

體育課程功能對提昇大學生素質之效能研究

楊建隆

體育組講師

摘 要

本研究係以德霖技術學院五專部五年級生、四技部二年級生及真理大學二年級生，共 597 名作為調查樣本；並以自編之【體育課程功能對提昇大學生素質效能之調查問卷】作為研究之工具，進行瞭解受試學生對體育課程功能在提昇各項素質效能之認同情形，並比較不同變項學生之認同程度的差異。根據實際調查所得資料，以次數分配、平均數、獨立樣本 t 考驗及單因子變異數分析等統計分析方法處理，結果發現：全體受試學生對於體育課程功能在提昇各項素質因素之效能的認同情形，皆達到有些同意以上的程度，至於對六個素質因素的效能之認同程度高低順序為：“自我肯定素質”最高，依序為“情緒管控素質”、“生理發展素質”、“環境適應素質”、“智能發展素質”、“人際互動素質”。而不同背景變項的學生，在六項素質因素之效能的認同程度皆達到「有些同意」以上的程度，另外，在認同差異的部份，只有不同性別的學生，對六項素質因素之效能的認同程度皆呈現顯著差異。

關鍵字：體育課程、功能、素質

The course function of Physical Education is studied about the efficiency promoting university student's quality

Chien-Lung Yang

Lecturer of Physical Education group

Abstract

The subjects of this research are 595 students of De Lin Intituteof Technology and Aletheia University as investigating samples; And in order to make up it by myself "The course function of Physical Education, to the questionnaire which approves the degree promoting university student's quality efficiency" As the tool studying , understand that is tried the approval situation that students are promoting every quality efficiency to the course function of Physical Education, and turn into students' difference of approving the degree more differently. According to investigating the income data actually, with Frequency Table , Average , Independent sample t- Test one-way ANOVA, were utilized for data analysis. The findings are as the following: All are tried the approval situation of the efficiency that students are promoting every quality factor to the course function of Physical Education, whether up to some agree degree of the above , as for order to six items of quality factor , approval degree level of efficiency. " affirm to oneself of quality " the highest, in order that " emotion control of quality " , " development quality of the physiology " , " environment adapt of quality " , " intelligence develops of quality " , " interpersonal mutual of quality " in order. Do not change students of one with the background , the approval degree in the efficiency of six items of quality factor is all up to the degree of the above that ' some agree ' , in addition, is approving the part of the difference, students with different sex, the degree of identification with efficiency of six items of quality factor all shows the difference .

Key word: Physical Education Course, function , quality.

第壹章 緒論

第一節 問題背景

近些年來，台灣地區由於受到社會急遽改變的影響，而衍生出許多負面的社會問題，此現象，對於一向身處於比較平靜之大學校園的學生，在其社會化行為的表現及身心健康等方面的素質發展亦產生了不少的負面影響，例如：人際關係的疏離，法治、道德觀念的低落，而產生諸多的偏差行為；及體適能的下降，產生了不良的健康狀況；還有，對於面臨問題的抗壓性不足，如遇到不順心或不如意之事即退卻、躲避，甚至有自殺之憾事的產生。

就上述之情形，雖非目前大學生的普遍現象，然而比較過去却有逐漸增加的趨勢。這些情形不免令人省思，大學生乃國家、社會未來發展的中間份子，亦可謂是重要資源，因此，若不能及時遏止如此趨勢的蔓延，則國家、社會未來的發展前景實堪憂慮。

至於，如何才能遏止如此趨勢的蔓延，就研究者的觀點認為，由於每個大學生的成長背景皆不同，若非個案實難以全面究其源頭而改之，因此，僅能從現階段借重相關課程的教育過程對大學生的素質予以提昇。據此之故，在大學課程中能負起全面提昇學生素質發展的課程則應受到極大的重視，並於各大學校院中更應受到極力的推展與支持，以達到提昇學生素質之目的。

綜觀現今存在於大學課程中，以發展學生素質的課程應屬「通識課程」的領域，然而，若以能兼顧到學生的生理、心理及社會等三方面的全面素質發展，就研究者研讀各項研究文獻的結果顯示，體育課程實是唯一能夠達到全面兼具提昇學生素質發展的課程，故體育課之存在於大學課程中之必要性與重要性實需受到肯定並加以推廣。

第二節 研究目的

本研究旨在於探討大學生在修習過體育課程後，對體育課程功能在提昇學生各項素質之效能的認同情形，因此根據上述問題背景，本研究提出的具體目的如下：

- 一、瞭解大學生對體育課程功能在提昇各項素質效能之認同情形。
- 二、瞭解不同變項學生對體育課程功能在提昇各項素質效能之認同情形。
- 三、比較不同性別的大學生，對體育課程功能在提昇各項素質效能之認同程度的差異。
- 四、比較不同系別屬性的大學生，對體育課程功能在提昇各項素質效能之認同程度的差異。
- 五、比較不同學制的大學生，對體育課程功能在提昇各項素質效能之認同程度的差異。
- 六、提供本研究結果，作為改善體育課程之參考。

第三節 研究範圍

本研究係以德霖技術學院五專部五年級、四技部二年級及真理大學二年級的學生作為本研究之對象。透過問卷調查，以瞭解受試學生對體育課程功能在提昇各項素質效能的認同情形及認同差異，作為本研究之範圍。

第四節 研究之必要性

- 一、透過本研究，可瞭解體育課程功能對提昇大學生各項素質之效能的情形，如此，可提供作為規劃出更有效提昇大學生素質之體育課程的參考。
- 二、若能規劃出更有效提昇大學生各項素質之體育課程，則對於提昇大學生素質之目的的達成率相信亦能隨之提升，如此，大學體育課程不但能發揮其具有之功能並嘉惠於學生，亦能合乎其存在之意義與價值。

第五節 名詞操作性定義

一、體育課程

本研究中所指的體育課程，乃是大學所開設的必修體育課程，也就是指學校中作為正規課程的體育課，而校內比賽、課外活動及校際比賽等都不屬於本課程內容（李文田，民86）。

二、素質

指大學生所擁有之各項能力要素的品質。

第貳章 文獻探討

第一節 大學體育課程的意義與重要性

一、體育的定義

根據江良規（1984）的著作指出：「體育」一詞乃是由英文「Physical Education」翻譯而來的，由英國麥拉倫（A. Maclaren）首先創用，意謂造化人類的教育概念。至於對「體育」一詞的語義分析，許義雄（1983）指出：應含有發揮個人能力（就個體生物的立場而言）促進個人教養及人際關係（以個體的社會立場而言），而達成一個完美的個人（以個人的價值觀而言）。而體育大詞典編訂委員會（1984）則將體育定義為：是具有社會型態的團體組織，為了增進人體完美的發展，而寓教育於身體運動的教育歷程，體育是供給人類的全部教育歷程中的一種媒介；因此，體育就是教育，是教育的一環，但以大肌肉活動為方式，其設計以場地設備為情境，以有機體的身心成熟為依據，使個體在身體力行中，鍛鍊完美體格，發展理性行為，充實心智活動，進而擴大經驗範圍，提高適應能力，改變氣質，以繁榮生活，發揚生命意義。另外，黃森芳（2000）以主要字義概念指出：體育是透過學校有系統的教學設計，安排學生進行包括認知以及身體活動的教學過程，使學生能獲得身體健康及利用身體活動維持身體全面健康之知識。

二、大學體育課程之意義與重要性

大學體育課程之意義可說是國內外大學生皆有的共識，早期國外大學生對修習體育課程的態度皆持贊同且肯定參與體育課在社會的、情感的及身體上的價值有其正面的助益（Bell, Walters & Staff, 1953；Broer, Fox & Way, 1955；Wessel & Nelson, 1964；Brumbach & Cross, 1965；Moyer, Mitchem & Bell, 1966；Vincent, 1967；Campbell, 1968）；而 Brumbach（1968）的研究結果也顯示，體育課程的實施有助於大學生體適能的改善及改進參與體育活動的態度；還有，從多位國外的專家、學者的研究結果也得知，多數的大學生認同體育課程是重要的，且認為是學校應該提供的課程（Stewart & Green, 1987；Mowatt, DePauw & Hulac, 1988；Pritchard, 1988）。另外，台灣早期的大學生，對於體育課存在的價值也都持肯定的態度，並認同體育課程對促進學生身心健康的貢獻良多（阮如鈞，1973、1975；梁崑富，1975；王美珍，1978；葉憲清，1980）。

至於，大學體育課程之功能，不僅具有培養身心健全的專門人才、發展健康體適能、學習維持身體健康之道、培養正當的娛樂、培養終身的運動習慣、創造良好的品性及提高體育意識等方面的作用，更是高等教育的重要一環（邱鑾英，2001）。如陳振文（1994）指出：依據大學體育目標，體育以鍛鍊身體，使體格充分發展，從運動中學習公平競爭，培養公民道德，在團體活動中以培養互助合作的精神，訓練個人與社會生活上之應用技能，正好符合大學德、智、體、群、美五育並進的教育原則；另外，康世平（1994）對大學體育課的存在意義也有以下的見解：大學體育教學目標一則以增強體能及運動基本技能為主，以團隊精神、合作、奮鬥、競爭、自我實現等情意與認知上的學習與體驗為輔；二則養成學生規律運動的習性，為個人生涯運動規劃奠定良好基礎，以增加其貢獻國家社會的質與量。由上述所示，大學體育課程實為培養高素質大學生之重要課程。

第二節 大學體育課程功能之探討

一、體育所包含之功能

體育的功能取決於體育本身的特點與社會的需要，因為體育如果不具備某種特點，就不可能在該方面引起作用，另外，如果沒有社會需要的刺激，體育的特點則得不到發揮的基點，如此，體育便無法顯示出它的功能。然而，體育有何功能呢？根據曹湘君（1988）的論著指出：體育的功能主要是從兩個方面體現出來，即促進社會的物質文明建設和精神文明建設。由於體育是屬於人類總文化的範疇，因此它本身就是精神文明的一部分，盡管在體育產生的初期及以後的一個相當長的時期中，人們對體育的發展重點較著重在對增強人的體質之生物學作用方面，但是，隨著現代社會的發展，體育在精神方面、文化方面的價值在實踐中越來越明顯的體現出來並被人們所認識與重視，因此，體育的功能約可歸納成五個部分，即健身功能、娛樂功能、促進個體社會化功能、社會感情功能及教育功能，現分述如下：

（一）健身功能

體育是透過身體運動的方式所進行的，它要求人體直接參與活動，這是體育本質所具有的特點之一，而這個特點亦決定了體育具有健身的功能。

（二）娛樂功能

隨著現代社會長足的進展，人們的生活也越來越重視運動休閒活動，由於運動休閒活動可以豐富生活及紓解人們在繁忙工作之後的緊張情緒與壓力，因此體育功能的娛樂價值也愈來愈受到重視。

（三）促進個體社會化功能

所謂個體社會化是指由生物的人變成社會的人的過程，人在剛出生時只是一個生物的人，此時只具有本能和生理活動，要使他變成一個社會成員及能適應社會需要的人則必須要給予一個學習及受教育的過程，而這個過程即稱為人的社會化。在人的整個社會化過程中，體育運動在其中的作用有：基本生活技能的指導教育、傳授文化科學知識、教導社會規範及發展人際關係等作用。

（四）社會感情功能

體育的社會感情功能是與人的社會心理穩定性有直接的關聯，所謂“心理穩定性”是指人的心理與社會相一致，或又稱之為人的社會心理平衡。在正常的情況下，由於傳統的教育、輿論及習俗等各方面的影響，人們總是會產生和形成與社會一致的心理。在一般情況下，人的需要基本上與社會的需要應是一致的，並以這些需要為原動力，而推動人們努力工作，遵守社會規範，為社會服務；但是，有時卻因某些原因而致使人們犯錯而導致一些人的心理失調，甚至連正常的個人需求和社會的需要也被扭曲而產生一種變態的心理；由於體育運動競賽有對抗性，競賽的結果有著不確定性，因此，它能起引人們的一種懸念意識和廣泛的社會關注力，進而能使人們產生強烈的感情刺激和感情體驗，並能調整失去平衡的心理，因此在西方社會學上將體育運動稱之為社會上的安全閥和出氣孔。體育運動的社會感情功能確實是其他社會活動所無法比擬的，加上體育運動獨具一格的活動特性，它可使人們在身體活動的實際體驗中，對自己的健康，對生活和未來充滿信心，從而使人們朝氣蓬勃、生氣盎然。因此，體育運動在調節人們心理的平衡方面，它堪稱為一項卓有成效的重要手段。

（五）教育功能

把體育視為教育當中不可或缺的組成部分，並且是培養個人全面發展的一個重要手段，這正是我們論述體育具有教育功能的理論依據。體育的教育功能，突出的表現在它已廣泛地被納入各國的教育體系之中，從兒童和青少年時代就不斷的透過體育來促進人體的全面發展。由於體育運動的競賽具有群眾性、國際性、技藝性及禮儀性等特性，使它成了激發人們的熱情與振奮精神，更能教育人們保持與社會潮流的一致性。

二、大學體育課程之功能

大學體育課程，是學生步入社會前的最後學校體育課程，它可說是最能顯現體育課程的功能。至於體育課程所具備之功能又究竟有哪些？由於在台灣地區直接針對體育課程功能所進行的研究與相關的文獻並不多見，因此無法明確而直接指出其所具備之功能，然而，若從體育目

標的設定情形而言，對於體育課程的功能便能被彰顯出來。

（一）體育目標之定義

所謂的目標，應指行動追求的方向或對象而言（許義雄，1988）。依此目標定義而論，所謂“方向或對象”在體育課程中，楊建隆（2005）將之解釋為“體育課功能的獲得”，因此，體育目標之定義：即指透過修習體育課程的內容，並在學習各階段內容後可獲得各階段內容所包含之功能。就其具體意義而言，即透過教師所規劃之體育課程內容的實施，使學生依所規劃之內容進行學習與發展，並在規劃期限內達成修習各階段內容且獲得各階段內容所包含之功能。

（二）有關高級中等以上學校體育課成目標

依據教育部體育司（1984）所編印之體育法規選輯的法規內容，對於各級高級中等以上學校所制定的體育目標即可瞭解體育課程的功能取向，以下即為法規內容：依據中華民國六十二年十二月二十八日教育部臺（62）體字第三三七六四號函之高級中等以上學校體育實施方案之體育目標為：1.鍛鍊身體，使體格充分發展；2.培養良好品格與公民道德，發揚民族精神；3.養成愛好運動習慣，奠定健全生活之基礎；4.培養運動技能，增進體能使用效率及安全自衛等生活之適應能力。

（三）各項體育目標所包含之功能

透過有關體育目標之相關的文獻中，亦不難看出體育課程具有之功能所在，例如正之（1995）指出，在一九六七～一九六八年，國際健體協會（ICHPER）曾發表有關國際間學校體育課程趨勢標準為：1.體適能及健康的養成；2.社會性的（或社交性的）發展；3.運動及遊戲知識的養成；4.領導及合作才能的養成（尤其是運動員風度）；5.發展休閒活動，尤其是屬於學校生活以外的閒暇時間者。另外，周宏室（1992）亦曾指出，美國加州的體育目標是：1.提供身體的活動；2.促進體適能與健康；3.增進活動的技能與知識；4.增加社會的發展與互動；5.鼓勵自我想像與自我實現；6.發揮個人的長處（優點）。

體育課程的設計受體育目標之影響甚巨，有鑑於此，體育課程系統化規劃研究小組（1992）乃收集諸多國家的體育目標，以供體育課程設計時作為參考。以美國康乃狄克州（Connecticut）體育課程目標為例，其總目標為：1.有機體的發展：即健康體適能；2.技能的發展：即運動技巧；3.認知的發展：即知識的瞭解；4.情意的發展：即感受。而美國佛蒙特州（Vermont）的體育課程目標則為：1.增進體適能；2.促進社會互動；3.提昇情意的品質；4.增進運動技巧；5.增加知識。而在亞洲地區的中華民國、日本、韓國、印度、大陸等國的體育目標，其內容皆不離：1.增強學生體質、增進健康；2.發展運動技能；3.培養學生運動樂趣；4.養成學生運動觀念；5.充實體育基本知識等目標。至於歐洲地區、紐澳地區、非洲地區等地區，對於體育目標的設定亦有異曲同工的性質，因此在該研究之結論裡，研究小組認為體育目標應含：1.認知的發展；2.身體的發展；3.運動技能的發展；4.社會行為的發展；5.善用閒暇。而吳萬福（1987）就學校體育將來的可能發展，也提出了在二十一世紀，學校的體育目標為了能充分發展學生身心能力，及適應未來社會的生活需要，學校體育目標應包括：以各項運動充分發展身心的平衡發展、促進健康；並使在校學生能學會各項運動技能、滿足身心需求，且從團體運動學習中體會人際關係的重要性；以及能將在校所學到的體育或運動知識與技能，遷移至日常生活，以調劑工作，享受生活的樂趣；更能視各項運動及舞蹈為人類文化活動之一，以便更加發揚光大。至於在體育目標的內容方面，張思敏（1995a）認為，大學體育目標無非在鍛鍊強健身體，使之有足夠的體能、足夠的健康知識，能延續一生而達成終身運動的習慣；並能具有社交的能力，享受到運動的樂趣；而且學到運動技巧，能參與不同的運動。另外，徐元民（2000）就現代學校體育目標的特質，亦提出體育功能應包含：1.在身體發展的目標方面，必須重視個別差異的存在；2.在社會規範行為的目標方面，應當強調人性的關懷；3.在運動技能的目標方面，則要尊重個人的學習意願與興趣；4.在休閒生活的目標方面，希望能接納各型各類活動的特色。

（四）大學體育課程應具有之功能

由於大學體育課程所具有之功能乃是學生從事修習時相當重視的，因此楊宗文（1992）指出，良好的體育課程應具備的特徵如下：1.應是整個學校教育的一部分；2.應兼顧學生認知與情意及技能還有體適能的成長與發展；3.應兼顧學生的需求與學生的生理及心理發展階段，使得各發展階段不同需求的學生都能得到最佳的成長機會；4.應與生活相結合，啟發學生愛好運動的興

趣，促進運動的生活化；5.應透過恰當的設施、時間分配、器材和領導來鼓勵及提供廣泛而有利的學生活動。而張思敏（1995b）亦指出，大學體育程在學校裡有其寬廣的目的，如體能的鍛鍊、身體運動能力、技巧的學習及個人社交能力的拓展等等，但要達成以上的目的就必須要注意以下幾點：即課程的內容設計須涵括 1.將身體的活動融入生活的模式中；2.增進運動技巧；3.發展體能；4.加強社交能力的功能；5.發展終身活動的基本知識。

第三節 大學生對體育課程功能的認同情形

近年來，國內外的體育學者專家們對於大學體育課之目標的諸多研究結果中，皆能顯示出體育課程所包含的功能及大學生對含有體育課功能的體育目標之認同情形；以下即依此些情形分別的從事探討。

Weick（1975）對體育課程目標的認同傾向研究，結果發現：男、女兩性對於認同傾向沒有顯著差異。而 Soudan & Everett（1981）調查大學生對體育課程目標之重要程度的認同傾向，結果發現：保持健康、規律運動、樂趣、增進自信心，為不同性別的學生，共同認為是最重要的目標；在社會發展以及生理組織發展的重要性方面，在男、女學生間均有顯著的不同。至於許義雄（1988）在『大專學生體育目標的認同傾向』之研究中指出，受試者肯定大專體育課目標應以身心健康的獲得，列為優先考慮的重要目標，在生理方面「成長發育」、「身體發展」的目標，都有較強的認同傾向；而在心理或是情意方面，則以「樂趣」、「運動風度」、「合作精神的學習」、「生活情趣」、「運動習慣」及「紓解緊張」等目標，亦有較高的得分；另外，大專學生在體育課目標認同的差異上，男、女兩性未具顯著差異。而教育部於民國八十二年，曾委託中華民國大專院校體育總會之大專院校體育課程規劃小組（1993），從事大專院校體育課程系統化規劃之專題研究，由其結果獲知，台灣各大專院校在體育課目標的認同傾向之前五項，依序為：建立運動習慣、身心均衡發展、培養運動技能、提昇休閒生活、瞭解運動功能。陳鎰明（1994）在從事社會變遷對大學生體育目標認同傾向之結果指出，大學生認同的十個比較高之體育課目標，依序為：預防運動傷害、急救知識、運動方法、生理效果、心肺功能、意外事件的能力、軟身操的方法、抵抗疾病、舒解壓力及放鬆自己等十項。而蔡欣延（1994）從事體育課教學意見調查的結果指出：學生在體育課目標的認同方面，最重視是否能滿足其運動樂趣，其次以運動技能的獲得，第三則為獲得健康。另外，楊志顯等（1994）從事體育課程實施方式意見調查的結果指出，學生所認同的體育課目標順位是：第一為獲得健康；第二為養成運動習慣；第三為訓練基本體能。而張春秀（1994）對體育課滿意度與休閒運動影響之調查研究中也指出，學生對於體育課目標認同的順位為：可以增進身體健康、運動技能的獲得、調劑生活的壓力、運動欲望的滿足。而楊建隆（1996）從體育課目標方面之研究結果中獲得大學生所認同的體育課目標有：能獲得運動樂趣、學習運動風度、增進身體健康、體驗團隊精神、充實休閒生活、學習運動技能、培養運動習慣、紓解某些壓力、增進身體適應能力、獲知較多的運動術語及瞭解較多的運動比賽規則等十一個體育課目標，且對於體育目標的認同情形並不受不同學校屬性的影響；另外，李文田（1997）的研究結果也得知大學生所認同的體育課目標有：增進身體健康、充實休閒生活、學習運動技能、培養運動習慣、紓解壓力、增進身體適應能力、發揮自己的運動潛能及增進運動能力。至於楊裕隆（1998）的研究結果中，亦獲得幾項大學生所共同認同的體育課目標，即：增進身體的健康、增進身體的適應能力、充實休閒生活、紓解壓力、培養運動習慣、學習運動技能等。此外，楊建隆（2001）對大學體育課的相關研究結果中得知，體育課目標的內容有：增進身體健康、提升運動能力、培養運動習慣、充實休閒生活、紓解壓力、獲得運動樂趣、獲知更多的運動知識等。

第四節 體育課程功能對大學生修習體育課意願之影響

對於影響大學生修習體育課的意願或態度之體育功能，通常與該功能是否符合學生需要有關，因此，該方面的研究，歷年來都是國內、外體育專家、學者們致力於探討的重點之一，因此以下即就相關的研究結果來從事探討。

從國外的研究中，Vincent（1967b）的研究發現，體育活動的成就感與其參與態度有顯著的相關。而 Tolson & Chevrette（1974）指出，由於有計劃的體育課程使學生們在健康體適能、追求興奮感、休閒與放鬆和艱苦奮鬥的經驗等各因素的學習態度都有顯著的改善。Iso-Aholo & Allen（1982）的研究指出，影響大學生參與體育運動競賽之動機為：人際關係的轉變與控制、瞭解或表現個人的能力、逃避日常雜務、積極的人際參與、可轉換成輕鬆的態度、人際關係的建立及可遇見異性或與異性相處等七個因素。而 Figley（1985）在探討大學生對體育態度的傾向決定因素之研究中，提出了六個影響因素，即：課程因素、教師因素、同儕行為因素、氣氛因素、學生自覺因素及其它。另外，Aicinena（1991）從探討文獻的方式上，發現體育教師能夠影響學生對體育產生正面學習的態度，而此影響的重要關鍵即在於教師與學生的互動。

至於，台灣地區對影響大學生修習體育課的意願或態度之有關體育功能的研究中，黃彬彬（1986）的研究結果即發現大學生從事運動的主要理由是：鍛鍊身體、消遣愉樂、怕運動不足、透過運動以達修身養性、可感受到運動的愉快、可透過運動而結交新朋友及可以學到新的運動技術。而楊志顯等人（1994）的研究結果亦指出，大學生在考慮修習體育課時，對於體育課是否有助於個體的身心發展、增長運動知識或運動技能、課程內容及教學方式等因素也影響到學生的修習意願。陳顯宗和戴遐齡（1994）從事學生體育課興趣選組之動機因素調查分析的研究指出，學生選修動機之主要因素為：滿足展示需求、享樂、新奇、教學情境、充實自我、場地條件、師長影響、增長經驗及促進健康等九個因素。

第五節 本章總結

對於「體育課程」的功能而言，依本文所列舉之文獻指出：它是透過一門課程的實施，使之含有發揮個人能力與促進個人教養及人際關係，而達成一個完美的個人的功能；並且寓教育於身體運動的教育歷程，供給人類的全部教育歷程中的一種媒介。因此，體育就是教育，是教育的一環，但以大肌肉活動為方式，使個體在身體力行中鍛鍊完美體格，發展理性行為，充實心智活動，進而擴大經驗範圍，提高適應能力，改變氣質，以繁榮生活，發揚生命意義。

至於大學體育課的功能即在於使學生修習體育課的同時，能從鍛鍊身體而獲得身體的充分發展；從體育活動的遊戲性、團體性及競爭性中，因遊戲性的共同規範法則、團體性的自我犧牲與服從及競爭性的人我對立之平等，而培養社會規範行為；從課程學習中，增進運動技能並達成所謂運動技能目標，即：提昇運動能力、安全知能、自衛能力、生活適應能力。因此，由本文所探討之文獻可將體育課程功能所影響的層面歸納成：生理功能、心理功能、社會功能等三個層面。

第叁章 研究方法

本章的主要目的在於敘述研究的架構、調查工具的編製、調查樣本的選取、研究調查的實施，以及資料處理方法。

第一節 研究架構

一、研究程序（如圖 3-1-1所示）

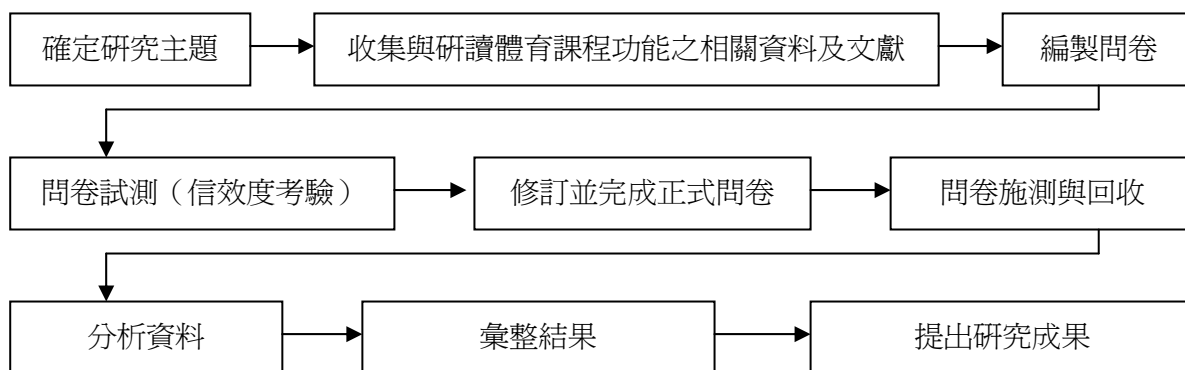


圖3-1-1 研究程序圖

二、研究架構（如圖 3-1-2所示）

本研究旨在於藉由不同變項之樣本，探討體育課程功能對提昇大學生素質之效能。依據本研究之研究目的，擬定本研究之研究架構（如圖 3-1-2）。

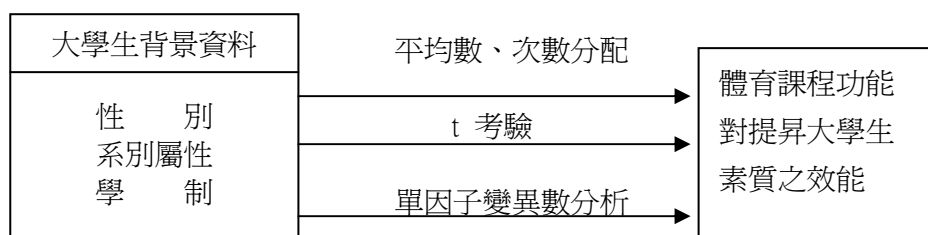


圖 3-1-2 研究架構圖

第二節 研究工具的編製

一、問卷製作程序

本研究係以問卷調查方式實施，問卷內容分為兩部分。第一部分為個人基本資料，第二部分則為大學生對體育課程功能在提昇其各項素質效能之認同程度表。

量表的編製程序：

（一）研究工具：本研究問卷，以自編之【體育課程功能對提昇大學生素質效能之調查問卷】作為本研究之工具。

（二）問卷編製：在編製的過程中，首先研讀相關文獻，並彙整、歸納出經由體育活動及體育課程所能改善的身體素質因素，並配合李克特之五點量表（Likert-type scale）的模式設計成【體育課程功能對提昇大學生素質效能之調查問卷】，經修訂後定稿。

（三）填答及計分方式：本問卷共分兩部分，第一部分為受試者依個人基本資料勾選取正確部份。第二部分為受試者依“體育課程功能對提昇大學生各項素質效能的認同程度”之陳述句，就個人的感受從五個可供選擇的答案中（「非常同意」、「同意」、「有些同意」、「不同意」、「非常不同意」）勾選一個作答，且每題均須填答；其計分方式為：答「非常同意」者給 5分、答「同

意」者給 4 分、答「有些同意」者給 3 分、答「不同意」者給 2 分、答「非常不同意」者給 1 分。

二、問卷試測 (pilot study)：

(一) 試測對象：本研究以真理大學 20 名大二學生及德霖技術學院專科部五專五年級及四技部大二各 20 名學生，共 60 名學生（男、女約各半），作為本研究之試測對象。

(二) 試測時間：預測於民國九十四年三月。

(三) 試測結果：

1. 項目分析：

項目分析即在求出每一個題項的「決斷值」(critical ratio；簡稱 CR 值)，其求法是將所有受試者在預試量表的得分總和依高低排列，得分前 25% 至 33% 者為高分組，得分後 25% 至 33% 者為低分組，求出高低二組受試者在每題得分平均數差異的顯著性考驗（多數資料分析時，均以測驗總分最高的 27% 及最低的 27%，作為高低分組界限），如果題項之 CR 值達顯著水準（ $\alpha < .05$ 或 $\alpha < .01$ ），即表示這個題目能鑑別不同受試者的反應程度，若未達顯著水準則該題項應予以刪除（吳明隆，2000）。本研究量表之項目分析方法採獨立樣本 t-test 考驗高低兩組在題項上的差異，結果如表 3-2-1 所示。

表 3-2-1 【體育課程功能對提昇大學生素質效能的認同程度之調查問卷】項目分析摘要表

題號 / 題 目	題項組別群體 變異數相等性	變異數相等的 Levene 檢定		平均數相等的 t 檢定	
		F 檢定	顯著 性	t (CR 值)	顯著性 (雙尾)
01.奮鬥不懈的意志力增強	01 假設變異數相等	.207	.652	9.208*	.000
	不假設變異數相等			9.146	.000
02.勇於表現自我	02 假設變異數相等	1.206	.281	9.950*	.000
	不假設變異數相等			9.853	.000
03.自我實現的態度較積極	03 假設變異數相等	.414	.525	6.461*	.000
	不假設變異數相等			6.443	.000
04.自信心增強	04 假設變異數相等	1.194	.283	7.284*	.000
	不假設變異數相等			7.271	.000
05.身體活動能力有提昇	05 假設變異數相等	4.842	.035	3.936	.000
	不假設變異數相等			3.986*	.000
06.身體感覺更健康	06 假設變異數相等	32.093	.000	4.307	.000
	不假設變異數相等			4.423*	.000
07.體能有增強	07 假設變異數相等	8.260	.007	6.708	.000
	不假設變異數相等			6.825*	.000
08.體格發展的更好	08 假設變異數相等	5.014	.032	5.701	.000
	不假設變異數相等			5.753*	.000
09.身體機能發展更均衡	09 假設變異數相等	4.195	.049	6.522	.000
	不假設變異數相等			6.566*	.000
10.更能遵守社會的規範	10 假設變異數相等	13.399	.001	4.634	.000
	不假設變異數相等			4.705*	.000
11.更能規劃健康的生活方式	11 假設變異數相等	4.783	.036	8.529	.000
	不假設變異數相等			8.610*	.000
12.更能紓解不良情緒與壓力	12 假設變異數相等	1.190	.284	7.700*	.000
	不假設變異數相等			7.714	.000
13.更能調整失去平衡的心理	13 假設變異數相等	1.143	.293	5.354*	.000
	不假設變異數相等			5.280	.000
14.社會適應能力更好	14 假設變異數相等	4.428	.044	7.820	.000
	不假設變異數相等			7.871*	.000
15.生活之適應能力更好	15 假設變異數相等	.025	.876	8.098*	.000
	不假設變異數相等			8.093	.000

16.更能體會生活樂趣	16 假設變異數相等 不假設變異數相等	1.895	.179	6.720* 6.718	.000 .000
17. 更能充實日常生活	17 假設變異數相等 不假設變異數相等	7.530	.010	5.447 5.553*	.000 .000
18.生活技能的水平提昇	18 假設變異數相等 不假設變異數相等	13.599	.001	5.797 5.905*	.000 .000
19.人際關係更和諧	19 假設變異數相等 不假設變異數相等	9.129	.005	5.989 6.081*	.000 .000
20.更重視團隊精神	20 假設變異數相等 不假設變異數相等	.020	.888	5.916* 5.887	.000 .000
21.提昇文明禮貌的行為	21 假設變異數相等 不假設變異數相等	11.566	.002	6.142 6.239*	.000 .000
22.提昇尊重他人的觀念	22 假設變異數相等 不假設變異數相等	51.519	.000	5.701 5.857*	.000 .000
23.建立公平競爭的觀念	23 假設變異數相等 不假設變異數相等	13.672	.001	5.243 5.330*	.000 .000
24.建立互助合作的精神	24 假設變異數相等 不假設變異數相等	13.105	.001	5.243 5.330*	.000 .000
25.思考與判斷能力的提昇	25 假設變異數相等 不假設變異數相等	.503	.483	4.722* 4.752	.000 .000
26.建構事物能力的提昇	26 假設變異數相等 不假設變異數相等	1.961	.171	5.703* 5.771	.000 .000
27.觀察能力的提昇	27 假設變異數相等 不假設變異數相等	10.942	.002	5.104 5.237*	.000 .000
28.記憶能力的提昇	28 假設變異數相等 不假設變異數相等	3.178	.084	5.925* 6.001	.000 .000

註：* ($p < .05$)。

在表3-2-1，項目分析的結果中，先看每個題項組別群體變異數相等性的「F值」考驗，如果顯著（顯著值小於.05），表示二個組別群體變異數不相等，此時看「不假設變異數相等」所列之 t 值，如果 t 值顯著（顯著值小於.05），則此題項具有鑑別度；如果「F值」不顯著（顯著值大於.05），表示二個組別群體變異數相等，此時看「假設變異數相等」所列之t值，如果 t 值顯著（顯著值小於.05），則此題項亦具有鑑別度（吳明隆，2000）。

從表3-2-1的項目分析結果發現：本研究調查問卷之28個題目的t值皆有顯著，因此皆具有鑑別度。

2.效度檢討：

（1）因素分析：

為了考驗本研究量表的「建構效度（construct validity）」，因此將具有鑑別力的題項進行因素分析。

本研究量表採「主成份因素分析」，並經「正交轉軸」後，獲得特徵值大於1.0的因素共有六個，其累積的解釋變異量為72.642%，顯示本量表有良好的建構效度。（各因素分析之統計量如：表3-2-2）

表3-2-2 因素分析之統計量摘要表

題項內容	因素負荷量						轉軸平方和負荷量		
	因素一	因素二	因素三	因素四	因素五	因素六	特徵值	變異數的%	累積%
22.提昇尊重他人的觀念	.737						3.920	14.000	14.000
23.建立公平競爭的觀念	.678								
24.建立互助合作的精神	.678								
21.提昇文明禮貌的行為	.654								
20.更重視團隊精神	.539								
19.人際關係更和諧	.514								
06.身體感覺更健康		.858					3.632	12.973	26.973
05.身體活動能力有提昇		.704							
08.體格發展的更好		.664							
07.體能有增強		.652							
09.身體機能發展更均衡		.469							
03.自我實現的態度較積極			.834				3.583	12.795	39.768
02.勇於表現自我			.802						
04.自信心增強			.667						
01.奮鬥不懈的意志力增強			.612						
17.更能充實日常生活				.877			3.319	11.853	51.621
16.更能體會生活樂趣				.695					
15.生活之適應能力更好				.633					
18.生活技能的水平提昇				.593					
14.社會適應能力更好				.459					
27.觀察能力的提昇					.814		3.212	11.472	63.093
26.建構事物能力的提昇					.747				
25.思考與判斷能力的提昇					.646				
28.記憶能力的提昇					.513				
10.更能遵守社會的規範						.652	2.674	9.549	72.642
12.更能紓解不良情緒與壓力						.546			
11.更能規劃健康的生活方式						.544			
13.更能調整失去平衡的心理						.480			

(2) 因素命名：

本研究量表，就因素分析後各因素之題項內容的屬性，研究者將之命名並重新編定題號。(如表3-2-3)

表3-2-3 因素名稱及所包含之題項

因素名稱	包含題項	因素名稱	包含題項
1.人際互動素質	01.提昇尊重他人的觀念 02.建立公平競爭的觀念 03.建立互助合作的精神 04.提昇文明禮貌的行為 05.更重視團隊精神 06.人際關係更和諧	4.環境適應素質	16.更能充實日常生活 17.更能體會生活樂趣能力 18.生活之適應能力更好 19.生活技能的水平提昇 20.社會適應能力更好
2.生理發展素質	07.身體感覺更健康 08.身體活動能力有提昇 09.體格發展的更好 10.體能有增強 11.身體機能發展更均衡	5.智能發展素質	21.觀察能力的提昇 22.建構事物能力的提昇 23.思考與判斷能力的提昇 24.記憶能力的提昇
3.自我肯定素質	12.自我實現的態度較積極 13.勇於表現自我 14.自信心增強 15.奮鬥不懈的意志力增強	6.情緒管控素質	25.更能遵守社會的規範 26.更能紓解不良情緒與壓力 27.更能規劃健康的生活方式 28.更能調整失去平衡的心理

3.信度檢討：

本研究量表採Cronbach' s α 係數求取問卷的內部一致性，其結果為 $\alpha = .9579$ 。(各因素之Cronbach' s α 值請參考表3-2-4)

表3-2-4 大學生對各項體育課程功能在提昇素質效能之認同程度量表的內部一致性估計值

因素	內含題數	Cronbach' s α 係數
1.人際互動素質	6	.8817
2.生理發展素質	5	.8644
3.自我肯定素質	4	.9113
4.環境適應素質	5	.8845
5.智能發展素質	4	.8271
6.情緒管控素質	4	.8018
總量表	共28題	.9579

根據學者Gay (1992) 的觀點，任何測驗或量表的信度係數如果在.90以上，表示測驗或量表的信度甚佳；另外，學者 DeVellis (1991)、Nunnally (1978) 等人則認為在.70以上是可接受的最小信度值。據此，顯示本研究量表具有良好的信度。

第三節 調查樣本的選取

本研究之調查樣本的選取，係以方便取樣方式，從德霖技術學院五專部五年級生、四技部二年級生及真理大學二年級生各選取200名，共600名（男女約各半），作為本研究之調查樣本。（如表3-2-5）

表3-2-5 本研究有效樣本及問卷回收分佈表

學校類別	合計施測卷數	合計回收有效卷數	回收率
真理大學	200	200	100%
德霖學院（五專）	200	200	100%
德霖學院（四技）	200	200	100%
合計	600	600	100%

第四節 研究調查的實施

本研究問卷之調查工作皆由研究者親自施測。正式問卷於中華民國九十四年五月至六月實施施測，回收率為100%（如表3-2-5）。根據Babbie的觀點，認為調查資料要能分析和報告，其回收率須達50% 始算適當；60% 視為良好；70% 或以上則視為非常良好（王文科，1995；鄭志富，1988）。因此，本研究之問卷回收率屬非常良好，故可進行分析與統計。

第五節 資料處理

- 一、資料處理：問卷回收後，立即加以編碼整理並剔除廢卷，計得有效問卷597份。
- 二、本研究之資料使用SPSS for Window 8.0版套裝軟體進行統計分析，並以 $\alpha = .05$ 為顯著水準進行統計考驗。
- 三、根據研究目的，本研究所用的統計分析為：
 - （一）以次數分配的描述性統計方法，來瞭解不同變項學生的人數及所佔百分比。
 - （二）以平均數之數值，來瞭解大學生對體育課程功能在提昇各項素質效能之認同情形。
 - （三）以平均數之數值，來瞭解不同變項學生對各項體育課程功能在提昇素質效能之認同情形。
 - （四）以 t 考驗，來比較不同性別的大學生，對體育課程功能在提昇各項素質效能之認同程度的差異。
 - （五）以獨立樣本單因子變異數分析（one-way ANOVA），比較不同系別屬性的大學生，對體育課程功能在提昇各項素質效能之認同程度的差異。若有顯著差異則以薛費法（Scheff' e Method）進行事後比較。

(六) 以獨立樣本單因子變異數分析 (one-way ANOVA)，比較不同學制的大學生，對體育課程功能在提昇各項素質效能之認同程度的差異。有顯著差異則以薛費法 (Scheffé Method) 進行事後比較。

第肆章 結果與討論

本章旨在陳述本研究根據實際資料分析所獲得的研究結果，內容共分成六節：第一節、有效樣本的分析；第二節、大學生對體育課程功能在提昇各項素質效能之認同情形；第三節、不同變項學生對體育課程功能在提昇各項素質效能之認同情形；第四節、比較不同性別大學生對體育課程功能在提昇各項素質效能之認同程度差異；第五節、比較不同系別屬性大學生對體育課程功能在提昇各項素質效能之認同程度差異；第六節、比較不同學制大學生對體育課程功能在提昇各項素質效能之認同程度差異。並依本研究結果再行討論之。

第一節 有效樣本的分析

本節將回收問卷之有效樣本，透過次數分配的描述性統計方法，以瞭解不同變項之學生的人數及所佔百分比。

- 一、由表 4-1-1 得知，本研究之有效樣本總數為 597 人，依性別統計：男學生共 294 人（佔總數 49.2%），女學生共 303 人（佔總數 50.8%）。
- 二、由表 4-1-2 得知，依不同系別屬性統計：文學院學生共 90 人（佔總數 15.1%），理學院學生共 150 人（佔總數 25.1%），商學院學生共 249 人（佔總數 41.7%），工學院學生共 108 人（佔總數 18.1%）。
- 三、由表 4-1-3 得知，依不同學制統計：二專學生共 199 人（佔總數 33.3%），四技學生共 199 人（佔總數 33.3%），大學學生共 199 人（佔總數 33.3%）。

表 4-1-1 有效樣本統計量表

	不同性別	不同系別	不同學制
有效的樣本總數	597	597	597
遺漏值	0	0	0

4-1-2 不同性別學生樣本統計量表

性別	人數	百分比	有效百分比	累積百分比
男學生	294	49.2	49.2	49.2
女學生	303	50.8	50.8	100.0
總和	597	100.0	100.0	

表 4-1-3 不同系別學生樣本統計量表

系別屬性	人數	百分比	有效百分比	累積百分比
文學院	90	15.1	15.1	15.1
理學院	150	25.1	25.1	40.2
商學院	249	41.7	41.7	91.9
工學院	108	18.1	18.1	100.0
總和	597	100.0	100.0	

表 4-1-4 不同學制學生樣本統計量表

學制	人數	百分比	有效百分比	累積百分比
二專	199	33.3	33.3	33.3
四技	199	33.3	33.3	66.7
大學	199	33.3	33.3	100.0
總和	597	100.0	100.0	

第二節 大學生對體育課程功能在提昇各項素質效能之認同情形

一、結果

由表 4-2-1 得知，本研究之對象對於體育課程功能在提昇各項素質效能之認同結果為：在“人際互動素質”方面，僅達到有些同意以上的程度（每題平均數：3.28）。在“生理發展素質”方面，則接近同意的程度（每題平均數：3.83）。在“自我肯定素質”方面，達到同意以上的程度（每題平均數：4.16）。在“環境適應素質”方面，也接近同意的程度（每題平均數：3.73）。在“智能發展素質”方面，則介於有些同意以上偏同意的程度（每題平均數：3.61）。在“情緒管控素質”方面，則達到同意以上的程度（每題平均數：4.02）。

至於對體育課程功能在提昇各項素質效能之認同程度的高低順序為：“自我肯定素質”最高，依序為“情緒管控素質”、“生理發展素質”、“環境適應素質”、“智能發展素質”、“人際互動素質”。

表 4-2-1 大學生對體育課程功能在提昇各項素質效能之認同情形摘要表

因素名稱	人際互動	生理發展	自我肯定	環境適應	智能發展	情緒管控
人數	597	597	597	597	597	597
每題平均數	3.28	3.83	4.16	3.73	3.61	4.02

註：每題平均數，5 分表示「非常同意」、4 分表示「同意」、3 分表示「有些同意」、2 分表示「不同意」、1 分表示「非常不同意」。

二、討論

從研究結果可得知，本研究之受試學生對於體育課程功能在提昇各項素質之效能皆達到有些同意以上的程度，此結果亦與諸多文獻所提及的論點相符。例如：早期國外大學生肯定參與體育課，在社會的、情感的及身體上的價值有其正面的助益（Bell, Walters & Staff, 1953；Broer, Fox & Way, 1955；Wessel & Nelson, 1964；Brumbach & Cross, 1965；Moyer, Mitchem & Bell, 1966；Vincent, 1967；Campbell, 1968）；而 Brumbach（1968）的研究結果也顯示，體育課程的實施有助於大學生體適能的改善及改進參與體育活動的態度；還有，台灣早期的大學生，對於體育課存在的價值也都持肯定的態度，並認同體育課程對促進學生身心健康的貢獻良多（阮如鈞，1973、1975；梁崑富，1975；王美珍，1978；葉憲清，1980）。

第三節 不同變項學生對體育課程功能在提昇各項素質效能之認同情形

一、結果

（一）由表 4-3-1 得知，不同性別學生對體育課程功能在提昇各項素質效能之認同結果為：在“人際互動素質”方面，男學生是介於同意偏有些同意間的程度（每題平均數：3.41），而女學生則僅達到有些同意以上的程度（每題平均數：3.03）。在“生理發展素質”方面，男學生是幾近同意的程度（每題平均數：3.92），而女學生也接近同意的程度（每題平均數：3.75）。在“自我肯定素質”方面，男學生是達到同意以上的程度（每題平均數：4.11），而女學生也是達到同意以上的程度（每題平均數：4.21）。在“環境適應素質”方面，男學生是接近同意的程度（每題平均數：3.86），而女學生則介於有些同意以上偏同意的程度（每題平均數：3.61）。在“智能發展素質”方面，男學生是介於有些同意偏同意間的程度（每題平均數：3.69），而女學生則介於有些同意與同意間的程度（每題平均數：3.52）。在“情緒管控素質”方面，男學生是接近同意的程度（每題平均數：3.86），而女學生則達到同意以上的程度（每題平均數：4.17）。

（二）由表 4-3-1 得知，不同系別屬性學生對體育課程功能在提昇各項素質效能之認同結果為：在“人際互動素質”方面，不同系別屬性的學生皆僅達到有些同意以上的程度（文學院每題平均數：3.24；理學院每題平均數：3.24；商學院每題平均數：3.19；工學院每題平均數：3.25）。在“生理發展素質”方面，不同系別屬性的學生皆接近同意的程度（文學院每題平均數：3.80；理學院每題平均數：3.84；商學院每題平均數：3.82；工學院每題平均數：3.89）。在“自我肯定素質”方面，不同系別屬性的學生皆達到同意以上的程度（文學院每題平均數：4.18；理學院每

題平均數：4.13；商學院每題平均數：4.16；工學院每題平均數：4.18）。在“環境適應素質”方面，不同系別屬性的學生皆接近同意的程度（文學院每題平均數：3.78；理學院每題平均數：3.72；商學院每題平均數：3.71；工學院每題平均數：3.78）。在“智能發展素質”方面，不同系別屬性的學生皆介於有些同意偏同意間的程度（文學院每題平均數：3.63；理學院每題平均數：3.62；商學院每題平均數：3.59；工學院每題平均數：3.60）。在“情緒管控素質”方面，除了商學院學生是幾近同意（每題平均數：3.98）外，其餘系別屬性的學生皆達到同意以上的程度（文學院每題平均數：4.05；理學院每題平均數：4.02；工學院每題平均數：4.06）。

（三）由表 4-3-1 得知，不同學制學生對體育課程功能在提昇各項素質效能之認同結果為：在“人際互動素質”方面，不同學制的學生皆僅達到有些同意以上的程度（二專每題平均數：3.23；四技每題平均數：3.22；大學每題平均數：3.20）。在“生理發展素質”方面，不同學制的學生皆接近同意的程度（二專每題平均數：3.85；四技每題平均數：3.80；大學每題平均數：3.85）。在“自我肯定素質”方面，不同學制的學生皆達到同意以上的程度（二專每題平均數：4.18；四技每題平均數：4.14；大學每題平均數：4.17）。在“環境適應素質”方面，不同學制的學生皆偏向同意的程度（二專每題平均數：3.72；四技每題平均數：3.75；大學每題平均數：3.74）。在“智能發展素質”方面，不同學制的學生皆介於有些同意偏同意間的程度（二專每題平均數：3.60；四技每題平均數：3.60；大學每題平均數：3.62）。在“情緒管控素質”方面，二專學生達到同意以上的程度（每題平均數：4.06）；四技學生則幾近同意的程度（每題平均數：3.99）；而大學學生則達到同意的程度（每題平均數：4.00）。

表 4-3-1 不同變項學生對體育課程功能在提昇各項素質效能之認同情形摘要表

不同變項 個數 因素名稱	不同性別		不同系別屬性				不同學制		
	每題平均數		每題平均數				每題平均數		
	男	女	文學院	理學院	商學院	工學院	二專	四技	大學
	294	303	90	150	249	108	199	199	199
人際互動	3.41	3.03	3.24	3.24	3.19	3.25	3.23	3.22	3.20
生理發展	3.92	3.75	3.80	3.84	3.82	3.89	3.85	3.80	3.85
自我肯定	4.11	4.21	4.18	4.13	4.16	4.18	4.18	4.14	4.17
環境適應	3.86	3.61	3.78	3.72	3.71	3.78	3.72	3.75	3.74
環境適應	3.69	3.52	3.63	3.62	3.59	3.60	3.60	3.60	3.62
情緒管控	3.86	4.17	4.05	4.02	3.98	4.06	4.06	3.99	4.00

註：每題平均數，5 分表示「非常同意」、4 分表示「同意」、3 分表示「有些同意」、2 分表示「不同意」、1 分表示「非常不同意」。

二、討論

從研究結果可得知：

（一）不同性別學生對體育課程功能在提昇各項素質效能之認同結果為：男學生的認同程度達到「同意」以上的有“自我肯定素質”，而其餘的素質因素皆達到「有些同意」以上；而女學生的認同程度達到「同意」以上的有“自我肯定素質”、“情緒管控素質”，而其餘的素質因素皆達到「有些同意」以上。由於在相關文獻中未見有此方面的探討，然而從每題平均數之數值，研究者推測學生在體育課程的學習過程中，對於這六個素質因素所獲得改善之效能可能會受到不同性別的影響而有不同的感受。

（二）不同系別屬性學生對體育課程功能在提昇各項素質效能之認同結果為：不同系別屬性的學生皆達到「同意」以上的有“自我肯定素質”因素；另外，在“情緒管控素質”因素，除了商學院學生是幾近「同意」外，其餘系別屬性的學生皆達到「同意」以上的程度。其餘素質因素，皆為不同系別屬性學生所認同達到「有些同意」以上的程度；由於在相關文獻中亦未見有此方面的探討，然而從每題平均數之數值中雖顯示各學院學生的認同程度互有高低却接近，因此，研究者僅能推測各學院學生在體育課程的學習過程中，對於這六個素質因素的改善之感受可能不會受到不同系別屬性的影響而有不同的感受。

（三）不同學制學生對體育課程功能在提昇各項素質效能之認同結果為：不同學制的學生皆達到「同意」以上的有“自我肯定素質”因素；另外，在“情緒管控素質”因素，除了四技學生

是幾近「同意」外，其餘學制的學生皆達到「同意」的程度。其餘素質因素，皆為不同學制學生所認同達到「有些同意」以上的程度；由於在相關文獻中亦未見有此方面的探討，然而從每題平均數之數值中雖顯示各學制學生的認同程度互有高低却接近，因此，研究者僅能推測各學制學生在體育課程的學習過程中，對於這六個素質因素的改善之感受可能不會受到不同學制的影響而有不同的感受。

第四節 比較不同性別大學生對體育課程功能在提昇各項素質效能之認同程度差異

一、結果

由表 4-4-2 所示，不同性別大學生對體育課程功能在提昇各項素質之效能的認同差異為：

（一）在“人際互動素質”方面，達到顯著差異（ $p < .05$ ）；並由表 4-4-1 得知，男學生對體育課程功能在提昇學生本項素質之效能的認同程度顯著高於女學生。

（二）在“生理發展素質”方面，達到顯著差異（ $p < .05$ ）；並由表 4-4-1 得知，男學生對體育課程功能在提昇學生本項素質之效能的認同程度顯著高於女學生。

（三）在“自我肯定素質”方面，達到顯著差異（ $p < .05$ ）；並由表 4-4-1 得知，女學生對體育課程功能在提昇學生本項素質之效能的認同程度顯著高於男學生。

（四）在“環境適應素質”方面，達到顯著差異（ $p < .05$ ）；並由表 4-4-1 得知，男學生對體育課程功能在提昇學生本項素質之效能的認同程度顯著高於女學生。

（五）在“智能發展素質”方面，達到顯著差異（ $p < .05$ ）；並由表 4-4-1 得知，男學生對體育課程功能在提昇學生本項素質之效能的認同程度顯著高於女學生。

（六）在“情緒管控素質”方面，達到顯著差異（ $p < .05$ ）；並由表 4-4-1 得知，女學生對體育課程功能在提昇學生本項素質之效能的認同程度顯著高於男學生。

表 4-4-1 不同性別學生在各因素之統計量表

因素名稱	性別	人數	平均數	標準差	t 值
人際互動	男	294	3.41	3.44	7.95
	女	303	3.03	3.48	
生理發展	男	294	3.92	1.71	4.09
	女	303	3.75	3.10	
自我肯定	男	294	4.11	1.55	-3.42
	女	303	4.21	1.47	
環境適應	男	294	3.86	1.90	8.02
	女	303	3.61	1.95	
智能發展	男	294	3.69	1.59	5.21
	女	303	3.52	1.51	
情緒管控	男	294	3.86	1.99	-6.81
	女	303	4.17	2.41	

表 4-4-2 不同性別大學生對各項體育課程功能在提昇素質效能之認同程度差異的 t 檢定摘要表

因素名稱	因素組別群體 變異數相等性	變異數相等的		平均數相等的	
		Levene 檢定	F 檢定	t 檢定	t 值
人際互動	01 假設變異數相等	0.51	0.48	7.95	0.00
	不假設變異數相等			7.95*	0.00
生理發展	02 假設變異數相等	72.50	0.00	4.06	0.00
	不假設變異數相等			4.09*	0.00
智能發展	03 假設變異數相等	2.78	0.10	-3.42*	0.00
	不假設變異數相等			-3.41	0.00
環境適應	04 假設變異數相等	1.05	0.31	8.02*	0.00
	不假設變異數相等			8.02	0.00
自我肯定	05 假設變異數相等	1.96	0.16	5.21*	0.00
	不假設變異數相等			5.21	0.00
情緒管控	06 假設變異數相等	28.42	0.00	-6.79	0.00
	不假設變異數相等			-6.81*	0.00

註：*（ $p < .05$ ）。

二、討論

從研究結果可得知：不同性別大學生對體育課程功能在提昇各項素質效能之認同差異，除了在“自我肯定素質”及“情緒管控素質”兩方面，是女學生顯著高於男學生，其餘的“人際互動素質”、“生理發展素質”、“環境適應素質”、“智能發展素質”等四方面，皆是男學生顯著高於女學生。由於在相關文獻中 Weick（1975）及許義雄（1988）皆指出不同性別的大學

生對體育目標的認同傾向沒有顯著差異。然而就本研究而言，是屬於實際的親身感受所呈現的反應，就如 Soudan & Everett (1981) 的研究指出，不同性別的大學生在社會發展以及生理組織發展的重要性方面，在男、女學生間均有顯著的不同；因此，研究者推測，受試之大學生對於體育課程功能在提昇各項素質之效能的感受度會因不同性別而呈現出顯著不同的反應。

第五節 比較不同系別屬性大學生對各項體育課程功能在提昇素質效能之認同程度差異

一、結果

由表 4-5-1 得知，不同系別屬性大學生對體育課程功能在提昇各項素質之效能的認同程度皆未達顯著差異。

表 4-5-1 不同系別屬性大學生對各項體育課程功能在提昇素質效能之認同程度差異的單因子變異數分析 (One-Way ANOVA) 摘要表

因素名稱	平方和	自由度	平均平方和	F 檢定	顯著性	因素名稱	平方和	自由度	平均平方和	F 檢定	顯著性
組間	15.68	3	5.23	0.39	0.76	組間	15.15	3	5.05	1.23	0.30
人際互動 組內	7857.23	593	13.25			環境適應 組內	2427.18	593	4.09		
總合	7872.91	596				總合	2442.33	596			
組間	14.33	3	4.78	0.74	0.53	組間	2.45	3	0.82	0.33	0.81
生理發展 組內	3854.92	593	6.50			自我肯定 組內	1485.33	593	2.51		
總合	3869.25	596				總合	1487.78	596			
組間	3.47	3	1.16	0.50	0.69	組間	10.42	3	3.47	0.66	0.58
智能發展 組內	1382.96	593	2.33			情緒管控 組內	3120.03	593	5.26		
總合	1386.43	596				總合	3130.45	596			

註：* ($p < .05$)。

二、討論

從研究結果得知：不同系別屬性大學生對體育課程功能在提昇各項素質之效能的認同程度皆未達顯著差異。因此，研究者推測，不同專業養成背景並不會影響親身感受所呈現的反應。

第六節 比較不同學制大學生對各項體育課程功能在提昇素質效能之認同程度差異

一、結果

由表 4-6-1 得知，不同學制大學生對體育課程功能在提昇各項素質之效能的認同程度皆未達顯著差異。

表 4-6-1 不同學制大學生對各項體育課程功能在提昇素質效能之認同程度差異的單因子變異數分析 (One-Way ANOVA) 摘要表

因素名稱	平方和	自由度	平均平方和	F 檢定	顯著性	因素名稱	平方和	自由度	平均平方和	F 檢定	顯著性
組間	3.11	2	1.55	0.12	0.89	組間	2.80	2	1.40	0.34	0.71
人際互動 組內	7869.80	594	13.25			環境適應 組內	2439.53	594	4.11		
總合	7872.91	596				總合	2442.33	596			
組間	6.96	2	3.48	0.54	0.59	組間	0.71	2	0.35	0.14	0.87
生理發展 組內	3862.29	594	6.50			自我肯定 組內	1487.08	594	2.50		
總合	3869.25	596				總合	1487.78	596			

組間	2.48	2	1.24	0.53	0.59	組間	10.13	2	5.07	0.96	0.38
智能發展 組內	1383.95	594	2.33			情緒管控 組內	3120.32	594	5.25		
總合	1386.43	596				總合	3130.45	596			

註：* ($p < .05$)。

二、討論

從研究結果可得知：不同學制大學生對體育課程功能在提昇各項素質之效能的認同程度皆未達顯著差異。由於在相關文獻中未見有此方面的探討；因此，研究者推測，受試之大學生對於體育課程功能在提昇各項素質之效能感受度，並不會因就讀學制的不同而呈現出顯著的不同反應。

第五章 結論與建議

本章的主要目的是將本研究做整體的概述，並依研究結果提出結論與建議。

第一節 結論

- 一、本研究之受試學生對於體育課程功能在提昇各項素質之效能的認同情形皆達到「有些同意」以上的程度，特別是在“自我肯定素質”及“情緒管控素質”俱達到「同意」以上的程度。至於在提昇各項素質效能的認同程度之高低順序為：“自我肯定素質”最高，依序為“情緒管控素質”、“生理發展素質”、“環境適應素質”、“智能發展素質”、“人際互動素質”。
- 二、不同變項學生對體育課程功能在提昇各項素質效能之認同結果為：不同變項學生對本研究之六項素質因素皆達到「有些同意」以上的程度，而在“自我肯定素質”因素，則是不同變項的學生皆達到同意以上程度的素質因素。
- 三、不同性別大學生對體育課程功能在提昇各項素質之效能的認同差異為：男學生在“人際互動素質”、“生理發展素質”、“環境適應素質”、“智能發展素質”等四個素質因素之效能的認同程度顯著高於女學生；而在“自我肯定素質”及“情緒管控素質”等兩個素質因素之效能的認同程度顯著低於女學生。
- 四、不同系別屬性大學生對體育課程功能在提昇各項素質之效能的認同程度皆未達顯著差異。
- 五、不同學制大學生對體育課程功能在提昇各項素質之效能的認同程度皆未達顯著差異。

第二節 建議

根據本研究的發現，研究者提出下列幾項建議，供受試對象之學校未來更能規劃出高效能的體育課程功能之參考，以其更能有效的達成改善大學生素質之目的。

一、開設多元化的課程內容

為因應多元化社會的衝擊，及改善近年來大學生對體育課未達滿意程度的情形（楊建隆，2001），增設符合社會運動趨勢的體育項目是有其必要性。如此，不但可開闊學生的運動領域，同時亦能多方面的提供學生獲得體育課程功能的管道，如此亦是增加學生素質提昇的學習機會。

二、改變教學進度的導向

以提昇健康的體適能、運動樂趣及運動創意的獲得為進度導向，而不刻意以技術與技能獲得為進度達成的依據。傳統的體育教育往往都是以競技為重心，教學的課程內容偏重於競技運動項目，在教學進度的考量也著重於運動技術與技能之獲得為依據，此情形易造成脫離了學生的實際需求和超越了學生的接受能力，使學生失去了對體育課程的興趣；因此，學校體育之教

學進度可考慮朝著淡化競技，用以人爲本的觀念著重在學生健康身心、運動樂趣及運動創意的獲得，做為進度設定的導向，如此，也較符合現代體育課程的發展方向。

三、以促進發展社會行爲做為重要的教學方式

德、智、體、群、美之全面發展是現代教育的目標和素質教育的重要內容，而體育課程的內容事實上即具有發展上述內容的功能，至於這些內容即是能發展出良好社會行爲的基本條件；因此，教學者對體育課程著重在運動技術、技能的教學情結有必要做適當的調整，而賦於體育教學以德、智、體、群、美的教育內容，透過適當的教學方式寓教於動、寓教於樂，使學生在活動中體驗和獲得豐富的道德規範、體育知識、身體的充分發展、團體的共同規範法則、生活適應能力以及健康和運動之美，並使學生從學習中得到身心全面的發展與素質全面的提昇。

四、體育教師的教學省思

事實上，素質教育從 20 世紀以來已引起教育界的高度重視，反觀台灣地區大學生的素質卻受到近年社會環境急遽改變的影響而有著明顯下滑的趨勢。然而，依據本研究結果得知，受試學生皆傾向認同大學體育課程功能具有提昇大學生素質之效果，因此，身為體育課程主導者之教師更應確實的透過適當的教學法將此課程的功能落實於課程的結構裡，使之能有效提昇大學生的素質，若能如此，亦足以顯示體育課之存在於大學的重要性與需要性。

第陸章參考文獻

- 王美珍（1978）：臺灣中區大學女生對體育的態度之分析研究。臺中：台灣東海出版社。
- 王文科（1991）：教育研究法。台北市：五南圖書出版公司。
- 正 之（1995）：高級中學學校體育課程目標分析。臺灣體育，80 期，48-49 頁。
- 江良規（1984）：體育學原理新論。台北市：台灣商務印書館。
- 李文田（1997）：大學生修習體育課意願影響因素之研究。國立體育學院體育研究所碩士論文，未出版，桃園。
- 阮如鈞（1973）：國立臺灣師範大學男生對體育的態度研究。國立臺灣師範大學體育研究所集刊，1 期，44-89 頁。
- 阮如鈞（1975）：輔仁大學學生對體育的態度之分析研究。中華民國大專院校體育總會六十四學年度體育學術研討會集刊，152-160 頁。
- 吳萬福（1987）：二十一世紀之我國學校體育。國民體育季刊，16 卷 4 期，11-15 頁。
- 周宏室（1992）：美國加州體育課程簡介。國民體育季刊，21 卷 3 期，41-46 頁。
- 徐元民（2000）：多元文化時代與學校體育。國民體育季刊，29 卷 1 期，12-18 頁。
- 黃彬彬（1986）：大學生對體育運動之態度與實施概況的研究。大專院校體育總會七十五學年度體育學術研討會專刊，83-97 頁。
- 黃森芳（2000）：培養健康的國民…二十一世紀學校體育之重要任務。國民體育季刊，29 卷 1 期，19-25 頁。
- 許義雄（1983）：體育學原理。台北市：文景出版社。
- 許義雄（1988）：社會變遷與體育發展。台北市：文景出版社。
- 梁崑富（1975）：大學生體育態度之研究。東海學報，16 期，251-264 頁。
- 康世平（1994）：針對校務會議提案第十二案體育組之書面說明。臺大體育，24 期，1-2 頁。
- 曹湘君（1988）：體育概念。北京：北京體育學院出版社。
- 邱鑾英（2001）：大專院校體育教學對學生社會化與身心發展功能之探討。大專體育，53 期，67-71 頁。
- 葉憲清（1980）：高雄師院學生對興趣選項分組教學體育課的態度研究。六十九學年度大專院校體育學術研討會專刊，125-134 頁。

- 陳振文 (1994)：臺大體育組校務會議代表之書面意見。臺大體育，24期，3頁。
- 陳鎰明 (1994)：社會變遷對大專學生體育目標認同傾向之影響。83年度大專院校體育學術研討會專刊，145-157頁。
- 陳顯宗、戴遐齡 (1994)：暑期進修學生體育課選修游泳項目之動機因素調查分析。台北市立師範學院學報，25，279-296 頁。
- 張春秀 (1994)：雲林工專學生體育正課滿意度與休閒運動影響之調查研究。雲林工專學報，13期，143-198頁。
- 張思敏 (1995a)：必修，選修一有何不同。臺大體育，第26期，89-90頁。
- 張思敏 (1995b)：如何規劃及設計體育課程及教學。臺大體育，第二十六期，83-88頁。
- 楊志顯、陳太正、陳鴻雁、吳惠櫻、藍碧玉、王金蓮、劉麗雲、陳瓊茶 (1994)。大學體育課程實施方式意見調查。大專體育，18，95-101。
- 楊宗文 (1992)：理想中的國小體育課程。國民體育季刊，第21卷，第3期，64-69頁。
- 楊裕隆 (1998)：台大學生體育態度之研究。大專體育，36期，112-118。
- 楊建隆 (1996)：臺灣地區大四學生選修體育課考量因素之研究。國立臺灣師範大學體育研究所碩士論文，未出版，台北市。
- 楊建隆 (2001)：臺灣地區大學體育課學生滿意度與再修習意願關係之研究。台北縣：富誠出版社。
- 楊建隆 (2005)：探討落實體育目標對未來大學體育課發展之影響。大專體育雙月刊，77期，20-27頁。
- 蔡欣延 (1994)：醒吳商專體育課實施興趣選項教學意見調查表分析。大專體育雙月刊，14期，43-51。
- 鄭志富 (1988)：我國大專院校體育主任工作滿足及其相關因素之研究。國立臺灣師範大學體育研究所碩士論文 (未出版)。
- 體育大詞典編訂委員會 (1984)：體育大辭典。台北市：臺灣商務印書館股份有限公司。
- 體育司 (1984)：高及中等以上學校體育實施方案。體育法規選輯，333頁。
- 體育課程系統化規劃研究小組 (1992)：「體育課程系統化規劃」專題研究…第一階段研究報告。國民體育季刊，21卷3期，10-40頁。
- 體育課程規劃小組 (1993)：「大專體育課程系統化規劃」專題研究成果報告書。教育部。
- Aicinena, S. (1991). The teacher and student attitudes toward physical education. The Physical Education, 48(1), pp.28-32.
- Bell, M., Walters, C. & Staff. (1953). Attitudes of women at the University of Michigan toward physical education. The Research Quarterly, 24, 379-391.
- Broer, M. R., Fox, K. S. & Way, E. (1955). Attitudes of University of Washington women students toward physical education activity. The Research Quarterly, 26(4), 379-384.
- Brumbach, W. B. & Cross, J. A. (1965). Attitudes toward physical Education of male students entering the University of Oregon. The Research Quarterly, 36(1), 10-16.
- Brumbach, W. B. (1968). Effect of a special conditioning class upon student's attitudes toward physical education. The Research Quarterly, 39(1), 211-213.
- Campbell, D. E. (1968). Student attitudes toward physical education. The Research Quarterly, 39(3), 456-462.
- DeVellis, R. F. (1991). Scale Development Theory and Applications. London: SAGE.
- Figley, G. E. (1985). Determinants of attitudes toward physical education. Journal of Teaching in Physical Education, 4, pp.229-240.
- Gay, L. R. (1992). Educational Research Competencies for Analysis and Application. New ork: acmillan.
- Iso-Aholo, S. & Allen, J. (1982). The dynamics of leisure motivation: the effects of outcome on leisure needs. Research Quarterly for Exercise and Sport, 53(2), pp.141-149.

- Moyer, L. J., Mitchem, J. C. & Bell, M. M. (1966). Women`s attitudes toward physical education in the general education program at Northern Illinois University. The Research Quarterly, 37(4), 515-519.
- Mowatt, M., DePauw, K. P. & Hulac, G. M. (1988). Attitudes toward physical activity among college student. The Physical Educator, 45(2), 103-108.
- Nunnally, J. C. (1978). Psychometric Theory(2nd ed.). New York: McGraw-Hill.
- Pritchard, O. (1988). Attitudes towards physical education in England an investigation among parents pupils and teacher. The Physical Educator, 45(3), 154-156.
- Soudan, S. & Everett, P. (1981, May) . Physical education objectives expressed as needs by Florida State University students. Journal of Physical Education, Recreation, and Dance, 15-17.
- Stewart, M. J. & Green, S. R. (1987). Parental attitudes toward physical education. The Physical Educator, 44(3), 344-348.
- Tolson, H. & Chevrette, J. M. (1974). Changes in attitudes toward physical activity as a result of individualized exercise prescription. The journal of Psychology, 87, pp.203-207.
- Vincent, M. F. (1967a). Attitudes of college women toward physical education and their relationship to success in physical education. The Research Quarterly, 38(1), 126-131.
- Vincent, M. F. (1967b). Prediction of success in physical education activities from attitude, strength, and efficiency measurements. The Research Quarterly, 38(3), pp.502-506.
- Weick, K. (1975, October) . Objectives of physical education expressed as needs by university students. The Research Quarterly, 46, 385-388.
- Wessel, J.A. & Nelson, R. (1964). Relationship between strength and attitudes toward physical education activity among college women. The Research Quarterly, 35(4), 562-569.

