

國立臺灣體育學院體育研究所  
碩士學位論文

高中職女生體育學習態度之研究  
THE STUDY OF THE GIRLS' LEARNING  
ATTITUDES IN PE OF VOCATIONAL SENIOR  
HIGH SCHOOL



研 究 生：黃雅菁 撰  
指 導 教 授：陳春蓮 教授

中 華 民 國 九 十 五 年 六 月

論文名稱：高中職女生體育學習態度之研究

總頁數：106 頁

院校所組別：國立臺灣體育學院體育研究所競技運動組

畢業時間及提要別：九十四學年度第二學期碩士學位論文

研究生：黃雅菁

指導教授：陳春蓮教授

### 中文摘要

本研究旨在探討高中職女生體育學習態度，進而比較不同背景變項（年級、科別、運動比賽經驗、體育感受、健康情形）之差異。研究工具為自編之高中職女學生體育課學習態度問卷調查表、體育學習動機問卷及訪談大綱，以全校高中職女生共 509 人全數納為研究對象。回收資料處理，量的方面為描述統計、單因子變異數分析及 t-test 檢定；質的方面採描述及詮釋方式為主。

研究發現如下：

#### 一、體育學習態度問卷調查的發現

（一）不同背景變項（年級、科別、運動比賽經驗、體育感受、健康情形）達顯著差異。

#### 二、體育學習動機問卷調查的發現

（一）給予學生足夠的時間練習後再進行評量、評量標準不要定得太高，是女學生對體育科教學評量方面的期待。

（二）老師教學時，如能態度輕鬆幽默且情緒控制良好，並能夠與學生保有良好互動，關懷學習能力較差的學生，將有助於學習動機的提昇。

（三）教學活動設計，採用遊戲或比賽的方式並且突破規則的限制，變換運用器材，最能提昇女學生的學習興趣。

(四) 樂觀開朗，時常面帶微笑及具備幽默感，能主動關心學生並包容學生偶爾的犯錯。擁有上述人格特質的老師，對學習動機的提昇有促進的作用。

(五) 能與學生一起活動，在學生有良好表現時，適時的口頭讚美或給予加分，都有助於增進學生的學習動機。

### 三、訪談發現

(一) 學生對體育課印象，偏重於運動技能方面；在項目(團體性、個人性)的選擇方面，則會考慮本身的習慣、成就感以及人際的互動性。

(二) 影響學生體育課學習意願的因素，為天候、測驗造成的壓力；生理期產生的不適感；害怕同學的嘲弄；運動技巧掌握的熟練度；受到老師的訓斥及當眾數落等等內、外在因素。

(三) 學生對體育課的正面觀感為，藉由體育課的實施，能使心理壓力獲得舒緩與增進生理方面的功能，並且促進本身人際關係的發展。

(四) 女學生認為男、女生的體育學習表現具有其差異性，因為男生有較強的主動性且認真與投入；女生則較注重形象問題，傾向採取被動和旁觀者的角色，動作表現也顯得拘謹。

(五) 不同學習階段(國小、國中)的體育學習態度，會受到老師、同儕及場地設備的影響，而有所改變。

最後，根據研究發現，研究者對高中職體育教師教學與教材內容編排提出建議。

關鍵字：高中職女生、體育課、體育學習態度、體育學習動機

# **The Study of the Girls' Learning Attitudes in PE of Vocational Senior High School**

Ya -Ching Huang

## **ABSTRACT**

The purpose of the study is to probe into the girls' learning attitudes in PE of vocational senior high school. It compares the different backgrounds, such as the grades, departments, competitive experiences, PE feelings, and health conditions. The material is the self-edited questionnaire about learning attitudes, learning motivations, and outlines of interviews. The object is 509 students, the total number of vocational high school girls. The quantity is based on description statistics, One-way ANOVA, and t-test. The quality is mainly based on descriptions and interpretations.

The study is as follows,

- I. The findings from the questionnaire of PE learning attitudes
  - (i) Different backgrounds, such as grades, departments, competitive experiences, and health conditions, cause striking differences.
- II. The findings from the individual learning motivations
  - (i) The girl students are looking forward to having enough time practicing before scoring, and the average standard of tests.
  - (ii) If teachers are free, easy, humorous, in good mood, in good interactions, and caring for worse ability students when teaching, the learning motivation increases.
  - (iii) Using the games, the competitions, the ways of breaking restrictions, or the different equipments can raise the interests most.
  - (iv) The teachers, who are optimistic, smile-wearing, caring for students actively, and tolerating students' little mistakes, are helpful to raise the learning motivations.
  - (v) It is also helpful to raise motivations when teachers practice with students, and compliment them properly.
- III. The findings of interview

- (i) The impressions of PE are about skills. When choosing sports (group-work, or individual-work), the students will consider the habits, sense of achievements, and interactions.
- (ii) The factors, affecting the learning motivations, are climates, the pressure of test, being teased by classmates, the familiarity to skills, being scolded by teachers, and so on.
- (iii) The students' optimistic impressions of PE are that when taking PE, students can release stress, strengthen their physical ability and promote the relationship.
- (iv) Girl students think that boys have active intentions and involve in sports earnestly. However, girls pay more attention to images. They tend to be passive and onlookers. They are also more overcautious.
- (v) The learning attitudes are affected by teachers, classmates, and environmental equipment during different learning stages, such as elementary or high school.

In a word, according to the study, researchers raise some suggestions for the teachers in vocational high school and for the teaching materials.

**Key words:** girl students in vocational high school · PE (Physical Education) · PE learning attitudes, learning motivations

## 目 錄

摘要	I
目錄	V
表目錄	VII
圖目錄	VIII
第壹章 緒論	1
第一節、研究背景	1
第二節、研究動機	3
第三節、研究目的	5
第四節、研究範圍與限制	6
第五節、名詞釋義	7
第貳章 文獻探討	9
第一節、高中職女生的身心特質	9
第二節、體育學習態度相關文獻探討	14
第三節、學習動機相關文獻探討	21
第參章 研究方法與設計	29
第一節、研究架構	29
第二節、研究對象	31
第三節、研究流程	33
第四節、研究工具	35
第五節、資料處理	38
第肆章 結果與討論	40
第一節、研究對象之描述	40

第二節、不同背景變項於體育課學習態度之差異分析	43
第三節、體育學習動機之分析	52
第四節、訪談資料整理與分析	58
第五節、綜合討論	63
第伍章 研究發現與建議	68
第一節、研究發現	68
第二節、建議	71
參考文獻	
一、中文部份	73
二、外文部份	79
附錄	
附錄一、體育學習動機問卷	81
附錄二、訪談大綱	83
附錄三、專家一覽表	84
附錄四、專家修正意見表	85
附錄五、正式問卷	92
附錄六、訪談資料逐字稿	97

## 表目錄

表 2-1	學習態度及體育態度相關研究摘要表	17
表 2-2	學習動機影響因素相關研究摘要表	22
表 2-3	運動參與動機相關研究摘要表	26
表 3-1	訪談學生代號表	32
表 3-2	高中職女學生體育課學習態度問卷（預試問卷） 之信度分析	36
表 4-1	體育學習態度調查一覽表	41
表 4-2	體育學習動機調查一覽表	42
表 4-3	不同年級對體育課學習態度平均數、標準差摘要表	43
表 4-4	不同年級對體育課學習態度單因子變異數分析摘要表	44
表 4-5	不同科別對體育課學習態度平均數、標準差摘要表	45
表 4-6	不同科別對體育課學習態度單因子變異數分析摘要表	46
表 4-7	不同運動比賽經驗對體育課學習態度平均數、標準差摘要表	47
表 4-8	不同運動比賽經驗對體育課學習態度單因子變異數分析摘要表	48
表 4-9	不同體育感受對體育課學習態度平均數、標準差摘要表	49
表 4-10	不同體育感受對體育課學習態度單因子變異數分析摘要表	50
表 4-11	不同健康情形對體育課學習態度 t 考驗摘要表	51
表 4-12	體育學習動機問卷調查結果之統計表	52

## 圖目錄

圖 3-1	研究架構圖	-----	30
圖 3-2	研究流程與步驟	-----	34

# 第壹章 緒論

本研究旨在探討高中職女學生體育學習態度，因此在本章中，共分為五節。第一節研究背景；第二節研究動機；第三節研究目的；第四節研究範圍與限制；第五節名詞釋義。分述如下：

## 第一節 研究背景

體育教育的實施者，皆追求讓體育活動成為最生動最有效的教育方式，使學生能夠熱愛運動，學會終生運動技能，養成規律的運動習慣，擁有良好體適能，並能夠在生活中應用所學的知能（方進隆，2003）。學校體育課對於學生在運動技能的獲得、體適能的鍛鍊與培養終生運動觀念的建立與實踐，以至於完善的全人生活，均扮演著舉足輕重的角色（行政院體育委員會，2003；江界山，1999）。體育課常會因學生的學習態度，影響教學效果。吳武典（1987）認為，學生的不同學習態度，會影響學生的學習成果。積極的學習態度，會使學習者傾向於喜好參與學習活動；而消極的學習態度，將使學生退卻或甚至拒絕學習。大多數的女學生認為運動是屬於男生的活動，女生並不適合。長久以來運動被視為是男性的專利，由於運動強調力氣與體型，因此男性被視為比女性在運動方面表現得更出色，比照這樣的觀點，男生喜歡運動而女孩子不喜歡運動則被視為理所當然的事了（黃泰豪，2005）。陳春蓮（2004）研究發現，多數運動是男性發明，所

以體育課程的編排較傾向男性化。由於女性先天遺傳的限制，在身材、體能都處於劣勢，如果體育課程內容設計偏向男性化，可能會使女學生從事體育活動時，產生焦慮、不安對體育活動退避三舍。

綜合上述所言，性別刻板印象深植女學生的學習意識當中，進而造成女學生對於體育學習可能抱持消極的態度，對於體育活動怯步不前。女學生對體育課的消極態度，可能造成體適能水準的下降，較難養成規律的運動習慣，減低體育活動的興趣等。有鑑於此，提昇女學生正面積極的體育學習態度，將有助提高體育課的正面效益。

對體育態度的影響除了社會文化結構因素外，還有其他。周宏室、劉照金（2004）研究發現，影響體育態度之關鍵因素包括教師、教學課程、課堂氣氛、自我概念、經驗、同儕行為。陳春蓮（2004）指出在體育教學的互動中，男性比女性受到更積極正面的對待，使其在學習上處於較優勢的地位，教師對女生體育課學習的低期待與憂慮，有損女生參與意願，由於多數運動是男性發明，因此課程內容亦傾向為男性而設計，造成女學生對體育課不感興趣。

體育課程的實施主要是幫助學生建立規律運動習慣、擴展人際關係、培養正確運動技巧、增進身體適應能力。一旦女學生在體育活動中，缺乏興趣或參與意願低落，將可能造成體適能水平不昇反降，與同儕互動減少，交友範圍縮小，甚至會因運動技巧的不正確造成傷害等負面的結果。因此，如要增進女學生在體育課正面學習態度及促進學習興趣，將可從影響體育態度的關鍵因素，如教師、教學課程、課堂氣氛、學習情境、學習經驗及同儕等方面，進行深入的探討。

## 第二節 研究動機

學習態度受到諸多因素的影響，有哪些會影響學習態度？從以下文獻可看出一些端倪。丁一顧（1996）探討「國民小學教師情境領導行為與學生學習態度學業成就關係之研究」，研究發現，教師不同的領導型式在學生學習態度有顯著差異。吳清宜（2005）針對「屏東師範學院學生學習態度及其影響因素進行研究」，研究發現，學習態度會因年級有所差異；一年級的學習態度顯著比二、三、四年級的學生積極。蔡東敏（2003）探討「職校學生之重要他人影響學習態度學習動機與學業成就之相關研究」，發現教師期望與同儕影響會顯著影響職校學生之學習態度。金武昌（2005）探討「影響高級職業進修學校學生學習態度之研究」發現，在影響學習態度的因素方面：自我學習態度因素、學校環境因素、課程內容因素、教師因素、同儕因素均對學習效能產生顯著影響。上述實證研究文獻所發現會影響學習態度的眾多因素，是否也會影響體育學習態度，值得體育工作者進一步探討。

國內目前對學習態度的研究頗多，如王志永（1997）研究實用技能班學生個人背景自我統整與技能學習態度之相關研究。金武昌（2004）探討影響高級職業進修學校學生學習態度之研究。謝易裕（2004）探討中部地區高中職工科學生因應技專校院實施多元入學其學習困擾與學習態度之研究。徐澤佼（2006）之高級職業學校學生音樂科學習態度與學習成效關係之研究—以台南地區學校為例。然而，國內針對體育學習態度的研究僅張春秀（2000），而研究對象是大專學生。以高中職女學生為研究對象而探討體育態度者，仍付之闕如，此為研究動機二。

「你（妳）學習態度不好，難怪學習效果不佳」，這是一句耳熟能詳的話，也間接肯定學習態度的重要性。有諸多研究顯示，學習態度與學習成就具有很高的相關（林美靖，2004；林淑真，2002；黃思芸 2005）。研究者在實際教學當中，發現女學生的體育學習態度上比男學生低落，常藉故不從事體育活動。曾口頭詢問女學生何以不喜歡從事體育活動，學生常以消極的口吻回答：生理期不舒服、陽光炎熱怕曬黑以及流汗造成身體異味等等。因此，女學生常會居於旁觀者的立場不從事體育活動，找尋各種不上體育課的藉口。久而久之，女學生對於體育課的學習態度變得消極，倘若教師也對女學生採取半敷衍的教學方式，最後將形成一種惡性循環。這對女學生身心發展、教學成效以及班級學習的氣氛營造將造成負面影響。身為研究者與教學者，冀望能探討與瞭解體育學習態度的相關訊息並進行研究，以提昇女學生對體育課學習態度的積極性，此為研究動機之三。

研究者在實際教學當中發現，學習態度不佳的學生，在學習動機的表現上，也呈現低落的狀態，秦夢群（1992）指出，學習態度可分為對課業學習的態度與對學習環境的態度。在課業態度方面，是指學生對所學科目的動機與興趣。而鐘瑞彬（2005）在其定義的學習態度應所包含的要素當中，也提到「主動學習的態度」。周紹忠、岑漢康（2000）更指出，個體對運動的好惡及動機等因素，對體育活動態度的形成具有不同程度的影響。由此可知，兩者有其相關影響因素。研究者期望經由對學習動機的探討與知曉，使學生在體育活動時，能增強體育課正面參與態度，在認知、情感和行為等層面的學習態度也能獲得正面效益，因而引發研究動機四。

### 第三節 研究目的

本研究旨在探討高中職女學生體育課學習態度，具體研究目的如下：

- 一、探討體育學習態度與學習動機的意涵及其形成原因。
- 二、比較不同個人背景（年級、科別、運動比賽經驗、體育感受、健康情形）變項在體育課學習態度之差異。
- 三、探討女學生體育學習動機及其相關因素。
- 四、歸納研究發現，提供高中職體育教師教學與教材內容編排之參考。

## 第四節 研究範圍與限制

### 一、研究範圍

本研究以九十四學年度就讀於彰化縣文景（化名）高中職校一、二、三年級女學生對體育課的學習態度為研究範圍，包括其對體育課的認知、情感與行為方面的傾向。

### 二、研究限制

本研究係採用問卷調查法及焦點團體訪談法調查彰化縣文景高中職女學生體育課學習態度。調查對象在填答時，可能產生迴避現象及隨便填答而造成結果誤差。因此，亦利用訪談法來記錄及瞭解學生更深層的想法，以彌補問卷調查不足之處。本研究僅針對彰化縣文景高中職女學生進行探討，若要將結果推論到其他學校及不同學習階段的學生必須詳加審思。

## 第五節 名詞釋義

### 一、高中職女生

本研究對象，係指就讀於彰化縣文景高中職校一、二、三年級女學生。

### 二、體育課

本研究所謂的體育課，依據教育部民國八十七年九月公佈之職業學校體育課程標準編擬之教材所從事的體育活動。本研究之學校其合格體育教師 6 人，場地設備有 400 公尺田徑場（操場內包括足球、棒壘球場）、網球場、桌球室、排球場、羽球場、籃球場及活動中心。教材內容有健康檢查、體育常識、新式健身操、羽球、籃球、田徑、網球、足球、排球、棒壘球、桌球等。每週上課時數共二節，每節為 50 分鐘。一、三年級採用雙日教科書版本；二年級採用歐馨教科書版本。

### 三、體育學習態度

「體育學習態度」可界定為，學生對體育課學習所持有之認知，情感與行為意向的傾向，其主要內容包括對體育科、體育教師、自己與人際關係等態度（張春秀，2000）。

本研究的「體育學習態度」是指女學生對體育課所展現的認知、情感與行為方面的傾向。以受試女學生在研究者自編之「高中職體育課學習態度量表」的得分代表其體育學習態度。

#### 四、體育學習動機

學習動機為引起學生學習活動，維持學習活動，並導使該學習活動趨向教師所定目標的內在心理歷程（張春興，1994）。本研究所定義之「體育學習動機」是指學生在體育課的學習中，所持有的行為表現背後之驅力及理由。以受試者在研究者自編之「體育學習動機問卷」的得分代表其體育學習動機。

## 第貳章 文獻探討

本章針對高中職女生體育課學習態度之相關文獻，分三部分進行探討。第一部分是高中職女生的身心特質；第二部分是體育學習態度相關文獻探討；第三部分則是針對學習動機相關文獻探討。

### 第一節 高中職女生的身心特質

男性、女性在外觀上即有明顯差異，究竟差別在那裡？又有那些特徵呢？這些特徵是否會影響其體育學習態度？有鑑於此，本節將針對女性生理、心理與性別角色層面的特質方面進行探討。

#### 一、生理特質

在女子身體型態的發展方面，黃彬彬（1990）認為，九歲以前男、女身高並無太大差異，自十歲以後女子生長則較迅速，十四歲以後則生長即緩慢下來；在體重方面也同身高的成長速率。楊錫讓（1991）也指出男孩肩寬、女孩髖部大，女子由於肩帶窄小，很難發展上身力量；髖骨寬使股骨角度比男子突出，因此女子很難達到與男子相同奔跑速度，但是髖部大而重心較低，有利於女子從事對平衡能力要求較高的運動。

在身體組成方面，從兒童中期開始，女性的平均脂肪質量即超過男性。青春期開始時，女性的體脂肪呈現急速增加的現象，而這種現象一直持續到青春期結束（謝伸裕等譯，

2002)。由於女性的體脂肪明顯多於男性，可能較不利於耐力性運動，但對於注重浮力性運動項目則有正面效益。

就呼吸與循環機能方面而言，吳萬福（2000）認為女子的胸廓、肺活量、心臟輸出量等均較男子為小。由於女性的先天遺傳限制住呼吸與循環機能的發展，以致於呼吸及循環機能均低於男性，也會限制女性有氧方面的運動表現。

此外，女性月經的週期，對生理或心理層面也會造成其困擾。月經對青春期的女性極具衝擊，一方面代表生理的成熟，證實自己是個女人，另一方面也帶來許多焦慮和困擾（歐陽美蓉，2004）。如 Woods（1982）認為，青春期的女孩對月經的感受以負面情緒居多。因此，月經所產生的不適感，可能會減低個體進行體育活動的意願，或者傾向從事較靜態的活動。

總結上述論點，女性在身體型態方面髖部大、肩帶較窄小，對發展上身力量的運動較為不利，由於髖部較大、重心較低，因此在需要高度平衡的運動項目方面較佔優勢。女性的體脂肪一般多於男性，因體脂肪為身體主要供給的能量系統之一，較多的體脂肪可能對女性在耐力性運動項目有正面助益。女性因遺傳特性，在肺活量、心臟輸出量較男性小，因而在需要高度氧需求量的運動項目，能力可能會較男性為低。女性在月經來潮期間，在生理、心理方面會產生負面效應，從事體育活動時，可能會將這些負面效應帶入其中，例如，月經來潮時的負面情緒，如不安、憤怒、沮喪；生理方面胃痛、腹部抽筋等因素，進而影響到體育活動的進行，甚至不參與體育活動。

## 二、心理特質

女性在青春期因身體快速的成長，性器官的成熟及第二性徵出現等各種變化，可能會對女性在心理層面有所衝擊。吳武典（1994）指出，青春期的女生因生理變化常引起心理的變化，例如：害羞和膽怯、情緒不穩定、在意異性的眼光。

按照前述觀點，青春期女生因身體的發育情形而產生的害羞心態，可能在體育活動時，對於較誇張的肢體動作，會怯於表現；由於青春期的女生情緒較不穩定，可能上一節課被老師訓斥後，下一節課的上課心情也會受到一定程度的影響。

依盧俊宏（1999）的觀點，一般女性較為被動、服從、依賴、情緒、社會性、低侵略性與低成就需求。女性被動與服從的特性，在體育活動時，也可找出一些蛛絲馬跡，例如：在實際體育教學情境中，沒有主動要求女生從事活動時，女生通常是盡可能在旁與同儕聊天消磨時光，也不主動下場參與活動，除了老師口頭要求，女生被動服從外，甚少主動參與體育活動；女生的低成就需求，也時常反映在學習態度上，例如：男生在某一運動技能的學習達不到的要求，男生會積極主動的努力練習，而女生會將自己達不到要求的學習表現，視為理所當然呈現出較消極的學習態度。

上述特質也可能會造成女性對於體育學習狀況與選擇體育項目和男性有顯著差異，例如，女性在體育活動學習情境中，較不會主動表現自我，比較傾向於旁觀者的立場，在競賽的情境中，大部份的女性較無強烈的求勝慾望，也較喜歡選擇無強烈肢體碰觸或個人性的運動項目，如舞蹈、羽球、桌球等。由此可知，女性可能因心理刻板印象，害怕參與過

多體育活動或是表現出男性化的特質，因而傾向選擇較符合女性心理特質的運動項目或行為。

### 三、性別角色層面的特質

由於男性與女性的生理差異，例如：男生體型較高、較壯、速度較快、力量較強，使得兩性對體育活動的參與程度也有顯著的差別。就生理而言，男性本就比女性來的強壯有力氣，因此凡是與體力、速度、體格有關的身體活動或運動，男性通常比女性較好；以社會文化層面而言，女性則被塑造成文靜、乖巧的角色，傾向從事較靜態的活動，故缺少從事體育活動的機會（陳春蓮，2004）。Geadelmann 在 1985 年提出 1900 至 1950 年間對女性參與運動和身體活動普遍存在的錯誤觀念，包括：（一）激烈與競爭性的運動會使女性發展出男性特質，因此女性即不喜歡運動，運動也確實會減損女性特質；（二）高度激烈與競爭的運動對女性生育能力有潛在威脅；（三）應為所有女生提供適合其性別的運動與生理活動（陳春蓮，2004）。生理的差異及社會文化的影響，造成兩性的差距加大，也使兩性差異表現在運動參與的活動上。依據鄭琇瑩（2002）研究發現，由於性別刻板印象的自我應驗預言，參與運動者的性別角色及性別所關連的運動項目之間相互影響，形成運動類型性別的分化，有：男性化運動（拳擊、足球、角力、舉重、橄欖球）、中性化運動（溜冰、射箭、高爾夫球、跳水、自由車）、女性化運動（國標舞、體操、冰上溜冰、爵士舞、瑜珈術、芭蕾舞），而女性傾向於從事被標示為女性化的運動。

綜合上述文獻的研究，男性、女性由於先天因素，造成

體型、體能的差異，使其體育活動能力亦有不同。另一方面，因社會文化的限制，將女性塑造成文靜、服從、端莊的角色，使女性認為體育活動是較屬於男性化的活動，間接造成其較消極的態度。

## 第二節 體育學習態度相關文獻探討

學生對於整體學習環境的正、負面感受，可能對於學習成效有其顯著相關性。本節將針對體育學習態度層面，進行分析與探討。

### 一、態度的概念內涵

#### (一) 態度的意涵

根據張春興(1976)的觀念認為，態度是一種行為傾向，而非指行為的本身；態度必有其對象，可能是人、可能是事或是物；態度具有一致性與持久性；態度是有其組織性。其組成的要點為：認知、情意或行為等成分。

李宏鑑(2003)認為，態度是對某一個特定的人、事、物的一種較為持久，普遍的正向或負向的感覺與信念及行為意向。態度包含三個主要成分：認知、情感與行為。態度是一種儲存在長期記憶中，對事件、物體以及人物的評價反應(楊語芸，1995)。Allport(1935)認為態度乃是透過經驗組織而成的一種心理的和神經的預備狀態，在個體對某一種事物或情境的反應上，具有引導及動力的影響。

Nunnally(1959)指出態度乃是對一組事物、概念、機構等，所產生積極或消極反應的傾向。吳聰賢(1984)也認為態度具有引導、中介與預測的功能，能經由特定社會事物或環境而做的各種反應表達出來。根據 Krech(1962)的想法，態度是個體對社會事項所特定的正面或反面評價，是一種情感性感覺及贊成或反對的行動傾向之持久性系統。

綜合以上，態度主要內涵包含：認知、情意、行為三個方面，經由與外在環境的交互作用使認知、情意、行為產生

特殊的改變，形成獨特性的風格。

## （二）態度的形成與改變

個人態度並非與生俱有，而是經由社會的歷程所得來的。依據張春興（1986）的論點，態度的形成或改變屬於社會學習的歷程；亦即個人態度的形成與改變均受他人影響，任何一種態度的形成都需經過順從、認同與內化等三個階段。

周紹忠、岑漢康（2000）則認為，態度的產生有兩種情況：一種是當個人對某一對象還處於無所謂的狀態時，由於直接經驗或間接經驗的影響，而產生某種態度，這叫做態度的形成；另一種情況是當個人已具有對某種對象肯定或否定的態度，由於新的經驗影響，而使原來的態度發生變化，此謂態度的改變。

綜合以上文獻，態度並非來自先天，而是經由個體與他人、環境交互作用所產生，態度的形成必須經歷順從、認同、內化等階段，且態度是可以改變的。

## 二、體育學習態度

### （一）學習態度

學習態度是正向或負向，將影響其學習效果。秦夢群曾（1992）指出，學習態度可分為對課業學習的態度與對學習環境的態度。對課業的態度是指學生對所學科目的動機與興趣；至於對學習環境的態度，則指周圍環境改變，如：教師的執教態度，同儕間的人際關係等，所造成學生主觀的看法。鐘瑞彬（2005）認為學習態度是指在學習過程中對學習所抱持的看法，包含「對課業學習的態度」、「對學習環境的態度」、「主動學習的態度」三個層面。學習態度包含的層面是廣泛

的，它可以是學習的本身，即學習的習慣、慾望等；可以是對課程本身的態度；亦可以是對學校的態度，如對學校環境、學校的老師及對學校的認同等。然而學習態度是一種心理的歷程，屬於潛在的變項，並無法直接測量，只能透過外顯行為加以評價（黃信誠，2003）。

## （二）體育學習態度

對於體育態度方面，依據楊裕隆(1998)的定義：體育態度指個人對體育課或體育活動反應出積極或消極的評價，以體育態度量表之分數多寡作為積極或消極傾向之依據。Zai-chowsky(1975)將體育態度分為三個方向，依序為認知、情意、行為。張春秀(2000)認為體育學習態度的界定為，學生對體育課學習所持有之認知、情感與行為意向的傾向，其主要內容包括對體育科、體育教師、自己與人際關係等態度。

綜合上述所言，體育學習態度是指個體在體育學習當中，將自己的認知、情意、行為表現於外的態度。體育教學的成功與否並不只是單以量化的成績作依據，還應考慮到質化層面。因為學生的行為必須經過深入的觀察才能瞭解其代表的意義，倘能量、質互用，將使教學發揮最大成效。

## 三、學習態度及體育態度相關實證研究

對於學習態度及體育態度所採行的研究方式，有單獨採取質或量的方式，也有質量並用的情形；經常考慮使用的研究變項包含：年級、科別、學習經驗、教師、同儕及課程等等因素。因此，研究者將國內學習態度及體育態度之研究彙整成表 2-1，以進行探討：

表 2-1 學習態度及體育態度相關研究摘要表

研究者 年代	研究題目	研究 方法	研究 對象	研究結果
王志永 (1997)	實用技能班學生個人背景自我統整與技能學習之相關研究	問卷調查	高職生 N=1810	就總體學習態度而言，年級愈高，學業成績愈好。
阮如鈞 (1973)	國立台灣師範大學男生的體育態度研究	問卷調查	師範大學學生 N=624	1. 各學院及各年級間，對體育的態度無顯著差異。 2. 運動員與非運動員之間對體育的態度有顯著差異。運動員對體育的態度較為積極。
吳清宜 (2005)	屏東師範學院學生學習態度及其影響因素之研究	問卷調查	師範學院學生	屏東師範學生的學習態度因年級的不一而有顯著差異。二、三年級的學生的學習態度顯著的比二、三年級的學生積極。
周宏室 劉照金 (2004)	影響台灣地區學生體育態度之關鍵因素研究	關鍵事件分析法	國小生 國中生 高中生 大學生 N=1496	1. 影響學生正面體育態度之關鍵事件依序為教師、自我概念、課堂氣氛、課程、同儕行為及經驗。 2. 影響學生負面體育態度之關

徐澤佼 (2006)	高級職業學校 學生音樂科學 學習態度與學 成效關係之研 究——以台南地 區學校為例	問卷 調查	高職生 N=1071	<p>鍵事件依序為 教師、自我概 念、課程、經 驗、同儕行為 、課堂氣氛。</p> <p>1. 高職學生一年級 學生音樂科學 態度優於二、三 年級學生。高職 不同類科高職學 生其音樂科學習 態度具有顯著差 異。</p> <p>2. 高職學生過去是 否上過校外才藝 班，其音樂學習 態度具有顯著差 異，有上過校外 才藝班者音樂學 習態度較積極。</p>
黃嵩豪 (2004)	台北市公立國 民中學學生體 育態度與體育 課學習成效之 相關研究	問卷 調查	國中生 N=1080	<p>1. 不同年級、是 否加入社團、 不在體育成就 上體育態度有 顯著差異。</p> <p>2. 體育態度與體 育課學習成效 達顯著正相關 。</p>
張春秀 (2000)	體育教師課程 價值取向對學 生體育學習態 度與學習影響	Q分 類 問卷 調查	技術學院體育 教師 大專生 N=216	教師對體育學習 態度三層面的影 響(認知、情意、 行為)達顯著水 準。

張琇鈺 (2006)	國中生活科技 教師教學信念 與學生學習態 度相關之研究	問卷 調查	國中生 N=1050	就讀不同年級，父 母教育程度不同之 國中學生在生活科 技學習態度上有顯 著差異。
程蘊嘉 (1994)	性別、學科別 對大學新生電 腦學習態度之 影響	問卷 調查	大學生 N=560	科別會影響學生對 電腦學習態度。
廖政訓 (2000)	國立台北科技 大學學生體育 態度調查研究	問卷 調查	大學生 N=469	1.越高年級學生體 育態度越消極。 2.有參加代表隊者 的體育態度比無 參加代表隊者積 極。
謝易裕 (2004)	中部地區高中 職工科學生因 應技專校院實 施多元入學其 學習困擾與學 習態度之研究	問卷 調查	高中職 工科學 生 N=1410	不同性別、不同群 別(科別)在學習 態度上均無顯著差 異。

資料來源：研究者自行整理

綜觀上述文獻，進行歸納如下，在學習態度方面：王志永(1997)研究發現，年級變項對學習態度具有顯著性影響。而吳清宜(2005)、張琇鈺(2006)、徐澤佼(2006)廖政訓(2000)、黃嵩豪(2004)的研究也持相同看法；但阮如均(1973)的研究，卻持相反的看法。謝易裕(2004)研究發現，科別對學習態度並無顯著差異；徐澤佼(2006)的研究則發現，科別變項對學習態度有顯著差異。在徐澤佼(2006)的研究中發現，過去的學習經驗對學習態度影響呈顯著水準

。由此可知，年級、科別、過去學習經驗對學習態度會造成影響。

在體育態度方面，廖政訓（2000）、阮如均（1973）、黃嵩豪（2004）等人的研究發現，有無參加代表隊、是否為運動員、不同學業成就等變項，對體育態度具有顯著差異性。周宏室、劉照金（2004）研究發現，教師、自我概念、課堂氣氛、課程、同儕行為及經驗等等，是影響學生正負面體育態度的主要關鍵因素。張春秀（2000）的研究也發現，教師會影響學生的學習態度。綜合以上，影響學習態度與體育態度的因素非常眾多，因此，如要對體育學習態度進行研究，可參考上述變項進行深入探究。

### 第三節 學習動機相關文獻探討

本節擬針對學習動機與運動參與動機相關研究進行探討，共分為：一、學習動機的意涵；二、學習動機影響因素及激發策略之探討，以及運動參與動機之探討等三部分，敘述如下：

#### 一、學習動機的意涵

張春興（1994）認為，動機是指引起個體活動維持已引起的活動，並導使該一活動朝向某一目標的內在歷程。周紹忠、岑漢康（2000）指出，動機是推動一個人進行活動的內部動因或動力。綜合上述論點，動機是由內部動因引起內在的行為，並有其持續性與目標性。

學習動機是指引起學生學習活動，維持學習活動，並導使該學習活動趨向教師所設定目標的內在心理歷程（張春興，1994）。張憲卿（2002）認為，學習動機是指學習者對學習工作，學習內容，學習結果，學習能力等方面的價值、期望與情感。學習動機是指學生在學習過程中，引爆學習活動，維持學習活動，並且使學生的學習成效趨向於教師所設目標之內在心理歷程（Weinstein & Mayer, 1986）。依據廖志昇（2004）的觀點，學習動機是指引起學習者對客觀的學習活動認知，自發的維持學習，並導使該學習活動趨向所設定目標的內在心理歷程。

綜合上述，學習動機是指教師利用各種誘因和激發手段，使學生發現所學事物的意義與價值，並產生自發性持續學習的心理活動。

## 二、學習動機影響因素及激發策略

### (一) 學習動機影響因素相關文獻

關於學習動機影響因素之研究，應從各方面加以深思考慮，以求全面性的瞭解影響學習動機因素，避免有偏頗之虞。因而，蒐集國內有關於學習動機影響因素之實證研究進行探討如表 2-2：

表 2-2 學習動機影響因素相關研究摘要表

研究者 年代	研究題目	研究 方法	研究 對象	研究結果
吳淑娟 (1999)	國中學生理化科學學習動機面貌及影響因素之個案研究	問卷 調查  晤談	國中生 N=41	影響個案班級學生的理化科學學習動機因素為考試制度、理化教師的教學資源應用、學生本身價值觀念、對學習成就的歸因。
唐建雄 (2005)	高職學生家庭環境學習動機與生涯期望及學業成就之研究	問卷 調查	高職生 N=498	影響學習動機因素，包括對成功的期望，內在動機、外在動機及自我效能。
黃金山 (2002)	高職汽車科學專業實習學習動機及學習行為對學習成效之影響研究	問卷 調查	高職生 N=1250	影響高職生學習動機相關因素為師生關係、對專業科目教學的感覺、就讀年級。

蔣恩芬 (2000)	學習動機相關因素探討與學習動機方案成效研究	個案研究法	國中生 N=8	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 父母因素：提供良好的學習環境、溝通學習的價值與理由、教孩子學習的策略與方法、獎勵方式與示範楷模。</li> <li>2. 師長因素：對學生的態度、學習動機策略的使用、對學生的要求、教學方式與獎勵方式。</li> <li>3. 同儕因素：同儕競爭與同儕認同。</li> <li>4. 個人因素：個人氣質、興趣、自我要求、成就感與成功期望。</li> </ol>
鄭仰哲 (2005)	高職學生物理學習動機相關因素之研究	問卷調查 晤談	高職生 N=39	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 對自我成績的要求以及成就感的獲得。</li> <li>2. 班上競爭力與學習風氣的影響。</li> <li>3. 對授課老師的認同以及對教學方式的喜好與學生個人興趣。</li> </ol>
盧青延 (1993)	我國國民中學生補習學校學生學習動機，學習策略與學業成就關係之研究	問卷調查	國中生 N=1117	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 學習動機因性別、教育背景、年齡的不同有所顯著差異。</li> </ol>

## 2.學習動機層面中

以期望成功、外在目標、工作價值、內在目標對學習成就預測力較大。

---

資料來源：研究者自行整理

綜合上述實證研究文獻，可瞭解學習動機的影響因素，為性別、年齡、內外目標、考試制度、輔助器材的應用(如呼拉圈、圓錐筒、跳繩等器材，應用在分站跑步)，學生本身價值觀念，教學方式與獎勵方式，同儕因素、興趣、成就感及成功期望等等。由此可知，其影響層面廣泛且複雜，如要對學習動機做深入研究，可依上述觀點再做進一步的探討。

### (二) 學習動機激發策略

學生學習動機的引發，必須仰賴良好的激發技巧，而激發技巧包含哪些方式？林寶山(2002)指出佈置舒適的教學環境，引發內在的動機，如讚美、尊重學生及賦於責任，教學活動多樣化，多用獎勵少用懲罰，給予學生適度的期望，幫助學生建立合乎其能力的抱負水準，成績評量不宜過苛等方式，皆是激發學生學習動機的適當技巧。依朱敬先(1997)的觀點，增進學習動機的策略為，建立學生正面期望與信心，提供學生表現機會，勿太強調分數及傳授學習的訣竅。賈馥茗等(1999)則認為，激發學習動機可從以下的方法著手，提供「實際參與」的機會：讓學習者參與教學目標、情境等方面的設計，則他們的學習興趣較濃，學習效果較佳；即時

回饋學習的結果；在學習過後讓學生了解自己的優缺點，將有助於激勵學習者的動機；給予成功的滿足與失敗的挑戰：成功的滿足能激勵人更加努力，失敗的挫折也可刺激人加強努力，以追求成功。依據 Brophy (1987) 研究發現，提供難易適中而有挑戰性的教材，提供良好的師生及同儕互動關係，提供具有新奇、創意性的教材，提供遊戲化的教學活動，教師以身作則、教學認真等方式，都是能引發學生學習動機的良好策略。

總結上述，要激發學生的學習動機，包含以下方式：口頭讚美，建立適度期望及抱負水準，適當回饋，增強成就動機，教學環境的佈置，獎懲的使用，評量的訂定，師生同儕之間的互動，新穎教材的提供，樂趣化的學習活動，教師的身教、言教，學習者對教學活動設計的實際參與，掌握上述要點，對於學習動機的激發將可收到事半功倍的效果。

### 三、運動參與動機之探討

#### (一)、運動參與動機之相關文獻

為求瞭解影響個體的運動參與動機包含哪些因素？以健全研究架構之嚴謹。因此，研究者整理國內運動參與動機之相關文獻，進行探討分析如表 2-3：

表 2-3 運動參與動機相關研究摘要表

研究者 年代	研究題目	研究 方法	研究 對象	研究結果
王天威 (2005)	台北縣青少年 女性休閒運動 參與狀況與阻 礙因素之研究	問卷 調查	青少年 女性 N=1070	影響其運動參與動機的因素，依序為時間不夠、課業太忙、沒有朋友、一起運動的因素、缺少參與休閒運動所需的工具或器材。
林靖斌 (2002)	國中學生規律 運動及其影響 因素之研究— 以宜蘭縣文化 國中為例	問卷 調查	國中生 N=368	提升身體健康程度並改善體型，是促進運動參與動機的主因。
黃文宗 (2006)	彰化市國小教 師休閒運動參 與動機與參現 況之研究	問卷 調查	國小 教師 N=1035	運動參與動機，以健康與適能的需求得分最高；依序為社會需求，知性需求，成就性需求。
曾瑞怡 (2005)	臺北市高中職 學生運動參與 行為調查研究	問卷 調查	高職生 N=996	影響運動參與動機相關因素，分別為刺激避免因素、健康因素、社會需求因素、知識需求因素、心理因素。
廖志猛 (1994)	休閒運動參與 者生活形態及 運動態度之研 究—以大台北 地區籃球、游 泳參與者為例	問卷 調查	籃球、 游泳參 與者 N=735	運動參與動機最傾向於休閒與技能肯定健康與適能。

賴溢宏 (2005)	彰化地區高中 職學生參與課 後運動動機及 其阻礙因素之 研究	問卷 調查	高中 職生 N=13248	性別、學校類別、 參與運動社團、運 動參與頻率，皆是 造成運動參與動機 有所差異的主要因 素。
戴旭志 (2001)	臺北市太極拳 休閒運動參與 者參與動機與 行為之研究	問卷 調查	太極拳 參與者 N=423	最主要的運動參與 動機因素為健康適 能與自信的獲得

---

資料來源：研究者自行整理

綜合上述，性別、參與運動社團、運動參與頻率、休閒與放鬆、技能肯定、健康因素、時間因素、課業因素、天候因素、自信心獲得等因素，皆影響個體運動參與動機的程度。因此，如要改善與瞭解個體運動參與動機，可由上述因素進行研究。

## (二) 運動參與動機之激發

教師如何引發個體運動參與動機，在體育教學活動時，列為首要問題，若個體的運動參與動機低落，體育教學活動將會減低其效果。在體育活動當中，對運動參與動機的激發馬啟偉、張力為(1996)提出以下幾點方法，滿足運動參與者的各種需要：追求樂趣的需要、展示才能與自我價值的需要；正確運用強化手段；出現正確行為就給予獎勵，如微笑、表揚或物質獎勵。學習活動採多樣性及新奇有趣的課程，教師教學運用幽默的方式，對教學負有熱忱、積極，並以主動

關心的態度面對所有學生，能確實公平對待所有學生，皆是引發學生在體育教學時參與動機的良好方式（許義雄、黃月嬋譯，2001）。周紹忠、岑漢康（2000）則認為，訂定明確的學習目的，培養學習興趣，利用運動競賽的手段，運用動機的遷移作用皆可提昇與激發運動的參與動機。

綜合上述，運動參與動機的激發，須對教師的教學方式與態度，個體增強作用、興趣培養、課程設計及適時使用運動參與遷移等因素，做全面性的考量，如此對激發運動參與動機將有所助益。

## 第參章 研究方法與設計

本研究旨在探討高中職女學生的體育課學習態度。依據前述之動機及目的，首先利用文獻分析法探討相關文獻，並採問卷調查及焦點團體訪談法進行研究。本章內容共分為五節，第一節研究架構；第二節研究對象；第三節研究流程；第四節研究工具；第五節資料處理。

### 第一節 研究架構

本研究根據研究目的與文獻探討結果，設計態度量表、體育學習動機問卷與訪談大綱，而體育學習動機問卷及訪談之主要功能，是為彌補態度量表不足之處，以協助瞭解女學生的體育學習態度，並透過其研究發現，幫助女學生建立積極的體育學習態度。態度量表分為二部分，第一部分探討個人背景變項，包括就讀年級、就讀科別、運動比賽經驗、體育感受以及身體健康情形；第二部分為學習態度量表，內容包括：對體育課程的態度、對教師教學行為的態度、對學習經驗的態度、對學習情境的態度等四方面。在體育學習動機問卷，內容包括：評量方式、教師的教學態度、教學活動設計、教師的人格特質以及提高學習動機的方法等五方面。訪談內容根據訪談的題項，採用焦點團體訪談技術進行晤談。

茲擬具本研究架構如圖 3-1 所示：

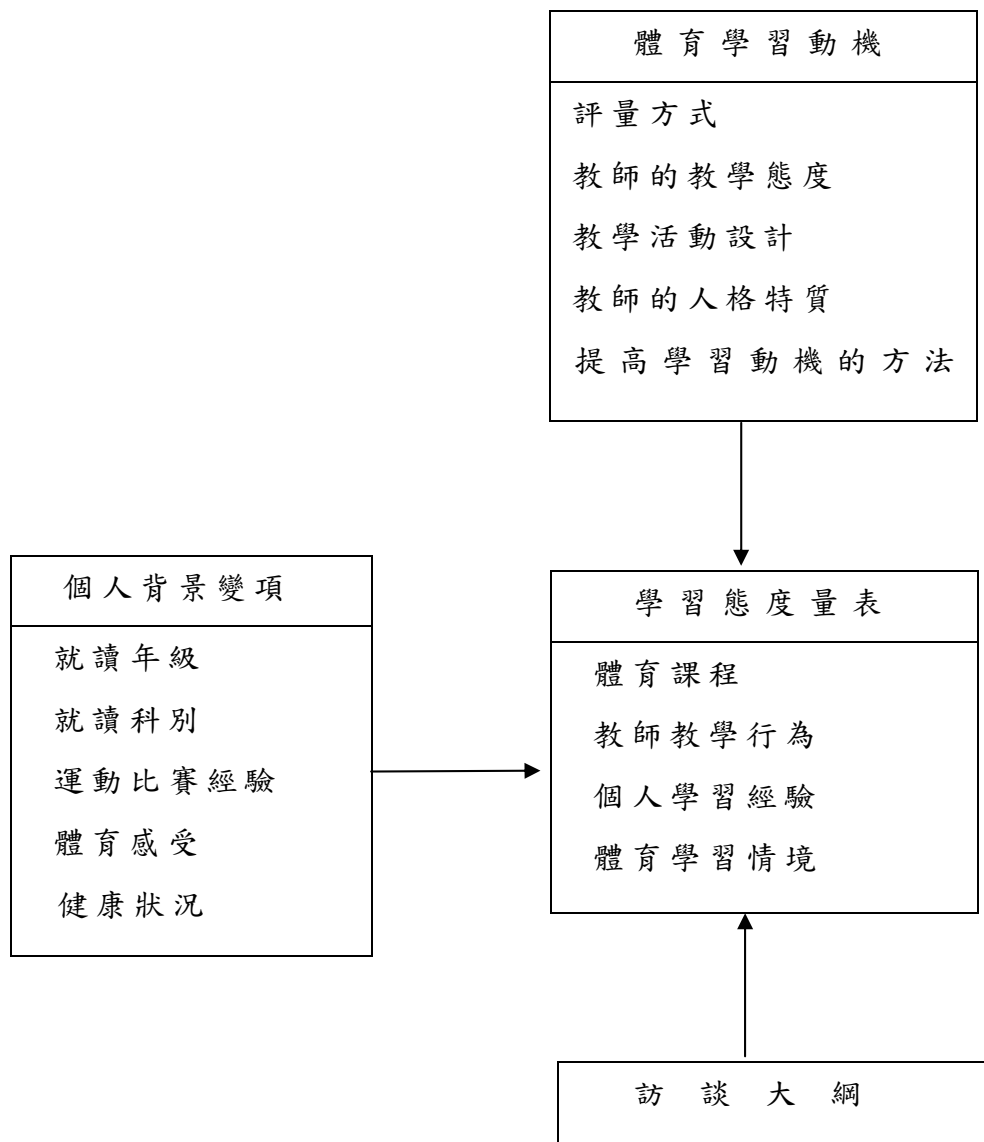


圖 3-1 研究架構圖

## 第二節 研究對象

本研究之研究對象為彰化縣文景高中職校高中部及高職部一、二、三年級的女學生。學校位處彰化縣西南方，緊鄰濱海的芳苑鄉，故冬天氣候寒冷、風沙也大，但是在全校師生的共同努力經營下，校園環境優美，人情味濃厚，軟硬體設施規劃也完善，雖略偏遠但卻是極為理想的學習環境。學校設有綜合高中部與高職部，綜合高中部每個年級有四班；普通高中為體育班每個年級各一班。高職部科別包括：商業經營、電子、電機、建築、機械、資料處理等六科，每科每個年級各一班。學生來源多半是以彰化縣市地區為主，僅少數學生來自縣外地區。

就態度量表及體育學習動機問卷調查部分。全校高中職女學生共 509 人全數納為研究對象。訪談部份是採立意取樣，抽取不同年級之高中、高職部女學生，以口語表達能力較佳為基礎，選擇主動參與及不主動參與運動者，每個年級（高中、高職部各 2 人）4 人，共 12 人為訪談對象。為維護訪談者的隱私，特編定訪談學生代號如表 3-1：

表 3-1 訪談學生代號表

編	號	科 別	年 級
A1	主動積極參與、A2 不主動參與	綜合高中	一
B1	主動積極參與、B2 不主動參與	綜合高中	二
C1	主動積極參與、C2 不主動參與	綜合高中	三
D1	主動積極參與、D2 不主動參與	高 職	一
E1	主動積極參與、E2 不主動參與	高 職	二
F1	主動積極參與、F2 不主動參與	高 職	三

### 第三節 研究流程

在形成與確定研究問題後，便著手蒐集相關文獻，確定研究主題，選取研究對象，並建立研究架構。經由發展研究工具（學習態度量表、體育學習動機以及訪談大綱），進行問卷設計、預試、修正後，才進行問卷調查。所得資料經整理分析後，撰寫研究結果與討論，並據以提出結論與建議。其流程與步驟，如圖 3-2 所示：

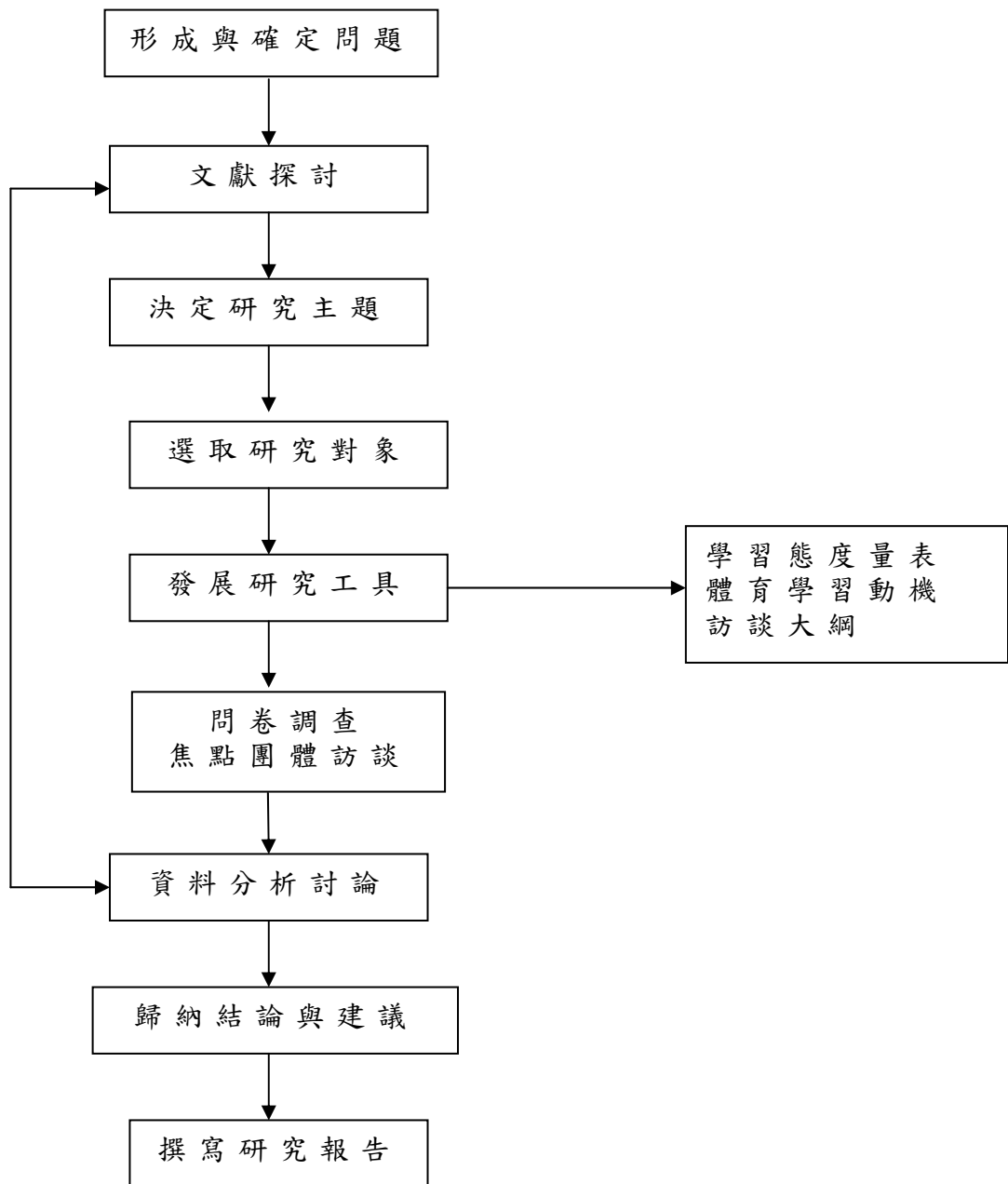


圖 3-2 研究流程與步驟

## 第四節 研究工具

本研究以問卷調查法和焦點團體訪談法，蒐集文景高中職校女學生體育課學習態度之資料，為達成本研究之目的，以自編之「高中職女學生體育課學習態度問卷」、「體育學習動機問卷」(見附錄一)及訪談大綱(見附錄二)作為研究工具。

問卷依據研究目的、研究架構及參考相關文獻後編擬初稿，專家效度的處理、預試等過程。以下分別對研究工具編定與內容進行說明。

### 一、體育學習態度問卷

#### (一) 問卷初擬步驟

依據本研究架構及目的，並參考汪深安(2005)、林志展(2005)、邱佳椿(2003)、金清文(2002)等之學習態度相關研究，擬定高中職女學生體育課學習態度問卷。問卷初稿內容包含個人基本資料及對體育課程態度、對體育教師的教學行為、對學習經驗的態度、對學習情境的態度等五部份。

#### (二) 信度分析

本研究採用 Cronbach  $\alpha$  係數，考驗高中職女學生體育課學習態度預試問卷之內部一致性，「體育課程」向度之 Cronbach  $\alpha$  係數為 .78；「教師教學行為」向度之 Cronbach  $\alpha$  係數為 .78；「個人學習經驗」向度之 Cronbach  $\alpha$  係數為 .77；「體育學習環境」向度之 Cronbach  $\alpha$  係數為 .77；總量表 Cronbach  $\alpha$  係數

為 .78，顯示其內部一致性頗佳（見表 3-2）：

表 3-2 高中職女學生體育課學習態度問卷（預試問卷）之信度分析

向度別	體育課程	教師教學行為	個人學習經驗	體育學習情境
Cronbach $\alpha$ 係數	.78	.78	.77	.77
題數	17 題	14 題	12 題	11 題

總量表 Cronbach  $\alpha$  係數 .78，共 54 題

### （三）專家效度

問卷初稿擬定後，為確保問卷內容的妥適性，隨即進行專家效度之處理。特別商請體育相關領域專家學者以及資深體育教學實務工作者（如附錄三），針對問卷題目的適切性、內容的完整性，給予評價和建議，並按照專家學者的意見進行修改（如附錄四）。

### （四）問卷預試

經專家效度修訂之後的量表，為使量表內容和型態更加符合良好試題的要求，使研究對象在理解與填答時減少困難，於是以立意取樣（對象為上課態度較積極與消極的女學生各十二名）方式，抽取文景高中職校不同年級，綜高部及高職部共二十四名的女學生進行預試。預試後，針對學生預試時所反應的意見，對問卷再做適當修正。

### （五）完成正式問卷

彙集專家審查及問卷預試的意見與問題後，參考多數專家所提供之建議，對問卷再加以刪改，經由刪改之

後完成正式問卷（如附錄五）。

#### （六）計分方式

本研究量表採用 Likert-type Scale 五點式計分評量法，依據受試者在量表填答之情形，按照其同意情形程度，依序為「非常同意」、「同意」、「無意見」、「不同意」、「非常不同意」，給予 5、4、3、2、1 的分數。

### 二、體育學習動機問卷

經過實證研究文獻反覆推敲、探討，以及與指導教授、其他研究同好多次討論修正後，擬定「體育學習動機問卷」，藉以瞭解影響女學生體育學習動機的因素，經進一步歸納分析，以期作為體育教師提昇女學生學習動機、建立積極學習態度之參考。

### 三、訪談大綱

根據研究者在實際教學情境遭遇的難題，學生在教學活動中反應的問題，以及參考相關實證研究文獻並與指導教授、其他研究同好多次討論修正後，擬定「訪談大綱」，便著手進行焦點團體訪談。

#### （一）訪談信度

訪談資料蒐集整理後，將逐字稿送予受訪者進行再確認，請受訪者檢視內容是否有誤差。此除可掌握逐字稿內容是受訪者真確意見外，亦可避免研究者個人偏見，有助於訪談內容的可信度。

## 第五節 資料處理

本節針對體育學習態度問卷、體育學習動機問卷及訪談資料回收，所進行之分析與處理方式，分述如下：

### 一、問卷資料的分析處理

問卷回收後，研究者剔除回答不完整的問卷，將有效問卷以 SPSS10.0 程式進行統計分析。根據研究目的，本研究所使用統計分析方法如下：

(一) 描述統計：採用次數分配與百分比分析研究對象之基本資料。

(二) 以 one way ANOVA 進行下列分析：

- 1、以單因子變異數分析，考驗綜合高中及職業學校、普通高中對體育課學習態度是否有顯著差異。
- 2、以單因子變異數分析，考驗不同年級對體育課學習態度是否有顯著差異。
- 3、以單因子變異數分析，考驗曾參加運動比賽與否對體育課學習態度是否有顯著差異。
- 4、以單因子變異數分析，考驗體育感受對體育課學習態度是否有顯著差異。
- 5、以獨立樣本 t-test 檢定，健康情形對體育課學習態度是否有顯著差異。
- 6、若 F 值達顯著水準，則以雪費 (Scheffe) 進行事後比較。
- 7、本研究統計分析訂  $\alpha = .05$ 。

## 二、體育學習動機問卷資料的分析處理

本研究的資料分析與處理是以描述統計的方式為主，採用次數分配與百分比，分析個人觀點。

## 三、訪談資料的分析及處理

本研究的訪談資料分析與處理是以描述及詮釋方式為主，將獲得的訪談資料進行編碼，編碼以資料、日期做標記，例如：訪談 950206 A1 表示 95 年 2 月 6 日高中一年級主動積極參與活動的訪談學生；而後再將編碼後的資料，根據研究相關問題進行歸納分析，以解釋高中職女學生的體育課學習態度。

## 第肆章 結果與討論

本研究主要了解高中職女學生體育課學習態度及其影響之相關因素，本章針對施測所得資料進行分析與討論。全章共分為五節，第一節為研究對象之描述；第二節探討不同背景變項（年級、科別、運動比賽經驗、體育感受、健康情形）在體育課學習態度之差異情形；第三節探討體育學習動機；第四節針對學生訪談紀錄進行整理與分析；最末一節則是針對本研究之結果進行討論。

### 第一節 研究對象之描述

本研究係以文景高中職校全校女生為研究對象，實施體育學習態度及個人學習動機問卷調查。在體育學習態度問卷方面共發放 509 份問卷，回收問卷 501 份，佔 98.42%，有效問卷共有 484 份，佔 95.08%，其研究對象一覽表詳如表 4-1；在體育學習動機問卷方面共發放 509 份問卷，回收問卷 490 份，佔 96.26%，有效問卷共有 468 份，佔 91.94%，其研究對象一覽表詳如表 4-2：

表 4-1 體育學習態度調查一覽表

科別	發放份數	回收份數	有效份數
綜合高中一年級	98	96	92
二年級	79	78	77
三年級	79	76	73
職業類科一年級	90	90	84
二年級	76	75	72
三年級	71	70	70
普通高中一年級	8	8	8
二年級	5	5	5
三年級	3	3	3
合計問卷	509	501	484
百分比	100%	98.42%	95.08%

表 4-2 體育學習動機調查一覽表

科別	發放份數	回收份數	有效份數
綜合高中一年級	98	90	84
二年級	79	78	77
三年級	79	75	73
職業類科一年級	90	88	79
二年級	76	73	69
三年級	71	70	70
普通高中一年級	8	8	8
二年級	5	5	5
三年級	3	3	3
合計問卷	509	490	468
百分比	100%	96.26%	91.94%

## 第二節 不同背景變項於體育課學習態度之差異分析

本節在討論不同背景變項（年級、科別、運動比賽經驗、體育感受、健康情形）在體育課學習態度之差異，就不同背景變項之五部分陳述之：

### 一、年級

分析不同年級於體育課學習態度之差異，首先呈現不同年級在體育課程、教師教學行為、個人學習經驗、體育教學情境的平均數及標準差分析結果，而後針對不同構面進行單因子變異數分析，倘達顯著水準則再進行事後比較其結果如表 4-3 與 4-4。

表 4-3 不同年級對體育課學習態度平均數、標準差摘要表

構面	(1) 一年級		(2) 二年級		(3) 三年級	
	平均數	標準差	平均數	標準差	平均數	標準差
體育課程	3.26	.29	3.35	.27	3.30	.29
教師教學行為	3.14	.34	3.25	.31	3.16	.31
個人學習經驗	2.91	.68	2.95	.60	2.89	.65
體育教學情境	2.87	.45	2.87	.42	2.94	.42

表 4-4 不同年級對體育課學習態度單因子變異數分析摘要表

變異數來源	SS	df	MS	F	事後比較
<b>體育課程</b>					
組間	.66	2	.33	3.98*	2 > 1
組內	40.21	481	8.36		
總合	40.87	483			
<b>教師教學行為</b>					
組間	1.09	2	.55	5.20*	2 > 1、3
組內	50.79	481	.10		
總合	51.89	483			
<b>個人學習經驗</b>					
組間	.34	2	.17	.41	
組內	202.73	481	.42		
總合	203.08	483			
<b>體育教學情境</b>					
組間	.43	2	.21	1.13	
組內	91.72	481	.19		
總合	92.16	483			

\*P < .05

由表 4-4 得知，不同年級在體育課程方面的態度達顯著差異（ $F = 3.98$ ），經雪費事後比較，發現二年級學生顯著高於一年級；在教師教學行為此一構面也達顯著水準（ $F = 5.20$ ），經事後比較得知，二年級學生高於一年級學生及三年級學生；不同年級在個人學習經驗與體育教學情境等構面均未達顯著水準。

## 二、科別

分析不同科別於體育課學習態度之差異，首先呈現不同科別在體育課程、教師教學行為、個人學習經驗、體育教學情境的平均數及標準差分析結果，而後針對不同構面進行單因子變異數分析，倘達顯著水準則再進行事後比較其結果如表 4-5 與 4-6。

表 4-5 不同科別對體育課學習態度平均數、標準差摘要表

構面	(1) 綜合高中		(2) 職業類科		(3) 普通高中	
	平均數	標準差	平均數	標準差	平均數	標準差
體育課程	3.32	.28	3.27	.29	3.45	.24
教師教學行為	3.19	.30	3.31	.35	3.32	.28
個人學習經驗	2.97	.63	2.87	.64	2.73	.79
體育教學情境	2.89	.42	2.86	.43	3.34	.38

表 4-6 不同科別對體育課學習態度單因子變異數分析摘要表

變異數來源	SS	df	MS	F	事後比較
<b>體育課程</b>					
組間	.62	2	.31	3.76*	3 > 1、2
組內	40.24	481	8.36		
總合	40.87	483			
<b>教師教學行為</b>					
組間	.44	2	.22	2.09	
組內	51.44	481	.10		
總合	51.89	483			
<b>個人學習經驗</b>					
組間	1.85	2	.92	2.22	
組內	201.22	481	.41		
總合	203.08	483			
<b>體育教學情境</b>					
組間	3.54	2	1.77	9.61*	3 > 1、2
組內	88.61	481	.18		
總合	92.16	483			

\* $P < .05$

由表 4-6 得知，不同科別在體育課程方面的態度達顯著差異 ( $F = 3.76$ )，經雪費事後比較，發現普通高中高於綜合高中、職業類科；在體育教學情境此一構面也達顯著水準 ( $F = 9.61$ )，經事後比較得知，普通高中高於綜合高中及職業類科；不同科別在教師教學行為與個人學習經驗等構面則未達顯著水準。

### 三、運動比賽經驗

分析不同運動比賽經驗於體育課學習態度之差異，首先呈現不同運動比賽經驗在體育課程、教師教學行為、個人學習經驗、體育教學情境的平均數及標準差分析結果，而後針對不同構面進行單因子變異數分析，倘達顯著水準則再進行事後比較其結果如表 4-7 與 4-8。

表 4-7 不同運動比賽經驗對體育課學習態度平均數、標準差摘要表

構面	(1)班際賽		(2)鄉鎮級		(3)縣市級		(4)全中運		(5)無	
	平	標	平	標	平	標	平	標	平	標
	均	準	均	準	均	準	均	準	均	準
	數	差	數	差	數	差	數	差	數	差
體育課程	3.32	.27	3.32	.28	3.29	.25	3.57	.27	3.22	.30
教師教學行為	3.18	.31	3.29	.41	3.23	.39	3.14	.29	3.16	.32
個人學習經驗	2.85	.60	2.71	.70	2.73	.70	2.44	.81	3.17	.62
體育教學情境	2.87	.42	2.78	.48	3.05	.53	3.07	.40	2.90	.43

表 4-8 不同運動比賽經驗對體育課學習態度單因子變異數分析摘要表

變異數來源	SS	df	MS	F	事後比較
<b>體育課程</b>					
組間	1.89	4	.47	5.81*	4 > 5
組內	38.98	479	8.13		
總合	40.87	483			
<b>教師教學行為</b>					
組間	.48	4	.12	1.14	
組內	51.40	479	.10		
總合	51.89	483			
<b>個人學習經驗</b>					
組間	15.50	4	3.87	9.89*	5 > 4
組內	187.58	479	.39		
總合	203.08	483			
<b>體育教學情境</b>					
組間	1.54	4	.38	2.03	
組內	90.61	479	.18		
總合	92.16	483			

\*P < .05

表 4-8 得知，不同運動比賽經驗在體育課程方面的態度達顯著差異（ $F = 5.81$ ），經雪費事後比較，發現全中運之運動比賽經驗高於沒有運動比賽經驗；在個人學習經驗此一構面也達顯著水準（ $F = 9.89$ ），經事後比較得知，沒有運動比賽經驗高於全中運運動會比賽經驗；不同運動比賽經驗在教師教學行為與體育學習情境等構面均未達顯著水準。

#### 四、體育感受

分析不同體育感受於體育課學習態度之差異，首先呈現不同體育感受在體育課程、教師教學行為、個人學習經驗、體育教學情境的平均數及標準差分析結果，而後針對不同構面進行單因子變異數分析，倘達顯著水準則再進行事後比較其結果如表 4-9 與 4-10。

表 4-9 不同體育感受對體育課學習態度平均數、標準差摘要表

構面	(1) 良好		(2) 沒意見		(3) 不好	
	平均數	標準差	平均數	標準差	平均數	標準差
體育課程	3.39	.27	3.24	.28	3.24	.34
教師教學行為	3.19	.36	3.18	.29	3.14	.37
個人學習經驗	2.69	.67	3.02	.57	3.51	.41
體育教學情境	2.93	.43	2.87	.43	2.81	.48

表 4-10 不同體育感受對體育課學習態度單因子變異數分析摘要表

變異數來源	SS	df	MS	F	事後比較
<b>體育課程</b>					
組間	2.44	2	1.22	15.27*	1 > 3、2
組內	38.43	481	7.99		
總合	40.87	483			
<b>教師教學行為</b>					
組間	8.27	2	4.13	.38	
組內	51.81	481	.10		
總合	51.89	483			
<b>個人學習經驗</b>					
組間	21.35	2	10.67	28.26*	3 > 1、2
組內	181.72	481	.37		
總合	203.08	483			
<b>體育教學情境</b>					
組間	.60	2	.30	1.58	
組內	91.55	481	.90		
總合	92.16	483			

\*P < .05

由表 4-10 得知，不同體育感受在體育課程方面的態度達顯著差異 (F = 15.27)，經雪費事後比較，發現學習經驗良好者高於不好及沒意見；在個人學習經驗此一構面也達顯著水準 (F = 28.26)，經事後比較得知，學習經驗不好者高於良好、沒意見；不同體育感受在教師教學行為與體育學習情境等構面均未達顯著水準。

## 五、健康情形

分析不同健康情形於體育課學習態度之差異，首先呈現不同健康情形在體育課程、教師教學行為、個人學習經驗、體育教學情境的平均數及標準差分析結果，而後針對不同構面進行 t 考驗如表 4-11。

表 4-11 不同健康情形對體育課學習態度 t 考驗摘要表

構面	(1) 是		(2) 否		t	p
	平均數	標準差	平均數	標準差		
體育課程	3.31	.27	3.30	.29	.47	.63
教師教學行為	3.19	.31	3.18	.32	.20	.83
個人學習經驗	3.08	.64	2.88	.64	2.56*	.01
體育教學情境	2.85	.37	2.90	.44	-1.01	.30

\*P < .05

從表 4-11 得知，在個人學習經驗的  $t = 2.56$  達顯著差異；在體育課程、教師教學行為及體育教學情境未達顯著水準，故不同健康情形在個人學習經驗方面有差異存在。

### 第三節 體育學習動機之分析

本節在討論不同（年級、科別）變項在體育學習動機之分析情形如表 4-12：

表 4-12 體育學習動機問卷調查結果之統計表

題目	綜高 一%	綜高 二%	綜高 三%	職業 一%	職業 二%	職業 三%	普通 一 二 三%
一、下列何者的 評量方式妳 覺得比較適 當？							
1 能加入自我評 量及同儕互評 的機會	48.85		28.76		23.18		37.5
2 技能評量方面 標準不要訂太 高	61.90		39.72		65.21		56.25
3 評量的項目需 要足夠時間的 練習以後才進 行評量	97.61		58.90		86.95		81.25
4 評量項目由學 生共同決定	39.28		49.31		57.97		31.25
5 運動技能的項 目能有更多的 評量機會	38.09		35.61		55.07		43.75
6 老師能採取多 元評量的方式 (例如：學習 態度、檔案、 資訊收集、書 面作業)	65.47		28.76		53.62		18.75
		23.37		35.44		40	
		81.81		59.49		58.57	
		94.80		74.68		68.57	
		66.23		54.43		67.14	
		40.25		32.91		32.85	
		44.15		39.24		44.28	

續上頁

題目	綜高 一%	綜高 二%	綜高 三%	職業 一%	職業 二%	職業 三%	普通 一 二 三%
二、老師在教學時何種態度最能夠引起妳的學習動機？							
1 教學時始終保持溫和的態度、情緒控制良好	53.57		32.87		60.86		56.25
		57.14		55.69		51.42	
2 教學態度輕鬆幽默	98.80		72.60		89.85		31.25
		94.80		79.74		88.57	
3 教學盡責且關懷到每位學生的學習	38.09		28.76		50.72		75
		48.05		43.03		38.57	
4 不以輕視的眼光看待學習能力較差的學生	47.61		39.72		37.68		62.5
		45.45		39.24		54.28	
5 教學時不會有性別差別待遇	15.47		13.69		20.28		25
		27.27		18.98		32.85	
6 教學時能和學生有良好的互動	90.47		54.79		84.05		43.75
		70.12		58.22		50	
三、下列何者的教學活動設計最能提昇妳的學習興趣							
1 採用小組練習的方式	65.47		23.28		39.13		37.5
		62.33		53.16		47.14	
2 變換器材的運用，使學習更容易	46.42		49.31		66.66		50
		64.93		43.03		58.57	

續上頁

題目	綜高 一%	綜高 二%	綜高 三%	職業 一%	職業 二%	職業 三%	普通 一 二 三%
3 多增加輔助器材的運用 (例如：呼拉圈、角錐、影片欣賞)	72.62	46.75	38.35	55.69	62.31	54.28	25
4 突破規則的限制，增加活動的樂趣	88.09	81.81	61.64	64.55	81.15	75.71	62.5
5 採用遊戲或比賽的方式	80.95	89.61	64.38	68.35	78.26	71.42	93.75
6 採用男女分開的練習方式	1.19	6.49	8.21	12.65	8.69	10	25
四、妳認為要具備有哪些人格特質的老師最能引起妳的學習動機？							
1 服裝、儀容乾淨得體	19.04	24.67	17.80	18.98	14.49	15.71	6.25
2 主動關心學生	42.85	41.55	34.24	46.83	57.97	50	62.5
3 負責且具有教學熱忱	45.23	44.15	41.09	48.10	60.86	45.71	37.5
4 樂觀開朗、時常面帶微笑	96.42	97.40	68.49	86.07	92.75	82.85	87.5
5 能包容學生偶爾的犯錯	70.23	59.74	27.39	45.56	44.92	54.28	56.25
6 具有幽默感	73.80	83.11	45.20	53.16	73.91	70	25
五、妳認為下列何項對提高學生學習動機較有幫助							

續上頁

題目	綜高一 %	綜高二 %	綜高三 %	職業一 %	職業二 %	職業三 %	普通一二三 %
1 適時的口頭讚美	71.42	79.22	58.90	54.43	62.31	64.28	62.5
2 表現良好時給予加分	86.95	77.92	42.46	70.88	71.01	80	62.5
3 提供物質的獎賞	29.76	24.67	10.95	26.58	21.73	17.14	0
4 能與學生一起活動	84.52	94.80	58.90	73.41	88.4	70	75
5 能多給予學生個別指導	29.76	25.97	26.02	25.31	31.88	30	68.75
6 多給學生成功的經驗	53.57	42.85	39.72	48.10	60.86	54.28	37.5

資料來源：研究者自行整理

由表 4-12 可得知，在第一大題方面，綜高二、三年級，職業類科一、二年級，選擇最佳三個子項依序為評量項目需要足夠時間的練習以後才進行評量；技能評量方面標準不要訂太高；評量項目由學生共同決定。此外，綜高一年級依序為評量的項目需要足夠時間的練習以後才進行評量；老師能採取多元評量的方式（例如：學習態度、檔案、資訊收集、書面作業）；技能評量方面標準不要訂太高。職業類科三年級依序為評量的項目需要足夠時間的練習以後才進行評量；評量項目由學生共同決定；技能評量方面標準不要訂太高。普通高中依序為評量的項目需要足夠時間的練習以後才進行評量；技能評量方面標準不要訂太高；運動技能的項目能有更多的評量機會。

在第二大題方面，綜高一、二年級，職業類科一、二年

級選擇最佳的三個子項依序為教學態度輕鬆幽默；教學時能和學生有良好的互動；教學時始終保持溫和的態度與情緒控制良好。此外，綜高三年級依序為教學態度輕鬆幽默；教學時能和學生有良好的互動；不以輕視的眼光看待學習能力較差的學生。職業類科三年級依序為教學態度輕鬆幽默；不以輕視的眼光看待學習能力較差的學生；教學時始終保持溫和的態度與情緒控制良好。普通高中依序為教學盡責且關懷到每位學生的學習；不以輕視的眼光看待學習能力較差的學生；教學時始終保持溫和的態度與情緒控制良好。

在第三大題方面，綜高二、三年級，普通高中選擇最佳的三個子項依序為，採用遊戲或比賽的方式；突破規則的限制與增加活動的樂趣；變換器材的運用，使學習更容易。其他，綜高一年級依序為突破規則的限制，增加活動的樂趣；採用遊戲或比賽的方式；多增加輔助器材的運用（例如：呼拉圈、角錐、影片欣賞）。職業類科一年級依序為採用遊戲或比賽的方式；突破規則的限制，增加活動的樂趣；多增加輔助器材的運用（例如：呼拉圈、角錐、影片欣賞）。職業類科二、三年級依序為突破規則的限制，增加活動的樂趣；採用遊戲或比賽的方式；變換器材的運用，使學習更容易。

在第四大題方面，綜高一、二年級，職業類科三年級最佳的三個子項依序為，樂觀開朗、時常面帶微笑；具有幽默感；能包容學生偶爾的犯錯。綜高三年級，職業類科一、二年級最佳的三個子項依序為，樂觀開朗、時常面帶微笑；具有幽默感；負責且具有教學熱忱。其他為，普通高中依序為，樂觀開朗、時常面帶微笑；主動關心學生；能包容學生偶爾的犯錯。

第五大題方面，綜高一年級，職業類科三年級選擇最佳的三個子項依序為，表現良好時給予加分；能與學生一起活動；適時的口頭讚美。綜高二、三年級最佳的三個子項依序為，能與學生一起活動；適時的口頭讚美；表現良好時給予加分。職業類科一、二年級依序為，能與學生一起活動；表現良好時給予加分；適時的口頭讚美。普通高中則是依序為，能與學生一起活動；能多給予學生個別指導；適時的口頭讚美。

## 第四節 訪談資料整理與分析

本研究採焦點團體的方式進行訪談，冀望能瞭解學生對體育課學習態度各層面的感受。訪談的大綱如下：一、在學校體育課的課程中，妳學到哪些運動項目或學科內容；二、其中妳最喜歡的前三項運動是什麼；三、曾經有原本不喜歡，但後來逐漸喜歡上的某些運動項目嗎？為什麼會有這樣的改變；四、妳覺得體育課是否重要？理由是什麼；五、妳喜歡上體育課嗎？理由是什麼；六、妳不喜歡上體育課的理由是什麼；七、按照妳的觀察，男生與女生對體育課的學習態度有何異同；八、妳覺得男女生的體育學習表現相同嗎？或者存在哪些差異；九、妳過去的體育課上課經驗愉快嗎？請舉例說明；十、妳在國小、國中階段對體育課的參與態度一樣嗎？喜歡的程度一樣嗎。訪談所獲得資料，整理成逐字稿（見附錄六）並將內容整理歸納如下：

一、在學校體育課的課程中，妳學到哪些運動項目或學科內容？

從訪談的資料當中可瞭解學生較喜歡籃球、排球、羽球運動項目，可能學生對於團體性及雙人的運動項目較感興趣。學生感受到的學科內容大多集中在規則方面，而且學生在運動項目的舉例超過三項，可顯示學生對於體育課的學習態度是有其高度的意願與興趣。如果從價值層面來剖析，學生只針對運動項目提出看法，很少就其學科內容發表意見，可能對運動技能有較深刻的學習記憶，對學科內容較無深入感受。

## 二、其中妳最喜歡的前三項運動是什麼？

從訪談的資料得知，女學生最喜歡的項目分別為籃球、羽球及排球。其因素包含：接觸該項運動時間較早，喜歡女教師的教學，曾經獲致成功的經驗，可以和同學增加互動，對運動項目的技術能有效掌握，能增加同學之間的話題。但是也有學生（A2）覺得沒有一項運動能讓她喜歡，原因是她喜歡當一位旁觀者。由此可知，學生在選擇某項運動時，可能會考量本身的習慣、成就感、勝任感與互動性。

## 三、曾經有原本不喜歡，但後來逐漸喜歡運動項目嗎？為什麼會有這樣的改變？

大多數學生認為若練習某項運動會使心理，生理產生痛苦反應時，將對該運動項目產生排斥心理，例如：游泳的嗆水、籃球投籃技巧不正確遭同學取笑，造成自信心降低。但是後來又逐漸喜歡上該項運動的原因，學生表示能慢慢體會到原本不喜歡的運動項目對身體有益處，如達到瘦身效果與提昇本身的成就感。學生對於某項運動的第一印象可能會影響其投入程度，只要能誘導學生經常性練習，並且讓學生逐漸掌握到運動技巧，應能幫助學生重拾學習的樂趣。

## 四、妳覺得體育課是否重要？理由是什麼？

學生覺得體育課是否重要？而秉持的理由是什麼？在學生的意見表達當中大部分均持正面肯定的態度，也有少部分持反對立場（A2），前者所秉持的理由包括，能減輕課業壓力發洩體力和情緒，增強身體的抵抗力，也能增進團體之間人際互動；後者則認為，在學業上來說體育課並不是一門很

重要科目，用空餘時間活動即可，不需要設立科目。由上述資料分析可得知，在學生的想法當中，體育課是她們抒解身心壓力的最佳管道，但五育均衡發展的價值觀念可能還有待加強。

#### 五、妳喜歡上體育課嗎？理由是什麼？

學生是否喜歡上體育課，而所持的理由又是什麼？在訪談資料中發現，學生喜歡體育課的程度高於不喜歡因素，體育課的特性例如：能讓學生充分的活動筋骨，不受課堂的拘束，能自由自在的活動，具有提振學科上課精神的效果，這些因素都是讓學生喜歡上體育課的原因。在資料分析中發現到，訪談前設定為喜歡運動的訪談對象（D1）出現了不喜歡的意見（因為皮膚會曬黑）；而設定為不喜歡運動的訪談對象，則改變其原來所持有的觀感。從分析中可瞭解，學生學習態度可能會受到天候的影響（喜歡運動但是又怕皮膚曬黑）而降低其學習意願。有鑑於此，老師要教導學生正確的健康觀念，並且教導學生如何正確防曬，如防曬乳的使用，而不是讓學生產生消極的應對態度（躲到樹蔭下而不從事體育活動）。

#### 六、妳不喜歡上體育課的理由是什麼？

學生表示造成不喜歡上體育課有諸多因素如，天氣太冷、天氣太熱……產生大量流汗，並且曬黑皮膚，生理期的不舒適感，外表的形象產生改變，怕同學嘲笑自己的運動能力，自己本身的體能狀況不佳。測驗造成的緊張壓力，同儕的影響，都會造成自身對體育課的排斥。從上述的資料，可

推斷喜歡運動的受訪學生與不喜歡運動的受訪學生，對於不喜歡上體育課的觀點，具有一致性的看法，而且集中於外在因素。

七、按照你的觀察，男生與女生對體育課的學習態度有何異同？

依學生的觀感，男生與女生的學習態度是有差異的。學生認為男生的體育學習態度較積極、認真與投入；而女生的學習態度就沒有如此高昂，喜歡採取被動和旁觀者的角色。男生喜歡的運動項目集中於籃球，而女生較具多樣性，並不侷限單一性的運動項目。女學生會有上述觀點的表達，可能性別刻板印象依然存在（柔順、被動、文靜；體育運動較適合男生），造成女生體育課活動表現被套在此框架中。

八、你覺得男女生的體育學習表現相同嗎？或者存在哪些差異？

受訪女學生認為在體育學習表現上，男生較主動，不在乎形象問題，會很自然的做出一些較誇張的動作，對於球類方面的學習領悟力通常高於女生；女生較內向，會在乎別人對自己的看法，對於動作的表現較拘謹，但在舞蹈方面的學習能力優於男生。由此可知，男、女生在運動項目的選擇偏好，可能會因為本身生理條件，而對某項運動較為熱衷，也會因其熱愛的程度，去衡量自己投入程度的高低。因此，要建立學生正確的體育觀念幫助釐清男、女生從事體育活動的刻板印象（男生適合球類、女生適合舞蹈），避免產生「運動偏食」的現象，以提昇學生全面性的學習。

九、妳過去的體育課上課經驗愉快嗎？請舉例說明？

回顧過往的體育學習經驗，學生有愉快，也有不愉快的回憶。而愉快經驗來自於和老師之間的良性互動，能夠和志趣相投的同學有更多的接觸，暫時拋開學科的壓力，能自由選擇喜歡的運動，並且和同學之間創造更多話題。在不愉快的回憶方面，生理期時，還要被迫做運動；運動表現不佳時，被老師當眾數落。要使學生在體育課保持較佳的學習動機，可能要從學習環境的營造，教學行為與態度等方面做改變，進而提高學生對體育課學習態度的程度。

十、妳在國小、國中階段的體育課參與態度一樣嗎？喜歡的程度一樣嗎。

從資料分析得知，學生在國小與國中的體育課參與態度並不盡相同，受訪者認為國小的體育課是在打發時間，較無拘無束，老師的教學態度也頗為和善，無形中增強自己的參與意願。在國中時期，老師的教學態度嚴肅，場地數量較不寬裕，也會受到活動意願較低同學的影響，降低了自己對體育課參與態度的積極性。由上述分析受訪女學生的體育課參與態度，受外在和內在因素交互影響，例如，學生本身並不會排斥某項運動，但是因為教師的態度，人際關係的影響及場地與設備因素，減低學生本來的參與意願，如果要提昇體育課參與態度，可能要對內在因素與外在因素做探討和修正。

## 第五節 綜合討論

### 一、不同背景變項

#### (一) 年級

在體育課程態度方面，不同年級達顯著差異，即二年級學生高於一年級；在教師教學行為也達顯著差異，二年級學生高於一年級學生及三年級，此研究結果與阮如鈞（1973）、王志永（1997）、黃嵩豪（2004）、吳清宜（2005）、廖政訓（2000）、徐澤佼（2006）、張琇鈺（2006）研究結果相同。故研究者推測因一年級的學生剛進入學校就讀，對課程體驗還未深入以及對新環境未適應，故其體育課學習態度低於其他年級。二年級保有最高的體育學習態度，究其原因，可能是接觸課程已有一段時間，對於體育課程內容與技能的學習也達到一定程度，對於失敗的經驗相對減少，成功的經驗增多。所以能夠擁有較高的學習態度。而三年級的體育課學習態度較低落，可能三年級面臨升學考試，因此其學習意願較低。

#### (二) 科別

在體育課程態度方面，不同科別達顯著差異，普通高中高於綜合高中、職業類科；在體育教學情境也達顯著差異，普通高中高於綜合高中及職業類科。程蘊嘉（1994）、徐澤佼（2006）等人的研究也發現，科別變項對於學習態度有顯著差異，與本研究結果相符。研究者認為，由於文景高職中普通高中部是以體育班學生為主體，因其向來對體育活動的體驗較深入，故其

學習態度也高於其他類科。

### (三) 運動比賽經驗

不同運動比賽經驗在體育課程態度方面達顯著差異，全中運之比賽經驗高於沒有比賽經驗；在個人學習經驗也達顯著水準，沒有運動經驗高於全中運之比賽經驗。阮如鈞（1973）、廖政訓（2000）針對大學生所做的體育態度調查研究，研究發現身為運動員或運動代表隊者，其學習態度有顯著差異，與本研究結果相符。究其原因，能參與全中運比賽的學生，是經由縣市選拔出的優秀選手，代表縣市參與全中運比賽，因此其體育活動學習態度積極性皆比一般學生高。

### (四) 體育感受

在體育課程態度方面，不同體育感受達顯著差異，學習感受良好者高於不好及沒意見；在個人學習經驗也達顯著差異，學習感受不好者高於良好及沒意見。徐澤佼（2006）探討高職生音樂科學習態度調查研究，研究發現，過去的學習經驗對學習態度具有顯著差異，與本研究有相符之處。研究者認為，曾經擁有良好體育感受的學生會保有較高學習動機，因為學生可能希望在往後的體育活動課程中能夠再獲得相同的經驗。對於在個人體育學習感受上擁有不愉快回憶的學生，存有較多負面學習經驗，所以對於個人學習經驗會有較強烈的感受印象。

### (五) 健康情形

在個人學習經驗，不同健康情形達顯著差異，曾患有疾病者高於未患疾病者；其餘則未達顯著。廖志猛（19

94)、戴旭志(2001)、林靖斌(2002)、曾瑞怡(2005)等人研究發現，對身體健康適能的追求，是影響個體運動參與動機的主要因素。因此，研究者認為，曾患有疾病的學生，對於身體健康情形在個人感受性方面，比沒有罹患疾病學生來的強，為了改善其健康情形，可能會較積極參與體育課的學習。

## 二、體育學習動機

### (一) 針對評量方式

本研究發現，不同科別、不同年級的學生，將「需要足夠的時間的練習以後才進行評量」的選項，共同列為第一選項。由此得知，學生在練習的時候可能感受到因沒有足夠的時間練習導致動作不熟練，造成其在評量時產生壓力或焦慮，而減損學習意願。吳淑娟(1999)探討學習動機的研究中發現，「考試制度」是影響個體學習動機的主要因素之一。訪談資料也顯示，女學生會因測驗時的壓力造成對體育課的排斥感。次高選項則是「技能評量方面標準不要訂太高」。Silverman(1993)指出，技能水準低落的學生，在運動練習或回饋的獲得較不足夠，並且常會反責，對體育課的經驗相當消極。有鑑於此，教師在技能評量的項目選擇和訂定時應重視個別差異，並給予充足練習時間，才能幫助學生獲得適當運動技巧、提昇學習動機。

### (二) 針對教師的教學態度

本研究發現，不同科別、不同年級的學生均以教學態度輕鬆幽默為第一選擇。次高選項則是教學時保持溫

和的態度、情緒控制良好。其餘包括不以輕視眼光看待學習能力較差學生及教學時能和學生有良好互動，教學盡責且關懷到每位學生的學習。在訪談資料得知，老師的教學態度嚴肅且當眾數落學生，會造成學生減低對體育課的參與。蔣恩芬（2000）的研究也發現，老師對學生的態度，在學習動機方面也會造成影響。鑑及於此，教師應注重本身的情緒控制，運用同理心、關懷與傾聽每個學生的需求，如此才能形成師生良性的互動，進而提昇學習意願與學習效益。

### （三）針對教學活動設計

本研究發現不同科別、不同年級的學生均以「採用遊戲或比賽方式」為最高選項。次高選項則是「突破規則的限制，增加活動的樂趣」。其餘為變換器材的運用，使學習更容易；多增加輔助器材的運用（例如：呼拉圈、角錐、影片欣賞）。Sanders & Graham（1995）指出在課程活動的設計，如能給予學生較自由及類似比賽的方式進行教學，進而取代呆板的課程設計，老師也較能掌控整個教學活動。教學活動的設計要秉持樂趣化的精神，先誘導學生產生興趣，然後再按照學生程度，循序漸進地提高難度，如此才能使學生將體育活動經驗應用到日常生活當中，也能夠體驗到體育活動的樂趣。

### （四）針對教師的人格特質

本研究發現對不同科別、不同年級的學生而言，「樂觀開朗，時常面帶微笑」是最受青睞的選項，其次則是，具有幽默感。其餘能包容偶爾的錯誤、負責具有教學

熱忱、主動關心學生。周紹忠、岑漢康（2000）認為、具有開朗性格，熱情洋溢，善解人意，具備幽默感的教師，能使課堂氣氛輕鬆、消除師生之間的隔閡和緊張氣氛。由此可相互印證上述研究的論點。老師在教學時，一定要做好情緒管理，避免嚴肅的臉孔與訓斥的口氣，應不厭其煩的指導學生，並隨時做好學生可能會犯錯的心理準備。如此老師必能在教學活動中勝任愉快，也能激起學生的學習慾望。

#### （五）針對提高學習動機的方法

本研究發現不同科別、不同年級均認為「能與學生一起活動的選項」是教師提高學生學習動機的最佳方法，共同選填。次高選項則是適時的口頭讚美。其餘為表現良好給予加分，能多給予學生個別指導。從訪談資料顯示，學生愉快的體育經驗來自於和老師之間的良性互動。由上述的觀點可瞭解教師者也是活動參與者，一起下場和學生互動，有助於增進師生之間的感情交流，適當的運用心理和物質的增強對於提昇學生學習意願必有良好效果。

## 第五章 研究發現與建議

本研究採用問卷調查法與焦點團體訪談法，探討高中職女生體育學習態度及其體育學習動機相關問題。

本章將根據研究所得資料，提出研究發現與建議，以供相關單位之參考。

### 第一節 研究發現

本節旨在分析詮釋問卷調查與訪談結果所獲致發現，茲將研究發現分述如後：

#### 一、體育學習態度問卷調查的發現

- (一) 不同年級在「體育課程態度」與「教師教學行為」構面達顯著差異。
- (二) 不同科別在「體育課程態度」與「體育教學情境」構面達到顯著差異。
- (三) 不同運動比賽經驗在「體育課程態度」與「個人學習經驗」構面達到顯著差異。
- (四) 不同體育感受在「體育課程態度」與「個人學習經驗」構面達到顯著差異。
- (五) 不同健康情形在「個人學習經驗」構面達到顯著差異。

#### 二、體育學習動機問卷調查的發現

- (一) 給予學生足夠的時間練習後再進行評量、評量標準不要定得太高，是女學生對體育科教學評量方面的期待。

- (二) 老師教學時，如能態度輕鬆幽默且情緒控制良好，並能夠與學生保有良好互動，關懷學習能力較差的學生，將有助於學習動機的提昇。
- (三) 教學活動設計，採用遊戲或比賽的方式並且突破規則的限制，變換運用器材，最能提昇女學生的學習興趣。
- (四) 樂觀開朗，時常面帶微笑及具備幽默感，能主動關心學生並包容學生偶爾的犯錯。擁有上述人格特質的老師，對學習動機的提昇有促進的作用。
- (五) 能與學生一起活動，在學生有良好表現時，適時的口頭讚美或給予加分，都有助於增進學生的學習動機。

### 三、訪談發現

- (一) 學生對體育課印象，偏重於運動技能方面；在項目（團體性、個人性）的選擇方面，則會考慮本身的習慣、成就感以及人際的互動性。
- (二) 影響學生體育課學習意願的因素，為天候、測驗造成的壓力；生理期產生的不適感；害怕同學的嘲弄；運動技巧掌握的熟練度；受到老師的訓斥及當眾數落等等內、外在因素。
- (三) 學生對體育課的正面觀感為，藉由體育課的實施，能使心理壓力獲得舒緩與增進生理方面的功能，並且促進本身人際關係的發展。
- (四) 女學生認為男、女生的體育學習表現具有其差異性，因為男生有較強的主動性且認真與投入；女生則較注重形象問題，傾向採取被動和旁觀者的角色，動作表現也顯得拘謹。

(五) 不同學習階段(國小、國中)的體育學習態度，會受到老師、同儕及場地設備的影響，而有所改變。

## 第二節 建議

依據上述研究發現，提出以下建議，以提供高中職體育教師教學與教材內容編排、應用及未來研究之參考。

### 一、針對體育教師教學

- (一) 在年級、科別、運動比賽經驗、體育感受等變項，對體育課程之態度具有顯著差異。因此，建議在體育課程的內容編排，要注重課程的前後銜接情形，教材難易度的適中性，考慮學生的個別差異，以增進女學生在積極的體育學習態度。
- (二) 老師態度輕鬆幽默及時常面帶微笑與保持樂觀開朗，是學生認為最佳的教學態度。因此，建議定期舉辦教學經驗座談會、鼓勵教師參與情緒管理研習活動、營造師生良好互動的學校文化，進而提昇學生的學習意願。
- (三) 老師評量時給予學生足夠時間練習後再進行評量，而且評量標準方面不要訂太高，是學生認為最理想的評量方式。因此，建議在教學時，適當調整講解與練習時間的比例，或斟酌施測項目的多寡，使學生有更多時間進行練習；在評量標準的訂定應以大多數學生能通過為原則。
- (四) 採用遊戲或比賽的活動方式及不拘泥於制式的運動規則、適當變換器材的使用，是最受學生歡迎的活動設計。因此，建議教師採用樂趣化的教學方式、培養自行設計簡易教具的能力，且適當的運用輔助器材（角錐、呼拉圈、跳繩等等），以增加學習樂趣。

## 二、未來研究建議

### (一) 擴大研究對象範圍

本研究僅限於某高中職女生為研究對象，研究結果可能會因地域或人數而有所不同，建議倘要針對高中職女生的體育學習態度進行研究，可以擴大研究樣本，以增強其推論、解釋力；或者採縱貫式研究探討國民小學、國民中學、高中職、大學女生在體育學習態度上的變化或差異。

### (二) 增加研究變項

本研究在個人背景變項上，僅列年級、科別、運動比賽經驗、體育感受及健康狀況。未來研究可進一步的了解其他變項（如成就動機、人格類型等）在體育學習態度的差異情況。

### (三) 研究方法方面

本研究對訪談資料的收集採用訪談大綱及觀察法的方式，因此資料收集仍有不足之處，建議未來的研究可增加學習單、心得回饋單等方式來進行補強。

## 參考文獻

### 中文部份

- 丁一顧 (1996)。國民小學教師情境領導行為與學生學習態度、學業成就關係之研究。台北市立師範學院，初等教育學系碩士論文。
- 王天威 (2005)。台北縣青少年女性休閒運動參與狀況與阻礙因素之研究。國立台灣師範大學，體育學系碩士論文。
- 王志永 (1997)。實用技能班學生個人背景、自我統整與技能學習態度之相關研究。國立彰化師範大學，工業教育學系碩士論文。
- 方進隆 (2003)。學校體育的價值與使命。學校體育，76，3。
- 江界山 (1999)。如何提高大學生體適能。大專體育，72，11-12。
- 行政院體育委員會 (2003)。各年齡運動健康促進計畫。台北市：行政院體育委員會。
- 朱敬先 (1997)。教育心理學。台中市：五南圖書出版有限公司。
- 李宏鎰 (2003)。心理學。台北市：鼎茂圖書出版股份有限公司。
- 阮如鈞 (1973)。國立台灣師範大學男生對體育的態度研究。師大體育研究所集刊，1，45-88。
- 吳武典 (1994)。青少年問題與對策。台北市：張老師出版社。
- 吳武典 (1987)。影響學習因素的動力觀：散播愛的種子--談輔導的理念與方法。台北：張老師出版社。
- 吳淑娟 (1999)。國中學生理化科學習動機面貌及影響因素

- 之個案研究。彰化師範大學，科學教育研究所碩士論文。
- 吳清宜（2005）。屏東師範學院學生學習態度及其影響因素之研究。屏東師範學院，教育行政研究所碩士論文。
- 吳萬福（2000）。體育心理學。台北市：台灣商務印書館股份有限公司。
- 吳聰賢（1984）。態度量表的建立。載於楊國樞等主編，社會及行為科學研究法。台北市：東華書局。
- 汪深安（2005）。我國高級職業學校電機科學生學習態度之研究。臺灣師範大學，工業教育學系在職進修碩士班碩士論文。
- 林志展（2005）。臺北市綜合高中學生學習態度與學習困擾之研究。臺灣師範大學，工業教育學系在職進修碩士班碩士論文。
- 林美靖（2004）。高職商業類科學生學習態度與學習困擾之研究。國立彰化師範大學，工業教育學系碩士論文。
- 林淑真（2002）。國中學生班級氣氛知覺、學習態度與學業成就關係之研究—以國文科為例。彰化師範大學，教育研究所碩士論文。
- 林靖斌（2002）。國中學生規律運動及其影響因素之研究-以宜蘭縣文化國中為例。國立師範大學，衛生教育學系碩士論文。
- 林寶山（2002）。教學原理與技巧。台中市：五南圖書出版有限公司。
- 金武昌（2005）。影響高級職業進修學校學生學習態度之研究。國立高雄師範大學，工業科技教育學系碩士論文。
- 金清文（2002）。以學生為主體的教學活動對學生學習態度

- 的影響。臺灣師範大學，物理學系在職進修碩士班碩士論文。
- 周宏室、劉照金（2004）。影響台灣地區學生體育態度之關鍵因素研究。大專體育學刊，6（1），1-15。
- 周紹忠、岑漢康（2000）。體育心理學。台北市：亞太圖書出版社。
- 邱佳椿（2003）。高職電機電子群學生學習態度與學業成就之路徑模式研究。臺灣師範大學，工業教育學系碩士論文。
- 唐建雄（2005）。高職學生家庭環境學習動機與生涯期望及學習成就之研究。國立師範大學，教育研究所碩士論文。
- 秦夢群（1992）。高中教師管理心態學生內外控與學生學習習慣與態度之關係研究。教育與心理研究，15期，129-172。
- 徐澤佼（2006）。高級職業學校學生音樂科學習態度與學習成效關係之研究-以台南地區學校為例。致遠管理學院，教育研究所碩士論文。
- 馬啟偉、張力為（1996）。體育運動心理學。台北市：東華書局。
- 陳春蓮（2004）。體育教學的反省與實踐。台北市：師大書苑。
- 黃文宗（2006）。彰化市國小教師休閒運動參與動機與參與現況之研究。大業大學，休閒事業管理學系碩士在職專班碩士論文。
- 黃金山（2002）。高職汽車科學生專業實習學業動機及學習行為對學習成效之影響研究。彰化師範大學，工業教育學系在職進修專班碩士論文。

- 黃信誠 (2003)。家庭教育資本與學生學習態度之研究---居住嘉義偏遠地區與一般地區國中生之比較。南華大學，教育社會學研究所碩士論文。
- 黃思芸 (2005)。高職學生國文科學習態度與學習困擾之研究。雲林科技大學，技術及職業教育研究所碩士論文。
- 黃泰豪 (2005)。「女生不喜歡運動？」談國小體育教學中的兩性差異。國民教育，45(5)，88-93。
- 黃彬彬 (1990)。運動生理學。台北市：正中書局。
- 黃嵩豪 (2004)。臺北市公立國民中學學生體育態度與體育課學習成效之相關研究。台北市立體育學院，運動科學研究所碩士論文。
- 張春秀 (2000)。體育教師課程價值取向對學生體育學習思考與學習態度之影響。台灣師範大學，體育研究所博士論文。
- 賈馥茗等著 (1999)。教育心理學。台北縣：國立空中大學。
- 張春興 (1994)。教育心理學。台北市：東華書局。
- 張春興 (1986)。心理學。台北市：東華書局。
- 張春興 (1976)。心理學。台北市：東華書局。
- 張琇鈺 (2006)。國中生活科技教師教學信念與學生學習態度相關之研究。國立彰化師範大學，工業教育與技術學系碩士論文。
- 張憲卿 (2002)。大學生行動控制之研究：學習動機之機轉。國立成功大學，教育研究所碩士論文。
- 曾瑞怡 (2005)。台北市高中職學生運動參與行為調查研究。國立台灣師範大學，體育學系在職進修研究所碩士論文。
- 程蘊嘉 (1994)。性別、學科別對大學新生電腦學習態度之

- 影響。淡江大學，教育資源科學學系碩士論文。
- 楊裕隆（1998）。台大學生體育態度之研究。大專體育，36，112-118。
- 楊語芸譯（1995）。心理學概論。台北縣：桂冠圖書股份有限公司。
- 楊錫讓等譯（1991）。運動生理學。台北市：中國文化大學出版部。
- 廖志昇（2004）。研究生學習動機與學習滿意度關係之研究—以師院在職進修碩士班為例。屏東師範學院，國民教育研究所碩士論文。
- 廖志猛（1994）。休閒運動參與者生活形態及運動態度之研究—以大台北地區籃球、游泳參與者為例。國立體育學院，體育研究所碩士論文。
- 廖政訓（2000）。國立台北科技大學學生體育態度調查研究。學校體育，10，33-39。
- 蔡東敏（2003）。職業學生之重要他人影響、學習態度、學習動機與學業成就之相關研究。國立台灣科技大學，技術及職業教育研究所碩士論文。
- 蔣恩芬（2000）。學習動機相關因素探討與學習動機方案成效研究。國立高雄師範大學，特殊教育學系碩士論文。
- 鄭仰哲（2005）。高職學生物理學習動機相關因素之研究。彰化師範大學，物理學系碩士論文。
- 鄭琇瑩（2002）。女性體育教師性別角色之符號意涵。臺灣師範大學，體育學系在職進修碩士班碩士論文。
- 歐陽美蓉（2004）。台北地區國中小女學生月經態度及其相關因素之研究。台灣師範大學，衛生教育學系碩士論文。

- 劉靜宜 (2003)。高中學生學習動機、學習策略、求助行為與學業成就之研究。彰化師範大學，教育研究所碩士論文。
- 盧青延 (1993)。我國國民中學補習學校學生學習動機、學習策略與學業成就關係之研究。國立師範大學，社會教育學系碩士論文。
- 盧俊宏 (1999)。運動心理學。台北市：師大書苑。
- 賴溢宏 (2005)。彰化地區高中職學生參與課後運動動機及其阻礙因素之研究。國立台灣師範大學，體育學系在職進修碩士班碩士論文。
- 戴旭志 (2001)。台北市太極拳休閒運動參與者與動機與行為之研究。中國文化大學，運動教練研究所碩士論文。
- 謝仲裕等譯 (2002)。發展運動生理學。台北市：合記書局。
- 謝易裕 (2004)。中部地區高中職工科學生因應技專校院實施多元入學及學習困擾與學習態度之研究。國立彰化師範大學，工業教育學系碩士論文。
- 鍾瑞彬 (2005)。原住民與非原住民國小學童在自我概念與學習態度之比較研究。國立新竹師範學院，國民教育研究所輔導教學碩士班碩士論文。

## 外文部份

- Allport, G. W. (1935) . Attitude. In C. Murchison ( Eds. ) , *A Handbook of social psychology*. Massachusetts: Clark University Press.
- Brophy, J. (1987) . Synthesis of research on strategies for motivating students to learn. *Educational Leadership*, 45, 40-48.
- Griffin, P. (1989) . Gender as a socializing agent in physical-education. In T. Templin & P. Schempp( Eds. ) , *Socialization into physical education: Learning to teach* ( pp.219-232 ) . Indianapolis: Benchmark Press.
- Judith, E. ( 2001 ) . *體育教學策略* ( 許義雄、黃月嬋等譯 ) 。台中市：美商麥格羅·希爾國際股份有限公司台灣分公司。
- Knoppers, A. (1988) . Equity for excellence in physical education. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 59 ( 6 ) , 54-58.
- Krech, D. et al, (1962) . *Individual in society*. N.Y. : Mc Graw-Hill Book Co.
- Martin, R. J., & Lock, R. S. (1991). Confronting realities: Cultural reproduction in physical education-An analysis of non- sexist behaviors of student teachers. *Teacher Education Quarterly*, 18 ( 2 ) , 45-55.
- Nunnally, J. C. (1959) . *Educational measurement and evaluation* . N.Y. : Mc Graw-Hill Book Co.
- Sandesr, S., & Graham, G. ( 1995 ) . Kindergarten children

initiences in physical education: The relentiess persistence for play clashes with the zone of acceptable responses. *Journal of Teaching in Physical Education*, 14, 372-383.

Silverman, S. (1993) . Student characteristics, practice, and achievement in physical education. *Journal of Teaching in Physicl Education*, 87, 54-61.

Weinstein, C. E., & Mayer, R. E. (1986) . The teaching of learning strategies. In M. Wittrock (Ed.) , *Handbook of research on teaching*. ( 3 rd.ed. pp.315-327) . New York: Macmillan.

Woods, N. F., Dery, G. K., & Most, A. (1982) . Recollections of menarche, current menstrual attitudes, and perimenstrual symptoms. *Psychosomatic Medicine*, 44, 285-293.

Zaichkowsky, L. B. (1975) . Attitudinal differences in two types of physical education programs. *Research Quarterly*, 46 (3) , 364-370.

## 附錄一

### 體育學習動機問卷

- ◎ 就讀科別： 綜合高中  職業類科  普通高中
- ◎ 就讀年級： 一年級  二年級  三年級
- ◎ 以下五大題中的各題“”內，請勾選最佳三項。

一、下列何者的評量方式妳覺得比較適當？

1.  能加入自我評量及同儕互評的機會
2.  技能評量方面標準不要訂太高
3.  評量的項目需要足夠時間的練習以後才進行評量
4.  評量項目由學生共同決定
5.  運動技能的項目能有更多的評量機會
6.  老師能採取多元評量的方式（例如：學習態度、檔案、資訊收集、書面作業）

二、老師在教學時何種態度最能夠引起妳的學習動機？

1.  教學時始終保持溫和的態度、情緒控制良好
2.  教學態度輕鬆幽默
3.  教學盡責且關懷到每位學生的學習
4.  不以輕視的眼光看待學習能力較差的學生
5.  教學時不會有性別差別待遇
6.  教學時能和學生有良好的互動

三、下列何者的教學活動設計最能提昇妳的學習興趣？

1.  採用小組練習的方式
2.  變換器材的運用，使學習更容易

3.  多增加輔助器材的運用（如：呼拉圈、角錐、影片欣賞）
4.  突破規則的限制，增加活動的樂趣
5.  採用遊戲或比賽的方式
6.  採用男女分開的練習方式

四、妳認為要具備有哪些人格特質的老師最能引起妳的學習動機？

1.  服裝、儀容乾淨得體
2.  主動關心學生
3.  負責且具有教學熱忱
4.  樂觀開朗、時常面帶微笑
5.  能包容學生偶爾的犯錯
6.  具有幽默感

五、妳認為下列何項對提高學生學習動機較有幫助？

1.  適時的口頭讚美
2.  表現良好時給予加分
3.  提供物質的獎賞
4.  能與學生一起活動
5.  能多給予學生個別指導
6.  多給學生成功的經驗

## 附錄二 訪談大綱

受訪學生：                      訪談日期：                      地點：

- 一、在學校體育課的課程中，妳學到哪些運動項目或學科內容？
- 二、其中妳最喜歡的前三項是什麼？
- 三、妳曾經有原本不喜歡，但後來逐漸喜歡運動項目嗎？為什麼會有這樣的改變？
- 四、妳覺得體育課是否重要？理由是什麼？
- 五、妳喜歡上體育課嗎？理由是什麼？
- 六、妳不喜歡上體育課的理由是什麼？
- 七、按照妳的觀察，男生與女生對體育課的學習態度有何異同？
- 八、妳覺得男女生的體育學習表現相同嗎？或者存在哪些差異？
- 九、妳過去的體育課上課經驗愉快嗎？請舉例說明。
- 十、妳在國小、國中階段的體育課參與態度一樣嗎？喜歡的程度一樣嗎？

附錄三  
專家一覽表

編號	姓名	服務單位	職稱	主要研究領域
A	杜登明	國立台灣體育學院	退休教授	體育研究法
B	鄭國平	國立台灣體育學院	教授	體育教材教法
C	陳春蓮	國立台灣體育學院	副教授	教學反省 教師專業成長
D	楊景聰	彰化縣立埤頭國民中學	訓導主任	30年資深實務工作者
E	謝永輝	彰化縣立草湖國民中學	校長	20年資深實務工作者
F	林允日	國立二林工商	體育組長	14年資深實務工作者

附錄四  
專家修正意見表

題號	原題目	專家	修訂意見	修訂後題目	適用或修正後適用比例
1	我對個人性的運動項目（羽毛球、舞蹈等）比較感興趣	A	我對個人性的運動項目（田徑、游泳體操）比較感興趣	我對個人性的運動項目（田徑、游泳體操）比較感興趣	16.6%
2	我對團體性的運動項目（籃球、排球、足球等）比較感興趣		適用		100%
3	我覺得老師編排的體育課程內容豐富	E	我覺得現任體育老師編排的體育課程內容豐富	我覺得現任體育老師編排的體育課程內容豐富	16.6%
4	我會全心投入老師安排的體育課程		適用		100%
5	我對肢體碰撞頻率較高的運動項目較不喜歡	A	我比較不喜歡對肢體碰撞頻率較高的運動項目	我比較不喜歡對肢體碰撞頻率較高的運動項目	16.6%
6	我覺得體育課程是我最不喜歡的課程	D	刪除		16.6%
7	我覺得體育課程實在很枯燥、無聊		適用		100%
8	我覺得體育課程最重要是達到運動的目的		適用		100%

續上頁

題號	原題目	專家	修訂意見	修訂後題目	適用或修正後適用比例
9	我覺得體育課是比較男性化的課程		適用		100%
10	我覺得上體育課很輕鬆愉悅		適用		100%
11	我在上體育課時很認真		適用		100%
12	我覺得上體育課時我會比較沒有自信		適用		100%
13	我覺得體育課比較不適合女生		適用		100%
14	我覺得體育課對身體健康的方面有很大的幫助		適用		100%
15	我覺得體育課對我心理健康的方面有很大的幫助		適用		100%
16	我喜歡符合自己體能的體育課		適用		100%
17	我在上體育課時比較喜歡站在一旁觀看		適用		100%
18	我覺得體育課是一門很重要的科目		適用		100%
19	我喜歡活潑生動的體育教學方式		適用		100%

續上頁

題號	原題目	專家	修訂意見	修訂後題目	適用或修正後適用比例
20	我的討厭權威型體育教學方式		適用		100%
21	對不喜歡體育的老師上課時，我常常找藉口逃避		適用		100%
22	我覺得體育老師比較重視男生		適用		100%
23	遇到上課方式太呆板的體育老師，我會產生反感	E	遇到上課方式的太呆板老師時，我會產生厭煩	遇到上課方式的太呆板老師時，我會產生厭煩	16.6%
24	我不喜歡體育老師上課太情緒化		適用		100%
25	我覺得體育老師教我們很多運動知識與技能		適用		100%
26	我覺得體育老師比較常讚美男生		適用		100%
27	我覺得體育老師很關心學生		適用		100%
28	我覺得體育老師認為較激烈的運動項目（足球、橄欖球）只適合男生		適用		100%

續上頁

題號	原題目	專家	修訂意見	修訂後題目	適用或修正後適用比例
29	體育老師所教的內容由淺而深，很適合我的能力		適用		100%
30	我覺得體育老師會讓男生與選擇場地與器材		適用		100%
31	我喜歡上課準時的體育老師		適用		100%
32	我覺得體育老師比較鼓勵男生從事體育活動		適用		100%
33	上體育課使我有成就感		適用		100%
34	上體育課使我有挫折		適用		100%
35	上體育課會讓我產生壓力		適用		100%
36	月經來時，我就不喜歡參與體育活動		適用		100%
37	我覺得體育訓練會使身材傾向男性化		適用		100%
38	室外體育課會曬黑皮膚使我從不想從事體育活動		適用		100%

續上頁

題號	原題目	專家	修訂意見	修訂後題目	適用或修正後適用比例
39	上體育課會流汗，使我不想從事體育活動		適用		100%
40	運動技巧太難，使我的體育課的動機	A	運動技巧太難，使我的體育課的興趣	運動技巧太難，使我的體育課的興趣	16.6%
41	我覺得男同學會取笑我的動作		適用		100%
42	體能太差，跟不上進度，使我不喜歡上體育課		適用		100%
43	天氣、太熱、太冷、風沙大會使我的體育課興趣缺缺		適用		100%
44	早上 11:00 至下午 14:00 天氣太炎熱，減低我學習興趣		適用		100%
45	好的體育設施（活動中心、籃球場、網球場、桌球室、操場等）讓我不喜歡上體育課		適用		100%
46	我不喜歡和男同學編在體育活動	A	我不喜歡和男女同學編在體育活動	我不喜歡和男女同學編在體育活動	16.6%

續上頁

題號	原題目	專家	修訂意見	修訂後題目	適用或修正後適用比例
47	我覺得學校體育設備較偏向為男性而設計		適用		100%
48	我會主動到體育場館使用運動器材		適用		100%
49	我認為學校體育設備、器材充足完善		適用		100%
50	我喜歡和同學從體育活動		適用		100%
51	我和同學經常利用課餘時間從事體育活動		適用		100%
52	我覺得男同學的眼光會以異樣的動作	A	男女合班上課時，我同學會以我的眼光看動作	男女合班上課時，我同學會以我的眼光看動作	16.6%
53	男同學在體育課中會產生厭惡感	A	男女混合體育課中，我有意識的產生厭惡感	男女混合體育課中，我有意識的產生厭惡感	16.6%

續上頁

---

54	從事體育活動 時男生的態度 視女生	A	男女混合 之體育活 動的時男 會以輕視 的眼光看 待女生	男女混合 之體育活 動的時男 會以輕視 的眼光看 待女生	16.6%
55	進行體育競賽 時男生只是 生質	A	運動競賽 時男生只 為女生點 綴	運動競賽 時男生只 為女生點 綴	16.6%

---

附錄五  
正式問卷  
高中職女學生體育課學習態度問卷調查表

親愛的同學：

本問卷主要是想瞭解同學們在體育課堂學習的態度，妳們的寶貴意見，可做為未來改進體育課程的重要參考。作答時不需填寫姓名，妳們的資料及填答內容也不會對外公開，只供研究之用，所以請放心據實作答。謝謝妳的協助！

國立台灣體育學院體育研究所

指導教授：陳春蓮 博士

研究生：黃雅菁

中華民國九十五年二月

**壹、基本資料**

一、就讀年級： 1.一年級  2.二年級  3.三年級

二、就讀科別： 1.綜合高中  2.職業類科  3.普通高中

三、妳是否曾經參加運動比賽？ 1.班際賽級  2.鄉鎮級   
3.縣市級  4.全中運以上級  5.無

四、妳國中三年之體育感受？ 1.良好  2.沒意見  3.不好

五、妳現有或曾患下列之一疾病？（例如：心臟病、心律不整、氣喘、貧血、習慣性扭傷、癲癇症、重大手術等。）

1.是  2.否

## 貳、學習態度問卷

◎填答說明：以下各題，是想了解體育課學習態度？每一題有五個選項，請選擇比較符合妳看法的一項答案在「非常同意」、「同意」、「無意見」、「不同意」、「非常不同意」下面的□內打√。

非常  
同意  
同意  
無意見  
不同意  
非常  
不同意

### 一、針對體育課程

- 1.我對個人性的運動項目（田徑、游泳、體操）  
比較感興趣.....□□□□□
- 2.我對團體性的運動項目（籃球、排球、足球）  
比較感興趣.....□□□□□
- 3.我覺得現任體育老師編排的體育課程內容豐富□□□□□
- 4.我會全心投入老師安排的體育課程.....□□□□□
- 5.我比較不喜歡對肢體碰撞頻率較高的運動項目□□□□□
- 6.我覺得體育課實在很枯燥、無聊.....□□□□□
- 7.我覺得體育課最重要是要達到運動的目的.....□□□□□
- 8.我覺得體育課是比較男性化的課程.....□□□□□
- 9.我覺得上體育課很輕鬆愉悅.....□□□□□
- 10.我在上體育課時很認真.....□□□□□
- 11.我覺得上體育課時我會比較沒有自信.....□□□□□
- 12.我覺得體育課比較不適合女生.....□□□□□

《請翻頁繼續填答》

非同無不非  
常          常  
          意同不  
同          同  
意意見意意

- 13.我覺得體育課對身體健康方面有很大的幫助..
- 14.我覺得體育課對我心理健康方面有很大幫助..
- 15.我喜歡符合自己體能的體育課.....
- 16.我在上體育課時比較喜歡站在一旁觀看.....
- 17.我覺得體育課是一門很重要的科目.....

**二、針對教師教學行為**

- 18.我喜歡活潑生動有趣的體育教學方式.....
- 19.我討厭權威型的體育教學方式.....
- 20.對不喜歡的體育老師上課時，我常找藉口逃避
- 21.我覺得體育老師比較重視男生.....
- 22.遇到上課方式太呆板的體育老師教學時，我  
    會產生厭煩.....
- 23.我不喜歡體育老師上課太情緒化.....
- 24.我覺得體育老師教我們很多運動知識與技能..
- 25.我覺得體育老師比較常讚美男生.....
- 26.我覺得體育老師很關心學生.....
- 27.我覺得體育老師認為較激烈的運動項目（足  
    球、橄欖球）只適合男生.....

《請翻頁繼續填答》

非同無不非  
常          常  
          意同不  
同          同  
意見意見

- 28.體育老師所教的內容由淺而深，很適合我的  
能力.....
- 29.我覺得體育老師會讓男生先選擇場地與器材..
- 30.我喜歡上課準時的體育老師.....
- 31.我覺得體育老師比較鼓勵男生從事體育活動..

### 三、針對個人學習經驗

- 32.上體育課使我有成就感.....
- 33.上體育課使我有挫折感.....
- 34.上體育課會讓我產生壓力.....
- 35.月經來時，我就不喜歡參與體育活動.....
- 36.我覺得體育訓練會使身材傾向男性化.....
- 37.室外體育課會曬黑皮膚使我不想從事體育活動..
- 38.上體育課會流汗，使我不想從事體育活動.....
- 39.運動技巧太難減低我上體育課的興趣.....
- 40.我覺得男同學會取笑我的動作.....
- 41.體能太差跟不上進度使我不喜歡上體育課.....
- 42.天氣、太熱、太冷、風沙太大會使我對體育  
課興趣缺缺.....

《請翻頁繼續填答》

非 同 無 不 非  
 常 常  
 意 同 不  
 同 同  
 意 意 見 意 意

43. 早上 11:00 至下午 14:00 天氣太炎熱減低  
 我學習興趣.....

**四、針對體育學習情境**

44. 好的體育設施環境（活動中心、籃球場、網球場、桌球室、操場等）讓我更喜歡上體育課..

45. 我不喜歡男女同組從事體育活動.....

46. 我覺得學校體育設備較偏向為男性而設計.....

47. 我會主動到體育場館使用運動器材.....

48. 我認為學校體育設備、器材充足完善.....

49. 我喜歡和同學從事體育活動.....

50. 我和同學經常利用課餘時間從事體育活動.....

51. 男女合班上課時，我覺得男同學會以異樣的眼光看我的動作.....

52. 男女混合之體育活動中男同學有時會故意碰觸我的身體使我產生厭惡感.....

53. 男女混合之體育活動時男生會以輕視的眼光看待女生.....

54. 運動競賽時，男生認為女生只是點綴性質.....

請再檢查是否填妥所有題項，

感謝妳的協助與合作。

## 附錄六

### 訪談資料逐字稿

一、在學校體育課的課程中，妳學到哪些運動項目或學科內容？

A1：籃球、健康操、排球。

A2：健康操、籃球、排球、田徑。

B1：籃球、羽球、排球、足球、棒球和壘球。

B2：學到了很多..有籃球、排球、羽球、足球、棒球。

C1：很多，例如：健康操、羽球、游泳、籃球、棒球、排球、運動傷害、場地規則、運動會籌備（因為我是服務生）。

C2：呃...有籃球、排球、棒球、健身操、田徑、游泳、桌球、鉛球，至於學科嘛！有籃球規則、排球規則、田徑規則、羽球規則等等。

D1：籃球、羽球、健康操、跑步起跑方式、排球。

D2：健康操、籃球、羽球。

E1：籃球、排球、羽球、另外也學到體適能的主要目的，又學到排球與羽球的相關規則。

E2：籃球、羽球、排球、健康操、啦啦隊。

F1：學到項目：像籃球的三步上籃和運球，還有排球的發球和托球。

F2：有排球、足球、游泳、籃球。

二、其中妳最喜歡的前三項是什麼？

A1：我喜歡羽球因為從小玩到大；籃球因為國中有參加過比賽得過獎；桌球是因為國小是女老師教的。

A2：沒有，不喜歡動，只喜歡看人家打球。

B1：籃球，喜歡和對方球員搶球較勁和投進球的那一種喜悅，可以互相比較球技。羽球：算是一種靜態的運動，喜歡練長球和短球，因為比賽都運用到。排球：雖然長期打下來手會紅腫但喜歡打出去的感覺。

B2：有...羽球、排球、籃球，羽球是因為本身比較有興趣，對它比較可以掌握，排球不太會..但是蠻喜歡的，因為排球熟練後...感覺很棒。

C1：健康操因為我喜歡跳舞；羽球有殺球的快感而且比較快流汗；棒球很刺激。

C2：我最喜歡的有籃球、排球以及羽球。因為，班上排球打的不太好、但是我打的不錯，所以我蠻驕傲，而且在下課後會討論(例如被蓋火鍋被取笑..給當事人一個警惕作用，下次就不會再犯啦～)。

D1：跑步，因為之前腳沒受傷，跑起來很輕鬆。

D2：籃球，因為我愛。

E1：排球、羽球、籃球喜歡的原因一方面是興趣另一方面是可增加彈跳力，其餘則是本身的興趣。

E2：籃球、足球、羽球。

F1：排球、田徑、籃球。

F2：游泳因為可以玩水和救自己、排球因為可以亂打和增加彼此的友誼還有健身操增加協調性。

三、妳曾經有原本不喜歡，但後來逐漸喜歡運動項目嗎？為什麼會有這樣的改變？

A1：沒有耶。

A2：籃球，因為要長高。

B1：游泳，剛開始學習常常嗆到，而且還是強迫學習，不過後來學會了就不討厭了，反而覺得游泳是最好的運動，全身都有運動到是瘦身最佳運動。

B2：沒有特別不喜歡的，但是籃球應該原本不太喜歡...，但也不會討厭！可是因為周圍的同學都蠻熱愛籃球的；而且我又愛看球賽所以就漸漸的接受了！

C1：游泳原本都不會，是因為會去嗆到，但自從學會之後，就喜歡上游泳了。

C2：有... 籃球，因為投不進很氣餒！會被笑。但我會搶籃板，還有游泳，因為我怎麼游，還是在原地，克服了，所以喜歡上游泳的感覺，有種成就感。

D1：籃球，因為老師鼓勵叫我們打，大家也玩的很開心。

D2：沒有。

E1：籃球，因為本來很討厭投不進又跑來跑去的感覺，後來漸漸瞭解打籃球的方法就漸漸喜歡了。

E2：棒球，因為奧運的關係，中華隊有為國爭光，哪一種感覺說不上來，所以才熱衷棒球。

F1：籃球，因為以前不會運球上籃，但到現在已經學會了，所以更加喜歡籃球了；排球以前曾測發球，因為練習不足的關係，但經過多次的練習之後終於學會了，老師也給我機會補考。

F2：排球，本來都不會可是那個很好學馬上就會了。

四、妳覺得體育課是否重要？理由是什麼？

A1：重要，一個禮拜兩次太少，可發洩體力情緒，減少壓力，沒體育課話，可能會瘋掉。

- A2：不重要，用平常有空的時間運動就可以了，偶而在學業上來說不是一門很重要的科目。
- B1：運動很重要，平常都在讀書，而運動能減除壓力和放鬆心情。
- B2：很重要，因為平常課業太重了，如果沒有體育課，學生的課業壓力會變的很重...書就會讀不下；而且課業方面同學都會常常拿來比較。
- C1：重要，要不然細胞會死掉，練體育可以認識到大方活潑的人且書讀太多也會生病，沒有運動就無法增強抵抗力，也就容易感冒。
- C2：非常重要呀！因為超愛的，不會像英文、國文上課那樣想睡，可以藉著運動發洩情緒、減少課業上的壓力、拋開鬱悶，希望體育課能多開幾節。
- D1：很重要啊！因為一整天都坐在教室，難得有幾堂課可以出來活動，也可減輕壓力，舒展身心、活絡筋骨。
- D2：重要，能讓學生紓解壓力、增強體力，有益身體健康。
- E1：很重要，一方面可以放鬆課業壓力，一方面又可以藉由打球增進團體默契，有些運動項目也會增加自己的反應。
- E2：很重要，不用整天悶在教室，可到戶外走走，增加友誼和同學之間的互動；可以減肥也可以促進新陳代謝。
- F1：很重要，不用整天悶在教室，可到戶外走走，增加友誼和同學之間的互動、可以減肥也可以促進新陳代謝。
- F2：很重要，因為可以看到一些人活潑可愛的樣子，如果不用動的話會變胖也可以學到很多東西和球類。

五、妳喜歡上體育課嗎？理由是什麼？

- A1：喜歡的原因是可以活動，不用一直坐著。
- A2：喜歡，因為是比較可以活動身體的課程。
- B1：喜歡，其實一個禮拜上兩節，明顯少了一點，每天都上課，只有最喜歡上體育課。
- B2：喜歡，可以讓自己放鬆，讓自己也可以放下課業，去了解自己其他方面的專長或興趣。
- C1：嗯～如果像一般體育課的話，我會學習每項球類且有時也可以和別班互相切磋，討論球技。
- C2：超喜歡的，因為多運動，身體才會健康點，體力也會變好(上課也不容易疲倦)。
- D1：不喜歡，因為皮膚會曬黑。
- D2：喜歡，不用碰到不喜歡的課本。
- E1：喜歡，因為可以不用悶在教室，可以活動筋骨。
- E2：還好，想打籃球時，因為天氣太熱，所以不想打了。
- F1：蠻喜歡的，因為比較自由。
- F2：很喜歡，因為不用上課，而且運動可以流一點汗很舒服。

六、妳不喜歡上體育課的理由是什麼？

- A1：不喜歡是因為在冬天。嗯...因為跑步太冷了。
- A2：不想動，夏天太熱會流很多汗，會曬黑而且生理期不舒服；冬天太冷懶的動，怕丟臉、不會打，挫折很大，如果打的不好又會被笑。
- B1：討厭要測驗...
- B2：呃...應該是要去做許多的測驗，有時體力就不好，或者是學不會，討厭在冬天上體育課，因為很冷。
- C1：因為夏天很熱，流汗後會黏黏的，而女生會有生理期嘛！

- C2：呃...在生理期來的時候(尤其是夏天)會黏黏的。
- D1：好像身材會變的粗壯結實，經期來時很不舒服。
- D2：不喜歡，因為夏天很熱，又會變黑，生理期到了很不舒服。
- E1：下雨的時候想到要上體育課就很煩唉！因為要撐傘去上課很麻煩；在大太陽下上課也不喜歡，太熱了。
- E2：身體狀況不好，天氣不好，遇到自己不喜歡的課程。
- F1：不 like，因為懶的動，在加上那時本身就不太有興趣吧！  
如果那時周圍的朋友也是一樣，所以自然而然就不 like 了。
- F2：不喜歡的原因，皮膚會變黑；生理期時較不方便。

七、按照妳的觀察，男生與女生對體育課的學習態度有何異同？

- A1：男生比較認真，比較好動吧！
- A2：男生比較投入。
- B1：男女的運動量有差別吧！
- B2：男同學大部分上體育課是為了打籃球，除了打籃球...，其他事情都不想做。而女生就不單單只有”球”，女生比較多樣性。
- C1：不同，男生會打球而女生會在旁邊坐著休息，或者是拿著書來看（考試的話），要不就是坐在一起聊天（男生&女生）。同的：有些女生也喜歡運動，以籃球、羽球、排球、居多，有時也會和男生一起打球。
- C2：相同點，對運動有興趣的同學，會一起打球，但是經不起激烈的運動。不同點，男生打籃球重規則、技術；而

女生的重點在能進球(在打球時，女生比較會大聲叫，想嚇嚇投球的同學)。

D1：相同之處，大家都很輕鬆。異同之處，男生比女生融入。

D2：男生比較認真，愛打球；女生比較不愛動。

E1：男生較喜歡上體育課，因為不用像上課一樣很安靜的坐著；而女生有些較開朗的也較愛上體育課，但不愛流汗的女生則偏向較靜的人，就比較不喜歡上體育課的這個課程。

E2：男生喜歡耍帥，女生不喜歡流汗。

F1：男的好動；女的不好動，但很活潑。

F2：不同點，男的上課都會打球；女的上課都會聊天看書。相同的，女生和男生都會約一約來打球。例如：籃球、羽球、排球。

八、妳覺得男女生的體育學習表現相同嗎？或者存在哪些差異？

A1：嘿嘿…沒有耶。

A2：男生比較會表現出來；女生比較不會表現。

B1：表現不同吧！男生動作大，也不會去在意形象的問題；而女生似乎動不起來，不自然會刻意去修飾。

B2：不太相同，如果在大部分球類方面，男同學都會比較好一些；而女同學如果遇到自己比較有興趣的去練習，或許就會比較好。

C1：不同，因為體力上的問題，舞蹈類女生領悟較強；球類男生領悟較強有的人，根本就不想動。差異上，應該是體力上和柔軟度不同吧！

- C2：相同點，都有學習的上進心，想要讓技術再向上提升；  
不同點，男生比較不怕挫折，會勇於嘗試練習。女生重  
面子，可能會不練、或者是下午（放學後）私底下自己  
跟朋友一起練習。
- D1：不同，男生會比女生更積極去借球，玩別的體育器材。
- D2：相同，沒差異，都很好吧！
- E1：有差別...女生因為怕別人看到自己不好的表現而比較內  
向；而男生較不在意形象，所以會表現的很好，感覺上  
就有很大差別。
- E2：不同，男生程度、體力比女生好，有些女生比較不喜歡  
動較被動，除非老師指示。
- F1：一樣。
- F2：不同，因為女生學一些有關跳舞方面的東西都學的很  
快；而男生嗎？學一些有關球類的東西很快就學會了。

九、妳過去的體育課上課經驗愉快嗎？請舉例說明。

- A1：只要有體育課上的話就很好了，要不然都上一些很死板的  
課程看了就很...
- A2：愉快，因為可以跟志同道合的同學聊天。
- B1：很愉快，記得一年級每節課都練健身操，有一點煩了，  
不然都很愉快。
- B2：大部分都是蠻愉快的啦！只有遇到某些事情才会有例外  
吧！例如：太陽很大，而又得在戶外活動，或是上一些  
自己一點也沒興趣的運動項目，更重要的是，不希望遇  
到與班上不合的代課老師，嗯...而都蠻愉快的原因是老

師人好，可以讓我們輕鬆的上課，不會讓我們覺得煩，又要做好多的體能。

C1：愉快，玩水、打籃球，流很多汗，很好，而且大家一起打球的感覺很讚，打完球一起走回教室時，可以討論剛剛的球技。

C2：不愉快，女生經期來時...還要去跑步。

D1：在所有的課業中，我最愛體育課了(除了要考試的那一節，PS.考試項目我不擅長)。

D2：還好ㄝ，老師喜歡自己強迫學生跑步。

E1：都很愉快，很自由，可以做自己喜歡的運動。

E2：不愉快，因為做不好會被唸(在大庭廣眾之下喔...)感覺很丟臉。

F1：愉快，因為老師會讓身體不適的學生休息，也可以自由選擇想要的運動。

F2：大部分時間都很愉快。愉快是很自由；不愉快是老師生氣時。

十、妳在國小、國中階段的體育課參與態度一樣嗎？喜歡的程度一樣嗎？

A1：一樣、一樣，玩得還滿瘋的。尤其是再國中的時候一下課，就往球場上跑。雖然還是打的不好，可是...我喜歡跟朋友一起玩那種 feel 很好。

A2：國小比較會動；國中因為認識的同學不喜歡動，所以就養成這種上體育課不動的習慣。

B1：國小大家玩在一起；國中坐在旁邊看人打球；高中偶爾做，偶爾動。

- B2：國小超級討厭上體育課；國中參與體育課比較不那麼喜歡，可能...學校的設備很少吧！也沒有足夠的場地可以用，所以上體育課就像聊天課，也沒學什麼運動的知識和常識。
- C1：一樣，國中時比較好；國小打躲避球（喜歡）；國中最喜歡體育的時期；高中有專長的關係且比較累，所以比較不想動。
- C2：不同，國小比較喜歡體育課；國中老師處處為難，讓人在上課上的很不愉快。
- D1：一樣啦！因為我的態度是特優啦！
- D2：國小很認真，因為老師很疼我，人很好，教的也很好；國中的老師上課教學態度很兇，講話很大聲，很討厭。
- E1：不一樣，國小課程較鬆，不會有拘束的感覺，比較不會想放鬆心情；國中則因為有課業的壓力，對於參與體育這個課程比較為積極。
- E2：不一樣，國小打發時間，比較好玩的會動；國中較有興趣，因為是自己喜歡的運動。
- F1：國小可以打發時間；國中喜歡，因為籃球而喜歡上了運動。
- F2：國小和國中是一樣的；高中現在比較累不想動。