

香港電台
《體育的風采 — 運動場成長路》
「我們的體育課」
問卷調查報告

1. 目的

爲了多了解社會對體育課的想法，香港電台節目《體育的風采》於 2013 年 9 月 2 至 9 月 13 日期間，在香港電台網站進行「我們的體育課」問卷調查，成功收集了 296 名市民的意見。是項調查目的爲搜集不同階層對體育課的看法，及體育課對運動習慣的影響。

2. 調查研究的內容

- 受訪者心目中最理想的體育課節數
- 對體育課的態度及原因
- 現時體育課需要改善的地方
- 探討體育課所帶來的意義
- 受訪者的運動習慣

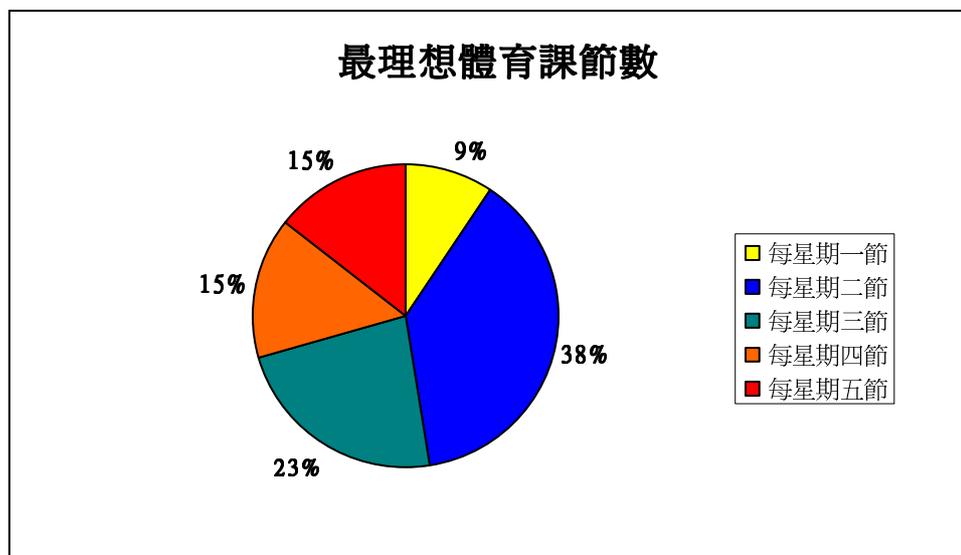
3. 調查對象數據統計

- 共收集 296 份問卷
- 男女比例相約
- 55%受訪者年齡介乎 19 – 35 歲
- 近四成受訪者爲在學學生
- 近七成受訪者教育程度達大專大學水平

(詳情見附件一)

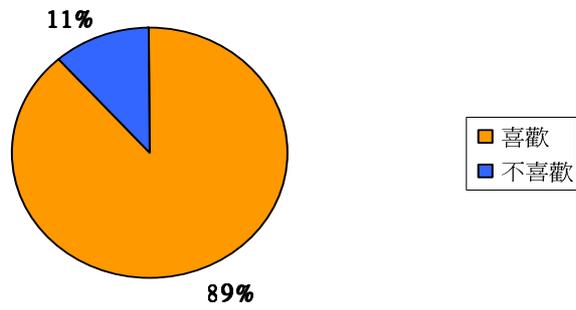
4 調查結果

- (a) 六成受訪者認為最理想的體育節數為每星期二至三節，另外有三成受訪者認為每星期四至五節較為理想，跟本港課程發展議會建議相若（詳情見參考資料一）。

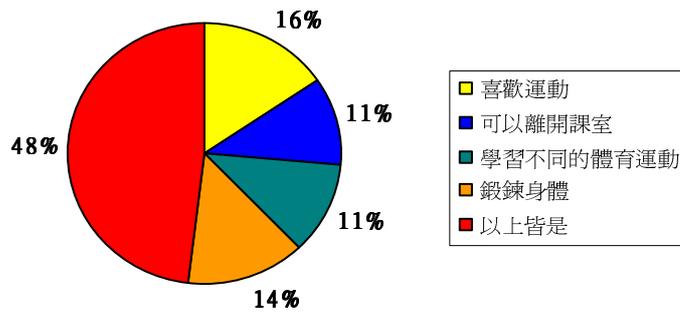


- (b) 在 296 名受訪者中，有 89% 表示喜歡上體育課，主要原因是本身喜歡運動、學習不同的體育運動以及鍛鍊身體，結果顯示受訪者對運動的態度跟他們喜歡上體育課有直接關係。
- (c) 其餘的 11% 受訪者表示不喜歡上體育課，有四成表示對體育運動沒有天份，成績不好，反映受訪者在運動時表現直接影響其對體育課的觀感；接近三成認為體育課的學習太辛苦及不喜歡流汗，大約一成認為體育課的學習內容沉悶及其他學科更為重要，不想浪費時間。

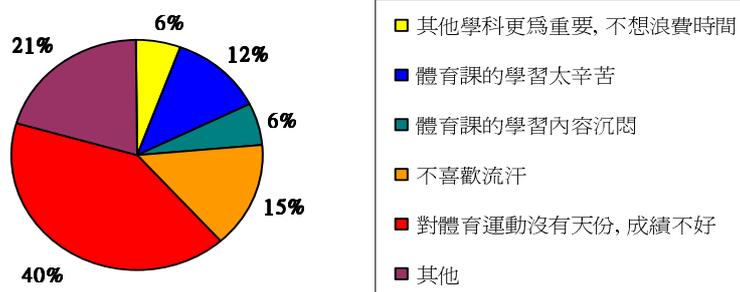
對體育課觀感



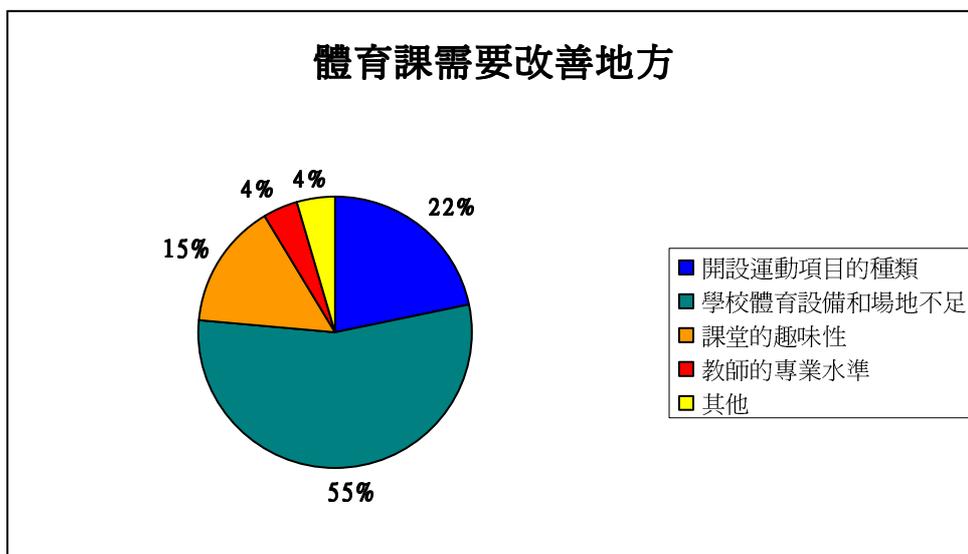
喜歡上體育課原因



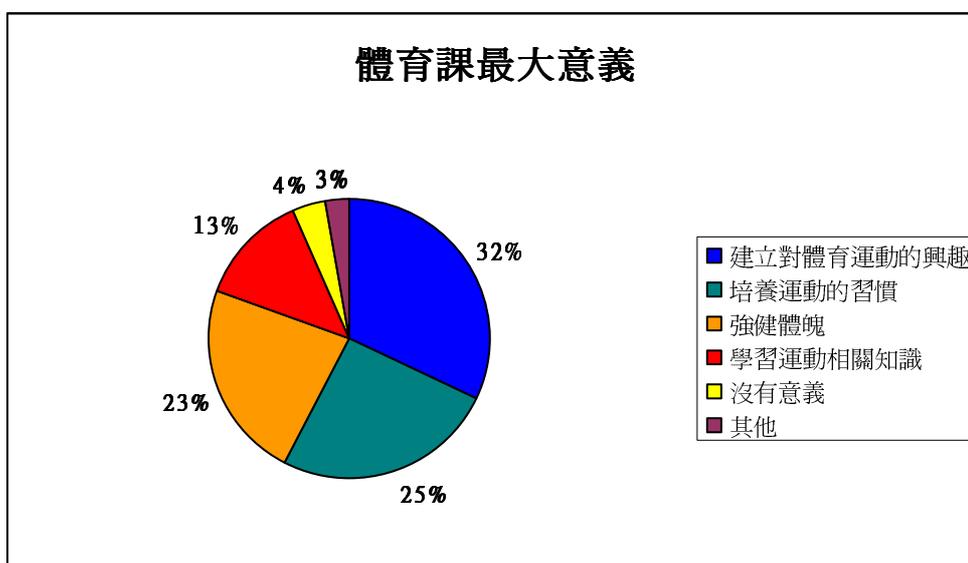
不喜歡上體育課原因



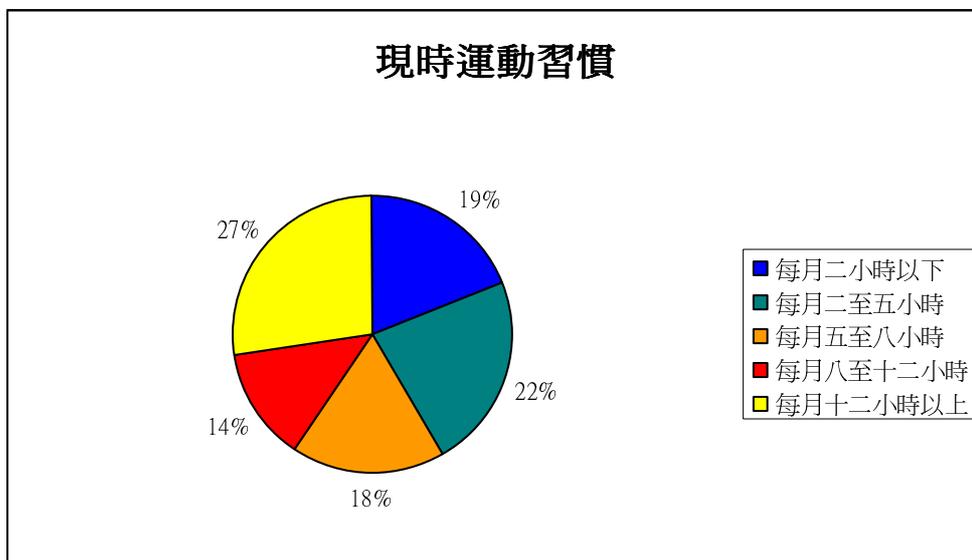
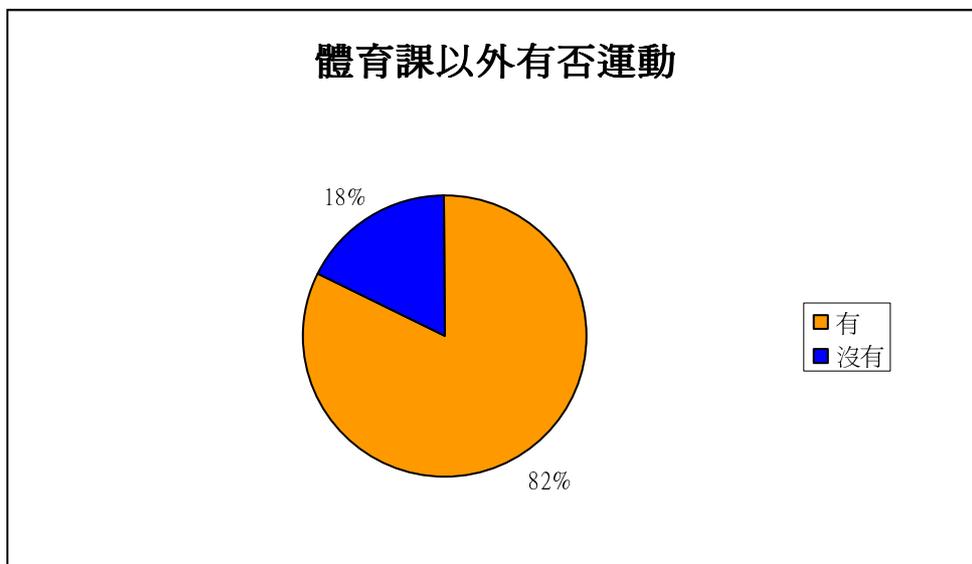
(d) 在 115 名受訪學生之中，有 55%認為學校體育課設備和場地不足，41%認為運動項目種類、課堂趣味性及教師專業水平，均有改善空間。



(e) 在 181 名非學生受訪者中，有八成認為學生時代的體育課最大意義是建立對體育運動的興趣、培養運動的習慣及強健體魄，顯示體育課對培養運動文化，讓學生畢業後仍持續運動，起積極作用。



(f) 調查結果雖然顯示超過八成受訪者有運動習慣，不過近六成受訪者每月的運動量少於八小時，未達世界衛生組織的建議標準（詳情見參考資料二）。



(附件一) 統計數據表

性別

	人數	百分比
男性	141	47.6%
女性	155	52.4%
總和	296	100.0%

年齡

	人數	百分比
10 歲以下	10	3.4%
11 – 18 歲	38	12.8%
19 – 25 歲	82	27.7%
26 – 35 歲	81	27.4%
36 – 50 歲	10	3.4%
50 歲以上	75	25.3%
總和	296	100.0%

學生與非學生比例

	人數	百分比
在學學生	115	38.9%
非在學學生	181	61.1%
總和	296	100.0%

教育程度

	人數	百分比
小學或以下	12	4.1%
中學	77	26.0%
大學或大專	207	69.9%
總和	296	100.0%

參考資料：

【一】2002 年體育學習領域課程指引建議，在全人發展的前提下，中、小學應分配總課時百分之五至八（即每星期約八十至一百二十分鐘，約二至三節課堂）予體育課。

鄰近地區近年開始著重體育課程發展並增加課節時數。新加坡明年起至 2017 年，分階段將小一至中四學生體育課時，由每周 1 至 1.5 小時，增加到至少 2 小時；台灣未來 10 年的體育發展規劃，亦計劃將初中及小學體育課時，從每周 2 節增加至 3 節。

【二】世界衛生組織建議成人每天應有最少 30 分鐘運動，有規律地進行如步行、騎自行車或跳舞等身體活動，對健康大有裨益。可降低心血管疾病、糖尿病和骨質疏鬆的風險，有助於控制體重及促進心理健康。

< 完 >