

國立臺灣體育學院
National Taiwan College of Physical Education
體育研究所碩士學位論文

國小高年級學生體育學習風格對休閒活動類型
之研究-以臺中縣清水國小為例

A STUDY ON THE COMBINATION OF PHYSICAL
LEARNING STYLES FOR LEISURE ACTIVITY TYPES
IN 5TH AND 6TH GRADES ELEMENTARY SCHOOL
STUDENTS – AN EXAMPLE OF CHINGSHUI
ELEMENTARY SCHOOL



研究生：陳妍秀 撰
指導教授：謝振榮 博士

中華民國 99 年 7 月

論文名稱：國小高年級學生體育學習風格對休閒活動類型之研究-以臺中縣清水國小為例
總頁數：86 頁

院校所組別：國立臺灣體育學院體育研究所

畢業及提要別：98 學年度第 2 學期碩士學位論文提要

研究生：陳妍秀

指導教授：謝振榮博士

中文摘要

本研究旨在了解國小高年級學生體育學習風格及休閒活動類型的現況；並進一步探討國小高年級學生體育學習風格及休閒活動類型之關係。本研究是針對臺中縣立清水國民小學 569 位 5、6 年級學生為研究樣本，以「國小高年級學生體育學習風格與休閒活動類型之研究調查問卷」為研究工具，然後以單因子變異數分析、皮爾森積差相關等統計方法，進行資料的分析討論，最後獲得以下結論。(一) 不同年級之國小高年級學生體育學習風格在各類型因素上，皆有顯著差異；(二) 不同性別學生在各項體育學習風格分量表在思考型上有顯著差異，實用型、理論型、行動型等因素上，則無顯著差異；(三) 不同年級之國小高年級學生休閒活動各類型因素上，皆有顯著差異；(四) 不同性別之國小高年級學生休閒活動類型，在運動類、社交類、知識類等因素上，男、女學生皆有顯著差異，而休憩類上則無顯著差異；(五) 國小高年級學生體育學習風格與休閒活動類型，皆有顯著的正相關存在，顯示二者之間關係密切，體育學習風格將影響休閒活動類型。最後，根據研究結果提出具體建議，以供教育主管單位、體育教師及未來研究者之參考。

關鍵詞：國小高年級學生、體育學習風格、休閒活動類型

CHEN, YEN-HSIU (2010). A study on the combination of physical learning styles for leisure activity types in 5th and 6th grades elementary school students – an example of Chingshui elementary school. Unpublished master thesis, National Taiwan College.

Abstract

This research aimed to investigate the current situation and relationship of physical learning styles and leisure activity types for 5th and 6th grade elementary school students. The tool used in this research was “The Questionnaire of Physical Learning Styles and Leisure Activity Types”. The research subjects were 569 children who were 5th and 6th grade students of Chingshui elementary school. Collected data was examined and analyzed by these statistical methods: ANOVA and Pearson correlation analysis. The conclusions acquired from this research have been indicated in the following:

1. Different grade students’ physical learning styles in all various factors had significant difference.
2. Different gender students’ physical learning styles in reflector factor had significant difference, but in activist, theorist, and pragmatist hadn’t.
3. Different grade students’ leisure activity types in all various factors had significant difference.
4. Different gender students’ leisure activity types in sports, social and knowledge factors had significant difference, but in leisure hadn’t.
5. Students’ physical learning styles and leisure activity types were positively related, and students’ physical learning styles would affect leisure activity types.

Based on the findings of this research, suggestions for administrators, and future researches were discussed.

Key words: elementary school students, physical learning styles, leisure activity types

目錄

中文摘要.....	I
英文摘要.....	II
目次.....	III
表次.....	V
圖次.....	VI
附錄.....	VII
第一章 緒論	
第一節 研究背景與動機.....	1
第二節 研究目的.....	3
第三節 研究問題.....	3
第四節 研究假設.....	4
第五節 研究範圍與限制.....	4
第六節 名詞解釋.....	5
第二章 文獻探討	
第一節 體育學習風格的意義.....	7
第二節 休閒活動類型的意義.....	21
第三章 研究方法	
第一節 研究架構.....	25
第二節 研究流程.....	26
第三節 研究程序.....	27
第四節 研究樣本.....	29
第五節 研究工具.....	30
第六節 資料處理與分析.....	44

第四章 研究結果與討論	
第一節 有效樣本特性分析.....	46
第二節 體育學習風格差異分析.....	47
第三節 休閒活動類型差異分析.....	56
第四節 體育學習風格、休閒活動類型間相關情形.....	65
第五章 結論與建議	
第一節 結論.....	67
第二節 建議.....	70
參考文獻	
中文部份.....	74
外文部份.....	79

表目錄

表 2-1	Kolb 學習風格構面	12
表 3-1	體育學習風格量表項目分析摘要表	31
表 3-2	體育學習風格量表各向度與總量表之相關	33
表 3-3	體育學習風格量表題目與各向度之相關	33
表 3-4	體育學習風格量表信度分析摘要表	34
表 3-5	休閒活動類型量表項目分析摘要表	36
表 3-6	休閒活動類型量表因素分析摘要表	39
表 3-7	休閒活動類型量表各向度與總量表之相關	41
表 3-8	休閒活動類型量表題目與各向度之相關	41
表 3-9	休閒活動類型量表信度分析摘要表	42
表 4-1	不同年級學生有效樣本資料統計表	47
表 4-2	不同性別學生有效樣本資料統計表	47
表 4-3	體育學習風格量表整體分析統計表	48
表 4-4	不同年級學生在體育學習風格類型之次數分配與百分比	50
表 4-5	體育學習風格在不同年級學生之單因子變異數分析結果摘要表	52
表 4-6	不同性別學生在體育學習風格類型之次數分配與百分比	53
表 4-7	體育學習風格在不同性別學生之單因子變異數分析結果摘要表	55
表 4-8	休閒活動類型量表整體分析統表	56
表 4-9	不同年級學生在休閒活動類型之次數分配與百分比	59
表 4-10	休閒活動類型在不同年級學生之單因子變異數分析結果摘要表	60
表 4-11	不同性別學生在休閒活動類型之次數分配與百分比	62
表 4-12	休閒活動類型在不同性別學生之單因子變異數分析結果摘要表	64
表 4-13	國小高年級學生在體育學習風格、休閒活動類型間的相關情形	66

圖目錄

圖 2-1	Kolb 之經驗學習理論.....	12
圖 2-2	Honey 與 Mumford 學習循環.....	14
圖 3-1	研究架構圖.....	25
圖 3-2	研究流程圖.....	26

附錄

附錄一 國小高年級學生體育學習風格與休閒活動類型調查問卷·····	82
-----------------------------------	----

第一章 緒論

本研究旨在了解國小高年級學生體育學習風格及休閒活動類型的現況；並探討國小高年級學生體育學習風格及休閒活動類型之關係。

本章就研究背景與動機、研究目的、研究問題、研究假設、研究範圍與限制、名詞解釋加以說明，茲分述如下。

第一節 研究背景與動機

隨著台灣國民所得平均日益增加，生活品質的提昇，及週休二日的實施，生活型態產生了重大轉變，人們也更加的注重健康，而要達成健康最有效的方法，莫過於長期並且有規律的休閒活動。在台灣，政府為培養民眾規律運動的習慣，積極推動全民體育，透過體育活動的推展，從小紮根，養成學童規律運動的習慣，進而培養運動興趣。落實終身運動，以促進身心健康為最終目標，是世界各國普遍的趨勢與潮流。

從發展的觀點而言，個體的休閒行為會隨著不同的發展階段而有所不同。Kelly (1972) 曾探討休閒社會化時指出，成人所從事的休閒活動有 49% 是從學童時期就已經開始。許俊雄 (1990) 研究發現，男生養成休閒習慣大多在 12 至 15 歲之間，女生則以 10 到 13 歲者居多。江良規 (1995) 認為，成人的休閒活動技巧和興趣大多在童年時期養成，因此，若要養成良好休閒活動習慣，應從童年時期著手。國小時期的學童，可說是人生學習歷程的開端，對於養成積極的休閒活動態度和行為，是一個重要的基礎階段，因此，本研究選擇以國小高年級學生作為研究對象。

檢視我國學校教育，長期以來在升學主義的強大壓力

下，忽略了休閒活動直接或間接的積極性功能，而正值人生關鍵期的學童與青少年，在長期面臨課業與考試壓力之下，缺乏足夠的時間、空間與機會來適當的調劑身心，反而在閒暇時間中不知所措，以致於無聊與煩燥，導致部分學童與青少年以一些不當的方法來打發閒暇時間。楊敏玲（1996）認為，越容易在休閒情境中感到無聊或煩悶的學童與青少年，與其自我傷害或偏差行為發生的機率有正相關。因此，對於瞭解國小高年級學生休閒活動類型為何，即為本研究動機之一。

現代稱學習風格 (Learning Styles) 是指學習者對學習過程的一種偏好方式。學者 Dunn, Beaudry 與 Klavas (1989) 指出，當學習方式能配合學童的學習偏好時，學童會有較高的學習成就。每位學生皆是獨立的個體，來自不同的家庭、成長的背景也不相同，在身心發展及行為表現上，有個別差異的現象，在學習風格上也有明顯的不同。因此，在現今快速變動的社會環境中，探討個體在學習歷程中的偏好，了解其不同需求，顯得更為重要。研究者探討學習風格最主要的目的，是要喚起教師知覺學習者擁有不同學習風格，強調重視學習者之學習歷程，勝過教學技巧，因此，探討國小高年級學生體育學習風格，為本研究動機之二。

學習風格的診斷使得個別化教育，更具有合理的基礎，如能瞭解國小高年級學生其不同的體育學習風格與休閒活動類型的現況，並探討國小高年級學生體育學習風格與休閒活動類型之關係，根據調查結果與研究發現，提出建議，供教育主管單位、學校當局和老師在擬定學生體育課程的設計與安排之參考；或提供老師、家長及同學參照、啟發和協助，

針對不同學生的體育學習風格不斷地刺激、誘導與啟發，尊重個體差異性、適性教育，從小培養積極的休閒活動態度和行為，期待學生對於不同休閒活動類型參與上更加積極。

第二節 研究目的

依據上述研究背景與動機，本研究的主要目的如下：

- 一、比較國小高年級學生不同背景變項（性別、年級）在體育學習風格、休閒活動類型的差異情形。
- 二、探討不同體育學習風格（行動型、思考型、理論型、實用型）的學生在休閒活動類型（運動類、休憩類、社交類、知識類）的差異情形。
- 三、探討國小高年級學生體育學習風格與休閒活動類型的關聯性。
- 四、根據研究結果及發現，提出具體建議，供教育主管單位、學校當局、教師、家長、學生，作為擬定學生體育課程的設計與安排、教學或學習之參考。

第三節 研究問題

本研究根據研究動機與目的，提出研究問題如下：

- 一、不同性別之國小高年級學生在體育學習風格、休閒活動類型上有何差異？
- 二、不同年級之國小高年級學生在體育學習風格、休閒活動類型上有何差異？
- 三、不同體育學習風格（行動型、思考型、理論型、實用型）的國小高年級學生在休閒活動類型（運動類、休憩類、社交類、知識類）上有何差異？

四、國小高年級學生體育學習風格與休閒活動類型上有何相關？

第四節 研究假設

依上述研究動機與目的、研究問題，擬定研究假設如下：

- 一、不同性別之國小高年級學生在體育學習風格、休閒活動類型有顯著差異。
 - (一) 男、女學生在體育學習風格有顯著差異。
 - (二) 男、女學生在休閒活動類型有顯著差異。
- 二、不同年級之國小高年級學生在體育學習風格、休閒活動類型有顯著差異。
 - (一) 5、6年級學生在體育學習風格有顯著差異。
 - (二) 5、6年級學生在休閒活動類型有顯著差異。
- 三、不同體育學習風格(行動型、思考型、理論型、實用型)之國小高年級學生在在休閒活動類型(運動類、休憩類、社交類、知識類)有顯著差異。
- 四、國小高年級學生之體育學習風格與休閒活動類型有顯著相關。

第五節 研究範圍與限制

本研究之資料蒐集，採用電腦問卷調查，而受測學生依問卷題目作答乃屬自由心證，故僅能假設受試者是依照實際情況作答，藉由電腦問卷結果的分析，仍可獲得有效的研究結果。

- 一、研究地區及對象：本研究是針對臺中縣立清水國民小學高年級學生為研究對象，故電腦問卷結果涵蓋範圍僅限

於此。因此，推論結果只能描述臺中縣立國民小學高年級學生不同背景變項，其體育學習風格對休閒活動類型之差異與相關性，無法擴及所有國小高年級學生。

二、時間：時間以臺中縣國民小學 98 學年度上學期為主，探討在這段時間內，臺中縣立清水國民小學高年級學生，不同背景變項，其體育學習風格對休閒活動類型之差異與相關性。

第六節 名詞解釋

- 一、體育學習風格 (physical learning styles)：陳春安(2004)認為學習風格涵蓋任何技術性科目，並非專指一般的學科，學習者所喜歡的學習方式和作風，代表影響個人如何去接受刺激、記憶、思考與解決問題的一種心理特性。Entwistle (1993)認為學生在各種不同的情境下，仍頗為一致的採用某種特殊學習策略的偏好或傾向。因此，本研究對體育學習風格定義為，個體在體育學習過程或情境中，所顯現出來的一些獨特表現及方法的偏好。
- 二、休閒活動類型 (leisure activity types)：本研究先採用因素分析法，再將休閒活動類型以陳玉鳳(2004)之分類，依性質相近休閒活動的項目，針對國小高年級學生，簡易劃分為四種休閒活動類型，如大肌肉活動歸為運動類；小肌肉活動歸為休憩類；與人有互動性歸為社交類；增長見聞歸為知識等類型。
- 三、臺中縣立國民小學：本研究所指臺中縣立國民小學，是依《國民教育法》和《國民教育法施行細則》所規定成立的國民小學，以招收 6 到 12 歲之國民，施以國民教育。

而本研究所稱「臺中縣立清水國民小學」是指 98 學年度隸屬於臺中縣府的國民小學。

四、國小高年級學生：本研究係指 10 到 12 歲就讀國民小學 5、6 年級的學生。

第二章 文獻探討

本章共分為二節，就體育學習風格的意義、休閒活動類型的意義等方面進行研究，做為本研究的基礎，茲分述如下。

第一節 體育學習風格的意義

壹、學習風格的定義

在倡導因材施教的教育理念時，過去學者多注重智力、性向、動機與興趣等個別差異的議題（張春興，1995）。但學習風格著重在解釋個人於認知方面的一些特質，如：知覺、記憶或訊息處理方式等差別，具有教育上的應用價值，因而近年來普遍受到重視。學習風格因素，可分析出某種個人差異對學習歷程的影響，是傳統上著重在智力、性向、人格等心理測驗工具所無法測得的，藉由學生學習風格的診斷，可彌補心理與教育測驗的不足（郭重吉，1987）。

Kolb (1976) 將學習風格定義為，學習者在具體經驗、觀察和反應、形成抽象概念、行動以產生新經驗的四個學習階段行為表現。Honey 與 Mumford (1986) 認為學習風格是個體決定學習偏好的態度和行為，並將學習風格區分為行動型、思考型、理論型和實用型。張春興（1996）則對學習風格定義為學生在變化不拘的環境中從事學習活動時，經由其知覺、記憶及思維等心理歷程，在外顯行為上表現出帶有認知、情意、生理三種性質的習慣性特徵。

學習風格發展數十年來，中外文獻相關主題之研究不少，但因著眼點的不同，研究者對學習風格的定義也不一致。部分國內研究者依研究者年代順序羅列製表（黃玉枝，1991；林麗琳，1995；伍賢龍，2002；施瀛欽，2003；張銘棋，2003；

吳照智，2004；施皇羽，2004)；而部分研究者則依據學習風格之定義取向整理製表（吳百薰，1998；鐘培齊，2003；黃佩儀，2004；邱怡倩，2005；陳燦玲，2006）。學者對學習風格之定義解釋都不一致，但就如學者 Dunn (1984) 所言，各家對學習風格定義的不同看法，只是從不同角度來觀察類似的現象。

本研究所定義之學習風格主要是從 Honey 與 Mumford (1989) 對學習風格的定義出發，結合 Kolb (1985) 的風格定義及國內、外學者對學習風格定義的看法進行探討，整合各項因素，建立本研究之學習風格定義。因此，綜合以上論述，學習風格是指學習者學習的方法偏好及該傾向如何影響學習者的行為，他人並不需要對學習者的學習風格進行標記，僅需協助其平衡、整體地完成學習歷程。

貳、學習風格相關理論

有關學習風格國內外的文獻很多，由於各個學者對學習風格詮釋的不同，所研究的範疇也不同，故在學習風格的範圍與分類上，看法相當分歧，沒有一致的結論。以下針對國內、外學者對學習風格的理論依學習情境、行為模式、策略、情意、多元五大取向加以歸納分類之（李孟珍，2008）：

一、學習情境取向

Hunt (1979) 以人格發展的觀點將學生的概念水準分成三個發展階段，分述如下：

1. 第一階段：對結構的需求較大型。此一發展階段未成熟、未社會化，概念水準甚低；特徵是具體、衝動、不能忍受

挫折。

2. 第二階段：需要適度的結構型。此一發展階段是依賴、順從，概念水準低；特徵是注重規則、依賴權威或分類性的思考。
3. 第三階段：對結構的需求較小型。此一發展階段獨立、自治，概念水準高；特徵是探究、獨斷、質疑的，而且常會有許多新點子。

綜合上述，此一學習情境取向的學習風格，是依學生的概念水準，分成三個不同發展階段，說明不同概念水準的學生需要不同程度的結構，才能得到最好的學習成效。

二、行為模式取向

(一) Kolb的經驗學習理論 (Experiential Learning Theory)

在眾多的學習風格理論中，目前在美國企業界與教育界使用最多的是Kolb (1976)的學習風格，Kolb的學習理論除了強調個人的差異沒有好壞類型之分外，還特別具有積極的教育意義，它同時反應教育的目的在鼓勵發揮所有的學習風格類型以求得全面的瞭解。而Kolb的學習量表的好處，除了整合Jung、Lewin、Dewey、Piage等四位學者的理論基礎，成為一精簡有力的模型，並且有完整的統計數據支援其學說(徐善慧，1999)，因此，常被用於研究個人學習及問題解決，強調經驗在學習過程中的重要性。

Kolb (1985) 四個經驗學習階段共可分為兩個部份，並再分別區分為兩個階段，進一步來區別成為四個象限的風格。

1. 「資訊接收偏好」 (Information perception)：包含『具體經驗』 (concrete experience) 及『抽象概念』 (abstract

conceptualization) 兩個階段，代表學習者接收新資訊時所偏好資訊呈現的模式。

2. 「資訊處理方式」 (Information processing)：包含『省思觀察』 (reflective observation) 及『主動驗證』 (active experimentation) 兩階段，代表學習者對新資訊的處理方式，將所接到的新資訊轉至長、短期記憶區的模式。

之後，Kolb 在 1984 年統整學習的觀點，將理論架構做整合式的擴充，於 1985 年依學習方式特性的不同，描述四種經驗學習階段如下 (Smith & Kolb, 1985)：

- (1) 具體經驗：以感覺去學習。注重親身體驗，反對理論歸納及系統科學化的研究方式。
- (2) 抽象概念：以思考去學習。從邏輯分析和概念來學習，對情境瞭解後才採取行動，擅長科學系統化地計畫，反對憑直覺去研究的方式。
- (3) 省思觀察：以看和聽去學習。作決定前會先謹慎的觀察、客觀的描述，擅長從各種不同的角度來看待事情，相信自己的看法，甚至創造自己的見解。
- (4) 主動驗證：以實作去學習。喜好冒險，重視實際應用，較關心「什麼是有作用的？」而非探究「什麼才是絕對真實的？」

Kolb 之 LSI (Learning styles inventory) 學習風格量表利用『具體經驗/抽象概念』及『主動驗證/省思觀察』這兩個維度而形成的四個象限，將學習風格分成四類，分別是分散者、聚斂者、適應者、同化者。四者特性分別歸納如下：

- A. 分散者 (diverger)：喜歡具體經驗與省思觀察，透過觀察情境的各種面向來學習，多觀察、少行動，較傾向以想像

和感覺來解決問題，是腦力激盪高手，適合從事藝術、服務及娛樂業。

- B. 聚斂者 (converger)：喜好抽象概念與主動驗證，是實用主義者，以親自實驗的方式獲得知識，並將理論及想法做實際運用，適合當工程技術人員。具此學習風格者傾向於處理科技性的問題勝過社會性問題。
- C. 適應者 (accommodator)：適合動作取向，喜好具體經驗與主動驗證，易適應新環境，對危機處理和尋找機會有較強的能力，如銷售員的行業。是冒險者，他們最常用直覺和錯誤嘗試的方式來處理問題，相當依賴別人提供的資訊遠勝於自己的分析能力。
- D. 同化者 (assimilator)：是思考者，喜好抽象概念與省思觀察，善於歸納知識而成理論，適合資訊與科學方面的工作。具有此特質者，較在乎想法及抽象觀察，但對人及事物實際價值較缺乏判斷能力。

Kolb經驗學習風格理論的四個階段，在特性上，具體經驗 (CE) 和抽象概念 (AC) 相對立；省思觀察 (RO) 和主動驗證 (AE) 亦相對立。對立的學習階段交錯成兩軸向，垂直軸代表學習者資訊接收的偏好，水平軸代表資訊處理的方式，形成四種學習風格，整理歸納如下頁表 2-1、及圖 2-1：

表 2-1 Kolb 學習風格構面

學習風格構面				
資訊接收 的偏好	具體經驗	抽象概念	具體經驗	抽象概念
資訊處理 的方式	省思觀察	主動驗證	主動驗證	省思觀察
四種學習者	分散者	聚斂者	適應者	同化者

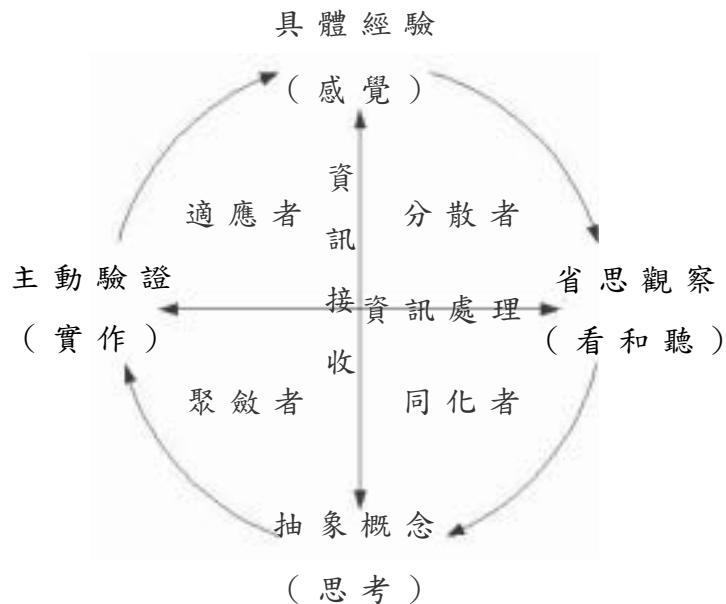


圖 2-1 Kolb 之經驗學習理論

註：引自李孟珍（2008）。國小兒童學習風格與社會學習領域學習適應之相關研究。未出版之碩士論文，國立嘉義大學，嘉義。

綜合以上論述，此一行為模式取向中，Kolb (1976) 的經驗學習理論，是將學習定義為由經驗轉換而獲得知識的過程，強調知識是透過直接或經驗轉換而建立的。

(二) Honey 與 Mumford 的四種學習風格類型

Honey 與 Mumford (1989) 為促進有效的學習方法，改編了 Kolb 的學習風格量表，從人格、認知、社會學習偏好及處事方式的角度，將學習過程分為四個階段，形成一個學習循環，從中發展出四種學習風格類型：行動型、思考型、理論型及實用型，給予想發展自己能力的人，與想幫助他人發展能力的人，做詳實的引導。以下為 Honey 與 Mumford (1982, 1989, 1992) 四種學習風格類型的說明（施瀛欽，2002、張銘棋，2003）：

1. 行動者 (activist)：喜好直接行動或競爭性的活動，對新奇事物有高度的興趣，但也易失去耐性。凡事都是先做再考慮後果，會以集體討論的方式解決問題，在競爭性的活動中學習得很好，能在複雜的環境中尋得一個平衡點。
2. 思考者 (reflector)：不像行動者那麼急於表現自我，習慣採取低姿態，凡事三思而後行，會先聽取別人的意見，綜合自己的觀察和事先收集的資料，再發表意見，是比較謹慎的學習者，給予多一點的時間準備對學習較有幫助。
3. 理論者 (theorist)：理論型的學習者嘗試著將自己觀察的事物吸收，針對問題做出基本的假設、蒐集理論資料，再套用到某個邏輯或理論模式中，進而整合出複雜且合乎邏輯的理論，以促使事物和計畫能互相符合。
4. 實踐者 (pragmatist)：實踐型的學習者會掌握實際應用的時機和場合，腳踏實地解決問題，不需太多討論便立即投入其中，並從實務中找到運作方式及確實可行的方法，也喜歡用新計畫進行實驗。

Honey 與 Mumford (2000) 修改 Kolb 的學習環，將學習

者分成四個類型，如圖 2-2 所示。

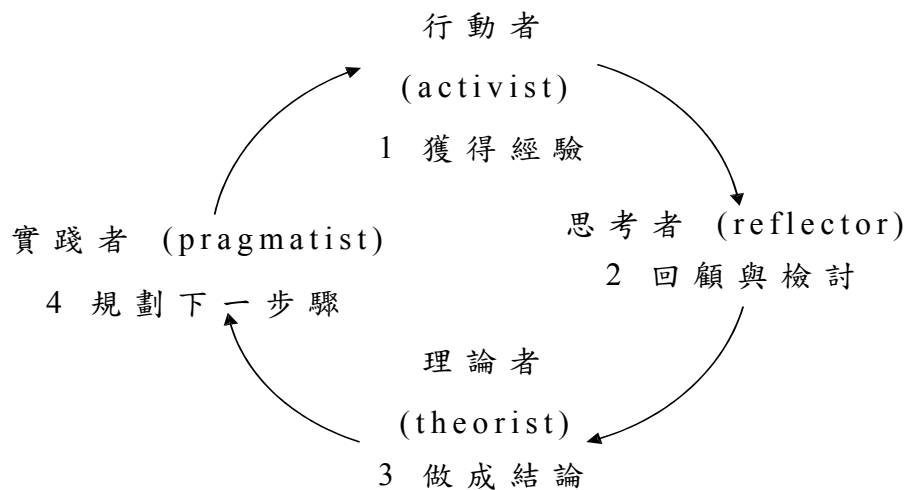


圖 2-2 Honey 與 Mumford 學習循環環

註：引自李孟珍（2008）。國小兒童學習風格與社會學習領域學習適應之相關研究。未出版之碩士論文，國立嘉義大學，嘉義。

綜合以上論述，此一行為模式取向中，Honey 與 Mumford (1989) 的學習風格強調對行為的觀察，測出學習者偏向哪一種學習風格，並提出適合學習者的學習方法及強化、補救之建議，而不關切行為的心理學基礎，且認為如何修正行為的成因比解釋行為的成因更重要。

由上述可知，歸納 Kolb, Honey 與 Mumford 的學習風格模式，發現此一行為模式取向的學者，會依學習者在學習過程中所產生的表現，將其歸類為不同的學習型態。不同學習型態的學習者，各有其不同的優、劣勢，但並非所有的優勢在各種情境下都是最好的。因此，教學者應檢視當前的教學情境，以配合不同學習型態的學習者，提供適合的引導，才能得到最好的學習成效。

三、策略取向

Vermunt (1996) 從學生的認知歷程 (cognitive processing)、學習導向 (learning orientation)、情感體認 (affective process)、心智模式 (mental model of learning) 和自我調整過程 (regulation of learning) 五大面向，將學習風格分為意義導向型 (meaning-directed)、應用導向型 (application-directed)、再製導向型 (reproduction-directed) 和無導向型 (undirected) 四種類型(李孟珍，2008)，分述如下：

1. 意義導向型：個體喜愛有固定的興趣，喜歡與專家討論與交換意見。
2. 應用導向型：個體喜歡實際可應用的事物，學習動機是因為有實際需求。
3. 再製導向型：個體會尋找課本中有結構的資訊加以吸收整理，不喜歡主觀的批判及與同儕討論。
4. 無導向型：個體較容易缺乏信心、害怕失敗，常需要老師與同儕的支持與鼓勵。

由上述可知，此一策略模式取向的學者，通常依學習者面對不同學習情境中所使用的學習策略，來歸類其學習型態。在因應策略中有無結構的使用，為此一策略模式取向的重要指標。如行為模式取向一般，策略模式取向所歸類不同型態的學習者，並無優、劣之分，教學者只要能配合學習者的學習風格，提供適當的引導，將有助於提升學習成效。

四、情意取向

Jakson (2002) 根據 Gray 與 Cloninger 的理論，發展出學

習風格量表 (Learning Style Profile, LSP) ，將學習風格分成五種類型。

1. 感覺型 (sensation seeker)：此類學習者個性衝動、無耐性。對於新奇事物若感到好奇，會立即不畏困難地去探索，並且可以在一段時間內，同時做很多事情。
2. 目標型 (goal oriented achiever)：此類學習者會為自己設置特別的目標與期限，並提供必要的學習資源來解決問題。視困難為一種學習的機會，會不斷地改進自己的行為以達成目標。
3. 理智型 (emotionally intelligent achievers)：此類為自主、獨立的學習者，擅於理解具有結構性的問題，喜歡將問題拆成各層面，並加以細部分析內容。
4. 謹慎型 (conscientious achiever)：此類學習者在實際執行前，會先收集、審視和分析資訊，善用舊經驗，以避免學習過程中重複的失誤。
5. 深度學習型 (deep learning achiever)：此類學習者熱愛學習，對有興趣議題，將不畏艱難地去了解和學習，且做事實際，希望能將所學應用在生活中。

由上述可知，此一將學習風格定義歸類為情意取向的學者，大多認為學習風格為個人學習過程中所表現的一種人格特性與內在心理歷程。

五、多元取向

學習風格以多元取向為研究方向的著名學者 Dunn & Dunn (1972)，其學習風格理論起源於 1960 年代針對紐約州學習成就低落的學生進行研究，他們發現這些學習困難的學

生，對於學習情境中刺激的偏好與一般學生不太相同。首先認為學習風格模式包含 12 個因素 (Dunn & Dunn, 1972)，而後增加為 18 個因素 (Dunn & Dunn, 1975)，其後經過不斷地實驗和修正，最後將學習風格模式修正為環境、情緒、社會、生理及心理等 5 個向度共 21 個元素 (Dunn & Dunn, 1992)，敘述如下：

(一) 環境因素 (environmental elements)

1. 聲音 (sound)：指學習者對於學習情境中聲音的接受程度。有些學習者可以忽視或阻擋外界聲音的干擾；有些學習者則需要絕對安靜的環境，才能專心學習。
2. 光線 (light)：學習者對於光線需求的程度。有些人喜歡在柔和的燈光下學習；有些人則需要較明亮的光線，才會感到舒適。但大部份的學習者較不受光線變化的影響。
3. 溫度 (temperature)：個人對於溫度的反應都不一樣。有些人在溫暖的環境會感到注意力不集中或昏昏欲睡；而有些人在寒冷的環境，則會感到不舒適或活動力降低。
4. 座位規劃 (design)：個人對物理環境的偏好不同。有些人偏好在非正式的場所中學習，如喜好躺在床上或沙發上閱讀；有些人則需要規矩地坐在書桌前，才能專心學習。

(二) 情緒因素 (emotional elements)

1. 動機 (motivation)：學習動機強的學生會熱切地想學習，教師可提供多一點內容，讓他們學習；而學習動機低弱的學生，對於較難有成就的學習任務不熱衷，教師可安排一些在短時間內就可以完成的活動或作業，增強其學習動機。
2. 堅持性 (persistence)：有些學習者的學習態度為堅持到底，即使遇到困難也會想辦法完成；有些人只要在學習過

程中遇到困難，就會想要放棄，虎頭蛇尾。

3. 責任感 (responsibility)：有責任感的學生，會努力、自發的完成教師所交付之課業；反之，無責任感的學生，對自己的課業漫不經心，常需他人耳提面命。
4. 結構 (structure)：指為完成指定工作而在限定的時間內以一種特殊的方式來處理。某些學生需要完整的指示和步驟，才能有較好的學習成效；而某些學生則喜歡以不同過去的方式學習。

(三) 社會因素 (sociological elements)

1. 獨自 (self)：學習者不依靠他人，喜歡獨自一人解決學習任務。
2. 成對 (pair)：有些學習者必須依賴他人指導或督促，進行一對一的學習活動，才能收到成效。
3. 同儕 (peers)：某些學習者喜歡和同學或朋友，一起學習、共同切磋課業。
4. 小組 (team)：指學習者喜歡與小組成員共同分工合作，完成任務。
5. 權威人物 (adult)：必須依賴教師或其他權威人物的引導，才能達到較高的學習成效。
6. 變化的 (varied)：能適應各種不同的學習方式或以各種方式相互配合運用。

(四) 生理的因素 (physiological elements)

1. 知覺的 (perceptual)：指學習者運用不同的感官進行學習。可分為視覺型、聽覺型、觸覺型和動覺型。
2. 進食 (intake)：有些學習者喜歡在學習時攝取食物，認為可以緩和緊張的情緒；而有些學習者則認為邊吃東西邊學

習，會降低學習效率。

- 3.時間 (time)：指學習者能做最有效的學習時刻。有些學生在清早可以發揮最大極致的學習能力，有些學生則要到近中午才會清醒。
- 4.機動性 (mobility)：有的人可以在同樣的一個姿勢下學習，維持比較久的時間；有的人則無法安靜久坐，必須不斷地變換姿勢或轉換位置。

(五) 心理的因素 (psychological elements)

- 1.整體的/分析的 (global/analytic)：「整體型」的學習者，習慣先了解所要學習的概念為何，再專注於細部內容；「分析型」的學習者，偏好學習內容或教學過程以循序漸進方式呈現或進行，一步一步地循序漸進，建構新的概念。
- 2.腦側化 (hemisphericity)：指人類左、右半腦的運作功能不同。左腦的運作主邏輯分析，右腦主情感、創造力。
- 3.衝動/沉思 (impulsive/reflective)：「衝動型」的學習者反應速度快，但易出錯；「沉思型」的學習者反應慢，但作答較正確，且常有較高層次的思考。

由上述可知，此一多元取向的學者，通常偏重探討學習者在各種不同因素的影響下，而產生的偏好或反應的方式。

綜觀以上學者們所發展之不同學習風格的理論和內涵發現，各家學者對於學習風格理論之分類各有所不同，乃在著眼點的不同。學習情境取向偏向探討學習者用哪一種方式學習，及在哪一種教育情境下較有可能學習成功；行為模式取向則偏重探討在學習過程中，學習者所表現出獨特的學習方式；策略取向則偏重探討在學習情境中，學習者偏好的學習策略；情意取向著重於探討在接受刺激、解決問題學習的過

程時，所表現出的心理特質；而多元取向則偏重探討學習者在多元因素，如：環境、社會及生理等影響下，所產生的偏好或反應方式。

本研究主要探討國小高年級學生體育學習風格對休閒活動類型之研究，採取 Honey 與 Mumford (1989) 改編自 Kolb 的學習風格量表，所編製而成的學習風格問卷 (Learning Style Questionnaire, LSQ)，較強調對行為的觀察，較不關切行為的心理學基礎，且認為如何修正行為比解釋成因更重要，據此學習風格問卷，進一步發展並探討國小高年級學生體育學習風格類型之傾向。

叁、體育學習風格

迄今有關學習風格的國內外文獻很多，國外研究者大都探討教師教學策略與學生學習風格的關係，其結果顯示，若教師之教學連結到學生的學習風格，則多數學生的學習效能有所提升 (Al-Balhan, 2007; Beck, 2001; Ebeling, 2000; Ford & Chen, 2001; Haar, Hall & Schoepp, 2002)。而國內論文有的在探討國小學童學習風格與多元智能間的關聯性 (王淑芬, 2003; 伍賢龍, 2002); 有的則在探討學習風格為對學習成效或學習態度之影響 (王維正, 2004; 林錦雪, 1994; 林鳳春, 2002; 施皇羽, 2004; 陳淑珍, 2004; 陳憶萱, 2007; 楊寶玉, 2003; 鐘培齊, 2003); 或是探討學習風格與學業成就之相關研究 (黃國倫, 2003; 鄭孟芳, 2005)。但目前國內、外文獻研究當中，對於體育學習風格此一議題似乎鮮少有學者專家去研究。

體育最直接的目的並非是個人健康的維持，而是善用閒

暇時間，樂於從事休閒活動，將習得的運動技能，活用於日常生活之中。徐元民（1993）指出，休閒活動與體育的關連性極高，相互之間均具有極重的份量，而體育的價值，也由健康的功能，進一步提升至休閒教育的功能。因此，學校體育的目標，不僅具有休閒化的教育功能，也因社會變遷的影響，而凸顯其重要性，學校體育休閒化思想乃受重視。

蔡貞雄（2001）認為體育教學與休閒運動之關係密切。依活動本質來說，皆是以生命的個體為對象，以身體的活動為範圍；依活動方法來說，則都是動作技能的學習和運用；依活動目的來說，都是以充實生活內容為主，以提升生活品質為目標。所不同之處，僅在於體、用區別上。體育教學是「體」，負責運動技能的訓練和養成；休閒運動是「用」，是運動技能的運用和發揮。二者在發展過程上有本、末之分，在運用上有體、用之區別，在結果上則相輔相成、相得益彰。

國內學者陳春安（2004）認為體育課程之教與學的認知歷程是存在在彼此的認知情境中，因此，教師若能在體育教學過程當中，以有效的方式診斷出學生的體育學習風格，訂定合適的個別化教學方案，使學生於學校受教期間，培養興趣，養成習慣，進而於平日的生活中實踐休閒活動，著實有其必要性。故本研究旨在探討國小高年級學生的體育學習風格對休閒活動類型之相關影響。

第二節 休閒活動類型的意義

本節共分為二部份，就休閒活動的定義與休閒活動類型之相關文獻等方面進行研究，做為本研究的基礎，茲分述如下。

壹、休閒活動的定義

Kelly 與 Godbye (1992) 指出，休閒活動是相對於工作的一種休養生息狀態，且不僅是工作上需要再創造，而是對「整個生命再創造」。休閒活動是生活的一部份，它是一種社會現象，是有計畫、有目的、自願的、非工作的活動，由特定的機構策劃，以達到個人身心調劑與社會凝聚的功能。鄭雪霏 (1996) 對休閒活動所下之定義為：在餘暇時間進行的活動，不求任何報酬，活動本身是一種享受。自發地去選擇參與自己喜愛的活動，從中得到滿足，以發展身心達到消除疲勞，獲得健康的目的。

陳定雄 (1994) 指出：『凡具有娛樂、遊戲、創造、保養、慰勞性質；並以解除疲勞、恢復體力、振奮精神、傷害復健、自我娛樂、善用閒暇、促進身心健康、增進社會關係、喚起工作意願、提升工作效率為目的，所從事之自由的、自願的、自動的、健康的、快樂的、有趣的、自我表現的、有益個人和社會的再造活動，皆稱為休閒活動』。

綜合上述，本研究偏重將休閒活動定義為排除工作時間以外的空暇時間，基於內在動機驅使，非強迫性的選擇適合個體本身興趣之各類活動。活動的種類包含動態與靜態方面，從參與活動的過程中獲得身心舒暢、精神與心靈滿足、體驗生活、豐富生活、增加生活情趣，促使生活更有意義與價值。

貳、休閒活動的類型

對於休閒活動的類型，學者分類的方式各不相同。羅明訓 (1999) 將休閒活動的類型分為：運動型、藝文型、實用

型、消遣型、社交型；張文禎（2002）把休閒活動區分成：遊憩類、體育類、知識類、技藝類、逸樂類及社交類；黃微如（2006）分為：知識性、娛樂性、技藝性、社交服務性、運動性、戶外性等。一般用來分類休閒活動主要有三種方法，分別為主觀分類法、因素分析法與多元尺度評定法（陳婉容，2002）。茲分述如下：

一、主觀分類法

依據研究目的，研究者主觀的認定，將某些具有共同特質的休閒活動進行適當的歸類並以特質稱之，目前大多依休閒活動內容相近者歸納為同一類。Garton, Harvey, & Price (2004) 將休閒活動類型分為五類，分別是社交類、螢幕類、運動類、冒險類、雜項。陳玉鳳（2004）則將休閒活動分為運動性、休憩性、社交性、知識性四類型。

二、因素分析法

依受試者所參與每個活動的頻率加以分類，並以參加活動頻率相似的，歸納為同一類。（黃意文，2004）將休閒活動類型分為九類，分別是遊覽性、生活性、文藝性、社交性、知識性、技藝性、家庭性、裝飾性、體能性。（林金城，2005）則將休閒活動分為五種類型，分別是體能性、知識性、娛樂性、藝術性、服務性。

三、多元尺度評定法

黃立賢（1996）指出，多元尺度評定法（MDS）即將所列出的活動兩兩配對，再由受試者從多組相對的休閒活動

中，依個人的知覺評定兩兩活動相似的程度，以分類出活動的類型。Brent 在 1975 年運用此法於休閒研究的分類上，將休閒活動分類為：主動性-被動性活動、個人-團體性活動、心智-非心智活動、室內-戶外活動等四類（余明書，2006）。此分類法的結果較為簡單、且效度高，但因此法問卷複雜，填答困難，因此使用者較少（張少熙，1994；羅明訓，1999）。

綜合以上相關文獻發現，休閒活動分類的方式會因研究對象、研究區域或研究重點的不同而有所差異，每種分類方法各有其目的、性質、功能及優、缺點，要選擇哪一種分類方法，就看研究者的研究重點為何去決定。透過主觀分類法來調查休閒活動的類型，可以瞭解各類型休閒活動的共同特質與彼此間的關聯性；因素分析法較為客觀，但無法清楚分辨休閒參與類型的特性，容易造成各活動類型間的關係混淆，為其缺點；而多元尺度評定法採兩兩配對，並由受試者評定兩種活動間的相似程度，問卷過於複雜、填答困難，較不易施行（呂有仁，2006）。

因此，本研究先採用因素分析法並透過文獻分析各研究者的分類向度後將休閒活動類型依陳玉鳳（2004）之分類，將休閒活動類型分為運動類、休憩類、社交類、知識類等四種休閒活動類型。

第三章 研究方法與步驟

本研究方法採用調查研究法及相關研究法。調查研究法在了解國小高年級學生體育學習風格及休閒活動類型的現況；相關研究法則在探討國小高年級學生體育學習風格對休閒活動類型之關係。

本章共分為六節闡述，第一節為研究架構；第二節為研究流程；第三節為研究程序；第四節為研究樣本；第五節為研究工具；第六節為資料處理與分析。

第一節 研究架構

依據研究假設，擬訂研究架構如圖 3-1，以作為研究進行之依據：

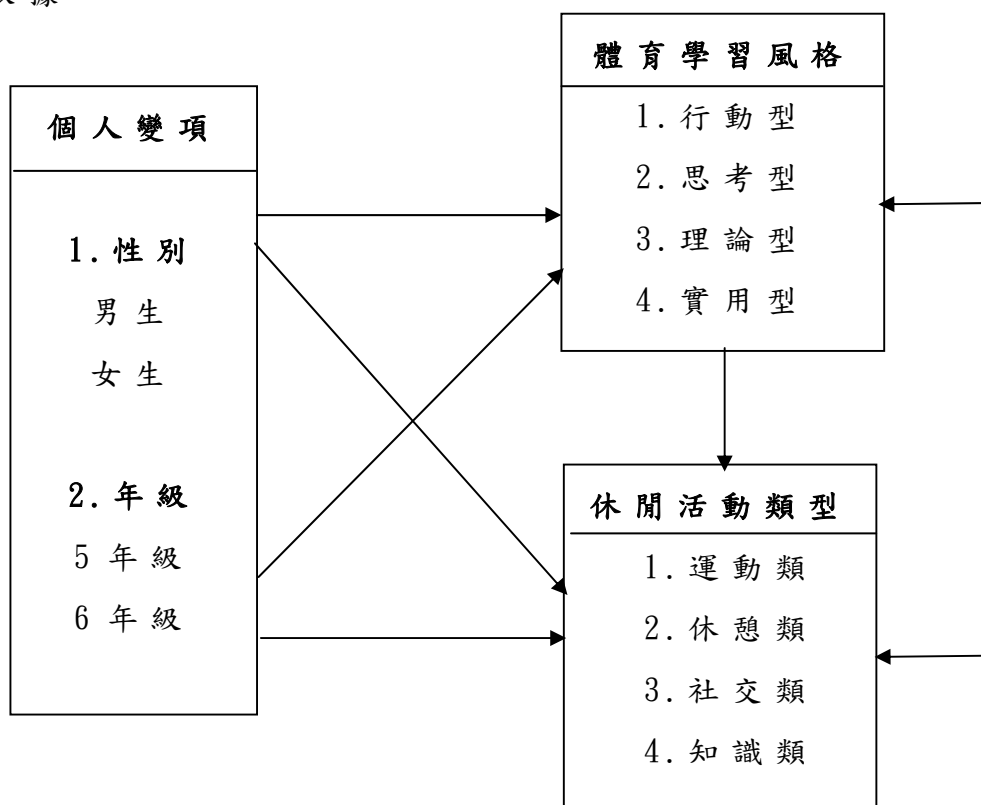


圖 3-1 研究架構圖

第二節 研究流程

本研究在研究前進行了解相關問題背景後決定研究主題，建立研究動機與研究目的，再確定研究範圍，蒐集相關文獻，建立研究架構後，編製電腦問卷以實施電腦問卷調查。然後，將資料整理分析與討論，提出研究結果與建議。研究流程繪製如下圖 3-2：

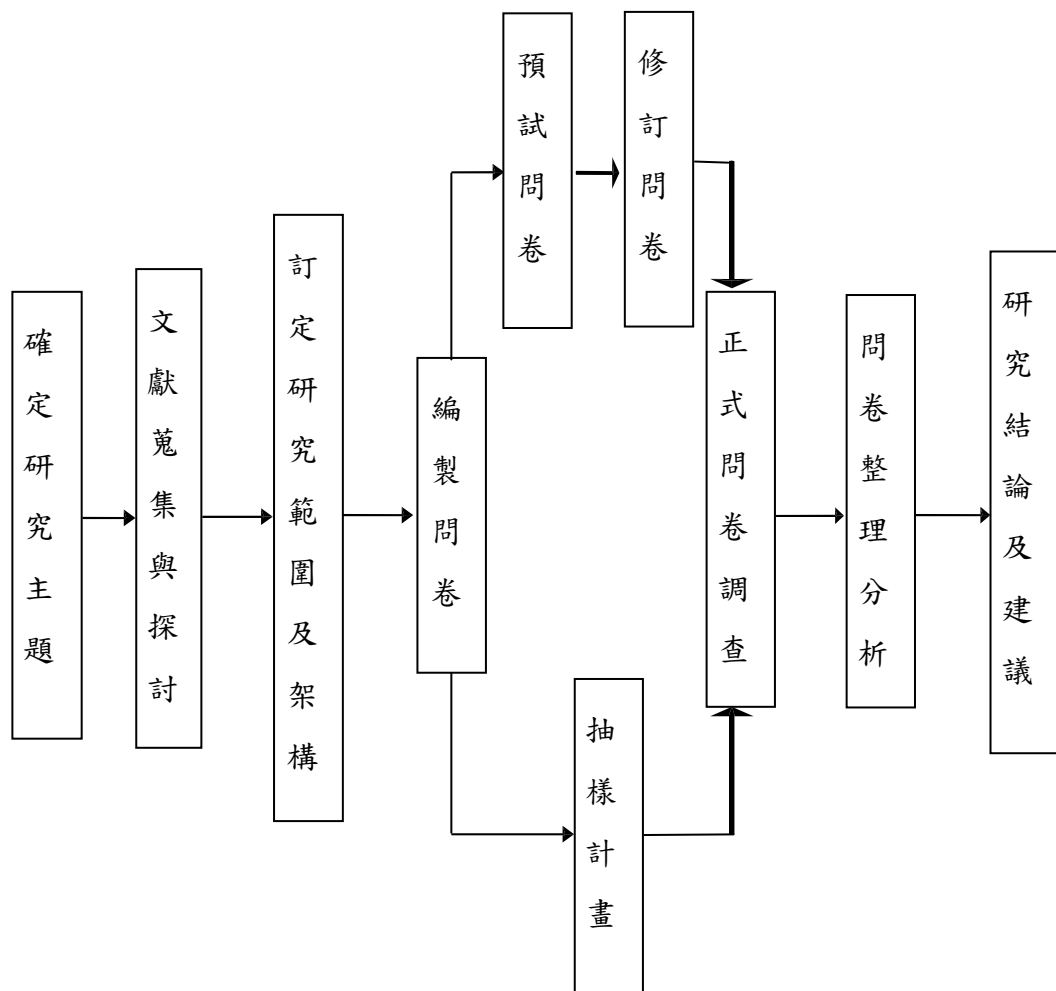


圖 3-2 研究流程圖

第三節 研究程序

本研究程序約分為五大部分，包括：一、準備階段；二、閱讀相關文獻；三、編製問卷；四、正式施測；五、問卷統計、資料分析、歸納研究結果及撰寫論文。

一、準備階段

蒐集相關文獻資料，包含學習風格以及休閒活動之相關資料及其現況等相關文獻，作為擬定研究題目及內容設計的參考，與指導教授討論、修訂後，確定研究主題。

二、閱讀相關文獻

確定研究主題後，閱讀相關文獻，擬定本研究架構與方法。

三、編製問卷

本問卷除了參考學習風格以及休閒活動之相關概念及其現況等相關文獻，並與指導教授討論，針對本研究主題編製成「國小高年級體育學習風格對休閒活動類型之研究調查問卷」。

四、正式施測

本研究屬於地區性研究，在考慮樣本代表性、研究需要及其限制，以臺中縣立清水國民小學 98 學年度高年級學生為主要研究對象，進行「國小高年級體育學習風格對休閒活動類型之研究」電腦問卷調查。

本研究為求提高學生電腦問卷的施測率並減少電腦問卷

施測可能遭遇的阻礙，事先於 2009 年 12 月初與本研究對象學校聯繫，請求給予協助。在取得各班老師及資訊組長同意協助後，隨即著手聯絡各班可施測的時間及該校電腦教室的空堂時間，以進行電腦問卷調查。經一一聯繫確認時間之後，2010 年 1 月初研究者親自與該校協助施測的老師說明實施目的與方法，先給予一份說明書，並實際線上操作讓老師了解整個電腦問卷的內容，以便在施測時可在旁指導學生填答。

各班可施測時間與電腦教室空堂上的配合安排好後，本電腦問卷調查於 2010 年 1 月 19 日全部作答完畢。其中該校的音樂班（5、6 年級各 1 班）因有活動無法配合，故最後受測班級為 5 年級 8 個班、6 年級 10 個班，共 18 個班，總計施測電腦問卷為 569 份。

本網路調查問卷每次以班級為單位施測完畢後，即關閉電腦問卷填答功能，直到下一班受測學生們於學校電腦教室各自電腦前就定位，經施測者講解本研究目的及網路填答程序後，才開啟電腦問卷填答功能，以避免有受測者重複填答本卷之無效問卷；另外，施測完畢後也會檢視電腦 IP 位址是否屬於該校電腦 IP 位址，以避免電腦問卷開啟施測過程中，有非本研究對象者進入填答。每次各班受測學生從進入電腦教室坐定位，經施測者講解完畢、開啟電腦問卷填答功能，到學生作答結束離開電腦教室，共計約 20-25 分鐘。

五、問卷統計、資料分析、歸納研究結果及撰寫論文

網路調查問卷所得資料經整理後，將有效電腦問卷加以分類處理、編碼、記分，並使用 SPSS for Windows 套裝軟體進行各項統計分析，再依據所得結果撰寫研究結果。

第四節 研究樣本

本研究以臺中縣立清水國民小學高年級學生為研究對象，研究母群體及抽樣方式分述如下：

一、母群體

本研究基於人力、經費、時間之限制，因此，問卷調查以臺中縣 98 學年度清水國民小學為本研究之母群體，研究對象則為清水國小高年級（5、6 年級）學生。

二、抽樣方法

以班級為單位，採叢集抽樣的方式進行樣本抽樣。除考量國小高年級學童對題目的理解能力，最好有老師可以在施測現場接受學生提問給予講解，以及人力、經費、時間之限制；還有，除了減少紙張浪費的環保概念外，也設定所有*之問題有提醒學生必答之功能，以提高有效問卷回收率，避免學生漏答情形，於是本研究採取電腦問卷施測。Sudman 認為，地區性的研究，平均樣本數在 500 到 1000 人之間較為適合（吳明清，1991），而本研究屬於地區性研究，在考慮樣本代表性、研究需要及其限制，以臺中縣立清水國民小學 98 學年度高年級學生為主要研究對象，進行「國小高年級體育學習風格對休閒活動類型之研究」電腦問卷調查。

本研究確定主要研究對象後，以電話訪問並透過關係請求同意及協助填寫本電腦問卷，然後著手連絡各班受測時間與該校電腦教室空堂時間的調配，以進行電腦問卷填答，5 年級 8 個班、6 年級 10 個班，共 18 個班，總計施測電腦問卷為 569 份。

第五節 研究工具

本研究採問卷調查法，對國小高年級學生的體育學習風格和休閒活動類型做實際狀況的了解，所施測的工具為「國小高年級學生體育學習風格對休閒活動類型之研究調查問卷」，如附錄一所示。本調查問卷的內容，第一部份為填答者的個人基本資料；第二部分為體育學習風格量表；第三部分則為休閒活動類型量表。本電腦問卷設定所有*之問題有提醒學生必答之功能，以避免學生漏答情形。茲說明如下：

壹、研究工具

蒐集相關文獻資料，包含體育學習風格以及休閒活動類型之相關概念及其現況等相關文獻，作為本研究建立研究架構之理論基礎。將蒐集到相關的文獻資料彙整，參考歸納編製成「國小高年級學生體育學習風格對休閒活動類型之研究調查問卷」，編製後，請學者專家檢視其內容是否恰當。

貳、主要內容

一、基本資料

- (一) 年級：分為國小 5 年級、6 年級等 2 類。
- (二) 性別：分為男生、女生等 2 類。

二、體育學習風格量表

本量表之設計，主要是參考陳春安（2004）以 Honey 與 Mumford (1989) 改編 Kolb 的學習風格量表 (Learning Style Questionnaire) 為主要理論架構，再依據本研究主題修訂改編為符合國小高年級體育實際學習情境的題目，共編擬 26

題。本量表採專家效度，敦請研究者服務學校實際教授體育課程的體育教師及專家學者檢視其內容是否恰當，經刪除、修改後剩下 20 題，而形成「體育學習風格量表」。體育學習風格量表包含：行動型、思考型、理論型及實用型等四個分量表，共計 20 題。

本量表包含不同體育學習風格類型的題目，每題皆有 5 個選項，請受試者根據自己上體育課及上完體育課後的實際情形與表現，依其實際的狀況程度及個人的看法，點選適合的選項。計分方式採李克特式 (Likert - scale) 五點計分量表，由「總是如此」、「經常如此」、「有時如此」、「偶爾如此」、「從未如此」，5 個等級反應，分別給予 5 分、4 分、3 分、2 分、1 分。

(一) 項目分析：本研究採用各題與總分之相關與決斷值 (CR) 進行項目分析，每題之相關係數達 .40 以上，且 t 值達顯著水準值才使用。從下表 3-1 分析得知，所有題目與總分之相關係數皆達顯著，試題具有鑑別度，為優良試題，故予以保留。

表 3-1 體育學習風格量表項目分析摘要表

題號	題目	與總分之相關	決斷值 (CR)
5	我對不熟悉的動作，會認真的重複練習	.72**	21.92**
6	我會遵照老師教學內容與方式做練習	.60**	15.31**
7	我會用不同的角度去觀察動作的過程	.68**	19.68**

接下頁

續表 3-1 體育學習風格量表項目分析摘要表

8	我會因順利學會動作而感到得意	.41**	10.17**
9	運動前我會有充足的準備（合適的穿著用具、暖身等）	.54**	13.30**
10	我樂於發現別人動作的優點	.62**	17.49**
11	對於高難度的動作，我會勇敢去嘗試	.62**	17.36**
12	我喜歡到人多的地方運動，可以表現自我	.57**	14.32**
13	我喜歡接觸奇特刺激的運動	.51**	14.37**
14	學習運動技巧不順利時，我會處之泰然（以平常心對待）並記取經驗去改進	.66**	18.62**
15	我喜歡將運動的好處與未來發展聯想在一起	.62**	17.61**
16	我認為只要不斷的練習，一定會有好的運動成績	.60**	16.34**
17	我對動作的表現經常要求要表現完美（最好的）	.65**	18.72**
18	我常自我訓練，例如：規律運動、按時休息、控制飲食	.58**	13.69**
19	我經常尋找更好、更實際的方法學習運動技巧	.72**	22.37**
20	我喜歡可以在生活中可以運用的運動項目	.62**	15.91**
21	即使運動成績不理想，也不會影響我的學習態度	.43**	10.17**
22	我喜歡實際從事運動多於只重理論（只會用嘴巴說）的人	.42**	10.21**
23	我會運用各種資源、方法學習運動技巧	.74**	24.42**
24	我會想知道運動技巧的實用性	.65**	18.58**

** $p < .01$

（二）相關分析：本部分旨在考驗「體育學習風格量表」之內在結構相關情形。

1.各向度與總量表之相關：由下表 3-2 得知，總量表與思考

型、實用型、理論型、行動型的相關程度依序為 .86、.59、.88 及 .83，均達顯著水準，顯示本量表內在結構良好。

表 3-2 體育學習風格量表各向度與總量表之相關

因素構面	思考型	實用型	理論型	行動型	總量表
思考型	1.00				
實用型	.68**	1.00			
理論型	.68**	.70**	1.00		
行動型	.61**	.86**	.62**	1.00	
總量表	.86**	.59**	.88**	.83**	1.00

** $p < .01$

2. 各題目與各向度之相關：由下表 3-3 得知，各題目與各向度均達顯著相關，可見各向度內之題目是適當的。

表 3-3 體育學習風格量表題目與各向度之相關

項目	題號	思考型	實用型	理論型	行動型
一	5	.78**			
	6	.69**			
	7	.75**			
	8	.48**			
	9	.64**			
二	10	.71**			
	19		.72**		
	20		.70**		
	21		.57**		
	22		.49**		
	23		.76**		
三	24		.73**		
	15			.72**	
	16			.73**	
	17			.73**	
	18			.68**	

接下頁

續表 3-3 體育學習風格量表題目與各向度之相關

	11	.79**
四	12	.72**
	13	.76**
	14	.62**

** $p < .01$

(三) 信度分析：本研究採 Cronbach α 內部一致性來考驗其信度，由下表 3-4 得知，思考型、實用型、理論型、行動型等 4 個分量表之信度依序為 .75、.73、.68、.70，體育學習風格量表整體信度為 .90，顯示本量表具有可接受的信度。

表 3-4 體育學習風格量表信度分析摘要表

題號	題目	向度	各向度 α 係數	總量表 α 係數
5	我對不熟悉的動作，會認真的重複練習	思考型	.75	.90
6	我會遵照老師教學內容與方式做練習			
7	我會用不同的角度去觀察動作的過程			
8	我會因順利學會動作而感到得意			
9	運動前我會有充足的準備（合適的穿著、用具、暖身等）	實用型	.73	
10	我樂於發現別人動作的優點			
19	我經常尋找更好、更實際的方法學習運動技巧			
20	我喜歡可以在生活中可以運用的運動項目			
21	即使運動成績不理想，也不會影響我的學習態度			

接下頁

續表 3-4 體育學習風格量表信度分析摘要表

22	我喜歡實際從事運動多於只重理論（只會用嘴巴說）的人		
23	我會運用各種資源、方法學習運動技巧		
24	我會想知道運動技巧的實用性		
15	我喜歡將運動的好處與未來發展聯想在一起	理	.68
16	我認為只要不斷的練習，一定會有好的運動成績	論	
17	我對動作的表現經常要求要表現完美（最好的）	型	
18	我常自我訓練，例如：規律運動、按時休息、控制飲食		
11	對於高難度的動作，我會勇敢去嘗試	行	.70
12	我喜歡到人多的地方運動，可以表現自我	動	
13	我喜歡接觸奇特刺激的運動	型	
14	學習運動技巧不順利時，我會處之泰然（以平常心對待）並記取經驗去改進		

三、休閒活動類型量表

本研究之休閒活動類型量表，先採因素分析法，並參考陳玉鳳（2004）研究問卷及分類，修訂改編成適合本研究之「休閒活動類型量表」。此部分包含不同休閒活動類型的項目，每題皆有 5 個選項，請受試者依實際參與休閒活動類型的程度及其個人的看法，點選適合的選項。計分方式採李克特式 (Likert - scale) 五點計分量表，由「經常參加」、「較常參加」、「有時參加」、「很少參加」、「不常參加」，5 個等級

反應，分別給予 5 分、4 分、3 分、2 分、1 分。預試問卷回收後，隨即進行統計分析，以考驗問卷之信度與效度。本量表共有 50 題，經分析結果如下所述：

(一) 項目分析：本研究採用各題與總分之相關與決斷值 (CR) 進行項目分析，每題之相關係數達 .40 以上，且 t 值達顯著水準值才使用。從下表 3-5 分析得知，第 28 題、第 45 題、第 49 題、第 51 題、第 53 題、第 54 題、第 55 題、第 63 題、第 71 題、第 74 題與總分之相關係數較低，故予以刪除。

表 3-5 休閒活動類型量表項目分析摘要表

題號	題目	與總分之相關	決斷值 CR
25	聽廣播	.41**	9.48*
26	閱讀雜誌書報	.47**	12.32*
27	逛書店	.49**	13.00*
28	上補習班 (包含才藝、課業)	.25	4.48*
29	去圖書館	.44**	10.23*
30	聽演講	.48**	11.36*
31	登山健行	.50**	12.84*
32	打桌球	.48**	10.61*
33	跳跳繩	.49**	10.73*
34	溜冰、滑板、滑草等	.53**	13.55*
35	游泳	.46**	12.68*
36	打保齡球	.53**	13.37*

接下頁

續表 3-5 休閒活動類型量表項目分析摘要表

37	打籃球	.47**	11.67**
38	打排球	.63**	15.60**
39	踢足球	.57**	16.59**
40	足壘球	.59**	15.89**
41	棒（壘）球	.52**	13.03**
42	打羽球	.42**	10.71**
43	跳土風舞、街舞等	.49**	10.21**
44	慢跑	.45**	10.74**
45	騎腳踏車	.34	6.61**
46	訪友交誼（到同學家拜訪、玩）	.56**	16.49**
47	參加社團活動	.53**	14.50**
48	和朋友一起討論最新流行穿著及打扮	.51**	13.11**
49	看電視、錄影帶	.34	7.09**
50	逛街	.50**	12.22**
51	發呆、休息	.32	6.34**
52	寫信（E-mail）	.56**	16.39**
53	上網咖	.37	6.04**
54	在家打電動	.33	7.62**
55	打電腦、上網	.30	6.41**
56	收集東西（集郵、明星照、娃娃等）	.47**	11.28**
57	玩撲克牌	.49**	10.76**
58	散步	.54**	13.94**
59	參觀名勝旅遊	.60**	17.87**

接下頁

續表 3-5 休閒活動類型量表項目分析摘要表

60	到電影院看電影	.61**	17.33**
61	樂器演奏	.50**	12.46**
62	歌唱（獨唱、卡拉OK、KTV）	.53**	15.06**
63	飼養小動物	.37	8.42**
64	參加明星簽唱會	.56**	13.16**
65	棋藝活動（象棋、圍棋、跳棋等）	.49**	12.54**
66	和同學一起去吃東西、喝飲料、聊天	.54**	15.08**
67	拍照、攝影	.59**	16.53**
68	遊蕩（到處閒逛）	.50**	12.43**
69	釣魚（蝦）	.51**	10.06**
70	看漫畫、小說	.50**	12.97**
71	小睡（睡大頭覺）	.33	6.44**
72	郊遊野餐	.66**	22.50**
73	露營	.60**	16.49**
74	吃零食	.23	4.21**

** $p < .01$

（二）因素分析：本研究量表表 3-5 休閒活動類型共 50 題，經項目分析後，刪除第 28 題、第 45 題、第 49 題、第 51 題、第 53 題、第 54 題、第 55 題、第 63 題、第 71 題、第 74 題，剩下 40 題進行因素分析，以建構量表的效度。本研究採用主成分分析法（Principal Component Analysis），再以最大變異法 Varimax 正交轉軸萃取因素，其中第 35 題、第 42 題、第 68 題、第 70 題因素的負荷量低於 .30，故予以刪除，剩下 36

題。從下表 3-6 分析得知，休閒活動類型量表轉軸後萃取 4 個因素，經檢視各因素內之題目後，將其分別命名為運動類、休憩類、社交類、知識類，累積解釋變異量數為 44.56%，顯示可能還有其他的因素存在。

表 3-6 休閒活動類型量表因素分析摘要表

題號	休閒活動類型 評量因素	因素 負荷 量	解釋 變異量 %	累積解 釋變異 量	因素 命名
32	打桌球	.39	15.08	15.08	運 動 類
34	溜冰、滑板、滑草等	.42			
36	打保齡球	.49			
37	打籃球	.56			
38	打排球	.55			
39	踢足球	.46			
40	足壘球	.60			
41	棒（壘）球	.56			
29	去圖書館	.46	12.85	27.93	休 憩 類
30	聽演講	.34			
31	登山健行	.37			
33	跳跳繩	.39			
44	慢跑	.47			
47	參加社團活動	.32			
57	玩撲克牌	.35			
58	散步	.50			

接下頁

續表 3-6 休閒活動類型量表因素分析摘要表

65	棋藝活動（象棋、圍棋、跳棋等）	.35			
43	跳土風舞、街舞等	.41	10.02	37.95	社
46	訪友交誼（到同學家拜訪、玩）	.42			交
48	和朋友一起討論最新流行穿著及打扮	.50			類
50	逛街	.51			
52	寫信（E-mail）	.41			
56	收集東西（集郵、明星照、娃娃等）	.42			
59	參觀名勝旅遊	.50			
60	到電影院看電影	.51			
62	歌唱（獨唱、卡拉OK、KTV）	.41			
64	參加明星簽唱會	.42			
66	和同學一起去吃東西、喝飲料、聊天	.50			
67	拍照、攝影	.51			
69	釣魚（蝦）	.41			
73	露營	.42			
72	郊遊野餐	.50			
43	跳土風舞、街舞等	.51			
25	聽廣播	.35	6.61	44.56	知
26	閱讀雜誌書報	.38			識
27	逛書店	.60			類
61	樂器演奏	.58			

（一）相關分析：本部分旨在考驗「休閒活動類型量表」之內在結構相關情形。

1.各向度與總量表之相關：由表 3-7 得知，總量表與運動類、休憩類、社交類、知識類的相關程度依序為 .80、.66、.85、.85 及 .78，均達顯著水準，顯示本量表內在結構良好。

表 3-7 休閒活動類型量表各向度與總量表之相關

因素構面	運動類	休憩類	社交類	知識類	總量表
運動類	1.00				
休憩類	.59**	1.00			
社交類	.60**	.84**	1.00		
知識類	.42**	.54**	.55**	1.00	
總量表	.80**	.66**	.85**	.78**	1.00

** $p < .01$

2.各題目與各向度之相關：由下表 3-8 得知，各題目與各向度均達顯著相關，可見各向度內之題目是適當的。

表 3-8 休閒活動類型量表題目與各向度之相關

項目	題號	運動類	休憩類	社交類	知識類
一	32	.62**			
	34	.65**			
	36	.64**			
	37	.68**			
	38	.73**			
	39	.76**			
	40	.76**			
	41	.75**			
二	29		.62**		
	30		.61**		
	31		.63**		
	33		.63**		
	44		.62**		
	47		.61**		
	57		.56**		
	58		.66**		
	65		.59**		

接下頁

續表 3-8 休閒活動類型量表題目與各向度之相關

	43	.55**	
	46	.61**	
	48	.65**	
	50	.58**	
	52	.53**	
	56	.56**	
	59	.63**	
三	60	.66**	
	62	.61**	
	64	.64**	
	66	.61**	
	67	.64**	
	69	.54**	
	72	.70**	
	73	.66**	
	11		.66**
四	12		.79**
	13		.74**
	14		.65**

** $p < .01$

(二) 信度分析：本研究採 Cronbach α 內部一致性來考驗其信度，由表 3-9 得知，運動類、休憩類、社交類、知識類等 4 個分量表之信度依序為 .85、.79、.88、.67，休閒活動類型量表整體信度為 .93，顯示本量表具有可接受的信度。

表 3-9 休閒活動類型量表信度分析摘要表

題號	題目	向度	各向度 α 係數	總量表 α 係數
32	打桌球	運	.85	.93
34	溜冰、滑板、滑草等	動		

接下頁

續表 3-9 休閒活動類型量表信度分析摘要表

36	打保齡球	類	
37	打籃球		
38	打排球		
39	踢足球		
40	足壘球		
41	棒（壘）球		
29	去圖書館	休	.79
30	聽演講	憩	
31	登山健行	類	
33	跳跳繩		
44	慢跑		
47	參加社團活動		
57	玩撲克牌		
58	散步		
65	棋藝活動（象棋、圍棋、跳棋等）		
43	跳土風舞、街舞等	社	.88
46	訪友交誼（到同學家拜訪、玩）	交	
48	和朋友一起討論最新流行穿著及 打扮	類	
50	逛街		
52	寫信（E-mail）		
56	收集東西（集郵、明星照、娃娃等）		
59	參觀名勝旅遊		
60	到電影院看電影		

接下頁

續表 3-9 休閒活動類型量表信度分析摘要表

62	歌唱（獨唱、卡拉OK、KTV）		
64	參加明星簽唱會		
66	和同學一起去吃東西、喝飲料、聊天		
67	拍照、攝影		
69	釣魚（蝦）		
73	露營		
72	郊遊野餐		
25	聽廣播	知	.67
26	閱讀雜誌書報	識	
27	逛書店	類	
61	樂器演奏		

第六節 資料處理與分析

本網路調查問卷以受測班級為單位施測完畢後，首先將有效樣本編碼，再以 SPSS for Windows 12.0 中文版套裝軟體進行各項統計分析與考驗。茲將本研究所採用之統計方法說明如下：

一、描述統計

採用平均數、標準差，以描述受試者基本資料、體育學習風格及休閒活動類型分布情形；並以體育學習風格各分量表及休閒活動類型各分量表中，平均數得分最高者，來進行每位受試者之體育學習風格及休閒活動類型的分類。

二、單因子變異數分析 (one-way ANOVA)

以單因子變異數分析來考驗不同年級、性別的國小高年級學生在體育學習風格、休閒活動類型各層面上，其平均數差異是否達顯著水準。

三、皮爾森積差相關 (Pearson product-moment correlation)

用來顯示國小高年級學生的體育學習風格（行動型、思考型、理論型、實用型）、休閒活動類型（運動類、休憩類、社交類、知識類）變項的得分中，任意二者的相關情形。

四、統計顯著水準

本研究顯著水準訂為 $\alpha = .05$ 。

第四章 研究結果與討論

本章針對研究對象調查所獲得的資料，進行分析討論，並驗證各項研究假設。本章共分為四節：第一節為有效樣本特性分析；第二節為體育學習風格差異分析；第三節為休閒活動類型差異分析；第四節為體育學習風格、休閒活動類型間的相關情形等四個部分進行分析討論之。

第一節 有效樣本特性分析

本節根據電腦問卷回收之有效問卷的樣本基本資料部分，內容包括有效樣本總數、學生不同年級、性別等以次數分配、及百分比等描述性統計方法，分別陳述樣本特性。

壹、有效樣本總數

本研究屬於地區性研究，在考慮樣本代表性、研究需要及其限制，以臺中縣立清水國民小學 98 學年度高年級學生為主要研究對象，進行「國小高年級體育學習風格對休閒活動類型之研究」電腦問卷調查。

其中該校的音樂班（5、6 年級各 1 班）因有活動無法配合，故最後受測班級為 5 年級 8 個班、6 年級 10 個班，共 18 個班，總計施測電腦問卷為 569 份，有效問卷共計 569 份，總計有效回收率為 100%。

貳、就學生不同年級而言

由下頁表 4-1 可看出有效樣本中，5 年級學生共計 241 人，佔有效樣本 42%；6 年級學生共計 328 人，佔有效樣本 58%。

表 4-1 不同年級學生有效樣本資料統計表

人口變數	年級	人數	百分比
學生 就讀年級	5年級	241	42
	6年級	328	58
	總計	569	100

參、就學生不同性別而言

由表 4-2 可看出有效樣本中，男學生共計 312 人，佔有效樣本 55%；女學生共計 257 人，佔有效樣本 45%。

表 4-2 不同性別學生有效樣本資料統計表

人口變數	性別	人數	百分比
不同性別 學生	男學生	312	55
	女學生	257	45
	總計	569	100

第二節 體育學習風格差異分析

本節主要目的以運用描述統計瞭解學生體育學習風格之現況，並運用單因子變異數分析之差異考驗方法，分別比較國小高年級學生體育學習風格中思考型、實用型、理論型、行動型等 4 個因素，在不同年級、性別的差異情形，進而瞭解受試樣本在體育學習風格各因素上是否有差異存在。

以下將分別為國小高年級學生體育學習風格在不同就讀年級、不同學生性別之差異考驗進行探討。

壹、體育學習風格量表整體分析

表 4-3 體育學習風格量表整體分析統計表

題號	題目	平均得分	標準差
5	我對不熟悉的動作，會認真的重複練習	3.09	1.20
6	我會遵照老師教學內容與方式做練習	3.84	1.11
7	我會用不同的角度去觀察動作的過程	3.14	1.22
8	我會因順利學會動作而感到得意	2.99	1.37
9	運動前我會有充足的準備（合適的穿著、用具、暖身等）	3.89	1.18
10	我樂於發現別人動作的優點	3.36	1.26
11	對於高難度的動作，我會勇敢去嘗試	3.47	1.30
12	我喜歡到人多的地方運動，可以表現自我	2.61	1.38
13	我喜歡接觸奇特刺激的運動	3.22	1.45
14	學習運動技巧不順利時，我會處之泰然（以平常心對待）並記取經驗去改進	3.47	1.17
15	我喜歡將運動的好處與未來發展聯想在一起	3.13	1.35
16	我認為只要不斷的練習，一定會有好的運動成績	3.75	1.23
17	我對動作的表現經常要求要表現完美（最好的）	3.20	1.28
18	我常自我訓練，例如：規律運動、按時休息、控制飲食	3.33	1.21

接下頁

續表 4-3 體育學習風格量表整體分析統計表

19	我經常尋找更好、更實際的方法學習運動技巧	3.43	1.24
20	我喜歡可以在生活中可以運用的運動項目	3.69	1.22
21	即使運動成績不理想，也不會影響我的學習態度	3.45	1.40
22	我喜歡實際從事運動多於只重理論（只會用嘴巴說）的人	2.58	1.42
23	我會運用各種資源、方法學習運動技巧	3.54	1.21
24	我會想知道運動技巧的實用性	3.75	1.26
	平均得分	3.35	

從資料分析得知，國小高年級學生體育學習風格量表整體平均得分為 3.35（介於有時如此與經常如此之間），在體育學習風格因素上，我會因順利學會動作而感到得意、我喜歡到人多的地方運動，可以表現自我、我喜歡實際從事運動多於只重理論（只會用嘴巴說）的人等因素之平均得分偏低（小於 3），因此，學生體育學習風格，較不受以上這幾個因素所影響；而我會遵照老師教學內容與方式做練習、運動前我會有充足的準備（合適的穿著、用具、暖身等）、我認為只要不斷的練習，一定會有好的運動成績、我喜歡可以在生活中可以運用的運動項目、我會運用各種資源、方法學習運動技巧、我會想知道運動技巧的實用性等因素之平均得分較高（大於 3.5），以上則為影響學生體育學習風格的因素。

貳、不同年級學生體育學習風格之現況分析

以體育學習風格各分量表中，平均數得分最高者，來進行每位受試學生之體育學習風格類型的分類：思考型、實用型、理論型、行動型；而平均數得分無明顯差異類型的學生，則以綜合型稱之。

一、結果

表 4-4 不同年級學生在體育學習風格類型之次數分配與百分比

	體育學習 風格類型	男生人數 (百分比)	女生人數 (百分比)	合計人數 (百分比)
5 年級 學生	1 思考型	20(15.38%)	30(27.03%)	50(20.75%)
	2 實用型	29(22.31%)	20(18.02%)	49(20.33%)
	3 理論型	26(20.00%)	24(21.62%)	50(20.75%)
	4 行動型	32(24.62%)	18(16.22%)	50(20.75%)
	5 綜合型	23(17.69%)	19(17.12%)	42(17.43%)
	合計人數 (百分比)	130(53.94%)	111(46.06%)	241(100.00%)
6 年級 學生	1 思考型	37(20.33%)	42(28.77%)	79(24.09%)
	2 實用型	50(27.47%)	34(23.29%)	84(25.61%)
	3 理論型	35(19.23%)	30(20.55%)	65(19.82%)
	4 行動型	27(14.84%)	15(10.27%)	42(12.8%)
	5 綜合型	33(18.13%)	25(17.12%)	58(17.68%)
	合計人數 (百分比)	182(55.49%)	146(44.51%)	328(100.00%)

接下頁

續表 4-4 不同年級學生在體育學習風格類型之次數分配與百分比

5、6 年級 學生	1 思考型	57(18.27%)	72(28.02%)	129(22.67%)
	2 實用型	79(25.32%)	54(21.01%)	133(23.37%)
	3 理論型	61(19.55%)	54(21.01%)	115(20.21%)
	4 行動型	59(18.91%)	33(12.84%)	92(16.17%)
	5 綜合型	56(17.95%)	44(17.12%)	100(17.57%)
	合計人數 (百分比)	312(54.83%)	257(45.17%)	569(100.00%)

二、分析討論

(一) 由表 4-4 顯示，5 年級學生在不同體育學習風格類型上，以綜合型較少之外，其他 4 類型的分配大致上差不多；6 年級學生在不同體育學習風格類型上，以實用型最多，其次為思考型、理論型、綜合型，最少為行動型。其中 6 年級學生在實用型與思考型上明顯高於 5 年級學生。而全部受試學生在不同體育學習風格類型上，則以實用型最多，其次為思考型、理論型、綜合型，最少為行動型。

(二) 探究其原因，可能是國小高年級學生在體育學習風格上較偏好以實用、於平時生活中即可練習運用為主；其次則是會去思考、理論性的運用學習；但國小高年級學生體育學習風格在行動力上似乎較弱、較缺乏勇於自我主動嘗試。

參、體育學習風格在不同年級學生之因素分析

一、結果

表 4-5 體育學習風格在不同年級學生之單因子變異數分析
結果摘要表

類型	年級	人數	平均得分	標準差	F 值
思考型	5 年級	241	3.53	.80	14.28*
	6 年級	328	3.27	.82	
實用型	5 年級	241	3.55	.80	12.26*
	6 年級	328	3.30	.87	
理論型	5 年級	241	3.52	.84	14.14*
	6 年級	328	3.23	.93	
行動型	5 年級	241	3.40	.97	20.17*
	6 年級	328	3.04	.93	

* $p < .05$

二、分析討論

(一) 不同年級之國小高年級學生體育學習風格，從分析表 4-5 中得知，在思考型、實用型、理論型、行動型等因素上，5、6 年級學生皆有顯著差異。由表 4-5 得知 5 年級學生在各項體育學習風格分量表之平均得分皆高於 6 年級學生。

(二) 此研究結果與陳春安(2004)體育學習風格量表之編製研究結果相似。探究其原因，可能與 5、6 年級課程安排難易度有關，一般而言，5 年級學生在各項體育課程安排上技巧較為簡單、遊戲性較高，學生學習興趣較濃厚，體育學習風格容易因人而異；而 6 年級在各項體育課程安排上技巧性較高、較為複雜，因此，平均得分較 5 年級學生低。

肆、不同性別學生體育學習風格之現況分析

以體育學習風格各分量表中，平均數得分最高者，來進行每位受試學生之體育學習風格類型的分類：思考型、實用型、理論型、行動型；而平均數得分無明顯差異類型的學生，則以綜合型稱之。

一、結果

表 4-6 不同性別學生在體育學習風格類型之次數分配與百分比

	體育學習 風格類型	男生人數 (百分比)	女生人數 (百分比)	合計人數 (百分比)
5 年級 學生	1 思考型	20(15.38%)	30(27.03%)	50(20.75%)
	2 實用型	29(22.31%)	20(18.02%)	49(20.33%)
	3 理論型	26(20.00%)	24(21.62%)	50(20.75%)
	4 行動型	32(24.62%)	18(16.22%)	50(20.75%)
	5 綜合型	23(17.69%)	19(17.12%)	42(17.43%)
	合計人數 (百分比)	130(53.94%)	111(46.06%)	241(100.00%)
6 年級 學生	1 思考型	37(20.33%)	42(28.77%)	79(24.09%)
	2 實用型	50(27.47%)	34(23.29%)	84(25.61%)
	3 理論型	35(19.23%)	30(20.55%)	65(19.82%)
	4 行動型	27(14.84%)	15(10.27%)	42(12.8%)
	5 綜合型	33(18.13%)	25(17.12%)	58(17.68%)
	合計人數 (百分比)	182(55.49%)	146(44.51%)	328(100.00%)

接下頁

續表 4-6 不同性別學生在體育學習風格類型之次數分配與百分比

5、6 年級 學生	1 思考型	57(18.27%)	72(28.02%)	129(22.67%)
	2 實用型	79(25.32%)	54(21.01%)	133(23.37%)
	3 理論型	61(19.55%)	54(21.01%)	115(20.21%)
	4 行動型	59(18.91%)	33(12.84%)	92(16.17%)
	5 綜合型	56(17.95%)	44(17.12%)	100(17.57%)
	合計人數 (百分比)	312(54.83%)	257(45.17%)	569(100.00%)

二、分析討論

(一) 由表 4-6 顯示，男學生在不同體育學習風格類型上，以實用型最多，其次為理論型、行動型、思考型，最少為綜合型；女學生在不同體育學習風格類型上，以思考型最多，其次為實用型、理論型、綜合型，最少為行動型。其中，男學生的實用型高於女學生，而女學生之思考型更是明顯高於男學生。而全部受試學生在不同體育學習風格類型上，則以實用型最多，其次為思考型、理論型、綜合型，最少為行動型。

(二) 探究其原因，可能與性別不同的性格特性有關。國小男學生在體育學習風格上較偏好以實用、於平時生活中即可練習運用為主；其次理論型則是認為不斷練習即會有好成績；加上勇於嘗試、並願意接觸奇特刺激的活動的行動型特性。但國小女學生在體育學習風格上較偏好以遵循老師教學內容及方式的思考型為主；其次是偏好以實用、於平時生活中即可練習運用為主；最後，女學生較不敢嘗試、且願意接

觸奇特刺激的活動的行動型特性較低。

伍、不同性別學生體育學習風格之因素分析

一、結果

表 4-7 體育學習風格在不同性別學生之單因子變異數分析結果摘要表

類型	性別	人數	平均數	標準差	F 值
思考型	男學生	312	3.29	0.86	10.05*
	女學生	257	3.50	0.75	
實用型	男學生	312	3.41	0.85	.02
	女學生	257	3.40	0.85	
理論型	男學生	312	3.33	0.92	.31
	女學生	257	3.38	0.89	
行動型	男學生	312	3.25	0.99	2.74
	女學生	257	3.12	0.93	

* $p < .05$

二、分析討論

(一) 不同性別之國小高年級學生體育學習風格，從分析表 4-7 中得知，不同性別學生在各項體育學習風格分量表在思考型上有顯著差異，實用型、理論型、行動型等因素上，不同性別學生則無顯著差異。

(二) 此研究結果與陳春安(2004)體育學習風格量表之編製研究結果，女學生的「思考型」學習風格分量表之平均得分高於男學生相似。探究其原因，國小女學生在體育學習風格上較偏好以遵循老師教學內容及方式的思考型為主；國小男學生則比較勇於嘗試、並願意接觸奇特刺激的活動、並表

現自我的特性。

第三節 休閒活動類型差異分析

本節主要目的以運用描述統計瞭解學生休閒活動類型之現況，並運用單因子變異數分析之差異考驗方法，分別比較國小高年級學生休閒活動類型中運動類、休憩類、社交類、知識類等 4 個因素，在不同年級、性別的差異情形，進而瞭解受試樣本在體育學習風格各因素上是否有差異存在。

以下將分別為國小高年級學生休閒活動類型在不同就讀年級、不同學生性別之差異考驗進行探討。

壹、學生休閒活動類型量表整體分析

表 4-8 休閒活動類型量表整體分析統計表

題號	題目	平均得分	標準差
25	聽廣播	2.41	1.18
26	閱讀雜誌書報	3.00	1.08
27	逛書店	2.83	1.11
29	去圖書館	2.92	1.01
30	聽演講	2.29	1.04
31	登山健行	2.60	1.10
32	打桌球	2.12	1.12
33	跳跳繩	2.83	1.07
34	溜冰、滑板、滑草等	1.99	1.13

接下頁

續表 4-8 休閒活動類型量表整體分析統計表

36	打保齡球	2.00	1.16
37	打籃球	2.85	1.10
38	打排球	2.01	1.09
39	踢足球	2.27	1.13
40	足壘球	1.99	1.11
41	棒（壘）球	2.27	1.21
43	跳土風舞、街舞等	1.48	0.94
44	慢跑	3.08	1.02
46	訪友交誼（到同學家拜訪、玩）	2.37	1.22
47	參加社團活動	2.57	1.19
48	和朋友一起討論最新流行穿著及打扮	2.12	1.19
50	逛街	2.99	1.12
52	寫信（E-mail）	2.42	1.24
56	收集東西（集郵、明星照、娃娃等）	2.31	1.24
57	玩撲克牌	3.22	0.97
58	散步	3.02	1.04
59	參觀名勝旅遊	2.56	1.16
60	到電影院看電影	2.86	1.04
61	樂器演奏	2.27	1.17
62	歌唱（獨唱、卡拉 OK、KTV）	2.12	1.20
64	參加明星簽唱會	1.59	1.00
65	棋藝活動（象棋、圍棋、跳棋等）	2.47	1.24
66	和同學一起去吃東西、喝飲料、聊天	2.89	1.14

接下頁

續表 4-8 休閒活動類型量表整體分析統計表

67 拍照、攝影	2.34	1.18
69 釣魚(蝦)	1.68	1.06
72 郊遊野餐	2.21	1.17
73 露營	1.98	1.14
平均得分	2.41	

從資料分析得知，國小高年級學生休閒活動類型量表整體平均得分為 2.41（介於很少參加與有時參加之間），在休閒活動類型因素上，溜冰、滑板、滑草等、足壘球、跳土風舞、街舞等、參加明星簽唱會、釣魚(蝦)、露營等因素之平均得分偏低（小於 2），因此，學生休閒活動類型，較不受以上這幾個因素所影響；而閱讀雜誌書報、逛書店、去圖書館、登山健行、跳跳繩、打籃球、慢跑、參加社團活動、逛街、玩撲克牌、散步、參觀名勝旅遊、到電影院看電影、和同學一起去吃東西、喝飲料、聊天等因素之平均得分較高（大於 2.5），以上則為影響學生休閒活動類型的因素。

貳、不同年級學生休閒活動類型之現況分析

以休閒活動類型各分量表中，平均數得分最高者，來進行每位受試學生之休閒活動類型的分類：運動類、休憩類、社交類、知識類；而平均數得分無明顯差異類型的學生，則以混合類稱之。

一、結果

表 4-9 不同年級學生在休閒活動類型之次數分配與百分比

休閒活動		男生人數	女生人數	合計人數
類型		(百分比)	(百分比)	(百分比)
5 年級 學生	1 運動類	50(38.46%)	29(26.13%)	79(32.78%)
	2 休憩類	20(15.38%)	30(27.03%)	50(20.75%)
	3 社交類	20(15.38%)	18(16.22%)	38(15.77%)
	4 知識類	31(23.85%)	26(23.42%)	57(23.65%)
	5 混合類	9(6.92%)	8(7.21%)	17(7.05%)
	合計人數 (百分比)	130(53.94%)	111(46.06%)	241(100.00%)
6 年級 學生	1 運動類	65(35.71%)	40(27.40%)	105(32.01%)
	2 休憩類	22(12.09%)	36(24.66%)	58(17.68%)
	3 社交類	39(21.43%)	32(21.92%)	71(21.65%)
	4 知識類	37(20.33%)	27(18.49%)	64(19.51%)
	5 混合類	19(10.44%)	11(7.53%)	30(9.15%)
	合計人數 (百分比)	182(55.49%)	146(44.51%)	328(100.00%)
5、6 年級 學生	1 運動類	115(36.86%)	69(26.85%)	184(32.34%)
	2 休憩類	42(13.46%)	66(25.68%)	108(18.98%)
	3 社交類	59(18.91%)	50(19.46%)	109(19.16%)
	4 知識類	68(21.79%)	53(20.62%)	121(21.27%)
	5 混合類	28(8.97%)	19(7.39%)	47(8.26%)
	合計人數 (百分比)	312(54.83%)	257(45.17%)	569(100.00%)

二、分析討論

(一) 由表 4-9 顯示，5 年級學生在不同休閒活動類型上，以運動類最多，其次為知識類、休憩類、社交類，最少為混合類；6 年級學生在不同休閒活動類型上，以運動類最多，其次為休憩類、社交類、知識類，最少為混合類；而全部受試學生在不同休閒活動類型上，則以運動類最多，其次為知識類、社交類、休憩類，最少為混合類。

(二) 由上述可知國小 5、6 年級學生在休閒活動類型上皆較偏好運動類，此研究結果與羅明訓 (1999) 桃園縣國小六年級學生休閒活動之調查研究、李三煌 (2003) 臺北市內湖區國小高年級學童休閒活動之研究結果相似。另外，在社交類型上，6 年級學生明顯高於 5 年級學生，究其原因，可能是因為 6 年級學生較 5 年級學生，此階段的發展更需要同儕的支持與認同。最後，由表 4-9 結果顯示，兒童最常做的休閒活動仍以生活周遭容易接觸的、花費較少，而且不需太多設備的運動類和知識類休閒活動類型為主，而休憩類和社交類休閒活動類型較少。

參、不同年級學生休閒活動類型之因素分析

一、結果

表 4-10 休閒活動類型在不同年級學生之單因子變異數分析結果摘要表

類型	年級	人數	平均得分	標準差	F 值
運動類	5 年級	241	2.33	0.79	12.69**
	6 年級	328	2.09	0.78	

接下頁

續表 4-10 休閒活動類型在不同年級學生之單因子變異數
分析結果摘要表

休憩類	5年級	241	2.90	0.64	14.39**
	6年級	328	2.69	0.66	
社交類	5年級	241	2.36	0.70	7.41**
	6年級	328	2.20	0.68	
知識類	5年級	241	2.77	0.77	13.37**
	6年級	328	2.52	0.81	

** $p < .01$

二、分析討論

(一) 不同年級之國小高年級學生休閒活動類型，從分析表 4-5 中得知，在運動類、休憩類、社交類、知識類等因素上，5、6 年級學生皆有顯著差異。由表 4-10 得知 5 年級學生在各項休閒活動類型分量表之平均得分皆高於 6 年級學生。

(二) 此研究結果與蔡素琴 (1993)、李素馨 (1997)、張文禎 (2002) 的研究顯示整體休閒參與和各項休閒活動類型均達顯著差異的結果相似。探究其原因，可能與 5、6 年級課業壓力高低有關，一般而言，6 年級課業壓力本來就較 5 年級為重，再加上有些學生提早去補習準備考所謂較好的國中明星學校，因此，6 年級學生在各項休閒活動類型分量表之平均得分皆低於 5 年級學生。

肆、不同性別學生休閒活動類型之現況分析

以休閒活動類型各分量表中，平均數得分最高者，來進行每位受試學生之休閒活動類型的分類：運動類、休憩類、

社交類、知識類；而平均數得分無明顯差異類型的學生，則以混合類稱之。

一、結果

表 4-11 不同性別學生在休閒活動類型之次數分配與百分比

	休閒活動 類型	男生人數 (百分比)	女生人數 (百分比)	合計人數 (百分比)
5 年級 學生	1 運動類	50(38.46%)	29(26.13%)	79(32.78%)
	2 休憩類	20(15.38%)	30(27.03%)	50(20.75%)
	3 社交類	20(15.38%)	18(16.22%)	38(15.77%)
	4 知識類	31(23.85%)	26(23.42%)	57(23.65%)
	5 混合類	9(6.92%)	8(7.21%)	17(7.05%)
	合計人數 (百分比)	130(53.94%)	111(46.06%)	241(100.00%)
6 年級 學生	1 運動類	65(35.71%)	40(27.40%)	105(32.01%)
	2 休憩類	22(12.09%)	36(24.66%)	58(17.68%)
	3 社交類	39(21.43%)	32(21.92%)	71(21.65%)
	4 知識類	37(20.33%)	27(18.49%)	64(19.51%)
	5 混合類	19(10.44%)	11(7.53%)	30(9.15%)
	合計人數 (百分比)	182(55.49%)	146(44.51%)	328(100.00%)
5、6 年級 學生	1 運動類	115(36.86%)	69(26.85%)	184(32.34%)
	2 休憩類	42(13.46%)	66(25.68%)	108(18.98%)
	3 社交類	59(18.91%)	50(19.46%)	109(19.16%)

接下頁

續表 4-11 不同性別學生在休閒活動類型之次數分配與百分比

4 知識類	68(21.79%)	53(20.62%)	121(21.27%)
5 混合類	28(8.97%)	19(7.39%)	47(8.26%)
合計人數 (百分比)	312(54.83%)	257(45.17%)	569(100.00%)

二、分析討論

(一) 由表 4-11 顯示，男學生在不同休閒活動類型上，以運動類最多，其次為知識類、社交類、休憩類，最少為混合類；女學生在不同休閒活動類型上，以運動類最多，其次為休憩類、社交類、知識類，最少為混合類。其中，男學生在運動類上明顯高於女學生，而女學生則在休憩類明顯高於男學生。而全部受試學生在不同休閒活動類型上，則以運動類最多，其次為知識類、社交類、休憩類，最少為混合類。

(二) 由上述可知國小男、女學生在休閒活動類型上皆較偏好運動類，此研究結果與游家政(1987)、張文禎(2002)之研究結果相似。另外，男學生在運動類上明顯高於女學生，而女學生則在休憩類明顯高於男學生，究其原因，可能與性別的身心特質不同有關，男學生較為活潑好動，女學生較為文靜。由表 4-11 顯示，兒童最常做的休閒活動仍以花費較少，而且不需太多設備的運動類和知識類休閒活動類型為主，而休憩類和社交類休閒活動類型較少。

伍、不同性別學生休閒活動類型之因素分析

一、結果

表 4-12 休閒活動類型在不同性別學生之單因子變異數分析結果摘要表

類型	性別	人數	平均數	標準差	F值
運動類	男學生	312	2.35	0.81	28.70**
	女學生	257	2.00	0.72	
休憩類	男學生	312	2.74	0.70	2.25
	女學生	257	2.82	0.60	
社交類	男學生	312	2.18	0.72	11.77**
	女學生	257	2.38	0.63	
知識類	男學生	312	2.50	0.83	19.50**
	女學生	257	2.79	0.74	

** $p < .01$

二、分析討論

(一) 不同性別之國小高年級學生休閒活動類型，從分析表 4-12 中得知，在運動類、社交類、知識類等因素上，男、女學生皆有顯著差異，而休憩類上則無顯著差異。由表 4-12 得知男學生在運動類分量表之平均得分皆高於女學生，而女學生在休憩類、社交類、知識類分量表之平均得分則高於男學生。

(二) 在不同性別的國小高年級學生在整體休閒活動參與上有顯著差異，女學生顯著高於男學生。此與王美芬(1993)、張文禎(2002)的研究結果中指出男女生的整體休閒參與有顯著差異相同。另外，男學生在運動類分量表之平均得分皆高於女學生，此與游家政(1987)、張文禎(2002)的研究結果相同，羅明訓(1999)的研究也顯示市區男童的運動性休

間參與顯著多於女童。在不同性別的國小高年級學生在休憩類休閒活動參與上無顯著差異。此與羅明訓(1999)、張文禎(2002)的研究結果有顯著差異不同。究其原因,可能是本研究的受試學生為都市地區的國小兒童,兒童從事休憩類休閒活動所接觸的生活週遭環境和設施差距都不大有關。在不同性別的兒童在社交類休閒活動參與上有顯著差異。此與游家政(1987)、賴哲民(1989)、張文禎(2002)的研究顯示不同性別的學生在此層面相同。究其原因,可能與不同性別的性格特質有關,因而,在社交類休閒活動參與上有所差異。不同性別的國小高年級學生在知識類休閒活動參與上有顯著差異,女童顯著高於男童。此結果與游家政(1987)、羅明訓(1998)、張文禎(2002)的研究一致。究其原因,可能與兩性的身心特質不同有關,國小高年級女學生較男學生早熟,對於需要運用心思或技巧性的休閒活動較優於男童。

第四節 體育學習風格、休閒活動類型間相關情形

本節旨在分析國小高年級學生在體育學習風格、休閒活動類型間相關情形。以下分別就體育學習風格與休閒活動類型各層面的相關進行分析。

表 4-13 國小高年級學生在體育學習風格、休閒活動類型的相關情形

	1 運動類	2 休憩類	3 社交類	4 知識類	休閒活動類型
1 思考型	0.38**	0.52**	0.43**	0.45**	0.54**
2 實用型	0.42**	0.52**	0.39**	0.39**	0.52**
3 理論型	0.44**	0.52**	0.40**	0.36**	0.52**
4 行動型	0.45**	0.40**	0.36**	0.34**	0.47**
體育學習風格	0.50**	0.57**	0.46**	0.45**	0.60**

** $p < .01$

一、學生體育學習風格、休閒活動類型的相關

由表 4-13 得知，國小高年級學生體育學習風格與休閒活動類型的相關情形，皆有顯著的正相關存在。可見，體育學習風格與休閒活動類型的相關高，顯示二者之間關係密切，體育學習風格越高，休閒活動類型也越高，體育學習風格將影響休閒活動類型。

二、學生體育學習風格各類型、休閒活動各類型的相關

由表 4-13 得知，國小高年級學生體育學習風格各類型與休閒活動各類型的相關情形，皆有顯著的正相關存在。其中，以思考型的體育學習風格和休憩類的休閒活動類型、以實用型的體育學習風格和休憩類的休閒活動類型、以理論型的體育學習風格和休憩類的休閒活動類型最高；其次是以行動型的體育學習風格和運動類的休閒活動類型、以思考型的體育學習風格和知識類的休閒活動類型最高。

第五章 結論與建議

本研究旨在透過問卷調查法的方式，以「國小高年級體育學習風格對休閒活動類型之研究調查問卷」調查之結果，探討國小高年級體育學習風格、休閒活動類型的現況；並比較不同年級、性別的國小高年級學生，其體育學習風格、休閒活動類型的差異情形，並分析體育學習風格、休閒活動類型各層面的相關。最後，根據研究結果整理歸納做成結論並提出建議。

第一節 結論

根據研究結果，整理歸納本研究的結論如下：

壹、體育學習風格

國小高年級學生體育學習風格量表整體平均得分為 3.35（介於有時如此與經常如此之間），在體育學習風格因素上，我會因順利學會動作而感到得意、我喜歡到人多的地方運動，可以表現自我、我喜歡實際從事運動多於只重理論（只會用嘴巴說）的人等因素之平均得分偏低（小於 3），因此，學生體育學習風格，較不受以上這幾個因素所影響；而我會遵照老師教學內容與方式做練習、運動前我會有充足的準備（合適的穿著、用具、暖身等）、我認為只要不斷的練習，一定會有好的運動成績、我喜歡可以在生活中可以運用的運動項目、我會運用各種資源、方法學習運動技巧、我會想知道運動技巧的實用性等因素之平均得分較高（大於 3.5），以上則為影響學生體育學習風格的因素。

一、不同年級學生在體育學習風格的因素之差異而言

(一) 不同年級之國小高年級學生體育學習風格，在思考型、實用型、理論型、行動型等因素上，皆有顯著差異。且 5 年級學生在各項體育學習風格分量表之平均得分皆高於 6 年級學生。

(二) 5 年級學生在不同體育學習風格類型上，各類型的分配大致上差不多；6 年級學生在不同體育學習風格類型上，以實用型最多，且 6 年級學生在實用型與思考型上明顯高於 5 年級學生。而全部受試學生在不同體育學習風格類型上，也以實用型最多，其次為思考型、理論型、綜合型，最少為行動型。

二、不同性別學生在體育學習風格的因素之差異而言

(一) 不同性別學生在各項體育學習風格分量表在思考型上有顯著差異，實用型、理論型、行動型等因素上，則無顯著差異。

(二) 男學生在不同體育學習風格類型上，以實用型最多，而女學生在不同體育學習風格類型上，則以思考型最多。其中，男學生的實用型高於女學生，而女學生之思考型更是明顯高於男學生。而全部受試學生在不同體育學習風格類型上，則以實用型最多，其次為思考型、理論型、綜合型，最少為行動型。

貳、休閒活動類型

國小高年級學生休閒活動類型量表整體平均得分為 2.41 (介於很少參加與有時參加之間)，在休閒活動類型因素上，溜冰、滑板、滑草等、足壘球、跳土風舞、街舞等、參加明

星簽唱會、釣魚(蝦)、露營等因素之平均得分偏低(小於2)，因此，學生休閒活動類型，較不受以上這幾個因素所影響；而閱讀雜誌書報、逛書店、去圖書館、登山健行、跳跳繩、打籃球、慢跑、參加社團活動、逛街、玩撲克牌、散步、參觀名勝旅遊、到電影院看電影、和同學一起去吃東西、喝飲料、聊天等因素之平均得分較高(大於2.5)，以上則為影響學生休閒活動類型的因素。

一、不同年級學生在休閒活動類型的因素之差異而言

(一)不同年級之國小高年級學生休閒活動類型，在運動類、休憩類、社交類、知識類等因素上，5、6年級學生皆有顯著差異，且5年級學生在各項休閒活動類型分量表之平均得分皆高於6年級學生。

(二)5年級、6年級學生在不同休閒活動類型上，皆以運動類最多，而全部受試學生在不同休閒活動類型上，則以運動類最多，其次為知識類、社交類、休憩類，最少為混合類。

二、不同性別學生在休閒活動類型的因素之差異而言

(一)不同性別之國小高年級學生休閒活動類型，在運動類、社交類、知識類等因素上，男、女學生皆有顯著差異，而休憩類上則無顯著差異。男學生在運動類分量表之平均得分皆高於女學生，而女學生在休憩類、社交類、知識類分量表之平均得分則高於男學生。在不同性別的國小高年級學生在整體休閒活動參與上有顯著差異，女學生顯著高於男學生。

(二)不同性別之國小高年級學生在不同休閒活動類型上，皆以運動類最多。其中，男學生在運動類上明顯高於女學生，

而女學生則在休憩類明顯高於男學生。而全部受試學生在不同休閒活動類型上，則以運動類最多，其次為知識類、社交類、休憩類，最少為混合類。

參、體育學習風格、休閒活動類型及其各層面間的相關情形

國小高年級學生體育學習風格各類型與休閒活動各類型的相關情形，皆有顯著的正相關存在；而國小高年級學生體育學習風格與休閒活動類型的相關情形，皆有顯著的正相關存在。可見，體育學習風格與休閒活動類型的相關高，顯示二者之間關係密切，體育學習風格越高，休閒活動類型也越高，體育學習風格將影響休閒活動類型。

第二節 建議

依據本研究的結論，提出以下幾點建議：

壹、結果之應用性建議

一、就學校體育教育而言

- (一) 學校應依據九年一貫課程綱要，將休閒教育融入健康與體育領域實施教學

國小高年級學生體育學習風格與休閒活動類型的相關情形，皆有顯著的正相關存在，二者之間關係密切，體育學習風格將影響休閒活動類型。因而，學校應依據九年一貫課程綱要，將休閒教育融入健康與體育領域實施教學，透過各項教學活動，培養兒童休閒的基本能力，影響休閒態度，進而提升兒童從事休閒活動，讓學生在求學過程中確實學習到，德、智、體、群、美均衡的五育，而非只是智育掛帥即可，

並從小扎根培養終身運動及休閒活動的興趣。

(二) 體育教師應妥善規劃健康與體育課程

體育教師應妥善規劃健康與體育課程及利用學校健康與體育課時間，規劃多樣化的體育課程、不同運動技巧學習活動，及相關休閒活動健康知識，有計畫、有步驟的協助學生培養出他們的樂趣和習慣。另外，不同背景學生之身心特質，在先天上本有差異，課程規劃應適度調整，鼓勵體育教師協助指導、適性化教學與學生全面參與，以培養兒童各種體育及休閒活動技能，並增進學生對各類型體育及休閒活動的參與，除了教與學之外，進而生活化，讓學生在休閒生活中健康成長。

(三) 學校也可定期舉辦各類體育競賽、休閒活動

學校定期舉辦各類體育競賽、休閒活動，促進學生致力於自我體育技巧的學習、改進與提升，讓學生從活動本身與比賽中學習成長，並進而提升體育運動能力與技巧。

二、就學校休閒教育而言

(一) 加強培養學生對休閒活動的參與興趣

學校在休閒教育方面應重視加強輔導學生不同類型的休閒興趣與技能，有計畫性的辦理多元化、活潑化的活動，如各類的體育活動、藝文活動、關懷活動，藉由活動的辦理培養學生正確的休閒認知與態度，及參與休閒活動的興趣，從小養成健康的休閒生活。

(二) 輔導學生選擇正當的休閒活動及優良的圖書、電視節目、網站、影片

現代資訊媒體的發達，各類休閒活動、圖書、電視節目、

網站、影片種類繁多且良莠不齊。因此，學校在進行休閒教育時，應加強輔導學生選擇優良且適合的圖書、電視節目、網站、影片與活動，並培養尊重智慧財產權，及做好視力保健，以提昇休閒生活品質。

（三）重視社團活動的規劃

目前，國小社團活動因九年一貫課程的實施而無法排入正式課程，可以考慮利用彈性節數、晨光活動時間和課後時間實施，學校應妥善規劃及運用此時間，根據不同背景的學生規劃多樣化的社團活動，供學生選擇，以培養學生各種不同的休閒技能，並增進學生對各類型休閒活動的參與。

（四）協助學生規劃及參與、充實休閒生活

學校在休閒教育上應重視培養學生參與各類型的休閒興趣，以及規劃、舉辦具有同儕互動、合作性質的休閒活動讓學生參與，發展學生正向的休閒認知，進而促進積極的休閒態度，充實學生的休閒生活。而同時學校、教師及家長應共同合作，重視學生的休閒教育，舉辦各項親職休閒教育活動，除可提升正確的休閒教育理念，而且增進親子之間的情感外，更可以培養學生正確的休閒態度，促進學生健全人格的成長，協助學生在休閒生活中健康的成長。

貳、對未來研究的建議

一、就研究對象而言

本研究僅以臺中縣立清水國小高年級學生為研究對象，未來的研究母群體可以再加以擴大，針對其他縣市國民小學或全國地區，以建立大區域性、跨區域性及全國性的研究結果；或其他族群（如：國中、高中、大學等不同層級的學校），

以擴大樣本的選取，建立不同層級學校的研究結果。藉以瞭解不同地區或不同發展時期的學生在體育學習風格對休閒活動類型的情形，並提供政府主管機關、學校、教師或家長進行相關事宜規劃之參考。

二、就研究工具而言

本研究是以「國小高年級學生體育學習風格對休閒活動類型之研究調查問卷」作為研究工具，交由學生填寫，對於瞭解國小高年級學生體育學習風格、休閒活動類型雖然直接、明確，但未來若能再加上教師及家長問卷，及訪談結果，作為相互驗證比較，相信更能真實的瞭解國小高年級學生體育學習風格、休閒活動類型之相關與差異性。

三、就研究方法而言

本研究僅採用問卷調查法，雖然可以獲得研究所需要的量化統計資料，但國小高年級學生體育學習風格、休閒活動類型所牽涉的層面相當廣泛，許多現象或事實，可能無法於問卷填答中得到。因此，未來在研究上，應考慮資料蒐集的多元化，以增加樣本的有效性，並輔以觀察、實地訪談或個案研究等研究方式，以獲得更完整的資料與研究結果。

參考文獻

中文部分

- 王美芬 (1993)。單親青少年休閒狀況之調查研究。未出版碩士論文，國立彰化師範大學，彰化縣。
- 王淑芬 (2003)。國小學童學習風格與多元智能之相關研究。未出版碩士論文，國立屏東師範學院，屏東縣。
- 王維正 (2004)。SCORM 適性化教學策略與學習風格對網路多媒體學習成就之影響研究。未出版碩士論文，國立交通大學，新竹市。
- 江良規 (1995)。體育學原理新論。臺北市：臺灣商務印書館。
- 伍賢龍 (2002)。國小兒童學習風格與多元智能及相關教學現況之研究。未出版碩士論文，國立新竹師範學院，新竹市。
- 呂有仁 (2006)。嘉義地區青少年休閒參與及情緒智力之相關研究。未出版碩士論文，國立中正大學，嘉義縣。
- 吳明清 (1991)。教育研究－基本觀念與方法分析。臺北：五南。
- 吳百薰 (1998)。國小學生學習風格相關因素之研究。未出版之碩士論文，國立臺中師範學院，臺中市。
- 吳照智 (2004)。國小六年級不同學習風格學童在科學教室中的師生互動行為之研究。未出版碩士論文，國立嘉義大學，嘉義市。
- 李孟珍 (2008)。國小兒童學習風格與社會學習領域學習適應之相關研究。未出版碩士論文，國立嘉義大學，嘉義市。

- 李三煌（2004）。臺北市內湖區國小高年級學童休閒活動之研究。未出版碩士論文，臺北市立體育學院，臺北市。
- 林麗琳（1995）。國小資優班與普通班學生學習風格、學習適應與學業成就關係之研究。未出版碩士論文，國立臺南師範學院，臺南市。
- 林鳳春（2002）。探討不同學習風格的國小學童運用網路教學在動物分類學習之成效。未出版碩士論文，臺北市立師範學院，臺北市。
- 林錦雪（1994）。CAI與傳統教學對不同學習風格之國小學生學習自然科學成就和態度之影響。未出版碩士論文，國立臺南師範學院，臺南市。
- 林金城（2005）。國中資優班與普通班學生休閒活動之比較研究。未出版碩士論文，國立彰化師範大學，彰化縣。
- 邱怡倩（2005）。國小五年級不同學習風格與學習成就學童其自然與生活科技領域檔案評量之研究－以「物質與熱」單元為例。未出版碩士論文，國立嘉義大學，嘉義市。
- 施皇羽（2004）。國小高年級不同學習風格學童其科學實驗活動自覺問題解決能力與科學學習成效之關係研究。未出版碩士論文，國立嘉義大學，嘉義市。
- 施瀛欽（2003）。不同學習風格之國小高年級學童其科學本質觀與對科學的態度之研究。未出版碩士論文，國立嘉義大學，嘉義市。
- 徐元民（1993）。學校體育休閒化初探。國民體育季刊，22（4），16-25。

- 徐善慧（1999）。以學習類型理論來設計臺灣現階段大學的工程教育，行政院國家科學委員會專題研究計畫成果報告，計畫編號：NSC88-2511-S-005-001。
- 張春興（1996）。教育心理學：三化取向的理論與實踐。臺北市：東華。
- 張銘棋（2003）。學習型態與電腦網路素養之關係暨網路使用現況調查—以彰化縣高職教師為例。未出版碩士論文，國立雲林科技大學，雲林縣。
- 張文禎（2002）。國小學生休閒態度與休閒參與之研究—以屏東縣為例。未出版碩士論文，國立屏東師範學院，屏東縣。
- 張少熙（1994）。青少年自我概念與休閒活動傾向及其阻礙因素之研究。未出版碩士論文，國立臺灣師範大學，臺北市。
- 許俊雄（1990）。高雄市公私立高中職學生休閒生活概況調查研究。教育資料文摘，146，110-113。
- 郭重吉（1987）。英美等國晚近對學生學習風格之研究。資優教育季刊，22，2-8。
- 陳玉鳳（2004）。休閒類型選擇對國中生體適能之影響。未出版碩士論文，國立體育學院，桃園縣。
- 陳定雄（1994）。休閒運動相關術語知歷史研究。國立臺灣體專學報，4，1-29。
- 陳春安（2004）。體育學習風格量表之編製研究。2004年運動訓練學國際論壇，17-26。

- 陳淑珍 (2004)。不同學習風格的國小高年級學童使用數位學習系統進行水的三態教學之學習成效探討。未出版碩士論文，國立新竹教育大學，新竹市。
- 陳憶萱 (2007)。數位遊戲學習系統對不同學習風格的國小中年級學童科學學習成就之影響-以「希望之旅」為例。未出版碩士論文，國立臺北教育大學，臺北市。
- 陳婉容 (2002)。青少年休閒行為對偏差行為影響之研究。未出版碩士論文，國立體育學院，桃園縣。
- 游家政 (1987)。臺北縣市國民小學中高年級兒童在學期間校外休閒活動研究。未出版之碩士論文，國立臺灣師範大學，臺北市。
- 黃玉枝 (1991)。國中資優學生與普通學生學習風格及學校適應之比較研究。特殊教育研究學刊，9，249-276。
- 黃佩儀 (2004)。國中資優生學習風格與學習適應之相關研究。未出版碩士論文，國立高雄師範大學，高雄市。
- 黃國倫 (2003)。國小學生場地獨立性、學習風格與學業成就之相關研究。未出版碩士論文，國立高雄師範大學，高雄市。
- 黃微如 (2006)。國小資優班學生休閒參與及休閒阻礙之現況研究。未出版碩士論文，國立臺中教育大學，臺中市。
- 黃立賢 (1999)。中小學教師實施休閒教育實務篇—觀念與策略之探討。學生輔導，40，72-78。
- 楊敏玲 (1996)。「無聊」與青少年偏差休閒行為。測驗與輔導雙月刊，137，280-283。

- 楊寶玉 (2003)。應用學習風格理論改善學生自然科學學習態度之行動研究。未出版碩士論文，國立臺北師範學院，臺北市。
- 蔡貞雄 (2001)。體育的理念。高雄市：復文圖書出版社。
- 鄭孟芳 (2005)。國小高年級學習風格、學習動機與學業成就相關研究。未出版碩士論文，國立彰化師範大學，彰化縣。
- 鄭雪霏 (1996)。個人衛生。健康生活。臺北市：心理出版社。
- 賴哲民 (1989)。臺北市國小兒童休閒活動之調查研究。未出版碩士論，私立中國文化大學，臺北市。
- 羅明訓 (1999)。桃園縣國小六年級學生休閒活動之調查研究。未出版碩士論文，國立臺中師範學院，臺中市。
- 鐘培齊 (2003)。國小六年級學童學習風格、知覺學習環境、對科學的態度與自然科學業成就之相關研究。未出版碩士論文，國立嘉義大學，嘉義市。

英文部分

- Al-Balhan, E. M. (2007). Learning Styles in Relation to Academic Performance in Middle School Mathematics. *DOMES, 16(1)*, 42-57.
- Beck, C. R. (2001). Matching Teaching Strategies to Learning Style Preferences. *Teacher Educator, 37(1)*, 1.
- Dowd, F. T. (1981). Guest editor's introduction. *Counseling Psychology, 9*, 3.
- Dunn, R. & Dunn, K. (1972). *Practical Approaches To Individualizing Instruction*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Dunn, R. (1984). Learning style: state of the scene. *Theory Into Practice, 23*, 20-25.
- Dunn, R., Beaudry, J. S., & Klavas, A. (1989). Survey of Research on Learning Styles. *Educational Leadership, 46(6)*, 50.
- Dunn, R., & Dunn K. (1992). *Teaching elementary students through their individual learning styles*. Boston: Allyn & Bacon.
- Ebeling, D. G. (2000). Adapting Your Teaching To Any Learning Style. *Phi Delta Kappan, 82(3)*, 247.
- Fischer, B. & Fischer, L. (1979). Styles in teaching and learning. *Educational Leadership, 36*, 245-254.
- Ford, N. & Chen, S. Y. (2001). Matching/mismatching revisited: an empirical study of learning and teaching

- styles. *British Journal of Educational Technology*, 32(1), 5.
- Frank, C., David, M., Elaine, H., & Kathryn, E. (2004). *Learning styles and pedagogy in post-16 learning: A systematic and critical review*. Retrieved August 24, 2007, from <http://www.LSRC.ac.uk>.
- Haar, J., Hall, G., Schoepp, P., & Smith, D. H. (2002). How Teachers Teach to Students with Different Learning Styles. *Clearing House*, 75(3), 142.
- Honey, P. & Mumford, A. (1982). *Manual of Learning Styles*. London: P. Honey.
- Honey, P. and A. Mumford (1986). LSQ (Learning Style Questionnaire), Retrived Feb 28, 2006, from *Internet Technology Technical Education Online* <http://www.itlearningmaterials.com/learningstyle.pdf>.
- Honey, P., & Mumford, A. (1989). *Learning styles questionnaire-trainer guide*. PA: Organization Design and Development, Inc.
- Honey, P. & Mumford, A. (1992). *Manual of Learning Styles (3th Ed.)*. London: P.
- Hunt, D. E. (1979). Learning style and student needs: An introduction to conceptual level. In National Association of Secondary School Principals (Ed.), *Student learning styles: Diagnosing and prescribing programs*.
- Keefe, J. W. (1987). *Theory and practice*. Reston, VA: National Association of Secondary School Principals.

- Keefe, J , W. (1988). *Profiling and Utilizing Learning Style*.
Reston, VA: NASSP.
- Kelly, J. R. (1972). Work and leisure: a simplified paradigm.
Journal of Leisure Research, 4, 50-62.
- Kelly, R. J. & Godbey, G. (1992). *The Sociology of Leisure*.
State College, PA : Venture.
- Kelly, J. R. (1996). *Leisure 3rd edition*. Boston: Allyn and
Bacon.
- Kolb, D. A. (1976). *The learning style inventory*. Boston:
McBer.
- Kolb, D. A. (1984). *Experiential Learning: Experience as the
Source of Learning and Development*. Englewood Cliffs,
NJ: Prentice-Hall, Inc.
- Kraus, R.G. (1985). *Recreation and Leisure in Modern Society
(3th Ed.)*. Pacific Palisades, C.A. : Goodyer Loesch.
- Parker, S. (1976). *The sociology of leisure*. London: George
Allen & Unwin.
- Press.Entwistle, N. J. (1981). *Styles of Learning and
Teaching*. Chichester: John Wiley and Sons.
- Smith, Donna. & Kolb, David. A. (1985). *User guide for the
learning-style inventory*. Boston: McBer and Company.
- Yoesting, D. R., & Burkhead, D. L. (1973). Significance of
Childhood Recreation Experienceon Adult Leisure
Behavior: *An Exploratory Analysis*. JXQ38220 – IOWA:
Agricultural and Home Economics Experiment station,
Ames.

附錄一 國小高年級學生體育學習風格 與休閒活動類型調查問卷

親愛的同學：

你好！本問卷旨在瞭解國小高年級學生體育學習風格、休閒活動類型，以作為未來體育教育提昇之參考。問卷填答時間約 10-20 分鐘，請依照你的實際狀況圈選出最適當的答案，完成後請將問卷交給負責老師。

問卷資料僅供研究用，並無好壞、成績之分，並會為你保密，請放心填答。謝謝！

祝 學業順利！

國立臺灣體育學院體育研究所

指導教授：謝振榮博士

研究生：陳妍秀

第一部份：請填寫個人基本資料

1. 學校：

2. 班級： 年 班

3. 姓名：

4. 性別：

第二部分體育學習風格：旨在瞭解你上體育課及上完體育課後的實際情形與表現，共計 20 題。請就下列各題，依你實際的狀況，在適當的數字上畫“○”。

項 目	實際狀況				
	從 未 如 此	偶 爾 如 此	有 時 如 此	經 常 如 此	總 是 如 此
5. 我對不熟悉的動作，會認真的重複練習	1	2	3	4	5
6. 我會遵照老師教學內容與方式做練習	1	2	3	4	5
7. 我會用不同的角度去觀察動作的過程	1	2	3	4	5
8. 我會因順利學會動作而感到得意	1	2	3	4	5
9. 運動前我會有充足的準備（合適的穿著、用具、暖身等）	1	2	3	4	5
10. 我樂於發現別人動作的優點	1	2	3	4	5
11. 對於高難度的動作，我會勇敢去嘗試	1	2	3	4	5
12. 我喜歡到人多的地方運動，可以表現自我	1	2	3	4	5
13. 我喜歡接觸奇特刺激的運動	1	2	3	4	5
14. 學習運動技巧不順利時，我會處之泰然（以平常心對待）並記取經驗去改進	1	2	3	4	5
15. 我喜歡將運動的好處與未來發展聯想在一起	1	2	3	4	5
16. 我認為只要不斷的練習，一定會有好的運動成績	1	2	3	4	5
17. 我對動作的表現經常要求要表現完美（最好的）	1	2	3	4	5

接下頁

項 目	實際狀況				
	從 未 如 此	偶 爾 如 此	有 時 如 此	經 常 如 此	總 是 如 此
18. 我常自我訓練，例如：規律運動、按時休息、控制飲食	1	2	3	4	5
19. 我經常尋找更好、更實際的方法學習運動技巧	1	2	3	4	5
20. 我喜歡可以在生活中可以運用的運動項目	1	2	3	4	5
21. 即使運動成績不理想，也不會影響我的學習態度	1	2	3	4	5
22. 我喜歡實際從事運動多於只重理論（只會用嘴巴說）的人	1	2	3	4	5
23. 我會運用各種資源、方法學習運動技巧	1	2	3	4	5
24. 我會想知道運動技巧的實用性	1	2	3	4	5

第三部分參與程度與期望參與興趣：旨在瞭解你實際休閒活動類型參與的程度，共計 36 題。請就下列各題，依你平時實際的狀況，在適當的數字上畫“○”。

休閒活動項目	實際參與程度				
	不 常 參 加	很 少 參 加	有 時 參 加	較 常 參 加	經 常 參 加
25. 聽廣播	1	2	3	4	5
26. 閱讀雜誌書報	1	2	3	4	5

接下頁

休閒活動項目	實際參與程度				
	不常參加	很少參加	有時參加	較常參加	經常參加
27. 逛書店	1	2	3	4	5
28. 去圖書館	1	2	3	4	5
29. 聽演講	1	2	3	4	5
30. 登山健行	1	2	3	4	5
31. 打桌球	1	2	3	4	5
32. 跳跳繩	1	2	3	4	5
33. 溜冰、滑板、滑草等	1	2	3	4	5
34. 打保齡球	1	2	3	4	5
35. 打籃球	1	2	3	4	5
36. 打排球	1	2	3	4	5
37. 踢足球	1	2	3	4	5
38. 足壘球	1	2	3	4	5
39. 棒（壘）球	1	2	3	4	5
40. 跳土風舞、街舞等	1	2	3	4	5
41. 慢跑	1	2	3	4	5
42. 訪友交誼（到同學家拜訪、玩）	1	2	3	4	5
43. 參加社團活動	1	2	3	4	5
44. 和朋友一起討論最新流行穿著及打扮	1	2	3	4	5
45. 逛街	1	2	3	4	5
46. 寫信（E-mail）	1	2	3	4	5
47. 收集東西（集郵、明星照、娃娃等）	1	2	3	4	5
48. 玩撲克牌	1	2	3	4	5
49. 散步	1	2	3	4	5
50. 參觀名勝旅遊	1	2	3	4	5
51. 到電影院看電影	1	2	3	4	5
52. 樂器演奏	1	2	3	4	5

接下頁

休閒活動項目	實際參與程度				
	不常參加	很少參加	有時參加	較常參加	經常參加
53. 歌唱（獨唱、卡拉 OK、KTV）	1	2	3	4	5
54. 參加明星簽唱會	1	2	3	4	5
55. 棋藝活動（象棋、圍棋、跳棋等）	1	2	3	4	5
56. 和同學一起去吃東西、喝飲料、聊天	1	2	3	4	5
57. 拍照、攝影	1	2	3	4	5
58. 釣魚（蝦）	1	2	3	4	5
59. 郊遊野餐	1	2	3	4	5
60. 露營	1	2	3	4	5

~小朋友，作答已結束，謝謝你~