

國中教師休閒態度與休閒運動參與之研究

曾袖貽、NOTE

E-mail: 343892@mail.dyu.edu.tw

摘要

本研究論文之目的在探討彰化縣國中教師休閒運動參與及休閒態度之狀況，期能將研究結果提供相關單位日後在推動類似活動或推展休閒運動產業時之參考，藉此喚起國中教師對休閒運動更加重視，透過教育的力量，將正確觀念融入教學中，讓下一代也能感受休閒運動的重要。

本研究以彰化縣縣立國中教師為研究對象，採取隨機取樣，共抽取有效樣本 310 人，回收有效問卷 292 份，問卷內容包含了個人基本資料、休閒運動參與、休閒態度量表三個部分。問卷分析以 SPSS12.0 套裝軟體為研究工具，並以描述統計、t 檢定、單因子變異數分析進行統計分析。

研究結果發現，從事休閒運動參與教師群裡，每週參與一次居多，每週時間為半小時不滿一小時，休閒運動參與項目為散步、健走、慢跑、騎自行車、羽球等。而在休閒態度係以休閒認知最高；且在不同性別、年齡、職務及任教科目之國中教師在休閒態度皆有顯著之差異。

關鍵詞：休閒運動、休閒運動參與、休閒態度、國中教師

目錄

封面內頁	
簽名頁	
中文摘要.....	ii
ABSTRACT.....	iii
誌謝.....	iv
目錄.....	v
圖目錄.....	ix
表目錄.....	x
第一章 緒論	
1.1 研究背景與動機.....	1
1.1.1 研究背景.....	1
1.1.2 研究動機.....	2
1.2 研究目的.....	4
1.3 論文架構.....	4
1.4 研究流程.....	5
1.5 名詞解釋.....	7
1.6 研究範圍與限制.....	8
第二章 文獻探討	
2.1 休閒運動參與理論之相關研究.....	10
2.1.1 休閒的字源.....	10
2.1.2 休閒的定義.....	11
2.1.3 休閒運動的意義.....	14
2.1.4 休閒運動的功能.....	16
2.1.5 休閒運動項目的分類.....	17
2.1.6 教師休閒運動參與.....	18
2.2 休閒態度理論之相關研究.....	19
2.2.1 態度的定義.....	19
2.2.2 休閒態度的定義.....	22
2.2.3 休閒態度之衡量.....	23
2.3 休閒運動參與及休閒態度之相關研究探討.....	25

2.3.1 教師休閒運動參與之相關研究.....	25
2.3.2 休閒態度的理論之相關研究.....	27
第三章 研究方法	
3.1 研究架構.....	29
3.2 研究假設.....	30
3.3 研究對象及選樣方法.....	30
3.3.1 研究對象.....	30
3.3.2 選樣方法.....	31
3.4 問卷與量表設計.....	32
3.5 資料處理與分析方法.....	35
3.5.1 資料處理.....	35
3.5.2 分析方法.....	37
3.6 信度與效度分析.....	39
3.6.1 信度分析.....	39
3.6.2 建立專家內容效度.....	39
第四章 研究結果與討論	
4.1 樣本資料分析.....	41
4.2 教師休閒運動參與之分析.....	44
4.3 教師休閒態度之分析.....	48
4.4 不同背景變之教師在休閒態度上差異之探討.....	52
4.5 研究假設驗證情形.....	63
第五章 結論與建議	
5.1 研究結論.....	67
5.2 研究建議.....	71
參考文獻	
中文部分.....	74
英文部分.....	80
附錄	
附錄一.....	83
附錄二.....	89
附錄三.....	92

圖目錄

圖 1.1 研究流程圖.....	6
圖 2.1 應用在運動的態度三元素觀點圖.....	21

表目錄

表 2.1 各類休閒觀點彙整表.....	13
表 2.2 專家學者對休閒運動之定義摘要表.....	15
表 2.3 專家學者對休閒運動項目的分類.....	18
表 2.4 專家學者對態度的定義.....	22
表 2.5 專家學者對休閒態度之定義摘要表.....	23
表 2.6 休閒態度量表之比較.....	24
表 2.7 國內休閒態度相關研究摘要表.....	28
表 3.1 彰化縣國中學校數與教師人數抽取之統計表.....	31
表 3.2 問卷樣本回收表.....	32
表 3.3 信度分析對照表.....	37
表 3.4 國中教師休閒態度問卷信度分析表.....	39
表 3.5 建立專家內容效度之專家名單.....	40
表 4.1 樣本基本資料分析表.....	43
表 4.2 休閒運動參與次數分析表.....	45
表 4.3 休閒運動參與時間分析表.....	45

表 4.4 休閒運動參與項目統計表.....	46
表 4.5 休閒運動參與類別統計表.....	48
表 4.6 休閒態度分析表.....	49
表 4.7 教師休閒態度之層面分析表.....	51
表 4.8 不同性別之國中教師在休閒態度獨立樣本 t 檢定分析表.....	53
表 4.9 不同年齡之國中教師在休閒態度單因子變異數分析表.....	54
表 4.10 不同學歷之國中教師在休閒態度單因子變異數分析表.....	56
表 4.11 不同職務之國中教師在休閒態度單因子變異數分析表.....	57
表 4.12 不同教學年資之國中教師在休閒態度單因子變異數分析表.....	59
表 4.13 不同任教科目之國中教師在休閒態度單因子變異數分析表.....	61
表 4.14 不同婚姻狀況之國中教師在休閒態度獨立樣本t檢定分析表.....	63
表 4.15 研究假設驗證一覽表.....	64
表 4.16 研究假設有顯著差異之差異性分析表.....	66

參考文獻

- 一、中文部份
1. 尤逸歆(2004), 國小教師休閒運動?與、工作倦怠與生活滿意之研究。雲?科技大學休閒運動研究所碩士論文。
 2. 王文科(2000), 教育概論。台?市:五南圖書有限公司。
 3. 王昭正(2003), 休閒導論。台?市:品度有限公司。
 4. 中華民國體育學會(2000), 休閒活動專書。台?市:中華民國體育學會。
 5. 石宜正(2005), 高中(職)教師工作壓?、休閒需求及休閒?與之研究。朝陽科技大學休閒事業管?研究所碩士論文。
 6. 行政院主計處(2000), 台灣地區社區發展趨勢調查報告。台?市:行政院主計處。
 7. 行政院體育委員會(2005), 建構運動與健康兼具的新生活觀。國民體育季刊, 34(1), 4-6 頁。
 8. 李文題(2001), 國中教師的代間流動及影響其休閒?與之因素研究。朝陽科技大學休閒事業管?研究所碩士論文。
 9. 李嘉慶(2002), 屏東縣偏遠地區國小教師休閒運動?與現況與動機之調查研究。國立臺灣體育學院體育研究所碩士論文。
 10. 巫影潭(2006), 醫師休閒運動態度、?與行為及工作壓?之研究。國立體育學院體育推廣學研究所碩士論文。
 11. 吳承典(2003), 雲?縣國小教師休閒運動?與及阻礙因素之研究。國立雲?科技大學休閒運動研究所碩士論文。
 12. 吳松齡(2006), 休閒活動設計規劃。臺?:揚智文化。
 13. 吳槐芬(2006), 臺?市高中職特教教師休閒運動?與現況及阻礙因素。臺?市立體育學院運動科學研究所碩士論文。
 14. ?車教育基?會(2006), 無私真愛教師問卷調查, 臺?。
 15. ?佑隆(2006), 彰化地區國小學童休閒運動?與及滿意度之研究。大葉大學休閒事業管?研究所碩士論文。
 16. ?長青(2009), 在「高高屏區福智團體成員?與休閒運動與團體凝聚?之個案研究」。
 17. 胡信吉(2003), 花蓮地區青少年休閒活動現況與休閒阻礙因素之研究。國立臺灣師範大學體育研究所碩士論文。
 18. 涂淑芳(譯)(1996), 休閒與人?行為(G. Bammel, & L.L. Burrus-Bammel 原著)。台?:桂冠圖書。
 19. 洪朱璋(2004), 台?市國民小學教師工作壓?與運動?與行為相關研究。臺?市立師範學院國民教育研究所碩士論文。
 20. 高俊雄(2004), 運動休閒事業管??論與實務。臺?:體育學會。
 21. 孫碧津(2004), 警察人員休閒運動阻礙及幸福感之研究-以雲?縣為例。國立雲?科技大學休閒運動研究所碩士論文。
 22. 程紹同(1994), 從行銷概念談運動休閒服務。國民體育季刊, 23(1), 63-70 頁。
 23. 連婷治(1998), 台?縣國小教師休閒態度與休閒運動?與之相關研究。國立新竹師範學院國民教育研究所碩士論文。
 24. 黃?柱(2007), 休閒概論。臺?市:師大書苑。
 25. 黃義良(2001), 九年一貫課程下的教師工作壓?與調適策?。國教輔導, 第 41 卷, 第 2 期, 6-9 頁。
 26. 葉智魁(2006), 休閒研究 - 休閒觀與休閒專論。品度圖書:臺?。
 27. 葉子明(2006), 新產品開發階段工具之使用與績效模式之建立分析。中原大學工業工程研究所博士論文。
 28. 張春興(1989), 張氏心?學辭典張氏心?學。台?市:東華書局。
 29. 張春興(1991), 現代心?學。台?市:東華書局。
 30. 張翠珠(2001), 高屏地區大學生休閒?與休閒教育需求及其相關因素之研究。國立屏東大學國民教育研究所碩士論文。
 31. 張文禎(2001), 國小學生休閒態度與休閒?與之研究-以屏東縣為例。國立屏東師範學院國民教育研究所碩士論文。
 32. 張健群(2009), 國中教師工作壓?、休閒運動?與與身心健康之研究。國立嘉義大學國民教育研究所碩士論文。
 33. 陳仲杰(2006), 臺?市公立高工教師休閒運動?與現況及動機之研究。臺?市立體育學院休閒與運動管?研究所碩士論文。
 34. 陳肇芳(2007), 大學校院學生休閒運動?與、涉入與滿意度關係之研究。國立嘉義大學體育與健康休閒研究所碩士論文。
 35. 陳忠強(2005), 健身運動態度有關?論模式之探討。大專體育, 81, 137 頁。
 36. 陳彥光(2007), 花蓮縣國小教師休閒運動?與及阻礙因素之研究。國立台東大學體育學系體育教學研究所碩士論文。
 37. 陳錫平(2008), 中部地區自行車活動?與的休閒態度、深度休閒對休閒效益的影響研究。國立雲?科技大學休閒運動研究所碩士論文。
 38. 陳挺豪(2005), 開南管?學院學生運動狀況、態度、認知之研究。通識研究集刊, 7, 99-116 頁。
 39. 馮意雄(2005), 工作壓?與休閒運動?與之研究-以臺?縣兼職行政教師為例。國立臺灣師範大學體育研究所碩士論文。
 40. 詹德基(2007), 中國休閒運動之興起與發展。?岸體育與運動休閒產業發展研討會論文集, 59, 1-12 頁。
 41. 董至聖(2005), 社會階級與休閒態度、休閒生活風格及休閒滿意度之研究-以宜?縣民眾為例。國立體育學院體育研究所碩士論文。
 42. 薛宜娟(2010), 醫療機構人員溫泉休閒態度與健康促進生活型態之相關性研究-以台南地區為例。嘉南藥?科技大學溫泉產業研究所碩士論文。
 43. 楊?梅、顧毓群(2004), 大學生休閒運動態度?表編制與調查。體育學報, 37 輯, 149-162 頁。
 44. 蔡宏進(2004), 休閒社會學。台?市:三民書局。
 45. 賴清財(2000), 我國?區軍事院校學生休閒運動需求探討。中國文化大學運動教練研究所碩士論文。
 46. ?玫諭(2005), 台?縣中等學校教師休閒運動態度與休閒運動?與之研究。輔仁大學體育研究所碩士論文。
 47. ?雅萍(2006), 高雄市國小級任教師運動?與行為、工作壓?與身心健康之研究。國立高雄師範大學教育研究所碩士論文。
 48. 謝鎮偉(2002), 大學教職員工?與休閒運動狀況與阻礙因素之 2 月 1 日。網址 <http://erw.chc.edu.tw/schdatav2/faculty.php>
- 二、英文部份
1. Allen, L.R. (1982). The relationship between Murray ' s personality need and leisure interests. *Journal of Leisure Research*, 14, 63-76.
 - Bammel, G., & Burrus-Bammel, L.L. (1992). *Leisure and human Behavior* (2 nd ed.) Dubuque, IA: William C.

Brown, C. (1964). *Leisure in America: blessing or curse*. Monograph. New Series, Number 4. Philadelphia: American Academy of Political and Social Science.

3. Casperson, C. J., Powell, K. E., & Christenson, G. M. (1985). Physical activity, exercise, and physical fitness: Definitions and distinctions for health-related research. *Public Health Reports*, 100(2), 126 – 131.

4. Centers for Disease Control and Prevention. (2008). How much exercise do you need? Retrieved October 1, 2008 from the World Wide Web: <http://www.cdc.gov/nccd/php/dnpa/physical/everyone/recommendedations/index.htm>

5. Cuieford, J. P. (1965). *Fundamental Statistics in Psychology And Education* (4th ed.). New York: McGraw Hill.

6. Depart for Culture Media and Sport. (2004). *Statistical Release Participation in Sporting and Cultural Activities-Analysis of the UK 2000 Time Use Survey*. London: DCMS.

7. Estrem-Fuller, N. E. (1990). *Attitude of adults toward leisure: A life span perspective*. University of Wisconsin-Madison, WI.

8. Evenson, K. R., Savitz, D. A., & Huston, S. L. (2004). Leisure-time physical activity among pregnant women in the US. *Paediatric and Perinatal Epidemiology*, 18(6), 400-407.

9. Eagly, A., & Chaiken, S. (1993). *The psychology of attitudes*. Fort Worth, TX: Harcourt Brace Jovanovich College.

10. Fishbein, M., & Ajzen, I. (1975). *Belief, Attitude, Intention Behavior and: An Introduction to Theory and Research*. MA: Addison-Wesley.

11. Fox, K. R. (1987). *Physical self-perceptions and exercise involvement*. Unpublished doctoral dissertation. Arizona State University, Ann Arbor.

12. Gau, L. S. (2008). Sport attitudes across cultures: Socialization process through family, education, and societal agents. *Journal of Sports Knowledge (運動知識學報, 真?大學)*, 5, 137-144 頁.

13. Gau, L. S., & Korzenny, F. (2009). Examine values associated with sport attitude and consumption behavior. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 37(3).

14. Greenberg, J. S. (2000). *壓?管? (潘正德譯)*。 *臺?:心? (原著出版於1995)*。

15. Hovland, C. I., & Rosenberg, M. J. (ed.). (1960). *Attitude, Organization and Change: An Analysis of Consistency among Attitude Components*. New Haven, Conn.: Yale University Press.

16. Iso-Ahola, S. E. (1980). *The social psychology of leisure and recreation*. Dubuque, IA: Wm. C. Brown.

17. Kaplan, M. (1975). *Leisure: Theory and policy*. New York: John Wiley & Sons.

18. Kando, T. M. (1980). *Leisure and popular culture in transition*. St Louis: C. V. Mosby.

19. Kelly, J. R. (1990) (2nd Ed.). *Leisure*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.

20. Kuchinsky, C. (2006). *The Most Stressful Jobs in America Stress in the American Workplace*. Retrieved July 25, 2008 from the World Wide Web: http://www.associatedcontent.com/article/92667/the_most_stressful_jobs_in_america.html?cat=5521

21. Long, B. C., & Haney, C. J. (1986). Enhancing physical activity in sedentary women: Information, locus of control, and attitudes. *Journal of Sport Psychology*, 8, 8-24.

22. Mannell, R. C., & Kleiber, D. A. (1997). *A social psychology of leisure*. State College, PA: Venture Publishing, Inc.

23. Mull, R. E., Bayless, K. G., Ross, C. M., & Jamieson, L. M. (1997). *Recreation Sport Management*. (3rd Ed.) IL: Human Kinetics.

24. Miller, M. J. (1991). Accuracy of the leisure activities finder: Expanding Holland's Typology. *Journal of Vocational Behavior*, 39, 362-368.

25. Mull, R. F., Bayless, K. G., & Jamieson, L. M. (2005). *Recreational Sport Management*. Champaign, IL: Human Kinetics.

26. Neulinger, J., & Rap, C. S. (1972). Leisure attitudes of an intellectual elite. *Journal of Leisure Research*, 4(3), 196-202.

27. Office for National Statistics. (2006). *The UK 2005 Time Use Survey*. London: ONS.

28. Paluska, S. A., & Schwenk, T. L. (2000). Physical Activity and Mental Health Current Concepts. *Sports Medicine*, 29, 167-180.

29. Ragheb, M. G., & Beard, J. G. (1982). Measuring leisure attitude. *Journal of Leisure Research*, 14 (2) , 155-167.

30. TorkIdsen, G. (2005). *Leisure and recreation management*. London: Routledge.

31. Wankle, L. M. (1993). The importance of enjoyment to adherence and psychological benefits from physical activity. *International Journal of Sport Psychology*, 24(2), 151-169.