

國立臺灣體育運動大學
National Taiwan University of Physical Education and Sport
體育研究所碩士學位論文

國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的
知與行-以臺中市為例

A Study of Junior High School Physical Educators
Cognition and Coping Strategies for Physical Fitness
Included in Comparing the Ranking in Taichung City.



研究生：林舒詠 撰
指導教授：陳春蓮 博士

中 華 民 國 1 0 3 年 7 月

中文摘要

本研究目的：旨在探討不同背景變項臺中市國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的認知、看法、應對策略及提出具體建議。**方法：**以自編之「臺中市國中體育教師對十二年國教超額比序納入體適能的認知與具體作法」問卷作為研究調查工具，經過描述性統計、獨立樣本 t 檢定、單因子變異數分析與 Scheffe's 多重比較檢定等統計方法分析處理。**結果：**一、臺中市國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的認知在不同工作項目變項達顯著差異。二、臺中市國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的看法在不同學校類型、工作項目變項達顯著差異。三、臺中市國中體育教育工作者對體適能納入超額比序之應對策略在不同工作項目、學校規模變項達顯著差異。四、國中體育教育工作者認為學生不喜歡運動、坐式生活與 3C 產品盛行是體適能表現退步的主要原因；認為學生喜愛運動、體育教師要求與學校推廣會使學生體適能表現進步。五、國中體育教育工作者反對將體適能納入超額比序的主要原因為「成績有造假的疑慮」、「對身體殘弱或不適合施測體適能的學生不公平」與「體適能測驗本身誤差」等原因。**建議：**針對教育行政機關、學校與國中體育教育工作者及未來研究方向提出具體建議。

關鍵字：十二年國教、超額比序、體適能

Abstract

Purpose: This study purpose to understand different background junior high school physical educators cognition, view, coping strategies and offers specific suggestions for physical fitness included in comparing the ranking in Taichung City.

Methods: This study was used the self-developed questionnaire of “ junior high school physical educators cognition and coping strategies for physical fitness which included in comparing the ranking over quotas in the 12-year compulsory education in Taichung City” as the research tool. Based on the data collected, this study used descriptive statistics, t-test , one-way ANOVA and Scheffe’s post hoc test to analyze the data.

Results: 1. Different work items junior high school physical educators in Taichung City significant difference on cognition for physical fitness included in comparing the ranking. 2. Different types of schools, different work items junior high school physical educators in Taichung City significant difference on view for physical fitness included in comparing the ranking. 3. Different work items, different school size junior high school physical educators in Taichung City significant difference on coping strategies for physical fitness included in comparing the ranking. 4. High school physical educators think that students fitness performance had declined account of “not like exercise”, “sitting life”, and “3C products prevalent” , and they think that students fitness performance progress account of “like exercise”, “required by physical educators” and “promoted by school”. 5. High school physical educators oppose physical fitness included in comparing the ranking on account of “doubts about score fake”, “unfair for who body weak or unsuitable test students” and “physical fitness test itself error”.

Proposal: According to the findings, the researcher offers some specific suggestions to “the relevant units of education”, “school”, “Physical Educators” and “future researchers”.

Key word: 12-year compulsory education, comparing the ranking, physical fitness

謝誌

終於，這個「小孩」在我肚子裡面好久了，寫了謝誌就代表我順產了，也代表著我正式脫離學生身份，開始要為自己的所作所為負責，面對自己的未來生活，或許有些徬徨，但我相信我可以克服。

研究所的課程我上的很開心，可是，開始動手要寫論文時，卻讓我猶豫了，這真的是我要的嗎？萬一我寫出來的東西品質很糟糕該怎麼辦，這樣的念頭一直在我腦海出現，還好，我的指導教授，陳春蓮老師，一直不斷的鼓勵我、肯定我，給我研究的方向與建議，針對論文內容仔細地修正，您的支持、動作、微笑是我最大的鼓勵，也是我前進不放棄的動力，還記得要提計畫時，因為內容尚未完善，老師一句話「林舒詠，你不是這樣的人啊」，這句話當頭棒喝，讓我更積極面對我要做且必須做好的事情，老師，真的謝謝您，希望我沒讓您失望；口試委員，吳鴻文老師，他說「研究所最主要的目的是讓你學會解決問題的方法」，這句話讓我撐過來了，也讓我明白論文不過是過程，重要的是我要學會解決問題，這是要用上一輩子的能力；杜登明老師，在計畫口試與論文口試給予我最多建議，讓我的論文可以更完善，謝謝你們，有你們真好。

系辦這個大家庭，在我研究所三年一直默默的支持我，廬哥、桂花主任、吳老師、蔣老師、柏學、嘉嘉、行行、崇富、小寶、沂欣、筑姐、迦達、毓君、阿年、瑋珊、予藍、婉如、梓瑜、林璇，謝謝你們，研究生生活中，系辦是最開心的地方，也是避風港，大家一起做事好多歡笑，也讓我不論在待人處事或文書處理能力上都更加成長，這個可以稱為「娘家」的地方，我愛你們。

我的好朋友，迦達，抱著要跟一起你畢業的夢想，讓我完成了我的論文，未來的事情很難說，或許我們永遠都不會再見面，也或許你會再來臺灣「探親」，我會去馬來西亞「觀光」，謝謝你，這三年有好多歡笑也有好多淚水，認識你是我的收穫，你的理性讓我明白很多事情，現實生活中不是我想的這麼簡單，也不是我想的那麼美好，太多話想說了，卻不知從何而起，但我相信你大概懂，愛你也會想念你。

長億高中體育組的大家，柯主任、劉sir、黃sir、雅芬、文耀老師、國振老師、小蔓、阿姐、昇哥、阿頻、宥林、孟菁、敏芸、婉鈺及仲天，謝謝你們這兩年來的照顧，不論在教學、論文、教甄或生活經驗上，大家都互相幫忙、互相吐槽，這樣的氣氛好棒，謝謝你們。

103 教甄正取團，感謝你們在我對統計抱頭痛哭的時候，給我安慰與支持，論文和教甄兩頭燒的時候，提醒我要報名，考試的時候有專車接送、有地方可住，互相討論考題，賭誰猜分最接近，我們總是可以化嚴肅為笑料，不是我們不認真，而是這樣讓我們可以更坦然面對激烈的競爭，恭喜泡菜考上桃園正式體育教師，王董、阿頻，希望我們可以延續泡菜的運氣，104 教師甄試我們都榜上有名，成為 104 黑馬是我們接下來的目標，加油，親愛的戰友們。

最後，謝謝我家的金生與春花，辛苦養大我們，給我們衣食無缺的生活，不論我們做什麼事，總是在背後支持我們，讓我們自由飛翔，受傷了、難過了，「家」總是我們最大的避風港，我很愛你們，希望你們身體健康，天天開心，該休息的時候要休息，不要為了工作把身體搞垮，再多的錢都比不上你們健康重要。

該感謝的人太多了，一路走來，謝謝大家，期許未來我可以抱持著感恩的心面對我的人生，再次謝謝大家。

林舒詠 謹致

2014 年 8 月於

國立臺灣體育運動大學

目錄

中文摘要.....	I
Abstract.....	II
謝誌.....	III
目錄.....	V
表目錄.....	VI
圖目錄.....	VII
第壹章 緒論.....	1
第一節 研究背景與動機.....	2
第二節 研究目的.....	6
第三節 研究問題與假設.....	6
第四節 研究限制.....	7
第五節 重要名詞解釋.....	7
第貳章 文獻探討.....	11
第一節 體適能意義及其影響因素之探討.....	11
第二節 我國推動體適能的相關計畫與政策.....	15
第三節 十二年國教體適能納入超額比序現況分析.....	22
第參章 研究方法與步驟.....	29
第一節 研究架構.....	29
第二節 研究對象及抽樣方法.....	30
第三節 研究工具.....	30
第四節 研究流程.....	35
第五節 資料處理.....	36
第肆章 結果與討論.....	37
第一節 研究樣本背景特性分析.....	37
第二節 體育教育工作者對體適能納入超額比序的認知.....	38
第三節 體育教育工作者對體適能納入超額比序的看法.....	43
第四節 體育教育工作者對體適能納入超額比序之應對策略.....	55
第五節 開放試題之分析.....	65
第伍章 研究發現與建議.....	76
第一節 研究發現.....	76
第二節 建議.....	77
參考文獻.....	80
附件一：專家效度學者名單.....	88
附件二：專家效度委員意見修正表.....	89
附件三：預試問卷.....	90
附件四：正式問卷.....	94
附件五：採計體適能就學區比序表.....	98

表目錄

表 1-1 中投區超額比序項目採計表	9
表 2-1 健康體適能五大要素內涵	12
表 2-2 各學區多元表現之體適能項目	27
表 2-3 體適能表現各單項檢測成績門檻	28
表 3-1 教師對體適能納入超額比序認知項目分析結果總表	32
表 3-2 教師對體適能納入超額比序策略項目分析結果總表	33
表 4-1 國中體育教育工作者背景資料統計表	38
表 4-2 國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的認知分析表	39
表 4-3 不同性別國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的認知差異情形	39
表 4-4 不同學校類型國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的認知差異情形	40
表 4-5 不同工作項目國中體育教育工作者對體適能納入超額比序認知的總分單因子變異數分析摘要表	40
表 4-6 不同工作項目國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的認知單因子變異數分析摘要表	41
表 4-7 不同工作項目國中體育教育工作者對「您瞭解超額比序的內涵」之事後比較分析摘要表	41
表 4-8 不同學校規模國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的認知單因子變異數分析摘要表	42
表 4-9 國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的看法分析表	45
表 4-10 不同性別國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的看法差異情形	46
表 4-11 不同學校類型國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的整體看法差異情形	47
表 4-12 不同學校類型國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的看法單因子變異數分析摘要表	47
表 4-13 不同工作項目國中體育教育工作者對體適能納入超額比序看法的總分單因子變異數分析摘要表	49
表 4-14 不同工作項目國中體育教育工作者對體適能納入超額比序看法總分之事後比較分析摘要表	49
表 4-15 不同工作項目國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的看法單因子變異數分析摘要表	51
表 4-16 不同工作項目國中體育教育工作者對體適能納入超額比序看法之事後比較分析摘要表	53
表 4-17 不同學校規模國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的看法單因子變異數分析摘要表	54
表 4-18 體育教育工作者對體適能納入超額比序的應對策略分析表	56

表 4-19 不同性別國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的應對策略差異情形.....	56
表 4-20 不同學校類型國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的應對策略差異情形.....	57
表 4-21 不同工作項目國中體育教育工作者對體適能納入超額比序應對策略的總分單因子變異數分析摘要表.....	57
表 4-22 不同工作項目國中體育教育工作者對體適能納入超額比序應對策略總分之事後比較分析摘要表.....	58
表 4-23 不同工作項目國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的應對策略單因子變異數分析摘要表.....	59
表 4-24 不同工作項目國中體育教育工作者對體適能納入超額比序應對策略各題之事後比較分析摘要表.....	60
表 4-25 不同學校規模國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的應對策略單因子變異數分析摘要表.....	61
表 4-26 不同學校規模國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的應對策略單因子變異數分析摘要表.....	62
表 4-27 不同學校規模國中體育教育工作者對體適能納入超額比序應對策略各題之事後比較分析摘要表.....	64
表 4-28 「影響學生體適能表現退步的主要原因為何？」結果分析表.....	67
表 4-29 「您認為影響學生體適能表現進步的主要原因為何？」結果分析表.....	69
表 4-30 「您贊成將體適能納入超額比序的原因為何？」結果分析表.....	70
表 4-31 「您不贊成將體適能納入超額比序的原因為何？」結果分析表.....	71
表 4-32 「您認為未來若臺中將體適能納入超額比序，應佔超額比序幾分較合適？」結果分析表.....	72
表 4-33 「您認為若臺中區將來將體適能納入超額比序，體適能應排在超額比序第幾項目較合適？」結果分析表.....	74

圖目錄

圖 3-1 研究架構圖.....	29
圖 3-2 研究流程圖.....	35

第壹章緒論

過往許多學生利用暑假加強學科或學習才藝，但 2012 年起，開始有學生利用暑假加強「體適能」，原來是家長希望孩子升學時，在超額比序上，不要連體適能都輸人（「TVBS 新聞」，2012）。以往國中畢業進入高中職就讀，是依靠基測分數選擇申請、甄選、分發等方式入學，而教育部 2014 年啟動的十二年國教，將入學方式簡化為免試入學及特色招生兩種，免試入學不需參加入學測驗，只要在會考放榜後，依期繳交免試入學報名表暨超額比序項目積分確認表及志願選填表，根據學生的報名表志願序分發進入高中、職就讀，因此，學生只需根據各就學區所訂定的超額比序項目準備，十二年國教期待免試入學比例達 75% 以上。

根據高中高職免試入學作業要點訂定及報備查原則（教育部，2012a），超額比序項目含學生志願序、就近入學、扶助弱勢、學生畢（結）業資格、均衡學習、適性輔導、多元學習表現與國中教育會考成績等八大項。其中多元學習項目，包括獎懲、品德、體適能、服務學習、幹部、競賽、社團與技職證照或資格檢定等八項。當學生報名免試入學的學校申請人數超過該校核定人數時，就需要進行超額比序。

家長為讓子女在超額比序得以加分，開始重視體適能活動，而學生體適能的訓練與檢測基本上都在校園完成，面對政策的轉變，體育教育工作者是否能順應政策，故本研究針對多元學習表現「體適能」項目，探討臺中市國中體育教育工作者對十二國教體適能納入超額比序的認知與具體作法。

第一節 研究背景與動機

壹、研究背景

我國自 1968 年起實施九年國民義務教育，係因當時有許多國小畢業學生因家境因素等未能繼續升學，於是政府將義務教育年限由六年延長為九年，以期提升國民教育的質與量。而 1991 年以後，國中升高中的升學率已達百分之百，亦即只要有意升學，皆有機會（洪仁進、簡成熙、徐振邦、朱盈潔，1999），也因此國中畢業考高中變成趨勢，儘管只要有意就讀高中，皆有學校可入學，但「萬般皆下品，唯有讀書高」的心態讓學生們努力朝一流高中邁進，而入學的學校有賴高中聯考成績決定。在教育政策檢討聲浪中，多數人認為聯考制度導致教育一元化、以學科成績排序學生導致學校階梯化、標籤化等問題，是國中教育無法正常發展的原因。

為改善聯考造成的問題，教育部自 1997 年起，著手規劃高職免試多元入學方案與高級中學多元入學方案，改變傳統聯考篩選分發的入學方式，期望能舒緩學生升學壓力，並引導國中教育正常化（周祝瑛，2009）。但 2000 年所公佈的多元入學管道，各校均強調採計在學成績，反而使學生升學壓力驟升，2001 年全面實施高中職多元入學方案，雖以國中學生成基本能力測驗與在校表現取代聯考制度，除採計在校成績依然形成學生升學負擔外，在校成績之公平性也遭受質疑。在龐大的輿論壓力下，教育部取消採計在校成績，無論申請、甄選、分發等升學管道，只採計基本學力測驗成績。

2014 年正式啟動之十二年國民基本教育，將國中升學管道簡化為免試入學與特色招生，前者指不需參加高中職或五

專所舉辦的入學測驗，後者包括甄選入學及考試分發入學兩種（教育部，2012b）。免試入學指國中畢業生免考學科或術科入學測驗，依學生的性向、興趣、能力、志願、特殊才能或競賽成績表現等，進入高中職就讀，期能引導國中教學正常化、舒緩學生升學壓力並使學生得到更多元的學習機會。

在免試入學部分，目前教育部依直轄市、縣市行政區將就學區分成十五區，各區學校不可自訂入學門檻，學生依各區規定可選填多個志願，如果該校的報名人數未超過核定人數，則全額錄取進入該校就讀，若選填該校學生人數超過核定人數，則進行超額比序（呂二寶，2012）。

教育部訂定「免試入學超額比序參考項目」及「多元學習表現採計原則」，各就學區考慮自身特性與差異，在符合公平性、教育性及可操作性之原則下，可自訂合宜之超額比序項目，以供該區之高中職採用（教育部，2012c）。

貳、研究動機

國中階段是學生身心發展的關鍵期，運動不僅可以增加身體功能，改善疾病狀況及預防病情惡化，還具有紓解壓力、減緩焦慮及促進專注力等心理益處（方進隆，1992；方進隆，1995），但升學壓力大，易忽視體育及其他藝能學科；且現代因經濟、物質享受增加，身體活動漸少，造成青少年體能衰退、體重過重人口增加（方進隆，1995）。教育部更在「2005年亞洲區體適能檢測與推廣策略高峰會議」中，明確揭示我國國中小學生體適能表現與其他國家相較之下欠佳，尤其心肺耐力落差更嚴重，且大學生體適能在亞洲區排名倒數第二（王漢忠，2005；張世沛、陳榮章、施國森、駱俊霖，2011）。

有鑑於此，十二年國教免試入學超額比序的多元學習納

入體適能，學生可根據各就學區超額比序項目積分對照表的內容，努力提升體適能表現，以符合加分條件，期待能達到「促使學校及學生重視身體健康的培養，提升學生體適能，以利五育均衡發展」的理念。

十二年國教所包括的十五個就學區，除基北區、竹苗區、中投區和台東區外，其餘就學區均採計體適能成績，唯比例各不相同。依前述，體適能對中學生具有重大意義，研究者所服務的學校屬於中投區，目前雖未將體適能納入超額比序，但將來仍有納入的可能；再者政策推動，有賴教師執行，才能有其效果。

陳記隆（2013）提到，教師的工作基本上可以分為兼行政教師、兼導師教師與專任教師，這三種工作項目所職掌的工作內容、性質與立場各有差異，基本上三種工作是互相合作，但有時立場不同會造成意見分歧，甚至產生衝突。兼行政教師工作項目大多與教學無直接相關，且雜務繁多，接觸的對象以教師為主；兼導師教師工作項目除教學外，還有班級事務，是學校與學生間之溝通橋樑；而專任教師主要工作為教學相關事務，接觸對象以學生為主，工作重心則與教學相關；此外，其研究也發現學校規模會影響校內兼行政教師的壓力，學校規模大者，因工作分工較仔細，因此，兼行政教師壓力小於學校規模小之兼行政教師。

陳錦釗、陳玉枝（2006）年以高雄市健體領域國小教師為研究對象發現，學校班級規模大（49班以上）之體育教師在體育專業知識、運動安全處理、學術研究能力與整體體育專業能力等皆高於學校規模中等（25-48班）之體育教師。

蔡忠志、林如瀚（2011）整理體育教師與專任運動教練

工作內涵比較表，體育教師與專任教練在專業內容、目標、評鑑、指導對象、日常工作、課程計畫與指導內容皆有所差異，其中差異較大的是「指導對象」，體育教師主要指導的學生運動技能水準較參差不齊，且異質性較高，甚至有些學生是不喜愛運動課程，而專任教練在指導對象則主要為專長學生，這些學生技能水準較相似，且練習的意願較高。

歐宗明（2008）提到，體育教師在教學上是根據預設目標，指導學生以達成教育目的，展現教育的價值性與目的性，而專任教練則是以反覆指導與練習，提升運動團隊或選手的表現，展現競技比賽的成就，追求最佳成績為目標。

賴幸妮（2010）針對不同性別國中教育人員做免試入學方案配套措施意見分析，發現女性教育人員對免試入學配套措施意見傾向不同意，而男性則傾向同意；在入學方案內容合理性方面，則無顯著差異。

基於以上，由於教師們的認知及態度會影響政策執行成效，而不同背景變項會影響其認知與態度，故本研究以不同背景變項臺中市公立學校體育教育工作者為例，探討體育教育工作者對十二年國教體適能納入超額比序是否充分瞭解，此乃本研究動機之一。

十二年國教將體適能納入超額比序後，因其可能影響申請入學結果，勢必受到學校單位、家長及學生的重視，依此邏輯而言，應有助於體適能表現，若體適能表現因而進步，代表加分策略有助提升國中學生體能，則有必要持續推廣或提高加分比率；反之，則須對加分策略進行檢討。但此政策係首度實施，其影響有待探討，臺中市國中體育教育工作者面對體適能政策的改變，其專業見解、作法為何？有待了解，

此為研究動機之二。

體適能各項政策推廣至今已十餘年，但成效似乎不如預期，藉由體育教育工作者的觀點來探討對此政策執行之看法與建議，以作為體適能納入超額比序修改辦法的參考，此為本研究動機之三。

本研究旨在瞭解體適能納入超額比序後，體育教育工作者的認知與做法，由於十二年國教政策的實施還是起步階段，針對加分策略是否影響學生體適能表現，相關文獻有限，希望透過本研究發揮拋磚引玉之效，期待更多人可投入研究，使體適能加分策略能更臻完善。

第二節 研究目的

根據第一節之動機，列出本研究的目的如下：

- 一、探討臺中市國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的瞭解程度。
- 二、探討臺中市國中體育教育工作者面對體適能納入超額比序的見解與作法。
- 三、歸納臺中市國中體育教育工作者的觀點對體適能納入超額比序提出建議。

第三節 研究問題與假設

壹、研究問題

- 一、臺中市國中體育教育工作者對體適能納入超額比序是否瞭解？
- 二、臺中市國中體育教育工作者面對體適能納入超額比序之因應對策為何？
- 三、臺中市國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的

建議為何？

貳、研究假設

- 一、臺中市國中體育教育工作者瞭解體適能納入超額比序的內涵。
- 二、臺中市國中體育教育工作者認同體適能納入超額比序，且會改變其教學以因應此政策。
- 三、臺中市國中體育教育工作者能對體適能納入超額比序提出具體建議。

第四節 研究限制

- 一、因時間及人力的限制，在研究對象方面，只針對臺中市體育教育工作者取樣，未能擴大至南投區，此外，本研究只探討公立學校，故可能有推論上的誤差。
- 二、本研究工具以問卷為主，由體育教育工作者自陳其狀況填答，因此受到體育教育工作者本身生理、心理及認知等主觀因素影響，故此假設體育教育工作者皆依事實陳述，排除不可控制之變異不在本研究的討論範圍內。
- 三、因係十二年國教實施之初，十二年國教對體適能影響之文獻探討有限，且蒐集較為困難，此為本研究之限制。

第五節 重要名詞解釋

壹、體育教育工作者

本研究指的體育教育工作者為臺中市體育教師（含代理代課教師）與運動教練，體育教師包括兼行政體育教師、兼導師體育教師與專任體育教師，而運動教練泛指學校專長教練，包含專任運動教練與兼任運動教練，不再細分專長項目。

貳、十二年國民基本教育

十二年國民基本教育是我國教育部推行之重要政策，本研究簡稱十二年國教，希望國家基礎教育可以達到有教無類、因材施教、適性揚才、多元進路與優質銜接等五大理念，因而實施，其實施分為兩階段，前段是九年國民教育，之後銜接三年高級中等教育，後三年教育的主要內涵是：普及、免學費、非強迫入學及免考試入學。透過免試升學，將有效舒緩升學競爭壓力，引導國中正常教學與五育均衡發展。2011年1月至2014年7月，為十二年國教啟動準備階段；2014年8月1日起至2020年7月，為全面實施階段。因此100學年度8月以後入學的國中新生均適用（教育部，2012c）。

參、超額比序內涵

十二年國教期藉由免試入學舒緩國中升學壓力，其名額佔各就學區75%以上，國中畢業生免考學科或術科入學測驗，可依照其興趣、能力、性向等申請進入高中職就讀，但當某校申請免試入學人數高於其核定人數時，就必須進行超額比序。各就學區根據教育部訂定的「高中高職免試入學作業要點訂定及報備查原則」，可制定各就學區超額比序項目，項目分為八大類，包括學生志願序、就近入學、扶助弱勢、學生畢（結）業資格、均衡學習、適性輔導、多元學習表現與國中教育會考表現。

本研究所指體適能為多元學習表現內涵之一，多元學習表現包括體適能、競賽、技職證照或資格檢定、服務學習、社團、日常生活表現（含獎懲紀錄與出缺席紀錄）與幹部等。

以中投區為例，表1-1為教育部2013年10月30日所公佈的中投區免試入學超額比序項目採計表，若臺中市某校釋出免

試名額800位，卻有1000位學生申請入學，則這些學生必須使用表1-1採計表計分其總分，取分數高者前800位學生入學，倘若分數相同，則先比總分，依次比志願序、就近入學等，最後若全部分數皆相同，則增額錄取。

表 1- 1 中投區超額比序項目採計表

比序項目	採計上限
適性輔導建議	不採計
學生志願序	30分
就近入學	10分
扶助弱勢	3分
學生畢(結)業資格	不採計
均衡學習	12分
多元學習表現	4分
品德(出缺席、無記過紀錄)	6分
健康體適能	不採計
服務學習	3分
幹部	不採計
社團	2分
競賽成績	不採計
現技職證照或資格檢定	不採計
國中教育會考表現	30分
合計項目數	6個
總積分	100分
可選填志願數(個)	50個
比次順序：總積分→志願序→就近入學→扶助弱勢→多元學習表現→會考→會考單科成績(寫作測驗→國→數→英→社→自)→會考成績標示→增額錄取	

本表由研究者整理自十二年國民基本教育網站所頒布各免試就學區超額比序採計項目一覽表及臺中市十二年國民基本教育資訊網超額比序項目積分補充說明對照表。

肆、學校類型

本研究所指學校類型為臺中市公立完全中學與市立國中，私立學校不在本研究探討範圍。

伍、學校規模

本研究母群共有 80 個學校，為便於取樣，研究者設定學校規模為三類，分別為大於 61 班以上，在此稱為大規模學校，37 班至 60 班則為中規模學校，36 班以下者則稱小規模學校。

陸、體適能

本研究所指體適能為教育部體適能網站之「體適能檢測上傳系統」所需上傳的資料，包括身高體重（體重 kg/身高 m^2 ）、坐姿體前彎（柔軟度）、立定跳遠（瞬發力）、仰臥起坐（肌力、肌耐力）與 800/1600 跑走（心肺耐力），藉其測量結果瞭解學生體適能表現情形。其中身體質量指數越高代表體脂肪比例越高；坐姿體前彎成績越高代表柔軟度越佳；立定跳遠距離越遠代表瞬發力越佳；仰臥起坐次數越多代表肌力、肌耐力越好；800/1600 跑走秒數越少代表心肺耐力越好。

第貳章文獻探討

本研究旨在探討臺中市國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的認知、看法與應對策略。本章共分成三節，第一節說明體適能的意義與影響因素，第二節描述我國推動體適能的相關計畫與政策，第三節則闡述十二年國教體適能納入超額比序的現況分析。

第一節 體適能意義及其影響因素之探討

國民體適能與健康是國家發展的基本要素，為促進國民身體健康、減緩慢性病威脅，歐美各國與亞洲先進國家紛紛訂定體適能相關政策，如美國之「Healthy People 2010」、
「Healthy People 2020」、英國「國家健康白皮書」、紐西蘭「KiWiSport 方案」、芬蘭「Sport Act 法案」、日本「健康 21」與韓國「國民體育振興法」等，皆是為提高、鼓勵國民養成規律運動與促進體適能之相關政策（The U.S. Department of Health and Human Services, 2014；陳全壽、劉宗翰、張振崗，2004；許振明，2006；洪嘉文，2007；施致平、李俞麟、羅晨澂、謝靜瑜，2012）。基此，重視運動、體適能與健康促進已是時代所趨。我國教育部亦自 1995 年建立體適能常模，並陸續推動各項體適能計畫，現更將體適能納入國中免試入學超額比序項目內，期盼引導國民重視體適能。

壹、體適能之意義

體適能（Physical Fitness）指身體適應的能力，好的體適能是指人體各項機能如心臟、血管、肺臟與肌肉等，皆能發揮應有之機能，亦即能應付日常生活之身體能力（卓俊辰，

2001)。教育部體適能網站所定義之體適能，指的是身體適應生活與環境的綜合能力，體適能好的人在從事身體相關活動時有較佳的活力與適應力，且不易產生疲勞感（教育部，2012d）。Adamsen et al.(2003)等人指出，體適能是一種能力，其可改善健康狀態、預防慢性疾病、減緩疾病症狀，且是從事休閒活動與應付緊急狀況之能力，美國運動醫學學會(2007)提到，體適能是執行劇烈身體活動且不會產過度度疲勞的能力，而這樣的能力可以終身維持；健康體適能組成有五大要素，分別為心肺適能、身體組成、柔軟度、肌力與肌耐力，其內涵如表 2-1 所示。

表 2- 1 健康體適能五大要素內涵

項目	內涵	我國檢測方式
心肺適能	一種需要動員大肌群、動態生活方式與長時間中高強度運動的能力指標，反應個人心臟、肺臟從空氣中攜帶氧氣，並將氧氣輸送到組織細胞加以使用的能力。	800/1600 公尺跑走、三分鐘登階測驗
身體組成	反映人體中脂肪與非脂肪組織的相對比例，是評估理想健康體重與運動表現的指標。	身體質量指數 (BMI)
柔軟度	指身體關節在動作過程中的活動度，是一種功能性的能力，評估方式則是利用關節與肌肉完成。	坐姿體前彎
肌力	指的是特定肌肉或肌群對抗阻力時所產生的最大張力，可用來評估肌肉衰退或復原的程度，以及訓練的效益。	一分鐘屈膝仰臥起坐 (肌肉適能)
肌耐力	指的是肌群在一段時間內反覆收縮或維持長時間的收縮能力；肌力與肌耐力和稱為「肌肉適能」。	

本表由研究者整理自美國運動醫學學會(2007)，我國體適能檢測項目除表列外，還包括立定跳遠，主要檢測瞬發力（競技體適能）。

貳、影響學生體適能的因素

體適能是全人健康的一環，其受規律身體活動或運動影響最大。無論從事何種運動，只要能規律進行，即有正面的教育及保健功能（方進隆，1995；卓俊辰，2000）。但大環境的改變，便利的生活、E化的社會導致國人體適能下降（黃思維、李勝雄，2012）。方進隆（1992）指出，體適能與身體活動和健康狀況相互影響，身體活動包括職業工作與休閒時的運動，健康狀況包含疾病與死亡率，身體狀況越好，體適能表現越佳，除此之外，其實體適能還受其他因素如遺傳、生活方式、環境與個人屬性等因素影響，但最主要影響體適能的因素為規律運動。

黃文俊（2000）針對坐式生活型態研究國小學生體適能情形，發現坐式生活型態較少的學生其身體組成、肌力、肌耐力與柔軟度稍微優於坐式生活型態較多的學生，而心肺耐力則明顯優於坐式生活型態較多的學生。

李彩樺、方進隆（1998）指出，規律的運動可以提升體適能表現，而運動社會支持（包括家人支持與同儕對運動態度的影響等）對身體活動有中至高程度以上的影響，因此，要維持規律的運動，需要更多有效的社會支持，包括同儕的鼓勵與關懷。此外，研究也顯示運動自我效能與身體活動量呈正相關，運動自我效能是對自己規律運動的把握程度，當運動自我效能越高，身體活動量亦越高，體適能表現越佳。

陳逸政（2011）提到大學生體適能表現正逐年下降，且因為大學法頒布，許多學校將體育課列為選修或通識課程，體育課不再是大學四年的必修課程，也因此影響了大學生的運動習慣與運動時間，其針對淡江大學體育課程研究發現，

因校方將體育課列為三年必修課程，使學生大多有每週 1-2 小時的運動習慣，女學生體適能表現整體而言較大專常模為佳，其亦提到有良好的運動場所，會增加學生運動意願，且願意花費額外時間參與運動。

沈建國、黃榮松（2001）指出，大型學校因為學生較多，每位學生分配到的活動空間較小，其研究發現活動空間大的學生在體適能表現會比活動空間較小的學生來的好，因此，大型學校必須善用有限的場地與時間，培養學生養成規律運動習慣，以提升學生體適能表現。

黎正評、傅國田、向薇潔、葉為谷（2012）、簡城銘（2012）、林清玉、王建臺（2012）、甘乃文、祁崇溥、張清泉、林永華、李政吉（2010）提到，學生經過規律訓練、運動課程及運動強化課程後，體適能表現皆有進步，故，學校課程安排與設計上，應搭配體適能課程與訓練，針對體適能表現較不理想的學生實施運動強化課程，以提升我國學生體適能表現。

根據董國安（2009）影響學生體適能的原因主要可分為學生本身及學校體育教學問題，前者包含肥胖影響學生體能，且學生缺乏規律運動；價值觀、社會文化與運動環境影響及健康休閒觀念不足，故學生常常以「沒有時間」、「沒有同伴」等因素與時間壓力下，缺乏運動導致體適能不佳；而學校體育教學問題則為學校教育人員不夠關心法令與政策，使政策淪為空談、忽視學校體育教學目標、學校行政不重視體育教學且體育教師專業知能與態度不足，最後體育教學及評鑑與考核未落實。

蘇晏揚、黃美瑤、周建智（2009）指出，14 週健康體適能活動課程的介入，有效提升學生體適能認知，且男、女學

生柔軟度成績進步，女學生肌耐力成績亦有所進步，因此，體適能活動課程對學生體適能認知與表現是有助益的，而體適能認知亦會影響體適能表現。黃銘廣（2005）提到，運動認知是影響體適能表現的因素之一，其研究發現運動認知與體適能表現有顯著的正相關。

綜合以上，影響我國學生體適能的主要原因是「規律運動」，學生若執行規律運動，體適能自會提升，其次，運動社會支持、運動自我效能、運動認知、運動場所與規模及體適能強化課程等對體適能提升亦有助益；而E化社會、坐式生活型態、學生本身問題，如肥胖、價值觀與健康休閒活動等及學校問題，如學校教育人員不夠關心法令與政策、不重視體育、教師專業知能與態度不足等，皆是影響學生體適能退步原因。

第二節 我國推動體適能的相關計畫與政策

壹、體適能政策的發展

教育部自 1995 年推展體適能政策至今已近二十年，推廣計畫主要分成三階段，階段一為「333 計畫」（提升學生體適能專案計畫，2000 年至 2004 年）、階段二是「中小學生健康體位 5 年計畫」（2004 年至 2008 年）、階段三則為「快活計畫」（2007 年至 2010 年）。

在 333 五年計畫週期中，教育部積極推動體適能護照、體適能成就獎章制度及提升學生體適能社區介入獎助計畫，希望透過這些計畫使學生規律運動人口比率提升 10%、學生體適能提升 10% 及體適能認知提升 30%（教育部，2005）。洪嘉文（2007）指出，86 學年度與 92 學年度之七、八、九

年級之國中男學生其身體質量指數(BMI)、仰臥起坐(次數)是增加的，但坐姿體前彎(公分)、立定跳遠(公分)及1600跑走(秒數)的成績卻是退步；在國中女學生部份，仰臥起坐部份明顯進步，其餘則差異性不大。在執行5年333計畫後，教育部「臺閩地區中小學學生92學年度體適能狀況調查」顯示，多數中小學學生已相當瞭解運動認知的概念，由此可見教育部對體適能推展在中小學學生運動認知上頗具成效，唯體適能表現不盡理想，為提升學生體適能表現與達成社會各界對體適能之共識，教育部繼而推展健康體位5年計畫(施致平等，2012)。

由於我國青少年及兒童肥胖比率持續增加，國中生肥胖盛行率由2003年的12.3%逐漸上升至2007年的15.4%，而國小過瘦女生的比率也由2003年的13.7%，大幅增加到2007年的28%，兩頭壓縮的結果，造成體位適中的國中小學生比率降低(劉影梅，2008)。故此，希望藉由健康體位5年計畫達到(一)自辦午餐學校；(二)發展由下而上動員策略之多元且適性的學生健康體位教育執行方案；(三)讓至少50%體重過重的學生，養成運動習慣；(四)國中小學生體育課程教學一週至少需達2小時；(五)學生每天規律活動時間至少30分鐘以上，逐年提昇10分鐘；(六)50%的學生每週至少有三次費力活動，一次達30分鐘以上；(七)學生假日從事靜態活動時間超過六小時比率降為30%以下；(八)提升學生體適能水準，增進身心合理發展，提高學習效率等(教育部，2012e)。

2007年開始實施之快活計畫，主要目標為培育學生運動知能，激發學生運動動機與興趣，養成規律運動習慣，奠定

終身參與身體活動的能力與態度，並落實（一）各級學校學生每天至少累積 30 分鐘的身體活動時間，且每週累積 210 分鐘的比率，高中及大專校院學生每年提升 10% 至 15%，國中小學生於 2008 年達到 80%；（二）各級學校學生參加體適能檢測的比率每年提昇 20%，學生通過體適能標準的比率每年提升；（三）各級學校學生參與運動社團的比率每年提升 4% 至 6%；（四）以班際為核心舉辦班際及參加校際運動競賽的學校比率每年提升 20% 等各具體指標（「教育部快活計畫」，2007）。

為了擴大學生參與運動機會，教育部體育司從 2002 年開始陸續推動各方案，如「一人一運動，一校一團隊」、「增加學生運動時間方案」、「學生游泳能力方案」、「推動學生海洋運動方案」等，目的是為培養健康活力的學子，增加學生運動時間（李宗、甘偉強，2011）。此外，2006 年開始，體育司開始辦理「多元化體適能資訊推廣計畫」，建置「體適能資料上傳管理系統」及「健康體育網路護照」，透過體適能資料上傳作業，即時更新體適能現況，學校、政府等教育單位可藉此擬訂政策，學生則可藉健康體育網路護照獲得多元化運動處方資訊訊息，進而培養規律運動習慣。

2007 年起為誘導學校、學生與家長重視體適能，於是辦理「體適能納入升學計分推廣計畫」，以高中職多元入學管道中的申請入學及甄選入學為主，將體適能納入特別條件加分項目；為了提升檢測成績之公信力，另外規劃成立「體適能檢測站」，結合通過「體適能指導員培育計畫」初級研習檢定合格的初級體適能指導員協助檢測。

2009 年為更新與充實教育部體適能網站，實施體適能資

訊多元化推廣計畫，除宣導學生使用健康體育網路護照外，更改善體適能檢測上傳系統，此系統於 96 學年度上線後，年度上傳率均達 93% 以上；透過學校上傳體適能資料，除可瞭解各校之體適能狀況外，還可瞭解各縣市體適能檢測執行情形。

2013 年，國民體育法第 6 條修正，明訂「各機關及各級學校應依有關法令規定，配合國家體育政策，切實推動體育活動；高級中等以下學校及專科學校五年制前三年並應安排學生在校期間，除體育課程時數外，每日參與體育活動之時間，每週應達 150 鐘以上」(國民體育法，2013)。

教育部體育署根據第八次全國教育會議之結論與建議事項，結合國民體育法第 6 條的修正案，於 2014 年推動「SH150 方案」；「S」代表 Sports，「H」代表 Health，培育學生運動知能，激發學生運動動機，冀望除體育課外，可於晨間、課間、空白課程及課後時間增加身體活動，每週達 150 分鐘以上，並達成(一)高中以下學校(含五專前三年)學生達到每週運動 150 分鐘比率，預計每年提升 15%；(二)高中以下學校(含五專前三年)學生體適能上傳率每年均超過 90%；(三)每年辦理各級典範學校觀摩或研討活動；(四)每年參加教師增能之比例超過 30%；(五)每年超過 140 萬人參加各項普及化運動競賽；(六)每年結合 2,000 位運動志工投入運動指導及服務；(七)國小學生畢業前每人至少學會一項運動技能；(八)2021 年各級學生體適能中等比率達 60%；(九)2021 年學生規律運動習慣比例逐年提升至 90% 等 9 點具體目標(「教育部 SH150 方案」，2014)。

貳、體適能政策成效

根據施致平、蔡明河（2011）之研究發現，我國中學生體適能無論性別整體表現皆隨年齡增加而退步，另外因我國教育本身是升學主義掛帥，學生從國小、國中到高中，隨學級的增加運動人口遞減，時間不夠是阻礙學生運動的因素之一，且政府在宣導體適能計畫的同時，更要著重於學校執行層面是否落實，如此體適能計畫才真正達其目的。

根據施致平等（2012）調查國中生運動與校園體適能推展情形發現，80%的國中生表示最近1週內有從事運動，且約50%學生達到教育部體適能333政策，72%的國中生肯定學校積極推展體適能相關活動；在體適能表現方面，其研究與86學年度及92學年度教育部公布之臺閩地區中小學學生體適能檢測資料做比對，發現不論國中男生或女生體適能整體表現大多比86與92年度遜色，其研究顯示與教育部所推動校園體適能活動有很大的反差，有必要檢視體適能計畫的內容抑或瞭解學校是否確實落實實施體適能計畫。

高素貞（2000）使用「學生體適能護照」介入國中生之體適能、運動認知與運動態度，發現體適能護照介入後，學生運動態度與認知有顯著正向提升；而在體適能方面，則較無顯著影響。

根據姚承義、林嘉志、徐焯輝（2008），政府對於體適能333計畫宣導不周，雖然推展該計畫，但未能落實認知部份，有誤導學生在實際運動或鍛鍊的方式與行為，應透過課程教導學生體適能知識，並具體落實培養學生運動習慣，如此一來政策推展才有其效用。

陳建廷（2004）指出，理想的體適能教育，在完成體適

能檢測後，應該為學生開立適合的運動處方，但個別開立處方是有困難的，且就一位體育專任教師而言，每週授課時數為 20-23 堂，約為 11 個班級 330 個學生左右，若個別為學生開立運動處方有實際執行困難的，且運動處方必須持之以恆執行，但學生實施意願及自律性不足，以致要落實體適能教育是困難的。

根據研究者本身的經驗，國中在檢測體適能時，通常是由體育教師訂定日期，教師在學生檢測前說明施測方法與步驟等，甚少提及施測體適能目的及後續體適能處方的訂定，且學校體育課大多以競技運動項目為主，課程安排較少針對體適能進行設計。許振明（2006）指出，在體適能教育及行政作業上，有近六成的體育教師未接受體適能教育訓練，且其研究發現學校在推動體適能較缺乏有組織的計畫與方案。

洪嘉文（2000）指出，提升學生體適能的有效策略包括：（一）教育行政主管之願景與決心；（二）落實訪視制度；（三）體育教學正常化；（四）地方政府全力配合；（五）學校成立推動小組；（六）重視教職員工之體適能活動；（七）設置體適能相關措施；（八）加強文宣工作。要落實體育教學正常化，必須培養學生終身運動為目標，且體育教師應該有體育課不等於體適能之基本認知，另外體育課不挪作他用且應教學多元化、樂趣化。

歸納而言，目前我國雖然推展各項體適能相關計畫，但國中學生體適能表現似乎不因體適能政策的推廣有明顯提升，且因為升學壓力影響，造成運動時間不足，而我國體育課時間相較鄰近國家而言又較少，體育教師對體適能處方開立也心有餘而力不足，雖有政策，成效卻始終未臻理想。

參、體適能與升學

詹正豐、卓俊辰（2010）指出，香港 1991 年開始在中學會考增加體育科，項目包括體適能測驗；新加坡 1992 年開始將體適能納入升學考試計分，積極推動學生的體育活動，並擬定國家民防軍校讓體適能優良的學生加分，這樣的措施受到中小學校長與家長的歡迎；中國大陸自 1998 年升學考試加考體育，也因此提高學校體育的地位。

洪嘉文（2007）指出，國外推展體適能現況概分為兩大類，一種係以獎勵為主，包括美國、芬蘭、英國、韓國及日本等國家，其傾向頒發獎章給達標的參與者或制定相關計畫、體育法等，規定學校必須強化及培育學生體育活動。另一種推展體適能方法則為納入升學考試計分，新加坡、香港與中國大陸即採此方法，除納入升學考試計分外，新加坡的體能成績亦會影響履行義務兵役之役期長短；此外，各國的體適能考試亦有所差異，新加坡主要測試項目包括仰臥起坐、坐姿體前彎、立定跳遠、平地引體向上、40 公尺左右折返跑、2.4 公里跑步等；香港則為身體組成、皮下脂肪比、仰臥起坐、坐姿體前彎、耐力路跑與伏地挺身；而中國大陸則依國家教育委員會設定之考試項目，可自選跳、跑、投等項目。

李俊杰（2002）指出，中國大陸為改善學生體質低落、運動技能不足、健康狀況不佳等，便提出初中畢業生升學體育考試的構想，從 1979 年有學校試辦至 1998 年，除甘肅省外全都實施體育考試。從試辦至正式實施將近二十年間，各省計入升學總分的分數介於 30-60 分之間，到 1995 年「全國繼續試行初中畢業生升學考試體育工作方案」規定以 20-30 分為宜，考試項目包括短跑、中長跑、立定跳遠、推鉛球及

引體向上等項目。藉由體育考試，提高學校體育的地位，連帶也提高體育教師的社會地位，更改善增強學生健康與體質。

劉海元（2008）指出，中國大陸體育考試的計算方式有兩種，一種是將統一體育考試成績計入中考總分（中考是中國大陸對九年義務教育之後的畢業或升學考的簡稱，全名為高級中等學校招生考試，亦稱初級中等教育畢業考試），做法簡單易操作且效度高，但對於平時學生參與訓練或體育課表現會顯較不積極；另一種則是學分制，將初中三個學年的體育課、課餘體育訓練、國家學生體質健康標準測試與體育考試合起來統籌計算納入中考總分，方法較複雜且程序多，但對於學生平時的訓練及課程有促其積極之效，唯體育課、課餘訓練是學校體育教師負責考核，其成績令人懷疑其公平性。

歸納而言，由於我國向來重視升學，現將體適能納入超額比序項目，將可提升體適能受重視程度，鄰近國家如中國大陸、香港、新加坡等已將體適能納入升學考試且行之有年，藉由此政策提升學生體適能表現，學校體育與體育教師的地位也隨之提高，唯計分方式與成績來源必須謹慎且多方考量，避免成績不公為人詬病。

第三節 十二年國教體適能納入超額比序現況分析

十二年國教免試入學超額比序是社會大眾關注的焦點，各界對超額比序公平性與公正性一直有所爭議，以下將討論各界對超額比序的觀點，並探討各就學區體適能納入超額比序現況。

壹、各界對免試入學超額比序的觀點

十二年國教計畫公佈後，每位學生都想進入理想中的學校，因此各界對免試入學超額比序項目的意見爭議不斷，希望討論出最符合公平正義的超額比序方案。為此，教育部訂出超額比序大方向項目，由各就學區因地因校制宜。

王金國（2012）指出，超額比序在某些項目給分標準上是具有爭議的，例如體適能、幹部、服務學習等，這些項目在採計標準上尚不明確，使師生及家長皆無所適從；相反的，若由正向角度來思考，學校會推動各項社團供學生參與，亦會辦理服務學習引導學生思考服務的價值，如此必能使學生獲得多元的學習機會，享受學習的樂趣。

趙筱瓏（2012）指出，十二年國教計畫提出之初，其改革方向是許多家長贊同的，超額比序項目內的就近入學可減少孩子通勤所花費的時間、免試入學可減少孩子升學壓力，孩子有更多的時間發展其興趣，但隨著政策執行時間越來越接近，開始有不同的意見出現，在就近入學方面，基北區因多數明星高中都集中在臺北市，基隆及新北政府即擔心轄區內學生流失，戶籍遷至明星高中附近；此外，長久以來，明星高中培育英才觀念已深根蒂固，許多專家、校長、老師、校友與家長們為維護學校的菁英亦不同意就近入學為入學方式之一。

詹惟鈞（2013）提到，十二年國教是先進國家的教育趨勢，但超額比序項目如體適能、就近入學、品德表現、獎懲紀錄、服務學習、競賽成績等讓國人有公平的疑慮，雖然這些項目很龐雜，無非是鼓勵學生可以多元嘗試、均衡發展，多元的入學方式及比序項目可以讓教育的活力施展出來，教

育的改革是讓學生依興趣與志向入學，因此適性輔導才是國教的重點。

曾世豐（2013）指出，十二年國教的超額比序雖然各縣市有不同的標準，但大致的原則是一致的，且比序項目如社團、體適能、競賽等與教育會考之比例其實不相上下，這樣的設計對學習成就較不理想的學生其實是利多的，可以促使這類學生發展其他項目的學習意願，並讓外界注意到學生學科外的各項發展。

梁雅賀、孫玉中（2014）指出，十二年國教的焦點不應只放在入學方式與學費減免問題，超額比序各項目只是為升學而不得不為之，家長的心態應該隨時代改變，不再被文憑主義影響，且教師是教育改革成敗的關鍵，教育改革應該由下而上進行，先重視教育專業才能提升教育品質，教改萬不能為討好家長、民代與媒體朝令夕改，才不會失去推行的初衷。

賴幸妮（2010）研究發現國中教育人員對免試入學制度抱持正面的看法，且中規模與小規模學校比大規模學校更同意免試入學的實施；廉雅婷（2012）研究發現，各界對於十二年國教政策普遍認同；魯筠珍（2013）針對體適能納入超額比序的實施方式、測驗方式與政策內容研究發現，民眾對體適能納入超額比序有一定程度瞭解，其中，學生與軍公教人員相較於其他職業而言，瞭解程度較高；此外，其研究並指出，民眾認為體適能成績由學校發出較不具公信力，各界認為體適能納入超額比序的成績計算與成績取得，各就學區應該有一致性，

蔡仁政（2014）以超額比序項目設計問卷，針對適切性

請學生、家長與老師填答，結果發現，整體而言對超額比序項目抱持正向看法，此外，學生認為體適能納入超額比序的適切性屬於普通（44%），家長認為體適能納入超額比序屬於整體適切（44%），而教師則認為體適能納入超額比序整體不適切（50%）。

貳、各就學區採計體適能現況

研究者根據各就學區公布的免試入學作業要點，整理成表 2-2。基北區、竹苗區、中投區及台東區在多元學習項目並無採計體適能，採計體適能就學區採計分數為 3 分至 20 分不等，分數越高，代表體適能在超額比序總分比例佔越高，也意味著學生體適能越受該就學區重視。

基北區因為超額比序採計體適能的爭議太大，因此北北基有共識要刪除超額比序體適能項目（臺灣立報，2012）；竹苗區因為均衡學習已納入健體領域，且新竹縣體健課課長林宛靜表示，各校體育課大多正常化，縣內常舉辦體育競賽，且考量少數學生體能受限，因此竹苗區決議刪除體適能納入超額比序項目（自由時報，2013）；中投區經經過多次開會研議後，決定刪除對弱勢學生較「不友善」的比序項目，因此將體適能屏除在超額比序項目外（臺中都會新聞，2012）；台東區原本超額比序項目內有體適能，但經過各方專家、教師與家長表達意見後，委員會討論決議後將體適能項目刪除，避免超額比序太多元，家長無所適從，學生的學習壓力更大（自由時報，2012）。

根據教育部訂定的「多元學習表現」採計原則（教育部，2012c），體適能檢測成績以門檻方式計分，門檻設在 pr25，參照教育部 2012 年公布的體適能常模，依學生的性別、年齡

有不同的門檻標準，如表 2-3，基本上每位學生完成一分鐘屈膝仰臥起坐、坐姿體前彎、立定跳遠與 800/1600 跑走等四項檢測為原則，若因個人因素（如生病等）無法完成四項者，則可擇項檢測，任兩項成績達門檻予以計分。此外，持有各級主管機關特殊教育學生鑑定及就學輔導會鑑定為身心障礙學生之證明，或領有身心障礙手冊（證明）者，或持有公立醫院證明為重大傷病、體弱學生，考量學生身心發展差異及就學權益，比照門檻標準，予以計分。

各就學區體適能採計內容方面，桃園區及高雄區及採用門檻為標準，學生體適能表現只要達門檻，即可拿到體適能的全部分數。其他就學區採用門檻獎章方式作為體適能分數來源，當學生體適能施測成績高於規定的標準後，即可獲得獎章，獎章分三類，分別是金質獎章，pr85 以上者；銀質獎章，pr75 以上者；銅質獎章，pr50 以上，另外中等程度指 pr25 至 pr45，而 pr25 以下則為待加強程度，利用門檻加獎章，讓體適能表現較好的學生另外有獎章加分的獎勵。

成績來源方面，可分為兩種，一為學校教師施測，學校核章，並上傳至教育部體適能網站備查，二為學生至體適能檢測站施測體適能後所取得的成績；桃園區、雲林區與澎湖區為學校自行檢測，再上傳至體適能網站備查，彰化區、臺南區與屏東區則需要到體適能檢測站檢測取得體適能成績，其餘就學區可選擇學校自測成績或體適能檢測站成績。

本研究的研究對象為臺中市體育教師，雖然中投區目前未將體適能納入超額比序，但此乃當前教育改革重大議題，未來中投區亦有可能將體適能納入超額比序，希望藉由本研究，可提供政策參考之用。

表 2- 2 各學區多元表現之體適能項目

採計方式	就學區	採計上限	成績來源	採計內容
達門檻	桃園區	6分	學校上傳	任二項成績達門檻標準者，予以計分。
	高雄區	20分	兼採	只要每學年一項得到中等以上，當學年度就得 3 分，如獲得 2 項中等，則得 6 分，3 項中等則得 9 分等，體適能項目採計上限以 20 分計。
門檻加獎章	嘉義區	8分	兼採	任一單項達門檻者各得 1.5 分，總成績達銅質以上者另加 2 分。
	彰化區	6分	檢測站	四項任採三項，每單項銅牌以上者各 2 分，每單項中等或待加強各 1 分。
	雲林區	7分	學校上傳	1.四個項目全部檢測，任一項成績達門檻標準者得 2 分，最高得 4 分。 2.檢測總成績各項體適能成績均達銅質章，再加 1 分。各項體適能成績均達銀質章，再加 2 分。各項體適能成績均達 p 金質章，再加 3 分。
	臺南區	8分	檢測站	1.同一次檢測任二項檢測成績達門檻者，得 4 分。 2.同一次檢測任二項檢測成績達百分等級 50 以上者，得 6 分。 3.同一次檢測任二項檢測成績達百分等級 75 以上者，得 7 分。 4.同一次檢測任二項檢測成績達百分等級 85 以上者，得 8 分。
	屏東區	6分	檢測站	1.各單項成績達門檻標準者，各得 1 分。 2.總評為金質者另加 2 分，總評為銀質者另加 1 分，總評為銅質者另加 0.5 分。
	花蓮區	9分	兼採	各單項達門檻以上者各得 2 分。另各單項達銅牌以上者另加 1 分。
	宜蘭區	3分	兼採	各單項任一學期達門檻標準者各加 0.5 分，單次總成績達金質者另加 1 分；銀質者另加 0.5 分。
	澎湖區	8分	學校上傳	各單項達門檻以上者各得 2 分，另各單項達體適能常模 pr50 以上者另加 1 分。
	金門區	3分	兼採	各單項均達標準者各得 0.5 分，總成績達金質者另加 1 分；銀質者加 0.5 分；銅質者加 0.2 分。

本表由研究者整理自中教司於 101 年 4 月 25 日在十二年國民基本教育網站所頒布之各招生區免試入學作業要點及特色招生核定作業要點與體育署即時新聞（2012），本表適用 103 學年度免試入學。

表 2- 3 體適能表現各單項檢測成績門檻

項目	年 齡	男				女			
		13	14	15	16	13	14	15	16
一分鐘屈膝仰臥起坐(次)		29	30	32	33	23	22	22	23
坐姿體前彎(公分)		18	18	18	18	24	23	25	24
立定跳遠(公分)		148	165	175	180	120	122	125	127
800/1600 公尺跑走(秒)		676	659	619	578	316	323	320	311

本表由研究者整理自十二年國民基本教育網站所頒布十二年國民基本教育免試入學超額比序「多元學習表現」採計原則，各單項成績參考教育部 2012 年公布的體適能常模，門檻設在 pr25。

第參章研究方法與步驟

第一節 研究架構

本研究主要探討臺中市國中體育教育工作者對十二年國教體適能納入超額比序的認知、看法與應對策略，並藉由體育教育工作者的觀點探討十二年國教體適能納入超額比序政策執行之看法與建議，最後請體育教育工作者建議體適能納入超額比序順位及分數為多少較合宜。

本研究以教師背景為自變項，分為性別、學校類型、工作項目與學校規模，而教師對體適能納入超額比序的認知、看法、應對策略為依變項，研究架構圖如圖 3-1。

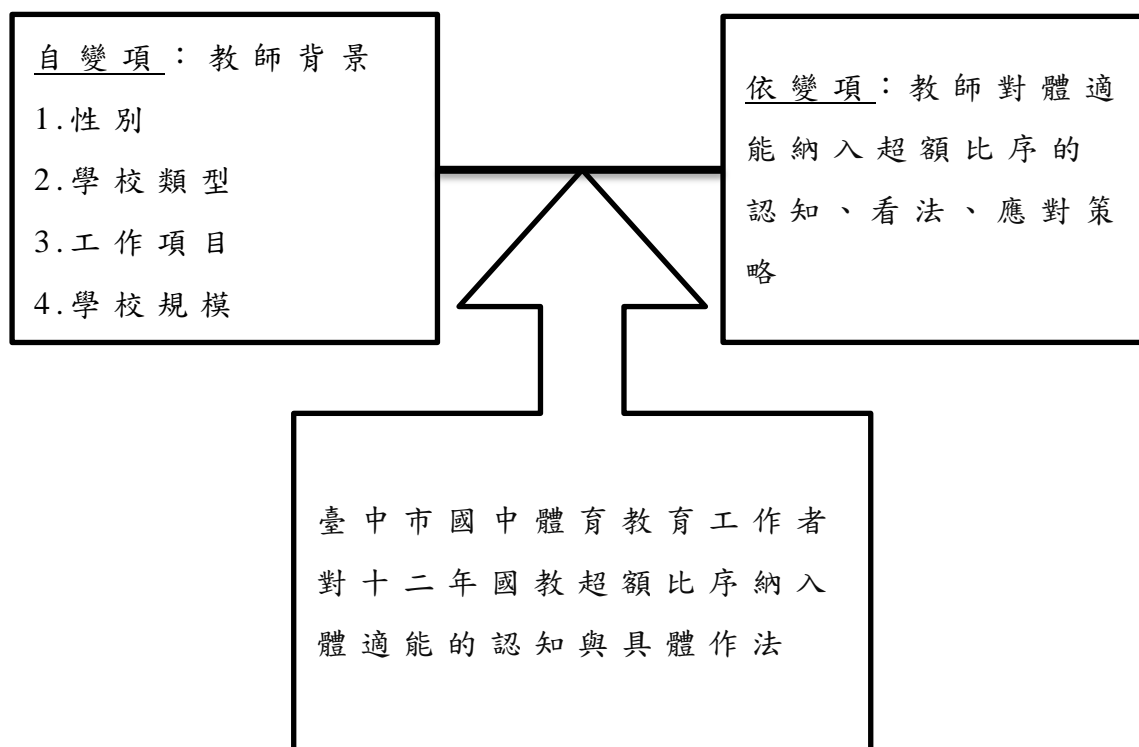


圖 3- 1 研究架構圖

第二節 研究對象及抽樣方法

本研究之研究對象為臺中市公立國中及完全中學國中部體育教師及運動教練，體育教師再細分為兼行政體育教師、兼導師體育教師及專任體育教師，只要是擔任教練者即歸類於運動教練，不再細分。

抽樣方式採取滾雪球抽樣(Snowballing Sampling)，先由研究者熟識之體育教師為主，再由這些體育教師向他校延伸，以求得最大樣本數，問卷採郵寄，附回郵信封方式請負責體育教師回收後擲寄，根據臺中市教育局資料，臺中市公立國中加上公立完全中學國中部共有 80 所，本研究問卷共發了 41 所，共計發放 271 份，收回 252 份，回收率達 93%。

第三節 研究工具

本研究的研究工具是參考相關文獻後，根據研究架構自編而成「臺中市國中體育教師對十二年國教超額比序納入體適能的認知與具體作法」，問卷編製由預試問卷開始，陸續修改為正式問卷，編制歷程如下：

- 壹、預試問卷編製：本研究在文獻探討後，與指導教授討論，編製成「臺中市國中體育教師對十二年國教超額比序納入體適能的認知與具體作法」問卷，包括：第一部份的「基本資料」；第二部份的「教師對十二年國教免試入學，體適能納入超額比序的認知」，此部份含 25 道題目；第三部份的「教師對體適能納入超額比序之應對策略」；此部份含 17 道題目，最後一部份為「開放問題」，共 7 道題目供填卷者自由作答。
- 貳、專家效度：擬定問卷後，經過指導教授協助，函請兩位

領域內之專家協助做專家效度（如附件一），評估本預試問卷題目內容與語意是否與本研究相符合，再將兩位專家審查結果與指導教授討論後，經過刪除與修改，專家效度具體的修改情形如附件二，修改後確認預試問卷定稿，如附件三。

參、預試問卷發放與填答：由於本研究之研究對象為臺中市國中體育教育工作者，樣本數不若其他研究母群較廣泛，故此，預試問卷發放 20 份，剔除填答不全及無效問卷後，有效問卷 19 份，有效率為 95%。本研究問卷主要採李克特（Likerttype）五點量表方式作答，選項分為「非常同意」、「同意」、「沒意見」、「不同意」與「非常不同意」，由填卷者依自己意見自由填答，計分方式分別為 5、4、3、2、1 分，最後再計算總分，得分越高者表示越認同該部份選項

肆、結果分析

- 一、信度分析：本問卷信度分析採 Cronbach's Alpha 信度分析，結果顯示第二部份 Cronbach's Alpha 係數值為 .94，第三部份 Cronbach's α 係數值 .79，根據 DeVellis(1998) 針對信度的建議，信度最好在 .70 以上，本問卷兩大部份皆在良好的信度範圍內；本研究設定的標準是修正的題目總相關要大於 .30。
- 二、項目分析：利用內部一致性效標分析求出各題目的決斷值（CR，Critical Ratio），項目分析如表 3-1 與表 3-2。

表 3- 1 教師對體適能納入超額比序認知項目分析結果總表

題號	平均數	標準差	偏態	極端組 t 檢定 (決斷值)	修正的題目總相關	項目刪除時的 Cronbach's α 值
1	4.00	1.155	-1.210	1.548	.628	.940
2	4.00	1.054	-1.590	.870	.663	.940
3	4.16	1.015	-1.775	.870	.728	.939
4	3.58	.902	-1.025	2.678	.832	.938
5	3.95	1.026	-1.265	3.060	.853	.937
6	4.00	1.054	-1.272	3.866	.838	.937
7	4.00	1.054	-1.272	3.139	.807	.938
8	3.53	1.073	-.679	3.368	.732	.939
9	3.53	.964	-.914	3.525	.719	.939
10	3.89	1.049	-1.386	3.060	.770	.938
11	4.11	1.100	-1.627	5.612	.841	.937
12	4.00	1.202	-1.073	5.196	.795	.938
13	3.89	.994	-1.287	3.525	.760	.939
14	3.95	1.026	-1.265	3.866	.849	.937
15	4.11	1.049	-1.523	3.544	.854	.937
16	3.26	.991	.172	-1.357	-.359	.952
17	3.68	1.250	-1.043	5.612	.649	.940
18	4.37	.955	-2.572	1.033	.791	.938
19	3.00	1.202	.000	1.800	.311	.945
20	3.89	.875	-2.002	1.357	.804	.938
21	3.26	.991	-.211	1.519	.507	.942
22	3.63	1.300	-.408	-.225	-.063	.951
23	2.68	1.003	-.015	-.092	.109	.947
24	4.11	.875	-2.443	1.554	.878	.938

本表的 Cronbach's α 係數為 .94

表 3- 2 教師對體適能納入超額比序策略項目分析結果總表

題號	平均數	標準差	偏態	極端組 t 檢定 (決斷值)	修正的題目總相關	項目刪除時的 Cronbach's α 值
1	3.74	0.872	-1.11	1.414	.342	.783
2	4.11	0.875	-0.78	3.771	.618	.762
3	3.84	0.834	-0.32	3.795	.557	.767
4	4.53	0.513	-0.12	4.000	.464	.779
5	4.26	0.653	-0.31	6.000	.686	.763
6	3.95	0.705	-0.99	2.558	.584	.768
7	3.53	1.307	-0.48	1.313	.143	.812
8	3.79	0.713	-0.69	.632	.042	.801
9	3.89	0.737	-0.76	1.342	.165	.794
10	4	0.577	0	1.897	.396	.781
11	4.26	0.733	-0.47	3.795	.493	.773
12	4.47	0.513	0.12	4.000	.401	.781
13	4.26	0.653	-0.31	6.000	.686	.763
14	4.11	0.737	-0.17	2.132	.454	.776
15	3.32	1.157	-0.70	.949	.070	.813
16	4.42	0.607	-0.50	3.162	.422	.779
17	3.95	1.026	-1.27	4.427	.551	.766

本表的 Cronbach's α 係數為 .79

伍、編製正式問卷：經過預試分析後，考量研究的需要，雖然第二部份的第 16、22、23 題與第三部份的 7、8、9 題之修正的題目總相關未達 .30，但考量研究的需求，予以保留，在經過與指導教授討論後，考量問卷題目的適切性，決定將第三部份 1、2、4、7 題刪除，並修正題

目順序，將題目分為五大類，分別為第一部份：基本資料，第二部份：教師對體適能納入超額比序的認知，第三部份：教師對體適能納入超額比序的看法，第四部份：教師對體適能納入超額比序的應對策略，第五部份則為開放試題，正式問卷如附件四。

第四節 研究流程

本研究的流程如圖 3-2 所示，先選定研究範圍，接著蒐集相關文獻，與指導教授討論後確認研究主題、訂定題目，接著確定研究母群，選定研究工具，經過預試後，修正研究工具再發放正式問卷，正式問卷經過統計分析與資料處理，最後完成結果與討論。

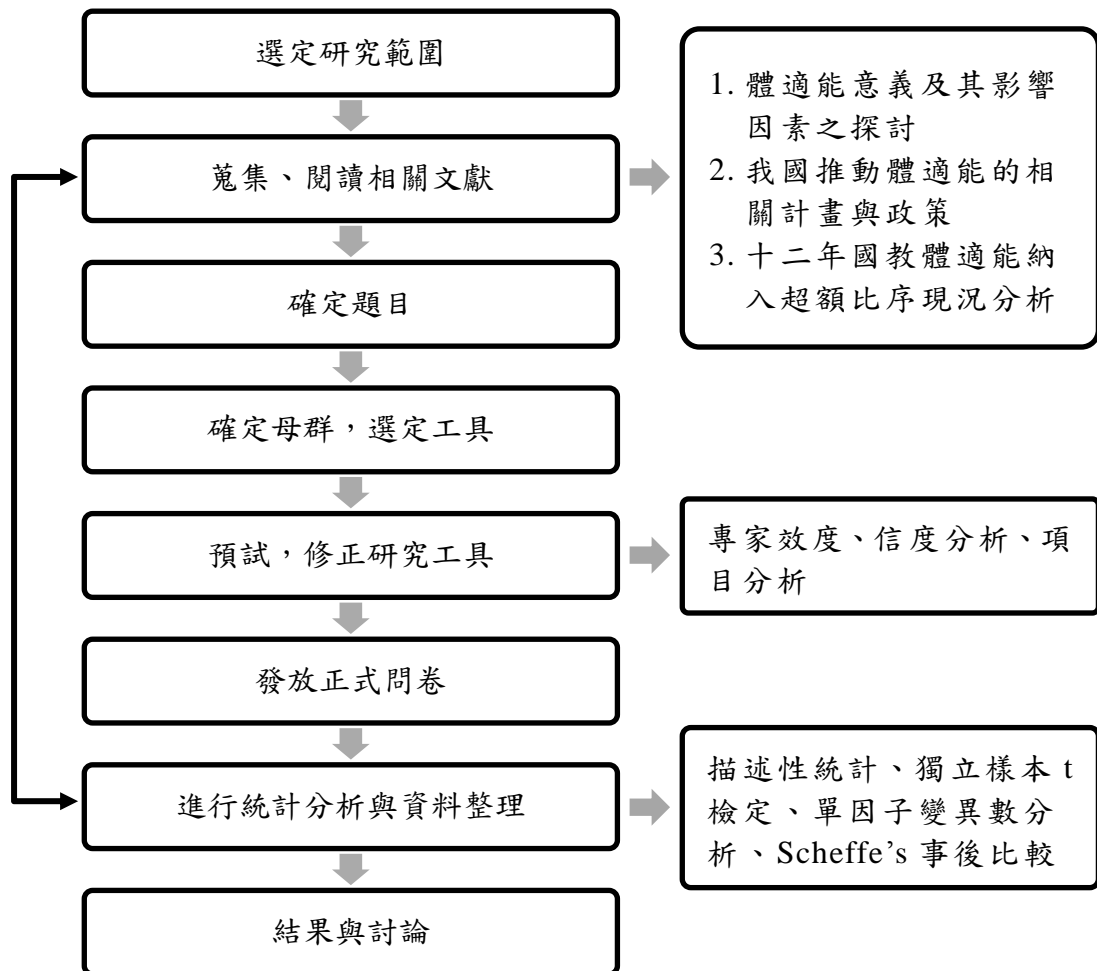


圖 3- 2 研究流程圖

第五節 資料處理

本研究問卷數據經過整理後，篩選剔除資料不全者並建檔後進行分析，使用 SPSS 18.0 套裝軟體進行統計分析。統計方法如下：

- 壹、描述性統計：採用百分比、平均數、標準差與次數統計等，統計臺中市國中體育教育工作者對十二年國教體適能納入超額比序的認知、看法與應對策略及體育教師針對學生體適能情形與超額比序之建議。
- 貳、獨立樣本 t 檢定：檢定臺中市國中體育教育工作者對十二年國教體適能納入超額比序的認知、看法及應對策略的差異情形。
- 參、獨立樣本單因子變異數分析：檢定臺中市國中體育教育工作者背景變項是否影響十二年國教超額比序納入體適能的認知、看法及應對策略的差異情形。
- 肆、Scheffe's 事後比較法：針對獨立樣本單因子變異數分析達顯著者，進行事後比較，檢定不同背景變項之間的差異情形。

第肆章 結果與討論

本研究共計發放 271 份問卷，收回 252 份，回收率達 93 %，扣除第二、第三及第四部份填答不全者 5 份，共 247 份有效問卷，可使用率達 98%；開放試題方面，遺漏值處理採取配對刪除法 (Pairwise Deletion Method)。

本章共分為五節，第一節進行研究樣本背景特性分析，第二節說明體育教育工作者對體適能納入超額比序的認知，第三節闡述體育教育工作者對體適能納入超額比序的看法，第四節則探討體育教育工作者對體適能納入超額比序之應對策略，最後第五節則針對開放試題進行結果分析。

第一節 研究樣本背景特性分析

本研究回收的問卷第一部份為國中體育教育工作者的背景特性，如表 4-1 所示，背景資料說明如下：

- 壹、性別：男性 148 位，佔 59.9%；女性 99 位，佔 40.1%。
- 貳、服務學校類型：服務於市立國中者 220 位，佔 89%；服務於完全中學者 27 位，佔 11%。
- 參、工作項目：兼行政體育教育工作者 67 位，佔 27%；兼導師體育教育工作者 64 位，佔 26%；體育專任教師 92 位，佔 37%；運動教練 24 位，佔 10%。
- 肆、學校規模：81 位體育教育工作者服務於大規模學校，佔 33%；111 位體育教育工作者在中規模學校服務，佔 45%；55 位體育教育工作者在小規模學校服務，佔 22%。

表 4-1 國中體育教育工作者背景資料統計表

類別	組別	人數	百分比
性別	男	148	59.9%
	女	99	40.1%
學校類型	市立國中	220	89%
	完全中學	27	11%
工作項目	兼行政	67	27%
	兼導師	64	26%
	專任教師	92	37%
	運動教練	24	10%
學校規模	大規模學校	81	33%
	中規模學校	111	45%
	小規模學校	55	22%

第二節 體育教育工作者對體適能納入超額比序的認知

本節針對問卷內容的第二部份「教師對十二年國教免試入學與體適能納入超額比序的認知」進行結果與討論，本部份題目 6 題，國中體育教育工作者對十二年國教超額比序的認知情形如表 4-2 所示，勾選同意者 2 分，不同意者 1 分，因此取平均分數 1.5 分為分界點，平均分數高於 1.5 分傾向瞭解，平均分數越接近 2 代表瞭解程度較高。

壹、整體分析

由表 4-2 可發現，國中體育教育工作者對十二年國教的認知皆高於平均 1.5 分，其中第 1、2、3 題瞭解程度較高，意味著體育教育工作者對十二年國教的實施時間、所屬就學區及升學方式較瞭解。第 4、5、6 題平均數與標準差相較第 1、2、3 題而言，平均數較低，標準差較高，顯示國中體育教育工作者對超額比序的內涵、體適能納入超額比序的目的及計分方式瞭解程度差異較高。

第 6 題「您瞭解體適能納入超額比序的計分方式」相較其他五題平均數明顯較低，且標準差較高，研究者推測因臺中市尚未將體適能納入超額比序，且目前將體適能納入超額比序的就學區，計分標準與成績來源不盡相同，所以國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的計分方式相較其他題目顯得較不熟悉。

表 4-2 國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的認知分析表

題號	題目	平均數	標準差
1	您瞭解十二年國民基本教育將自 103 年 8 月起全面實施	1.91	.28
2	您瞭解您服務學校所屬就學區	1.89	.32
3	您瞭解十二年國教將國中升學簡化為免試入學與特色招生	1.87	.34
4	您瞭解超額比序的內涵	1.72	.45
5	您瞭解體適能納入超額比序的目的	1.76	.43
6	您瞭解體適能納入超額比序的計分方式	1.58	.49

貳、背景變項分析

一、性別

由表 4-3 顯示，不同性別國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的認知未達顯著差異 ($t = -.54, p > .05$)。

表 4-3 不同性別國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的認知差異情形

變項	人數	平均數	標準差	t 值	p 值
女	99	10.67	1.64	-.54	.59
男	148	10.78	1.52		

* $p < .05$, t 檢定

二、學校類型

由表 4-4 顯示，不同學校類型國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的認知未達顯著差異（ $t = -.29$ ， $p > .05$ ）。

表 4-4 不同學校類型國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的認知差異情形

變項	人數	平均數	標準差	t 值	p 值
市立國中	220	10.72	1.58	-.29	.77
完全中學	27	10.81	1.50		

* $p < .05$ ，t 檢定

三、工作項目

由表 4-5 顯示，不同工作項目國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的認知未達顯著差異（ $t = 2.11$ ， $p > .05$ ）。

表 4-5 不同工作項目國中體育教育工作者對體適能納入超額比序認知的總分單因子變異數分析摘要表

	平方和	自由度	平均平方和	F	顯著性
組間	15.36	3	5.12	2.11	.10
組內	589.01	243	2.42		
總和	604.36	246			

* $p < .05$

再進一步以各小題深入分析，如表 4-6 所示，第 4 題「您瞭解超額比序的內涵」在不同工作項目達到顯著差異，其餘 5 題未達顯著差異。由 Scheffe's 法進行第 4 題事後比較，如表 4-7 所示，兼行政體育教師明顯高於專任教師與運動教練，而兼導師體育教師則無顯著差異。

表 4-6 不同工作項目國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的認知單因子變異數分析摘要表

題號	題目		平方和	自由度	平均平方和	F	顯著性
1	您瞭解十二年國民基本教育將自 103 年 8 月起全面實施	組間	.37	3	.12	1.58	.19
		組內	18.85	243	.08		
		總和	19.22	246			
2	您瞭解您服務學校所屬就學區	組間	.31	3	.10	1.03	.38
		組內	24.52	243	.10		
		總和	24.83	246			
3	您瞭解十二年國教將國中升學簡化為免試入學與特色招生	組間	.22	3	.07	.65	.58
		組內	27.63	243	.11		
		總和	27.85	246			
4	您瞭解超額比序的內涵	組間	2.81	3	.94	4.86	.00*
		組內	46.91	243	.19		
		總和	49.73	246			
5	您瞭解體適能納入超額比序的目的	組間	.85	3	.28	1.55	.20
		組內	44.57	243	.18		
		總和	45.43	246			
6	您瞭解體適能納入超額比序的計分方式	組間	1.33	3	.44	1.84	.14
		組內	58.72	243	.24		
		總和	60.05	246			

* $p < .05$

表 4-7 不同工作項目國中體育教育工作者對「您瞭解超額比序的內涵」之事後比較分析摘要表

變項	個數	平均數	標準差	Scheffe's 比較
兼行政	67	1.87	.344	
兼導師	64	1.75	.436	
專任教師	92	1.64	.482	兼行政>專任教師
運動教練	24	1.54	.509	兼行政>運動教練
總和	247	1.72	.450	

四、學校規模

由表 4-8 顯示，不同學校規模國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的認知未達顯著差異 ($t = .02, p > .05$)。

表 4-8 不同學校規模國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的認知單因子變異數分析摘要表

	平方和	自由度	平均平方和	F	顯著性
組間	.12	2	.05	.02	.98
組內	604.26	244	2.48		
總和	604.36	246			

* $p < .05$

參、小結

針對國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的看法，本研究與賴幸妮（2010）、廉雅婷（2012）及魯筠珍（2013）研究相符，其研究均指出各界普遍認同亦願配合政策推行。

不同工作項目對「您瞭解超額比序的內涵」達顯著差異，差異結果兼行政體育教師高於專任教師及運動教練，兼行政體育教師因工作內容的關係，相較於專任教師及運動教練，有較多機會接觸十二年國教的宣導研習或文宣等，且校內、外研習常派兼行政體育教師為代表參加，另外，兼行政體育教師是學校行政與教師教學之溝通橋梁，因此，對十二年國教內涵較為熟悉，故，往後教育部、地方政府及校方在宣導十二年國教各方面政策時，需考量是否全體教師都能瞭解該項政策內涵，研習時間亦可考慮在寒、暑假舉辦，讓專任教師及運動教練有機會參加，此外，兼行政體育教師參與校內、外各項研習後，亦可利用領域會議等時間與「夥伴」分享，讓每位教師都能瞭解各項政策方針與走向。

第三節 體育教育工作者對體適能納入超額比序的看法

本節針對問卷內容的第三部份「教師對十二年國教免試入學與體適能納入超額比序的看法」進行結果與討論，本部份共有 18 道題目，其中第 16 題是反向題，採李克特 (Likerttype) 五點量表方式作答，分數越低表示越不同意該題幹敘述，分數越高代表越同意該題幹敘述。

壹、整體分析

根據表 4-9 顯示，國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的看法除第 10 題及 16 題外，其餘各題皆超過平均分數 3 分，代表體育教育工作者對體適能納入超額比序抱持正面看法。

第 2 題「您認同將體適能納入超額比序是多元入學管道之一」、第 3 題「您認為將體適能納入超額比序，有助於學生體適能提升」、第 4 題「您認為將體適能納入超額比序會使學生更重視自己體能」、第 8 題「您認為將體適能納入超額比序會使家長更重視學生體能」、第 12 題「您認為體適能器材與流程全國應統一化」及第 18 題「您認為體適能表現好有助於提升學習效果」，以上六題平均分數均高於 4 分，屬於較高度同意。

第 10 題「您認為各就學區將體適能納入超額比序作法已臻完善」及第 16 題「您認為將體適能納入超額比序對學生升學後的體適能維持沒有助益」，這兩題分數低於五點量表平均分數 3 分，顯示較不同意該題題幹所述。

第 10 題平均分數只有 2.72 分，顯示國中體育教育工作者認為超額比序作法未臻完善，教育部訂定「多元學習表現

採計原則」供各就學區作為超額比序制定的參考方向，但各就學區在體適能採計上仍各有差異，因此，可能讓國中體育教育工作者產生疑慮，認為目前體適能納入超額比序作法還有改善空間。

第 16 題為反向題，平均分數 2.65 分，表示國中體育教育工作者認為體適能納入超額比序對學生升學後的體適能是有幫助的，研究者曾在「103 年度臺中市十二年國民基本教育國民中學教師教學專業能力研習健體領域 3 堂課 9 小時中 3、中 4 區實體研習」聽到講師說「我反對體適能納入超額比序，把體適能當成升學的工具本身就不合適，而且學生升學後對體適能沒有維持的動機，就像許多體保生進了大學後反而不練習了，為什麼？因為他就是用他體保生的身分當成升學的機會，順利進入大學後無法成為頂尖的選手，那為什麼還要練？」，為此，研究者認為體適能納入超額比序，成績的計算與取得最好要公平、公正且合理，以免斫殺學生學生參與運動的動機。

第 14 題「您認為經由體適能檢測站所測得的體適能成績是客觀公正的」，平均分數 3.88 分，體適能檢測站在檢測學生體適能時，有一定的流程與步驟，所以基本上成績是公正且客觀，但本題所得到的分數卻低於研究者所設想，因此，研究者推論有可能是體育教育工作者對體適能檢測站不熟悉，抑或對其執行檢測時的公正性產生懷疑，若體育教育工作者都有所質疑，則大眾質疑的聲浪必定更高，故，政府相關單位應儘早統一體適能成績來源，並大力推廣體適能檢測站，讓大眾瞭解檢測站之運作，以提升大眾對體適能納入超額比序的支持。

表 4-9 國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的看法分析表

題號	題目	平均數	標準差
1	您認為將體適能納入超額比序是可行的政策	3.93	.86
2	您認同將體適能納入超額比序是多元入學管道之一	4.03	.84
3	您認為將體適能納入超額比序，有助於學生體適能提升	4.12	.94
4	您認為將體適能納入超額比序會使學生更重視自己體能	4.05	.98
5	您認為將體適能納入超額比序會使學生更重視體育課	3.95	1.01
6	您認為將體適能納入超額比序可以提升體育教師教學地位	3.64	1.03
7	您認為將體適能納入超額比序會使學校重視學校體育發展	3.84	.98
8	您認為將體適能納入超額比序會使家長更重視學生體能	4.07	.88
9	您認為將體適能納入超額比序對學生升學是公平的	3.41	1.06
10	您認為各就學區將體適能納入超額比序作法已臻完善	2.72	1.03
11	您認為您服務的地區應該將體適能納入超額比序	3.76	.95
12	您認為體適能器材與流程全國應統一化	4.29	.81
13	您認為每位體育教師所測得的體適能成績是客觀公正的	3.34	1.08
14	您認為經由體適能檢測站所測得的體適能成績是客觀公正的	3.88	.90
15	您認為各校上傳至體適能網站的學生體適能施測成績是公正的	3.31	1.00
16	您認為將體適能納入超額比序對學生升學後的體適能維持沒有助益	2.65	1.10
17	您認為將體適能納入超額比序對弱勢(如身心殘弱、不適合檢測體適能)學生不公平	3.43	1.10
18	您認為體適能表現好有助於提升學習效果	4.20	.78

貳、背景變項分析

一、性別

由 4-10 顯示，不同性別國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的看法未達顯著差異（ $t=-.14$ ， $p>.05$ ）。

表 4-10 不同性別國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的看法差異情形

變項	個數	平均數	標準差	t 值	p 值
女	99	66.59	8.98	-.14	.89
男	148	66.76	9.55		

* $p<.05$ ，t 檢定

二、學校類型

由表 4-11 顯示，不同學校類型國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的整體看法未達顯著差異（ $t=-1.40$ ， $p>.05$ ）。進一步以各題進行分析，如表 4-12 所示，發現第 1 題「您認為將體適能納入超額比序是可行的政策」及第 4 題「您認為將體適能納入超額比序會使學生更重視自己體能」達顯著差異，這兩題差異情形為完全中學高於市立國中。

完全中學國中部在升學管道中多了「直升」的選項，王玉珍（2007）提到，國中學生直升高中，對環境較熟悉，且直升學生能獲得「直升認同」與「學校認同」，在社會支持上，有較多的教師網路資源及直升同學網路資源；蔡雅雅（2008）研究發現，直升的學生，其學業與學習適應有中度正相關，因此研究者推論，完全中學體育教育工作者為鼓勵學生直升，會支持對其有利的升學因素，故，認同體適能納入超額比序，且認為學生為了升學，會更重視自己的體適能表現。

表 4- 11 不同學校類型國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的整體看法差異情形

變項	人數	平均數	標準差	t 值	p 值
市立國中	219	66.40	9.52	-1.40	.17
完全中學	27	69.04	7.057		

* $p < .05$, t 檢定

表 4- 12 不同學校類型國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的看法單因子變異數分析摘要表

題號	題目		平方和	自由度	平均平方和	F	顯著性
1	您認為將體適能納入超額比序是可行的政策	組間	4.04	1	4.04	5.57	.02*
		組內	177.79	245	.73		
		總和	181.83	246			
2	您認同將體適能納入超額比序是多元入學管道之一	組間	1.56	1	1.56	2.24	.14
		組內	170.18	244	.70		
		總和	171.74	245			
3	您認為將體適能納入超額比序，有助於學生體適能提升	組間	1.88	1	1.88	2.15	.14
		組內	214.48	245	.88		
		總和	216.36	246			
4	您認為將體適能納入超額比序會使學生更重視自己體能	組間	4.75	1	4.75	5.00	.03*
		組內	232.67	245	.95		
		總和	237.42	246			
5	您認為將體適能納入超額比序會使學生更重視體育課	組間	.01	1	.01	.01	.93
		組內	248.31	245	1.01		
		總和	248.31	246			
6	您認為將體適能納入超額比序可以提升體育教師教學地位	組間	.93	1	.93	.88	.35
		組內	258.00	245	1.05		
		總和	258.93	246			
7	您認為將體適能納入超額比序會使學校重視學校體育發展	組間	.01	1	.01	.01	.94
		組內	237.52	245	.97		
		總和	237.52	246			

(續 下 頁)

8	您認為將體適能納入 超額比序會使家長更 重視學生體能	組間	.68	1	.68	.87	.35
		組內	190.01	245	.77		
		總和	190.69	246			
9	您認為將體適能納入 超額比序對學生升學 是公平的	組間	.65	1	.65	.58	.45
		組內	277.05	245	1.13		
		總和	277.70	246			
10	您認為各就學區將體 適能納入超額比序作 法已臻完善	組間	.29	1	.29	.27	.60
		組內	261.87	245	1.07		
		總和	262.16	246			
11	您認為您服務的地區 應該將體適能納入超 額比序	組間	.82	1	.82	.92	.34
		組內	220.08	245	.90		
		總和	220.91	246			
12	您認為體適能器材與 流程全國應統一化	組間	.00	1	.00	.00	.95
		組內	162.59	245	.66		
		總和	162.59	246			
13	您認為每位體育教師 所測得的體適能成績 是客觀公正的	組間	2.00	1	2.00	1.73	.19
		組內	283.11	245	1.16		
		總和	285.11	246			
14	您認為經由體適能檢 測站所測得的體適能 成績是客觀公正的	組間	.20	1	.20	.24	.62
		組內	197.40	245	.81		
		總和	197.60	246			
15	您認為各校上傳至體 適能網站的學生體適 能施測成績是公正的	組間	.07	1	.07	.07	.79
		組內	242.54	245	.99		
		總和	242.62	246			
16	您認為將體適能納入 超額比序對學生升學 後的體適能維持沒有 助益	組間	.09	1	.09	.08	.78
		組內	296.26	245	1.21		
		總和	296.36	246			
17	您認為將體適能納入 超額比序對弱勢(如身 心殘弱、不適合檢測體 適能)學生不公平	組間	.10	1	.10	.08	.78
		組內	292.27	245	1.19		
		總和	292.36	246			
18	您認為體適能表現好 有助於提升學習效果	組間	.52	1	.52	.85	.36
		組內	149.36	245	.61		
		總和	149.88	246			

* $p < .05$

三、工作項目

由表 4-13 顯示，不同工作項目國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的看法總分達顯著差異 ($t=3.7$, $p<.05$)，因此，進一步進行 Scheffe's 法事後比較，結果如表 4-14，專任教師對體適能納入超額比序看法顯著差異程度大於兼行政體育教師。

表 4- 13 不同工作項目國中體育教育工作者對體適能納入超額比序看法的總分單因子變異數分析摘要表

	平方和	自由度	平均平方和	F	顯著性
組間	920.32	3	306.77	3.66	.013*
組內	20292.58	242	83.85		
總和	21212.90	245			

* $p<.05$

表 4- 14 不同工作項目國中體育教育工作者對體適能納入超額比序看法總分之事後比較分析摘要表

變項	個數	平均數	標準差	Scheffe's 比較
兼行政	67	63.93	9.68	
兼導師	64	66.25	9.82	
專任教師	91	68.46	8.43	專任教師>兼行政
運動教練	24	68.83	8.42	
總和	246	66.69	9.31	

根據本部份題目，各題進行單因子變異數分析，結果如表 4-15 所示，第 2、3、12、13、15 及 16 題達顯著差異 ($p<.05$)，因此進行事後比較，表 4-16 為不同工作項目國中體育教育工作者對體適能納入超額比序看法之 Scheffe's 比較分析摘要表，各題分析看來，發現第 2 題「您認同將體適能納入超額

比序是多元入學管道之一」與第 3 題「您認為將體適能納入超額比序，有助於學生體適能提升」均達顯著差異，且專任教師大於兼行政體育教師。

「臺中市市立國民中學教師授課節數編排要點」提到，健康與體育專任教師每週授課節數 18-21 堂，導師 13-15 堂，主任、組長及副組長則依學校班級數有 1-10 堂課不等，研究者推測專任教師因為授課時數、任教班級數較多，且主要工作為教學，相對於兼行政體育教師有更多機會可以看到學生體適能的進步，因此，更認同體適能納入超額比序是多元入學管道之一，且有助於學生體適能提升。

第 12 題「您認為體適能器材與流程全國應統一化」達顯著差異，且兼導師體育教師大於兼行政體育教師，兼導師體育教師帶領班級會遇到學生升學問題，與學生朝夕相處，難免希望學生升學得以進入理想學校就讀，對於免試入學超額比序各比序項目自然希望越公平越好，而體適能納入超額比序較被人質疑的是成績的公平性，因此，兼導師體育教師比兼行政體育教師更同意體適能器材與流程全國應統一化。

第 16 題「您認為將體適能納入超額比序對學生升學後的體適能維持沒有助益」亦達顯著差異，且運動教練大於兼導師體育教師與專任教師；運動教練明顯不認同體適能納入超額比序對學生升學後體適能沒有助益，根據蔡忠志、林如瀚（2011）所提，研究者認為運動教練因為指導的學生都是運動技能水準、同質性、練習意願較高之學生，這些學生升學後通常會繼續練其專長項目，因此，運動教練相較體育教師更認同學生升學後體適能能維持一定水準而不致退步。第 13 及 15 題經過事後比較，未達顯著差異。

表 4- 15 不同工作項目國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的看法單因子變異數分析摘要表

題號	題目		平方和	自由度	平均平方和	F	顯著性
1	您認為將體適能納入超額比序是可行的政策	組間	3.57	3	1.19	1.62	.19
		組內	178.26	243	.73		
		總和	181.83	246			
2	您認同將體適能納入超額比序是多元入學管道之一	組間	6.66	3	2.22	3.26	.02*
		組內	165.08	242	.68		
		總和	171.74	245			
3	您認為將體適能納入超額比序，有助於學生體適能提升	組間	8.63	3	2.88	3.37	.02*
		組內	207.73	243	.86		
		總和	216.36	246			
4	您認為將體適能納入超額比序會使學生更重視自己體能	組間	7.02	3	2.34	2.47	.06
		組內	230.40	243	.95		
		總和	237.42	246			
5	您認為將體適能納入超額比序會使學生更重視體育課	組間	5.35	3	1.78	1.78	.15
		組內	242.97	243	1.00		
		總和	248.32	246			
6	您認為將體適能納入超額比序可以提升體育教師教學地位	組間	1.62	3	.54	.51	.68
		組內	257.31	243	1.06		
		總和	258.93	246			
7	您認為將體適能納入超額比序會使學校重視學校體育發展	組間	6.64	3	2.21	2.33	.08
		組內	230.88	243	.95		
		總和	237.52	246			
8	您認為將體適能納入超額比序會使家長更重視學生體能	組間	4.27	3	1.42	1.86	.14
		組內	186.42	243	.77		
		總和	190.69	246			
9	您認為將體適能納入超額比序對學生升學是公平的	組間	1.87	3	.62	.55	.65
		組內	275.84	243	1.14		
		總和	277.70	246			
10	您認為各就學區將體適能納入超額比序作法已臻完善	組間	7.97	3	2.66	2.54	.06
		組內	254.19	243	1.05		
		總和	262.16	246			

(續 下 頁)

11	您認為您服務的地區 應該將體適能納入超 額比序	組間	4.91	3	1.64	1.84	.14
		組內	216.00	243	.89		
		總和	220.91	246			
12	您認為體適能器材與 流程全國應統一化	組間	7.75	3	2.59	4.06	.01*
		組內	154.84	243	.64		
		總和	162.59	246			
13	您認為每位體育教師 所測得的體適能成績 是客觀公正的	組間	10.11	3	3.37	2.98	.03*
		組內	275.00	243	1.13		
		總和	285.11	246			
14	您認為經由體適能檢 測站所測得的體適能 成績是客觀公正的	組間	4.38	3	1.46	1.84	.14
		組內	193.22	243	.80		
		總和	197.60	246			
15	您認為各校上傳至體 適能網站的學生體適 能施測成績是公正的	組間	11.81	3	3.94	4.14	.01*
		組內	230.81	243	.95		
		總和	242.62	246			
16	您認為將體適能納入 超額比序對學生升學 後的體適能維持沒有 助益	組間	16.76	3	5.59	4.85	.01*
		組內	279.60	243	1.15		
		總和	296.36	246			
17	您認為將體適能納入 超額比序對弱勢(如身 心殘弱、不適合檢測體 適能)學生不公平	組間	4.65	3	1.55	1.31	.27
		組內	287.72	243	1.18		
		總和	292.36	246			
18	您認為體適能表現好 有助於提升學習效果	組間	4.49	3	1.50	2.50	.06
		組內	145.39	243	.60		
		總和	149.88	246			

* $p < .05$

表 4-16 不同工作項目國中體育教育工作者對體適能納入超額比序看法之事後比較分析摘要表

題號	題目	工作項目	個數	平均數	標準差	Scheffe's 比較
2	您認同將體適能納入超額比序是多元入學管道之一	兼行政	67	3.82	.82	專任>行政
		兼導師	64	3.95	.92	
		專任教師	91	4.21	.77	
		運動教練	24	4.17	.82	
3	您認為將體適能納入超額比序，有助於學生體適能提升	兼行政	67	3.82	.95	專任>行政
		兼導師	64	4.25	.93	
		專任教師	92	4.25	.85	
		運動教練	24	4.13	1.12	
12	您認為體適能器材與流程全國應統一化	兼行政	67	4.04	.88	導師>行政
		兼導師	64	4.53	.64	
		專任教師	92	4.29	.85	
		運動教練	24	4.29	.75	
13	您認為每位體育教師所測得的體適能成績是客觀公正的	兼行政	67	3.19	1.10	
		兼導師	64	3.14	1.08	
		專任教師	92	3.46	1.06	
		運動教練	24	3.79	.88	
15	您認為各校上傳至體適能網站的學生體適能施測成績是公正的	兼行政	67	3.31	1.02	
		兼導師	64	2.97	.99	
		專任教師	92	3.46	.97	
		運動教練	24	3.63	.82	
16	您認為將體適能納入超額比序對學生升學後的體適能維持沒有助益	兼行政	67	2.69	1.06	教練>導師 教練>專任
		兼導師	64	2.41	1.04	
		專任教師	92	2.60	1.13	
		運動教練	24	3.38	.97	

四、學校規模

表 4-17 顯示不同學校規模國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的看法未達顯著差異 ($t=.35, p>.05$)。

表 4- 17 不同學校規模國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的看法單因子變異數分析摘要表

	平方和	自由度	平均平方和	F	顯著性
組間	61.42	2	30.71	.35	.70
組內	21151.48	243	87.04		
總和	21212.90	245			

* $p < .05$

參、小結

整體而言，國中體育教育工作者對體適能納入超額比序看法抱持正面態度，但第 10 題「您認為各就學區體適能納入超額比序作法已臻完善」低於平均分數 3 分，顯示國中體育教育工作者認為體適能納入超額比序未臻完善，與王金國（2012）之論述結果相同，第 12 題「您認為體適能器材與流程全國應統一化」平均分數 4.29 分與魯筠珍（2013）研究結果相符，各界認為體適能納入超額比序在分數的計算與取得應全國統一化，兼導師體育教師比兼行政體育教師更認為體適能器材與流程全國應統一化，但目前各就學區成績來源不盡相同，未來若能規定成績取得僅能由體適能檢測站發放，必能減少成績不公平之疑慮。

第 1 題「您認為將體適能納入超額比序是可行的政策」與第 4 題「您認為將體適能納入超額比序會使學生更重視自己體能」在不同學校類型達顯著差異，差異結果為完全中學大於市立國中，與賴幸妮（2010）的研究指出，不同學校類型的國中教育人員對免試入學制度沒有顯著差異不符。

專任教師在第 2 題「你認同將體適能納入超額比序是多元入學管道之一」與第 3 題「你認為將體適能納入超額比序，

有助於學生體適能提升」認同程度高於兼行政體育教師，專任教師在授課時數上比兼行政體育教師多，教授的學生也比兼行政體育教師多，有較多機會看到學生體適能進步，因此，較認同體適能納入超額比序且有助於學生體適能提升。

第 16 題「您認為將體適能納入超額比序對學生升學後的體適能維持沒有助益」在不同工作項目體育教育工作者中達顯著差異，差異結果運動教練大於兼導師體育教師，亦大於專任教師，結果與施致平、蔡明河（2011）相似，我國中學生體適能表現隨年齡增加而遞減，運動人口也隨學級增加而遞減，因此，若將體適能當成升學的工具，對學生參加體適能活動的動機有可能削弱，對其升學後體適能表現維持或許沒有助益，此部分需進一步探討。

第四節 體育教育工作者對體適能納入超額比序之 應對策略

本節針對問卷內容的第四部份「教師對體適能納入超額比序之應對策略」進行結果與討論，本部份共有 13 道題目，採李克特（Likerttype）五點量表方式作答，分數越低代表越不同意該題幹敘述，分數越高代表越同意該題幹敘述。

壹、整體分析

由表 4-18 發現，國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的應對策略皆高於平均分數 3 分，且除了第 11 題「您會建議學校課後開放運動器材借用，以供學生運動之用」外，其餘各題都在 3.9 分以上，顯示對體適能納入超額比序是高度同意，而第 11 題相較其他題而言分數較低，研究者推測因為運動器材有遺失的問題，且課後管理方面較為困難，因此

平均數較低，但整體而言支持開放運動器材借用。

表 4- 18 體育教育工作者對體適能納入超額比序的應對策略分析表

題號	題目	平均數	標準差
1	為配合體適能納入超額比序，您會將體適能列為體育教學重要授課內容	3.91	.84
2	您會將體適能融入體育學科測驗，以提升學生體適能認知	4.03	.82
3	為了體適能納入超額比序您會參與相關研習並考取證照（例如體適能指導員、體適能檢測員）	3.98	.79
4	上體育課時，您會特別宣導體適能對學生的重要性	4.34	.64
5	您會針對學生個別狀況開立個別體適能運動處方	3.96	.71
6	對於體適能表現不理想的學生，您會特別協助與指導	4.11	.61
7	對於體適能表現失常之學生，您會給予第二次測驗的機會	4.15	.78
8	您會確實記錄與上傳學生體適能表現之成績	4.51	.61
9	您會針對體適能表現進步之學生給予適當獎勵	4.14	.77
10	您會建議學校課後適度開放場地，以供學生運動之用	4.32	.69
11	您會建議學校課後開放運動器材借用，以供學生運動之用	3.54	1.07
12	您會協助學校辦理各項運動比賽或班際比賽	4.51	.67
13	您願意多花課餘時間陪伴學生從事各項運動	3.99	.90

貳、背景項目分析

一、性別

由表 4-19 顯示不同性別國中體育教育人員對體適能納入超額比序的應對策略未達顯著差異（ $t=-.42$ ， $p>.05$ ）。

表 4- 19 不同性別國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的應對策略差異情形

變項	人數	平均數	標準差	t 值	p 值
女	99	53.30	5.39	-.42	.67
男	148	53.61	5.86		

* $p<.05$ ，t 檢定

二、學校類型

由表發現，不同學校類型國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的應對策略未達顯著差異（ $t=-.57$ ， $p>.05$ ）。

表 4-20 不同學校類型國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的應對策略差異情形

變項	人數	平均數	標準差	t 值	p 值
市立國中	220	53.42	5.81	-.57	.57
完全中學	27	54.07	4.42		

* $p<.05$ ，t 檢定

三、工作項目

由表 4-21 顯示，不同工作項目國中體育教育工作者對體適能納入超額比序應對策略在總分上達顯著差異（ $t=3.80$ ， $p<.05$ ）因此，進行 Scheffe's 法事後比較分析，結果如表 4-22 所示，差異情形專任教師大於兼行政體育教師，顯示專任教師對體適能納入超額比序應對策略同意程度高於兼行政體育教師。

表 4-21 不同工作項目國中體育教育工作者對體適能納入超額比序應對策略的總分單因子變異數分析摘要表

	平方和	自由度	平均平方和	F	顯著性
組間	354.51	3	118.17	3.80	.01*
組內	7551.22	243	31.08		
總和	7905.73	246			

* $p<.05$

表 4-22 不同工作項目國中體育教育工作者對體適能納入超額比序應對策略總分之事後比較分析摘要表

變項	個數	平均數	標準差	Scheffe's 比較
兼行政	67	51.81	6.04	
兼導師	64	53.16	5.68	
專任教師	92	54.58	5.38	專任教師>兼行政
運動教練	24	54.92	4.56	
總和	247	53.49	5.67	

將各小題進行單因子變異數分析，由表 4-23 可以發現第 1、3、4、7 及 8 題達顯著差異 ($p < .05$)，因此進行 Scheffe's 法事後比較，結果如表 4-24 所示，第 1 題「為配合體適能納入超額比序，您會將體適能列為體育教學重要授課內容」與第 7 題「對於體適能表現失常之學生，您會給予第二次測驗的機會」經過事後比較發現未達顯著差異。

第 3 題「為了體適能納入超額比序，您會參與相關研習並考取證照(例如體適能指導員、體適能檢測員)」專任教師大於兼行政體育教師，亦大於兼導師體育教師；第 4 題「上體育課時，您會特別宣導體適能對學生的重要性」專任教師大於兼行政體育教師；第 8 題「您會確實記錄與上傳學生體適能表現之成績」專任教師大於兼行政體育教師。

歐宗明(2011)曾提及體育教師教學的主要目的是展現教育的價值性與目的，且根據不同性質機構的要求，從事教學、指導、評分等工作，因此，研究者推論，專任教師為展現其專業，會有較高的意願參與體適能相關研習，確實記錄與上傳學生體適能成績，並且在課堂上發揮其專業，宣導體適能對學生的重要性。

表 4- 23 不同工作項目國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的應對策略單因子變異數分析摘要表

題號	題目		平方和	自由度	平均平方和	F	顯著性
1	為配合體適能納入超額比序，您會將體適能列為體育教學重要授課內容	組間	6.26	3	2.09	3.04	.03*
		組內	166.96	243	.69		
		總和	173.22	246			
2	您會將體適能融入體育學科測驗，以提升學生體適能認知	組間	2.49	3	.83	1.24	.30
		組內	163.25	243	.67		
		總和	165.74	246			
3	為了體適能納入超額比序您會參與相關研習並考取證照（例如體適能指導員、體適能檢測員）	組間	8.02	3	2.67	4.52	.00*
		組內	143.91	243	.59		
		總和	151.94	246			
4	上體育課時，您會特別宣導體適能對學生的重要性	組間	5.10	3	1.70	4.30	.01*
		組內	96.01	243	.40		
		總和	101.11	246			
5	您會針對學生個別狀況開立個別體適能運動處方	組間	2.75	3	.92	1.84	.14
		組內	120.84	243	.50		
		總和	123.60	246			
6	對於體適能表現不理想的學生，您會特別協助與指導	組間	1.87	3	.63	1.72	.16
		組內	88.17	243	.36		
		總和	90.05	246			
7	對於體適能表現失常之學生，您會給予第二次測驗的機會	組間	4.76	3	1.59	2.66	.05*
		組內	144.70	243	.60		
		總和	149.46	246			
8	您會確實記錄與上傳學生體適能表現之成績	組間	4.11	3	1.37	3.79	.01*
		組內	87.64	243	.36		
		總和	91.74	246			
9	您會針對體適能表現進步之學生給予適當獎勵	組間	.25	3	.08	.14	.94
		組內	143.79	243	.59		
		總和	144.04	246			

(續 下 頁)

10	您會建議學校課後適度開放場地，以供學生運動之用	組間	3.21	3	1.07	2.27	.08
		組內	114.16	243	.47		
		總和	117.37	246			
11	您會建議學校課後開放運動器材借用，以供學生運動之用	組間	1.72	3	.57	.50	.68
		組內	279.67	243	1.15		
		總和	281.39	246			
12	您會協助學校辦理各項運動比賽或班際比賽	組間	1.75	3	.58	1.31	.27
		組內	107.97	243	.44		
		總和	109.73	246			
13	您願意多花課餘時間陪伴學生從事各項運動	組間	3.64	3	1.21	1.50	.21
		組內	196.34	243	.81		
		總和	199.98	246			

* $p < .05$

表 4- 24 不同工作項目國中體育教育工作者對體適能納入超額比序應對策略各題之事後比較分析摘要表

題號	題目	工作項目	個數	平均數	標準差	Scheffe's 比較
1	為配合體適能納入超額比序，您會將體適能列為體育教學重要授課內容	兼行政	67	3.70	.87	
		兼導師	64	3.91	.89	
		專任教師	92	3.99	.82	
		運動教練	24	4.25	.53	
3	為了體適能納入超額比序，您會參與相關研習並考取證照(例如體適能指導員、體適能檢測員)	兼行政	67	3.82	.74	專任 > 行政
		兼導師	64	3.81	.83	專任 > 導師
		專任教師	92	4.20	.76	
		運動教練	24	4.08	.72	
4	上體育課時，您會特別宣導體適能對學生的重要性	兼行政	67	4.10	.70	專任 > 行政
		兼導師	64	4.41	.56	
		專任教師	92	4.41	.61	
		運動教練	24	4.50	.66	

(續下頁)

7	對於體適能表現失常之學生，您會給予第二次測驗的機會	兼行政	67	3.94	.80	
		兼導師	64	4.17	.85	
		專任教師	92	4.23	.68	
		運動教練	24	4.38	.82	
8	您會確實記錄與上傳學生體適能表現之成績	兼行政	67	4.30	.74	專任 > 行政
		兼導師	64	4.55	.53	
		專任教師	92	4.61	.53	
		運動教練	24	4.58	.58	

四、學校規模

表 4-25 顯示不同學校規模國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的應對策略未達顯著差異 ($t=.1.44, p>.05$)。

表 4- 25 不同學校規模國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的應對策略單因子變異數分析摘要表

	平方和	自由度	平均平方和	F	顯著性
組間	92.29	2	46.14	1.44	.24
組內	7813.44	244	32.02		
總和	7905.73	246			

* $p<.05$

進一步以學校規模為自變項，進行各題單因子變異數分析，結果如表 4-26，第 3 題「為了體適能納入超額比序您會參與相關研習並考取證照（例如體適能指導員、體適能檢測員）」及第 13 題「您願意多花課餘時間陪伴學生從事各項運動」達顯著差異，因此，進行 Scheffe's 法事後比較，結果如表 4-27。

根據表 4-27 的結果發現，第 3 題及第 13 題差異情形皆為小規模學校大於大規模學校，且中規模學校亦大於大規模學校。

教師法第 17 條規定教師必須從事與教學有關之研究、進修，以提升教育品質（教師法，2014）；教師的專業能力除了經驗累積外，研習、進修亦是不可或缺，本研究發現中、小規模學校體育教育工作者較願意參與體適能相關研習並考取證照，亦願意多花費課餘時間陪伴學生運動，與陳錦釗、陳玉枝（2006）之研究結果有不同的見解，其研究發現學校班級規模較大（49 班以上）者整體體育專業能力高於中規模學校（25-48 班）。

表 4- 26 不同學校規模國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的應對策略單因子變異數分析摘要表

題號	題目		平方和	自由度	平均平方和	F	顯著性
1	為配合體適能納入超額比序，您會將體適能列為體育教學重要授課內容	組間	.53	2	.26	.37	.69
		組內	172.69	244	.71		
		總和	173.22	246			
2	您會將體適能融入體育學科測驗，以提升學生體適能認知	組間	.28	2	.14	.20	.82
		組內	165.46	244	.68		
		總和	165.74	246			
3	為了體適能納入超額比序您會參與相關研習並考取證照（例如體適能指導員、體適能檢測員）	組間	9.46	2	4.73	8.10	.00*
		組內	142.48	244	.58		
		總和	151.94	246			
4	上體育課時，您會特別宣導體適能對學生的重要性	組間	.30	2	.15	.36	.70
		組內	100.81	244	.41		
		總和	101.11	246			
5	您會針對學生個別狀況開立個別體適能運動處方	組間	.83	2	.42	.83	.44
		組內	122.77	244	.50		
		總和	123.60	246			

（續下頁）

6	對於體適能表現不理 想的學生，您會特別 協助與指導	組間	.07	2	.03	.09	.91
		組內	89.98	244	.37		
		總和	90.049	246			
7	對於體適能表現失常 之學生，您會給予第 二次測驗的機會	組間	1.23	2	.61	1.01	.37
		組內	148.23	244	.61		
		總和	149.46	246			
8	您會確實記錄與上傳 學生體適能表現之成 績	組間	1.13	2	.57	1.53	.22
		組內	90.61	244	.37		
		總和	91.74	246			
9	您會針對體適能表現 進步之學生給予適當 獎勵	組間	1.32	2	.66	1.13	.33
		組內	142.72	244	.59		
		總和	144.04	246			
10	您會建議學校課後適 度開放場地，以供學 生運動之用	組間	.26	2	.13	.27	.77
		組內	117.11	244	.48		
		總和	117.37	246			
11	您會建議學校課後開 放運動器材借用，以 供學生運動之用	組間	2.18	2	1.09	.95	.39
		組內	279.21	244	1.14		
		總和	281.39	246			
12	您會協助學校辦理各 項運動比賽或班際比 賽	組間	2.32	2	1.16	2.63	.07
		組內	107.41	244	.44		
		總和	109.73	246			
13	您願意多花課餘時間 陪伴學生從事各項運 動	組間	10.09	2	5.05	6.48	.00*
		組內	189.89	244	.78		
		總和	199.98	246			

* $p < .05$

表 4- 27 不同學校規模國中體育教育工作者對體適能納入超額比序應對策略各題之事後比較分析摘要表

題號	題目	學校規模	個數	平均數	標準差	Scheffe's 比較
3	為了體適能納入超額比序，您會參與相關研習並考取證照(例如體適能指導員、體適能檢測員)	小	55	4.13	.70	小>大
		中	111	4.12	.67	中>大
		大	81	3.70	.91	
13	您願意多花課餘時間陪伴學生從事各項運動	小	55	4.16	.83	小>大
		中	111	4.12	.88	中>大
		大	81	3.70	.91	

參、小結

國中體育教育工作者整體而言對體適能納入超額比序之應對策略抱持正面態度，本研究發現，國中體育教育工作者對於體適能表現不理想的學生，會特別協助與指導，也願意給予第二次補測驗機會，但對學生開立個別體適能運動處方施行上較為困難，研究結果與陳建廷（2004）提到，理想體適能教育應在完成檢測後，個別為學生開立適當運動處方，但實際上施行卻是較為困難結果相符。

在不同工作項目中，專任教師比兼行政體育教師與兼導師體育教師更願意參加體適能相關研習與考取相關證照，推測因兼行政體育教師與兼導師體育教師在行政與教學有較多雜務，故較無空閒時間與心力充實體適能方面涵養。

在體適能成績方面，第三節題目第 13 題「您認為每位體育教師所測得的體適能成績是客觀公正的」、第 14 題「您認為經由體適能檢測站所測得的體適能成績是客觀公正的」，及第 15 題「您認為各校上傳至體適能網站的學生體適能施測成

績是公正的」與本節第 8 題「您會確實記錄與上傳學生體適能表現之成績」對照來看，第三節三題平均分數分別為 3.34、3.88、3.31，而本節「您會確實記錄與上傳學生體適能表現之成績」平均分數 4.51，由此可發現一個有趣的現象，國中體育教育工作者本身對體適能成績保持客觀且公正的態度，但對於其他體育教育工作者與檢測站所處理的成績則不然；體適能納入超額比序目前最大的爭議在於體適能成績來源與計分方式，若體育教育工作者對自己的「同事」、「長官」上傳的成績都有所質疑，那大眾是否會有同感呢？因此，體適能納入超額比序的成績計算與來源，務必要公正、公平，以免為人詬病。

第五節 開放試題之分析

本節針對問卷之開放問題進行分析，此部份由體育教育工作者自由作答，根據其回答情形，進行結果分析與討論。

壹、您認為影響學生體適能表現退步的主要原因為何？

本題採複選題方式，每位體育教育工作者根據「您認為影響學生體適能表現退步的主要原因為何？」填答，共計 251 位體育教育工作者回答本題，國中體育教育工作者認為影響學生體適能表現退步的主要原因如表 4-28 所示；認為學生因為不喜歡運動導致體適能表現不佳的有 100 位，佔總人數 39.8%；認為坐式生活導致學生體適能表現不佳有 99 位，佔總人數 39.4%；有 91 位認為是 3C 產品盛行，佔總人數 36.3%；排名第 4 及第 5 的原因則為「體育課節數太少」與「同儕影響」，分別為 78 位及 53 位，分佔總人數的 31.1% 及 21.1%。

選擇「其他」原因者有 7 位，1 位未填寫原因，其餘填寫包括：「運動風氣不足」、「學科老師及一般家長不支持」、「沒有納入升學考試，比重要高」、「學習態度不佳」、「國內升學制度不在乎體育表現」與「補習無法空出休閒時間運動」。

本部份結果與李彩樺、方進隆（1998），黃文俊（2000）及黃思維、李勝雄（2012）等研究相符，規律的運動能影響體適能表現，若學生不喜愛運動則很難會有規律運動表現，且現今社會 3C 產品盛行，許多人一得空即拿著手機當起「低頭族」，甚至許多學生為了「打怪」，一整晚待在電腦前緊盯螢幕，這些便利的生活發明反而成為學生體適能表現退步的原因。

體育課節數太少亦是國中體育教育工作者認為影響學生體適能退步的主要原因之一，第八次全國教育會議建議增加中小學體育課時數與運動時間，並鼓勵學校將學生體適能檢測成績納入升學計分，以加強家長及學生強化體適能之動機；教育部體育署亦在 2014 年推動 sh150 方案，方案目標包括「提升體適能：2021 年學生體適能達中等比例者達 60%」、「學生規律運動習慣比例提升至 90%」等，且國民體育法於 2013 年底修正公布第 6 條第 1 項規定除體育課程時數外，每日參與體育活動之時間，每週應達 150 分鐘以上，基於以上，期盼未來教育改革確實結合專家與基層體育教育工作者意見，增加體育課授課節數。

表 4-28 「影響學生體適能表現退步的主要原因為何？」結果分析表

原因	反應值		觀察值百分比	排序
	個數	百分比		
天氣	26	3.0%	10.4%	
坐式生活	99	11.4%	39.4%	2
同儕影響	53	6.1%	21.1%	5
學校沒推廣	29	3.3%	11.6%	
家長不支持	51	5.9%	20.3%	
沒時間運動	38	4.4%	15.1%	
3C 產品盛行	91	10.5%	36.3%	3
不喜歡運動	100	11.5%	39.8%	1
運動場地不足	27	3.1%	10.8%	
體育器材不足	12	1.4%	4.8%	
檢測時的誤差	5	.6%	2.0%	
課業壓力太大	37	4.3%	14.7%	
沒有同伴一起	34	3.9%	13.5%	
體育教師沒要求	23	2.6%	9.2%	
學生本身體能差	45	5.2%	17.9%	
體育課節數太少	78	9.0%	31.1%	4
測驗時敷衍了事	38	4.4%	15.1%	
體適能政策失敗	29	3.3%	11.6%	
體適能認知不足	35	4.0%	13.9%	
班級教師無要求	12	1.4%	4.8%	
其他	7	.8%	2.8%	
總數	869	100.0%	346.2%	

貳、您認為影響學生體適能表現進步的主要原因為何？

體育教育工作者根據「您認為影響學生體適能表現進步的主要原因為何？」填答，有 14 個選項供選擇，共計 251 位體育教育工作者回答本題，國中體育教育工作者認為影響

學生體適能表現進步的主要原因如表 4-29 所示。

國中體育教育工作者認為影響學生體適能進步的主要原因是「學生喜愛運動」者，共 142 位，佔總人數的 56.6%；其次原因為「體育教師要求」，有 101 位，佔總人數 40.2%；第三個原因則為「學校推廣」，有 84 位，佔總人數 33.5%。排名第 4 者為「體適能納入升學條件」，有 82 位，佔總人數 32.7%，而「同儕表現影響」與「學校有規劃相關體適能活動」則並列第 5，填寫人數為 67 位，佔總人數 26.7%。

選擇「其他」的教師有 5 位，除一位教師未填寫原因，其餘教師選擇其他的原因分別為「老師給予讚美」、「看心情」、「學生自我要求」與「教師課後指導」。

本部份研究結果與李政吉（2012），簡城銘（2012），林清玉、王建臺（2012）及黎正評等人（2012）研究符合，學生喜歡運動，對於運動會投入較多時間，相對體適能表現自會提升；學校體育課程的安排與設計，應加入體適能課程與訓練，適度推廣體適能政策，加上體育教育工作者要求，針對體適能表現較不理想之學生，實施運動強化課程或健康體適能課程（蘇晏揚、黃美瑤、周建智，2009），校方及體育教育工作者雙管齊下，則學生體適能必能有所提升。

體育納入升學考試在其他國家如中國大陸、香港及新加坡等已行之有年，且各國考試項目與標準各有不同（李俊杰，2002；洪嘉文，2007；瀏海元，2008；詹正豐、卓俊辰，2010），現今將體適能納入超額比序，期盼提升我國學生體適能表現，此外，對於學校體育發展與體育教育工作者專業亦有助益。

表 4-29「您認為影響學生體適能表現進步的主要原因為何？」
結果分析表

原因	反應值		觀察值百分比	排序
	個數	百分比		
學校推廣	84	10.4%	33.5%	3
家長支持	52	6.5%	20.7%	
學生體能佳	30	3.7%	12.0%	
學生喜愛運動	142	17.6%	56.6%	1
體育教師要求	101	12.5%	40.2%	2
運動場地充足	34	4.2%	13.5%	
運動器材足夠	13	1.6%	5.2%	
同儕表現影響	67	8.3%	26.7%	5
體育課節數充足	58	7.2%	23.1%	
推動體適能政策成功	28	3.5%	11.2%	
體適能納入升學條件	82	10.2%	32.7%	4
體適能認知程度佳	43	5.3%	17.1%	
學校有規劃相關體適能活動	67	8.3%	26.7%	5
其他	5	.6%	2.0%	
總數	806	100.0%	321.1%	

參、您贊成將體適能納入超額比序的原因為何？

國中體育教育工作者回答「您贊成體適能納入超額比序的原因為何？」之情形如表 4-30，「有助於學生健康活動、培養體能與強健體魄」是大多數人勾選的，共 161 人，佔總人數 72.2%；其次為「促進五育均衡發展」，有 155 人，佔總人數 69.5%；而「希望學生、學校及家長更重視體育課程」則有 117 人，佔總人數 52.5%。

勾選「提升體育教師教學地位」者則為 57 個人次，佔總人數 25.6%，相較於其他原因選填人數較少；勾選「其他」

的教師有 1 位，無填寫理由。

此部份研究結果與教育部針對十二年國教超額比序採計體適能之意義相符，十二年國教以多元入學的精神，實踐五育均衡的教育理念，希望體適能納入超額比序成為誘因，引導學生養成規律的運動習慣，建立健康生活型態，並期盼此政策可以減少「萬般皆下品，唯有讀書高」的觀念，讓學生得以多元發展。

表 4-30「您贊成將體適能納入超額比序的原因為何？」結果分析表

原因	反應值		觀察值 百分比	排 序
	個數	百分比		
促進五育均衡發展	155	21.8%	69.5%	2
落實多元入學目標	108	15.2%	48.4%	5
提升體育教師教學地位	57	8.0%	25.6%	6
希望學生、學校及家長更重視體育課程	117	16.5%	52.5%	3
有助於學生健康活動、培養體能與強健體魄	161	22.7%	72.2%	1
提升我國學生體適能表現，增進國家競爭力	111	15.6%	49.8%	4
其他	1	.1%	.4%	7
總數	710	100.0%	318.4%	

肆、您不贊成體適能納入超額的原因為何？

國中體育教育工作者回答「您不贊成體適能納入超額的原因為何？」之情形如表 4-31，國中體育教育工作者不贊成體適能納入超額比序最大原因為「有成績造假的疑慮」，填寫人數為 52 人，佔填寫總人數 63.4%；其次不贊成的原因為「對身體殘弱或不適合施測體適能的學生不公平」，有 43 人選填，佔總人數的 52.4%；選擇「體適能測驗本身誤差（施測工具、人員、氣候等原因）」者有 38 位，佔總人數 46.3%。

填選「其他」的教師有 3 位，1 位未填寫原因，另外 2 位的原因分別為「提升體適能應先落實於體育課之正常實施，及老師自我專業要求上」與「有配套則減少不公平準則」。

自從教育部決定將體適能納入多元學習表現內，成績公平性就一直是最大的爭議點，此部份研究結果與劉海元(2008)研究結果相符，中國大陸的中考，體育課與課餘訓練是學校體育教師負責考核，成績公平性備受爭議；另外，我國體適能納入升學的採計主要看仰臥起坐、立定跳遠、坐姿體前彎與 800/1600 跑走，某些項目對身體殘弱或不適合施測體適能的學生而言不公平，若增加檢測項目，如中國大陸可依教育委員會設定之考試項目，自行選擇跑、跳、擲(洪嘉文,2007)讓學生自由選擇其優勢項目參與考試，或許是解決成績不公平的辦法之一。

表 4-31「您不贊成將體適能納入超額比序的原因為何？」結果分析表

原因	反應值		觀察值 百分比	排 序
	個數	百分比		
有成績造假的疑慮	52	25.1%	63.4%	1
對升學後的體適能維持無助益	18	8.7%	22.0%	6
體適能不適合當成升學的門檻	24	11.6%	29.3%	5
體適能納入超額比序本身配套措施不完善	29	14.0%	35.4%	4
對身體殘弱或不適合施測體適能的學生不公平	43	20.8%	52.4%	2
體適能測驗本身誤差(施測工具、人員、氣候等原因)	38	18.4%	46.3%	3
其他	3	1.4%	3.7%	7
總數	710	100.0%	318.4%	

伍、您認為未來若臺中將體適能納入超額比序，應佔超額比序幾分較合適？

本題為單選題，由體育教育工作者填寫認為最適合的選項，根據體育教育工作者回答情形如表 4-32 所示，填寫本題者有 242 位，分別有 61 位選填體適能若納入超額比序應該佔「7-15 分」與「10-15 分」，各佔總人數 25.2%，其次為「4-6 分」，選填人數有 56 位，佔總人數 23.1%。

由表 4-32 顯示，有近七成五的國中體育教師贊成體適能納入超額比序的分數應佔「4-15 分」，落在目前各就學所採計分數範圍「3-20 分」，由此可推論目前各就學區所採計的體適能分數是被國中體育教育工作者所接受。

表 4-32「您認為未來若臺中將體適能納入超額比序，應佔超額比序幾分較合適？」結果分析表

選項	反應值		觀察值百分比	排序
	個數	百分比		
1-3 分	46	19.0%	19.0%	5
4-6 分	56	23.1%	23.1%	3
7-15 分	61	25.2%	25.2%	1
10-15 分	61	25.2%	25.2%	1
15 分以上	18	7.4%	7.4%	5
總數	242	100.0%	100.0%	

陸、您認為若臺中區將來將體適能納入超額比序，體適能應排在超額比序的第幾項目較合適？

目前臺中市所屬中投區其超額比序順序為志願序、就近入學、扶助弱勢、多元學習表現及教育會考。其中體適能是多元學習表現其中一個項目，故本題是體育教育工作者認為

多元學習表現應排在超額比序的第幾項目較適合。

根據表 4-33，有 94 位體育教育工作者有認為多元學習表現應排在第四項，佔總人數 38.7%，此結果與目前中投區超額比序順序相同，亦將多元學習表現排序在第四位；其次，認為應該將多元學習表現排在超額比序的第三項者，有 48 位，佔總人數 19.8%；有 40 位體育教育工作者則認為多元學習表現應排在超額比序第一項，佔總人數 16.5%；有 39 位體育教育工作者則認為多元學習表現應排在超額比序第五項，佔總人數 16.0%；最後，有 22 位體育教育工作者認為多元學習表現應排在超額比序第二項，佔總人數 9.1%。

各就學區超額比序採計體適能順位如附錄五所示，當總積分相同，需分項比序，高雄區將體適能所屬多元發展項目擺在第一項，花蓮區將多元學習表現積分擺在第二項，桃園區與澎湖區將多元學習擺在第三項，嘉義區、雲林區、台南區則與中投區相同，將多元學習擺在第四項。

屏東區將多元學習表現擺在第五項，宜蘭區與金門區則將體適能列為第六項比序項目，最後是彰化區，將體適能列為第十項比序項目。

由上述發現，高雄區最注重體適能，其體適能採計上限高達 20 分，且將比序順序列為第一位；有五成以上就學區將體適能所屬的多元學習表現列為第三至第五項比序順序，顯示其重視體適能程度略低於高雄區。

表 4-33「您認為若臺中區將來將體適能納入超額比序，體適能應排在超額比序第幾項目較合適？」結果分析表

選項	反應值		觀察值百分比	排序
	個數	百分比		
第一項	40	16.5%	16.5%	3
第二項	22	9.1%	9.1%	5
第三項	48	19.8%	19.8%	2
第四項	94	38.7%	38.7%	1
第五項	39	16.0%	16.0%	4
總數	243	100.0%	100.0%	

柒、對於體適能納入超額比序，若您有任何意見，請填寫於以下空白處

本題屬於自由回答，本問卷回收共 252 份，有 19 位體育教育工作者回答此部份。針對回答，研究者分類為支持體適能納入超額比序、反對體適能納入超額比序與對體適能納入超額比序的建議等三類，歸納與潤飾如下。

一、支持體適能納入超額比序

- (一) 對學生基本體能有幫助，是可行的政策。
- (二) 用此政策促進體能。

二、反對體適能納入超額比序

- (一) 體育教師地位與專業應在課堂上發揮，非藉由體適能展現，備課確實、篤行班級經營，多元教學亦可提升學生體適能，並使學生、導師及家長對體育課即自由活動課程改觀。
- (二) 體適能的檢測成績易有造假的疑慮。
- (三) 若沒有完善配套措施，對於身障者或不適合檢測

體適能的學生不公平。

- (四) 體育教師對學生施測體適能標準不一，很容易引起家長詬病。

三、建議

- (一) 可藉由多舉辦比賽，引導學生主動參與，投入比賽即加分。
- (二) 體適能成績採用門檻及獎章方式並行，達標準即有基本分數，若表現良好則另外加分。
- (三) 增設全國體適能檢測站數量，並採行檢測站成績為主，減少各校成績上傳「造假」的疑慮。
- (四) 全國體育教育工作者或體適能檢測人員參加相關考照及研習，建立明確檢測模式，並確立量表成績，降低因人為或器材，以及施測主觀性誤差，造成施測結果公信度受質疑。
- (五) 參考其他已將體適能納入超額比序的就學區，去蕪存菁加以修正後再行實施。

根據 Moore (1997) 指出，個體對於負面行為的記憶比正面行為的記憶還要深刻，而且有較高的意願回答問題，因此本部份體育教育工作者的回答應該是可接受且合理。綜合上述，體適能納入超額比序國中體育教師應該是樂見其成，但政策實施前須先參考其他就學區的實施成果，無法參加體適能檢測的學生須有妥善的配套措施，檢測的流程、器材必須一致，並建立量表成績，以減少體適能分數「造假」的疑慮。

第五章 研究發現與建議

本研究主要探討臺中市國中體育教育工作者對十二年國教超額比序的認知、看法、因應策略及具體建議，研究目的有以下三點：一、瞭解臺中市國中體育教育工作者對體適能納入超額比序的瞭解程度；二、探討臺中市國中體育教育工作者面對體適能納入超額比序的見解與作法；三、藉由臺中市體育教育工作者的觀點對體適能納入超額比序提出建議。最後經由資料分析與討論後，提出研究發現與建議。

第一節 研究發現

本節針對資料分析後，根據研究目的，根據歸納後如下說明。

- 壹、針對體育教育工作者對體適能納入超額比序的認知進行分析，結果發現臺中市國中體育教育工作者在不同工作項目變項達顯著差異，其他變項則未達顯著差異。
- 貳、針對體育教育工作者對體適能納入超額比序的看法進行分析，結果發現臺中市國中體育教育工作者在不同學校類型、工作項目變項達顯著差異，其他變項則未達顯著差異。
- 參、針對體育教育工作者對體適能納入超額比序之應對策略進行分析，結果發現臺中市國中體育教育工作者在不同工作項目、學校規模變項達顯著差異，其他變項則未達顯著差異。
- 肆、國中體育教育工作者認為學生不喜歡運動、坐式生活與3C產品盛行是體適能表現退步的主要原因；認為學生喜

愛運動、體育教師要求與學校推廣會使學生體適能表現進步。

- 伍、國中體育教育工作者主要基於「體適能有助於學生健康活動、培養體能與強健體魄」、「五育均衡發展」與「希望學生、學校及家長更重視體育課程」因而贊成體適能納入超額比序；反對將體適能納入超額比序的主要原因為「成績有造假的疑慮」、「對身體殘弱或不適合施測體適能的學生不公平」與「體適能測驗本身誤差」等原因。
- 陸、若未來中投區將體適能納入超額比序，有七成五國中體育教育工作者認為體適能分數應佔「4-15」分，且比序項目應放在第四項。

第二節 建議

根據本研究之結果及結論，加上開放試題，歸納國中體育教育工作提供之建議，研究者針對教育行政機關、學校與國中體育教育工作者及未來研究方向提出以下建議，提供未來研究之參考。

壹、教育行政機關

- 一、大規模學校因為體育教育工作者人數較多，所以若採派任制參加研習，會有體育教育工作者「逃過一劫」，因此，可將相關研習列為學校評鑑指標，要求所有體育教育工作者參與。
- 二、統一訂定體適能成績採計辦法、成績來源與檢測器材和流程，廣設體適能檢測站，並要求體適能檢測人員需考取相關證照，以減少大眾對體適能的疑慮。
- 三、對於身體殘弱或較不適合檢測體適能項目的學生，考慮

增設術科考試項目，如球類、田賽等，讓學生則其優勢項目檢測，減少不公平。

四、未來中投區若將體適能納入超額比序，建議採計分數為「4-15」分，並將多元學習表現放在比序項目第四項。

貳、學校

一、確實宣導十二年國教學生升學辦法，尤其針對專任教師與運動教練，加強教師對十二年國教各項配套措施的瞭解。

二、鼓勵與要求學校體育教育工作者，尤其是兼行政體育教師與兼導師體育教師，參與體適能相關研習與考照，提升體育教育工作者對體適能檢測的公正性。

三、多舉辦體育競賽或推行課間操活動，善用體適能護照，並鼓勵學生參與，減少學生坐式生活型態。

四、向家長宣導控制孩子使用3C產品切勿過度，國民健康署建議2歲以上孩童每日接觸螢幕不超過1-2小時。

參、體育教育工作者

一、體育教育工作者以身作則，善用本身專業權威，鼓勵與適度要求學生利用空閒時間從事運動，教學上「求新求變」，使學生喜歡運動則體適能表現必提升。

二、體育教育工作者必須主動瞭解十二年國教政策，參與相關知能研習，「不在其位，亦要謀其知」，避免與政府、學校推行的政策產生脫節。

三、目前政府尚未統一體適能成績來源，體適能成績由學校提供者，體育教育工作者須秉持專業倫理守則，確實記錄與上傳體適能成績，並讓學生確認成績是否有誤，以減少登錄的錯誤發生。

肆、未來研究方向

- 一、本研究僅以臺中市國中體育教育工作者為研究對象，未來可擴展研究對象至整個中投區，甚至全國，以做為體適能納入超額比序的基層教育工作者意見。
- 二、本研究對象限定公立學校國中體育教育工作者，未來可納入私立學校體育教育工作者，使研究更為完善。

參考文獻

- American college of sports medicine (2007). *ACSM's health-related physical fitness assessment manual*. Baltimore : Lippincott Williams & Wilkins.
- DeVellis R. F. (1998). *Scale Development: Theory and Applications*. CA: Sage.
- Lis Adamsen, Julie Midtgaard, Mikael Rorth, Niels Borregaard, Christina Andersen, Morten Quist, Tom Moller, Morten Zacho, Jan K. Madsen, & Lasse Knutsen.(2003). Support Care Cancer. [Adobe Digital Editions version]. doi:10.1007/s00520-003-0504-2.
- Moore, D. S. (1997). *Statistics: Concepts and controversies*. New York, W. H. Freeman and Company, Inc.
- The U.S. Department of Health and Human Services (2014). HealthyPeople.gov[Online forum comment]. Retrieved from <http://www.healthypeople.gov/2020/>
- TVBS 新聞(2012)。12 年國教要比序，國中生暑假補「體育」。上網日期：2012 年 7 月 19 日，
<http://tw.news.yahoo.com/%E7%8D%A8%E5%AE%B6-12%E5%B9%B4%E5%9C%8B%E6%95%99%E8%A6%81%E6%AF%94%E5%BA%8F-%E5%9C%8B%E4%B8%AD%E7%94%9F%E6%9A%91%E5%81%87%E8%A3%9C-%E9%AB%94%E8%82%B2-111801456.html>
- 方進隆 (1992)。規律運動與健康促進和疾病預防。中華體育

- 季刊，5(4)，1-7。
- 方進隆(1995)。體適能與全人健康。中華體育季刊，9(2)，62-69。
- 王玉珍(2007)。國中直升高中學生的生活適應探究：阻礙與因應。教育心理學報，39(2)，195-216，doi：
<http://dx.doi.org/10.6251/BEP.20070426>。
- 王金國(2012)。十二年國教之超額比序爭議、影響與解決。臺灣教育評論月刊，1(11)，51-52。
- 王漢忠(2005)。營造學生動態生活優質環境。臺北市：中華民國體育學會。
- 甘乃文、祁崇溥、張清泉、林永華、李政吉(2010)。運動強化課程介入對大一新生體適能之影響。運動研究，19(1)，48-62，doi：[http://dx.doi.org/10.6167/JSR/2010.19\(1\)5](http://dx.doi.org/10.6167/JSR/2010.19(1)5)
- 自由時報(2012)。12年國教比序，體適能取消。上網日期：2014年6月11日，
<http://news.ltn.com.tw/news/local/paper/605731>
- 自由時報(2013)。體適能不納入超額比序，教師訝異。上網日期：2014年6月11日，
<http://news.ltn.com.tw/news/local/paper/667024>
- 呂二寶(2012)。家長與學生對十二年國教免試升學超額比序辦法中校內競賽公平疑慮及學校因應辦法。未出版之碩士論文，國立臺南大學，臺南市。
- 李宗、甘偉強(2011)。體育教師暑期學校2010。香港：香港教育學院。
- 李俊杰(2002)。中國大陸初中畢業生升學體育考試之探討。人文社會學報，1，181-188。

- 李彩樺、方進隆(1998)。國中學生身體活動量與體適能相關因素研究，*體育學報*，25，139-148。
- 李政吉(2010)。目標設定對大學生體適能及健康概念之影響。未出版之碩士論文，臺北市立體育學院，臺北市。
- 沈建國、黃榮松(2001)。國小學生生活動空間大小與健康體適能之探討，*體育學報*，31，81-90。
- 卓俊辰(2000)。體適能教學的重要架構與內涵。*高中教育*，13，12-19。
- 卓俊辰(2001)。大學生的健康體適能。臺北市：華泰。
- 周祝瑛(2009)。邁向十二年國民基本教育-由繁化簡的高中、職免試入學方案。*教育資料集刊*，42，25-42。
- 林正常、鄭景峰、吳柏翰(譯)(2007)。基礎全人健康與體適能。臺北市：藝軒。
- 林清玉、王建臺(2012)。十週運動課程介入對國小學童健康體適能之影響。*長榮運動休閒學刊*，6，42-50。
- 林貴福、盧淑雲(2008)。運動保健與體適能。臺北市：冠學文化。
- 姚承義、林嘉志、徐焯輝(2008)。運動體適能「333」與強度的探討。*中華體育季刊*，22(1)，19-25。
- 施致平、李俞麟、羅晨澂、謝靜瑜(2012)。世代分析：教育部體適能政策推展績效之追蹤評估。*教育科學研究期刊*，57(3)，59-87。
- 施致平、蔡明河(2011)。體適能政策推展現況與檢測成效分析。*中華體育季刊*，25(4)，718-729。
- 洪仁進、簡成熙、徐振邦、朱盈潔(1999)。我國升學機制及升學競爭之簡介。*教育研究資訊*，7(6)，1-20。

- 洪嘉文 (2000)。提升學生體適能之有效政策與未來作法。中華體育，14 (1)，91-100。
- 洪嘉文 (2007)。體適能納入考試計分之可行性評估。中華體育季刊，21 (1)，39-50。
- 高素貞 (2000)。體適能護照介入對國中生運動狀況與體適能之影響。未出版之碩士論文，國立臺灣師範大學，臺北市。
- 國民體育法，民國 102 年 12 月 11 日修訂，全國法規資料庫，取自：
<http://law.moj.gov.tw/Law/LawSearchResult.aspx?p=A&t=A1A2E1F1&k1=%E5%9C%8B%E6%B0%91%E9%AB%94%E8%82%B2%E6%B3%95>
- 張世沛、陳榮章、施國森、駱俊霖 (2011)。不同身體質量指數大學生體適能表現差異比較。臺南應用科大學報，30，141-152。
- 黃文俊 (2000)。坐式生活型態在兒童健康體適能之比較分析研究。體育學報，28，339-348。
- 黃思維、李勝雄 (2012)。體適能研究現況探討。屏東教大體育，15，34-45。
- 黃廣銘 (2005)。澎湖縣國中生運動參與現況、運動認知與體適能之研究。未出版之碩士論文，輔仁大學，新北市。
- 梁雅賀、孫玉中 (2014)。十二年國民基本教育的隱憂與前瞻。臺灣教育評論月刊，3 (2)，96-100。
- 教育部 (2005)。94 學年度國中生體適能檢測與護照實施績效之調查研究。臺北市：作者。
- 教育部 (2007)。快活計畫 (2007 年 7 月 20 日)。取自：

<http://epaper.edu.tw/files%5Ctopical%5C%E5%BF%AB%E6%B4%BB%E8%A8%88%E7%95%AB%E5%AE%8C%E6%95%B4%E7%89%88.doc>

教育部 (2012a)。高中高職免試入學作業要點訂定及報備查原則。取自：

http://www.wlsh.tyc.edu.tw/ezfiles/2/1002/attach/58/pta_5956_4186331_31801.pdf

教育部 (2012b)。十二年國民基本教育宣導手冊。臺北市：教育部。

教育部 (2012c)。十二年國民基本教育網站。取自：

<http://140.111.34.179/index.php>

教育部 (2012d)。教育部體適能網站。取自：

<http://www.fitness.org.tw/>

教育部 (2012e)。體育及健康教育資訊網。取自：

<http://140.122.72.62/index>

教育部 (2014)。SH150 方案。取自：

http://www.sa.gov.tw/wSite/ct?xItem=10817&ctNode=691&mp=11&idPath=214_267

教師法，民國 103 年 06 月 18 日修訂，全國法規資料庫，取自：

<http://law.moj.gov.tw/Law/LawSearchResult.aspx?p=A&t=A1A2E1F1&k1=%E6%95%99%E5%B8%AB%E6%B3%95>

許振明 (2006)。臺灣地區地方政府推動提升學生體適能實施績效之研究。《體育學報》，39 (4)，103-118。

陳全壽、劉宗翰、張振崗 (2004)。我國體適能政策指標之建議。《運動生理暨體能學報》，1，1-11。

- 陳建廷(2004)。從體適能檢測至落實提升學生體適能的具體實例。中華體育，18(2)，122-128。
- 陳記隆(2013)。兼行政職國中教師工作壓力與因應策略之探討-以臺中市豐原區為例。未出版之碩士論文，南華大學，嘉義縣。
- 陳逸政(2011)。淡江大學學生運動參與情形及體適能現況調查之研究。淡江體育，14，25-37。
- 陳錦釗、陳玉枝(2006)。不同學校規模國小健康與體育學習領域教師專業能力之研究：以高雄市為例。大專體育學術專刊，95，159-164。
- 曾世豐(2013)。推動正常化的新思維-以表演藝術為例。臺灣教育評論月刊，2(11)，92-95。
- 詹正豐、卓俊辰(2010)。體適能成績納入高中職申請入學特別條件加分之調查研究。體育學報，43(3)，1-16。
- 詹惟鈞(2013)。十二年國教淺評。臺灣教育評論月刊，2(8)，56-58。
- 董國安(2009)。提升學生體適能-學校體育教學之因應措施。學校體育，115(19)，120-127。
- 趙筱瓏(2012)。十二年國教-請按「讚」。中等教育，63(4)，152-154。
- 廉雅婷(2012)。國民中學教師與學生對十二年國教政策之認知與態度。未出版之碩士論文，高雄大學，高雄市。
- 臺中市政府教育局(2014)。臺中市十二年國民基本教育資訊網。取自：<http://sites.tc.edu.tw/tc12explain/home>
- 臺中都會新聞(2012)。12年國教中投區，入學超額比序項目確定。上網日期：2014年6月11日，

- <http://www.tbc.net.tw/p43-news-detail.php?nsn=24876>
臺灣立報 (2012)。免試超額比序，基北區 3 市達初步共識。
上網日期：2014 年 6 月 11 日，
http://enews.tp.edu.tw/paper_show.aspx?EDM=EPS20120406092517YNQ
- 歐宗明 (2008)。Teaching 與 Coaching 概念內涵比較。南大體育學報，3，1-20。
- 黎正評、傅國田、向薇潔、葉為谷 (2012)。不同運動訓練對國小學童體適能影響之探討-以新竹市立虎林國民小學為例。休閒保健期刊，8，73-82。
- 蔡仁政(2014)。十二年教免試入學超額比序項目適切性評估。臺灣教育評論月刊，3 (1)，63-69。
- 蔡忠志、林如瀚 (2011)。專任運動教練的處境。中華體育季刊，25 (2)，364-371。
- 蔡雅雅 (2008)。完全中學直升入學與登記分發入學學生學業成就與學習適應之研究-以新竹市立成德高中為例。未出版之碩士論文，國立新竹教育大學，新竹市。
- 魯筠珍 (2013)。臺灣地區十二年國教體適能列入超額比序之現況研究。未出版之碩士論文，國立臺灣師範大學，臺北市。
- 劉海元 (2008)。我國初中畢業升學體育考試制度實施現況分析。體育學刊，15 (9)，8-14。
- 劉影梅(2008)。健康體位計畫推動之回顧與展望。學校體育，108 (18)，37-41。
- 賴幸妮 (2010)。國中教育人員對擴大高中職及五專免試入學實施方案意見之研究。未出版之碩士論文，國立暨南大

學，南投縣。

簡城銘（2012）。肥胖症候群之運動處方-以屏山四年級國小為例。屏東教大體育，15，110-115。

蘇晏揚、黃美瑤、周建智（2009）。健康體適能活動課程介入對大學生健康體適能認知與水準之差異。大專體育學術專刊，98，116-121。

附件一：專家效度學者名單

專家姓名	服務單位	專長領域
陳 OO 博士	臺灣體育運動大學	教師專業成長、教師反省、反省性教學
吳 OO 博士	臺灣體育運動大學	健康體適能、運動生物力學、運動器材設計與研發、人體動作分析
張 OO 老師	長億高中	教師專業發展評鑑、健康與體育

附件二：專家效度委員意見修正表

原題目內容	修正後題目
年齡：____歲	老師的年齡與主題無關，故刪除
工作項目： <input type="checkbox"/> 兼行政 <input type="checkbox"/> 兼導師 <input type="checkbox"/> 專任	工作項目： <input type="checkbox"/> 兼行政 <input type="checkbox"/> 兼導師 <input type="checkbox"/> 專任 <input type="checkbox"/> 運動教練
學校規模： <input type="checkbox"/> 12班以下 <input type="checkbox"/> 13班~48班 <input type="checkbox"/> 49班~60班 <input type="checkbox"/> 61班以上	學校規模(國中部份)： <input type="checkbox"/> 36班(含)以下 <input type="checkbox"/> 37班~60班 <input type="checkbox"/> 61班以上
您認為將體適能納入超額比序是多元入學管道之一。	您 <u>認同</u> 將體適能納入超額比序是多元入學管道之一。
您認為各就學區現有之體適能納入超額比序作法已臻完善。	您認為各就學區 <u>將</u> 體適能納入超額比序作法已臻完善。
您認為現在將體適能納入超額比序是好時機。	建議刪除
您認為全國應將體適能施測器材與流程統一。	您認為體適能器材與流程全國應 <u>統一</u> 化。
您認為體適能表現好有助於學習效果提升。	您認為體適能表現好有助於 <u>提升學習</u> 效果。
比起運動技能，您更重視學生體適能表現。	<u>相較</u> 運動技能，您更重視學生體適能表現。
為配合體適能納入超額比序，您會將體適能列為體育教學重要內容。	為配合體適能納入超額比序，您會將體適能列為體育教學重要 <u>授課</u> 內容。
對於體適能表現不理想之學生，您會特別協助與教導。	對於體適能表現不理想之學生，您會特別協助與 <u>指導</u> 。

附件三：預試問卷

臺中市國中體育教師對十二年國教超額比序納入體適能的認知與具體作法

各位教育界的先進：

您好，這份問卷是用以瞭解臺中市國中體育教師對十二年國教免試入學中，體適能納入超額比序的認知與因應。每道題目均無對錯，請根據與您最相符的答案選填。此問卷結果乃為研究之用，不須填入姓名，無洩漏個資之疑慮，內容絕對保密，請放心作答。謝謝您的協助。敬祝

教安

國立臺灣體育運動大學 體育研究所
指導教授 陳春蓮 博士
研究生 林舒詠 致敬
中華民國 103 年 3 月

第一部份：基本資料

性別：男 女

服務年資：____年(含代理年資)

服務學校類型：市立國民中學 完全中學 其他(如實驗學校、附設國中部)

工作項目：兼行政 兼導師 專任 運動教練

學校規模：36 班(含)以下 37 班~60 班 61 班以上

第二部分：教師對十二年國教免試入學，體適能納入超額比序的認知

(勾選說明：非常同意指 100%，同意指 75%，沒意見指 50%，不同意指 25%，非常不同意指 0%)

- | | 非
常
不
同
意 | 不
同
意 | 沒
意
見 | 同
意 | 非
常
同
意 |
|----------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1 您瞭解十二年國民基本教育將自 103 年 8 月起全面實施。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2 您瞭解您服務學校所屬的就學區。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3 您瞭解十二年國教將國中升學簡化為免試入學與特色招生。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4 您瞭解超額比序的內涵。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5 您瞭解體適能納入超額比序的目的。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6 您認為將體適能納入超額比序是可行的政策。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7 您認為將體適能納入超額比序是多元入學管道之一。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

- | | | | | | | |
|----|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 8 | 您瞭解體適能納入超額比序的計分方式。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9 | 您認為將體適能納入超額比序對學生升學是公平的。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10 | 您認為將體適能納入超額比序，有助於學生體適能提升。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11 | 您認為將體適能納入超額比序會使學生更重視自己體能。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12 | 您認為將體適能納入超額比序會使學生更重視體育課。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13 | 您認為將體適能納入超額比序可以提升體育教師教學地位。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14 | 您認為將體適能納入超額比序會使學校重視學校體育發展。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15 | 您認為將體適能納入超額比序會使家長更重視學生體能。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 16 | 您認為各就學區將體適能納入超額比序作法已臻完善。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 17 | 您認為您服務的地區應該將體適能納入超額比序。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 18 | 您認為體適能器材與流程全國應統一化。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 19 | 您認為每位體育教師所測得的體適能成績是客觀公正的。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 20 | 您認為經由體適能檢測站所測得的體適能成績是客觀公正的。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 21 | 您認為各校上傳至體適能網站的學生體適能施測成績是公正的。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 22 | 您認為將體適能納入超額比序對學生升學後的體適能維持沒有助益。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 23 | 您認為將體適能納入超額比序對弱勢(如身心殘弱、不適合檢測體適能)學生不公平。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 24 | 您認為體適能表現好有助於提升學習效果。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

第三部分：教師對體適能納入超額比序之應對策略

- | | | | | | | |
|---|----------------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| | | 非 | 不 | 沒 | 同 | 非 |
| | | 常 | 同 | 意 | 意 | 常 |
| | | 不 | 意 | 見 | | 同 |
| | | 同 | | | | 意 |
| | | 意 | | | | |
| 1 | 相較運動技能，您更重視學生體適能表現。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2 | 如果體適能納入超額比序，您會更重視學生體適能表現。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3 | 為配合體適能納入超額比序，您會將體適能列為體育教學重要授課內容。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4 | 您會引導學生養成規律運動習慣。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5 | 上體育課時，您會特別宣導體適能對學生的重要性。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

- 6 為了體適能納入超額比序，您會參與相關研習並考取證照(例如體適能指導員、體適能檢測員)。
- 7 您認為體適能是學生的生活習慣，與體育教師無關。
- 8 您會針對學生個別狀況開立個別體適能運動處方。
- 9 您願意多花課餘時間陪伴學生從事各項運動。
- 10 對於體適能表現不理想之學生，您會特別協助與指導。
- 11 對於體適能表現失常之學生，您會給予第二次測驗的機會。
- 12 您會確實記錄與上傳學生體適能表現之成績。
- 13 您會針對體適能表現進步之學生給予適當獎勵。
- 14 您會建議學校課後適度開放場地，以供學生運動之用。
- 15 您會建議學校課後開放運動器材借用，以供學生運動之用。
- 16 您會協助學校辦理各項運動比賽或班際比賽。
- 17 您會將體適能融入體育學科測驗，以提升學生體適能認知。

第四部份：開放試題

- 1 您認為影響學生體適能表現退步的主要原因為何(請勾選您認為最重要的 3 個)?
- 天氣 坐式生活 同儕影響 學校沒推廣
- 家長不支持 沒時間運動 3C 產品盛行 不喜歡運動
- 運動場地不足 運動器材不足 檢測時的誤差 課業壓力太大
- 沒有同伴一起 體育教師沒要求 學生本身體能差 體育課節數太少
- 檢測時敷衍了事 體適能政策失敗 體適能認知不足 班級教師無要求
- 其他_____
- 2 您認為影響學生體適能表現進步的主要原因為何(請勾選您認為最重要的 3 個)?
- 學校推廣 家長支持 學生體能佳 學生喜愛運動
- 體育教師要求 運動場地充足 運動器材足夠 同儕表現影響
- 體育課節數充足 推動體適能政策成功 體適能納入升學條件 體適能認知程度佳
- 學校有規劃相關體適能活動 其他_____

3 您贊成將體適能納入超額比序的原因為何(請勾選您認為最重要的，不贊成者免填)？

- 促進五育均衡發展
- 落實多元入學目標
- 提升體育教師教學地位
- 希望學生、學校及家長更重視體育課程
- 有助於學生健康活動、培養體能與強健體魄
- 提升我國學生體適能表現，增進國家競爭力
- 其他_____

4 您不贊成體適能納入超額比序的原因為何(請勾選您認為最重要的，贊成者免填)？

- 有成績造假的疑慮
- 對升學後的體適能維持無助益
- 體適能不適合當成升學的門檻
- 體適能納入超額比序本身配套措施不完善
- 對身體殘弱或不適合施測體適能的學生不公平
- 體適能測驗本身誤差(施測工具、人員、氣候等原因)
- 其他_____

5 您認為若臺中將來體適能如納入超額比序，應佔超額比序幾分較合適？

- 1-3 分
- 4-6 分
- 7-10 分
- 10-15 分
- 15 分以上

6 您認為若臺中區將來將體適能納入超額比序，體適能應排在超額比序的第幾項目較合適

(目前超額比序採志願序、就近入學、弱勢扶助、多元學習表現、教育會考 5 項)？

- 第一項
- 第二項
- 第三項
- 第四項
- 第五項
- 其他_____

7 對於體適能納入超額比序，若您有任何意見，請填寫於以下空白處。

※本問卷到此為止，感謝您提供的寶貴意見，請再次檢查是否遺漏唷。謝謝。

附件四：正式問卷

臺中市國中體育教師對十二年國教超額比序納入體適能的認知與具體作法

各位教育界的先進：

您好，這份問卷是用以瞭解臺中市國中體育教師對十二年國教免試入學中，體適能納入超額比序的認知與因應。每道題目均無對錯，請根據與您最相符的答案選填。此問卷結果乃為研究之用，不須填入姓名，無洩漏個資之疑慮，內容絕對保密，請放心作答。謝謝您的協助。敬祝

教安

國立臺灣體育運動大學 體育研究所

指導教授 陳春蓮 博士

研究生 林舒詠 致敬

中華民國 103 年 4 月

第一部份：基本資料

性別：男 女

服務年資：____年(含代理年資)

服務學校類型：市立國民中學 完全中學 其他(如實驗學校、附設國中部)

工作項目：兼行政 兼導師 專任 運動教練

學校規模(國中部分)：36 班(含)以下 37 班~60 班 61 班以上

第二部分：教師對十二年國教免試入學與體適能納入超額比序的認知

- | | 不同意 | 同意 |
|----------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1 您瞭解十二年國民基本教育將自 103 年 8 月起全面實施。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2 您瞭解您服務學校所屬的就學區。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3 您瞭解十二年國教將國中升學簡化為免試入學與特色招生。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4 您瞭解超額比序的內涵。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5 您瞭解體適能納入超額比序的目的。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6 您瞭解體適能納入超額比序的計分方式。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

第三部分：教師對十二年國教免試入學，體適能納入超額比序的看法

(勾選說明：非常同意指 100%，同意指 75%，沒意見指 50%，不同意指 25%，非常不同意指 0%)

- | | 非
常
不
同
意 | 不
同
意 | 沒
意
見 | 同
意 | 非
常
同
意 |
|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1 您認為將體適能納入超額比序是可行的政策。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2 您認同將體適能納入超額比序是多元入學管道之一。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3 您認為將體適能納入超額比序，有助於學生體適能提升。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4 您認為將體適能納入超額比序會使學生更重視自己體能。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5 您認為將體適能納入超額比序會使學生更重視體育課。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6 您認為將體適能納入超額比序可以提升體育教師教學地位。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 7 您認為將體適能納入超額比序會使學校重視學校體育發展。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 8 您認為將體適能納入超額比序會使家長更重視學生體能。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 9 您認為將體適能納入超額比序對學生升學是公平的。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 10 您認為各就學區將體適能納入超額比序作法已臻完善。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 11 您認為您服務的地區應該將體適能納入超額比序。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 12 您認為體適能器材與流程全國應統一化。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 13 您認為每位體育教師所測得的體適能成績是客觀公正的。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 14 您認為經由體適能檢測站所測得的體適能成績是客觀公正的。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 15 您認為各校上傳至體適能網站的學生體適能施測成績是公正的。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 16 您認為將體適能納入超額比序對學生升學後的體適能維持沒有助益。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 17 您認為將體適能納入超額比序對弱勢(如身心殘弱、不適合檢測體適能)學生不公平。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 18 您認為體適能表現好有助於提升學習效果。 | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

背面尚有試題

第四部分：教師對體適能納入超額比序之應對策略

		非 常 不 同 意	不 同 意	沒 意 見	同 意	非 常 同 意
1	為配合體適能納入超額比序，您會將體適能列為體育教學重要授課內容。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	您會將體適能融入體育學科測驗，以提升學生體適能認知。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	為了體適能納入超額比序，您會參與相關研習並考取證照(例如體適能指導員、體適能檢測員)。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	上體育課時，您會特別宣導體適能對學生的重要性。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	您會針對學生個別狀況開立個別體適能運動處方。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	對於體適能表現不理想之學生，您會特別協助與指導。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	對於體適能表現失常之學生，您會給予第二次測驗的機會。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	您會確實記錄與上傳學生體適能表現之成績。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9	您會針對體適能表現進步之學生給予適當獎勵。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10	您會建議學校課後適度開放場地，以供學生運動之用。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11	您會建議學校課後開放運動器材借用，以供學生運動之用。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12	您會協助學校辦理各項運動比賽或班際比賽。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13	您願意多花課餘時間陪伴學生從事各項運動。	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

第五部份：開放試題

- 1 您認為影響學生體適能表現退步的主要原因為何(請勾選您認為最重要的 3 個)?
- | | | | |
|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 天氣 | <input type="checkbox"/> 坐式生活 | <input type="checkbox"/> 同儕影響 | <input type="checkbox"/> 學校沒推廣 |
| <input type="checkbox"/> 家長不支持 | <input type="checkbox"/> 沒時間運動 | <input type="checkbox"/> 3C 產品盛行 | <input type="checkbox"/> 不喜歡運動 |
| <input type="checkbox"/> 運動場地不足 | <input type="checkbox"/> 運動器材不足 | <input type="checkbox"/> 檢測時的誤差 | <input type="checkbox"/> 課業壓力太大 |
| <input type="checkbox"/> 沒有同伴一起 | <input type="checkbox"/> 體育教師沒要求 | <input type="checkbox"/> 學生本身體能差 | <input type="checkbox"/> 體育課節數太少 |
| <input type="checkbox"/> 檢測時敷衍了事 | <input type="checkbox"/> 體適能政策失敗 | <input type="checkbox"/> 體適能認知不足 | <input type="checkbox"/> 班級教師無要求 |
| <input type="checkbox"/> 其他_____ | | | |

附件五：採計體適能就學區比序表

就學區	體適能排序	比序順序
桃園區	3	<p>一、當總積分完全相同且名額不足分配時以低收入戶學生為優先，其餘依比序項目（適性輔導、多元學習表現、教育會考）分別比序。</p> <p>二、如有同分，再依序比「志願序」、教育會考之（國文、數學、英語、社會、自然）各單科分數。</p> <p>三、倘再同分時，再依序比國中教育會考之（國文、數學、英語、社會、自然）各單科成績標示（A++>A+>A>B++>B+>B>C）。</p>
高雄區	1	<p>一、以多元發展項目總積分（以 40 分為上限）、志願序積分及國中教育會考成績總積分三項之總和為總積分，優先進行比序。</p> <p>二、總積分同分時，依多元發展項目總積分、志願序積分、國中教育會考成績總積分之順序進行比序。</p> <p>三、前目比序後仍同分時，依國中教育會考成績總標示進行比序。</p> <p>四、前目比序後仍同分時，依國中教育會考成績各科分數、國中教育會考各科標示之優先順序進行比序。</p> <p>五、國中教育會考各科分數比序之優先順序為國文、數學、英語、社會、自然、寫作測驗科目。</p> <p>六、(六)國中教育會考各科標示比序之優先順序為國文、數學、英語、社會、自然科目。</p>
嘉義區	4	<p>一、總積分→志願序→均衡學習→適性輔導→多元學習表現→特殊加分→國中教育會考表現。</p> <p>二、若逐項依序比較後分數仍相同，以第四項多元學習表現下各細項（品德表現→服務學習→體適能→競賽成績→英語能力檢定）再依序比較。</p> <p>三、依比序項目第四項「多元學習表現」項下各細項依序比較後分數仍相同時，依教育會考三等級四標示標準原則，換算成數值後，採總和比較。</p>
彰化區	10	<p>一、當總積分相同時，則以比序項目進行逐項比較，依序為：寫作測驗→志願序→就近入學→經濟弱勢→均衡學習→服務學習→生活教育→競賽表現→獎勵紀錄→體適能→教育會考總積分→國文科標示→英語科標示→數學科標示→社會科標示→自然科標示。</p> <p>二、其中志願序部分，係比較其志願序而非志願序之積分。如選填為第一志願者與選填為第二志願者，雖積分同為 10 分，但選填為第一志願者優先錄取。</p>

雲林區	4	<p>一、總積分→扶助弱勢→就近入學→品德服務→多元學習表現→教育會考。</p> <p>二、如仍相同分數，進行國中教育會考成績標示之比序(A++、A+、A、B++、B+、B、C)，三等級加標示比序後，仍有超額問題時，由本區 103 學年度該招生學校報府核准後增額錄取。</p>
台南區	4	<p>一、當各校報名人數超過招生名額時，依下列同分比序順序依序比較之：(1)總積分(2)志願序(3)生涯發展規劃建議(4)國中教育會考總積分(5)體適能(6)均衡學習(7)社團參與(8)幹部任期(9)獎勵紀錄(10)服務學習(11)競賽成績(12)會考加註標示。</p>
屏東區	5	<p>一、總積分相同時，依超額比序項目依序逐項比較：畢業資格→自願序→經濟弱勢→均衡學習→多元學習表現→適性發展→教育會考。</p> <p>二、逐項比較後，會考總積分仍相同時，進行會考成績逐科比序(比序順序為國→英→數→社→自)(A>B>C)，逐科比序後仍同分者，進行會考成績逐科成績標示(比序順序為國→英→數→社→自)(A++、A+、A、B++、B+、B、C)比序。</p>
花蓮區	2	<p>一、總積分相同時，依超額比序項目依序逐項比較。</p> <p>二、總積分→適性輔導積分→多元學習表現積分→扶助弱勢積分→教育會考總積分→寫作測驗級分→積分(國→數→英→社→自)→會考成績加標示(國→數→英→社→自)。</p> <p>三、若經以上比序仍超額，全部增額錄取。</p>
宜蘭區	6	<p>一、超額時先比較比序項目，比序項目依序如下總積分→畢業資格→均衡學習→品德表現→服務表現→競賽表現→體適能→適性發展→就近入學→低收入戶→中低收入戶→國中教育會考總級分→(寫作→國→英→數→社→自)→國中教育會考成績標示(就國中教育會考之國文、英語、數學、社會、自然各單科依序按成績標示(A++>A+>A>B++>B+>B>C)為順序)。</p> <p>二、若經以上比序仍超額，全部增額錄取。</p>
澎湖區	3	<p>一、按超額比序項目積分進行加總，依學生之總積分進行比序。</p> <p>二、志願序→品德服務→績優表現(均衡學習、競賽成績、體適能)→國中教育會考成績→各科目換算積分之總分：國文、數學、英語、社會、自然、寫作測驗等科目→依教育會考成績標示(A++、A+、B++、B+)→低收入戶、中低收入戶之順序</p> <p>三、若順序比序仍相同，則外加增額錄取。</p>
金門區	6	<p>一、學生超額時先比較比序項目總積分。</p> <p>二、同分時再依序比較各項目積分：畢業資格→均衡學習→品德表現→服務表現→競賽績優表現→體適能→適性輔導→就近入學→低收入戶→國中教育會考總積分→國→數→英→社→自→寫作測驗→國中教育會考成績標示(國、數、英、社、自)各單科成績標示(A++>A+>A>B++>B+>B>C)。</p> <p>三、惟教育會考成績不得是唯一或第一之比序項目順序。</p>

※本表由研究者整理自各就學區免試入學簡章，體適能排序指總積分相同後，體適能位於超額比序的第幾順位。