

4377  
2002  
7514

國立臺灣體育學院體育研究所

# 國立臺灣體育學院體育研究所

## 碩士學位論文

臺中市高中職教師休閒運動需求及阻礙之研究

TEACHERS' ATTITUDES TOWARDS NEEDS AND  
CONSTRAINTS OF RECREATIONAL SPORTS:  
A CASE STUDY ON HIGH SCHOOLS AND VOCATIONAL HIGH  
SCHOOLS IN TAICHUNG

研究生：陳麗娟 撰

指導教授：杜登明 教授



中華民國九十一年六月

臺灣體院圖書館



0094365

院校所組別：國立臺灣體育學院體育研究所舞蹈教育組

畢業時間及提要別：九十學年度第二學期碩士學位論文提要

研究生：陳麗娟

指導教授：杜登明

## 中文摘要

本研究旨在探討臺中市高中職教師休閒運動需求及休閒運動阻礙的特徵與差異情形。研究結果將提供學校體育行政單位及政府相關部門在制定政策時之參考。為蒐集相關資訊，本研究採用問卷調查法，以「臺中市高中職教師休閒運動需求及阻礙問卷」為研究工具，內容包含：基本資料、休閒運動需求問卷及休閒運動阻礙量表。調查期間共發出問卷 500 份，有效問卷 367 份，有效問卷比例為 73%。回收之有效樣本依研究目的及驗證假設之需，分別採用描述統計、項目分析、因素分析、獨立樣本 t 考驗、單因子變異數分析、雪費爾事後比較、卡方檢定等統計方法，進行資料分析處理，結果發現：

### 一、有效樣本不同背景變項的特性

臺中市高中職教師中，以女性的比例略高；年齡以 31-40 歲居多；教育程度以大學學歷者居多；職務以專任教師居多；家庭生命週期以孩子都介於六-十二歲居多；平均每月所得以 50001-70000 元居多；平均每月休閒花費以 4001-6000 元人數最多。

### 二、有效樣本在休閒運動需求特性

臺中市高中職教師在休閒運動需求方面，傾向於需要專業指導員指導運動方法、規則、設計運動處方，願意參加休閒運動指導班，並認為學校所舉辦的教職員工休閒運動太少。

### 三、有效樣本在休閒運動阻礙的特徵

臺中市高中職教師在休閒運動阻礙方面，傾向於「機會阻礙」及「經驗阻礙」構面。

### 四、假設驗證部分

(一)不同背景變項的教師在休閒運動需求方面在專業的指導員指導運動方法規則、成立休閒運動指導班、休閒運動指導班付費等方面有達顯著差異。

(二)不同背景變項教師之休閒運動阻礙方面在「機會阻礙」、「經驗阻礙」、「社會阻礙」及「個體阻礙」四個構面上有達到顯著差異。

關鍵詞：休閒運動需求、休閒運動阻礙

Chen, Lee-Chuan (2002) Teachers' attitudes towards needs and constraints of recreational sports: A case study on high schools and vocational high schools in Taichung. Unpublished master thesis. National Taiwan College of physical Education ,Taichung.

#### ABSTRACT

This study sets out to investigate senior and vocational high school teachers' general attitudes towards needs and constraints of recreational sports and to further look into its difference. The results from this study can serve as a guidepost for the government and the school to fabricate the related regulation and administration. To gather extensive information, the research tool used in this study is the questionnaire, which contains personal data and the scale of needs and constraints of recreational sports. 500 copies of questionnaires had been distributed and 367 copies successfully collected. The ratio of success is up to 73%. Based on the purposes and hypotheses of this study, the returned valid questionnaires have been carefully examined in terms of Descriptive Statistics, Item Analysis, Exploratory Factor Analysis, t-test , on-way ANOVA, Scheffe's and Chi-square. The results elicited from this study are as follows:

1. The characteristic of valid questionnaire-taker background:  
Among teachers at senior and vocational high schools in Taichung. Female teachers outnumber male teachers. The majority of female teachers with university degrees are at the age of 31-40 and have children at the age of 6-12. Their monthly incomes average at \$5000-\$7000 and their monthly spending on recreation vary from \$4001 to \$6000.
2. The characteristic of valid questionnaire-taker needs on recreational sports:  
In the respect of needs, they have shown a strong tendency for professional instructors on approaches and rules , designing sports formula, and willingness to take part in recreational sports class. Note that they are all conclusive that the recreational sports class provided by their schools are like a drop in the ocean.
3. The characteristic of valid questionnaire-taker constraints on recreational sports:  
If can be arrived at teachers' inclination for the interfaces of opportunity and experience constraints.
4. The examination of hypotheses: Two significant differences can be concluded. The first significant difference lies at teachers' background ,and the second lies at opportunity constraints , experience constraints , society constraints and individual constraints.

Key Words : needs of recreational sports, constraints of recreational sports.

中華民國九十一年六月

中文摘要.....	i
英文摘要.....	ii
謝誌.....	iii
目錄.....	iv
表目錄.....	vi
圖目錄.....	viii
<b>第一章 緒論</b> .....	72
第一節 研究動機.....	1
第二節 研究目的.....	2
第三節 研究問題.....	3
第四節 研究範圍.....	3
第五節 研究限制.....	3
第六節 名詞解釋及操作性定義.....	4
<b>第二章 文獻探討</b> .....	79
第一節 休閒運動的意義與功能.....	5
第二節 休閒運動需求及相關研究之文獻.....	12
第三節 休閒運動阻礙理論及相關研究之文獻.....	14
第四節 研究假設.....	18
<b>第三章 研究方法</b> .....	20
第一節 研究架構.....	20
第二節 研究對象.....	21
第三節 研究流程.....	22
第四節 研究工具.....	23
第五節 資料處理方法.....	29

## 第四章 結果與討論

第一節 有效樣本不同背景變項的特性.....	32
第二節 休閒運動需求調查結果.....	36
第三節 休閒運動阻礙調查結果.....	54
第四節 綜合討論.....	62

## 第五章 結論與建議

第一節 主要發現.....	68
第二節 結論.....	72
第三節 建議.....	72

表 4-5 教師家庭生命週期分配統計表..... 34

表 4-6 教師平均每月所得分配統計表..... 35

## 參考文獻

一、中文部分.....	74
二、外文部分.....	76
三、網路部分.....	78
附錄 A 臺中市高中職教師休閒運動需求及阻礙預試問卷.....	79
附錄 B 臺中市高中職教師休閒運動需求及阻礙正式問卷.....	82
附錄 C 休閒運動阻礙量表同意書.....	85

表 4-7 是否曾參與有無主動零薪相關休閒運動資料分配統計表..... 37

表 4-12 服務的學校所舉辦的教職員工休閒運動是否足夠分配統計表..... 37

表 4-13 學校成立各類運動指導組是否願意參加分配統計表..... 38

表 4-14 學校成立休閒運動指導組是否贊成付費分配統計表..... 38

表目錄	
表 3-1	問卷回收情形..... 21
表 3-2	休閒運動阻礙量表項目分析摘要表..... 26
表 3-3	休閒運動阻礙因素分析摘要表..... 28
表 3-4	休閒運動阻礙量表信度分析摘要表..... 29
表 4-1	教師性別分配統計表..... 32
表 4-2	教師年齡分配統計表..... 33
表 4-3	教師教育程度分配統計表..... 33
表 4-4	教師職業屬性分配統計表..... 34
表 4-5	教師家庭生命週期分配統計表..... 34
表 4-6	教師平均每月所得分配統計表..... 35
表 4-7	教師平均每月休閒花費分配統計表..... 35
表 4-8	是否需要專業指導員指導您運動方法分配統計表..... 38
表 4-9	是否需要專業的指導員指導您運動規則分配統計表..... 36
表 4-10	是否需要體育組幫您設計運動處方分配統計表..... 37
表 4-11	是否需要體育組主動寄發相關休閒運動資料分配統計表..... 37
表 4-12	服務的學校所舉辦的教職員工休閒運動是否足夠分配統計表..... 37
表 4-13	學校成立休閒運動指導班是否願意參加分配統計表..... 38
表 4-14	學校成立休閒運動指導班是否贊成付費分配統計表..... 38

表 4-15	獲得休閒運動資訊管道分配統計表.....	39
表 4-16	服務學校最急需興建的運動場館設施分配統計 表.....	39
表 4-17	最想參加的休閒運動種類分配統計表.....	40
表 4-18	不同背景變項在指導員指導運動方法列聯摘要表..	41
表 4-19	不同背景變項在指導員指導運動規則列聯摘要表..	43
表 4-20	不同背景變項在設計運動處方列聯摘要表.....	45
表 4-21	不同背景變項在寄發相關休閒運動資料列聯摘要 表.....	47
表 4-22	不同背景變項在舉辦教職員工休閒運動列聯摘要 表.....	49
表 4-23	不同背景變項在成立休閒運動指導班列聯摘要 表.....	51
表 4-24	不同背景變項在成立休閒運動指導班付費列聯摘 要表.....	53
表 4-25	受試者休閒運動阻礙量表評量的優先順序.....	54
表 4-26	受試者在休閒運動阻礙因素構面反應結果.....	55
表 4-27	不同性別在休閒運動阻礙上的差異考驗.....	56
表 4-28	不同教育程度在休閒運動阻礙上的差異考驗.....	57
表 4-29	不同職業屬性在休閒運動阻礙上的差異考驗.....	57
表 4-30	不同年齡在休閒運動阻礙上的差異考驗.....	58
表 4-31	不同家庭生命週期在休閒運動阻礙上的差異考驗..	59
表 4-32	不同所得在休閒運動阻礙上的差異考驗.....	60
表 4-33	不同休閒花費在休閒運動阻礙上的差異考驗.....	61

## 第一章 緒論

## 圖目錄

圖 2-1	休閒、休閒活動、休閒運動關係圖.....	9
圖 3-1	本研究架構圖.....	20
圖 3-2	研究流程圖.....	22
圖 3-3	本研究資料統計分析架構圖.....	31

週休二日制，在國人有教育層之數，從事休閒運動，藉以豐富休閒生活，逐漸受到國人所青睞。

臺灣已進入開發國家，主管體育、健康、休閒等政府部門應積極促進國家對於其國民休閒的利用與安排，應扮演更積極的角色，舉凡協助公務人員、勞工週休等規劃休閒生活、提供資訊、興建場地與設施、培訓休閒企劃人才，並全面提升生活品質的課題。

休閒體驗可為個人帶來許多利益，包括身心健康與情緒的抒解，認識自我環境，增進人際互給及獲得較佳的社會適應等動機 (Drive & Brown, 1999; Bright, 2008)。會議 (頁 90) 指出休閒是現代人生活品質的主要指標之一，隨著時代的改變，對休閒的需求也有不同，以前的人談休閒主要是在追求休閒、放鬆，而現代人則更希望休閒中能得到生理、心理、社會與精神方面的全方位健康 (wellness)。

張神茂 (頁 37)、Chang (2001) 分別以國中教師及大學教師員工為研究對象進行休閒行為的研究，以了解其休閒需求情形，發現教師在休閒需求方面較高且有較高的休閒參與動機，另外值得注意的是，在強烈的休閒需求與參與動機之餘，若能與休閒參與阻礙層面加以探究將能獲得更廣泛之訊息。Mull, Bayless, Ross 及 Jamieson (1997) 認為影響阻礙參與休閒的因素

# 第一章 緒論

## 第一節 研究動機

隨著經濟的成長、產業結構的改變，工業化、機械化、自動化取代了以前的勞力生活，尤自 2001 年政府機關全面實施週休二日制，在國人有錢有閒之餘，從事休閒運動，藉以豐富休閒生活，逐漸受到國人所青睞。

臺灣已進入開發國家，主管體育、健康、休閒等政府部門應效法先進國家對於其國民閒暇的利用與安排，應扮演更積極的角色，舉凡協助公務人員、勞工朋友等規劃休閒生活、提供資訊、闢建場地與設施、培訓休閒企劃人才，正視全面提升生活品質的課題。

休閒體驗可為個人帶來許多利益，包括身心健康與情緒的抒解、認識自然環境、增進人際互動及獲得較佳的社會適應等功效 (Drive & Bruns, 1999; Bright, 2000)。余嬪 (民 90) 指出休閒是現代人生活品質的主要指標之一，隨著時代的改變，對休閒的需求也有不同，以前的人談休閒主要是在追求休閒、放鬆，而現代人則更希望休閒中能得到生理、心理、社會與精神方面的全方健康 (wellness)。

梁坤茂 (民 87)、Chang (2001) 分別以國中教師及大學教職員工為研究對象進行休閒行為的研究，以了解其休閒需求情形，發現教師在休閒需求方面頗高且有很高的休閒參與動機，另外值得關注的是，在強烈的休閒需求與參與動機之餘，若能從休閒參與阻礙層面加以探究亦能獲得更廣泛之訊息。Mull, Bayless, Ross 及 Jamieson (1997) 認為影響個體參與休閒的因

素包括地理環境、氣候、社會化、經驗及參與機會。

在國內以教師為研究對象作為探討休閒運動需求及阻礙因素卻不多見，大部分都側重在大專生方面，而負有傳道、授業、解惑的夫子們，如能幫助他們了解休閒運動的需求進一步發現其影響並阻礙參與休閒運動的因素有助於發揮其教師的影響力使其學生甚至家長、社區居民對於參與休閒運動有更進一步的了解對推廣全民休閒應有正面的意義。

因此本研究將以高中職教師在休閒運動需求及阻礙層面為題，以臺中市為例進行調查研究，除了可了解教師的休閒需求情形及阻礙因素外，亦可提供學校體育行政單位及政府相關部門，在制定政策時參考，為本研究的主要動機所在。

## 第二節 研究目的

綜合上述研究動機，本研究的目的如下：

- 一、了解臺中市高中職教師休閒需求及阻礙情形。
- 二、比較不同背景變項的臺中市高中職教師在休閒運動需求的特徵及差異情形。
- 三、比較不同背景變項的臺中市高中職教師在休閒運動阻礙的特徵及差異情形。

## 第五節 研究限制

本研究對象僅限於臺中市高中職的教師，因此研究結果的推論只限於臺中市高中職教師部分，不能顯推測其他年級上。

### 第六節 第三節 研究問題

- 依據上述的研究目的，本研究將針對下列問題進行探討。
- 一、探討臺中市高中職教師休閒需求及阻礙情形。
  - 二、不同背景變項的臺中市高中職教師在休閒運動需求上是否有顯著差異？
  - 三、不同背景變項的臺中市高中職教師在休閒運動阻礙上是否有顯著差異？

### 第四節 研究範圍

- 一、就研究對象而言
  - 一、本研究的對象為臺中市高中職教師，不包括學校實習教師、教官及職員等人員。
- 二、就地區而言
  - 一、本研究的地區，僅侷限於臺中市公私立高中職的教師。
- 三、就研究變項而言
  - 一、本研究變項，只探討休閒運動需求及休閒運動阻礙兩部分。

### 第五節 研究限制

- 一、本研究對象僅探討臺中市高中職的教師，因此研究結果的推論只限於臺中市高中職教師部分，不能類推到其他母群上。

## 第六節 名詞解釋及操作性定義

### 一、休閒運動

在閒暇時間內，經自由選擇參與體能性、樂趣性的身體活動，內容包含球類運動、戶外運動、民俗運動、舞蹈、健身活動、技擊運動及水上活動。

### 二、休閒運動需求

本研究所稱的休閒運動需求，係指高中職教師對休閒運動的需求情形，內容包括是否需要指導員指導運動方法、規則、設計運動處方、主動寄發休閒運動資料、所舉辦的教職員工休閒運動的次數是否足夠、是否願意參加休閒運動指導班、休閒活動指導班是否贊成付費。

### 三、休閒運動阻礙

本研究對休閒運動阻礙，乃是指影響個體在閒暇時間內，不喜歡參與休閒運動的理由或因素，源自張良漢、許志賢（民91）所發展的休閒運動阻礙量表，內容涵蓋「機會阻礙」、「經驗阻礙」、「個體阻礙」及「社會阻礙」等構面。

### 四、背景變項

本研究所稱的背景變項，包含如下：

- (一) 性別。
- (二) 年齡。
- (三) 教育程度。
- (四) 職業屬性。
- (五) 家庭生命週期。
- (六) 平均每月所得。
- (七) 平均每月休閒花費。

## 第二章 文獻探討

本章旨在探討與本研究相關之文獻並予以整理，作為本研究之理論依據，並提出研究假設，全章將成分成四節，第一節 休閒運動的意義與功能；第二節 休閒運動需求及相關研究之文獻；第三節 休閒運動阻礙理論與相關研究之文獻；第四節 研究假設。

### 第一節 休閒運動的意義與功能

#### 一、休閒、休閒活動、休閒運動的釋義

一般人對休閒 (leisure)、休閒活動 (recreation)、休閒運動 (recreational sport) 等名詞的意義常混淆及無法正確界定，本節將針對三者間之概念與意義，及彼此間之關係作進一步之說明：

##### (一) 休閒 (leisure)

「休閒」一詞，依語源來看，英文為 Leisure，是源自拉丁文字的 Licere，意指被允許 (to be permitted)。從 Licere 又引申為法文的 Leisir，意指自由時間 (free time)，和英文字 License，意指許可。因此，就字源而言，休閒可說是行動的自由 (陳思倫等人，民 85)。

陳定雄 (民 83) 指出，英文的 leisure 來自於中世紀的英文 licere；中世紀的英文 licere 來自古代法文的 leisir，此外希臘文中餘暇 Schole 為英文 School, Scholar, Scholastic 以及拉丁文 Schola 等字的字源。

謝政諭 (民 78) 認為，休閒是擺脫約束時間之外的一段自由時間，可以娛樂身心，甚至達到個人發展及社會成就的狀態。Kaplan (1975) 指出，休閒乃是由三種要素所構成，包括：

1. 工作相對。

2. 自願或自語的活動。

3. 有愉快的期望或回憶。

國內學者張春興(民72)認為是自由時間內，可以任意擺脫職業上目的的活動，不做任何事，可以隨心所欲自訂目標從事其他帶有工作性質的活動。

陳麗華(民80)將休閒以時間、活動及心理狀態等三個向度來定義休閒：

1. 以時間定義：意指「自由時間」free time 或可自由支配的時間 discretionary time，在這段時間內，人們不受制於任何外界加諸於自身的義務。

2. 以活動定義：Leisure 這個字源於古希臘文 Schole，意指「完全不是因為外來壓力所迫，可以全心從事之嚴謹活動」，因此其本意與工作或遊戲有區別。

3. 以心理狀態：意指不燥急、和平的、愉悅的、昇華的、澄寧的心理狀態。

## (二) 休閒活動(recreation)

休閒活動(recreation)是源自拉丁文字 recreation，意指恢復與重建，字的概念原是再創造(re-creation)－創造新自己，意指平日職責束縛之後，讓自己重新再來(涂淑芳譯，民85)。

陳定雄(民83)指出，休閒活動係指凡具有娛樂、遊戲、創造、保養、慰勞；並以解除疲勞、恢復體力、振奮精神、傷害復健、自我娛樂、促進身心健康，增進社會關係、喚起工作意願、提昇工作效率為目的；所從事之自由、自願的、自動的、健康的、有趣的、自我表現的、有益

於個人和社會的再造活動，皆稱為休閒活動。

Kraus (1990) 賦予休閒活動的定義如下：(引自體委會，民 88)

1. 休閒應被視為是種活動，而相對於停頓或完全休息。
2. 休閒涵括極廣泛的活動，如運動、遊戲、精緻藝術、音樂、旅行、社會活動，可能以個體或團體方式。
3. 活動或參與的選擇是自發，不受強迫或強制。
4. 休閒是內在動機而促發，意欲達致個人滿意感、非外在目標或回饋。
5. 休閒與心靈或態度有關而較無關個人從事之活動類別。
6. 雖然參與休閒運動動機經常是追求愉快，但其亦可能符應智性、生理或社會需求。

行政院青年輔導會(民 86)，對青少年的休閒活動價值之研究，指休閒活動的涵義有 4 種：

1. 休閒不是經濟性的活動。
2. 休閒是自願自發的活動。
3. 休閒沒有固定的模式。
4. 休閒通常不是社會上所謂重要的活動。

### (三) 休閒運動 (recreational sport)

Mull, Bayless, Ross 及 Jamieson (1997) 將休閒運動的定義為：「為參與及樂趣本身而安排參加的運動活動」。行政院體委會(民 88) 將休閒運動界定為在自由時間內，經自由選擇參與的體能性運動或休閒娛樂性運動，休閒運動可以使人獲得快樂、趣味與健康。

在休閒時間內，以動態性身體活動為方式，所選擇具有健身性、遊戲性、娛樂性、創造性、放鬆性、以達身心健康、舒解壓力為目的之運動(沈易利，民 84)。

利志明（民89）依休閒運動之特性分為：

1. 閒暇時間，可以自由支配的時間所從事的活動。
2. 所從事的活動是在我們自由意志下，自己主動選擇參與的活動。
3. 該項活動是有益身心健康或社會進步的再造活動，藉由活動的參與，可以達到鬆弛、娛樂、身心暢快或自我滿足，自我表現之效果。
4. 所從事的休閒活動是屬於動態性的活動，具有運動現象，不在乎其運動強度。
5. 休閒運動為休閒活動的一部份，休閒運動之種類包括體能性、競技性、健身性、健美性、親子性、娛樂性等各種室內或室外、陸地、空中或水中可進行之運動項目。
6. 從事休閒運動可以使個人從活動中獲得快樂、健康，有助於工作效率的提昇，人際關係的和諧及社會的安定與繁榮。

張良漢（民91）綜合各學者專家的看法指出，「休閒是一種廣義，大範圍的詮釋，其內容涵蓋休閒活動及休閒運動的內容，都是工作以外閒暇時間自由自在選擇喜愛的活動，以達到身心放鬆，享受樂趣之目的」。而彼此的關係相互關連，休閒較為抽象，休閒活動其內容明確；而休閒運動則在身體活動上較為重視，其關係情形以圖 2-1 加以界定。

- （一）帶給個人快樂，可以無負擔地進行社會實驗與研究。
- （二）增進身體健康與增加生活的多樣性。
- （三）增加個人的自由性，體驗多種生活目標。
- （四）發展人際關係與建立友誼。
- （五）娛樂與放鬆。
- （六）經由參與而滿足人生。

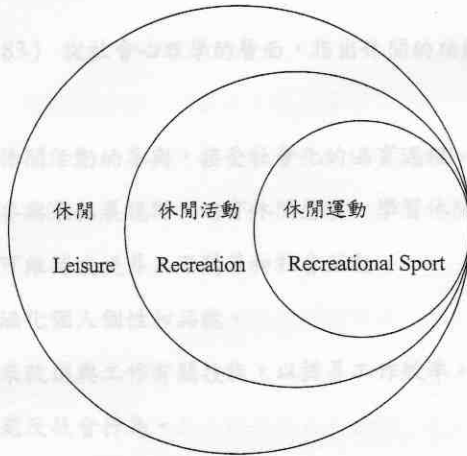


圖 2-1 休閒、休閒活動、休閒運動關係圖

資料來源：張良漢（民 91）。休閒運動參與動機、身體活動態度、休閒運動阻礙及滿意度之相關研究。臺北：師大書苑。

## 二、休閒運動的益處與功能

高俊雄（民 84）指出，參與休閒可以均衡生活體驗、健全生活內涵、提昇生命品質三個因素。Bloland（1987）則指出，休閒活動具有六大功能：

- （一）帶給個人快樂，可以無冒險地進行社會實驗與認知。
- （二）增進身體健康與增加生活的多樣貌。
- （三）增加個人的自由感、體驗各種生活目標。
- （四）發展人際關係與建立友誼。
- （五）娛樂與放鬆。
- （六）經由需求而滿足人生。

林東泰（民83）從社會心理學的層面，指出休閒的功能和價值，包含了八點：

- （一）人們透過休閒活動的參與，接受社會化的涵育過程。
- （二）藉由休閒參與來拓展視野，培育休閒態度，學習休閒技能。
- （三）休閒參與可維持或提昇人際關係和社會互動。
- （四）透過休閒涵化個人個性和品德。
- （五）藉由休閒來改進與工作有關技能，以提昇工作效率。
- （六）休閒可防範反社會行為。
- （七）休閒可發展社區意識。
- （八）休閒可啟迪人生觀和社會觀。

林宏恩（民86）指出，人類參與休閒活動可享受自然、促進體能、降低緊張、遠離塵囂、消除生理疲憊、獲得成就感、滿足人際、冒險需求、舒解懷舊情懷等功能。

行政院體委會（民88）針對各學者的看法指出，休閒運動的功能包括：

- （一）促進健康體適能：積極推動休閒運動，應可有效促進健康體適能。
- （二）紓解各種壓力：現代社會生活，充滿工作壓力、婚姻生活壓力、激烈競爭等多重壓力。休閒活動可紓解壓力、促使身體健康，故成為人類健康生活最重要活動之一。
- （三）滿足高層次心理需求：在工商精細的工商社會中，工作已不易滿足高層次心理需求；透過休閒活動的主動參與、自主活動，人們可獲得人際歸屬、愛與自尊暨自我實現的滿足。
- （四）提昇工作服務效能：推展職工休閒運動，一方面可強化職工體育，減少因病請假之機會，並可提振工作精神與士氣。

(五) 提高生活品質：沒有健康，一切生活品質都免談，故應積極推動休閒運動，俾確認健康，以提高生活品質。

(六) 其他：休閒運動可以作為競技比賽的項目，成為謀生的職業，其次，休閒運動有心理、學習、社會、治療等功能，有助於身心的復健。

Iso-Ahola (1980) 認為，人們從事休閒活動有六大功能：

(一) 經由遊戲與休閒參與可獲得社會化經驗而入社會。

(二) 藉由休閒所增進的工作技能有助於個人的表現。

(三) 發展與維持人際行為與社會互動的技巧。

(四) 娛樂與放鬆。

(五) 有助於人格發展。

(六) 避免懶惰與反社會行為。

休閒的功能不外乎促進個人身心發展與自我實現、增進工作效率與經濟成長，達成家庭良好的溝通與融洽，以及建立和諧的社會等。因此正當的休閒活動對個人、家庭、社會，乃至國家都有相當的助益。(引自張秀慧，民90)。

孫孟君(民87)指出，休閒生活對身心障礙者具有治療、復健的功能，從事休閒活動，可使有障礙的人在閒暇時間變得更獨立及自我依賴，並增加自信，更能促進障礙者在家庭、社區或機構的生活適應能力，提昇生活品質。

綜合上述各研究者發現，人們多少會感受到生活、社會工作及學業所帶來的壓力和緊張，甚至常造成不愉快的經驗，因此往往需要休閒運動的參與，藉以排除這些壓力與不快，對個人的身心及社會發展有重要的意義。

## 第二節 休閒運動需求及相關研究之文獻

### 一、休閒運動需求之特性

休閒運動需求是指在某些特定條件與假設下，於某特定的時間內發生於某地點之參與量，休閒運動需求是參與者之慾望需求與休閒運動供應狀況交互作用後所顯現之結果（陳思倫等人，民 85）。

影響休閒運動需求之因素很多，各有不同的看法，Kotler（1976）認為可歸納為四種影響層面：

- （一）地理變數：氣候、基本設施、人口密度及分布。
- （二）人口變數：性別、年齡、收入、職業、教育。
- （三）人格變數：社交個性、保守個性、領導個性。
- （四）消費者行為變數：使用率、消費動機、價格敏感度、品質敏感等。

陳思倫等人（民 85）綜合各學者指出，影響休閒活動需求之因素，主要有三大類，如下述：

- （一）個人屬性因素：包括年齡、可支配所得、教育程度、職業、休閒經驗與偏好。
- （二）社會外在因素：包括都市化程度、休閒時間、人口規模、機動性、大眾傳播媒介、社會風尚、普及性等。
- （三）休閒活動地區的特性：包括範圍大小、設施品質與容量服務水準等方面。

### 二、休閒運動需求及相關研究之文獻

行政院主計處（民 83）針對臺灣地區國民休閒生活的調查結果指出，有 69.8% 的受試者希望政府興建動態性的休閒運動設施，如：社區公園、運動場所、游泳池等，此結果足以發現國人對於動態性休閒活動

等設施的殷切期盼及需求情形。

休閒運動設施規畫最主要是提供足夠的空間供民眾使用，滿足民眾運動之需求，配合當地環境與地點，考慮運輸系統、停車場、往返時間、人口比率（教育部體育司，民 82）。

Iso-Ahola(1980)指出，人們休閒需求可能會因為下列因素而改變：

(一) 隨著生命週期而改變：參與休閒的動機會因為不同階段所著重的價值而改變。

(二) 因人、因地而改變：個人的休閒動機與他所處的休閒環境有關。

(三) 隨著情境而改變：可依休閒動機加以分類，1. 隨興式的休閒動機，係指隨情境或社會因素影響個人參與活動；2. 前一後式休閒動機，指的是個人在參與休閒活動後而對原先的休閒動機有所轉變。

London, Crandall 及 Fitzgibbons(1997)以 83 名大學生為調查對象，請他們針對每一項休閒活動所能夠滿足的需求加以評分，結果共得 15 種需求，再經因素分析加以歸納共得三個因素，分別為：

(一) 回饋 (feedback)

(二) 喜好 (liking)

(三) 積極的人際投入 (positive interpersonal involvement)

張良漢 (民 90) 在休閒運動參與動機現況、需求之研究中，以國立聯合技術學院的教職員工為研究對象中發現，教職員工在休閒運動需求方面，對專業指導員指導運動方法、規則、設計運動處方的需求頗高，另外有 55% 的受試者認為服務的學校所舉辦的教職員工休閒運動不夠，且有 47% 的受試者願意參加休閒運動指導班及 43% 的受試者贊成使用者付費，從此研究所獲悉大專院校的教職員工在休閒運動需求方面頗高。

### 第三節 休閒運動阻礙理論及相關研究之文獻

#### 一、休閒運動阻礙釋義

休閒運動阻礙 (recreational sport constraints) 係指影響個體在休閒時間內，不喜歡或不投入參與休閒運動，如：球類運動、戶外運動、民俗運動、舞蹈、健身活動、技擊運動及水上活動等身體活動的理由或因素 (張良漢，民 91)。

鍾瓊珠 (民 86) 認為，休閒阻礙係指抑制或減少休閒活動與參次數和愉快感的種種因素，即便在休閒行為過程中，任何阻止或限制個人參與休閒的頻率、持續性及參與品質的因子。

Ellis 與 Rademacher (1986) 將休閒活動阻礙定義為：任何阻止或限制個人參與休閒活動的頻率 (frequency)、持久性 (duration) 及參與質 (quality) 的因子皆為休閒阻礙 (引自陳思倫等人，民 85)。

#### 二、休閒運動阻礙相關研究

陳思倫等人 (民 85) 指出，阻礙參與休閒活動的因素有二：一為休閒外在阻礙之因素；另一為個人阻礙因素分述，如下述：

##### (一) 外在阻礙因素

1. 外在經濟因素。
2. 人口因素。
3. 社會結構。
4. 社會型態。
5. 罪犯和破壞公物、都市髒亂等情形。
6. 資源。
7. 大眾交通工具。

## (二) 個人阻礙因素

1. 個性。

2. 知覺和態度。

3. 知識和技能。

4. 性別。

5. 年齡與家庭生命週期。

6. 文化和次文化的影響。

7. 目標和生活型態、居住地區。

8. 職業、收入、金錢分配。

9. 可利用之休閒時間。

Crawford 與 Godbey (1987) 研究指出，休閒阻礙分成三種型態：

(一) 個人內在阻礙 (intrapersonal constraint)：是指個人的心理狀態，包括沮喪、慾望、壓力等。

(二) 人際間的阻礙 (interpersonal constraint)：是指人和人之間互相影響的結果。

(三) 結構性的阻礙 (structural constraint)：是指影響個體休閒喜好的外在因素，包括資源、設備、時間或金錢等因素。

文崇一 (民 79) 以臺灣地區民眾為研究對象研究發現教育程度的高低、年齡大小及休閒時間的多寡，對休閒行為產生實質的影響；另外許義雄、陳皆榮 (民 82) 調查青少年休閒活動現況及其障礙因素之研究，發現青年參與休閒活動的前五項阻礙因素依序為：興趣、時間、個性、同伴及經費。

1980 黃立賢 (民 85) 以專科學生為研究對象，針對休閒興趣相關研究發現，休閒活動參與的阻礙因素依序為：

- (一) 時間的限制。
- (二) 零用錢不夠。
- (三) 缺乏同伴。
- (四) 沒有適當的場地。
- (五) 課業壓力太重。
- (六) 相關知識不足。
- (七) 缺乏資訊來源。
- (八) 相關技巧或能力不足。
- (九) 缺乏指導的人。
- (十) 場地不安全。
- (十一) 交通不便。
- (十二) 父母不鼓勵。
- (十三) 體力不夠。
- (十四) 師長不鼓勵。

張良漢 (民 91) 以 1622 名中區大專院校的學生為研究對象，結果發現其休閒運動阻礙以「機會阻礙」最大，其次依序為「經驗阻礙」、「個體阻礙」及「社會阻礙」，另外不同性別、公私立別、就讀部別、學校屬性在休閒運動阻礙各層面均有顯著差異。

## (二) 休閒運動阻礙的測量

最早以休閒阻礙為研究主題的是在美國 1960 年代初期的戶外活動資源回顧委員會的國家級研究，主要是重於外在阻礙影響參與因素，如：公共設施、金錢、時間等對休閒參與所造成的阻礙。到了 1970 年代和

1980 年代休閒阻礙的研究則重視在知識上的教育和社會心理學上的阻礙因素（引自陳藝文，民 89）。

Crawford 與 Godbey (1987) 將各研究所指出的休閒阻礙因素加以歸納，並編製休閒阻礙量表；另外 Crawford、Jackson 與 Godbey (1991)；Raymore、Godbey、Crawford 與 Von Eye (1993)；Raymore、Godbey 與 Crawford (1994) 及陳藝文 (民 89) 加以修訂。

張良漢、許志賢 (民 91) 以中區大專院校學生共 979 人為研究樣本，以 Crawford 與 Godbey (1987) 及 Mull, Bayless, Ross 及 Jamieson (1997) 理論模式為基礎，透過質性的研究進行深度訪談及量的研究加以編製休閒運動阻礙量表 (Recreational Sport Constraints Scale, 簡稱 RSCR)，量表初編完成以項目分析了解其鑑別度，另外為求嚴謹再以積差相關求出與量表總分之相關，結果發現鑑別度頗高，相關值高達 0.4 以上，再以探索性因素作為量表的建構效度，共發展出四個因素：「個體阻礙」、「經驗阻礙」、「社會阻礙」及「機會阻礙」，累積總變異量為 62.321%，最後以 Cronbach  $\alpha$  來衡量其信度，各分量表 Cronbach  $\alpha$  介於 .8262-.9035 之間，所編製的休閒運動阻礙量表具有良好的建構效度與信度。

綜合上述各研究者均指出阻礙參與休閒運動會受到個人的心理狀態、人與人之間的相互影響及外在因素所影響，不同的背景變項中有顯著差異，特別在性別方面尤為明顯，因此了解不同背景的差異所在有助於休閒運動推廣更為順暢。

表 2-1：不同性別的臺中市高中職教師在休閒運動阻礙上有顯著差異。

表 2-2：不同教育程度的臺中市高中職教師在休閒運動阻礙上

## 第四節 研究假設

假設 2-3：不同背景變項的臺中市高中職教師在休閒運動阻礙上

本研究假設乃根據研究動機及研究目的之需並參考相關文獻而訂，而本研究所驗證的假設如下：

假設一、不同背景變項的臺中市高中職教師在休閒運動需求上有差異。

假設 1-1：不同背景變項的臺中市高中職教師需要專業指導員指導運動方法上有顯著差異。

假設 1-2：不同背景變項的臺中市高中職教師需要專業指導員指導運動規則上有顯著差異。

假設 1-3：不同背景變項的臺中市高中職教師需要體育組幫您設計運動處方上有顯著差異。

假設 1-4：不同背景變項的臺中市高中職教師需要體育組主動寄發相關休閒運動資料給您有顯著差異。

假設 1-5：不同背景變項的臺中市高中職教師在您認為您所服務的學校所舉辦的教職員工休閒運動足夠有顯著差異。

假設 1-6：不同背景變項的臺中市高中職教師在您所服務的學校如果成立休閒運動指導班願意參加有顯著差異。

假設 1-7：不同背景變項的臺中市高中職教師在您所服務的學校如果成立休閒運動指導班贊成付費有顯著差異。

假設二、不同背景變項的臺中市高中職教師在休閒運動阻礙上有顯著差異。

假設 2-1：不同性別的臺中市高中職教師在休閒運動阻礙上有顯著差異。

假設 2-2：不同教育程度的臺中市高中職教師在休閒運動阻礙上

有顯著差異。

## 研究方法

假設 2-3：不同職業屬性的臺中市高中職教師在休閒運動阻礙上有顯著差異。

假設 2-4：不同年齡的臺中市高中職教師在休閒運動阻礙上有顯著差異。

假設 2-5：不同家庭生命週期的臺中市高中職教師在休閒運動阻礙上有顯著差異。

假設 2-6：不同平均每月所得的臺中市高中職教師在休閒運動阻礙上有顯著差異。

假設 2-7：不同平均每月休閒花費的臺中市高中職教師在休閒運動阻礙上有顯著差異。



圖 3-1 本研究架構圖

## 第三章 研究方法

本章擬分成五節加以敘述：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 資料處理方法，分述如下：

### 第一節 研究架構

本研究以國立臺中一中及國立臺中師範的教師為本研究的預試對象，樣本曾取樣於 2001 年 12 月 24 日至 12 月 31 日實施預試，共計 100 人。依據研究目的與文獻探討結果，本研究的觀念性架構，如圖 3-1 所示。

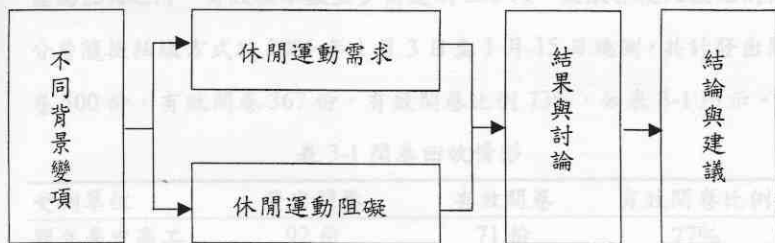


圖 3-1 本研究架構圖

## 第二節 研究對象

本研究調查對象為臺中市公私立高中職的教師，其中調查對象不包含學校職員、教官及實習老師等部分，研究對象擬分成二個部分：一為「預試對象」，二為「正式對象」茲說明如下：

### 一、預試對象

本研究以國立臺中一中及國立臺中高農的教師為本研究的預試對象，採立意取樣於2001年12月24日至12月31日實施預試，共計發出問卷100份，作為休閒運動阻礙量表鑑別度之信度與效度考驗。

### 二、研究對象

本研究正式對象其母群體為臺中市高中職教師，研究者施測前，由教育部中部辦公室得知其母群體數為1227人，而本研究其抽樣誤差為 $\pm 5\%$ 之內，有效樣本數至少需達到350人，故依各校人數比例採分層隨機抽樣方式於2001年1月3日至1月15日施測，共計發出問卷500份，有效問卷367份，有效問卷比例73%，如表3-1所示。

表 3-1 問卷回收情形

受測單位	發出問卷	有效問卷	有效問卷比例
國立臺中高工	92份	71份	77%
國立臺中高農	52份	43份	82%
國立臺中家商	51份	41份	80%
國立臺中一中	75份	51份	68%
國立臺中二中	73份	42份	57%
國立臺中女中	52份	36份	69%
私立光華高工	42份	33份	78%
國立文華高中	63份	50份	79%
	500份	367份	73%

### 第三節 研究流程

本研究流程與步驟，如圖 3-2 所示。

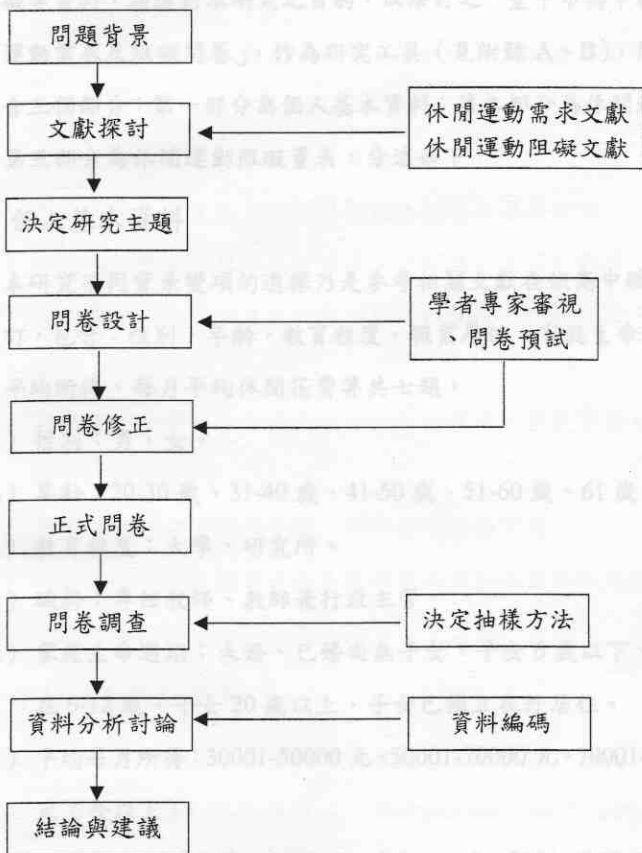


圖 3-2 研究流程圖

## 第四節 研究工具

本研究以問卷調查法來蒐集臺中市高中職教師在休閒運動需求及阻礙等資料，為達到本研究之目的，以修訂之「臺中市高中職教師休閒運動需求及阻礙問卷」，作為研究工具（見附錄 A、B），問卷內容包含三個部分：第一部分為個人基本資料；第二部分為休閒運動需求；第三部分為休閒運動阻礙量表，分述如下：

### 一、個人基本資料

本研究不同背景變項的選擇乃是參考相關文獻在依高中職之現況而訂，包含：性別、年齡、教育程度、職業屬性、家庭生命週期、每月平均所得、每月平均休閒花費等共七題。

（一）性別：男、女。

（二）年齡：20-30 歲、31-40 歲、41-50 歲、51-60 歲、61 歲以上。

（三）教育程度：大學、研究所。

（四）職務：專任教師、教師兼行政主管。

（五）家庭生命週期：未婚、已婚尚無子女、子女 6 歲以下、子女在 6-12 歲、子女 20 歲以上、子女已獨立在外居住。

（六）平均每月所得：30001-50000 元、50001-70000 元、70001-90000 元（含以上）。

（七）平均每月休閒花費：2000 元（含以下）、2001-4000 元、4001-6000 元、6001-8000 元、8001-10000 元、10001 元（含以上）。

## 二、休閒運動需求

本研究的休閒運動需求包含：

- (一) 從事休閒運動時，您是否需要專業的指導員指導您運動的方法？
- (二) 從事休閒運動時，您是否需要專業的指導員指導您運動的規則？
- (三) 您是否需要體育組幫您設計運動處方？
- (四) 您是否需要體育組主動寄發相關休閒運動資料給您？
- (五) 您服務的學校所舉辦的教職員工休閒運動是否足夠？
- (六) 您所服務的學校如果成立休閒運動指導班，您是否願意參加？
- (七) 您所服務的學校如果成立休閒運動指導班，您是否贊成付費？
- (八) 您通常透過以下何種管道，獲得休閒運動資訊？
- (九) 您認為您所服務的學校最急需興建的運動場館設施是什麼？
- (十) 您最想參加的休閒運動是什麼？

## 三、休閒運動阻礙量表

本研究用以評量休閒運動阻礙量表是源自張良漢、許志賢（民91）所編製的休閒運動阻礙量表（Recreational Sport Constraints Scale，簡稱 RSCR），依本研究之需要加以改編而成，原始量表題目共有 25 題，經預試、項目分析，制定正式量表共 24 題。

(一) 計分方式 2. 休閒運動阻礙量表項目分析摘要表

本量表採 (Likert-type scale) 五點計分評量法, 根據受試者填答於量表之情形, 按其同意程度情形從「非常同意」、「同意」、「沒意見」、「不同意」、「非常不同意」, 分別給予 5、4、3、2、1 的分數。

## (二) 項目分析

本量表以獨立樣本 t 考驗, 將受試者於量表答題反應情形, 取上下各 27% 的分數加以分組, 作為量表內各題目鑑別力衡量方法, 其中以決斷值 CR 須大於 3 以及與量表總分之相關係數須大於 0.4 以上, 作為衡量標準。休閒運動阻礙量表經項目分析結果發現, 量表中的第 18 題未達顯著水準, 且決斷值未大於 3, 決定將其刪除, 正式量表題目為 24 題。項目分析結果, 如表 3-2 所示。

人口結構的變多會影響我參與休閒運動	6.791*	.5613	
社會風氣會影響我參與休閒運動	10.967*	.4480	
傳統風俗習慣會影響我參與休閒運動	9.342*	.4235	
資訊的新奇會影響我參與休閒運動	8.642*	.4607	
同儕團體會影響我參與休閒運動	2.715	.3611	刪除項目
休閒運動設施的增設會影響我參與休閒運動	3.942*	.4171	
休閒運動設施的增設會影響我參與休閒運動	7.059*	.4115	
休閒運動設施的品質會影響我參與休閒運動	6.921*	.3937	
休閒運動設施的可及性會影響我參與休閒運動	7.609*	.4089	
休閒運動設施的齊全會影響我參與休閒運動	8.100*	.4060	
休閒運動設施所提活動項目會影響我參與休閒運動	6.307*	.4790	
休閒運動設施所提服務好壞會影響我參與休閒運動	7.000*	.4026	

表 3-2 休閒運動阻礙量表項目分析摘要表

題號	題目內容	決斷值 (CR)	相關值	備註
1.	性別的因素影響我參與休閒運動-----	9.172*	.4276	
2.	年齡的因素會影響我參與休閒運動-----	11.814*	.4332	
3.	生活壓力會影響我參與休閒運動-----	7.298*	.4032	
4.	個人休閒花費的多寡會影響我參與休閒運動-----	6.519*	.4241	
5.	個人工作環境會影響我參與休閒運動-----	8.447*	.5028	
6.	個性因素會影響我參與休閒運動-----	10.257*	.5048	
7.	個人休閒運動的經驗會影響我參與休閒運動-----	9.032*	.5666	
8.	個人休閒運動的知覺會影響我參與休閒運動-----	10.148*	.6207	
9.	個人休閒運動的興趣與偏見會影響我參與休閒運動----	8.786*	.5078	
10.	個人休閒態度與動機會影響我參與休閒運動-----	8.632*	.5663	
11.	個人的休閒運動技能會影響我參與休閒運動-----	7.549*	.4827	
12.	日常生活的壓力會影響我參與休閒運動-----	8.991*	.5613	
13.	文化的因素會影響我參與休閒運動-----	11.991*	.5428	
14.	人口結構的因素會影響我參與休閒運動-----	10.067*	.4480	
15.	社會風尚會影響我參與休閒運動-----	9.342*	.4215	
16.	傳統風俗習慣會影響我參與休閒運動-----	9.819*	.4125	
17.	宗教信仰會影響我參與休閒運動-----	8.642*	.4607	
18.	同儕團體會影響我參與休閒運動-----	2.715	.3611	刪除該題
19.	休閒運動的種類會影響我參與休閒運動-----	5.942*	.4171	
20.	休閒運動設施週遭的環境會影響我參與休閒運動-----	7.039*	.4118	
21.	休閒運動設施的品質會影響我參與休閒運動-----	6.421*	.3957	
22.	休閒運動設施的可及性及位置會影響我參與休閒運動-	7.649*	.4089	
23.	休閒運動設施的多寡會影響我參與休閒運動-----	8.100*	.4060	
24.	休閒運動設施所提供活動項目會影響我參與休閒運動-	6.907*	.4790	
25.	休閒運動設施所提供服務好壞會影響我參與休閒運動-	7.000*	.4026	

\* $p < .05$

### (三) 因素分析

休閒運動阻礙量表在項目分析後，將具有鑑別力的 24 題以因素分析建構效度，其方法是取特徵值大於 1 以最大變異法主要成份分析 (principal components analysis) 正交轉軸方式進行及取因素負荷量 (factor loading) 大於 0.4 以上，作為建構效度之取捨標準。另外為驗證原量表之因素構面將因素值設為四個，因素分析結果及命名情形說明如下：

#### 1. 機會阻礙構面

係由第 20、24、21、23、22、19、18 等七題所組成，此構面的七題內容均是參與休閒運動與機會有關，故命名為「機會阻礙」。因素負荷量介於.513-.832 之間，累積解釋變異量 16.198%。

#### 2. 經驗阻礙構面

係由第 10、9、8、7、11、12 等六題所組成，此構面的六題內容均是參與休閒運動受到過去的經驗影響，故命名為「經驗阻礙」。因素負荷量介於.562-.773 之間，累積解釋變異量 32.016%。

#### 3. 社會阻礙構面

係由第 16、15、14、13、17 等五題所組成，此構面的五題內容均是參與休閒運動會受到社會因素影響，故命名為「社會阻礙」。因素負荷量介於.691-.805 之間，累積解釋變異量 45.149%。

#### 4. 個體阻礙構面

係由第 2、1、3、5、6、4 等六題所組成，此構面的六題內容均是參與休閒運動與個人本身的因素，故命名為「個體阻礙」。因素負荷量介於.483-.756 之間，累積解釋變異量 56.477%。

休閒運動阻礙量表經由因素分析結果，所形成的四個因素構面，

皆與原編著者內容相同，具有良好的建構效度，因素分析結果如表 3-3 所示。

表 3-3 休閒運動阻礙因素分析摘要表

題號	因素一 機會阻礙	因素二 經驗阻礙	因素三 社會阻礙	因素四 個體阻礙
20	.832			
24	.776			
21	.765			
23	.725			
22	.711			
19	.698			
18	.513			
10		.773		
9		.765		
8		.755		
7		.722		
11		.654		
12		.562		
16			.805	
15			.793	
14			.789	
13			.702	
17			.691	
2				.756
1				.720
3				.656
5				.558
6				.547
4				.483
特徵值	3.887	3.796	3.152	2.719
解釋變異量	16.198	15.818	13.133	11.328
累積解釋變異量	16.198	32.016	45.149	56.477

#### (四) 信度分析

休閒運動阻礙量表，以內部一致性的信度 Cronbach  $\alpha$  來衡量總量表及各因素之信度，結果發現總量表及各因素的 Cronbach  $\alpha$  係數均高於 0.7 以上，休閒運動阻礙量表內容趨於一致性及穩定性，依 Nunnally (1978) 指出一般而言信度係數 0.7 以上即具有可靠信，並為可接受的水準；若係數低於 0.35 則須予以拒絕，因此本量表具有良好的信度，信度分析結果如表 3-4。

表 3-4 休閒運動阻礙量表信度分析摘要表

因素	內含題目	Cronbach $\alpha$
機會阻礙	20,24,21,23,22,19,18	.8587
經驗阻礙	10,9,8,7,11,12	.8558
社會阻礙	16,15,14,13,17	.8383
個體阻礙	2,1,3,5,6,4	.7477
總量表	共 24 題	.8776

### 第五節 資料處理方法

本研究所得資料以 SPSS for Windows 10.0 版統計套裝軟體進行資料處理分析，依研究目的及驗證假設，其方法統計說明如下：

#### 一、描述統計

- (一) 平均數及標準差：用以描述樣本在休閒運動阻礙量表的答題情形。
- (二) 次數分配與百分比：用以描述不同背景變項及休閒運動需求的分佈情形。

## 二、推論統計

- (一) 獨立樣本 t 考驗 (t-test): 以不同背景變項中的性別、教育程度、職業屬性為自變項, 考驗樣本在休閒運動阻礙量表各因素構面上是否有顯著差異。
- (二) 獨立樣本單因子變異數分析 (one-way ANOVA): 以不同背景變項中的年齡、家庭生命週期、平均每月所得、平均每月休閒花費為自變項, 考驗樣本在休閒運動阻礙量表各因素構面上, 是否有顯著差異。
- (三) 雪費爾 (Scheffe's) 事後比較: 在獨立樣本單因子變異數分析之後有顯著差異時, 用以找出差異的組別。
- (四) 卡方檢定 (Chi-square): 以不同背景變項為自變項, 考驗樣本在休閒運動需求上是否有顯著差異。
- (五) 本研究所有顯著水準為  $\alpha = .05$ 。

## 三、本研究資料統計分析架構

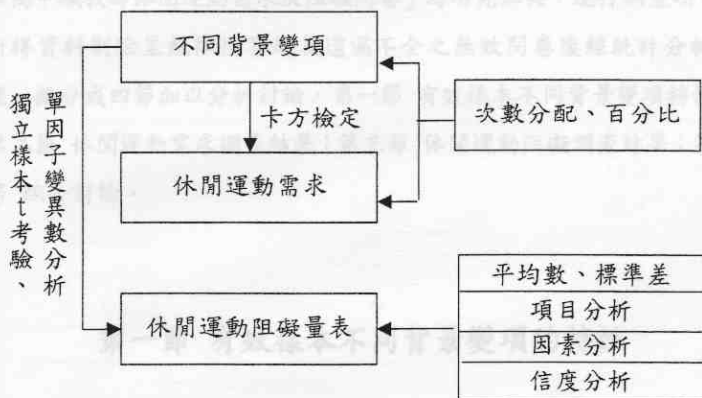


圖 3-3：本研究資料統計分析架構圖

## 一、性別

本研究受試者之性別分佈情形，詳如表 4-1 所示。教師性別，女性教師人數最多，佔 51.2%，而男性教師則佔 48.8%。

表 4-1 教師性別分配統計表

性別	次數	百分比 (%)
男	179	48.8
女	188	51.2
總計	367	100.0