

大學生運動價值觀對體育選課動機之影響

龍華科技大學

洪升呈

摘 要

目的：本研究旨在瞭解大學生運動價值觀與體育選課動機之現況，並探討運動價值觀對體育選課動機之影響。**方法：**本研究以龍華科技大學九十九學年度第二學期在學學生為母群體，採自編量表為研究工具，以隨機抽樣方式調查，共計發放問卷 1000 份，回收 947 份，有效問卷 885 份；以描述性統計和多元逐步迴歸分析進行資料處理。**結果：**研究之結果為：一、學生運動價值觀以「身心發展」構面因素最高，其次依序為「人格塑造」構面、「生活貢獻」構面、「成就發展」構面，整體而言大學生之運動價值觀趨於正向。二、學生體育選課動機以「身體健康」構面因素最高，其次依序為「課程知能」構面、「人際需求」構面、「壓力紓解」構面、「心理需求」構面，整體而言學生體育選課動機仍趨於正向。三、由大學生運動價值觀來預測體育選課動機的各個向度，所解釋的變異量都達 40%以上。**結論：**運動價值觀對於大學生而言，實是影響體育選課動機的一個重要變項，建議應加強了解學生之運動價值觀，讓學生肯定運動之價值，選課動機才能獲得提升。

關鍵詞：運動價值觀、體育選課動機

Influences of Values towards Sports on the Motivations towards Selection of Physical Education Courses of College Students

ABSTRACT

Purpose: The purpose of this study was to explore the situation and influences between values towards sports and the motivations towards selection of physical education courses among college students. **Methods:** A self-made questionnaire was employed and current students of the second semester of the year 2010 as population. There were total of 1,000 copies distributed, among them 947 were returned and 885 were effective. The data was analyzed by descriptive analysis and multiple stepwise regression analysis. **Results:** 1. Among the value towards sports of college students, the “physiological and mental development” scored the highest, and the followings were “building of personality,” “contribution towards life,” and “accomplishment.” As a whole, the value towards sports was positive among college students. 2. Among the motivations towards selection of Physical Education courses, “physical health” scores highest, and the following were “course knowledge,” “personal relationship,” “pressure release,” and “mental need.” 3. Based on the values towards sports of college students to predict the motivations of selection of physical education courses, the variances were above 40%. **Conclusion:** Values towards sports are important variants for college students when selecting physical education courses, therefore, it was suggested that teachers should understand more about students’ values towards sports, and let the students think positively of the values towards sports, and to improve the motivation of selection.

Key words: value towards sports, motivation of selection of physical education courses

壹、緒論

一、研究動機與背景

近年來由於社會的變遷，加以傳播媒體通訊便利、網路發達，學生價值觀的發展更趨複雜與多元，就教育而言，如何輔導學生學習並建構正向之價值觀，讓其隨著人格發展逐漸內化為個人人格的一部份，使其不致產生偏差行為，已是社會各界及教育工作者對學子關懷的共同期待。價值觀係指個體選擇評判人、事、物的適當性、重要性、社會意義性時，所依據的價值標準（張春興，1996）。許多學者認為價值觀是一種深植於個體內在持久性的信念或偏好，並且影響個人對於某些情境或事物的欲望、喜惡和需求。不同的環境常造成不同的價值觀，而價值觀亦常經由態度支配人類的行為，所以學者認為，環境、價值、態度和行為之間存有密不可分的關係（劉榮聰、張霖家，2001；Rokeach, 1973）。就上述價值觀的意涵而言，運動價值觀可視為是人們看待運動的信念標準，因為價值是支配人們各層面生活的原則，因此也支配人們的運動參與（陳律盛，2009），換言之，運動價值觀就是人們看待「運動」所具有的價值，是人們判斷運動這件事值不值得或應不應該去做的信念與標準，它是人們對運動的信念與偏好程度，可指引個人的行為意向，造就個人偏好特定行為，並作為選擇運動的指標，其意義會深切影響個人對運動的知覺與評價。

有關運動價值觀之內涵因素，因學者之調查與研究需要各有不同，徐慶帆（2007）將運動價值觀量表共萃取了四個因素，分別命名為生活貢獻因素、身心發展因素、人格塑造因素、成就發展；吳金鳳（1998）將運動價值觀分為：完整人格、身心健全、個人成就、人類生活貢獻等四個因素；而章宏智與洪煌佳（2009）將運動價值觀之內涵因素分為個人性價值、道德性價值、能力性價值、社會性價值四個面向。從上述之文獻中可知，一般人對運動的評價除可獲得體適能成長，也學習到倫理、遵守規範、人格塑造等價值規範，從社會化的角度而言，運動正面的價值觀是備受認同的，而大學生之運動價值觀現況為何？此為本研究之動機之一。

另一方面，隨著 1994 年「大學法」的大幅修訂，選修體育課程的學生人數呈現

逐年下降。根據國立臺灣師範大學體育研究與發展中心在 2009 年之體育統計年報指出，各大專與四年制技術學院 2004 年至 2008 年在體育課程必修的實施年數情況上，呈現逐年下降的趨勢。然而大學體育課程對學生的身體教育和終生運動習慣，具有確切的價值和影響，Biddle (2001) 指出學校體育課對一個人的運動動機具有重要的影響；一個人之所以在離開校園生活後，不再持續運動，其原因可能為在學校時的運動經驗不好，或對於體育課程缺乏強烈的動機；Coakley 與 White (1992) 亦指出，學校的體育課對個體的運動習慣具有相當重要的影響，也可能影響個體未來運動和活動參與的決定。因此，體育課程在各大專校院的地位逐漸式微之際，如何及時的調整與改進體育課程內容，並提升學生對它的忠誠度與選課動機，已是目前最為重要且刻不容緩的問題，而大學生之體育選課動機現況為何？此為本研究想要了解之另一項問題。

所謂動機是指引起個體活動，維持已引起的活動，並導使該活動朝向某一目標進行的一種內在歷程，其所指的活動就是行為，所以動機乃是心理學家對個體行為原因及表現方式的一種推理性解釋（張春興，1999），因為動機是推動個人進行活動的心理動因或內部力量，是個體一種內在的原動力。Biddle (2001)、Treasure 與 Roberts (2001) 研究指出，運動動機和運動行為以及情緒（如滿足感、滿意度、運動樂趣）有高相關存在。因此，在提升學生體育選課意願的同時，探究與解析大學生上體育課的動機現況，其重要性不置可否。

有關體育課的動機之內涵因素各有不同，王宏義（2008）將體育課程學習動機分為健康、樂趣、學習、獎賞、成就等因素構面；陳敬能與蔡蘇南（2009）將大專學生體育學習動機分為求知興趣、社交關係、逃避或刺激及外界期望等因素構面；賴永僚、楊世達與周禹廷（2008）將選修體育課動機分為自身興趣的運動、學習運動技術、教師鼓勵、精力釋放等 4 個構面；鍾志強（1997）以雲林科技大學學生為對象之研究中，將選修體育運動相關課程之動機分為個人興趣、同儕影響、個人健康等構面。從上述之文獻中可知，大學生選修體育課之動機因素種類眾多，隨著時代變遷，研究者對相關議題題項之蒐集和各因素構面之命名也各有不同。

大學生正值人格發展和生活適應的關鍵期，此時期的成長經驗及許多觀念與行為

的建立，往往對其未來人格發展和行為特質，具有決定性的影響。在運動方面，大學時期為發展規律運動的重要階段，此時所學習的運動技巧及運動經驗，對日後成人時期的規律運動有重大的影響 (Myers, Weigel, & Holliday, 1989)，因此本研究以大學生為對象，來探討運動價值觀與體育選課動機；林慧亭（2006）研究發現不同的工作價值觀，與參與其相關工作領域志工之動機呈現高相關，足見價值觀可能影響著個人之行為動機。另一方面，徐慶帆（2007）研究指出，運動價值觀是學生運動行為的重要預測變項；陳其昌（2009）亦指出，運動價值觀是透過運動的學習之後，對運動信念標準的看法，這種特定性的運動價值觀將是影響人們運動行為及規範的重要因素；而吳金鳳（1998）研究亦發現運動價值觀的確影響大專學生運動性休閒參與動機。由上述這些研究得知，運動價值觀影響大專學生運動行為和參與動機，而運動價值觀是否會影響大學生之體育選課動機，相關研究較為鮮少，這是本研究想要了解的另一項問題。

二、研究目的

- （一）探討大學生運動價值觀現況。
- （二）探討大學生體育選課動機現況。
- （三）探討大學生運動價值觀對體育選課動機的影響。

貳、方法

一、研究對象

本研究以龍華科技大學九十九學年度第二學期之日間部與進修部學生為主，為考量全校各學院學生數據的完整性，本研究採分層隨機抽樣的方式發放問卷，共計發放問卷 1000 份，回收 947 份，回收率 94.70 %，剔除無效問卷 62 份，有效問卷 885 份，有效率達 93.45 %。

二、研究工具

(一) 運動價值觀問卷編製

本研究運動價值觀量表乃參考 Rokeach (1973)、吳金鳳 (1998)、徐慶帆 (2007)、黃明玉 (1991) 等研究修改編製而成，量表計分方式以李克特 (Likert) 五點量表計分。本量表各題決斷值介於 15.44 至 26.64 之間，均達 .05 顯著水準，24 題均可使用；再從同質性考驗統計量來看，其題項刪除後的 α 係數值除第 24 題外，其餘均未高於總量表的 α 係數 .95，因而刪除第 24 題，其餘所有題項均予保留。因素分析以主成份分析並選取特徵值大於 1 的因子，經轉軸抽取因素，量表的抽樣適當性量數 KMO 值等於 .95；而 Bartlett 球面性檢定之 χ^2 值等於 11727.17 ($p < .05$)，達到顯著水準。量表經因素分析結果，題項之因素負荷量介於 .44 至 .83 之間，共抽取四個因素，四個因素層面的特徵值分別為「身心發展」(題項與運動對身體、心理之評價有關) 4.00、「人格塑造」(題項與運動對道德與人格之評價有關) 3.91、「成就發展」(題項與運動對個人成就之評價有關) 3.49、「生活貢獻」(題項與運動對生活、生命貢獻之評價有關) 3.17，相對應的解釋變異量為 17.40%、17.01%、15.16%、13.77%，四個因素層面的累積解釋變異量為 63.34%，各因素內部一致性 Cronbach's α 值均超過 .85。

(二) 體育選課動機問卷編製

本研究體育選課動機量表乃參考陳冠錦與徐煜輝 (2006)、陳美華 (2001)、王宗進 (1999) 和陳敬能與蔡蘇南 (2009) 等研究修改編製而成，量表計分方式以李克特五點量表計分。量表題項共計 25 題，決斷值介於 13.17 至 26.68 之間，均達 .05 顯著水準，25 題均可使用；如再從同質性考驗統計量來看，其題項刪除後的 α 係數值除第 16 題外，其餘均未高於總量表的 α 係數 .95，因而刪除第 16 題，其餘所有題項均予保留。因素分析以主成份分析並選取特徵值大於 1 的因子，經轉軸抽取因素，量表的抽樣適當性量數 KMO 值等於 .96；而 Bartlett 球面性檢定之 χ^2 值等於 14141.18 ($p < .05$)，達到顯著水準。量表經因素分析結果，題項之因素負荷量介於 .50 至 .81 之間，共抽取五個因素，五個因素層面的特徵值分別

為「身體健康」(題項與選課對身體之體能與健康評價有關) 3.73、「壓力紓解」(題項與選課對紓解生活、課業壓力之評價有關) 3.61、「心理需求」(題項與選課對心理建設與滿足之評價有關) 3.49、「人際需求」(題項與選課對同儕互動與人際關係之評價有關) 3.34、「課程知能」(題項與選課對運動知能、技能、學分取得之評價有關) 2.62，相對應的解釋變異量為 15.53%、15.03%、14.55%、13.90%、10.93%，五個因素層面的累積解釋變異量為 69.94%，各因素內部一致性 Cronbach's α 值均超過 .82。

三、研究流程

本研究流程共分二階段，第一階段於 100 年 3 月 1~4 日以 200 名學生(一至四年級隨機抽取一班，每班 50 人) 進行預試問卷，第二階段正式測試時間為 100 年 3 月 21 ~ 25 日，透過龍華科技大學教師進行問卷施測(排除預試四班 200 人)，所有問卷於 100 年 4 月陸續回收完畢。

四、資料處理

本研究以 SPSS for Window 17.0 版統計套裝軟體進行資料處理，以描述性統計針對研究目的之一、二進行統計分析，以多元逐步迴歸分析針對研究目的三進行統計分析。

參、結果

一、學生運動價值觀之現況分析

依據表 1 學生運動價值觀各構面現況，可以發現學生運動價值觀以身心發展構面因素最高，其次依序為人格塑造、生活貢獻、成就發展構面，整體而言，學生運動價值觀各構面題平均數均在中間值 3 以上，顯示大學生之運動價值觀趨於正向。

表 1 學生運動價值觀各構面現況摘要表

構面	題數	總得分	標準差	構面題平均數	排序
身心發展	6	25.00	3.22	4.17	1
人格塑造	6	23.93	3.53	3.99	2
成就發展	6	22.98	3.62	3.83	4
生活貢獻	5	19.29	3.11	3.86	3

二、學生體育選課動機之現況分析

依據表 2 學生體育選課動機各構面現況，可以發現學生體育選課動機以身體健康構面因素最高，其次依序為課程知能、人際需求、壓力紓解、心理需求構面，整體而言，學生體育選課動機各構面題平均數均在中間值 3 以上，顯示大學生對體育選課動機仍趨於正向。

表 2 學生體育選課動機各構面現況摘要表

構面	題數	總得分	標準差	構面題平均數	排序
身體健康	5	20.77	2.74	4.15	1
壓力紓解	5	19.91	3.29	3.98	4
心理需求	5	19.23	3.21	3.85	5
人際需求	4	16.13	2.50	4.04	3
課程知能	5	20.22	2.66	4.04	2

三、大學生運動價值觀對體育選課動機之影響

運動價值觀共有四個向度，分別是身心發展、人格塑造、成就發展、生活貢獻；體育選課動機共有五個向度，分別是身體健康、壓力紓解、心理需求、人際需求、課程知能，表 3 是學生運動價值觀與體育選課動機相關矩陣。

表 3 大學生運動價值觀與體育選課動機相關矩陣

變項	身心發展	人格塑造	成就發展	生活貢獻	身體健康	壓力紓解	心理需求	人際需求	課程知能
身心發展	1.00								
人格塑造	0.60*	1.00							
成就發展	0.61*	0.69*	1.00						
生活貢獻	0.58*	0.73*	0.69*	1.00					
身體健康	0.57*	0.53*	0.50*	0.55*	1.00				
壓力紓解	0.54*	0.60*	0.56*	0.61*	0.57*	1.00			
心理需求	0.53*	0.61*	0.69*	0.68*	0.60*	0.64*	1.00		
人際需求	0.48*	0.58*	0.51*	0.57*	0.56*	0.61*	0.63*	1.00	
課程知能	0.55*	0.57*	0.52*	0.55*	0.63*	0.60*	0.59*	0.62*	1.00

* $p < .05$

表 4 是運動價值觀四層面與體育選課動機身體健康的多元逐步迴歸分析摘要表，依進入迴歸模式的順序分別為：身心發展、生活貢獻、人格塑造。進入迴歸的三個自變項可以解釋體育選課動機的身體健康 41% 的變異量，從個別項目的預測力來看，以身心發展自變項之解釋力最高達 33%，其次是生活貢獻 7% 與人格塑造 1%，從標準化迴歸係數來看，進入迴歸模式三個預測變項的 β 值分別為 .35、.24、.15， β 係數值均為正數，表示對身體健康影響均為正向，即知覺運動價值觀身心發展、生活貢獻、人格塑造越高之學生，其對體育選課動機之身體健康因素感受越強。

表 4 大學生運動價值觀四層面與體育選課動機身體健康的多元逐步迴歸分析摘要表

進入變項順序	未標準化係數	標準化係數	累積決定係數	決定係數增加量	淨 F 值	P 值
1.身心發展	0.29	0.35	0.33	0.33	431.6	.001
2.生活貢獻	0.21	0.24	0.40	0.07	104.12	.001
3.人格塑造	0.11	0.15	0.41	0.01	13.6	.001
截距	6.58					

* $p < .05$

表 5 是運動價值觀四層面與體育選課動機壓力紓解的多元逐步迴歸分析摘要表，依進入迴歸模式的順序分別為：生活貢獻、身心發展、人格塑造、成就發展。四個自變項可以解釋體育選課動機的壓力紓解 46% 的變異量，從個別項目的預測力來看，以生活貢獻自變項之解釋力最高達 37%，其次是身心發展 5%、人格塑造 3%、成就發展 1%，進入迴歸模式四個預測變項的 β 值分別為 .28、.19、.20、.12， β 係數值均為正數，表示對壓力紓解影響均為正向，即知覺運動價值觀生活貢獻、身心發展、人格塑造、成就發展越高之學生，其對體育選課動機之壓力紓解因素感受越強。

表 5 大學生運動價值觀四層面與體育選課動機壓力紓解的多元逐步迴歸分析摘要表

進入變項順序	未標準化係數	標準化係數	累積決定係數	決定係數增加量	淨 F 值	P 值
1.生活貢獻	0.29	0.28	0.37	0.37	526.34	.001
2.身心發展	0.19	0.19	0.42	0.05	78.48	.001
3.人格塑造	0.19	0.20	0.45	0.03	38.26	.001
4.成就發展	0.11	0.12	0.46	0.01	9.18	.003
截距	2.58					

* $p < .05$

表 6 是運動價值觀四層面與體育選課動機心理需求的多元逐步迴歸分析摘要表，依進入迴歸模式的順序分別為：成就發展、生活貢獻、人格塑造、身心發展。進入迴歸的四個自變項可以解釋體育選課動機的心理需求 55.9% 的變異量，從個別項目的預測力來看，以成就發展自變項之解釋力最高達 46.9%，其次是生活貢獻 8.3%、人格塑造 0.4%、身心發展 0.3%，進入迴歸模式四個預測變項的 β 值分別為 .36、.34、.08、.06， β 係數值均為正數，表示對心理需求影響均為正向，即知覺運動價值觀成就發展、生活貢獻、人格塑造、身心發展越高之學生，其對體育選課動機之心理需求因素感受越強。

表 6 大學生運動價值觀四層面與體育選課動機心理需求的多元逐步迴歸分析摘要表

進入變項順序	未標準化係數	標準化係數	累積決定係數	決定係數增加量	淨 F 值	P 值
1.成就發展	0.32	0.36	0.469	0.469	781.94	.001
2.生活貢獻	0.35	0.34	0.552	0.083	163.22	.001
3.人格塑造	0.08	0.08	0.556	0.004	7.96	.005
4.身心發展	0.06	0.06	0.559	0.003	4.46	.035
截距	1.86					

* $p < .05$

表 7 是運動價值觀四層面與體育選課動機人際需求的多元逐步迴歸分析摘要表，依進入迴歸模式的順序分別為：人格塑造、生活貢獻、身心發展。進入迴歸的三個自變項可以解釋體育選課動機的人際需求 40% 的變異量，從個別項目的預測力來看，以人格塑造自變項之解釋力最高達 34%，其次是生活貢獻 5%、身心發展 1%，進入迴歸模式三個預測變項的 β 值分別為 .29、.28、.14， β 係數值均為正數，表示對人際需求影響均為正向，即知覺運動價值觀人格塑造、生活貢獻、身心發展越高之學生，其對體育選課動機之人際需求因素感受越強。

表 7 大學生運動價值觀四層面與體育選課動機人際需求的多元逐步迴歸分析摘要表

進入變項順序	未標準化係數	標準化係數	累積決定係數	決定係數增加量	淨 F 值	P 值
1.人格塑造	0.21	0.29	0.34	0.34	451.19	.001
2.生活貢獻	0.22	0.28	0.39	0.05	69.90	.001
3.身心發展	0.11	0.14	0.40	0.01	17.95	.001
截距	4.09					

* $p < .05$

表 8 是運動價值觀四層面與體育選課動機課程知能的多元逐步迴歸分析摘要表，依進入迴歸模式的順序分別為：人格塑造、身心發展、生活貢獻。進入迴歸的三個自變項可以解釋體育選課動機的課程知能 41% 的變異量，從個別項目的預測力來看，以人格塑造自變項之解釋力最高達 32%，其次是身心發展 7%、生活貢獻 2%，進入迴

歸模式三個預測變項的 β 值分別為 .27、.28、.19， β 係數值均為正數，表示對課程知能影響均為正向，即知覺運動價值觀人格塑造、身心發展、生活貢獻越高之學生，其對體育選課動機之課程知能因素感受越強。

表 8 大學生運動價值觀四層面與體育選課動機課程知能的多元逐步迴歸分析摘要表

進入變項順序	未標準化係數	標準化係數	累積決定係數	決定係數增加量	淨 F 值	P 值
1.人格塑造	0.20	0.27	0.32	0.32	426.15	.001
2.身心發展	0.23	0.28	0.39	0.07	94.64	.001
3.生活貢獻	0.16	0.19	0.41	0.02	23.91	.001
截距	6.54					

* $p < .05$

肆、討論

一、學生運動價值觀之現況

從學生運動價值觀的構面分析發現，運動價值觀各構面之排序以「身心發展」構面因素最高，其次依序為「人格塑造」、「生活貢獻」、「成就發展」構面，此結果與劉榮聰、張霖家（2001）針對高爾夫球參與者研究之結果並不一致，其研究結果各構面之排序依序為「身心健全」、「人類生活貢獻」、「完整人格」、「個人成就」構面，另外徐慶帆（2007）針對軍事院校學生研究之結果以「身心發展」構面因素最高，其次依序為「人格塑造」、「成就發展」、「生活貢獻」構面，此亦與本研究各構面之排序結果不同，推論可能是調查對象不同所造成之結果。另外 Schwartz 與 Bilsky (1990) 指出價值是當個人對於物品、行動、生活方式、社會或政治團體及其結構所做選擇時，其所謂好、更好或最好的一種原則或標準。對於日常生活經驗來說具有選擇性的傾向，這些傾向會影響到人們在可能的行為之間優先順序的選擇，並且這些導向可能會被流行的行為趨勢所影響 (Kluckhohn, 1961)，因此，本研究另外推論，隨著調查時間之不同，以及學校之運動風氣和其固有之文化脈絡等之差異，運動價值觀亦有可能因社會化而有

迥異之結果。而上述研究結果之共同點，均以「身心發展」構面因素最高，顯示運動對個人身心之正向影響，普遍獲得肯定。

二、學生體育選課動機之現況

從學生體育選課動機的構面分析發現，學生體育選課動機以「身體健康」構面因素最高，其次依序為「課程知能」、「人際需求」、「壓力紓解」、「心理需求」等構面。而陳美華（2001）對大四學生選修體育課之考量因素之排序依序為「健康因素」、「技能學習與興趣」、「心理需求」，此排序與本研究之排序大致相符，有些研究指出學生選課的動機受到教師因素所影響（Mowling & Eiler, 2004），包括教師的教學方式、態度、學養等方面，除此之外學習新的運動技術（陳敬能、蔡蘇南，2009）、維持運動或養成規律運動（王宗進，1999；Savage, 1998）、獲得學分（王宗進，1999；陳美華，2001）等因素，也是學生最主要的選課動機。而本研究所有構面平均都在 3.85 以上，此亦說明體育課程是可以結交不同社群的朋友，且可以滿足內心的求知慾，幫助學生們增進人際關係及放鬆情緒、解除課業壓力，此結果與林美玲（2005）及鍾志強（1997）等之研究結果相符。而本研究體育選課動機各構面題項平均數均在中間值 3 以上，此亦驗證陳敬能與蔡蘇南（2009）研究所指出的大學生整體體育學習動機是趨向正面性的說法。

三、學生運動價值觀對體育選課動機之影響

本研究以大學生運動價值觀四層面依序與體育選課動機五層面進行多元逐步迴歸分析，發現進入迴歸模式的順序各不相同，個別項目的最大預測力分別為：運動價值觀之「身心發展」對體育選課動機的「身體健康」之個別解釋力達 33%、運動價值觀之「生活貢獻」對體育選課動機的「壓力紓解」之個別解釋力達 37%、運動價值觀之「成就發展」對體育選課動機的「心理需求」之個別解釋力達 46.9%、運動價值觀之「人格塑造」對體育選課動機的「人際需求」之個別解釋力達 34%、運動價值觀之「人格塑造」對體育選課動機的「課程知能」之個別解釋力達 32%。吳金鳳（1998）以大學生為對象，將運動價值觀分為「完整人格」、「身心健全」、「個人成就」、「人類生活貢

獻」等構面，以運動價值觀各因素為預測變項，運動性休閒參與動機為效標變項，採逐步迴歸統計結果顯示，身心健全、個人成就、完整人格三因素具有預測大學生運動性休閒參與動機的能力，且其解釋力達 59.61%，此結果與本研究之結果大致相符。而郭進財（2006）研究發現，大學院校的學生認同體育課的價值性愈高者，其對運動的承諾愈高、繼續參與運動的意願也愈高，此與本研究運動價值觀對體育選課動機呈正相關之結果類似。運動價值觀是為運動行為的準則與評估運動的標準，且為人們用以衡量、判斷運動事物和行為的信念與標準。本研究主要是由運動價值觀來預測體育選課動機的各個向度，所解釋的變異量都達 40%以上，由此可見，運動價值觀對於大學生而言，實是影響體育選課動機的一個重要變項，也是影響學生運動行為之因素之一，而運動價值觀在目前之學校教學中，常是被忽略的項目，如何結合學校教育之力量，提升學生之運動價值觀，提高學生之運動參與，也是體育教學應多所思考之方向。

四、結論

- （一）大學生運動價值觀各構面之排序以身心發展構面因素最高，其次依序為人格塑造、生活貢獻、成就發展構面，整體而言，學生運動價值觀呈現中間值 3 以上，顯示大學生之運動價值觀趨於正向。
- （二）學生體育選課動機以身體健康構面因素最高，其次依序為課程知能、人際需求、壓力紓解、心理需求構面，整體而言，學生體育選課動機各構面均在中間值 3 以上，顯示大學生對體育選課動機仍趨於正向。
- （三）大學生運動價值觀對體育選課動機各構面有正向之影響，其預測力分別為：
 - 1. 大學生運動價值觀之身心發展、生活貢獻、人格塑造可以分別預測體育選課動機的身體健康 41% 的變異量。
 - 2. 大學生運動價值觀之生活貢獻、身心發展、人格塑造、成就發展可以分別預測體育選課動機的壓力紓解 46% 的變異量。
 - 3. 大學生運動價值觀之成就發展、生活貢獻、人格塑造、身心發展可以分別預測體育選課動機的心理需求 55.9% 的變異量。

4. 大學生運動價值觀之人格塑造、生活貢獻、身心發展可以分別預測體育選課動機的人際需求 40% 的變異量。
5. 大學生運動價值觀之人格塑造、身心發展、生活貢獻可以分別預測體育選課動機的課程知能 41% 的變異量。

五、建議

- (一) 價值觀會隨著社會變遷與教育政策的改變而有所變動，運動價值觀自也不能例外，因此建議未來研究應同時隨著社會脈動，增減本研究中的量表內容，以其符合時空背景，更能準確的反映大學生運動價值觀之內涵。
- (二) 教師宜鼓勵學生從事規律運動，唯有讓其多參與運動，才能從運動中自我體驗而改變觀念，教育和釐清運動的普世價值。
- (三) 體育課興趣選項課程應盡量多樣化，使學生選課時能投其所好，而教師在教學上，除了掌握對於課程本身之邏輯性設計與難易度外，更應先行了解學生選課之動機與期望，適度調整課程設計內容，將有利於提升學生選課動機並符合其學習需求。
- (四) 本研究顯示，運動價值觀影響體育選課動機，應加強了解學生之運動價值觀，讓學生肯定運動之價值，選課動機才能獲得提升。

參考文獻

- 王宏義（2008）。大專足球體育課程學習動機與學習滿意度之研究。*臺中教育大學體育學系學刊*，3，227-249。
- 王宗進（1999）。東海大學大四學生選修體育課動機及對教師教學滿意度之調查研究。*大專體育*，43，63-72。
- 吳金鳳（1998）。大專學生運動性休閒參與動機之迴歸分析：以運動價值觀為預測變項。*大專體育*，38，94-100。
- 林美玲（2005）。身心學在大專體育教學上的運用。*大專體育*，80，20-25。

- 林慧亭（2006）。大專體育教師工作價值觀與參與體育志工動機之研究。未出版碩士論文，輔仁大學，臺北縣。
- 徐慶帆（2007）。軍事院校學生運動態度、運動價值觀及運動行為之研究。未出版碩士論文，輔仁大學，臺北縣。
- 郭進財（2006）。我國大學院校學生對體育課程的價值觀與運動承諾之研究。嘉大體育健康休閒期刊，5，128-138。
- 章宏智、洪煌佳（2009）。兒童運動價值觀及其相關影響因素之研究：以臺北市公館國民小學為例。運動與遊戲研究，3（3），144-159。
- 張春興（1999）。心理學概要。臺北市：東華。
- 張春興（1996）。教育心理學。臺北市：東華。
- 陳其昌（2009）。大學運動員的運動價值觀、運動目標取向與運動團隊規範對運動道德判斷的影響。未出版博士論文，國立臺灣體育大學，桃園縣。
- 陳律盛（2009）。大學生運動價值觀之研究：以元智大學為例。嘉大體育健康休閒期刊，8（2），53-61。
- 陳美華（2001）。彰化師大大四選修體育課考量因素之探討。彰化師大體育學報，2，79-104。
- 陳冠錦、徐煌輝（2006）。從方法學觀點分析大學生選修體育課程考量因素調查之問卷研究。大專體育，87，121-126。
- 陳敬能、蔡蘇南（2009）。大專學生參與體育課程學習動機之研究。嘉大體育健康休閒期刊，8（1），127-133。
- 黃明玉（1991）。我國高中學生體育運動價值觀念之研究。未出版碩士論文，國立體育學院，桃園縣。
- 國立臺灣師範大學體育研究與發展中心（2009）。體育統計年報。臺北市：教育部。
- 劉榮聰、張霖家（2001）。高爾夫球參與者運動價值觀差異性之研究。藝術學報，67，155-170。
- 賴永僚、楊世達、周禹廷（2008）。選修大四體育課動機與阻礙因素之關聯程度：以大

- 葉大學為例。《生物與休閒事業研究》，6（1），33-40。
- 鍾志強（1997）。雲林科技大學學生選修體育運動相關課程動機及滿意度之研究。《體育學報》，24，73-84。
- Biddle, S. (2001). Enhancing motivation in physical education. In G. C. Roberts (Ed.), *Advances in Motivation in Sport and Exercise* (pp.101-127). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Coakley, J., & White, A. (1992). Making decisions: Gender and sport participation among British adolescents. *Sociology of Sport Journal*, 9, 20-35.
- Kluckhohn, C. (1961). The study of values. In D. N. Barrett (Ed.), *Values in America*. Notre Dame: University of Notre Dame Press.
- Mowling, C. M., & Eiler, K. K. (2004). Student motivation in physical education. *Journal of Physical Education Recreation and Dance*, 75(6), 40-45.
- Myers, A. M., Weigel, C., & Holliday, P. (1989). Sex-and age-linked determinant of physical activity in adulthood. *Canadian Journal of Public Health*, 80, 256-260.
- Rokeach, M. (1973). *The nature of human values*. New York: Free Press.
- Savage, M. P. (1998). University student' motivation for participation in a basic instruction program. *College Student Journal*, 32(1), 58-65.
- Schwartz, S. H., & Bilsky, W. (1990). Toward a theory of the universal content and structure of values: Extensions and cross-cultural replications. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 878-891.
- Treasure, D. C., & Roberts, G. C. (2001). Students perceptions of the motivational climate, achievement beliefs, and satisfaction in physical education. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 72(2), 165-175.

附錄

壹、運動價值觀調查表：主要想了解您對運動價值的看法與評價，下列每一題敘述中，請勾選出一個最適合您的。

	非常 同意	同 意	不 同 意	不 確 定	非 常 不 同 意
運動價值觀					
1. 運動能使我生理成長、身體機能發達	☐	☐	☐	☐	☐
2. 運動能發展人體的力量、耐力、速度、與身體素質	☐	☐	☐	☐	☐
3. 運動能使我身心感到愉悅和滿足	☐	☐	☐	☐	☐
4. 運動能紓解我的緊張情緒與煩悶。	☐	☐	☐	☐	☐
5. 運動能增進我對日常生活的適應能力。	☐	☐	☐	☐	☐
6. 運動能提高進行激烈活動與抵抗疾病能力	☐	☐	☐	☐	☐
7. 運動能使我學到專門的運動技術。	☐	☐	☐	☐	☐
8. 運動能使我得到別人的尊敬與讚賞。	☐	☐	☐	☐	☐
9. 運動能使我更有發揮自己潛能的能力。	☐	☐	☐	☐	☐
10. 運動能使我獲勝時感受到超越別人之喜悅	☐	☐	☐	☐	☐
11. 運動能使我具有充分發揮領導才能之機會	☐	☐	☐	☐	☐
12. 運動能使我享受與別人互相競爭的感覺	☐	☐	☐	☐	☐
13. 運動能使我懂得服從紀律與遵守運動規則	☐	☐	☐	☐	☐
14. 運動能使我有更多參與團隊活動的機會	☐	☐	☐	☐	☐
15. 運動能增進凝聚國人的團結力量	☐	☐	☐	☐	☐
16. 運動能培養我具有享受挑戰與競爭之勇氣	☐	☐	☐	☐	☐
17. 運動能使我縮短與別人的距離，易與別人相處	☐	☐	☐	☐	☐
18. 運動能培養公正態度和禮貌行為	☐	☐	☐	☐	☐
19. 運動能使我獲得愉快的生活	☐	☐	☐	☐	☐
20. 運動對於延續人類生命有所貢獻	☐	☐	☐	☐	☐
21. 運動能使我容易獲得真誠的友誼	☐	☐	☐	☐	☐
22. 運動對於促進世界和平有所貢獻	☐	☐	☐	☐	☐
23. 運動能使我更加瞭解生命的意義與生命的真諦	☐	☐	☐	☐	☐
24. 運動能使我我的休閒生活更加充實	☐	☐	☐	☐	☐
21. 運動能使我容易獲得真誠的友誼	☐	☐	☐	☐	☐
22. 運動對於促進世界和平有所貢獻	☐	☐	☐	☐	☐
23. 運動能使我更加瞭解生命的意義與生命的真諦	☐	☐	☐	☐	☐
24. 運動能使我我的休閒生活更加充實	☐	☐	☐	☐	☐

貳、體育課選課動機：下列每一題敘述中，主要想了解您選修體育課的動機因素與原因。
請根據您的看法，勾選出一個最適合的答案。

	非常 同意	同 意	不 同 意	不 確 定	非 常 不 同 意
體育課選課動機					
1. 選修體育課可增進自己身體健康	☐	☐	☐	☐	☐
2. 選修體育課可增進自己的體能	☐	☐	☐	☐	☐
3. 選修體育課可促進肌肉線條與優美身材	☐	☐	☐	☐	☐
4. 體育課程使我能有固定的運動時間	☐	☐	☐	☐	☐
5. 體育課程可讓我活動筋骨增加身體適應能力	☐	☐	☐	☐	☐
6. 選修體育課可滿足我身體運動之慾望	☐	☐	☐	☐	☐
7. 選修體育課可從運動中獲得成就感	☐	☐	☐	☐	☐
8. 選修體育課可滿足我的需要	☐	☐	☐	☐	☐
9. 選修體育課可從運動中提供自我挑戰機會	☐	☐	☐	☐	☐
10. 選修體育課可從運動中建立自己的信心	☐	☐	☐	☐	☐
11. 體育課程學分容易取得	☐	☐	☐	☐	☐
12. 體育課程可從中了解運動知識比賽規則	☐	☐	☐	☐	☐
13. 體育課程之給分讓我滿意	☐	☐	☐	☐	☐
14. 選修體育課可從中了解運動團隊精神	☐	☐	☐	☐	☐
15. 選修體育課可從中學習技能與知能	☐	☐	☐	☐	☐
16. 選修體育課是同學相邀所決定	☐	☐	☐	☐	☐
17. 選修體育課可增加與他人建立友誼機會	☐	☐	☐	☐	☐
18. 選修體育課可融入同學團體	☐	☐	☐	☐	☐
19. 選修體育課可結交新朋友	☐	☐	☐	☐	☐
20. 選修體育課可增進人際關係	☐	☐	☐	☐	☐
21. 選修體育課可忘記不愉快之事	☐	☐	☐	☐	☐
22. 選修體育課可從運動中解除生活與課業壓力	☐	☐	☐	☐	☐
23. 選修體育課可紓解日常生活的擁擠和喧嘩	☐	☐	☐	☐	☐
24. 選修體育課可從運動中放鬆情緒	☐	☐	☐	☐	☐
25. 選修體育課可從運動中忘記生活挫折	☐	☐	☐	☐	☐

