

投稿類別：體育類

篇名:

南部高中職男學生課後常進行的球類活動調查

作者:

王冠傑。台南市私立崑山高級中學。應用外語科三年級 A 班
李長鴻。台南市私立崑山高級中學。應用外語科三年級 A 班
黃冠諭。台南市私立崑山高級中學。應用外語科三年級 A 班

指導老師：

董幸正 老師
黃淑慧 老師

壹●前言

一、研究動機

打球是許多高中職男學生們課後喜愛的休閒活動之一。但學校場地畢竟有限，再加上與日俱增的課業壓力，讓我們很想知道目前的男高中職生們課後最喜愛以哪種球類活動來釋放自我壓力。並進而也能以此專題研究讓學校參考，未來在運動場地的規劃上，該以哪種（或哪些）球類運動多爭取空間，為多數男高中職生們謀求最大的福利。也許，在學校運動場地靈活規劃下，也許有一天，或許有機會看見身旁的球友們成為閃亮的運動明日之星。

二、研究目的

- （一）調查男高中職生們課後打球的習慣以及相關原因。
- （二）了解男高中職生們課後最喜愛的球類運動以及相關原因。
- （三）探詢男高中職生們課後打球的頻率以及時段。
- （四）推論男高中職生家長對小孩課後打球支持的態度。
- （五）研究男高中職生對於喜愛的球類活動轉移其它事項程度。

三、研究方法

本次專題研究，主要以問卷調查法進行。根據上述五大研究目的，問卷題目設計上，也會跟著這些研究目的一起進行：（1）課後打球的習慣以及相關原因（題目1至4）、（2）最喜愛的球類運動以及相關原因（題目5至6）、（3）打球的頻率以及時段（題目7至9）、（4）家長支持的態度（題目10至11）、以及（5）對於喜愛的球類活動轉移其它事項程度（題目12至16）。其中，對於問卷第（5）項所稱的「其它事項」，範圍則是濃縮在周邊商品、運動賽事、未來生涯規劃等。也希望我們這類別問卷訪查，真有機會探測出未來具有運動明星特質的男高中職生。

四、研究限制

本次專題研究最大的限制就是受訪者的性別。因為專題研究性質所限，受訪者必須是目前正在高中職進修課業的男學生。也因此，我們在問卷發放上，主要是鎖定男生為主的高中職，像是台南一中、台南高工等。此外，我們也邀得長榮中學以及我們自己學校升學班（不分群科）的男學生一起協助幫忙填寫問卷。讓受試對象的廣度多元化。

五、研究流程圖



貳●正文

本次專題研究就好比是訪談青少年選擇課外休閒活動的類型以及相關因素。因此，我們以此為正文論述起點，並進而討論相關阻礙因素。

一、青少年選擇課後休閒活動相關因素

青少年於課業學習之外選擇適當的休閒活動，對紓解自我身心或甚至未來人際關係應對進退，皆有其正向助益。對於青少年來說，影響他們選擇課後休閒活動的相關因素包含：(1)「設施規劃」、(2)「時間與經濟」、(3)「活動性質」、(4)「內在激勵」以及(5)「外在激勵」(游雅真，2008)。當然，青少年本身的家庭經濟因素也是考量休閒活動的要項之一。面對六大影響因素，不容否認地，「設施規劃」比起「活動性質」更得到青少年的重視，乃是拜當今科技數位化娛樂產業當道因素(例如線上遊戲等)，青少年似乎偏重在靜態或是室內娛樂活動的比例攀升(何世仁，無日期；游雅真，2008；胡裕偉等，2009；鄭淑仁，2008；陳惠玲，2001；蔡樹芬，2006)，而以往那般可感受到年輕活力的動態休閒活動歡迎度卻逐日下降。就誠如游雅真(2008)所言，現今青少年對於社交型活動甚少感到興趣。而鄭淑仁(2008)也得到相仿的研究實證，列出青少年最偏愛的休閒活動類型依序為：「電腦遊戲類」、「球類活動」及「戶外活動類」。究竟是那些負面因素，影響了青少年參與休閒活動的行為呢？除了上述的設施硬體規劃以及活動本身的興趣度外，「情意」因素應為影響青少年選擇相關課外活動之鑰。所謂的「情意」因素，包含著青少年個人的個性特質(內向或外向)、自我焦慮或壓力因素(屬於天生焦慮或是任務型焦慮)、參與動機、以及參與活動的夥伴合作度等(林祐鉉等，2010；蔡樹芬，2006；鄭淑仁，2008)。因此，個人內在阻礙性實則大於活動本身或是場地規畫等外在因素。

二、過去中學生小論文相關議題之研究成就與限制

進行本次專題研究探討前，我們先以較為廣義的方向(以「青少年休閒活動」為關鍵字)，進中學生網站搜尋相關過去文獻作品。我們發現，過去以此議題的中

學生小論文，以大方向來整理青少年的休閒活動類型（林士凱，2008；林廷虹等，2007），或甚至比較青少年過往與現在進行的休閒活動類型（劉致萱，2006）。我們這次的專題研究方向，比較傾向以單類休閒活動（也就是球類活動）當個案研究，企圖驗證過往相關文獻有關於青少年休閒活動與時俱變的趨勢（逐漸由動態活動轉向靜態活動）。並也藉此論文了解目前高中職男學生運用戶外活動來鍛鍊自我體魄的程度。

三、問卷調查結果分析

（一）受試者背景資料分析

1. 科別

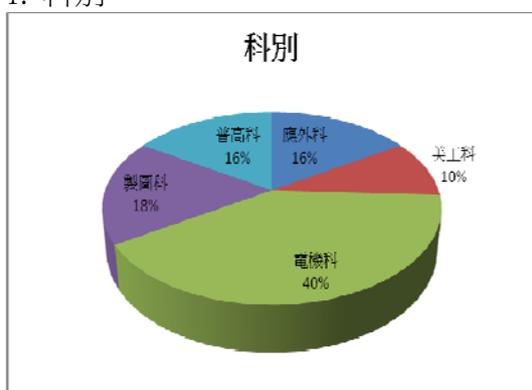


圖1 問卷受試者就讀科別

因為此次專題的受訪對象限於男學生，所以我們請較多男學生就讀的科別來參與此次問卷受訪。根據圖1，我們發現，此次專題問卷受試者以電機科男學生所佔比例最高，幾乎快接近總受訪人數半數比例（40%）。其他科別的男學生參與比例就較為平均（包含製圖科、普通高中部、應用外語科、還有美工科），平均約在15%左右的參與比例。雖各科人次比例不同，但多科別男學生參與，也將使此次專題結果更客觀。

2. 年級

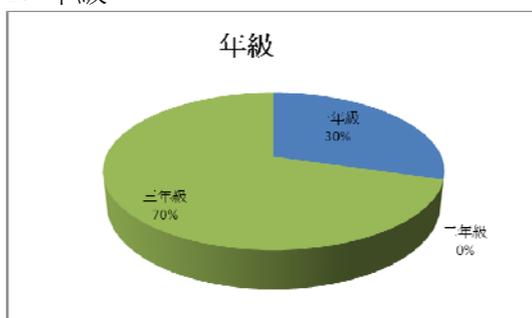


圖2 受訪男學生所屬年級

根據圖2，共有七成的男學生參與此次的問卷受訪，其次是一年級高中職男學生（30%）。我們這次未邀請二年級男學生參與問卷受訪，部分原因也是想知道低年級與高年級男學生對於課後球類運動喜愛的類型差別幅度。然問卷回收後，低年級與高年級受訪男學生人數比例過於懸殊，因此我們最後恐放棄年級變數在這次的小論文專題討論。

（二）男高中職生們課後打球的習慣以及相關原因。

1. 課後打球的習慣

根據圖3，有半數受訪男學生表示課後有打球的習慣（55%）。但是該百分比僅「低空飛過」半數比例標準，讓我們發現目前受訪的高中職男學生課後打球的狂熱度已不若過往。也證實前述文獻提出青少年多偏愛室內靜態活動（何世仁，無日期；游雅真，2008；胡裕偉等，2009；鄭淑仁，2008；陳惠玲，2001；蔡樹芬，2006），究竟是何種因素，造成接近半數（45%）的男學生沒有養成課後打球的習慣？底下圖4呈現相關數據證明。

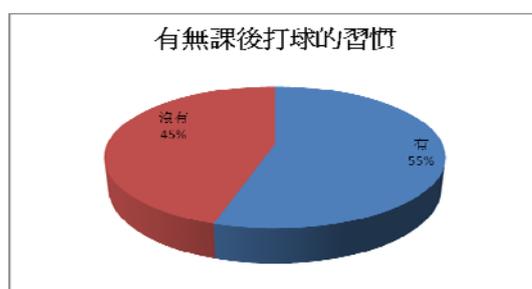


圖3 男學生課後打球習慣 (問卷題1)

2. 未有課後打球習慣相關原因

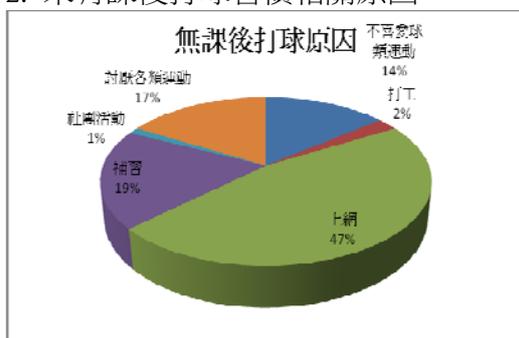


圖4 男學生未課後打球原因 (問卷題2)

根據圖4，我們發現，上列圖1共45%未於課後養成打球習慣的男學生，實際上是因為課業壓力僅佔19%。有接近半數變成宅男，耽溺於上網（47%）。若再加上14%不愛運動的男生，共計有超過六成未於課後打球的男學生實際上是「弱肌男」。這樣的調查結果，讓我們很憂心現在不常運動的男高中職生恐會有體力提早老化的現象。

(2) 朋友或親人邀請打球後自我願意參與的程度

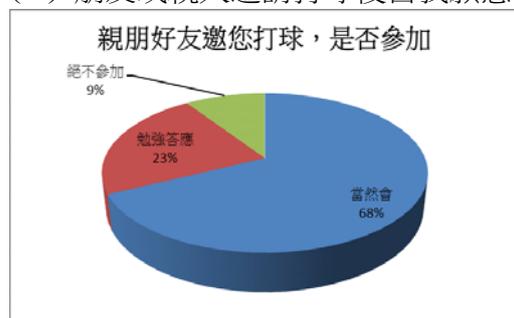


圖5 親朋好友邀球敘後願意參加態度 (問卷題3)

雖然這些受訪的宅男型學生（圖4），平日未有打球的習慣。但只要有好友或親戚邀球敘，還是有近乎九成的男學生願意或是勉強一同前行（「當然會」：68%+「勉強答應」：23% = 91%）（圖5）。這就是我們前述文獻提到的「內在激勵」也為青少年參與休閒活動要素之一（游雅真，2008）。也就是說，上述這些宅男型學生，需要有更多親人好友督促，才會啟發他們的運動態度。

(3) 注意知名球星或比賽節目的程度

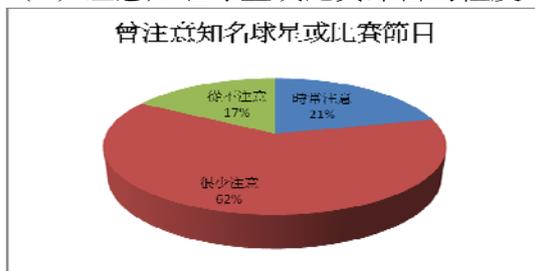


圖6 宅男型學生注意球賽態度 (問卷題4)

這項研究議題的動機是想探詢圖3共45%不常進行球類運動的男學生，是身體力行上的不喜歡，還是連靜態觀賞球賽的態度也很消極？根據圖6所示，其結果與圖3和圖4都有其正相關。也就是說，不喜歡運動的男學生（圖3），也不愛看球賽（圖6）。證實了他們宅男特質（圖5）

(三) 課後最喜愛的球類運動以及相關原因

1. 課後最喜愛的球類運動

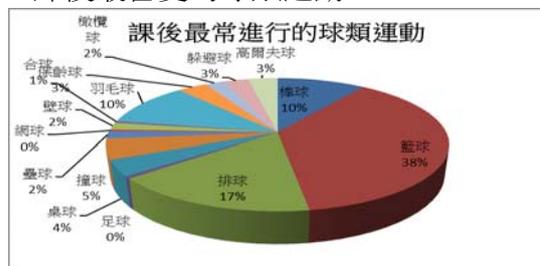


圖7 最喜愛的球類運動 (問卷題5)

接下來我們針對圖3共55%有進行課後練球的男高中職生進行深入調查。首先，在「課後最常進行的球類運動」一項，也許是受限於高中職學校運動場地的特質。受訪的高中職男學生們，有將近四成選擇籃球（38%）。其次是排球（17%）、棒球（10%）以及羽毛球（10%）（圖7）。籃球會深受

男高中職生的喜愛，一方面是學校均會提供籃球場地。再者，打籃球不見得要像排球或是棒球般「揪團」而行。即便是一人也可進行籃球運動。當然，喜愛打籃球多少也會有著「男」為悅己者容的心態。因為打籃球被譽為最有可能讓男學生長高的活動之一。無怪乎男學生為了吸引異性，也要積極練球，讓自己再長高一些。

2. 喜愛進行該球類運動的主要原因

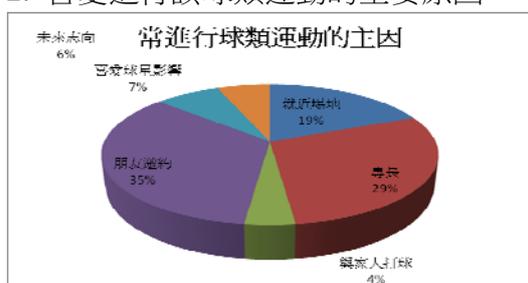


圖8 男學生喜愛該球類主因 (問卷題6)

上述圖7的假設，於圖8作一驗證。我們發現，多數受訪男學生常打籃球的主因，乃是朋友常邀約球敘（35%），其次是因為個人專長（29%）。「場地鄰近」因素似乎不是受訪男學生選擇常打的球類運動主因（僅19%）。只要是他們喜好的運動，在加上呼朋引伴下，再遠的場地也願意前往。

(四) 男高中職生們課後打球的頻率以及時段

1. 最常在課後進行球類運動的時段

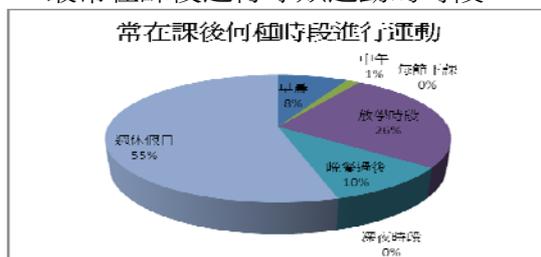


圖9 男學生課後打球的時段 (問卷題7)

根據圖9，受訪男高中職生有超過半數利用周休假日打球健身（55%）。其次才是利用放學時段打球（26%）。這項結果與圖2受訪年級相呼應。畢竟此次受訪的多為高三男學生。平日晚上有輔導課或補習，再加上還要忙著準播隔日的課業，因此甚少能利用放學時段打球。

2. 一週進行球類運動的天數

承襲上圖9，受訪的男高中職生因為多為三年級生，僅能利用假日打球。換句話說，他們打球的天數必定有限。果不其然，根據圖10結果，有超過六成的男高中職生平

南部高中職男學生課後常進行的球類活動調查

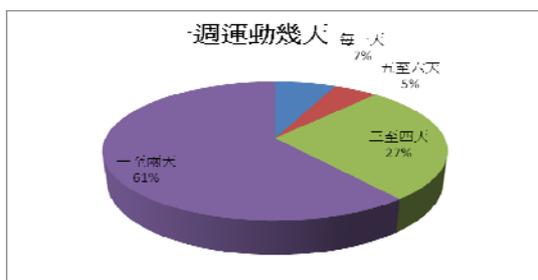


圖 10 男學生單週打球天數 (問卷題 8)

均一週僅能打一至兩天的球 (61%)，看得出他們平日因忙碌於大學入學考試準備，鮮少能再撥冗更多時間打球。

3. 單次平均進行球類運動的時間

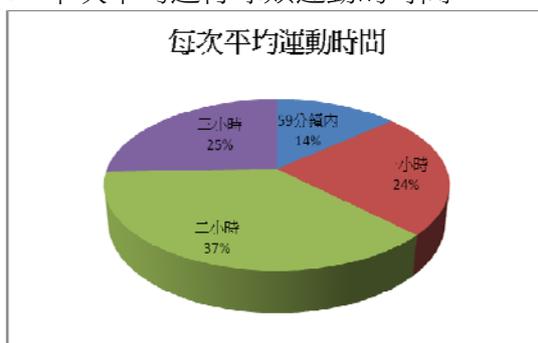


圖 11 男學生單次打球時間 (問卷題 9)

這項議題其實也是與上列圖 9 和圖 10 結果息息相關。既然受訪男學生多數只能利用假日打球，他們掙脫了平日課業壓力枷鎖後，通常能於假日揮汗如雨打球兩小時以上 (兩小時：37%+三小時：25%)。不過，如果綜合圖 9 至圖 11 結果，受訪高中生若是至多單週兩天，每次通常 2 小時左右打球的話，他們單週至多只花 4 小時多進行打球活動。這也反應他們平日運動量不足。

(五) 家長對男高中職生們課後打球的態度

1. 家長支持的態度

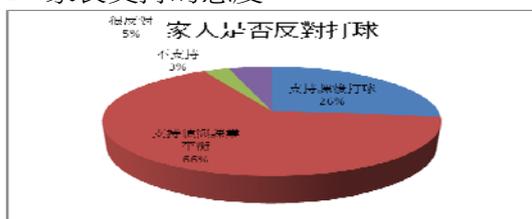


圖 12 家長對小孩打球態度 (問卷題 10)

有時候，男高中職生打球時間有限，除了學校課業因素外，「家長」也是要因之一。根據圖 12，僅有 26% 男學生家長相當支持他們的小孩課後打球健身。然而，有超過六成五的家長態度較為保守，希望小孩課業準備好之餘再去打球。

2. 家長反對男高中職生們課後打球的主要原因

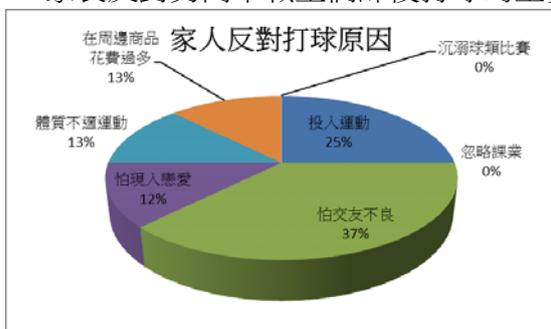


圖 13 家長反對打球的主要原因 (問卷題 11)

既然家長對小孩打球支持的態度不如預期 (圖 12)，我們進一步了解主要原因。根據圖 13，家長反對小孩打球的主要原因，並非課業因素考量。主要是怕小孩打球後結識不良朋友 (37%) 以及過度投入運動而亂了自我生活步調 (25%)。因此，「交友」成為了家長反對男學生打球的主因。深怕結識不良朋友，毀了個人大好前程，包括升大學考試表現、造成家人不必要生活憂慮等。

(六) 男高中職生對於喜愛的球類活動轉移其它事項程度

1. 購買相關的球類週邊商品



圖 14 男學生購買球類商品態度 (問卷題 12)

此次專題我們發現受訪男高中職生能花費在打球的天數以及時間有限(圖 9 至圖 11)，那他們會將有限的打球熱度轉移到相關球類商品購買嗎？根據圖 14，男高中生有限的打球天數以及時數並未逆向影響對球類週邊商品的狂熱，僅 15% 受訪男學生會購買相關球類商品。其他學生對於週邊商品多採取「觀望」(偶爾)態度(42%)。反應出受訪男學生對球類運動有限的熱情轉移。

2. 收看相關球類賽事節目



圖 15 有進行球類運動男學生對於觀看賽事態度 (問卷題 13)

相較於花銀兩購買球類週邊商品，有接近四成的男高中職生倒是對看球賽比較有濃厚的興趣(常常：39%)。不過對於觀看球賽的熱程度似乎也是偏向較少的方向(「偶爾」：35% + 「很少」：21%)。間接推論此次受訪男學生對於打球僅為個人休閒興趣，並無意提升為個人職涯規劃夢想之一。

3. 影響自我課業學習程度



圖 16 因打球而影響自我課業學習程度 (問卷題 14)

雖然男高中職生們常會因為喜愛的球類而易有廢寢忘食的傾向。但絕大多數的受訪男學生們(92%)均表示不會因為自己喜愛的球類運動而荒廢學業。一來，家長就不允許他們這麼做。二來，自己仍懷抱大學夢想。要投入更多的精力於自己喜愛的球類運動，至少等考上自己理想的大學後再說。

4. 變成是自己未來主要職業的可能性

(1) 轉移成未來職業的可能性

雖然本次受訪的男學生多數對於球類運動均有其興趣。但談到將興趣轉移成未來自我職業可能性時，有六成多的男學生並不太抱持著這種夢想(「不曾」：41% + 「很少」：20% = 61%)。就算是對此有堅定意向的男學生，最多也才一成五而已

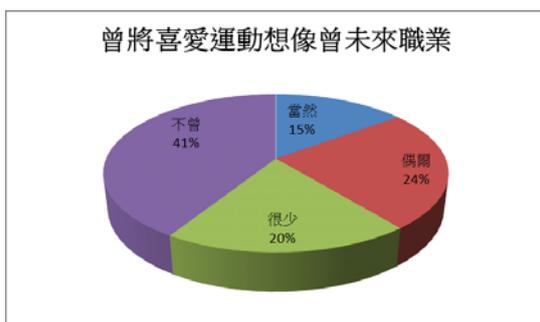


圖 17 將球類轉移成未來職業可能性
(問卷題 15)

(「當然」: 15%)。為何受訪男學生不太願意將球類運動規劃為人生未來職涯發展的方向之一呢? 底下有其詳細論述。

(2) 甚少或不曾把喜愛的球類運動變成主要職業的原因

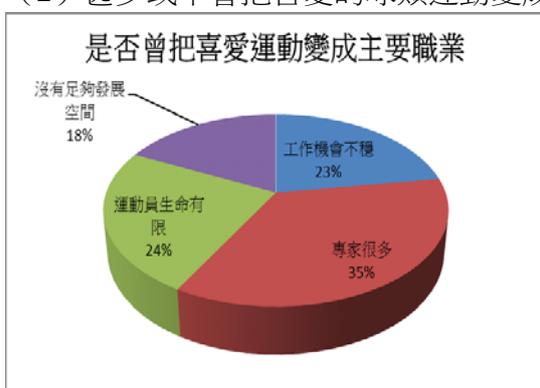


圖 18 不願意將球類運動變成主業原因
(問卷題 16)

針對圖 17 有 61% 甚少有此傾向的學生，我們細部調查後，發現有三成堵五的原因為「專家很多」。也就是說，要以自己平日當休閒的球類活動闖入一片天地，實在是因為沒個人特色，而無法擠身強林。此外，運動員的有限生命也是次要考量 (24%)。雖然大起，但也有可能迅速於職場落幕，工作穩定性待考量。當然，以目前台灣對於球類的工作機會也不穩定 (23%)，更讓喜愛球類的男高中職生們望之怯步。

參 ● 結論

經由此次的專題調查結果，我們再次列點進行重述整理如下：

1. 本次受訪的男高中職學生，課後有打球習慣的比率，與課後當宅男型學生比率相距無幾(圖 3 以及圖 4)。顯示現今高中職男學生對於運動的態度較為被動(圖 5)，甚至對於觀賞球賽的態度還遠不及對上網的迷戀(圖 6)。
2. 受訪男高中職生最擅長打籃球(圖 7)。主因是他們擅長該球類運動，而場地鄰近因素不是他們選擇喜愛球類運動誘因(圖 8)。
3. 由於此次受訪男高中職學生多為三年級生，他們通常僅能單週撥冗 1 至 2 天打球(圖 10)，尤其多利用假日時段打球健身(圖 9)兩至三小時(圖 11)。但整體來說，男高中職生單週花在打球的時間實在是有限。除了課業壓力因素外，家長的保守態度(圖 12)也是影響男高中職生打球時間量要因之一。
4. 雖然多數男學生認為打球不嚴重影響他們的課業學習(圖 15)，但家長的態度相對比較保守，因為他們深怕小孩因為打球而結交不良朋友，並進而影響其未來(圖 13)。
5. 此次受訪的男高中職生僅把球類運動當健身運動之一。他們將喜愛的球類活動甚少轉移到購買相關周邊商品、收看球類賽事節目、或進行個人職涯規劃(圖 14 以及圖 17)。因為多數男學生認為台灣對於球類運動場地的開發有限，無法隨心所欲遊玩多種運動。

●引註資料

- 何世仁（無日期）。台南市青少年休閒活動問卷調查結果。2012年11月4日，取自 <http://weber.tn.edu.tw/c02/16-7art.htm>
- 林士凱（2008）。談青少年休閒活動。2012年11月4日，取自 <http://www.shs.edu.tw/works/essay/2008/03/2008032611285587.pdf>
- 林廷虹、黃郁善（2007）。青少年休閒活動現況調查之研究—以清傳高商為例。2012年11月4日，取自 <http://210.59.43.233/library98/1/pdf/96/96-5.pdf>
- 林祐鎡、吳海助（2010）。台中縣青少年休閒參與現況與休閒阻礙因素之研究。弘光學報，59，42-59。
- 胡裕偉、羅喬文（2009）。台北市高中生休閒活動參與現況之研究。2012年11月4日，取自 http://ir.lib.au.edu.tw/bitstream/987654321/2634/1/CN05-conf.200905_hu_02.pdf.pdf
- 游雅真（2008）。青少年選擇課外活動之因素分析-以湖口中學為例。中華大學應用數學系碩士論文，未出版，新竹市。
- 劉致萱（2006）。青少年休閒活動之今昔觀。2012年11月4日，取自 <http://www.shs.edu.tw/works/essay/2006/10/2006103018004218.pdf>
- 陳惠玲（2001）。青少年與休閒活動、休閒無聊感之探討。網路社會學通訊期刊，19，<http://www.nhu.edu.tw/~society/e-j/19/index.htm> [ISSN 1609 2503]。
- 蔡樹芬（2006）。青少年人格特質、休閒態度與休閒活動偏好之相關性研究。南華大學旅遊事業管理研究所碩士論文，未出版，嘉義縣。
- 鄭淑仁（2008）。高中職學生休閒參與行為與其阻礙因素之研究以新竹市為例。輔仁大學體育學系碩士班論文，未出版，新北市。

附錄 問卷設計（囿於篇幅所限，我們僅列出訪談問題，刪除個人基本資料問題）

1. 請問您目前有在課後打球的習慣嗎？
有（請跳至第5題繼續填寫） 沒有（請填寫第2、3、4題）
2. 請問您沒有課後打球習慣的主要原因為何？（僅單選）
（限第1題選「沒有」者回答）
我本身愛運動，但就是不喜愛球類運動。 我很討厭各類運動。
我課後要忙著打工。 我課後要忙著補習。
我課後喜愛上網。 我忙於參加社團活動。
其它原因（請簡述）：_____
3. 如果有一天您最好的朋友或是親人邀請您一起去打球，您會參加嗎？（僅單選）
當然會。 勉強答應。 絕對不會去參加。
4. 雖然您沒有打球的習慣，但您會注意知名的球星或比賽節目嗎？（僅單選）
時常注意。 很少注意。 從不注意。
5. 請問您課後**最常**進行的球類活動為何？（可**複**選，至多選**三**項）
棒球 籃球 排球 足球 桌球
撞球 壘球 網球 壁球 合球
羽毛球 保齡球 橄欖球 躲避球 高爾夫球
其他球類（請填寫名稱）：_____

6. 承上題，請問您常進行這些球類運動的**主要**原因為何？（可**複**選，至多選**兩**項）
就近（離學校或我家）有練習場地。我專長於這（些）球類運動。
家人常找我一起去打球。同學或朋友常邀我一起去打球。
受到我喜愛的球星偶像影響。我未來想讀休閒或體育系，所以常打球。
其它原因（請簡述）：_____
7. 請問您**最常**在課後的哪一時段進行球類運動？（可**複**選，至多選**兩**項）
早晨（約上午6點左右）每一節十分鐘休息時間
中午用餐時間放學時段
晚餐過後（約7點左右）深夜時段（約晚上10點過後）
週休假日其它時段(請簡述)：_____
8. 請問您平均一週大約進行幾天的球類運動？（僅單選）
每一天 5至6天 3至4天 1至2天
9. 請問您每次平均大約進行多少時間的球類運動？（僅單選）
59分鐘內 1小時 2小時 3小時以上
10. 請問您的家人（含父母兄長等）反對您課後打球嗎？（僅單選）
很支持我課後常打球。（請跳至第12題繼續作答）
支持，但希望把課業與打球時間求平衡。（請跳至第12題繼續作答）
不太支持。（請繼續從第11題填寫）
很反對。（請繼續從第11題填寫）
11. 承上題，請問您的家人反對您打球的**主要**原因為何？（僅單選）
（限第10題選「不太支持」以及「很反對」者回答）
過於投入球類運動，忽略課業學習。深怕結交不良的球友。
深怕認識喜愛的對象，陷入戀愛。我自己本身的體質不能常運動。
花費過多金錢買喜愛的球類週邊商品 沉溺於觀看喜愛的球類比賽節目。
其它原因（請簡述）：_____
12. 請問您會因為喜愛的球類運動而購買相關的球類週邊商品嗎？（僅單選）
常常 偶爾 很少 不曾
13. 請問您會因為喜愛的球運動而收看相關球類賽事節目嗎？（僅單選）
常常 偶爾 很少 不曾
14. 請問您有因為進行您喜愛的球類活動而嚴重影響您的課業學習嗎？（僅單選）
有 沒有
15. 請問您曾夢想把自己喜愛的球類運動變成是自己未來主要的職業嗎？（僅單選）
當然（問卷題目填答完畢） 偶爾（問卷題目填答完畢）
很少（請繼續填第16題） 不曾（請繼續填第16題）
16. 承上題，請問您甚少或不曾把喜愛的球類運動變成主要職業的原因為何？
（僅單選）（限第15題選「很少」或「不曾」者填答。）
所賺取的金錢有限，工作機會不穩定。
這方面的強手專家很多。
運動員的職業生命有限。
台灣沒有給我喜愛的球類運動太多未來的職業發展空間。
其它原因（請簡述）：_____