

台中市國小教師休閒運動參與及阻礙因素之研究

王秀雲、呂崇銘

E-mail: 374663@mail.dyu.edu.tw

摘要

本研究「台中市國小教師休閒運動參與及阻礙因素之研究」，旨在探討台中市國小教師休閒運動參與及阻礙情形，採用問卷調查法方式對國小教師進行施測，共發出問卷420份，回收有效問卷388份，有效回收率92.38%。分別以描述性統計、探索性因素分析、T考驗、單因子變異數分析及雪費法事後進行資料處理，結果發現：一、台中市 台中市 國小教師每週參與休閒運動的次數以每週「2-4次」者居多；而每次參與的時數以「31~60分鐘」為最多；在時段上以「傍晚(下班後)」為居多。二、參與休閒運動的夥伴以「家人」為主；參與休閒運動的地點大多在「學校運動場(館)」。三、教師最常參與的運動類型為戶外運動，而最受教師喜愛的運動項目為散步、羽球及快走。四、台中市 台中市 國小教師在休閒運動阻礙因素的阻礙構面上，以「環境以「環境以「環境以「環境阻礙」最高；而阻礙」最高；而阻礙」最高；而阻礙」最高；而阻礙」最高；而在各阻礙因素上，則以個人興趣、休閒運動設施的品質、體力的負荷的影響較高。五、不同學歷、職務及服務年資的台中市 台中市 國小教師在休閒運動阻礙因素上沒有顯著差異；但在性別、年齡、婚姻狀況和平均每月收入不同有所差異。

關鍵詞：國小教師、休閒運動參與、休閒運動阻礙

目錄

封面內頁 簽名頁 摘要.....	I	英文摘要	II	謝誌.....	III
目錄.....	III	目次	IV	表次	VI
圖次.....	VI	第一章 緒論	VIII	第一節 研究背景.....	1
第二章 文獻探討	7	第二節 研究目的.....	3	第二節 研究目的.....	1
第三章 研究方法.....	33	第三節 研究問題.....	3	第三節 研究目的.....	3
第四章 研究結果與討論	47	第四節 研究假設.....	4	第四節 研究目的.....	4
第五章 結論與建議	75	第五節 研究範圍與限制.....	4	第五節 研究目的.....	4
第一節 結論.....	75	第六節 名詞解釋.....	5	第一節 研究目的.....	7
第二節 建議.....	76	第二章 文獻探討	7	第一節 研究目的.....	7
參考文獻	78	第一節 休閒運動理論及其相關研究.....	7	第一節 研究目的.....	7
附錄一	85	第二節 休閒運動阻礙因素及相關研究.....	21	第一節 研究目的.....	7
附錄二	89	第三節 教師休閒運動之相關研究	27	第一節 研究目的.....	7
		第三章 研究方法.....	33	第一節 研究目的.....	7
		第一節 研究架構.....	33	第一節 研究目的.....	7
		第二節 研究流程.....	34	第一節 研究目的.....	7
		第三節 研究對象.....	35	第一節 研究目的.....	7
		第四節 研究工具.....	36	第一節 研究目的.....	7
		第五節 資料處理與分析.....	45	第一節 研究目的.....	7
		第四章 研究結果與討論	47	第一節 研究目的.....	7
		第一節 不同背景變項之人口統計特性描述	47	第一節 研究目的.....	7
		第二節 台中市國小教師休閒運動參與行為現況.....	52	第一節 研究目的.....	7
		第三節 台中市國小教師休閒運動阻礙因素分析.....	60	第一節 研究目的.....	7
		第五章 結論與建議	75	第一節 研究目的.....	7
		第一節 結論.....	75	第一節 研究目的.....	7
		第二節 建議.....	76	第一節 研究目的.....	7
		參考文獻	78	第一節 研究目的.....	7
		附錄一	85	第一節 研究目的.....	7
		附錄二	89	第一節 研究目的.....	7

參考文獻

一、中文部分 中華民國體育學會(2000)。休閒活動專書。臺北市:作者。尤逸欽(2004)。國小教師休閒運動參與、工作倦怠與生活滿意之研究(未出版碩士論文)。國立雲林科技大學，雲林縣。王天威(2005)。臺北縣青少年女性休閒運動參與狀況與阻礙因素之研究(未出版碩士論文)。國立臺灣師範大學，臺北市。王金城(2003)。大專甲級男子籃球選手參與休閒活動現況與阻礙因素之研究(未出版碩士論文)。輔仁大學，臺北。王註源(2005)。桃園縣國中教師休閒運動參與現況及其阻礙因素之調查研究(未出版碩士論文)。國立臺灣師範大學，臺北市。王薰禾(2004)。高雄地區國民小學學童休閒運動參與動機及休閒阻礙之研究(未出版碩士論文)，國立臺灣體育學院，桃園。江澤群、林國瑞(2001)。臺北地區高中職學生參與休閒運動阻礙因素之研究。北體學報，9，105-117。吳承典(2003)。雲林縣國小教師運動參與及阻礙因素之研究(未出版碩士論文)。國立雲林科技大學，雲林縣。吳佳玲(2003)。觀光業職業婦女角色衝突、休閒阻礙與休閒活動參與之探討(未出版碩士論文)。南華大學，嘉義。吳明隆(2009)。SPSS操作與應用:問卷統計分析實務(第二版)。臺北市:五南圖書出版公司。吳郁銘(2004)。活動型老人休閒運動參與與生活滿意度之研究以中華基督教青年會萬華會所會員為例(未出版碩士論文)。輔仁大學，臺北。利志明(2000)。從地震災害症候群談休閒運動的重要性。國立臺灣體院休閒運動系系刊，3，77-80。沈易利(1998)。台灣省民眾休閒運動參與與需求之研究。台中:霧峰出版社。李嘉慶(2002)。屏東縣偏遠地區國小教師休閒運動參與現況與動機之調查研究(未出版碩士論文)。國立臺灣體育學院，臺中市。林祐鈺(2005)。台中縣國小教師參與休閒運動現況及阻礙因素之調查研究(未出版碩士論文)。國立體育學院，臺中市。林敬銘、張家昌(2007)。探究臺中市公務人員的生活型態與休閒運動參與程度之關係，運動休閒管理學報，91-108。洪昭坤(2002)。南投縣高中職學生休閒運動設施需求暨休閒運動態度之調查研究(未出版碩士論文)。國立

臺灣體育學院，臺中市。高俊雄(1996)。休閒概念面面觀。國立體育學院論叢，6(1)，69-78。徐慶忠(2006)。高中職教師休閒運動需求與阻礙因素之相關研究—以屏東縣為例(未出版碩士論文)。國立雲林科技大學，雲林縣。徐德治(2008)。臺東縣高中職教師參與休閒運動現況及阻礙因素之研究(未出版碩士論文)。國立臺灣師範大學，臺北市。張少熙(2000)。國中學生運動休閒參與之研究。台北:漢文書店。張志銘、張英智、賴永傑、林憲聰(2012)。國小教師休閒運動滿意度在工作壓力與工作倦怠之中介效果。管理實務與理論研究，6，82-98。張志銘、陳南琦、林憲聰(2012)。國小教師休閒運動滿意度、工作壓力與工作倦怠之關係。運動休閒餐旅研究，7(1)，45-61。張良漢(2002)。休閒運動參與動機、現況及需求之研究。臺北:師大書苑。張健群(2009)。國中教師工作壓力、休閒運動參與與身心健康之研究(未出版碩士論文)。國立嘉義大學，嘉義市。張照明(1999)。高職身心障礙學生休閒生活之研究。特殊教育學報，13，239-279。張耀中(2001)。臺中市銀髮族退休教師參與休閒運動之研究(未出版碩士論文)。國立臺灣體育學院體育，臺中市。許志賢(2002)。臺閩地區高級中等學校校長參與休閒運動之研究(未出版碩士論文)。國立臺灣體育學院，臺中市。陳文長(1995)。大學生運動性休閒參與動機與興趣分組體育課滿意度之相關研究(未出版碩士論文)。國立體育學院，桃園。陳定雄(1994)。休閒運動相關術語之歷史研究。國立臺灣體育專科學校學報，4，26。陳定雄(1994)。休閒運動相關術語之歷史研究。國立臺灣體育專科學校學報，4，1-29。陳彥光(2007)花蓮縣國小教師休閒運動參與及阻礙因素之研究(未出版碩士論文)。國立臺東大學，臺東市。陳瑞芳(2004)。台南縣國民小學教師參與休閒運動與阻礙因素之研究(未出版碩士論文)。國立臺南大學，臺南市。陳曉菁(2009)。金門縣國小教師休閒運動阻礙因素之研究(未出版碩士論文)。國立台北護理學院，台北。陳麗華(1991)。臺北市大學女生休閒運動態度與參與狀況之研究(未出版碩士論文)。國立體育學院，桃園。許志賢(2002)。臺閩地區高級中等學校校長參與休閒運動之研究(未出版碩士論文)。國立臺灣體育學院，臺中市。郭慧珍(2008)高雄市國小教師休閒活動參與現況及阻礙因素之研究(未出版碩士論文)。國立花蓮教育大學，花蓮。程紹同(1994)。現代體育發展的新趨勢 - 運動休閒管理。中華體育，7(4)，25-30。黃文斗(2006)。板橋市自強社區居民休閒運動需求及休閒運動阻礙因素之研究(未出版碩士論文)。國立臺灣師範大學，臺北市。黃金柱、林志成(1999)。我國青少年休閒運動現況、需求暨發展對策之研究。臺北市:行政院體育委員會。黃晴淇(2006)。身心動作教育與國小教師工作壓力之探討。臺中教育大學體育學系系刊(1)，60-67。馮麗花(1998)。運動性休閒活動初探。大專體育，35，104-107。游贊薰(2009):國中教師休閒運動參與行為及阻礙因素之研究 以宜蘭地區為例(未出版碩士論文)。國立臺灣師範大學 彭超群(2005)基隆市國中教師參與休閒運動現況與阻礙因素之研究(未出版碩士論文)。輔仁大學，臺北縣。楊美貞(2003)。臺灣地區女大學生性別角色與休閒運動之研究(未出版碩士論文)。銘傳大學，臺北。楊燕餘(2006)。澎湖地區民眾參與休閒運動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。葉曉芸(2008)。臺中市民眾休閒運動參與現況與休閒運動阻礙因素之研究(未出版碩士論文)。輔仁大學，臺北。廖威彰(1993)。從大專體育課談學生體育性休閒活動之培養。中華體育，6(4)，33-37。蔡文毅(2004)。台南縣國小教師休閒運動行為與滿意度之研究(未出版碩士論文)。國立臺東大學教育，臺東。蔡宗展(2005)。基隆市女性國小教師休閒運動行為及體育教學能力之研究(未出版碩士論文)。國立臺北教育大學，臺北市。蔡益成(2009)基隆市國中教師運動休閒涉入與阻礙因素之研究(未出版碩士論文)。臺北市立教育大學，臺北市。蔡特龍(2000)。休閒運動的推展。休閒活動，1-14。臺北:中華民國體育學會。蔡嘉仁(2008)。宜蘭縣國小教師休閒運動參與現況與阻礙因素之研究(未出版碩士論文)。國立花蓮教育大學，花蓮縣。賴瑞昌(2008)。高雄市國民小學教師兼行政人員休閒運動參與現況及阻礙因素之調查研究(未出版碩士論文)。高雄師範大學，高雄市。謝明材(2000)。高中體育班休閒活動之研究(未出版碩士論文)。中國文化大學，臺北縣。謝秀英(2008)。臺北縣高中教師休閒運動參與現況及阻礙之研究(未出版碩士論文)。國立臺灣師範大學，臺北市。謝鎮偉(2002)。大學教職員工參與休閒運動狀況與阻礙因素之研究 - 以輔仁大學為例 - (未出版碩士論文)。輔仁大學，臺北。蕭佳修、雷文谷、林智翔、林艾梅、李詩偉、郭紋琪(2005)。大葉大學不同職等教師休閒運動參與類型、動機、阻礙因素及需求之分析探討。人文暨社會科學期刊，1(2)。嚴詠智(2006)。臺南縣國民小學行政人員休閒運動參與及休閒滿意度之研究(未出版碩士論文)。國立臺南大學，臺南市。二、英文部分 Boothby, J., Tungatt, M. F., & Townsend, A. R. (1981) Ceasing participation in sports activity :reported reasons and their implications. Journal of Leisure Research, 13, 1-14. Crawford, D. W. & Godbey, G. C. (1987) Reconceptualizing barriers to family leisure. Leisure Sciences, 9, 119-127. Jackson, E. J. (1983) Activity-Specific barriers to recreation participation. Leisure Sciences, 6(1), 47-60. Jackson, E.L. (1988) Leisure Constraints:A Survey of Past Research. Leisure Sciences, 10. Mull, R.F., and Bayless, K.G. (1987) Recreational sports programming. Journal of Leisure Research, 21, 53-61. Mull, R. F., Bayless, K. G., Ross, C. M., and Jamieson, L. M. (1997) Recreation Sport Management. (3th ed.). United States: Human Kinetics. Samdahl, D. M., & Jekubovich, N. J. (1997) A critique of leisure constraints comparative analysis and understanding. Journal of Leisure Research, 29(4), 430-453. Searle, M. S., & Jackson, E. L. (1985) Socioeconomic variations in perceived barriers to recreation participation among would-be participants. Leisure Sciences, 7(2), 227-249. Wankel, L. M. (1990) The psychological and social benefits of sport and physical activities. Journal of leisure research, 22, 167-182.