

# 第壹章 緒論

## 第一節 研究背景

隨著社會型態的改變與經濟快速成長及 e 世代的來臨，臺灣社會產生急劇性的變化，且其變化幅度之大與速度之快，出于人們所料想。更由於工業化、資訊化的結果和人民所得增多，由於自民國九十年開始實施週休二日，國人閒暇時間增多，工作已不再是生活的全部，相對的，愈來愈多人想透過休閒運動的參與來紓解工作的壓力，提升健康體適能，體會休閒運動的樂趣，並且了解自我及週遭人們與環境互動的關係，因此休閒運動已然已成為二十一世紀人類生活中不可或缺的一部分。

根據陳思倫等人（民 85）的研究指出，人們每天的休閒時間（leisure time）扣除工作、用餐與睡眠外將達到每天時數的三分之一，亦即等於八小時。其次，根據行政院主計處（民 89）針對十五歲以上國人自由時間的活動調查發現：一般民眾休閒內容偏向看電視、閱讀書報等靜態休閒為主。從此可看出國人對於閒暇時間的利用尚停留在未實施週休二日時代。

## 第二節 研究動機

教育為立國之本，國民小學教育更是各級教育的基礎，國民小學教師是國民基礎教育實際推動者。由此可知，國民小學教師所扮演的角色與責任之所在，他們不僅要達成教學目標，而且影響到社會的發展（李國華，民 82）。

國小教師是基層教育工作者，而偏遠地區的國小教師處在比一般地區教師更需身兼父母職，因為偏遠地區國小，常常出現隔代教養或單親家庭，無形中增加工作負擔，教師的言行舉止，更是學生的模仿

對象，教師如果從事良好的休閒活動，其「身教」必可直接或間接地影響學生，使學生養成良好休閒運動觀念。所以了解偏遠地區國小教師在參與休閒運動的情形，為本研究動機之一。而對於國內有關「休閒運動」的研究，這十幾年來頗為可觀，但大多以大專院校學生或教職員為研究對象，至於針對國小教師，尤其是偏遠地區教師參與休閒運動之研究較為缺乏。研究者目前在國小基層服務；因此，更進一步比較偏遠地區教師不同背景其在休閒運動參與動機的差異為本研究動機之二。

### 第三節 研究目的

基於以上研究動機，本研究將以屏東縣偏遠地區國小為研究區域，並提出以下研究目的：

- 一、瞭解屏東縣偏遠地區國小參與休閒運動現況的特徵並比較不同背景變項教師休閒運動參與的差異。
- 二、瞭解屏東縣偏遠地區國小參與休閒運動的動機並比較不同背景變項教師休閒運動參與動機的差異。
- 三、研究結果題供主管教育相關作為施政參考。

### 第四節 研究問題

根據研究目的，本研究所要探討的問題如下：

- 一、受試者休閒運動參與現況特徵及差異情形為何？
- 二、受試者休閒運動參與動機有何特徵及差異情形為何？

### 第五節 研究假設

根據研究目的與研究問題，本研究驗證的虛無假設如下：

- 一、受試者不同人口背景變項，在休閒運動參與現況無顯著差異。  
假設 1-1: 不同人口背景變項，在休閒運動參與次數無顯著差異

假設 1-2：不同人口背景變項，年齡在休閒運動參與時數無顯著差異。

假設 1-3：不同人口背景變項，職稱在休閒運動參與時段無顯著差異。

二、受試者不同人口背景變項，在休閒運動參與動機無顯著差異。

假設 2-1：性別在休閒運動參與動機無顯著差異。

假設 2-2：年齡在休閒運動參與動機無顯著差異。

假設 2-3：教育程度在休閒運動參與動機無顯著差異。

假設 2-4：職業屬性在休閒運動參與動機無顯著差異。

假設 2-5：家庭狀況在休閒運動參與動機無顯著差異。

假設 2-6：每月平均所得在休閒運動參與動機無顯著差異。

假設 2-7：每月平均休閒花費在休閒運動參與動機無顯著差異。

## 第六節 研究範圍與限制

本研究以「屏東縣偏遠地區國小教師休閒運動現況調查研究」為主題，其主要範圍與限制如下：因限於時間、人力及物力等因素，普查對象僅限於屏東縣偏遠地區教師，乃因為屏東縣偏遠地區學校數，佔全縣高達六分之一比例（二十八校），教師數 345 位且研究者也曾任職偏遠地區國小服務。

## 第七節 名詞操作性定義

### 一、偏遠地區

偏遠地區學校乃由屏東縣教育主管機依照學校所在地區，地理條件人文等因素而定。其範圍，包括離島及本島。與一般地區不同之處為：班級數在六班或以下居多、全校學生數百人以下、教師流動性大、隔代教養及單親家庭學生比例高。

### 二、國小教師

指屏東縣縣內合格教師包括現任校長、主任、級任及科任教師(含三個月以上代課教師)。

### 三、休閒運動

本研究所稱休閒運動是指「除生理需求、家事、學校工作等日常必須例行行事之外，可自由支配的時間中所從事的各項身體性活動，也就是在自由意識下所從事的體能性活動」。

### 四、休閒運動參與動機

本研究乃指閒暇時間引起個體參與休閒意念、發自個人的內在驅力，並促使他所有的行動過程，也就是依據自己的自由意識選擇，親自參加不同項目與性質休閒運動的驅力。內容涵蓋四個構面「知性追求」、「社會需求」、「健康與適能」、「成就性需求」。

## 第貳章 文獻探討

本研究旨在了解屏東縣偏遠地區國小教師從事休閒運動的參與現況、參與動機。在文獻的探討與陳述擬分為：第一節休閒、休閒活動的意義；第二節休閒運動的意義與功能；第三節休閒運動參與現況之相關文獻以及第四節休閒運動參與與動機等相關文獻加以探討，以作為本研究的理論的基礎。

### 第一節 休閒、休閒活動的意義

#### 一、休閒的定義

由於休閒本身的複雜性，對休閒的定義，事實上，很難找出一個客觀的標準，大都是從不同的角度與立場來下定義。而不同的學者從不同的時間、地點、社會文化背景、研究領域……等觀點，對休閒的看法皆有不同，以下是多位學者對休閒的看法：休閒（leisure）是源自拉丁文 *licere*，意為被允許（to be permitted）有無拘無束或擺脫工作所獲得自由之意（許義雄，民 69；曾誰芬，民 77；薛銘卿，民 82）。是滿足生活以及維持生活之外，可以自由裁量運用時間（Brightbill, 1960；Clawson & Knetsch, 1966；Brockman & Merriam, 1973；Kraus, 1984）。是指「為了自己的緣故而選擇的活動」（Kelly, 1982）。古羅馬哲人西賽羅曾說：「人在休閒的時候最不休閒」。可見自古以來休閒並不是指無所事事，綜合以上觀點，所謂休閒並非「什麼事都不做」。它是一種積極的存在，亦即利用「心閒」與「身閒」之時所從事某些自己喜好而無目標導向的活動（李國華，民 82）。

#### 二、休閒活動的定義（recreation）

英文 recreation 來自於法文 *recreation*；而法文的 *recreation* 則源於拉丁文的 *creare* 為消滅，*recrear* 為生病復原。*recreation* 之字根 *creo*

為建造 製造 捏造為造。recreo則為再造,並具有工作自我娛樂( amuse -oneself ) 之意。

由於領域的不同對休閒活動的看法相對也不同,如江良規於1968年曾引用 Bucher 之定義:個人除工作時間以外所參加的活動統稱「休閒活動」。此種活動意指個人志願選擇,某些活動乃受自我發動機驅使的結果。以其從參加中獲得滿足的經驗,它必須是閒暇時間的、有趣的、志願的、建設性的,生存以外的活動。

「recreation」係個人、家庭與社會所提供種種足以解除疲勞、恢復體力的再造活動。」閻振興、高明(1984年):休閒活動係指放假休息沒事做。Kelly(1990):「recreation 係個人的復原,社會的團結為目的,所組成自願性的非工作性的活動。以個人的立場而言,凡透過活動與協會之參與,環境之鑑賞、提供個人在造之機會者皆為「creation」陳金樹(民80):休閒活動顧名思義是空閒時間所從事的活動,是解決工作之餘的活動,是工商社會應運而生的新產物。綜合以上專家學者的論點,休閒活動:是工作餘暇從事自願性、建設性娛樂性不受控制的活動,且這些活動可解除身心疲勞,恢復體力的活動皆可稱為休閒活動。

### 三、休閒活動的功能

每個人對休閒活動功能的觀點是決定於休閒態度及參與之重要因素,對於休閒功能持高度肯定者,其參與程度愈高(黃嘉宗,民75;何福田 蔡培村,民79)。而休閒運動之功能在現帶社會日漸受到世人的重視,實因為透過休閒運動可以得到許多有益身心的好處,經專家學者研究其功能不勝枚舉,茲列舉如下:辛晚教(民79)認為正當的休閒活動有助於身心和諧發展、社會秩序與倫理的建立以及維護社會秩序與安定,更促進經濟成長、強化醫療效果等功能。林

宏恩（民 86）研究指出，人類參與休閒活動的心理原因有：享受大自然、促進體能、降低緊張、遠離塵囂、消除生理疲勞、獲得成就感、滿足人際、冒險需求、紓解舊懷情懷等因素。從以上文獻研究，說明休閒活動具有儲力復原與再造的意義，並且具有自由、自主、有意身心健康、充滿樂趣、非謀生的特質。且具備了使人身心均衡發展，提供人體活動的機會，保持體格健美，鬆弛精神、調劑生活促進人際關係協調，化解行政對立，使人喜愛工作場所，提升工作效率的功能。

從上所述，皆指向休閒活動的正功能，但倘若誤用休閒時間或錯誤的選擇休閒活動，則可導致負面的功能，休閒的善用與誤用，往往造成不同的結果。休閒可昇華人類的心靈，也可腐蝕人類的身心；可提高工作效率，也可降低工作效果；可放縱自我導致犯罪，也可帶來持續的快樂（李國華，民 82；何福田、蔡培村，民 79）。綜合以上的文獻發現，大都數的學者都認為休閒具有正面的功能與意義，但由於不同的領域所持的觀點不同，進而提出許多不同的休閒利益因素，而這些因素經由高俊雄（民 84）的整理與歸納分為，均衡生活體驗（包括：紓解生活壓力、豐富生活體驗、調節精神情緒）、健全生活的內涵（包括：維持健康體適能、啟發心思智慧、增進家庭親子關係、促進社會交友關係、關懷生活環境品質）、提升生命品質（包括：欣賞創造真善美、肯定自我能力、實踐自我理想）三個理想如圖 2-1，就整體而言這三個因素，是比較完整的假設性模式（hypothetical model）。

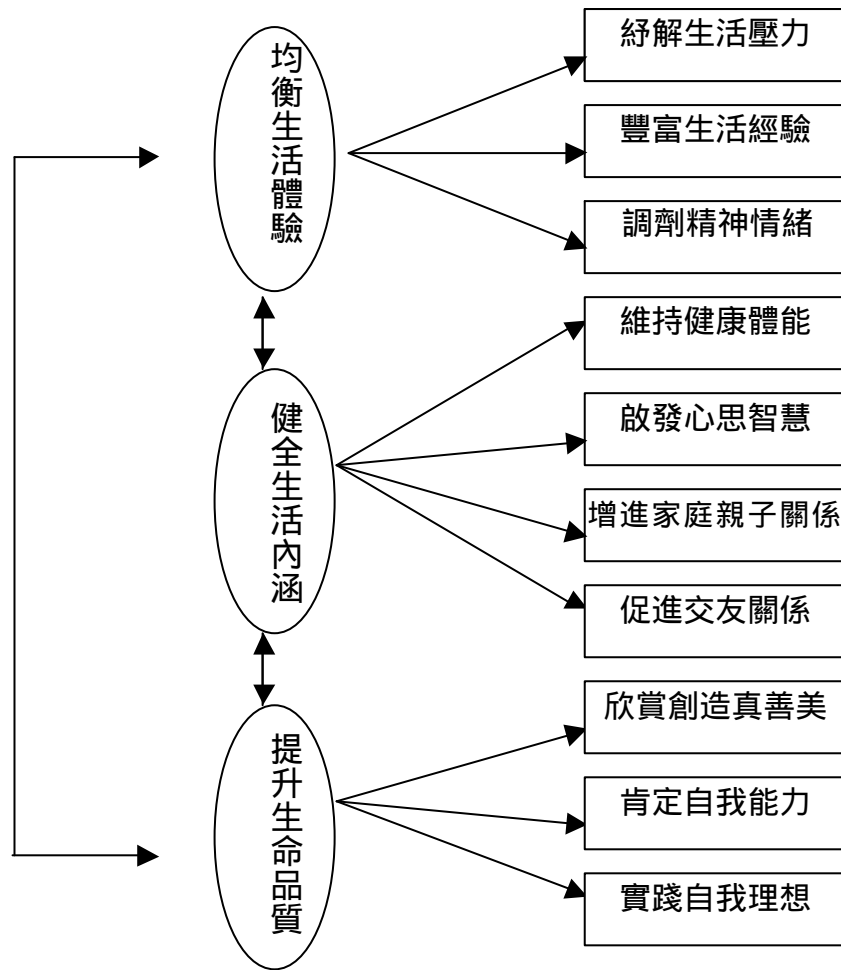


圖 2-1 休閒利益三因素模式

資料來源：高俊雄（民 84）。休閒利益三因素模式。《戶外遊憩研究》，8（1），15-28。

## 第二節 休閒運動的意義與功能

休閒運動（recreational sport）一辭，近十年來在體育與運動學術領域中逐漸被認同與使用，「休閒運動」亦慢慢的從「運動」與「休閒」範疇中脫離出來，開創另一片新地（李明榮等，民 87）。

休閒運動和身體活動並不是等義辭，事實上，身體活動是泛指因骨骼和肌肉的作用，導致身體移動及能量消耗的結果；而運動則是一種有計畫、有組織且重複性的體能活動，其主要目的是促進或保持適能（Caspersen，1985）。

休閒運動在活動性質與時間應用上，為休閒領域中極其重要的一

部分，惟活動係透過動態體能性的方式來進行，有別於社交性、藝術性、音樂性等靜態性的休閒活動。英文的運動「sport」再字義上解釋，含有「散心」與「休息」之意，由原來工作崗位把心移到其他的地方（陳定雄，民 79）。

休閒運動對個體的心理與生理上均有實質上的功能，人體的本能為活動而設計，愈活動其功能愈好，不像機器因為常使用而迅速磨損，且若不從事相當程度的活動，個人將無法維持良好的健康（Wilson 1991）。根據美國衛生及服務部門（U.S. Department of Health and Human Services，1996）歸納所有運動與健康方面的研究顯示，規律運動可以促進心肺耐力、預防心血管疾病、高血壓、肥胖症等的發生。在心理方面則有助於降低憂鬱、增進幸福及提升生活品質。對國家社會乃至於家庭個人來講，由於運動減少疾病、降低體適能退化速度。進而減少醫療支出，減輕社會成本。以下是休閒運動與健康的功能相關研究（表 2-1）。

表 2-1 運動休閒與健康的相關研究

年代	研究者	研究對象	研究結果
民 81	吳貴利	80 學年度聯合工專學生，男 108 名、女 103 名	1.規律運動者在瞬發力（垂直跳）方面優於未規律運動者。 2.女性規律運動者在腹肌耐力上優於未規律運動者。
民 82	楊亮梅	臺北市公私立機關行號員工及社區運動團體的女性 110 名，年齡在 40-49 歲	1.有運動習慣者其心肺適能高於無運動習慣者。 2.高身體活動組之高密度脂蛋白濃度高於活動量低者。
民 84	張彩秀	臺北縣 40 歲以上 986 人	1.從事規律運動者在適能的表現較佳。 2.從事規律運動者主觀健康狀態較佳
民 85	蔡美月	臺北市某活動中心 60 歲以上老人	自覺罹患心血管疾病的的可能性愈高者採取規律性運動的可能性愈高。
民 85	鄭綺	美國伊利諾州一家教學醫院心臟復健中心 33 位病人	病人經過十二週有氧運動訓練後，其最大攝氧量、生活品質及憂鬱症狀有顯著改善。
1976	Copper	1971-1974	體能愈佳者，其安靜時的心跳率、膽固醇、三甘油酯、血糖及收縮壓愈低。
1992	Fentem	收集許多相關的流行病學、臨床醫學和生理學方面的研究	1.規律運動可有效保持身體健康，負重運動可預防骨質疏鬆症。 2.習慣性運動與降低冠狀動脈血管疾病間有因果關係。
1979	Kannel	1909 名男性、2311 名女性	男性的心血管疾病及心臟病的死亡率與活動量成正比。
1981	Roman	30 名女性高血壓患者	1.運動強度的增加有助於最大攝氧的增加。 2.運動可以降低心血管疾病的危險
1992	ISSP	國際回顧相關文獻運動心理學會	1.運動的過程會帶來短期及長期心理健康的提升與維持。 2.透過運動可以增進活力、淨化心靈，協助人們在無心理專家治療下，可調適心理諸多障礙。
1986	Paffenbarger	對哈佛校友做十年的健康追蹤	1.閒暇時間內從事任何強度身體活動者，其心臟血管疾病的罹患率或致死率較靜態活動者低。 2.每天閒暇活動能量消耗在二千大卡以上者，罹患心臟血管疾病的比率是無運動者的一半

( 後續 )

續表 2-1 運動休閒與健康的相關研究

年代	研究者	研究對象	研究結果
1989	Rudy	65 歲以上老人	有規律運動者其自覺運動利益、自覺健康狀態較無規律運動者佳，自覺罹患並可能性較低。
1985	Taylor	回顧許多有關運動與心理健康文獻	1.運動可以減少部分輕中度沮喪及焦慮的症狀。 2. 運動可以增加自信心及社會技巧 3.運動可以改變對壓力的反應。
1994	Weyerer	收集許多運動與心理健康文獻	規律運動無論是對健康者或心理障礙者而言，皆可達到放鬆心情、改善自我概念、自我形象及減低憂鬱與焦慮等功能。

資料來源：鍾志強（民 89）。大學生休閒運動行為及其相關因素研究（頁 10）。臺南：復文書局。

### 第三節 休閒運動參與現況

休閒運動雖非現代產物，但休閒運動卻成為現代人追求幸福、健康人生，不可或缺的一項重要因素（沈易利，民 87）。尤其現代人過著「坐臥式」的生活（林貴福、盧淑雲，民 87），及工作職場上的壓力，必須靠休閒運動來紓解，種種緊繃的生活。而根據美國身體健康危險因子調查定義，運動量每週少於三次，每次少逾 20 分鐘，是屬於缺乏運動者。而我國行政院衛生署則建議每週至少有三次休閒運動，每次至少 20 分鐘以上。

茲將有關休閒運動參與的研究國內外文獻整理如下：

表 2-2 休閒運動參與狀況的相關研究

年代	研究者	研究對象	研究結果
民 83	衛生署	成功國宅民眾	每週有規律運動者僅 26.6%
民 83	張彩秀 姜逸群	臺北縣 40 歲以上居民	只有 36%的居民從事規律運動。
民 84	劉翠薇	專科學生	有 98.8%學生參與運動習慣，但達到符合規律運動者僅有 29.9%。
民 84	李蘭等人	臺灣區成人	約有 41%受訪者從不運動。
民 85	高俊雄	臺灣地區居民	經常性參加運動休閒人口比例占 18%。
民 85	潘美玉	公司上班白領階級男性	1.僅 26.4%有規律運動習慣。 2.無規律運動者有 34%每次運動不到 20 分鐘，45%一週運動不到一次。
民 86	牛玉珍	大學教師	僅有 30.8%的大學教師有規律運動。
民 86	吳慧玲	醫院護理人員	1.護理人員有規律運動習慣者僅 14%。 2.同時一個月運動頻率不到一次者達 27.6%。
民 88	許哲彰	國小教師	有運動習慣的國小教師是 31.5%
民 88	朱嘉華	國小教師	有運動習慣的國小教師是 21.6%
民 89	主計處	臺灣區 15 歲以上國人	男子有 78%、女子有 75%是屬於缺乏適當運動者。
1986	Holcomb Mullen	全美護理助產人員	有實行規律運動休閒者占 48%
1989	Blair	美國一般民眾	有 45%美國民眾從事休閒運動習慣。
1994	Robiso Rofers	綜合相關文獻	即使運動訓練參與者知道持續運動對健康的好處，仍有近 50%的人在計畫開始六個月內放棄執行

資料來源：本研究參考各文獻整理

從以上國內外專家學者的研究發現比較，國內不同年齡層及職業屬性者，參與休閒活動的參與頻率皆未達到衛生署所訂「成人規律運動人口比率達 40%」的標準，與美國衛生與人類服務部規劃西元 2000 年能達到六歲以上人口至少有 60%的比例，每週從事三次至少 20 分鐘中強度身體活動相差甚遠。

#### 第四節 休閒運動參與動機相關文獻

「動機」是指引起個體活動，維持已引起的活動，並導使該活動朝向某一目標進行的一種內在歷程（張春興，民 76）。動機是一種意識、一種驅力。人的行為在正常情況下都有他的動機，激勵他去從事某項活動（許樹淵，民 89）。也就是說人參與任何活動，「動機」扮演著參加與否的重要因素。而休閒運動是個人所自願選擇的活動，乃是受自我動機驅使的結果。休閒運動的參與動機會隨著時間、空間、環境而改變，也可能因人因地而異。針對休閒運動動機國內外有許多的研究：

根據交通部觀光局（民 80）調查國人休閒活動主要目的為增廣見聞、紓解工作壓力、健身與增進家庭情趣等。陳顯宗（民 81）在針對大專學生參與合球運動動機因素調查分析發現：榮譽心、師資品質、平易性、滿足運動需求、逃避學習、學習技能、文雅運動、好奇與交友及享樂等因素。陳鏡清、陳金樹（民 82）以臺北市政府一級機關公務員為對象，調查臺北市政府一級機關公務員從事動態休閒活動之動機上發現：同意程度最高的為「健全身心」，「知性追求」次之，再來為「增進家庭情趣」、「肯定自我」、最不同意的動機為「社交經驗」。李國華（民 82）針對臺灣地區國小教師休閒活動狀況調查研究發現，國小教師參與休閒活動目的為：1.紓解工作壓力、平衡身心；2.鍛鍊身體、增進體能；3.學習心技能；4.增進人際關係。陳文長（民 84）以國內 35 所公私立大學為對象，調查大學生參與休閒運動動機因素為：健康適能、心理需求、社會需求、刺激避免及知識需求等。張志銘（民 85）針對 168 名中學學生參與田徑競賽動機調查因素為：田徑競賽特質、社會地位、技術發展、人際關係、親密關係、升學課業壓力、團隊氣氛、他人期待、體適能等。黃文祥（民 87）在探討

足球選手參與足球動機發現：足球選手參與足球運動動機因素為：紓解壓力、健康適能、知識獲得、樂趣因素友誼發展、展現技巧與職業發展等。林彰榜（民 90）以明道中學為日間部學生對象調查課後參加休閒運動動機因素為：運動特質、人際關係與活力四放、興奮與挑戰、親密關係、體適能、技術發展等。而國內學者盧俊宏（民 83 年）將近代運動心理學家研究從事運動參與動機因素彙整如表 2-3。

表 2-3 一群學者對運動參與的動機研究結果一覽表

作者	研究對象	人數	性別	動機
Alderman 與 Wood (1976)	青少年曲棍球選手	425	男	親合（友誼的需求）、追求卓越的需求、興奮的需求、成功的需求、自主等需求。
Artus	14-21 歲休閒性和競爭性選手	1625	男、女	補償心理、內在的樂趣、成就、親合健康等需求。
Bielefeld (1979)	學生	418	男、女	成就、自覺性、健康、舒洩、親合等需求。
Bloss (1971)	學生	160	男、女	享樂、快樂、體適能、補償心理健康、親合等需求。
Brakhane 與 Fischhold (1981)	長跑選手	21	男	活動的需求、感覺自己身體體能成就的需求、親合、補償心理、運動後的放鬆感等需求
Van Dellen 與 Crum (1975)	休閒運動者	158	男	內在的樂趣、健康、體適能等需求。
Gabler (1971)	頂尖游泳選手 (12-26 歲)	154	男、女	對游泳的內在樂趣、競賽、社會交往需求、展示自己技術、健康需求
Hahman (1971)	學生	986	男、女	健康、內在樂趣、成就、補償心理、等需求。
Manders (1980)	休閒競技的選手	2000	男、女	娛樂、放鬆、健康、社交性成就需求
Robertson (1981)	兒童	2261	男、女	內在報酬、成就需求。
Sabath (1971)	學生	218	男	內在樂趣、健康、體適能等需求。

資料來源：盧俊宏（民 83）：運動心理學（頁 293）。臺北：師大書苑。

由以上專家學者對休閒運動參與動機研究探討發現，不同的年齡、職業、運動選手、一般民眾對於參與運動動機呈現多元化。綜合以上專家學者對休閒運動參與動機本研究將其歸內為：知性追求、健康與適能、社會需求以及成就性需求等四個構面。

## 第參章 研究方法與步驟

本文章根據研究目的並參考相關文獻，透過問卷調查法的方式，了解屏東縣偏地區國小教師的休閒運動參與現況及參與動機。主要目的在說明研究架構首先提出本研究架構，並依序為說明研究對象、實施日期、研究工具、實施程序、資料整理及統計方法等，共分五節敘述於後。

### 第一節 研究架構

依據研究目的與文獻探討結果，發展成以下之研究架構圖：

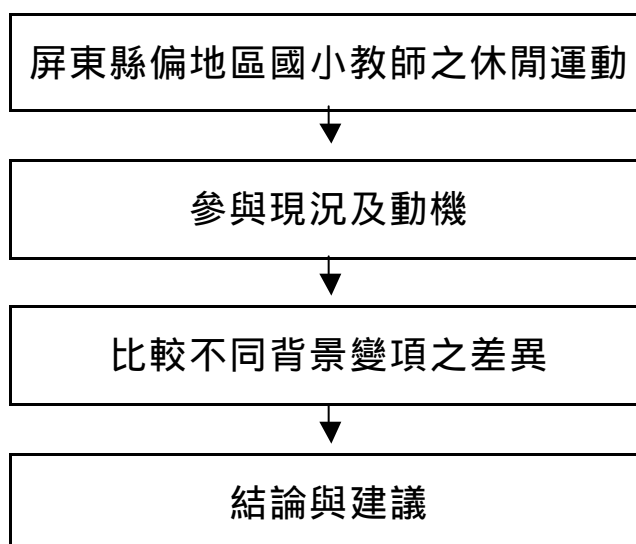


圖 3-1 本研究架構圖

### 第二節 研究對象

本研究係以屏東縣偏遠地區國小九十學年度編制內教師為研究對象，包括校長、主任、組長、科任教師及級任教師（含三個月以上代理代課教師）。

研究對象擬分成兩部分，預試對象與正式對象。一、本研究已恆春鎮內龍泉、山海、大光、水泉、大平等五所偏遠地區國小 50 位教師為本研究預試對象，共發出 50 份問卷，作為「休閒運動參與動機

量表之信效度考驗」。二、正式對象：本研究正式問卷對象係向屏東縣教育局取得「屏東縣國民小學人員編制表」。得知屏東縣偏遠（含特偏）型學校共計 29 校，教師編制共計 345 名。

### 第三節 實施日期

本研究採用全面普查方式，普查施測日期從 91 年 3 月 4 日至 3 月 8 日共 5 天，發出 345 份問卷，回收 308 份，其中有效問卷 265 份無效問卷 43 份。詳細統計見附錄 C。

### 第四節 研究工具

本研究旨在探討偏遠地區國小教師休閒運動參與現況、休閒運動參與動機，採用問卷調查法作為研究及資料收集工具。本研究欲使用的研究工具定為「屏東縣偏遠地區國小教師參與休閒運動現況與動機調查問卷」，其中包含三個部分：第一部份為基本資料是由研究者，參考相關研究及依本研究不同人口背景變項與國小教師背景現況而訂定。其內容包括性別、年齡、職稱、家庭狀況、每月所得、每月休閒花費等題。

第二部分為休閒運動參與現況，其內容參考沈易利（民 87）所編問卷及本研究所需而訂定問卷，其內容包含：每週休閒運動參與次數、時數、時段、期日、及參與資訊、阻礙因素等六題。第三部份為休閒運動參與動機量表，本量表係參考張良漢（民 90）所編休閒運動動機量表，及依本研究之需要加以改編而成。預試量表題目共 25 題，經預試、項目分析、信效度考驗，制定成正式量表共 23 題四個構面。

#### 一、計分方式

本量表採（Liker-type scale）五點計分評量法，根據受試者填答

於量表之情形，從「非常不同意」、「不同意」、「有點不同意」、「同意」、「非常同意」，分別給予 1、2、3、4、5 的分數。

## 二、項目分析

本量表已獨立樣本 t 考驗，將受試者量表達題反應情形，取上下 25% 分數加以分組，作為量表內各題目鑑別衡量方法，其中以決斷值 CR 須大於 3 以及與量表總分相關係數須大於 0.4 以上，作為衡量標準。本量表經項目分析結果其中第十九題決斷值雖大於 3 達顯著，但因與量表總分相關係數未達到 0.4 以上，故將予以刪除。項目分析結果如表 3-1 所示：

表 3-1 休閒運動參與動機項目分析摘要表

預試 題號	正式 題號	題目內容	決斷值	與量表總 分相關
1	1	讓我對身旁事務更加瞭解	8.207*	.5759
2	2	使我能探索新觀念	8.840*	.5697
3	3	使我更進一步了解自己	9.071*	.6332
4	4	使我更有創造力	9.986*	.6787
5	5	使我想像力得以發揮	11.064*	.6628
6	6	與他人建立友誼	9.553*	.6622
7	7	可與他人在一起	8.501*	.6324
8	8	使我能接觸各種不同類型的人	8.511*	.5708
9	9	可以向他人表露我的想法	8.326*	.5355
10	10	讓我有一種歸屬於某一團體的感覺	9.088*	.5579
11	11	獲得他人的尊重	8.462*	.5674
12	12	可以改善我的工作技巧與能力	10.433*	.5659
13	13	使我感到主動積極	10.946*	.6160
14	14	能獲得自我實現的成就感	11.020*	.6120
15	15	可以發現我的本領與技巧	10.441*	.6322
16	16	使我能夠放鬆心情	9.497*	.5642
17	17	精神的休息	9.490*	.5432
18	18	解除壓力與緊張	9.255*	.5464
19		有時我覺得喜歡獨自一個人	4.106*	.2153
20	19	可促進身體健康	9.298*	.5308
21	20	為保持健康的身材	7.964*	.5053
22	21	培養身體的適應能力	10.906*	.6445
23	22	使我獲得身體的舒適與輕鬆	11.868*	.6358
24	23	增加我的體力並使體能得以發揮	11.509*	.6252
25		培養美姿與節奏感	10.674*	.2798

\*p < .05

### 三、探索性因素分析

本研究以探索性因素分析 ( exploratory factor analysis , EFA ), 做為休閒運動參與動機量表知建構效度, 其方法是以分析主要成份因素分析( principal component analysis )抽取因素, 以最大變異法( varimax )正交轉軸取特徵值( eigen values )大於 1 及因素負荷量( factor loading )大於 0.4, 作為建構效度取捨標準。其中發現量表第 25 題其因素負荷量小於 0.4 故予以刪除。剔除第 25 題再一次因素分析及量表變更題號後。

第一個因素構面包含第 22 題「使我獲得身體的舒適與輕鬆」、第 19 題「可以促進身體健康」、第 21 題「培養身體的適應能力」、第 17 題「精神的休息」、第 18 題「解除壓力與張」、第 20 題「保持健康的身材」、第 16 題「使我能夠放鬆心情」以及第 23 題「增加我的體力並使體能得以發揮」等八題, 本量表第一個因素構面名稱, 依題目內容加以命名為「健康與適能」。

第二個構面包含：第 13 題「使我感到主動積極」、第 14 題「能夠獲得自我實現的成就感」、第 15 題「可以發現我的本領與技巧」、第 12 題「可以改善我的工作技巧與能力」與第 11 題「獲得他人的尊重」、等五題, 依題目內容加以命名為「成就性需求」。

第三個構面包含：第 2 題「使我能探索新觀念」、第 1 題「讓我對身旁的事務更瞭解」、第 4 題「使我更有創造力」、第 3 題「使我更進一步了解自己」與第 5 題「使我想像立德以發揮」等五題, 依題目內容加以命名為「知性追求」。

第四個構面包含：第 8 題「使我能夠接觸各種類型的人」、第 7 題「可以與他人在一起」、第 6 題「與他人建立友誼」、第 9 題「可以向他人表露我的想法」、第 10 題「讓我有一種歸屬於某一團體的感覺」

等五題，一題目內容加以命名為「社會需求」。休閒運動參與動機因素分析摘要表詳如 3-2 所示：

表 3-2 休閒運動參與動機因素分析構面矩陣摘要表

題 號	Factor1	Factor 2	Factor3	Factor4
23	.832			
20	.814			
21	.782			
17	.777			
18	.769			
21	.763			
16	.731			
24	.712			
13		.773		
14		.760		
15		.697		
12		.667		
11		.479		
2			.809	
1			.798	
4			.607	
3			.579	
5			.570	
8				.764
7				.715
6				.692
9				.674
10				.532
特徵值	5.414	3.533	3.211	2.951
解釋變異量	23.538	15.362	13.963	12.830
累積解釋變異性	23.538	38.900	52.863	65.693

#### 四、信度分析

休閒運動參與動機量表，以內部一致性的信度 Cronbach  $\alpha$  值來衡量總量表及各因素之信度，結果發現總量表信度係數為.9322，另外

各分量表 a 係數分別為 .9214、.8406、.8679 和 .8335，詳如表 3-3 所示；一般而言信度係數在 .70 以上及具有可靠性，並為可接受水準，若低於 .35 則予以拒絕 (Nunnally, 1978)。因此本量表之內部一致信頗高，可說具有良好的信度。

表 3-3 休閒運動參與動機量表信度分析摘要表

因素	內含題目	Cronbach
健康與適能	16、17、18、20、21、22、 23、24	.9214
成就性需求	11、12、13、14、15	.8406
知性追求	1、2、3、4、5	.8679
社會需求	6、7、8、9、10	.8335
總量表	共 23 題	.9322

問卷編製流程如下；

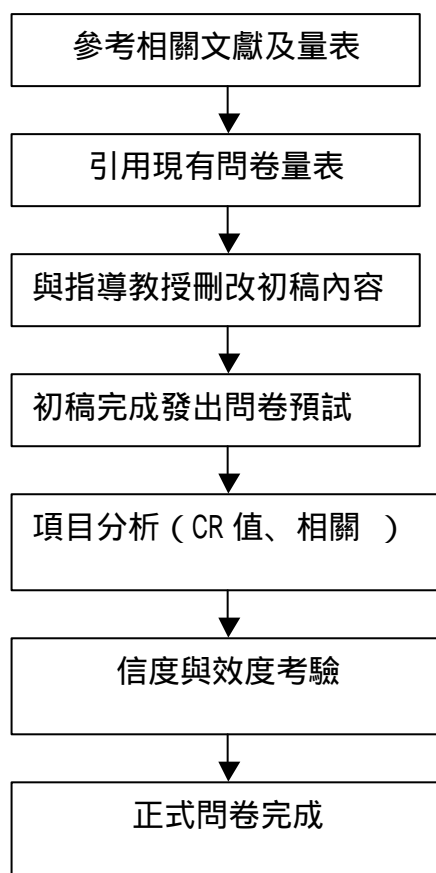


圖 3-2 問卷編製流程圖

## 第五節 實施程序

本研究主要採取問卷調查法。待研究動機行程後，首先收集有休閒態度、等相關文獻，並開始進行文獻探討，以作為研究基礎。

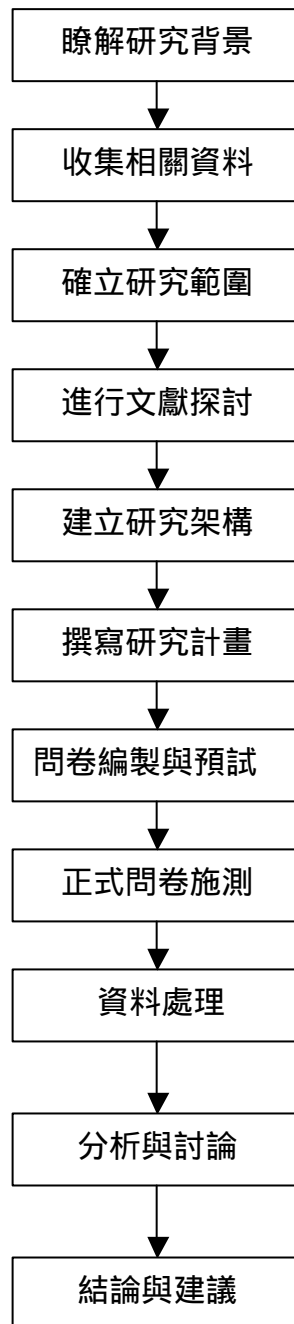


圖 3-3 研究程序流程圖

## 第六節 資料處理

本研究依研究目的及驗證假設之需，以 SPSS for window 統計軟體進行資料處理，主要分成兩部分，一為非假設性部份及二假設性部份，加以說明如下：

### 一、非假設性部份

- (一) 平均數及標準差：用以分析休閒運動參與動量表的答題情形。
- (二) 次數分配及百分比：用以分析不同人口背景變項的特徵及休閒運動參與現況的分布情形。
- (三) 因素分析：用以分析休閒運動參與動機量表的建構效妒嫉因素構面，以利變異數分析。

### 二、假設性部份

- (一) t 考驗 ( t-test ): 用以分析不同人口背景變項中的性別在休閒運動參與動機量表，各構面是否有顯著差異。
- (二) 單因子變異數分析 ( one-way ANOVA ): 用以分析不同人口背景中的年齡、教育程度、職稱、家庭狀況、每月平均所得、每月平均休閒花費再休閒參與動機量表各構面是否有顯著差異。
- (三) 薛費爾事後比較 ( Scheffe ): 在單因子變異數分析後，當 F 值有答顯著差異時，用以找出差異組別。
- (四) 卡方檢定 ( Chi-square ): 用以考驗不同人口背景變項偏遠地區教師再休閒運動參與現況是否有顯著差異。

三、本研究的顯著水準定為  $\alpha = .05$ 。

## 第肆章 結果與討論

本章旨在說明研究所得，將其不適之無效問卷，經統計分析處理，並概略說明。本章擬分四節來說明及分析討論，第一節為休閒運動參與現況調查結果；第二節為不同人口背景統計特性；第三節為休閒運動參與動機調查結果；第四節為綜合討論。

### 第一節 休閒運動參與現況調查結果

本節主要在敘述並分析不同背景變項，在休閒運動參與現況調查結果，分二部份說明。一、受試者不同背景變項休閒運動參與的特性分佈情形；二、為受試者不同背景變項休閒運動參與現況之差異性考驗。

#### 一、受試者不同背景變項休閒運動參與的特性分佈情形

##### (一) 受試者每週參與休閒運動次數分佈情形

本研究受試者每週參與休閒運動次數分佈情形，詳如表 4-1 所示：每週休閒運動參與次數以 2-4 次 48 人，佔 55.8% 最多；其次依序為每週 1 次 94 人，佔 35.5%；每週 5 次以上 23 人，佔 8.7%。

表 4-1 受試者每週參與休閒運動次數分佈情形

每週平均參與 休閒運動次數	人 數	百分比
1 次	94	35.5
2-4 次	148	55.8
5 次以上	23	8.7
總 和	265	100

## (二) 受試者每週參與休閒運動時數分佈情形

本研究受試者每週參與休閒運動時數分佈情形，詳如表 4-2 所示：每週休閒運動參與時數以 60 分鐘以內 108 人，佔 40%最多；其次依序為每週 61-120 分鐘 82 人，佔 30.9%；每週 121-180 分鐘 43 人，佔 16.2%；每週 180 分鐘以上 32 人，佔 12.1%最少。

表 4-2 受試者每週參與休閒運動時數分佈情形

每週平均參與 休閒運動時數	人 數	百分比
60 分鐘以內	108	40
61-120 分鐘	82	30.9
121-180 分鐘	43	16.2
181 分鐘以上	32	12.1
總 和	265	100

## (三) 受試者每週參與休閒運動時段分佈情形

本研究受試者每週參與休閒運動時段分佈情形，詳如表 4-3 所示：每週休閒運動參與時段以 16：30 以後 162 人，佔 61.1%最多；其次依序為 08：00 以前 44 人，佔 16.6%；13：30-16：30 組 41 人，佔 15.5%；8：00-12：00 組 11 人，佔 4.2%；12：30-13：30 組 7 人，佔 2.6%。

表 4-3 受試者每週參與休閒運動時段分佈情形

每週參與休閒運動時段	人 數	百分比
08：00 以前	44	16.6
08：00-12：00	11	4.2
12：00-13：30	7	2.6
13：30-16：30	41	15.5
16：30 以後	162	61.1
總 和	265	100.0

(四) 受試者每週參與休閒運動利用期日分佈情形

本研究受試者每週參與休閒運動期日分佈情形，詳如表 4-4 所示：受試者參與休閒運動期日以週六、週日 158 人次，佔 58.1%；週一~週五 103 人次，佔 37.9%；二日以上假期 11 人次，佔 4%。

表 4-4 受試者每週參與休閒運動利用期日分佈情形

每週參與休閒運動利用期日	人 數	百分比
週一~週五	103	37.9
週六、週日	158	58.1
二日以上假期	11	4.0
總 和	272	100.0

(五) 受試者休閒運動參與資訊來源分佈情形

本研究受試者休閒運動資訊來源分佈情形，詳如表 4-5 所示：以

親友告知 163 人次最多，佔 33.7%；其次依序為：看報紙得知 97 人次，佔 20.1%；看電視得知 55 人次，佔 11.4%；從運動組織得知 55 人次，佔 11.4%；從廣告傳單得知 42 人次，佔 8.7%；從雜誌得知 33 人次，佔 6.8%；從廣播得知 25 人次，佔 5.2%；從戶外看板得知 14 人次，佔 2.9%。

表 4-5 受試者休閒運動資訊來源分佈情形

資訊名稱	人 次	百分比
報 紙	97	20.1
廣告傳單	42	8.7
電 視	55	14.4
雜 誌	33	6.8
廣 播	25	5.2
戶外看板	14	2.9
親友告知	163	33.7
運動組織	55	11.4
總 和	484	100.0

#### (六) 受試者休閒運動參與無法參與原因分佈情形

本研究受試者休閒運動參與無法參與原因分佈情形，詳如表 4-6 所示：以沒有時間問題 198 人次，佔 30%最多；其次依序為沒有友伴 87 人次，佔 13.2%；工作問題 61 人次，佔 9.2%；場地問題和家人問題各為 54 人次，各佔 8.2%；體力問題 48 人次，佔 7.3%；交通問題 35 人次，佔 5.3%；費用問題 31 人次，佔 4.7%；缺乏指導和沒有興

趣兩項各為 29 人次；各佔 4.4%；運動技巧問題 18 人次，佔 2.7%，  
資訊不足問題 16 人次，佔 2.4%；環保問題 1 人次，佔 .02%。

表 4-6 受試者休閒運動參與無法參與原因分佈情形

問題項目	人 次	百分比
時間因素	198	30.0
交通問題	35	5.3
費用負擔	31	4.7
缺乏指導	29	4.4
沒有友伴	87	13.2
沒有興趣	29	4.4
體力問題	48	7.3
工作問題	61	9.3
場地問題	54	8.2
資訊不足	16	2.4
環保問題	1	0.2
運動技巧	18	2.7
家人問題	54	8.2
總 和	661	100.0

## 二、受試者不同人口背景變項休閒運動參與現況之差異性考驗

### (一)受試者不同人口背景變項休閒運動參與現況參與次數之差異性

分佈情形不同人口背景變項休閒運動參與現況之差異性情形，經卡方檢定發現：年齡、教育程度、職稱、每月平均所得、每月平均休閒花費無顯著差異（ $p > 0.5$ ），另外性別、家庭狀況達顯著差異（ $p < 0.5$ ）分別為（ $X^2=8.976$ ， $p<.05$ ）、（ $X^2=22.458$ ， $p<.05$ ），詳如表 4-7 所示。

表 4-7 受試者不同人口背景變項休閒運動參與次數摘要分析表

不同人口背景變項	參與次數			X <sup>2</sup>	p
	1 次	2-4 次	5 次以上		
<b>性別</b>					
男	40 ( 42.6% )	88 ( 59.5% )	16 ( 69.6% )	8.976	.011*
女	54 ( 57.4% )	60 ( 40.5% )	7 ( 30.4% )		
<b>年齡</b>					
20-30 歲	24 ( 25.5% )	57 ( 38.5% )	5 ( 21.7% )	11.144	.84
31-40 歲	43 ( 45.7% )	43 ( 29.1% )	7 ( 30.4% )		
41-50 歲	15 ( 16.0% )	26 ( 17.6% )	5 ( 21.7% )		
50 歲以上	12 ( 12.8% )	22 ( 14.9% )	6 ( 26.1% )		
<b>教育程度</b>					
專科	13 ( 13.8% )	9 ( 6.1% )	5 ( 21.7% )	10.018	.40
大學	74 ( 78.8% )	120 ( 81.1% )	14 ( 60.9% )		
研究所	7 ( 7.4% )	19 ( 12.8% )	4 ( 17.4% )		
<b>職稱</b>					
兼行政教師	49 ( 52.1% )	66 ( 44.6% )	10 ( 43.5% )	3.211	.523
級任教師	38 ( 40.4% )	68 ( 45.9% )	9 ( 39.1% )		
科任教師	7 ( 7.4% )	14 ( 9.5% )	4 ( 17.4% )		
<b>家庭狀況</b>					
未婚	26 ( 27.7% )	64 ( 43.2% )	8 ( 34.8% )	22.458	.004*
已婚尚無子女	7 ( 7.4% )	13 ( 8.8% )	0		
子女 6 歲以下	27 ( 28.7% )	21 ( 14.2% )	5 ( 21.7% )		
子女 6-20 歲間	24 ( 25.5% )	31 ( 20.9% )	2 ( 3.5% )		
子女都超過 20 歲	10 ( 10.0% )	19 ( 12.8% )	8 ( 34.8% )		
每月平均所得					
50000 元以下	49 ( 52.1% )	83 ( 56.1% )	9 ( 39.1% )	7.272	.122
50001-70000 元	37 ( 39.4% )	44 ( 29.7% )	8 ( 34.8% )		
70001 元以上	8 ( 8.5% )	21 ( 14.2% )	6 ( 26.1% )		
<b>每月平均休閒花費</b>					
1000 元以下	21 ( 22.3% )	16 ( 10.8% )	3 ( 13.0% )	10.061	.122
1001-5000 元	55 ( 58.5% )	82 ( 55.4% )	12 ( 52.2% )		
5001-10000 元	11 ( 11.7% )	33 ( 22.3% )	5 ( 21.7% )		
10001 元以上	7 ( 7.4% )	17 ( 11.5% )	3 ( 13.0% )		

\*p < .05

(二) 受試者不同人口背景變項休閒運動參與現況參與時數之差異性

受試者不同人口背景變項休閒運動參與現況參與時數之差異性

分佈情形，經卡方檢定詳如表 4-8 所示：研究發現年齡、教育程度、職稱、家庭狀況、每月平均所得，均無顯著差異存在 ( $p>.05$ )。另外性別級每月平均休閒花費有顯著差異。分別 ( $X^2=16.327, p<.05$ ) 及 ( $X^2=20.180, p<.05$ )。

表 4-8 受試者不同人口背景變項休閒運動參與時數摘要分析表

不同人口背景變項	參與時數				$X^2$	p
	60 分內	61-120 分	121-180 分	180 分以上		
<b>性別</b>						
男	44 (40.7%)	57 (69.5%)	26 (60.5%)	17 (53.1%)	16.327	.001*
女	64 (59.3%)	25 (30.5%)	17 (39.5%)	15 (46.9%)		
<b>年齡</b>						
20-30 歲	35 (32.4%)	22 (26.8%)	16 (37.2%)	13 (40.6%)	11.844	.222
31-40 歲	46 (42.6%)	30 (36.6%)	9 (20.9%)	8 (25.0%)		
41-50 歲	13 (12.0%)	15 (18.3%)	11 (25.6%)	7 (21.9%)		
50 歲以上	14 (13.0%)	15 (18.3%)	7 (16.3%)	4 (12.5%)		
<b>教育程度</b>						
專科	12 (11.1%)	8 (9.8%)	3 (7.0%)	4 (12.5%)	7.863	.248
大學	90 (83.3%)	61 (74.4%)	35 (81.4%)	22 (68.8%)		
研究所	6 (5.6%)	13 (15.9%)	5 (11.6%)	6 (18.8%)		
<b>職稱</b>						
兼行政教師	49 (45.4%)	42 (51.2%)	21 (48.8%)	13 (40.6%)	3.628	.727
級任教師	50 (46.3%)	30 (36.6%)	18 (41.9%)	17 (53.1%)		
科任教師	9 (8.3%)	10 (12.2%)	4 (9.3%)	2 (6.3%)		
<b>家庭狀況</b>						
未婚	42 (38.9%)	28 (34.1%)	13 (30.2%)	15 (46.9%)	12.467	.409
已婚尚無子女	9 (8.3%)	8 (9.8%)	3 (7.0%)	0		
子女 6 歲以下	23 (21.3%)	18 (22.0%)	9 (20.9%)	3 (9.4%)		
子女 6-20 歲間	22 (20.4%)	14 (17.1%)	10 (23.3%)	11 (34.4%)		
子女都超過 20 歲	12 (11.1%)	14 (17.1%)	8 (18.6%)	3 (9.4%)		
<b>每月平均所得</b>						
50000 元以下	60 (55.6%)	42 (51.2%)	22 (51.2%)	17 (53.1%)	2.984	.811
50001-70000 元	38 (35.2%)	28 (34.1%)	13 (30.2%)	10 (31.3%)		
70001 元以上	10 (9.3%)	12 (14.6%)	8 (18.6%)	5 (15.6%)		
<b>每月平均休閒花費</b>						
1000 元以下	24 (22.2%)	11 (13.4%)	4 (9.3%)	1 (3.1%)	20.180	.017*
1001-5000 元	66 (61.1%)	42 (51.2%)	21 (48.8%)	20 (62.5%)		
5001-10000 元	12 (11.1%)	20 (24.4%)	10 (23.3%)	7 (21.9%)		
10001 元以上	6 (5.6%)	9 (11.0%)	8 (18.6%)	4 (12.5%)		

\* $p < .05$

(三) 受試者不同人口背景變項休閒運動參與現況參與時段之差異性

受試者不同人口背景變項休閒運動參與現況參與時段之差異性分佈情形，經卡方檢定詳如表 4-9 所示：研究發現性別、職稱、每月平均所得、每月平均休閒花費，均無顯著差異存在 ( $p > .05$ )。另外年齡、教育程度、家庭狀況有顯著差異。分別 ( $X^2=21.536, p<.05$ 、 $X^2=15.902, p<.05$ 、 $X^2=32.070, p<.05$ )

表 4-9 受試者不同背景變項休閒運動參與時段摘要分析表

不同背景變項	參與 時 段					X <sup>2</sup>	p
	0800 以前	0800-1200	1200-1330	1330-1630	1630 以後		
<b>性別</b>							
男	21 ( 47.7% )	4 ( 36.4% )	4 ( 57.9% )	20 ( 48.8% )	95 ( 58.6% )	3.949	.413
女	23 ( 52.3% )	7 ( 63.6% )	3 ( 42.9% )	21 ( 51.2% )	67 ( 41.4% )		
<b>年齡</b>							
20-30 歲	8 ( 18.2% )	4 ( 36.4% )	3 ( 42.9% )	14 ( 34.1% )	57 ( 35.2% )	21.536	.043*
31-40 歲	13 ( 29.5% )	2 ( 18.2% )	3 ( 42.9% )	12 ( 29.3% )	63 ( 38.9% )		
41-50 歲	9 ( 20.5% )	2 ( 18.2% )	1 ( 14.3% )	11 ( 26.8% )	23 ( 14.2% )		
50 歲以上	14 ( 31.8% )	3 ( 27.3% )	0	4 ( 9.8% )	19 ( 11.7% )		
<b>教育程度</b>							
專科	5 ( 11.4% )	3 ( 27.3% )	2 ( 28.6% )	3 ( 7.3% )	14 ( 8.6% )	15.902	.044*
大學	31 ( 70.5% )	6 ( 54.5% )	4 ( 57.1% )	38 ( 92.7% )	129 ( 79.6% )		
研究所	8 ( 18.2% )	2 ( 18.2% )	1 ( 14.3% )	0	19 ( 11.7% )		
<b>職稱</b>							
兼行政教師	22 ( 50.0% )	6 ( 54.5% )	2 ( 28.6% )	20 ( 48.8% )	75 ( 46.3% )	5.533	.6999
級任教師	15 ( 34.1% )	5 ( 45.5% )	4 ( 57.1% )	18 ( 43.9% )	73 ( 45.1% )		
科任教師	7 ( 15.9% )	0	1 ( 14.3% )	3 ( 7.3% )	14 ( 8.6% )		
<b>家庭狀況</b>							
未婚	8 ( 18.2% )	2 ( 18.2% )	5 ( 71.4% )	14 ( 34.1% )	69 ( 42.6% )	32.070	.010*
已婚尚無子女	2 ( 4.5% )	1 ( 9.1% )	0	5 ( 12.2% )	12 ( 7.4% )		
子女 6 歲以下	7 ( 15.9% )	3 ( 27.3% )	1 ( 14.3% )	10 ( 24.4% )	32 ( 19.8% )		
子女 6-20 歲間	13 ( 29.5% )	2 ( 18.2% )	1 ( 14.3% )	11 ( 26.8% )	30 ( 18.5% )		
子女都超過 20 歲	14 ( 31.8% )	3 ( 27.3% )	0	1 ( 2.4% )	19 ( 11.7% )		
<b>每月平均所得</b>							
50000 元以下	15 ( 34.1% )	5 ( 45.5% )	4 ( 57.1% )	27 ( 65.9% )	90 ( 55.6% )	16.061	.058
50001-70000 元	20 ( 45.5% )	3 ( 27.3% )	3 ( 42.9% )	13 ( 31.7% )	50 ( 30.9% )		
70001 元以上	9 ( 20.5% )	3 ( 27.3% )	0	1 ( 2.4% )	22 ( 13.6% )		
<b>每月平均休閒花費</b>							
1000 元以下	9 ( 20.5% )	1 ( 9.1% )	0	3 ( 7.3% )	27 ( 16.7% )	11.695	.470
1001-5000 元	21 ( 47.7% )	7 ( 63.6% )	6 ( 85.7% )	26 ( 63.4% )	89 ( 54.9% )		
5001-10000 元	8 ( 18.2% )	3 ( 27.3% )	1 ( 14.3% )	10 ( 24.4% )	27 ( 16.7% )		
10001 元以上	6 ( 13.6% )	0	0	2 ( 4.9% )	19 ( 11.7% )		

\* $p < .05$

## 第二節 不同人口背景變項特性

### 一、性別

本研究受試者性別分佈情形詳如表 4-10 所示：以男性教師 144 人居多，佔 54.3%；女性教師 121 人，佔 45.7%。

表 4-10 受試者性別人數分佈情形

性 別	人 數	百分比
男	144	54.3
女	121	45.7
總 和	265	100.0

### 二、年齡

本研究受試者年齡分佈情形詳如表 4-11 所示：分別以 31-40 歲組 93 人最多，佔 35.1%；其次依序為 20-30 歲 80 人，佔 32.5%；41-50 歲 46 人，佔 17.4%；50 歲以上 40 人，佔 15.1%。

表 4-11 受試者年齡分佈情形

年 齡	人 數	百分比
20-30 歲	86	32.5
31-40 歲	93	35.1
41-50 歲	46	17.4
51 歲以上	40	15.1
總 和	265	100.0

### 三、教育程度

本研究受試者教育程度分佈情形，詳如表 4-12 所示：受試者教育程度以大學畢業 208 人最多，佔 78.5%；其次為研究所畢業 30 人，佔 11.3%；專科畢業 27 人，佔 10.2 最少。

表 4-12 受試者教育程度分佈情形

教育程度	人 數	百分比
專科	27	10.2
大學	208	78.5
研究所	30	11.3
總 和	265	100.0

### 四、職稱

本研究受試者職稱分佈情形詳如表 4-13 所示：受試者職稱分佈情形，以兼行政 125 人，佔 47.2%；其次為級任教師 115 人，佔 43.4%；而科任教師 25 人最少，佔 9.4%。

表 4-13 受試者職稱分佈情形

職 稱	人 數	百分比
兼行政教師	125	47.2
級任教師	115	43.4
科任教師	25	9.4
總 和	265	100.0

## 五、家庭狀況

本研究受試者家庭狀況分佈情形詳如表 4-14 所示：受試者家庭狀況分佈情形以未婚 98 人最多，佔 37%；其次依序為子女介於 6-20 歲 57 人，佔 21.5%；子女介於 6 歲以下 53 人，佔 20%；子女都已超過 20 歲 37 人，佔 14%；已婚尚無子女 20 人，佔 7.5% 最少。

表 4-14 受試者家庭狀況分佈情形

家庭狀況	人 數	百分比
未 婚	98	37.0
已婚尚無子女	20	7.5
子女在 6 歲以下	53	20.0
子女介於 6-20 歲	57	21.5
子女在 20 歲以上	37	14.0
總 和	265	100.0

## 六、每月平均所得

受試者每月平均所得分佈情形，詳如表 4-15 所示：受試者每月平均所得情形，以 50000 元以下 141 人，佔 53.2% 最多；其次為 50001-70000 元 89 人，佔 33.6%；70001 元以上 35 人，佔 13.2% 最少。

表 4-15 受試者每月平均所得分佈情形

每月平均所	人 數	百分比
50000 元以下	141	53.2
50001-70000 元	89	33.6
70001 元以上	35	13.2
總 和	265	100.0

### 七、每月平均休閒花費

受試者每月平均休閒花費分佈情形，詳如表 4-16 所示：受試者每月平均休閒花費分佈情形，以 1001-5000 元 149 人，佔 56.2% 最多；其次依序為 5001-10000 元組 49 人，佔 18.5%；1000 元以下 40 人，佔 15.1%；1000 元以上 27 人，佔 10.2% 最少。

表 4-16 受試者每月平均休閒花費分佈情形

每月平均休閒花費	人 數	百分比
1000 元以下	40	15.1
1001-5000 元	149	56.2
5001-10000 元	49	18.5
10001 元以上	27	10.2
總 和	265	100.0

### 第三節 休閒運動參與動機調查結果

本節主要說明人口背景變項，休閒運動參與動機調查結果。本節以三部分說明：第一部份為受試者休閒運動參與動機評量的特性先後

順序；第二部分為受試者休閒運動動機量表各構面的反應結果；第三部份為人口背景變項休閒運動參與動機之差異性考驗。

#### 一、受試者休閒運動參與動機評量的特性先後順序

本研究受試者休閒運動參與動機評量的特性先後順序，前五名依序為：第 19 題「可促進身體健康」、第 16 題「使我能夠放鬆心情」、第 22 題「使我獲得身體的舒適與輕鬆」、第 18 題「解除壓力與緊張」、第 17 題「精神的休息」。從這五題內容中得知：均是與健康和精神層面有關，也就是受試者參與休閒運動的主要動機所在。受試者在休閒運動參與動機評量特性詳如表 4-17 所示：

表 4-17 受試者休閒運動參與動機量表評量先後次序

先後次序	題號	試題內容	平均數	標準差
1	19	可促進身體健康	4.457	0.656
2	16	使我能夠放鬆心情	4.411	0.628
3	22	使我獲得身體的舒適與輕鬆	4.404	0.639
4	18	解除壓力與緊張	4.393	0.655
5	17	精神的休息	4.389	0.654
6	21	培養身體的適應能力	4.343	0.674
7	20	為保持健康的身材	4.309	0.714
8	23	增加我的體力並使體能得以發揮	4.283	0.645
9	6	與他人建立友誼	4.280	0.733
10	7	可與他人在一起	4.224	0.692
11	8	使我能夠接觸各種不同類型的人	4.076	0.785
12	14	能獲得自我實現的成就感	3.940	0.771
13	13	使我感到主動積極	3.936	0.702
14	3	使我更進一步瞭解自己	3.845	0.755
15	15	可以發現我的本領與技巧	3.842	0.810
16	2	使我能探索新觀念	3.793	0.802
17	9	可以頂他人表露我的想法	3.725	0.790
18	4	使我更有創造力	3.713	0.840
19	10	讓我有一種歸屬於某一團體的感覺	3.679	0.857
20	12	可以改善我的工作技巧與能力	3.672	0.808
21	5	使我想像力得以發揮	3.638	0.869
22	1	讓我對身旁事務更加瞭解	3.630	0.838
23	11	獲得他人的尊重	3.603	0.838

## 二、受試者休閒運動參與動機量表各構面的反應結果

本研究受試者休閒運動參與動機量表各因素構面反應情形，詳如表 4-18 所示：受試者在「健康與適能」構面平均所得分數最高（ $M=4.37$ ），從構面各題項內容得知在放鬆心情、精神的休息、解除壓力與緊張、可促進身體健康、為保持健康的身材、培養身體的適應能力、使我獲得身體的舒適與輕鬆、使我獲得身體的舒適與輕鬆、增加我的體力並使體能得以發揮最受偏遠地區國小教師所重視，也是參與休閒運動主要動機；其次是「社會需求」構面，平均得分（ $M=3.99$ ）；從構面各題項內容得知與他人建立友誼、可與他人在一起、使我能夠接觸各種不同類型的人、可以向他人表露我的想法、讓我有一種歸屬於某一團體的感覺等；而「成就性需求」構面，平均得分（ $M=3.79$ ），從構面各題項內容得知獲得他人尊重、可以改善我的工作技巧與能力、使我感到主動積極、能獲得自我實現的成就感、可以發現我的本領與技巧等；最後是「知性追求」構面，平均得分最低（ $M=3.72$ ），從構面各題項內容得知在讓我對身旁事務更加瞭解、使我能探索新觀念、使我更進一步瞭解自己、使我更有創造力、使我想像力得以發揮等；受試者各構面答題反應情形，詳如表 4-18 所示。

表 4-18 受試者休閒運動參與動機量表各構面答題反應情形

因素構面	題 號	平均數
健康與適能	16、17、18、19、20、21、22、23	4.37
社會需求	6、7、8、9、10	3.99
成就性需求	11、12、13、14、15	3.79
知性追求	1、2、3、4、5	3.72
整體量表		3.96

### 三、受試者休閒運動參與動機差異性考驗

#### (一) 受試者不同性別休閒運動參與動機差異性比較

受試者休閒運動參與動機量表的得分，經獨立樣本 t 考驗結果發現，不同性別受試者在「知性追求」、「社會需求」、「成就性需求」以及「健康與適能」四構面都未達顯著差異 ( $p>.05$ )，如表 4-19 所示：

表 4-19 受試者不同性別休閒運動參與動機獨立樣本 t 考驗摘要表

構面名稱	性別	人數	平均數	標準差	t 值	p 值
知性追求	男	144	18.4167	3.3355	-1.089	.277
	女	121	18.8595	3.2489		
社會需求	男	143	20.1049	3.0690	0.707	.480
	女	121	19.8430			
成就性需求	男	144	18.9236	3.0660	-0.397	.692
	女	121	19.0744			
健康與適能	男	144	34.9861	4.1800	-0.011	.991
	女	121	34.9917			

#### (二) 受試者不同年齡休閒運動參與動機差異性比較

受試者不同年齡休閒運動參與動機量表的得分，經單因子變異數分析結果發現，受試者不同年齡受試者在「知性追求」、「社會需求」、「成就性需求」和「健康與適能」四構面都未達顯著差異 ( $p>.05$ )，不同年齡受試者在休閒運動參與動機單因子變異數分析，如表 4-20 所示：

表 4-20 受試者不同年齡休閒運動參與動機單因數變異數分析摘要表

構面名稱	變項	平均數	標準差	變異數分析					
				變異數來源	離均差平方和	自由度	均方	F 值	p 值
知性追求	20-30	18.988	2.966	組間	27.310	3	9.103	.836	.475
	31-40	18.215	3.346	組內	2843.196	261	10.893		
	41-50	18.674	2.937	總和	2870.506	264			
	50 以上	18.700	4.121						
社會需求	20-30	20.267	3.138	組間	16.055	3	5.352	.352	.593
	31-40	19.717	2.723	組內	2347.885	260	9.030		
	41-50	19.826	2.791	總和	2363.939	263			
	50 以上	20.175	3.529						
成就性需求	20-30	19.256	2.736	組間	16.537	3	5.512	.580	.629
	31-40	18.677	3.114	組內	2481.448	261	9.507		
	41-50	18.978	2.978	總和	2497.985	264			
	50 以上	19.175	3.768						
健康與適能	20-30	35.00	4.192	組間	33.169	3	11.056	.615	.606
	31-40	35.376	4.183	組內	4693.798	261	17.984		
	41-50	34.739	4.573	總和	4726.966	264			
	50 以上	34.350	4.080						

### (三) 受試者不同教育程度休閒運動參與動機差異性比較

受試者不同教育程度休閒運動參與動機量表的得分，經單因子變異數分析結果發現，受試者不同教育程度在「知性追求」、「社會需求」、「成就性需求」、「健康與適能」四構面都未達顯著差異( $p>.05$ )，受試者受試者不同教育程度休閒運動參與動機單因子變異數分析，如表 4-21 所示：

表 4-21 受試者不同教育程度休閒運動參與動機單因子變異數分析摘要表

構面名稱	變項	平均數	標準差	變異數分析					
				變異數 來源	離均差 平方和	自由度	均方	F 值	p 值
知性追求	專科	19.296	2.2671	組間	19.530	2	9.765	.897	.409
	大學	18.601	3.346	組內	2850.976	262	10.822		
	研究所	18.133	3.711	總和	2870.506	264			
社會需求	專科	20.222	2.026	組間	2.389	2	1.195	.132	.876
	大學	19.937	3.155	組內	2361.550	261	9.048		
	研所所	20.100	2.657	總和	2363.939	263			
成就性需求	專科	18.815	1.861	組間	1.164	2	.582	.061	.941
	大學	19.042	3.154	組內	2496.821	262	.9530		
	研所所	18.933	3.463	總和	2497.985	264			
健康與適能	專科	35.482	2.765	組間	59.563	2	29.782	.1267	.190
	大學	34.755	4.474	組內	4667.403	262	17.815		
	研所所	36.167	3.354	總和	4726.966	264			

#### (四) 受試者不同職稱休閒運動參與動機差異性比較

受試者在休閒運動參與動機量表的得分，經單因子變異數分析結果發現，受試者不同職稱在「知性追求」、「社會需求」、「成就性需求」和「健康與適能」四構面都未達顯著差異 ( $p>.05$ )，受試者不同職稱在休閒運動參與動機單因子變異數分析，如表 4-22 所示：

表 4-22 受試者不同職稱休閒運動參與動機單因子變異數分析摘要表

構面名稱	變項	平均數	標準差	變異數分析					
				變異數 來源	離均差 平方和	自由度	均方	F 值	p 值
知性追求	兼行政教師	18.144	3.475	組間	53.536	2	26.768	2.490	.085
	級任教師	19.026	3.051	組內	2816.970	262	10.752		
	科任教師	19.120	3.283	總和	2870.506	264			
社會需求	兼行政教師	19.630	3.080	組間	29.616	2	14.808	1.656	.193
	級任教師	20.296	3.020	組內	2334.323	261	8.944		
	科任教師	20.320	2.304	總和	2363.939	263			
成就性需求	兼行政教師	18.856	3.087	組間	5.130	2	2.565	0.270	.764
	級任教師	19.148	3.132	組內	2492.855	262	9.515		
	科任教師	18.960	2.836	總和	2497.985	264			
健康與適能	兼行政教師	34.480	4.095	組間	62.476	2	31.238	.1755	.175
	級任教師	35.487	4.545	組內	4664.490	262	17.803		
	科任教師	35.240	3.100	總和	4726.966	264			

#### (五) 受試者不同家庭狀況休閒運動參與動機差異性比較

受試者不同家庭狀況休閒運動參與動機量表的得分，經單因子變異數分析結果發現，受試者不同家庭狀況在「知性追求」、「社會需求」、「成就性需求」、「健康與適能」四構面都未達顯著差異( $p>.05$ )。受試者不同家庭狀況休閒運動參與動機單因子變異數分析，如表 4-23 所示：

表 4-23 受試者不同家庭狀況休閒運動參與動機單因子變異數分析摘要表

構面名稱	變項	平均數	標準差	變異數分析					
				變異數來源	離均差平方和	自由度	均方	F 值	p 值
知性追求	未婚	18.827	3.032	組間	33.432	4	8.358	0.766	.548
	已婚無子女	18.650	2.852	組內	2837.074	260	10.912		
	子女六歲以下	17.943	3.560	總和	2870.506	264			
	子女 6-20 歲	18.912	3.118						
	子女 20 歲以上	18.568	4.038						
社會需求	未婚	20.378	2.473	組間	32.879	4	8.220	0.913	.475
	已婚無子女	19.638	3.37	組內	2331.060	259			
	子女 6 歲以下	19.585	3.744	總和	2363.939	263			
	子女 6-20 歲	20.035	2.514						
	子女 20 歲以上	19.575	3.554						
成就性需求	未婚	19.245	2.915	組間	34.640	4	8.660	0.914	.456
	已婚尚無子女	18.450	2.892	組內	2463.345	260	9.474		
	子女 6 歲以下	18.981	3.067	總和	2497.985	264			
	子女 6-20 歲	18.474	3.089						
	子女 20 歲以上	19.432	3.563						
健康與適能	未婚	34.969	3.751	組間	90.233	4	22.558	1.265	.284
	已婚無子女	33.450	5.862	組內	4636.733	260	17.834		
	子女 6 歲以下	35.377	5.115	總和	4726.966	264			
	子女 6-20 歲	35.597	3.620						
	子女 20 歲以上	34.478	3.818						

#### (六) 受試者不同每月平均所得休閒運動參與動機差異性比較

受試者不同每月平均所得休閒運動參與動機量表的得分，經單因子變異數分析結果發現，受試者不同每月平均所得在「知性追求」、「社會需求」、「成就性需求」、「健康與適能」四構面都未達顯著差異 ( $p>.05$ )，受試者不同每月平均所得休閒運動參與動機單因子變異數分析，如表 4-24 所示：

表 4-24 受試者不同每月平均所得休閒運動參與動機單因數變異數分析摘要表

構面名稱	變項	平均數	標準差	變異數分析					
				變異數 來源	離均差 平方和	自由度	均方	F 值	p 值
知性追求	50000 元以下	18.610	3.346	組間	27.310	2	2.886	0.264	.768
	5001-70000 元	18.764	3.126	組內	2864.734	262	10.934		
	70001 元以上	18.286	3.585	總和	2870.506	264			
社會需求	50000 元以下	19.823	3.133	組間	19.466	2	9.733	0.1084	.340
	5001-70000 元	20.364	2.427	組內	2344.474	261	8.983		
	70001 元以上	19.686	3.668	總和	2363.939	263			
成就性需求	50000 元以下	18.844	3.081	組間	8.797	2	4.398	0.463	.630
	5001-70000 元	19.079	3.023	組內	2489.188	262	9.501		
	70001 元以上	19.371	3.237	總和	2497.985	264			
健康與適能	50000 元以下	34.631	4.654	組間	89.612	2	44.806	2.531	.081
	5001-70000 元	35.798	3.234	組內	4637.354	262	17.700		
	70001 元以上	34.371	4.486	總和	4726.966	264			

(七) 受試者不同.每月平均休閒花費休閒運動參與動機差異性比較

受試者不同.每月平均休閒花費不同.每月平均休閒花費休閒運動參與動機量表的得分，經單因子變異數分析結果發現，受試者不同每月平均休閒花費在「知性追求」、「社會需求」、「成就性需求」、「健康與適能」四構面都未達顯著差異 ( $p>.05$ )。受試者不同每月平均休閒花費在休閒運動參與動機單因子變異數分析，如表 4-25 所示：

表 4-25 受試者不同每月平均休閒花費休閒運動參與動機單因子變異數分析摘要表

構面名稱	變項	平均數	標準差	變異數分析					
				變異數來源	離均差平方和	自由度	均方	F 值	p 值
知性追求	1000 元以下	18.300	4.345	組間	93.780	3	31.260	2.938	.34
	1001-5000 元	18.248	3.252	組內	2776.726	261	10.639		
	5001-10000 元	19.265	2.604	總和	2870.506	264			
	10001 元以上	19.963	2.393						
社會需求	1000 元以下	19.650	3.199	組間	28.300	3	9.433	1.050	.371
	1001-5000 元	19.886	3.142	組內	233.5640	260	8.983		
	5001-10000 元	20.063	2.538	總和	2363.939	263			
	10001 元以上	20.889	2.577						
成就性需求	1000 元以下	18.755	3.786	組間	53.565	3	17.855	1.906	.129
	1001-5000 元	18.735	2.986	組內	2444.420	261	9.366		
	5001-10000 元	19.327	2.787	總和	2497.985	264			
	10001 元以上	20.148	2.727						
健康與適能	1000 元以下	35.475	3.266	組間	50.163	3	16.721	0.933	.425
	1001-5000 元	34.671	4.785	組內	4676.803	261	17.919		
	5001-10000 元	35.020	3.550	總和	4726.906				
	10001 元以上	35.963	3.204						

#### 第四節 分析討論

本節根據研究結果更進一步分析討論，共分二部份：一、分析受試者休閒運動參與現況（包括每週參與次數、時數、時段）加以分析特性及驗證，不同背景變項休閒運動參與現況之差異；二、分析受試者休閒運動參與動機（包括健康與適能、成就性需求、社會需求、知性追求等四構面）及驗證不同背景變項在休閒運動參與動機之差異。

##### 一、受試者休閒運動參與現況及假設驗證

###### （一）就參與次數而言

研究統計發現：受試者每週休閒運動參與次數以 2-4 最多（55.8%），但每週只參與一次教師也有 35.5%，這表示偏遠的地區國

小教師休閒運動參與次數有待努力空間。本結果與許泰章（民 89）之臺北市國小教師運動行為及其影響因素之研究相似，換言之，休閒運動參與次數並不因地區而有差異。

#### （二）就參與時數而言

受試者每週休閒運動參與時數分別是 60 分鐘以內( 40% ) 61-120 分鐘 ( 30.9 % ) 121-180 分鐘 ( 16.2% ) 181 分鐘以上 ( 12.1% )，有隨時間之增長而人數減少的現象。此結果與林木俊、沈莉青、廖志猛等三人、( 民 82 ) 及許泰章 ( 民 89 ) 研究結果相似。其原因可能試研究對象背景變項相似所致。

#### （三）就參與時段而言

研究發現：大都數受試者參與休閒運動時段以選擇 16：30 分下班時段。此結果與沈易利（民 87）研究結果相符合，顯示出受試者於下班後選擇休閒運動比例與一般民眾沒什麼差別。可能因為下班後參與休閒運動能紓解一天累積工作壓力，運動後即可回家洗澡之便。

#### （四）驗證假設

1.假設 1-1：受試者不同背景變項休閒運動參與次數之差異。

年齡、教育程度、職稱、每月平均所得、每月休閒花等五變項均無顯著差異，另外在性別及家庭狀況兩變項均達到差異水準，分別為 (  $x^2=8.976$  ,  $p<.05$  ) (  $x^2=22.458$  ,  $p<.05$  )。在參與次數上，男性每週平均參與休閒運動次數，顯著高於女性，此結果與沈易利（民 87）所得結果相符合，顯示偏遠地區女性教師在休閒運動參與次數上，尚有努力推廣的空間。而家庭狀況方面，以未婚者參與次數最高，而已婚尚無子女者參與率最低，可能原因是未婚年輕教師無家庭，空間時相對增多，因此，每週參與次數增多，而已婚尚無子女者，則尚停留戀愛中，夫婦相處時間增多，將於夫妻感情世界而較無時間參與休閒

運動。

2.假設 1-2：受試者不同背景變項休閒運動參與時數之差異。

年齡、教育程度、職稱、家庭狀況，每月平均休閒費等方面，則呈現顯著差異，性別方面女性教師參與時數低於男性教師此與沈易利（民 87）臺灣省民眾休閒運動參與和需求之研究相符合每週參與時數 60 分鐘以內者女性教師高於男性教師，60 分鐘以上男性教師平均高於女性教師，其可能原因是因女性，除了教學工作外，另兼負家庭工作的重責大任，顯示出兩性平權還有段距離。而每月平均休閒花費方面，以每 1001 元以上參與時數最少，而 1001-5000 元參與平均時數平均最高，其原因可能是偏遠地區，休閒花費場所少，參與休閒比較不用花費即可參與休閒運動。

3.假設 1-3：受試者不同背景變項在休閒運動參與時段之差異。

研究顯示，性別、職稱、每月平均所得、每月平均休閒花費休閒運動參與時段選擇無顯著差異，但在年齡、教育程度、家庭狀況上，呈現顯著差異。其原因：以年齡而言，可能原因是教學工作固定，作息時間較規律，大多選擇在 16：30 分下班以後。此結果與沈易利（民 87）結果相似。教育程度而言：同樣雖顯著，顯示教育程度高低，與參與時數無關。選擇時段偏向 16：30 分以後，而其他時段選較少，其原因下班後時間較充裕之故。

二、受試者休閒運動參與動機構面上之差異及驗證假設

（一）受試者休閒運動參與動機構面上的差異

本研究受試者在休閒運動參與動機構面上依序「健康與適能」、「社會需求」、「成就性需求」、「知性追求」。此結果與張良漢（民 90）針對中部大專院校學生研究部份不同，其可能原因是受試對象不同，教師下班後參與休閒運動以放鬆心情，增加體力的「健康與適能」構面較

受重視，而「知性追求」構面較不重視

(二) 不同背景變項休閒運動參與動機無顯著差異。

1. 假設 2-1：不同性別休閒運動參與動機構面上之差異。

不同性別受試者休閒運動參與動機量表上的得分，經獨立樣本 t 考驗分析結果，在「健康與適能」、「社會需求」、「成就性需求」、「知性追求」等四構面均無顯著差異 ( $p>.05$ )，此結果反映出男女性教師對於休閒活動參與動機是無差異性存在。其可能原因是男女教師具有相似背景，工作性質及環境相似。

2. 假設 2-2：不同年齡在休閒活動參與動機構面上之差異。

不同年齡在休閒運動參與動機量表上的得分，經單因子變異量數分析 (one-way ANOVA) 得知，在「健康與適能」、「社會需求」、「成就性需求」、「知性追求」等四構面均無顯著差異，此結果與陳文長(民 84)，研究相符合，不符合原因可能在於陳文長之研就所調查對象是大学生，而本研究對象為偏遠地區國小教師。

3. 假設 2-3：不同教育程度休閒運動參與動機構面上之差異。

本研究受試者不同教育程度休閒運動參與動機量表的得分，經單因子變異量數分析 (one-way ANOVA) 結果發現「健康與適能」、「社會需求」、「成就性需求」、「知性追求」等四構面，均無顯著差異，其可能原因是偏遠地區，國小教師在求學階段所接受職前教育內容及所修習課程同質性高，導致教育程度與休閒運動參與動機趨向一致性。

4. 假設 2-4：不同職稱休閒運動參與動機構面上之差異。

研究結果顯示，不同職稱教師在休閒運動參與動機量表的得分，經單因子 (one-way ANOVA) 變異數分析發現在「健康與適能」、「社會需求」、「成就性需求」、「知性追求」無顯著差異。其主要原因：在於兼行政教師，級任教師，科任教師，其工作性質差異並不太大，同

時在偏遠地區學校規模小兼行政工作比例較高，幾乎每位教師都必負擔部份行政工作，因此職稱在休閒運動參與動上，並無顯著差異。

5.假設 2-5：不同家庭狀況休閒運動參與動機構面上之差異。

不同家庭狀況受試者休閒運動參與動機構量表的得分，經單因子變異量數分析( one-way ANOVA )結果發現，不同家庭狀況教師在「健康與適能」、「社會需求」、「成就性需求」、「知性追求」四構面上都無顯著差異。其可能原因是受試者家庭狀況類似，家庭成員較少因此在休閒參與動機構面未達差異水準。

6.假設 2-6：每月平均所得休閒運動參與動機構面上之差異

受試者不同每月平均所得之教師在休閒運動參與動機構量表不同得分，經單因子變異量數分析 ( one-way ANOVA ) 得知，在「健康與適能」、「社會需求」、「成就性需求」、「知性追求」四構面上，都呈現無顯著差異。其原因大概是受試者每月平均所得固定，致使在休閒運動選擇動機上所考慮因素也許也較相似。

7.假設 2-7：每月平均休閒花費休閒運動參與動機構面上之差異。

受試者每月平均休閒花費休閒運動參與動機構量表的得分經單因子變異量數分析 ( one-way ANOVA )，得知在「健康與適能」、「社會需求」、「成就性需求」、「知性追求」四構面均無顯著差異。其可能因素是受試者每月收入固定，除了薪水外大都無其他收入，因此在休閒運動參與動機也受到收入影響，同時偏遠地區休閒運動常是免費，所以，參與動機構面呈現無差異。

## 第五章 結論與建議

### 第一節 結論

#### 一、不同背景變項的人口統計特徵

本研究受試者休閒運動現況得知，背景變項中性別方面，以男性教師 144 人居多，佔 54.3%；在年齡方面以 31-40 歲者 93 人居多，佔 35.1%；在教育程度方面以大學畢業程度 208 人居多，佔 78.5 人；在職稱方面以兼行政教師 125 人居多，佔 47.2%；在家庭狀況方面已未婚者 98 人居多，佔 37%；每月平均所得方面以 50000 元以下者 141 人居多，佔 53.2%；在每月平均休閒花費方面以 1001-5000 元者 149 人最多，佔 56.2%。

#### 二、休閒運動參與現況特徵

本研究受試者參與休閒運動現況得知，受試者每週休閒運動參與次數以 2-4 次 148 人居多，佔 55.8%；每週休閒運動參與時數以 60 分鐘以內者 108 人居多，佔 40%；每週休閒運動參與時段以 16：30 以後者 162 人居多，佔 61.1%；每週休閒運動參與期日以週六及週日 158 人居多，佔 58.1%；每週休閒運動參與資訊來源親友告知者以 163 人居多，佔 33.7%。每週休閒運動無法參與原因以時間因素 198 人居多，佔 30%。

#### 三、不同背景變項在休閒運動參與現況差異性考驗部分

不同背景變項在休閒運動參與次數差異性部分，經卡方檢定在年齡、教育程度、職稱、每月平均所得、每月平均休閒花費等皆未達顯著差異。而在性別、家庭狀況兩方面均達顯著差異。

不同背景變項在休閒運動參與時數差異性部分，經卡方檢定在年齡、教育程度、職稱、家庭狀況、每月平均所得、等皆未達顯著差異。

而在性別、每月平均休閒花費兩方面均達顯著差異。

不同背景變項在休閒運動參與時段差異性部分，經卡方檢定在性別、年齡、職稱、家庭狀況、每月平均所得、每月平均休閒花費等皆未達顯著差異。而在年齡、教育程度、家庭狀況方面均達顯著差異。

#### 四、休閒運動參與動機部分

(一) 受試者在休閒運動參與動機量表各構面反應特性：以「健康與適能」平均得分最高，其次依序為「社會需求」、「成就性需求」及「知性追求」。

(二) 不同背景變項休閒運動參與動機差異性部分，性別、年齡、教育程度、職稱、家庭狀況、每月平均所得、每月平均休閒花費在「知性追求」、「社會需求」、「成就性需求」、「健康與適能」四構面都未達顯著差異。

### 第二節 建議

#### 一、對教師的建議

研究結果發現偏遠地區國小教師 40 歲以下者佔 67.6%，而高達 35.5% 的教師每週休閒運動次數只有一次，同時有 40% 的教師每週參與時數只有 60 分鐘以內，並未達到教育部「三三體適能」運動標準，顯示出偏遠地區國小教師未能以身教來使學生參與休閒運動，值得教師們自我檢討與改進的空間，因此，教師本身應自我要求加強休閒運動的參與。

#### 二、對教育主管單位的建議

本研究發現偏遠地區國小教師因學校行政工作繁多，所以兼行政的比例佔 47.2%，顯現出偏遠地區國小教師除了教學以外，另有行政工作負擔，導致教師們無時間參與休閒運動的原因。所以，建議教育主管單位能提高偏遠地區教師員額編制及行政人員數，減低教師行政

負擔。同時能於週休二日時能舉辦教師休閒運動項目，讓偏遠地區教師參與機會。

### 三、對未來研究者的建議

- (一) 擴大研究範圍：研究對象可包括偏遠地區國中教師、偏遠地區公務員、一般國民的休閒運動狀況有全面瞭解。
- (二) 研究的背景變項可針對教師休閒運動參與種類、態度、需求、阻礙等方面來研究，期能更加完整的瞭解「偏遠地區教師休閒運動參與現況的情形」。

## 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。
- 牛玉珍（民 86）。教師規律運動行為影響因素之研究 - 以交通大學為例。未出版之國立臺灣師範大學體育研究所碩士論文，臺北。
- 王武昌（民 69）。臺北市青年學生運動員參與運動動機調查。未出版之國立臺灣師範大學體育研究所碩士論文，臺北。
- 朱嘉華（民 88）。國小教師身體活動與睡眠品質之相關研究。未出版之國立臺灣師範大學體育研究所碩士論文，臺北。
- 江良規（民 68）。體育原理新論。臺北：臺灣商務印書館。
- 行政院主計處（民 89）。臺灣地區社區發展趨勢調查報告。臺北：行政院主計處。
- 何福田、蔡培村（民 79）。青少年生活適應與休閒活動規劃之研究。臺北：行政院青年輔導委員會出版。
- 余枝源（民 76）。私立新埔公專學生「運動參與動機」之因素分析。亞洲體育，36，18-19。
- 吳慧玲（民 86）。臨床護理人員規律運動習慣及其相關因素探討。未出版之國立臺灣大學護理研究所碩士論文，臺北。
- 李世昌（民 89）。同儕對休閒活動影響之研究-以南開工商專科學校為例。未出版之朝陽大學休閒事業管理系碩士論文，臺中。
- 李明榮（民 87）。國家休閒運動推廣計畫及未來策略。國立臺灣體育學院休閒系刊，1，7。
- 李國華（民 82）。國民小學教師休閒活動狀況調查研究。國立臺南師範學院學報，26，313-332。
- 李蘭、陸均玲、李隆安（民 84）。臺灣地區成人的健康行為探討：分

- 布情形、因素結構和相關因素。中華公共衛生雜誌，14，4，358-367。
- 沈易利（民 87）。臺灣省民眾休閒運動參與與需求之研究。臺中：霧峰出版社。
- 沈易利（民 88）。休閒運動的未來發展。國立臺灣體育學院休閒系刊，2，21。
- 辛晚教（民 79）。休閒、教育、人生-休閒教育研討會專輯。臺北：中華民國戶外遊憩學會。
- 林木俊、沈莉青、廖志猛（民 82）。民眾參與休閒運動態度與行為之研究 - 以臺北市四季潛水游泳會為例。國立體育學院論叢，4（1），69-93。
- 林宏恩（民 86）。休閒生活與品味人生。師友，336，10-14。
- 林章榜（民 90）。高中（職）學生課後參與休閒運動-以明道高級中學為例。2001 國際運動教練科學研討會論文集，689-724。臺中：國立臺灣體育學院。。
- 林章榜（民 90）。明道中學日間部學生課後參與運動休閒隻動機研究。體育學報，30，152-162。
- 林貴福、盧淑雲（民 87）。認識健康體能，35。臺北：師大書苑。
- 林顯宗（民 90）。公務員休閒態度之研究-以臺北地區為例。未出版之國立臺灣師範大學三民主義研究所碩士論文，臺北。
- 高俊雄（民 84）。休閒利益三因素模式。戶外遊憩研究，8（1），15-28。
- 張文義（民 89）。花蓮縣原住民部落休閒行為之研究。未出版之中國文化大學運動教練研究所碩士論文，臺北。
- 張良漢（民 90）。休閒運動參與動機、現況及需求之研究。2001 國際高等教育體育學術研討會論文集。臺北：國立臺灣師範大學。

- 張坤鄉（民 80）。國中教師休閒活動狀況之調查研究。臺灣省教師精神修養專輯，12，106-113。
- 張春興（民 82）。現代心理學。臺北：東華書局。
- 張春興（民 83）。教育心理學。臺北：東華書局。
- 陳顯宗（民 81）。大專學生參與合球運動之動機因素調查分析。亞洲體育，15，(1)，37-53。
- 張彩秀、姜逸群（民 84）。國人運動行為、體適能及主觀健康狀況之研究。學校衛生，26，2-10。
- 梁坤茂(民 88)。高雄市國中教師參與休閒性社團及相關因素之研究。未出版之國立高雄師範大學工業科技教育學系碩士論文，高雄。
- 許泰彰（民 89）。臺北市國小教師運動行為及其影響因素之研究。國立體育學院論叢，11（1），261-277。
- 許義雄（民 69）。休閒的意義、內容及其方法。體育學報，3，344-416。
- 許樹淵（民 89）。運動心理學。臺北：師大書苑。
- 連婷治（民 87）。臺北縣國小教師休閒態度與休閒參與之相關研究。未出版之國立新竹師範學院國民教育研究所碩士論文，新竹。
- 交通部觀光局（民 80）。中華民國八十年度台灣地區國民旅遊狀況報告書。行政院交通部觀光局，臺北。
- 陳文長（民 84）。大學生運動性休閒參與動機與興趣分組體育課滿意度之相關研究。未出版之國立體育學院研究所碩士論文，桃園。
- 陳定雄（民 79）。以休閒啟發運動興趣，奠定全民運動基礎。全國社會體育會議綜合結論報告。
- 陳定雄（民 83）。休閒運動相關術語之歷史研究。國立臺灣體育專科學校學報，4，26。

- 陳金樹（民 80）。體育、競技運動與休閒活動探討。臺北：中華民國體育運動總會。
- 陳思倫、歐聖榮、林連聰（民 85）。休閒遊憩概論。臺北：國立空中大學。
- 陳鏡清、陳金樹（民 82）。臺北市公務人員動態休閒活動現況調查研究。體育學報，7，61-84。
- 陳麗華（民 80）。臺北市女大學生休閒運動態度與參與狀況之研究。未出版之國立體育學院研究所碩士論文，桃園。
- 曾誰芬（民 77）。工作、生活目標與休閒參與之研究 - 以臺北地區藝術工作者和行政工作者為例。未出版之私立東吳大學社會研究所碩士論文，臺北。
- 黃嘉宗（民 75）。高職學生休閒活動調查研究。未出版之國立高雄師範大學教育研究所碩士論文，高雄。
- 黃文祥（民 87）。足球選手參與動機之研究。大專院校體育學術研討會專刊，437-451。
- 劉翠薇（民 84）。北縣某商專學生運動行為及其影響因素之研究。未出版之國立臺灣師範大學衛生教育研究所碩士論文，臺北。
- 潘美玉（民 85）。某公司中年白領階級男性規律運動習慣及其相關之研究。未出版之國立臺灣大學護理研究所碩士論文，臺北。
- 盧俊宏（民 83）。運動心理學。臺北：師大書苑。
- 賴清財（民 89）。我國北區軍事院校學生休閒運動需求探討。未出版之中國文化大學運動教練研究所碩士論文，臺北。
- 閻振興、高明（民 73）。當代國語大辭典。臺北：百科文化事業。
- 薛銘卿（民 82）。臺北市國小學童課餘時間休閒活動興趣取向、參與狀況影響因素之研究。未出版之國立體育學院碩士論文，桃園。

鍾志強 ( 民 88 )。 大學生休閒運動行為及相關因素之研究。臺南：復文書局。

鍾瓊珠 ( 民 84 )。 大專運動員休閒行為之研究-國立臺灣體專學生為例。未出版之國立體育學院研究所碩士論文，桃園。

蘇廣華 ( 民 90 )。 憂鬱傾向與休閒參與、休閒阻礙及休閒滿意關係研究-以國立臺南護專學生為例。未出版之國立體育學院研究所碩士論文，桃園。

## 二、英文部分

Blair, S. N., Kohl, H. W., Paffenbarger, R. S., Clark, D. G., Cooper, K. H., & Gibbons, L. W. (1989). Physical fitness and all-cause mortality: A prospective study of healthy men and women. Journal of the American Medical Association, 262(17), 2395-2401.

Blumenthal, J. A., Emery, C. F., Madden, D. J., George, L. K., Coleman, E., Riddle, M. W., Mckee, D. C., Reasoner, J., & Williams, R. S. (1989). Cardiovascular and behavioral effects of aerobic exercise training in healthy older men and women. Journal of Gerontology, 44, 147-157.

Brightbill, C. K. (1960). The challenge of leisure. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.

Brockman, C. F., & Merriam, L. C. (1973). Recreation use of wild lands. New York: Mc Graw-Hall.

Caspersen, C. J., Powell, K. E., & Christenson, G. M. (1985). Physical activity exercise and physical fitness: Definition and distinction for health related research. Public Health Papers and Reports, 100, 136-146.

Clawson, M., & Knetsch, J. L. (1966). Economics of outdoor recreation. Balltimore, MD: Johns Hopkins University Press.

Gould, D., Feltz, D., & Weiss, M. (1985). Motive for participation in

- competitive youth swimming. International Journal of Sport Psychology, 16, 126-140.
- Holcomb, J. D., & Mullen, P. D. (1986). Certified nurse-midwives and health promotion and disease. Journal of Nurse-Midwifery, 31(3),141-147.
- Kelly, J. R. (1982). Leisure. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Kelly, J. R. (1990). Leisure. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Klint, K. A., & Weiss, M. R. (1986). Dropping in and dropping out: Participation motives of current and youth gymnasts. Canadian Journal of Applied Sport Sciences. 11(2), 106-114.
- Kraus, R. G. (1984). Recreation and leisure in modern society (3<sup>rd</sup> ed.). Pacific Palisades, Calif: Goodyer.
- Robison, J. I., & Roger, M. A. (1994). Adherence to exercise programmes recommendations. Sport Medicine, 17(1), 39-52.
- United States Department of Health and Human Services (1996). Physical activity and health: A report of the surgeon general. Washington DC: US Government Printing Office.
- Wilson, R. L. (1991). Physical activity, absenteeism, stress, and attitude toward. U.M.I. Dissertations Service.

## 附錄 A

### 屏東縣偏遠地區國小教師休閒運動參與現況及動機調查預試問卷

親愛的教育同仁您好：

這是一份學術性的問卷，其目的是想了解偏遠地區國小教師參與休閒運動的現況及動機。提供作為教育主管機關規劃教師休閒運動之參考，第一部份為基本資料，第二部分為休閒運動參與現況，第三部份為休閒運動參與動機。各項的答題無所謂對與錯，懇請據實作答您所填之資料不做個別探討，僅作綜合性分析，您的寶貴意見對本研究非常重要，感謝您的協助！

敬祝

工作愉快，萬事如意！

國立臺灣體育學院

體育研究所

研究生：李 嘉 慶

指導教授：杜 登 明 敬上

#### 第一部分：基本資料

說明：以下是關於您的基本資料，所得僅供統計分析之用，絕對不對外公開，請您詳實在「內打『 』」，感謝您的合作。

##### 1、性別：

(1) .男                      (2) .女

##### 2、年齡：

(1) 20 - 30 歲      (2) 31 - 40 歲      (3) 41 - 50 歲  
(4) 51 歲以上

##### 3、教育程度：

(1) 專科      (2) 大學      (3) 研究所以上 (含碩士博士班)

##### 4、職稱：

(1) 教師兼行政工作者 (含校長主任組長)      (3) 級任教師  
(3) 科任教師

##### 5、家庭狀況

(1) 未婚                      (2) 已婚尚無子女      (3) 子女六歲以下  
(4) 子女六歲 - 二十歲間      (5) 子女二十歲以上

6、平均每月所得：

(1) 50000 元以下 (2) 50001 - 70000 元 (3) 70001 元以上

7、平均每月休閒花費：

(1) 1000 元以下 (2) 1001 - 5000 元  
(3) 5001 - 10000 元 (4) 10001 元以上

## 第二部分：休閒運動參與現況

說明：(您在工作下班後與日常生活必須做的事之外空閒時間所從事的運動項目)

以下是關於您個人參與休閒運動的現況，請就實際情況填答，謝謝！

您最近常參與的休閒運動情形，請在適當處填上打✓或於「」處填上資料。

- 1、您每週參與休閒運動的次數大約是： 1 次 2-4 次 5 次以上
  
- 2、您每週參與休閒運動的時數大約是： 60 分鐘以內 61-120 分鐘  
120-180 分鐘 180 分鐘以上
  
- 3、您參與休閒運動時段大都在 (可複選)： 上午 8：00 以前  
上午 8：00-12：00  
午休 12：00 -13：30  
下午 13：30-16：30  
傍晚 16：30 以後。
  
- 4、您參與休閒運動期日大都是利用： 週一至週五 週六、週日  
二天以上假期。
  
- 5、您參與休閒運動的資訊來源是：  
報紙 廣告傳單 電視 雜誌 廣播 戶外看板  
親友告知 運動組織
  
- 6、影響您無法參與休閒運動的原因是 (可複選)：  
時間因素 交通問題 費用負擔 缺乏指導 沒有友伴  
沒有興趣 體力問題 工作問題 場地因素 資訊不足  
環保問題 運動技巧問題 家人問題

### 第三部分：休閒動機

說明：以下是想瞭解您參與休閒運動的動機，每一題目代表一種參與動機，請您根據自己的看法，依同意程度勾選。

1 非常不同意  
2 不同意  
3 有點不同意  
4 同意  
5 非常同意

1. 讓我對身旁事務更加瞭解
2. 使我能探索新觀念
3. 使我更進一步了解自己
4. 使我更有創造力
5. 使我想像力得以發揮
  
6. 與他人建立友誼
7. 可與他人在一起
8. 使我能接觸各種不同類型的人
9. 可以向他人表露我的想法
10. 讓我有一種歸屬於某一團體的感覺
  
11. 獲得他人的尊重
12. 可以改善我的工作技巧與能力
13. 使我感到主動積
14. 能獲得自我實現的成就感
15. 可以發現我的本領與技巧
  
16. 使我能夠放鬆心情
17. 精神的休息
18. 解除壓力與緊張
19. 有時我覺得喜歡獨自一個人
20. 可促進身體健康
  
21. 為保持健康的身材
22. 培養身體的適應能力
23. 使我獲得身體的舒適與輕鬆
24. 增加我的體力並使體能得以發揮
25. 培養美姿與節奏感

請再檢查一遍，是否有漏答題目，謝謝！

## 附錄 B

### 屏東縣偏遠地區國小教師休閒運動參與現況及動機調查問卷

親愛的教育同仁您好：

這是一份學術性的問卷，其目的是想了解偏遠地區國小教師參與休閒運動的現況及動機。提供作為教育主管機關規劃教師休閒運動之參考，第一部份為基本資料，第二部分為休閒運動參與現況，第三部份為休閒運動參與動機。各項的答題無所謂對與錯，懇請據實作答您所填之資料不做個別探討，僅作綜合性分析，您的寶貴意見對本研究非常重要，感謝您的協助！

敬祝

工作愉快，萬事如意！

國立臺灣體育學院

體育研究所

研究生：李 嘉 慶

指導教授：杜 登 明 敬上

#### 第一部分：基本資料

說明：以下是關於您的基本資料，所得僅供統計分析之用，絕對不對外公開，請您詳實在「內打『√』」，感謝您的合作。

##### 1、性別：

- (1) .男                      (2) .女

##### 2、年齡：

- (1) 20-30 歲      (2) 31-40 歲                      (3) 41-50 歲  
(4) 51 歲以上

##### 3、教育程度：

- (1) 專科              (2) 大學              (3) 研究所以上 (含碩士博士班)

##### 4、職稱：

- (1) 教師兼行政工作者 (含校長主任組長)      (3) 級任教師  
(3) 科任教師

##### 5、家庭狀況

- (1) 未婚                      (2) 已婚尚無子女                      (3) 子女六歲以下  
(4) 子女六歲 二十歲間                      (5) 子女二十歲以上

6、平均每月所得：

(1) 50000 元以下 (3) 50001-70000 元 (4) 70001 元以上

7、平均每月休閒花費：

(1) 1000 元以下 (2) 1001 5000 元  
(3) 5001 10000 元 (4) 10001 元以上

## 第二部分：休閒運動參與現況

說明：(您在工作下班後與日常生活必須做的事之外空閒時間所從事的運動項目)

以下是關於您個人參與休閒運動的現況，請就實際情況填答，謝謝！

您最近常參與的休閒運動情形，請在適當處填上打✓或於「」處填上資料。

- 1、您每週參與休閒運動的次數大約是：  
1 次    2- 4 次    5 次以上
  
- 2、您每週參與休閒運動的時數大約是：  
60 分鐘以內    61-120 分鐘  
120-180 分鐘    180 分鐘以上
  
- 3、您參與休閒運動時段大都在(可複選)：  
上午 8：00 以前  
上午 8：00-12：00  
午休 12：00 -13：30  
下午 13：30-16：30  
傍晚 16：30 以後。
  
- 4、您參與休閒運動期日大都是利用：  
週一至週五    週六、週日  
二天以上假期。
  
- 5、您參與休閒運動的資訊來源是：  
報紙    廣告傳單    電視    雜誌    廣播    戶外看板  
親友告知    運動組織
  
- 6、影響您無法參與休閒運動的原因是(可複選)：  
時間因素    交通問題    費用負擔    缺乏指導    沒有友伴  
沒有興趣    體力問題    工作問題    場地因素    資訊不足  
環保問題    運動技巧問題    家人問題

### 第三部分：休閒動機

說明：以下是想瞭解您參與休閒運動的動機，每一題目代表一種參與動機，請您根據自己的看法，依同意程度勾選。

1 非常不同意  
2 不同意  
3 有點不同意  
4 同意  
5 非常同意

1. 讓我對身旁事務更加瞭解
2. 使我能探索新觀念
3. 使我更進一步了解自己
4. 使我更有創造力
5. 使我想像力得以發揮
  
6. 與他人建立友誼
7. 可與他人在一起
8. 使我能接觸各種不同類型的人
9. 可以向他人表露我的想法
10. 讓我有一種歸屬於某一團體的感覺
  
11. 獲得他人的尊重
12. 可以改善我的工作技巧與能力
13. 使我感到主動積極
14. 能獲得自我實現的成就感
15. 可以發現我的本領與技巧
  
16. 使我能夠放鬆心情
17. 精神的休息
18. 解除壓力與緊張
19. 可促進身體健康
20. 為保持健康的身材
21. 培養身體的適應能力
22. 使我獲得身體的舒適與輕鬆
23. 增加我的體力並使體能得以發揮

請再檢查一遍，是否有漏答題目，謝謝！

## 附錄 C

屏東縣偏遠地區國小教師人數及問卷數量表

學校名稱	編制員額	發出問卷數	回收數	有效數	有效問卷%
新豐國小	10	10	9	5	50.00%
關福國小	10	10	8	8	80.00%
廣興國小	10	10	7	6	60.00%
信國國小	10	10	10	8	80.00%
琉球國小	10	10	7	6	60.00%
天南國小	10	10	8	7	70.00%
全德國小	16	16	12	12	75.00%
白沙國小	19	19	14	14	73.68%
龍泉國小	10	10	6	6	60.00%
山海國小	10	10	10	6	60.00%
大光國小	10	10	9	7	70.00%
水泉國小	11	11	10	10	90.00%
大平國小	10	10	8	7	70.00%
溫泉國小	11	11	10	9	81.82%
長樂國小	10	10	10	9	90.00%
永港國小	11	11	10	8	72.72%
武潭國小	29	29	21	18	62.07%
萬安國小	10	10	10	10	100.00%
望嘉國小	10	10	10	10	100.00%
文樂國小	10	10	8	6	60.00%
南和國小	10	10	9	9	90.00%
古華國小	17	17	16	10	58.82%
草埔國小	14	14	14	12	85.71%
牡丹國小	21	21	21	20	95.24%
九鵬國小	11	11	10	10	90.10%
泰武國小	17	17	13	10	58.82%
牡林國小	10	10	9	8	80.00%
高士國小	10	10	9	9	90.00%
合計	345	345	308	265	76.81%