

# 個人與家庭背景因素對國小學童運動參與態度之影響

國立臺灣體育學院

洪正倫、蔡俊傑

## 摘要

目的：在探討國小學童之個人與家庭的背景因素對運動參與態度的影響。方法：以台中縣 21 所國小的四、五、六年級學童 1732 人為研究對象，先調查基本資料，作為分組變項，並填寫自編之運動參與態度量表，量表構面有三：運動情意、運動行為、運動認知。所得資料運用 SPSS 套裝軟體進行描述性統計、t 考驗、單因子變異數分析及 Scheffe 事後比較加以處理分析。結果：一、在運動認知、運動情意上，男性皆高於女性；在運動行為上女性高於男性。二、在運動情意與運動行為，四、五年級高於六年級，四年級又高於五年級。三、在運動行為上父母教養權威式、民主式高於放任式。四、在運動情意與運動認知上，父母鼓勵的態度高過於反對。五、整體運動參與態度上有運動習慣的父母大於沒有運動習慣的父母。六、整體運動參與態度上有運動習慣的學童大於沒有運動習慣的學童。七、整體運動參與態度上曾經參加運動社團或運動代表隊皆高於沒有參加。八、在運動行為與運動認知上原住民身分最低。九、在運動行為上單親家庭、雙親家庭高於依親家庭。十、不同居住地、不同身體質量指數在國小學童運動參與態度沒有差異。

結論：一、國小學童運動參與態度排序分析，依序為：1.運動認知；2.運動行為；3.運動情意。整體運動參與態度介於「同意」到「非常同意」之間。二、學童個人方面為男性、一般學生、較低年級、曾參與運動社團、有運動習慣；家庭方面為父母有運動習慣、父母態度支持、雙親或單親家庭者運動參與態度高。

關鍵詞：國小學童、運動參與態度、運動情意、運動行為、運動認知

## Effects of personal and family factors on elementary school children's attitude toward exercise participation.

### Abstract

This study aims at investigating the personal and family factors that may influence the exercise attitudes of elementary school children.

This study applies a questionnaire approach. The subjects of the questionnaires are 1,732 elementary school children from fourth year, fifth year and sixth year. They distribute in 21 elementary schools in Taichung County. The children are requested to fill in the questionnaire of the "Exercise Attitude rating scale". The Exercise Attitude is including Exercise Affect, Exercise Behavior, Exercise Cognition. The collected data are analyzed with respects to descriptive statistics, t test, one-way ANOVA, and Scheffe comparative method with the use of SPSS program (Windows 8.0).

The findings of this study are as follows:

1. In terms of the Exercise Cognition and Exercise Affect, the scores of male children are all higher than that of female children. In terms of the Exercise Behavior, the scores of female children are higher than male children.
2. In terms of the Exercise Affect and Exercise Behavior, the scores of the fourth and fifth year children are higher than the sixth year children.
3. In terms of the Exercise Behavior, the scores of the children whose parents use authoritative or democratic educational methods are higher than those of the children whose parents use let-alone educational methods.
4. In terms of the Exercise Affect and Exercise Cognition, the scores of children whose parents' encourage them to do exercise are higher than those whose parents oppose exercise.

5. In terms of the Exercise Attitude, the scores of the children whose parents are used to exercise are higher than those whose parents are not used to exercise.
6. In terms of the Exercise Attitude, the scores of the children who are used to exercise are higher than those of the children who are not used to exercise.
7. In terms of the Exercise Attitude, the scores of the children who join the exercise club are higher than those of the children who never join the exercise club .
8. In terms of the Exercise Behavior and Exercise Cognition, the overall scores of the aboriginal children appear to be the lowest.
9. In terms of the Exercise Behavior, the scores of the children with single parent or both parents family are higher than those of the children with depending family.
10. The different residential area and BMI appear to be not different on the Exercise Attitude.

In conclusion, firstly, as to the Exercise Attitude of the elementary school children, the order of the importance of the three aspects are as follows: Exercise Cognition, Exercise Behavior and Exercise Affect. The overall Exercise Attitudes are between 'agree' and 'very much agree'. Secondly, the scores of the children's exercise intentions are higher in the groups of the male school children, of general children, of lower years, and of the children who join exercise club and of those children who are used to exercise. In terms of the parental factors, the children's attitudes towards exercise appear to be more positive in the groups of children whose parents have exercise habit, are supportive and who have both parents or single parent.

**Key words: personal factors, family factors, elementary school children, attitude toward exercise participation.**

## 壹、前言

### 一、問題背景

健康狀況是影響一個人生活品質的重要因素，而國民的健康則是奠定國家強盛的基石(行政院衛生署〔衛生署〕，2003)。近年來由於科技飛快的進步與富裕的物質條件，促使生活型態與環境的改變，使得現代人身體活動的機會越來越少，以致於出現許多現代社會文明病，如下背疼痛、肥胖、心血管疾病與高血壓、腫瘤、癌症等，這些症狀不但影響身心健康狀況、生活品質和個人工作效率，更造成社會與家庭的醫療費用支出。所以，現今社會中想要有一個良好的身體，就必須要有適度的運動，才能抵抗來自於文明病所帶來的病痛與壓力。根據文獻彙整的資料得知，適度且規律的運動可降低疾病罹患率及死亡率、減少身體脂肪量、增加工作效率、增加自信心、增加淨體重、改善外觀、使體格更好、使心情更好、提高生活品質。因此，珍愛生命、維持良好的生活品質就要做到「健康要行動，天天要運動，身體多活動，生命好生動」(衛生署，2004)。

教育部(2004)對中小學學生體適能檢測，就已經發現體適能的退步主要原因為「缺乏運動」，而教育部(2005)在「亞洲區體適能檢測與推廣策略高峰會議」又公佈調查指出，我國中、小學生的體適能評比結果比美國、英國、法國、日本、中國大陸為差，尤其在體適能的重要指標心肺耐力方面落後最多，而心肺耐力就是身體健康的重要指標。研究也指出台灣的中小學生僅有 22% 的學生有規律運動，顯示台灣學生較無規律的運動習慣已使學童的健康警訊亮起紅燈。有鑑於此，教育部表示將推動「一人一運動、一校一團隊」以提高運動參與風氣，增進身體健康，目標設定在兩年後的 2008 年，希望每一位學生都能每天運動 30 到 60 分鐘，並學會一種終身從事的運動技能，並將學生規律運動比率提高到 60%。

基於上述的現況，學校與社區近年來增設取多運動設施與場地，提供許多運動機會，學校體育課程也實施創意教學方法與提供樂趣化、休閒化的教學課程，各縣市政府也時常辦理運動比賽，與舉辦假日休閒運動(行政院體育委員會〔體委會〕，2005)。然而，運動參與情形的行為方面還是不盡理想，根據教育部(2005)委託台灣師範大學體育

研究所與發展中心所做的一項「學生運動參與情形」調查，特別將寒暑假併入計算，結果每週運動三天以上的各級學校的規律運動人口中，最高的竟然是國小學童，而且比例由22% 提升至 57.8% ，顯示學童因平時的課業壓力導致運動阻礙，而且調查顯示當年齡與學歷向上增加時，規律運動比例竟然呈現往下遞減狀態。

適度且規律的運動能增進身體健康，國小學童應該樂於運動、勇於運動才對，為何運動參與的行為調查結果，卻不盡人意。依據「態度與行為一致性理論」顯示態度能預測行為，而國小學童的運動參與行為不理想，是否運動參與態度出了問題？因此探究國小學童的運動參與態度，為本研究的動機。

個人是國小基層教育工作者，與國小學童互動頻繁，有感於運動觀念的介入仍有待努力的空間，特著手本研究，期望藉由此次調查，能深入瞭解國小學童的運動參與態度，以做為提供教育單位及學術研究之參考。

## 二、運動參與態度相關文獻探討

### (一) 運動參與 (exercise) 釋義

Caspersen (1985,1990)認為「身體活動」(physical activity)是指由於骨骼肌活動引起的任何身體移動所導致的能量消耗，它有四個特性，分別為：(1)經由骨骼肌所導致的身體移動；(2)消耗能量；(3)能量消耗是由低到高的連續狀態；(4)與體能成正相關。而「運動」除了上述的特性之外，還必須包括：(1)有計畫、有組織、反覆的進行；(2)以改善或維持體能為目標；(3)與身體活動之間呈非常高的正相關等三個特性。因此定義「運動」(exercise)是一種有計畫、有組織且具重要性的身體活動(physical activity)，其主要目的是促進或保持身體體適能(physical fitness)。

黃金柱(1999)將運動加入了「休閒」的元素；高俊雄(2002)將運動加入了「社交」的元素；許樹淵與崔凌震(2004)將運動加入了「目的」成份；而「參與」原為有計畫的參加、投入、從事某事之意(中華書局編輯部，1968)。本研究將「運動參與」定義為係指個人在生活當中，在從事某種有規律、有計畫的身體活動皆屬之，包含了學童在學校內的體育課程、家庭平日與假日的休閒運動、課外的運動技能學習如

運動社團與參加運動的比賽等。

## (二) 態度(attitude)的定義

徐光國(1996)將態度演變分成三個時代，首先 Allport 在 1935 年指出「態度」是一種透過生活經驗，在心理和神經的準備狀態，對於個人在反應一切相關對象和情境時，具有直接和動態的影響力，此定義建構出態度的意向行為層面。其次 Krech and Crutchfield 在 1948 年認為「態度」是與個人所處環境的某些方面有關的持續動機、情感和認知過程的持久結構，此定義建構出態度的情感與認知層面。最後 Rosenber and Hovland 在 1960 年主張態度是刺激(自變項)與行為(依變項)之間的中介變項，並定義態度是由情感成分、認知成分、與行為成分三者所構成，至此態度三成份被社會學家所認同。

李美枝(1987)認為態度是指對特定對象所持有的評價感覺與行為意向行為。

Myers(1993)將此情感、行為傾向、認知三個層面稱為「態度的 ABCs」，就是 affect(情感)、behavior intention(意向行為)以及 cognition(認知)。

張春興(1994)認為態度是指個人對於人、事、物及周圍世界，憑其認知及好惡所表現的一種相當持久的行為傾向。

由以上態度的定義整理得知：(1)態度的對象包含人、事、物，是內隱的心理準備。(2)屬於中介變項。(3)對行為具有相當的影響力。(4)成分包含情感成分、認知成分、與意向行為成分。(5)態度的形成具有持久性。綜合以上的態度的內涵，將「運動參與態度」(exercise attitude)定義為係指個人在生活當中，在從事某種有規律、有計畫身體活動的認知、情意與意向行為。在本研究中包括運動認知、運動情意、運動行為三個層面。

## 三、運動參與態度相關理論

關於態度形成與轉變主要有四個理論，分別是學習取向的學習論、認知一致性取向的認知論，及以動機取向的誘因論(黃安邦，1988/1991；趙居蓮，1992/1995)、態度與行為一致性理論，分述說明之。

### (一) 學習論：運動參與態度是學習而來的

學習取向論者認為態度的形成，是將人視為一個被動的個體，在各種訊息的刺激之下，透過學習的歷程學習到一些反應，這些反應最後就成了個體對於特定刺激的態度，而且形成後的態度包含了所有與對象的聯結關係與評價(李美枝，1987；黃安邦，1988/1991；趙居蓮，1992/1995)。學習論將態度視為一種後天習得的習慣，認為態度的形成與改變是按照某種條件下的反射模式而進行，強調態度形成與改變的過程中，有三個學習過程，分別是聯結、增強與社會學習。

### (二) 認知論：運動參與態度決定於運動信念

以社會心理學的觀點而言，認知論的主要觀點是個人的行為決定於自己對社會情境的知覺(黃安邦，1988/1991)。就認知論的三個觀點，分別是平衡理論、認知與情感一致性理論以及認知失調理論來說明態度的形成。

#### 1. 平衡理論(認知的一致)

平衡理論基於認知一致性的原則上來解釋態度，平衡理論是1958年由Fritz Heider及其他學者所發展的社會心理學古典理論，理論中假定個人的認知系統會對於評價態度產生趨向平衡的力量，當認知處於平衡狀態時，個體會呈現出一種滿意的狀態，而如果認知處於不平衡時，個體就會力求其平衡(時容華，1996；黃安邦，1988/1991；楊語芸，1993/1997；趙居蓮，1992/1995)。

#### 2. 認知與情感一致理論(認知與情感一致)

又稱為「態度結構一致論」，1965年由Rosenberg提出，著重態度成分中的認知與情感的協調一致。理論認為個人對於來自於外界的訊息的認知，會影響他情感上的偏好，個人也會促使認知和感情相互一致，如果不一致則會採取行動使認知與情感蓋趨於一致(徐光國，1999)。

#### 3. 認知失調理論(認知與行為一致)

認知失調理論於1957年由社會心理學家Festinger所提出，針對態度組合的三成分的不和諧部分，以及態度與行為不和諧的部分而論，偏重於態度成分中的認知因素(徐光國，1996)。理論認為任何時間，只要個人發現有兩種認知

彼此不能一致時，心理上就會產生衝突，而衝突會引起的緊張與不安，進而形成一種內在的動機，促使個人放棄或是改變某項認知，遷就適應另一項認知，如此個人才能消除心理的衝突，恢復協調一致的心態(張春興，1993)。

### (三) 誘因論：運動參與態度會因某種誘因而改變

誘因論認為態度會因為某些動機與誘因而改變，並且提出態度的形成是一種利益或是損失的衡量過程，個體將從中得到最佳的態度選擇，而選擇可能不經意非常迅速，也可能經過慢慢的深思熟慮(黃安邦，1988/1991；趙居蓮，1992/1995)。

### (四) 態度與行為一致性理論：態度影響行為而行為也會影響態度

近年來，社會心理學家已經得知態度在某些情況之下可以用某種方式可以預測行為(黃安邦，1988/1991；李茂興、余伯泉，1994/1995)。這些使行為和態度一致的情況包括了態度的強度、態度的凸顯、態度的穩定、情境的壓力、以及行為的特殊性等(黃安邦，1988/1991；趙居蓮，1992/1995；楊語芸，1993/1997)，然而至今，社會心理學者在態度與行為的關係上大致認為，態度和行為並非是單一方向性的，而是存在一種互為影響的關係，意即態度影響行為而行為也會影響態度。以下是引自時榮華(1996)態度與行為一致性的兩個理論：

1. Birnbaum and Benne(1983)指出：行為是態度與環境交互作用的結果，影響行為的因素除了上述兩者之外，還有個人一般認知態度、當時情緒的好壞以及個人對外界環境的一貫傾向等，如圖 1-1。

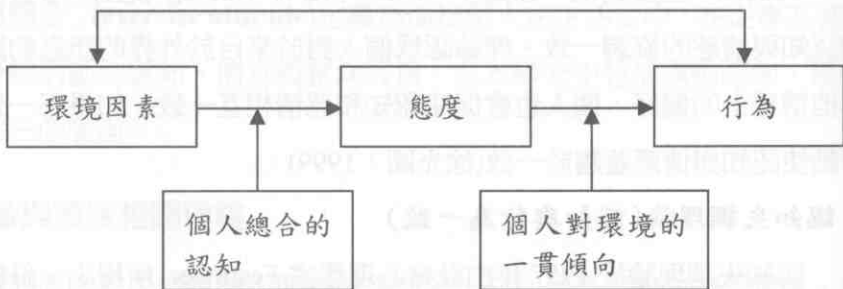


圖 1-1 態度和行為關係的結構圖

(引自時榮華，1996：頁299)

2. Ajzen and Fishbein(1980)指出的「合理行動理論」(theory of reasoned action) (如圖 1-2)，認為人們有時間去思考他們即將進行的事情時，預測其行為的最好方法是觀察他們的意向；而後者是指上述情境的壓力，也就是個人屈從於社會規範壓力的信念。

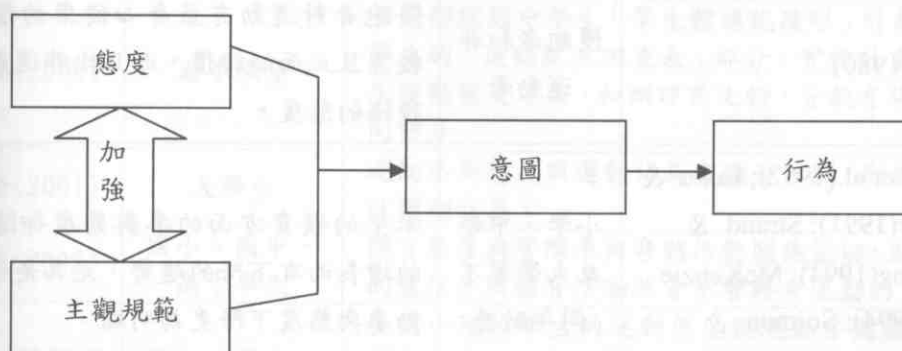


圖 1-2 Ajzen and Fishbein 的合理行動理論圖

(引自時蓉華，1996：頁300)

綜合上述態度的形成與轉變的研究，社會心理學中對「態度」相關理論的探討，得知多數社會心理學家對於「態度」的共通性定義為：「對於個人所接觸到的特定人、事物、觀念，在認知、情感和行動傾向上抱持一種持久性評價(正面或負面)的傾向。」(黃安邦，1988/1991；楊語芸，1993/1997；徐光國，1996)，因此，學者所認同的「態度」一詞包含三個向度，也就是認知、情感和行動傾向，對於建構「運動參與態度」的概念上而言，基本上將依循社會心理學的構念。

根據以上探討也發現，態度與行為有著相互依存的關係，Lippa(1990)指出，當研究假定態度是行為的中介變項時，態度就能影響行為(時蓉華，1996)；而 Michael, Susan, and Francis(1992)對於態度與行為間的關係所做的實證性研究指出，態度與行為傾向有密切的關係，而且態度對於行為確實有導引的作用，更加證實且支持了態度與行為一致性理論。

#### 四、運動參與態度的相關研究

根據文獻蒐集的結果發現，針對國小學童的運動參與態度研究方面甚少，大都是探

討國中、高中以及大專院校學生的體育課程態度、休閒運動態度，因此在運動參與態度的對象國小學童方面，仍有待研就者的投入與研究，經彙整資料如表 2-1、表 2-2。

表 2-1：國外學者對運動參與態度相關研究彙整表

研究者	對象	運動參與態度發現
Riddle(1980)	慢跑者和非運動者	慢跑者對運動有益身心健康的信念有比較強且正面的評價，而且比非運動者有較積極的態度。
Wersch et al.(1992); Luke & Sinclair(1991); Strand & Scantling(1994); McKenzie et al.(1994); Solmon & Celrter(1995)	小學、中學及大學等不同年齡層	學生的體育方面的參與態度卻隨著年齡的增長而有下降的趨勢，尤其是女性的運動參與態度下降更為明顯。
Carlson (1994)、Portman (1995)、Ennis (1996)	青少年	於體育課程有負面的感覺，將會抑制對戶外體能活動的欲望。
Graham (1995)	青少年	態度的調查是瞭解學生想法及認知的重要資訊與依據。
Carlson (1995)和 Graham 等人(1998)	青少年	將學生態度被當作一種重要的中介變項，結果學生態度不但影響學生在體育教學中的成就，甚至也會影響體育教師的教學動機。
Carlson (1995)、McKenzie 等人(1994)	青少年	指出「態度」是影響青少年參與體育活動的重要關鍵。
Silverman and Subramaniam (1999)	青少年	學校體育課所持有的態度將影響課堂外，甚至以後參與運動的意願。

表 2-2：國內學者對運動參與態度相關研究彙整表

研究者	對象	運動參與態度發現
梁崑富(1975)	大學生	大學生對體育非常喜歡，他們認為參與體育活動，不僅能健身、調節緊張生活、更能提高讀書或工作效率。
高素真(2000)	國中學生	十週辦理國中學生「學生體適能護照」計劃後，在學生的「運動狀況調查表」部分，實施計畫後的學生運動態度方面，和辦理前比較，分數有明顯的正向回升。
劉照金(2001)	大學生	運動參與態度與運動行為有顯著相關，而且可以有效預測行為。
林本源(2002)	國小、國中、高中學生	體育態度與實際參與身體活動關係密切，正向積極的態度參與體育活動將會影響終身運動的習慣。
劉照金、沈裕盛(2002)	國小、國中、高中、大學學生	在國小階段學生的運動態度與運動參與程度差異雖不明顯，但是國中、高中、大學教育階段皆達顯著水準，表示在國中以上的教育程度的運動態度會影響運動參與行為。
洪昭坤(2002)	高中、高職學生	男生比女生的休閒運動態度高。
楊梅亮、顧毓群(2004)	大學生	大學生對休閒運動普遍持有積極的態度，而大學男生比女生的休閒運動態度高。
李世昌等人(2005)	技專院校學生	休閒運動態度會影響休閒運動參與行為，其研究中實際參與休閒運動的大學男生比女生高。

綜合以上文獻，整合歸納得知：

- (一) 男性學生的運動參與態度大於女性。
- (二) 學生的運動參與態度隨著年齡的上升而下降，女性尤其明顯。
- (二) 運動者比非運動者的運動參與態度積極。
- (三) 學生體育課程有負面的態度，將會抑制對戶外運動參與的欲望。
- (四) 學生體育態度為中介變項會影響教師教學動機。
- (五) 學生運動態度可以有效預測運動行為。
- (六) 參與運動計畫可以提升學生運動參與態度。

- (七) 學生對運動的態度多屬正面評價。
- (八) 學生認為運動能對身心狀態有正面的幫助。
- (九) 運動態度的調查是了解學生對運動認知的主要依據。

## 五、研究目的

探討國小學童的背景變項（性別、年級、居住地、教養方式、父母態度、父母運動習慣、運動頻率、運動社團、身份、家庭組成、BMI 身體質量指數）對運動參與態度的影響情形。

## 六、研究範圍與限制

本研究以台中縣國小四、五、六年級學童為研究對象，以問卷調查法為主，由於問卷調查法以自行編製的自陳量表為主，受試者閱讀理解能力不同是本研究方法限制之一；取樣以台灣地區台中縣為範圍，取樣誤差為本研究限制之二；以台中縣國小四、五、六年級學童為範圍，對於不同地區、不同教育階段的推論為本研究限制之三。

## 七、重要名詞釋義

- (一) 個人背景因素：包含性別、年級、運動頻率、運動社團、BMI 身體質量指數。
- (二) 家庭背景因素：包含居住地、教養方式、父母態度、父母運動習慣、身份、家庭組成。
- (三) 國小學童：本研究所指國小學童係指台中縣 89、90、91 學年度的入學兒童，現今為 94 學年度在籍的四、五、六年級的學童，年齡在 10-12 歲之間。
- (四) 運動參與態度：運動參與態度係指個人在生活當中，在從事某種有規律、有計畫身體活動的認知、情意與行為。在本研究中係以受試者指在研究者自編的「運動參與態度量表」上所呈現的反應，包括運動認知、運動情意、運動行為三個層面。此三層面得分越高則運動參與態度越強。

## 貳、研究方法與步驟

### 一、研究對象

本研究以台中縣國民小學的四、五、六年級學生為對象，以確切了解其運動參與態度。因研究者能力、資源的限制，只能以我國台灣地區台中縣所屬公立之 165 所國民小學作為本研究的母群體，總計發出 1850 份問卷，回收有效問卷 1732 份。

### 二、抽樣方法

本研究所採取的抽樣方法及步驟如下：

#### (一) 分層取樣

本研究先以「立意取樣」(purposive sampling)進行分層抽樣，將台中縣地區分成山線地區：豐原生活圈(豐原市、東勢鎮、潭子鄉、大雅鄉、神岡鄉、后里鄉、新社鄉、石岡鄉、和平鄉)；海線地區：台中港區(大甲鎮、清水鎮、梧棲鎮、沙鹿鎮、外埔鄉、大安鄉、龍井鄉、大度鄉)；屯區：都會區(太平市、大里市、霧峰鄉、烏日鄉)三個地區。

#### (二) 隨機取樣

其次以「叢集取樣法」(cluster sampling)進行抽樣，每區隨機各抽取學校 7 所，總計 21 所，每所學校隨機抽取四、五、六年級各一班學生，總計 63 班。

#### (三) 預試樣本

編訂預試量表後，即進行預試樣本取樣，本研究以台中縣大德國小四、五、六年級各四班為預試樣本，共 375 名。

### 三、施測工具

以自編之「國小學童運動參與態度之研究調查問卷」為工具，問卷包含「基本資料」、「運動參與態度量表」。

### (一) 基本資料

本研究問卷第一部分基本資料，最主要調查國小學童相關的背景變項，包含性別、年級、居住地、教養方式、父母態度、父母運動習慣、運動頻率、運動社團、身份、家庭組成、BMI 身體質量指數。

### (二) 運動參與態度量表

本研究問卷第二部份，以「運動參與態度量表」為主要架構，經研究動機探討社會現象中，國民小學學生的現況，再經文獻探討分析，以教育部(2002)所設計之教師體適能護照之「運動狀況調查表」、林本源(2002)編製之「中小學學生體育態度量表」、洪昭坤(2002)編製之「高中職學生休閒運動態度量表」、陳盈位(2003)編製之「國中籃球選手運動態度量表」、楊梅亮等(2004)編製之「大學生休閒運動態度量表」、李世昌等(2005)編製之「技專院校學生休閒運動態度量表」、等調查問卷中之架構；再加上研究者國立台灣體育學院體育研究所同學、台中縣大德國小及中正國小體育老師等協助，以問卷調查、電話訪談或實際晤談後修正、刪除、調整語辭或語意，編製成預試問卷，將「運動參與態度量表」分為(1)運動認知(2)運動情意(3)運動行為三個層面。

### (三) 填答計分

本問卷採李克特式(Likert-style)填答計分，採取五點計分模式，受試者依其在生活中對於運動參與態度各層面(包含運動認知、運動情意、運動行為)的感受，直接於每一題後圈選代表適當的數字。1 表示「非常不同意」；2 表示「不同意」；3 表示「普通」；4 表示「同意」；5 表示「非常同意」。計分方式此五點量表計分，分別計 1 分、2 分、3 分、4 分、5 分。當受試者各層面得分越高，表示運動參與態度的程度越高。

### (四) 預試之實施

問卷預試對象以台中縣大德國小為樣本，並在四、五、六年級中各隨機抽取 4 個班級，六年級 118 人、五年級 108 人，四年級 121 人，共計 375 份，回收問卷 375

份，回收率 100%。其中經問卷檢核，剔除填答不全和固定反應的問卷 28 份，共計有效問卷 347 份，可用率 92.53%。

### (五) 正式問卷之編製

預試問卷之資料統計，以文獻探討及專家等之建構效度為依據，運用 SPSS 10.0 版統計套裝軟體進行因素分析，設定三個因素，其特徵值分別為 4.89、1.24、1.10，其特徵值均大於 1，此三個因素佔總變異之累積百分比為 60.25%。經檢核各因素試題，乃將因素負荷量較低及題意與因素差距較大的題目刪除，本問卷題目共 12 題。有關因素摘要表如表 2-1。

表 2-1：運動參與態度量表因素結構摘要表

題目	運動情意	運動行為	運動認知
1. 我願意抽出時間參加運動。	.60		
2. 運動時我的心情是愉快的。	.62		
5. 我會欣賞和運動比賽有關的活動。	.57		
6. 運動可以讓我有自信心。	.60		
4. 我會選擇適當的運動場地運動。		.69	
5. 我會正確的使用運動器材運動。		.63	
7. 遇到體運動比賽時我都會事先加以練習。		.52	
8. 參加運動時我都會注意運動安全。		.56	
1. 我認為運動可以讓身體健康。			.82
2. 我認為運動可以增強體能。			.82
10. 參加運動能夠發現自己的運動專長。			.51
12. 我認為運動可以使身體舒暢靈活增加反應能力。			.53
特徵值	4.89	1.24	1.10
解釋變異量%	40.77	10.34	9.14
累積解釋變異量%	40.77	51.11	60.25

### (六) 效度及信度

#### 1. 效度分析

本問卷以因素分析的原理，採取主成分分析法(principal component analysis)抽取因素，以最大變異數法(Varimax)進行正交轉軸。因素分析結果，依各題目

所匯集之因素特性加以命名，在進行探索性因素分析之前，爲了瞭解取樣的適切性，本研究以 KMO 法與 Barblett 球形檢定法進行分析，結果發現 KMO 值爲 0.89(KMO 值 > 0.8)，表示本量表原始資料適合進行因素分析(吳明隆，2000；邱皓政，2002)。分析結果經篩選因素負荷量低及與題意差距較大之題目，其因素命名與原建構效度符合。各因素結構如表 2-1。

## 2. 信度分析

信度考驗以量表之內部一致性表示，如表 2-2。「運動參與態度量表」各分量表的 Cronbach  $\alpha$  值分別爲運動情意層面.79、運動行爲層面.76、運動認知層面.73，而運動態度總量表的 Cronbach  $\alpha$  值爲.86，顯示本問卷之總量表與各分量表內部一致性高，信度佳。

表 2-2：運動參與態度量表信度分析摘要表

層 面	內 含 題 目	Cronbach $\alpha$
運動情意	情 1、2、5、6	.79
運動行爲	行 4、5、7、8	.76
運動認知	知 1、2、10、12	.73
總量表		.86

## (七) 資料處理

本研究問卷調查回收後，將全部有效問卷資料整理編碼(coding)，輸入電腦儲存建檔，並採用 SPSS for Window 10.0 統計套裝軟體程式，進行研究假設的考驗與資料分析。

## (八) 統計分析

本研究所採取的研究方法主要包括：

### 1. 描述性統計

以次數分配、平均數、標準差、百分比等描述性統計，了解調查問卷的基本資料情形。

### 2. 單因子變異數分析

以不同背景變項(性別、年級、居住地、教養方式、父母態度、父母運動習慣、運動頻率、運動社團、身份、家庭組成、BMI 身體質量指數)為自變項，再以運動參與態度為依變項，進行單因子變異數分析(one-way analysis of variance，簡稱 one-way ANOVA)，當單因子變異數分析之差異達顯著水準時，再進行雪費事後比較法(Scheffe'method)，以了解差異情形。

### 叁、結果與討論

#### 一、國小學童背景變項的現況

經調查研究由表 3-1 顯示，性別約各占一半，年級與居住地約各占 1/3，表示沒有偏態取樣，再者在父母的教養方式大都是民主式，讓學童有相互尊重與發展創造空間；其次父母對於學童參與運動行為上，鼓勵的態度超過六成，而父母有運動習慣的也超過六成；每週運動三十分鐘以上的頻率，有規律運動的學童約占六成五，無規律運動約占二成八，顯示現今國小學童規律運動人口有增加的趨勢，至於在參加運籌社團或代表隊部分，不曾參加過的約有四成五，顯示推動校園「一人一運動、一校一團隊」的運動風氣仍有進步空間；在學生身份上，一般學生約佔九成五，顯示外籍配偶子女人數並無想像般多；在家庭組成方面，雙親家庭約占八成五，但是單親家庭也超過一成；在身體質量指數方面，正常範圍只占五成七，過重、過輕與肥胖有四成三，顯示學童健康需再加以重視。

表 3-1：國小學童背景的次數分配情形

項目	類別	次數	百分比		
性別	男	868	50.1%		
	女	864	49.9%		
年級別	四年級	581	33.5%		
	五年級	579	33.4%		
	六年級	572	33.1%		
地理文化區	山線地區	580	33.5%		
	海線地區	552	31.9%		
	屯區	600	34.6%		
父母教養方式	權威式	335	19.3%		
	民主式	1317	76.1%		
	放任式	80	4.6%		
父母對學童的 運動參與態度	鼓勵	1105	63.8%		
	沒意見	598	34.5%		
	反對	29	1.7%		
父母有無運動習慣	有	1093	63.1%		
	無	639	36.9%		
每週運動 30 分鐘 以上的頻率	1 次	無規律運動	136	7.9%	28.7%
	2 次		361	20.8%	
	3 次	有規律運動	419	24.2%	65.2%
	4 次		208	12.0%	
	5 次以上		502	29.0%	
	幾乎沒有	不運動	106	6.1%	6.1%
是否參加過運動社團 或運動代表隊	曾經參加過	943	54.4%		
	沒有參加過	789	45.6%		
學生身份	原著民	68	3.9%		
	一般學生	1637	94.5%		
	父母之一為外國人	27	1.6%		
家庭組成	單親家庭	203	11.7%		
	依親家庭	51	3.0%		
	雙親家庭	1478	85.3%		
身體質量指數	體重過輕	297	17.1%		
	體重正常	992	57.3%		
	體重過重	227	13.1%		
	肥胖一族	216	12.5%		

## 二、國小學童運動參與態度現況分析

由表 3-2 可知，國小學童運動參與態度(平均數/題數)為 4.31，顯示整體的運動參與態度介於「同意」到「非常同意」之間。就各層面分析，運動參與態度中的運動情意層面為 4.04；運動行為層面為 4.38；運動認知層面為 4.52。運動情意、運動行為、運動認知三個層面均介於「同意」到「非常同意」之間。再依運動參與態度各層面排序分析，依序為：1.運動認知；2. 運動行為；3.運動情意。

表 3-2：國小學童運動參與態度各層面得分之平均數、標準差摘要表

運動參與態度層面	題數	人數	平均數	標準差	平均數/題數	排序
運動情意	4	1732	16.15	3.06	4.04	3
運動行為	4	1732	17.51	2.63	4.38	2
運動認知	4	1732	18.09	2.42	4.52	1
整體運動參與態度	12	1732	51.76	6.80	4.31	

國小學童的九年一貫義務教育中，每週就有安排適當的健康與體育課程，然而經過調查研究顯示國小學童整體的運動參與態度很高，但是細分卻以運動情意層面較低，依據量表題目，研究者認為降低運動情意層面是運動時有負面情緒、意願不強、欣賞運動比賽機會過少、無法從運動中找到自信心或其他因素影響參與意願等因素。

Carlson(1994)、Portman(1995)、Ennis(1996)研究證實青少年對於體育課程有負面的感覺，將會抑制對戶外體能活動的意願；Carlson(1995)、McKenzie 等人(1994)指出「態度」是影響青少年參與體育活動的重要關鍵；Silverman and Subramaniam(1999)青少年在學校體育課所持有的態度將影響課堂外，甚至以後參與運動的意願，本研究與之相符。

## 三、不同背景變項的國小學童在運動參與態度之差異分析

(一) 不同性別在國小學童運動參與態度，在「運動參與態度總層面」、「運動情意」、「運動行為」、「運動認知」層面有差異。

由表 3-3 顯示，不同性別在國小學童的運動參與態度其 t 值(2.25)達顯著水準( $p < .05$ )，在「運動參與態度總層面」、「運動認知」、「運動情意」上，男性皆高於女性，

顯示國小男童比女童懂得運動方面的知識，參與運動方面較為積極、有自信。在「運動行為」上女性高於男性，顯示國小女童比男童更會正確使用運動器材、注意運動安全、選擇適當運動場地與運動比賽前會事先練習。研究者認為，女童因為較為細心、注意本身安全，以致運動積極程度低於男童。在劉照金、沈裕盛(2002)研究指出不同性別，在國小階段學生的運動態度與運動參與程度差異不明顯，與本研究不符。

表 3-3：不同性別在國小學童運動參與態度各層面之差異比較

運動參與態度層面	性別	人數	平均數	標準差	t 值
運動情意	男	868	16.47	3.05	4.40 <sup>***</sup>
	女	864	15.83	3.04	
運動行為	男	868	17.38	2.72	-2.09 <sup>*</sup>
	女	864	17.64	2.54	
運動認知	男	868	18.27	2.29	3.06 <sup>**</sup>
	女	864	17.91	2.53	
運動參與態度總層面	男	868	52.12	6.79	2.25 <sup>*</sup>
	女	864	51.39	6.80	

\* $p < .05$  \*\* $p < .01$  \*\*\* $p < .001$

(二) 不同年級在國小學童運動參與態度，在「運動參與態度總層面」、「運動情意」、「運動行為」層面有差異。

由表 3-4、3-5 顯示，不同年級在國小學童的運動參與態度其 F 值(5.90)達顯著水準( $p < .01$ )，在「運動參與態度總層面」、「運動情意」、「運動行為」層面上，四、五年級高於六年級，四年級又高於五年級。顯示對於參與運動的態度，隨著年齡的升高而遞減，研究者認為，因九年一貫課程實施後，多元學習的結果，使得年級越高，運動機會與時間相對減少，影響運動參與意願與行為所致。教育部(2005)委託台灣師範大學體育研究所與發展中心所做的一項「學生運動參與情形」調查所顯示的學

歷增加規律運動人口遞減，與本研究相符。

表 3-4：不同年級在國小學童運動參與態度各層面之差異比較

運動參與態度層面	年級	人數	平均數	標準差
運動情意	四年級	581	16.35	3.11
	五年級	579	16.34	2.99
	六年級	572	15.78	3.04
運動行為	四年級	581	17.85	2.45
	五年級	579	17.63	2.49
	六年級	572	17.66	2.89
運動認知	四年級	581	18.02	2.41
	五年級	579	18.12	2.34
	六年級	572	18.13	2.51
運動參與態度總層面	四年級	581	52.22	6.81
	五年級	579	52.08	6.58
	六年級	572	50.97	6.96

表 3-5：不同年級在國小學童運動參與態度各層面之變異數摘要表

運動參與態度層面	變異來源	離均差平方和	自由度	均方	F 值	事後比較
運動情意	組間	122.02	2	61.01	6.57**	1, 2 > 3
	組內	16061.82	1729	9.29		
運動行為	組間	192.19	2	96.10	14.07***	1, 2 > 3
	組內	11812.55	1729	6.83		
運動認知	組間	4.315	2	2.16	0.37	
	組內	10118.91	1729	5.86		
運動參與態度總層面	組間	543.12	2	271.56	5.90**	1, 2 > 3
	組內	79590.00	1729	46.03		

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001(1=四年級、2=五年級、3=六年級)

(三) 不同居住地在國小學童運動參與態度沒有差異。

由表表 3-6、3-7 顯示，不同居住地在國小學童的運動參與態度其 F 值(2.16)未達顯著水準，表示沒有差異。在表 3-6 的平均數中，運動情意、運動行為、運動認知各層面，在居住地的差別並不會影響到運動參與態度。顯示台中縣山線地區、海線地區、屯區的國小學童在運動參與態度上無顯著差異。

表 3-6：不同居住地在國小學童運動參與態度各層面之差異比較

運動參與態度層面	居住地	人數	平均數	標準差
運動情意	山線地區	580	15.98	3.12
	海線地區	552	16.41	3.01
	屯區	600	16.09	3.03
運動行為	山線地區	580	17.40	2.70
	海線地區	552	17.67	2.61
	屯區	600	17.48	2.59
運動認知	山線地區	580	17.96	2.54
	海線地區	552	18.11	2.41
	屯區	600	18.21	2.30
運動參與態度 總層面	山線地區	580	51.34	7.04
	海線地區	552	52.18	6.82
	屯區	600	51.78	6.53

表 3-7：不同居住地在國小學童運動參與態度各層面之變異數摘要表

運動參與態度層面	變異來源	離均差平方和	自由度	均方	F 值
運動情意	組間	55.66	2	27.83	2.98
	組內	16128.18	1729	9.33	
運動行為	組間	21.49	2	10.74	1.55
	組內	11983.26	1729	6.93	
運動認知	組間	17.29	2	8.64	1.48
	組內	10105.93	1729	5.84	
運動參與態度總層面	組間	199.71	2	99.86	2.16
	組內	79933.41	1729	46.23	

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001 (1=山縣、2=海線、3=屯區)

(四) 不同父母教養方式在國小學童運動參與態度在「運動行為」層面有差異。

由表 3-8、3-9 顯示，不同父母教養方式在國小學童的運動參與態度，在「運動行為」層面上其 F 值(3.09)達顯著水準( $p < .05$ )，權威式、民主式高於放任式。顯示父母採用權威式、民主式的教養方式對於運動參與態度會有較高的影響，而放任式教養下的國小學童，運動參與態度較低，可能是父母不在意學童運動的場所、運動器材與運動是否安全，進而影響其運動行為。

表 3-8：不同父母教養方式在國小學童運動參與態度各層面之差異比較

運動參與態度層面	父母教養方式	人數	平均數	標準差
運動情意	權威式	335	16.29	3.27
	民主式	1317	16.11	2.97
	放任式	80	16.31	3.47
運動行為	權威式	335	17.57	2.71
	民主式	1317	17.54	2.53
	放任式	80	16.80	3.69
運動認知	權威式	335	18.07	2.63
	民主式	1317	18.11	2.31
	放任式	80	17.99	3.16
運動參與態度總層面	權威式	335	51.93	7.35
	民主式	1317	51.76	6.53
	放任式	80	51.10	8.65

表 3-9：不同父母教養方式在國小學童運動參與態度各層面之變異數摘要表

運動參與態度層面	變異來源	離均差平方和	自由度	均方	F 值	事後比較
運動情意	組間	11.07	2	5.53	0.59	
	組內	16172.77	1729	9.35		
運動行為	組間	42.77	2	21.38	3.09*	1, 2 > 3
	組內	11961.98	1729	6.92		
運動認知	組間	1.35	2	0.67	0.12	
	組內	10121.87	1729	5.85		
運動參與態度總層面	組間	44.37	2	22.18	0.48	
	組內	80088.75	1729	46.32		

\* $p < .05$  \*\* $p < .01$  \*\*\* $p < .001$ (1=權威式、2=民主式、3=放任式)

(五) 不同父母態度在國小學童運動參與態度在「運動參與態度總層面」、「運動情意」、「運動行為」、「運動認知」層面有差異。

由表 3-10、3-11 顯示，不同父母態度在國小學童的運動參與態度其 F 值(36.49) 達顯著水準( $p < .001$ )，在「運動參與態度總層面」、「運動情意」、「運動認知」層面上，鼓勵大於反對。顯示父母對於國小學童在其參與運動時的態度抱持著鼓勵態度，對於學童的運動參與態度也會有較高的影響。

表 3-10：不同父母態度在國小學童運動參與態度各層面之差異比較

運動參與態度層面	父母態度	人數	平均數	標準差
運動情意	鼓勵	1105	16.52	2.87
	沒意見	598	15.55	3.23
	反對	29	14.76	4.07
運動行為	鼓勵	1105	17.87	2.40
	沒意見	598	16.89	2.87
	反對	29	16.93	3.53
運動認知	鼓勵	1105	18.39	2.16
	沒意見	598	17.60	2.65
	反對	29	16.79	4.14
運動參與態度 總層面	鼓勵	1105	52.78	6.11
	沒意見	598	50.03	7.39
	反對	29	48.48	10.57

表 3-11：不同父母態度在國小學童運動參與態度各層面之變異數摘要表

運動參與態度層面	變異來源	離均差 平方和	自由度	均方	F 值	事後 比較
運動情意	組間	424.51	2	212.25	23.29***	1 > 3
	組內	15759.33	1729	9.11		
運動行為	組間	382.44	2	191.22	28.45***	
	組內	11622.31	1729	6.72		
運動認知	組間	295.03	2	147.51	25.95***	1 > 3
	組內	9828.19	1729	5.68		
運動參與態度 總層面	組間	3245.36	2	1622.68	36.49***	1 > 2, 3
	組內	76887.76	1729	44.47		

\* $p < .05$  \*\* $p < .01$  \*\*\* $p < .001$  (1=鼓勵、2=反對、3=無意見)

(六) 不同父母運動習慣在國小學童運動參與態度在「運動參與態度總層面」、「運動情意」、「運動行為」、「運動認知」層面有差異。

由表 3-12 顯示，不同父母運動習慣在國小學童的運動參與態度其 t 值(6.58)達顯著水準( $p < .001$ )，在「運動參與態度總層面」、「運動情意」、「運動行為」、「運動認知」層面上，有運動習慣的父母皆大於沒有運動習慣的父母，顯示父母在身教上做了很好的榜樣，父母有運動習慣國小學童會模仿父母運動行為，因而增強了運動參與態度。

表 3-12：不同父母運動習慣在國小學童運動參與態度各層面之差異比較

運動參與態度層面	父母運動習慣	人數	平均數	標準差	t 值
運動情意	有	1093	16.54	2.87	6.91***
	沒有	639	15.50	3.25	
運動行為	有	1093	17.76	2.48	5.21***
	沒有	639	17.08	2.84	
運動認知	有	1093	18.27	2.29	4.05***
	沒有	639	17.79	2.60	
運動參與態度總層面	有	1093	52.57	6.36	6.58***
	沒有	639	50.37	7.30	

\* $p < .05$  \*\* $p < .01$  \*\*\* $p < .001$

(七) 不同學童運動頻率在國小學童運動參與態度在「運動參與態度總層面」、「運動情意」、「運動行為」、「運動認知」層面有差異。

每週運動 30 分中以上的次數，每週 1、2 次為「無規律運動」；每週 3、4、5 次以上為「有規律運動」；每週幾乎沒有運動為「不運動」。由表 3-13、3-14 顯示，不同學童運動頻率在國小學童的運動參與態度其 F 值(73.01)達顯著水準( $p < .001$ )，在「運動參與態度總層面」、「運動情意」、「運動行為」、「運動認知」層面上，有規律運動大於無規律運動、無規律運動大於不運動。顯示國小學童運動行為愈頻繁，則其運動參與態度愈高，反則愈低，證實了「態度-行為一致性理論」，研究者認為促進學童規律運動習慣，首先要增強其運動參與態度。劉照金(2001)研究大學生的運

動態度與運動行為發現，運動態度與運動行為有顯著相關，而且可以有效預測行為，與本研究相符。

表 3-13：不同運動頻率在國小學童運動參與態度各層面之差異比較

運動參與態度層面	運動習慣	人數	平均數	標準差
運動情意	無規律運動	497	15.39	3.05
	有規律運動	1129	16.75	2.76
	不運動	106	13.39	3.76
運動行為	無規律運動	497	17.01	2.73
	有規律運動	1129	17.86	2.40
	不運動	106	16.16	3.54
運動認知	無規律運動	497	17.75	2.64
	有規律運動	1129	18.38	2.14
	不運動	106	16.68	3.29
運動參與態度總層面	無規律運動	497	50.15	7.04
	有規律運動	1129	52.99	6.01
	不運動	106	46.23	9.04

表 3-14：不同運動頻率在國小學童運動參與態度各層面之變異數摘要表

運動參與態度層面	變異來源	離均差平方和	自由度	均方	F 值	事後比較
運動情意	組間	1505.59	2	752.79	88.67 <sup>***</sup>	2 > 1 > 3
	組內	14678.25	1729	8.49		
運動行為	組間	457.34	2	228.67	34.24 <sup>***</sup>	2 > 1 > 3
	組內	11547.41	1729	6.68		
運動認知	組間	360.30	2	180.15	31.90 <sup>***</sup>	2 > 1 > 3
	組內	9762.92	1729	5.65		
運動參與態度總層面	組間	6240.45	2	3120.22	73.01 <sup>***</sup>	2 > 1 > 3
	組內	73892.67	1729	42.74		

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001(1=無規律、2=有規律、3=不運動)

(八) 不同參加運動社團或運動代表隊在國小學童運動參與態度在「運動參與態度總層面」、「運動情意」、「運動行為」、「運動認知」層面有差異。

由表 3-15 顯示，不同參加運動社團或運動代表隊在國小學童的運動參與態度其  $t$  值(5.96)達顯著水準( $p < .001$ )，在「運動參與態度總層面」、「運動情意」、「運動行為」、「運動認知」層面上，曾經參加皆高於沒有參加。顯示有參加過運動社團或運動代表隊的國小學童，其運動參與態度高於沒有參加過運動社團或運動代表隊國小學童，研究者認為，在校園中應廣設運動性社團，帶動起校園運動風氣，增加學童參與運動社團的機會，進而提升運動參與態度，增加規律運動人口數。

表 3-15：不同參加運動社團或運動代表隊在國小學童運動參與態度各層面之差異比較

運動參與態度層面	運動社團或運動代表隊	人數	平均數	標準差	t 值
運動情意	曾經參加	943	16.56	2.94	6.08***
	沒有參加	789	15.67	3.13	
運動行為	曾經參加	943	17.64	2.56	2.28*
	沒有參加	789	17.35	2.71	
運動認知	曾經參加	943	18.44	2.10	6.60***
	沒有參加	789	17.68	2.70	
運動參與態度總層面	曾經參加	943	52.64	6.23	5.96***
	沒有參加	789	50.70	7.30	

\* $p < .05$  \*\* $p < .01$  \*\*\* $p < .001$

(九) 不同學生身份在國小學童運動參與態度，在「運動行為」、「運動認知」層面有差異。

由表 3-16、3-17 顯示，不同學生身份在國小學童的運動參與態度，在「運動行為」層面其  $F$  值(5.79)達顯著水準( $p < .01$ )，以平均數比較而言，一般學生大於原住民，顯示原住民學生較不會選擇運動場地與器材、也較不注重運動安全；「運動認知」層面其  $F$  值(3.63)達顯著水準( $p < .05$ )，以平均數比較而言，父母之一為外國人大於原住民，顯示原住民學生的運動知識層面有待提升。

表 3-16：不同學生身分在國小學童運動參與態度各層面之差異比較

運動參與態度 層面	學生身分	人數	平均數	標準差
運動情意	原住民	68	16.35	3.53
	一般學生	1637	16.14	3.04
	父母之一為外國人	27	16.37	2.96
運動行為	原住民	68	16.46	3.69
	一般學生	1637	17.56	2.57
	父母之一為外國人	27	17.37	2.84
運動認知	原住民	68	17.32	3.76
	一般學生	1637	18.12	2.35
	父母之一為外國人	27	18.26	2.01
運動參與態度 總層面	原住民	68	50.13	9.95
	一般學生	1637	51.82	6.64
	父母之一為外國人	27	52.00	6.67

表 3-17：不同學生身分在國小學童運動參與態度各層面之變異數摘要表

運動參與態度 層面	變異來源	離均差 平方和	自由度	均方	F 值	事後 比較
運動情意	組間	4.18	2	2.09	0.22	
	組內	16179.66	1729	9.36		
運動行為	組間	79.90	2	39.95	5.79**	2>1
	組內	11924.84	1729	6.90		
運動認知	組間	42.34	2	21.17	3.63*	3>1
	組內	10080.88	1729	5.83		
運動參與態度 總層面	組間	188.04	2	94.02	2.03	
	組內	79945.08	1729	46.24		

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001

(1=原住民、2=一般學生、3=父母之一為外國人)

(十) 不同家庭組成在國小學童運動參與態度，在「運動參與態度總層面」、「運動行為」層面有差異。

由表 3-18、3-19 顯示，不同家庭組成在國小學童的運動參與態度其 F 值(4.95) 達顯著水準( $p < .05$ )，在「運動參與態度總層面」、「運動行為」層面上，單親家庭、雙親家庭高於依親家庭。顯示沒有雙親陪伴下成長的小孩，對於運動較不重視，運動參與態度低落運動行為不佳，由此可見父母對於於國小學童在運動態度上有其重要性。

表 3-18：不同家庭組成在國小學童運動參與態度各層面之差異比較

運動參與態度層面	家庭組成	人數	平均數	標準差
運動情意	單親家庭	203	16.26	2.99
	依親家庭	51	15.20	2.88
	雙親家庭	1478	16.17	3.07
運動行為	單親家庭	203	17.83	2.53
	依親家庭	51	16.35	2.66
	雙親家庭	1478	17.51	2.64
運動認知	單親家庭	203	18.09	2.50
	依親家庭	51	17.35	3.16
	雙親家庭	1478	18.12	2.38
運動參與態度總層面	單親家庭	203	52.19	6.86
	依親家庭	51	48.90	7.18
	雙親家庭	1478	51.80	6.77

表 3-19：不同家庭組成在國小學童運動參與態度各層面之變異數摘要表

運動參與態度 層面	變異來源	離均差 平方和	自由度	均方	F 值	事後 比較
運動情意	組間	49.63	2	24.82	2.66	
	組內	16134.21	1729	9.33		
運動行為	組間	89.39	2	44.70	6.49**	1, 3 > 2
	組內	11915.36	1729	6.89		
運動認知	組間	28.84	2	14.42	2.47	
	組內	10094.38	1729	5.84		
運動參與態度 總層面	組間	455.81	2	227.90	4.95**	1, 3 > 2
	組內	79677.31	1729	46.08		

\*p<.05 \*\*p<.01 \*\*\*p<.001(1=單親、2=依親、3=雙親)

(十一) 不同身體質量指數 (BMI) 在國小學童運動參與態度沒有差異。

由表表 3-20、3-21 顯示，不同身體質量指數在國小學童的運動參與態度其 F 值 (0.60) 未達顯著水準，表示沒有差異。在表 3-20 的平均數中，運動情意、運動行為、運動認知各層面，在身體質量指數的差別並不會影響到運動參與態度。顯示國小學童體重過輕、體重正常、體重過重、肥胖一族的運動參與態度並沒有差異。

表 3-20：不同身體質量指數在國小學童運動參與態度各層面之差異比較

運動參與態度 層面	身體質量指數 (BMI)	人數	平均數	標準差
運動情意	體重過輕	297	16.19	3.11
	體重正常	992	16.14	3.05
	體重過重	227	16.20	3.06
	肥胖一族	216	16.11	3.06
運動行為	體重過輕	297	17.82	2.47
	體重正常	992	17.43	2.68
	體重過重	227	17.63	2.51
	肥胖一族	216	17.37	2.73

表 3-20：不同身體質量指數在國小學童運動參與態度各層面之差異比較（續）

運動認知	體重過輕	297	18.16	2.59
	體重正常	992	18.04	2.47
	體重過重	227	18.13	2.22
	肥胖一族	216	18.21	2.10
運動參與態度 總層面	體重過輕	297	52.17	6.92
	體重正常	992	51.61	6.91
	體重過重	227	51.96	6.39
	肥胖一族	216	51.69	6.59

表 3-21：不同身體質量指數在國小學童運動參與態度各層面之變異數摘要表

運動參與態度 層面	變異來源	離均差 平方和	自由度	均方	F 值
運動情意	組間	1.41	3	0.47	0.05
	組內	16182.43	1728	9.36	
運動行為	組間	43.06	3	14.35	2.07
	組內	11961.68	1728	6.92	
運動認知	組間	7.27	3	2.42	0.41
	組內	10115.95	1728	5.85	
運動參與態度 總層面	組間	82.71	3	27.57	0.60
	組內	80050.41	1728	46.33	

\* $p < .05$  \*\* $p < .01$  \*\*\* $p < .001$

## 肆、結論與建議

一、台中縣國小學童具有普遍積極的運動參與態度，包含運動情意、運動行為與運動認知，整體態度介於「同意」到「非常同意」之間，依運動參與態度排序依序為：1. 運動認知；2. 運動行為；3. 運動情意。

- 二、學童個人方面為男性、一般學生、較低年級、曾參與運動社團、有運動習慣與家庭方面為父母有運動習慣、父母態度支持、雙親或單親家庭者運動參與態度高。
- 三、國小學童居住的地區與身體質量指數，並不會影響其運動參與態度。
- 四、要注意國小男童的運動行為，要常常提醒注意運動安全的重要性。
- 五、家長們要與鼓勵學童多參加學校運動社團或運動代表隊，並在國小階段宜培養至少一項以上帶著走的運動興趣與技能，除可抒解課業壓力外，更能增進健康體適能。
- 六、父母親是學童模仿的對象，身教非常重要，除鼓勵子女多運動外，自己若也能抽空共同從事運動，不僅全家健康，更能增進親子間感情促進家庭和睦。
- 七、在運動認知與運動行為方面，比起外籍配偶子女，原住民學生更有待各界給予關心與照顧。
- 八、非常態的家庭生活，不僅對運動參與態度有所影響，甚至對兒童的身心發展、環境適應能力、人際關係、情緒管理等也影響甚巨，孩子的童年只有一次，父母應該共同陪伴在子女身邊一起成長，不可缺席。

## 伍、參考文獻

### 一、中文部份

- Aronson, E., Wilson, T. D., & Akert, R. M. (1995)。 *社會心理學* (李茂興、余伯泉譯)。台北市：揚智。(原著版於 1944 年)
- Deaux, K., Dane, F. C., & Wrightsman, L. S. (1997)。 *社會心理學* (楊語芸譯)。台北市：五南。(原著出於 1993 年)
- Sears, D. O. (1911)。 *社會心理學* (黃安邦譯)。台北市：五南。(原著出版於 1988 年)
- Weber, A. L. (1995)。 *社會心理學* (趙居蓮譯)。台北市：桂冠。(原著出版於 1992 年)
- 中華書局編輯部 (1968)。 *辭海上冊*。台北市：台灣中華。
- 行政院衛生署 (2003)。 *民國 91 年台灣地區健康促進知識、態度與行為調查報告*。台北市：林慧生、林淑慧、林宇旋。
- 行政院衛生署 (2004)。 *珍愛生命投資健康整合行銷計畫*。台北市：作者。
- 吳明隆 (2000)。 *SPSS 統計應用實務*。台北市：松崗。
- 李世昌、林聰哲、李政道 (2005)。 *中部地區技專校院學生休閒運動現況暨態度之調查研究*。 *文化體育學刊*, 3, 1-6
- 李美枝 (1987)。 *社會心理學*。台北市：大洋。
- 林本源 (2002)。 *編製中小學學生體育態度量表之研究*。未出版碩士論文，國立體育學院，桃園縣。
- 邱皓政 (2002)。 *量化研究與統計分析*。台北市：五南。
- 洪昭坤 (2002)。 *南投縣高中職學生休閒運動設施需求暨休閒運動態度之調查研究*。未出版碩士論文，國立台灣體育學院，台中市。
- 徐光國 (1996)。 *社會心理學*。台北市：五南。
- 時蓉華 (1996)。 *社會心理學*。台北市：東華。
- 高俊雄 (2002)。 *運動休閒管理*。台北市：志軒。
- 高素真 (2000)。 *體適能護照介入對國中生運動狀況與體適能之影響*。未出版碩士論文，國立台灣師範大學體育，台北市。

- 張春興(1993)。《現代心理學》。台北市：東華。
- 張春興(1994)。《張氏心理學辭典》。台北市：東華。
- 教育部(2004)。《學校運動團隊及學生運動參與情形調查報告書》。台北市：國立台灣師範大學體育研究所與發展中心。
- 教育部(2005)。《94年各級學校學生運動參與情形調查報告書》。台北市：國立台灣師範大學體育研究所與發展中心。
- 教育部(2005)。《亞洲區體適能檢測與推廣策略高峰會議》。
- 許樹淵、崔凌震(2004)。《健康與體育》。台北市：師大書苑。
- 陳盈位(2003)。《國中籃球選手自我概念、控制信念與運動態度之研究》。未出版碩士論文，國立體育學院體育，桃園縣。
- 黃金柱(1999)。《我國青少年休閒運動現況、需求暨發展對策之研究》。台北市：行政院體育委員會。
- 楊梅亮、顧毓群(2004)。大學生休閒運動量表邊智與調查。《體育學報》，37，149-162。
- 劉照金(2001)。社經地位、運動經驗、運動態度及年齡對大學生運動行為與體適能之影響。《AIESEP TAIWAN 專刊》，206-211。台北市：國際高等教育協會。
- 劉照金、沈裕盛(2002)。學生體育態度的發展與邊緣化之探討。《大專體育學刊》，63，88-96。

## 二、西文部份

- Carlson, T. B. (1994). *Why students hate, tolerate, or love gym: A study of attitude formation and associated behaviors in physical education*. Unpublished doctoral dissertation, University of Massachusetts, Amherst.
- Carlson, T. B. (1995). We hate gym: Student alienation from physical education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 14, 467-477.
- Ennis, C. D. (1996). Student's experiences in sportbased physical education: [More than ] apologies are necessary. *Quest*, 48, 453-456.

- Graham, G., Holt/Hale, S. A. & Parker, M. (1998). *Children moving: A reflective approach to teaching physical education*(4th ed.). Mountain View, CA: Mayfield.
- Graham, G. (1995). Physical education through students' eyes and in students' voices: Introduction. *Journal of Teaching in Physical Education*, 14, 364-371.
- Luke, M. D. , & Sinclair, G. D. (1991). Gender differences in adolescents' attitudes toward physical education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 11, 31-46.
- McKenzie, T. L., Alcaraz, J. E. & Sallis, J. F. (1994). Assessing children's liking for activity units in an elementary school physical education curriculum. *Journal of Teaching in Physical Education*, 13, 206-215.
- Myers, D. G. (1993). *Social Psychology*. New York: McGraw-Hill.
- Riddle, P. K. (1980). Attitudes, beliefs, behavioral intentions, and behaviors of women and men toward regular jogging. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 51(4), 663-674.
- Silverman, S., & Subramaniam, P. R. (1999). Student attitude toward physical education and physical activity: a review of measurement issues and outcomes. *Journal of teaching in physical education*, 19, 97-125.
- Solmon, M. A., & Carter, J. A. (1995). Kindergarten and first-grade students' perceptions of physical education in one teacher's classes. *Elementary*

