的零用錢，我願意用來購買休閒活動所需的用品。..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 21、即使功課很忙，我也要做休閒活動。..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 22、我每天有固定的時間從事休閒活動。..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 23、如果有更多的金錢與時間，我會參加更多的休閒活動。..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 24、我願意用多一點的時間去學習休閒方面的技能。..... | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

