

台灣教育長期追蹤資料庫電子報 第二十三期

電子報創刊日期：民國 93 年 04 月 01 日

本期發刊日期：民國 94 年 01 月 21 日

本期標題：學生的每天運動休閒時間調查。

國中生 (16.27%) 「很少或沒有」的人數比例多於高中職五專生 (7.04%)，且國中生平均所花時間也較短。

一、研究問題說明：

適度的運動休閒活動，可以讓工作與學習更加的有效率。但是學生如果課業壓力太大，可能會根本沒有時間從事運動休閒活動。我們此次調查分析學生在家中常從事的休閒活動，花在如運動、聽音樂、看電視或錄影帶的時間，以瞭解學生是否有適度的運動休閒活動，並討論影響學生休閒運動時間的因素。

二、研究調查內容：

針對「你現在每天通常花多少時間運動、聽音樂、看電視或錄影帶？」(家中休閒活動)的問題，選項包含 1. 「很少或沒有」；2. 「不到 1 小時」；3. 「1 到 2 小時(不含 2 小時)」；4. 「2 到 3 小時(不含 3 小時)」；5. 「3 小時以上」，我們接下來會針對學制與性別進行分析。

需特別說明的是，在計算每一選項的時間上，我們採取用中間值，例如：「不到 1 小時」以 0.5 小時來估計；「1 到 2 小時」以 1.5 小時來估計；「2 到 3 小時」以 2.5 小時來估計；「3 小時以上」以 3.5 小時來估計。

三、研究結果說明：

(一)平均每天花在家中休閒活動的時間，國中生(1.68 小時)少於高中職五專生(1.98 小時)

在國中生與高中職五專學生的比較上，每天平均在家中休閒活動所花時間五專學程學生最多 (2.03 小時)，其他依序是高職學程學生 (2.17 小時)、高中綜合學程學生 (2.09 小時)，高中普通學程學生 (1.84 小時)，所花平均時間最少的是國中生 (1.68 小時)(見圖一)。

國中生 (19.1%) 「選擇每天三小時以上」的學生少於高中職五專生(27.3%)；而國中生 (16.27%) 選擇「很少或沒有」的人數比例高於高中職五專生 (7.04%)。這些學生在課後幾乎沒有做這些休閒活動，那這些學生都從事什麼休閒活動呢？一般的印象認為國中生會比高中職五專生有更多的時間在家中從事休閒活動，而調查結果與預期有所不同，因此需要再進一步調查國

中生如何進行休閒時間的分配。

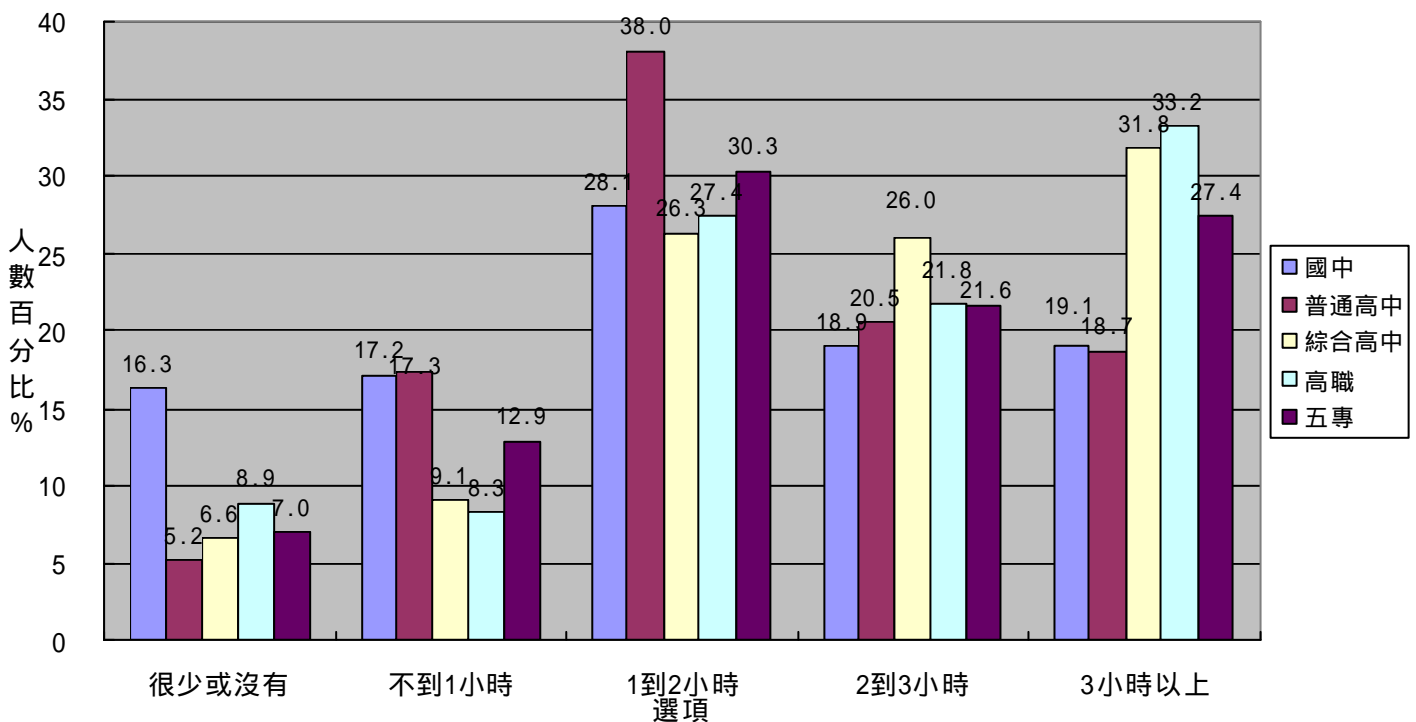
(二)學生花家中休閒活動的時間上，性別差異不大

在每天平均在家中休閒活動所花時間上，國中男生和女生都約是 1.68 小時；而高中職五專生男生 (2.02 小時) 所花時間則略多於女生 (1.97 小時) (見圖二)。顯示不論男生與女生，都會花時間在家中都會從事這一類的休閒活動。但是「運動」、「聽音樂」和「看電視或錄影帶」是不同類型的家中休閒活動，相信在男女生在這幾類休閒活動之間，可能會存在有性別上的差異，未來如果有需要應再區分開來調查與研究。

(三) 國中生的家中休閒活動時間少，原因中之一可能是課後輔導時間多

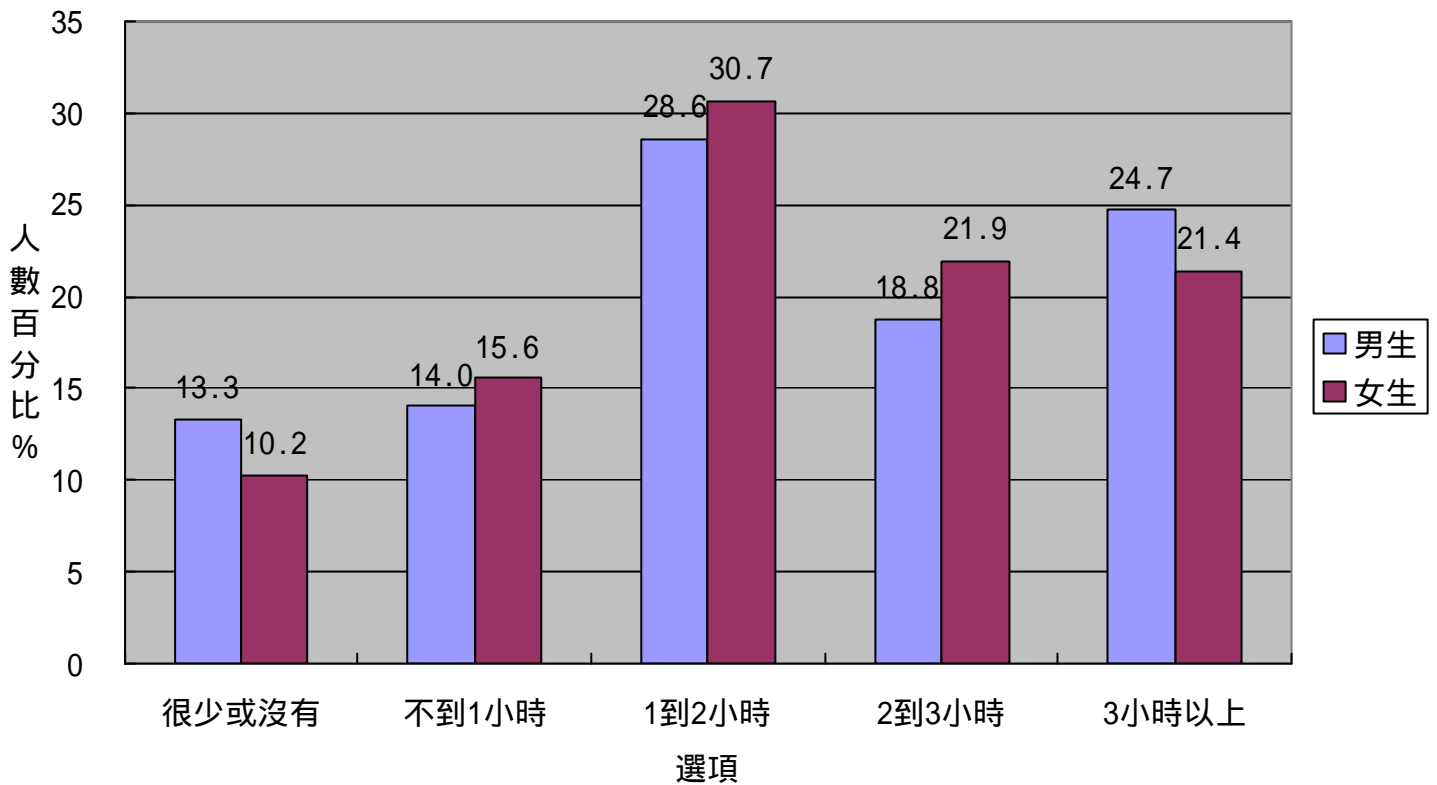
在本報第十五期曾調查學生每週平均所花在參加校內外課業輔導、補習或家教的時間，發現國中生 (4.3 小時) 多於高中職五專生 (2.6 小時)。每位學生每天能利用的下課後時間約是固定的，課後補習時間長，也就會影響到其他活動時間，如休閒運動時間等。青少年時期是學生身體發育成長的關鍵時期，學生除了在學校上體育課之外，讓學生下課後還能主動花時間去運動，對青少年來說很重要，值得相關研究人員關心與注意。

圖一、不同年級學生的家中休閒時間比較圖
你現在每天通常要花多少時間運動、聽音樂、看電視或錄影帶？



註：本圖數值已經加權計算，不合理值及未填答值總和小於 0.5%，故未列於圖中。

圖二、男、女學生花在家中運動休閒時間比較圖
你現在每天通常要花多少時間運動、聽音樂、看電視或錄影帶？



註：本圖數值已經加權計算，不合理值及未填答值總和小於 0.5%，故未列於圖中。

四、本期資料來源說明：

研究主題：台灣教育長期追蹤資料庫

調查地區：台灣地區（含澎湖）

調查時間：民國九十年九月

調查方式：紙筆問卷

研究對象：高中、高職、及五專之二年級學生

資料版本：中央研究院學術調查研究資料庫正式釋出第 2.0 版

樣本個數：13,509 人

研究對象：國中一年級學生

資料版本：中央研究院學術調查研究資料庫正式釋出第 1.0 版

樣本個數：13,825 人

五、關於台灣教育長期追蹤資料庫計畫

「台灣教育長期追蹤資料庫」(Taiwan Education Panel Survey, 簡稱 TEPS) 是一項由中央研究院、教育部和國科會共同資助，並由中央研究院、

社會學研究所和歐美研究所共同負責規劃與執行的一項全國性長期的資料庫計畫。這個資料庫從 2001 年開始，對當年為國中一年級以及高中、高職和五專二年級之學生、學生家長、老師、和學校，進行為期七年二至四次的收集資料。如需要更多的訊息，請到台灣教育長期追蹤資料庫網站。網址：
<http://www.teps.sinica.edu.tw>

前期標題：學生寫作與數學能力自我評估調查？

超過四成的學生表示「寫作文或週記時，常無從下筆」(國中 43.7%,高中職五專 46.5%)，有超過六成的學生認為「數學問題總是令人頭痛」(國中 44.7%,高中職五專 63.5%)。

下期預告：國中和高中職五專學生的親子溝通。

(2005/02/04 出刊)

台灣教育長期追蹤資料庫電子報 Taiwan Education Panel Survey Newsletter

發行人：張荳雲

分析撰寫：莊士哲

資料釋出：莊淵傑

網頁維護：陳聖偉

聯絡電話：(02)26523351

中央研究院社會學研究所

台北市 115 南港區研究院路二段 128 號

如果您對本內容有任何問題與建議，請回覆於下列電子信箱。

E-mail:l2kteps@gate.sinica.edu.tw

若要訂閱或取消，來信時請附上您要處理的帳號。

請尊重學術倫理，引用本電子報內容時，請註明出處。