



教育部 105 學年度學生運動參與情形調查問卷 (大專校院)



各位同學您好：

本問卷的主要目的在於瞭解您過去一年運動參與的情形，以做為教育部研訂學校體育政策之參考。本調查結果並不會影響您的體育成績，且填答資料絕對保密，請您依實際情形確實填寫，謝謝您的合作與填答。

國立中山大學運動健康產業研究中心 謹上

填答說明：請依實際情形於下列各表格中畫記最符合現況的答案（原子筆或鉛筆均可，請塗●勿打✓）：

範例	題 項	學期中	106 年寒假	106 年暑假
	每天是否累積運動 30 分鐘以上？	●是 ○否	●是 ○否	●是 ○否

一、基本資料：

- 性別： ① 男 ② 女
- 是否就讀體育運動相關科系(或為體育績優升學生)： ① 是 ② 否
- 就讀年級 ① 大一(含五專四年級) ② 大二(含五專五年級) ③ 大三 ④ 大四(含以上)
- 身高： ① ② (百位) 體重： ① ② (百位)  
(公分) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ (十位) (公斤) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ (十位)  
① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ (個位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ (個位)

二、運動參與現況

題 項	說 明
1. 您目前是否參加學校運動社團？ ① 是 (跳答第 3 題) ② 否 (續答第 2 題)	➢ 運動社團係指學校正式成立之運動性質社團(包括課後社團)，在指導教師指導下進行活動，與校內外團隊進行區域性交流之社團。
2. 您未參加校內運動社團的原因為何？(跳答第 4 題) ① 對參加運動社團沒有興趣 ② 沒有時間 ③ 想參加，但沒有開設，期望的運動社團為_____ ④ 參加校外運動課程或社團 ⑤ 其他原因_____	
3. 您目前參加的運動社團為(可複選，至多三項)(續答下題) ① 網球 ② 羽球 ③ 籃球 ④ 足球 ⑤ 排球 ⑥ 桌球 ⑦ 棒壘球 ⑧ 游泳 ⑨ 登山 ⑩ 田徑 ⑪ 舞蹈類 ⑫ 啦啦隊 ⑬ 滑輪運動 ⑭ 民俗體育 ⑮ 技擊運動 ⑯ 其它_____	➢ 舞蹈：包括熱舞、瑜珈、國標舞等。 ➢ 技擊運動：包括跆拳道、空手道、柔道、武術等。 ➢ 滑輪運動：包括直排輪、溜冰、蛇板等。
4. 您覺得運動社團開設的項目符合您的需求嗎？(單選)(續答下題) ① 非常符合 ② 符合 ③ 普通 ④ 不符合 ⑤ 非常不符合	
5. 您目前是否參加學校運動代表隊(校隊)？ ① 是 (續答第 6 題) ② 否 (跳答第 7 題)	➢ 運動代表隊係指學校正式成立之運動性質團隊，由教練進行經常性訓練，並代表學校對外比賽。
6. 您目前參加的運動代表隊(校隊)為(可複選，至多二項)(續答下題) ① 網球 ② 羽球 ③ 籃球 ④ 足球 ⑤ 排球 ⑥ 桌球 ⑦ 棒壘球 ⑧ 游泳 ⑨ 拔河 ⑩ 田徑 ⑪ 舞蹈類 ⑫ 啦啦隊 ⑬ 滑輪運動 ⑭ 民俗體育 ⑮ 技擊運動 ⑯ 其它_____	➢ 舞蹈：包括熱舞、瑜珈、國標舞等。 ➢ 技擊運動：包括跆拳道、空手道、柔道、武術等。 ➢ 滑輪運動：包括直排輪、溜冰、蛇板等。 ➢ 民俗體育：包括毽子、扯鈴、跳繩、風箏、陀螺等。
7. 您過去一年參與運動競賽的情形？(可複選)(續答下題) ① 未參加 ② 班際比賽 ③ 校際比賽 ④ 縣市比賽 ⑤ 全國性比賽 ⑥ 國際性比賽	➢ 過去一年：係指自填答日往前推一年。
8. 您目前平均每週上幾節體育課？(單選)(續答下題) ① 1 節 ② 2 節 ③ 3 節 ④ 其他_____節	➢ 指健康與體育領域的體育課程部分。
9. 您覺得您每週的體育課節數足夠嗎？(單選)(續答下題) ① 非常足夠 ② 足夠 ③ 普通 ④ 不足夠 ⑤ 非常不足夠	
10. 您對體育課的喜歡程度如何？(單選)(續答下題) ① 非常喜歡 ② 喜歡 ③ 普通 ④ 不喜歡 ⑤ 非常不喜歡，原因為何？_____	
11. 您主要的上下學方式為何？(單選)(續答下題) ① 走路 ② 騎自行車 ③ 搭公共運輸工具 ④ 家長接送 ⑤ 專車 ⑥ 騎機車 ⑦ 自行開車 ⑧ 其他_____	➢ 專車：包括校車、安親班/補習班之交通車。
12. 您是否會騎自行車？ ① 是 (續答第 13 題) ② 否 (跳答下頁第 14 題)	
13. 您是由誰教導學會騎自行車？(單選)(續答下題) ① 家長或親戚 ② 朋友 ③ 學校老師 ④ 同學 ⑤ 其他_____	

★ 請翻背面繼續填寫 ★



※運動的定義：指有計畫、有目的地維持並促進體適能，且持續一段時間的身體活動。

題 項	學期中	106 年寒假	106 年暑假
14. 您平均每週運動幾天？ (一天至少累積 30 分鐘以上才算)(單選) (續答下題)	① 0 天 ⑤ 4 天 ② 1 天 ⑥ 5 天 ③ 2 天 ⑦ 6 天 ④ 3 天 ⑧ 7 天	① 0 天 ⑤ 4 天 ② 1 天 ⑥ 5 天 ③ 2 天 ⑦ 6 天 ④ 3 天 ⑧ 7 天	① 0 天 ⑤ 4 天 ② 1 天 ⑥ 5 天 ③ 2 天 ⑦ 6 天 ④ 3 天 ⑧ 7 天
15. 您最常運動的地點為？ (單選) (續答下題)	① 學校 ② 家裡 ③ 公共運動空間(如公園、社區遊樂場) ④ 校外運動場館 ⑤ 其他_____	① 學校 ② 家裡 ③ 公共運動空間(如公園、社區遊樂場) ④ 校外運動場館 ⑤ 其他_____	① 學校 ② 家裡 ③ 公共運動空間(如公園、社區遊樂場) ④ 校外運動場館 ⑤ 其他_____
16. 您最主要是跟誰一起運動？(單選) (續答下題)	① 家人親戚 ② 朋友 ③ 同學 ④ 無(自己) ⑤ 其他_____	① 家人親戚 ② 朋友 ③ 同學 ④ 無(自己) ⑤ 其他_____	① 家人親戚 ② 朋友 ③ 同學 ④ 無(自己) ⑤ 其他_____
17-1. 您【學期中】每週累積運動時間(不含體育課)大約是多少分鐘？ (續答下題)	(百位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ (十位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ (個位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ 分鐘		
17-2. 您【106 年寒假】每週累積運動時間大約是多少分鐘？ (續答下題)	(百位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ (十位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ (個位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ 分鐘		
17-3. 您【106 年暑假】每週累積運動時間大約是多少分鐘？ (續答下題)	(百位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ (十位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ (個位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ 分鐘		
18. 您覺得目前每週的運動時間是否足夠？(單選)(續答下題) ※說明：運動時間包括體育課上課時間。 ① 非常足夠 ② 足夠 ③ 普通 ④ 不足夠 ⑤ 非常不足夠			
19. 您最常從事的運動項目為何？ (可複選，至多三項) (續答下題)	① 無從事任何運動 ② 排球 ③ 羽球 ④ 籃球 ⑤ 足球 ⑥ 棒壘球 ⑦ 桌球 ⑧ 自行車	⑨ 游泳 ⑩ 舞蹈(街舞、啦啦舞、創造性舞蹈、運動舞蹈) ⑪ 高爾夫 ⑫ 網球 ⑬ 登山健行 ⑭ 滑輪運動(含直排輪、溜冰、滑板)	⑮ 技擊運動(跆拳道、武術等) ⑯ 跑步 ⑰ 民俗體育(毽子、扯鈴、跳繩、風箏、陀螺) ⑱ 快走/爬樓梯 ⑲ 其他_____
20-1. 您最喜愛的運動種類是哪一種類型？ (單選) (續答下題)	① 無從事任何運動 ② 球類運動(如籃球,羽球..) ③ 技擊運動類(如跆拳道,武術..) ④ 水上運動類(如游泳,潛水..) ⑤ 陸上運動類(如田徑,射箭..)	⑥ 舞蹈類(如現代舞,土風舞,國際標準舞..) ⑦ 民俗體育類(如扯鈴,跳繩..) ⑧ 戶外運動類(如登山,攀岩,滑輪運動..) ⑨ 棋藝、橋藝類(如圍棋,橋牌..) ⑩ 其他類_____	
20-2. 對於上述您選擇的運動種類，您覺得您對這項運動的熟悉程度為何？ (題項 20-1 選「無從事任何運動」免填此題)(續答下題) ① 非常有信心 ② 有信心 ③ 普通 ④ 沒信心 ⑤ 完全沒信心			
21. 支持您從事運動的最主要原因為？(單選)(續答下題) ① 家長贊同 ② 場地許可 ③ 時間充足 ④ 同伴鼓勵 ⑤ 增進技術 ⑥ 有成就感 ⑦ 身體因素 ⑧ 其他_____			
22. 阻礙您從事運動的最主要原因為？(單選) ① 家長反對 ② 場地不便 ③ 時間不足 ④ 同伴較少 ⑤ 技術不佳 ⑥ 無成就感 ⑦ 身體因素 ⑧ 經費因素 ⑨ 其他_____			

★請再檢查一遍有沒有漏答，謝謝您的合作！★





教育部 105 學年度學生運動參與情形調查問卷 (高中)



各位同學您好：

本問卷的主要目的在於瞭解您過去一年運動參與的情形，以做為教育部研訂學校體育政策之參考。本調查結果並不會影響您的體育成績，且填答資料絕對保密，請您依實際情形確實填寫，謝謝您的合作與填答。

國立中山大學運動健康產業研究中心 謹上

填答說明：請依實際情形於下列各表格中畫記最符合現況的答案（原子筆或鉛筆均可，請塗●勿打✓）：

範例	題 項	學期中	106 年寒假	106 年暑假
	每天是否累積運動 30 分鐘以上？	●是 ○否	●是 ○否	●是 ○否

一、基本資料：

- 性別： ① 男 ② 女
- 就讀年級： ① 一年級 ② 二年級 ③ 三年級
- 身高： ①② (百位)  
(公分) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ (十位)  
① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ (個位)
- 體重： ① (百位)  
(公斤) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ (十位)  
① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ (個位)
- 是否就讀體育班(或為體育資優生)： ① 是 ② 否

二、運動參與現況

題 項	說 明
1. 您目前是否參加學校運動社團？ ① 是 (跳答第 3 題) ② 否 (續答第 2 題)	➢ 運動社團係指學校正式成立之運動性質社團 (包括課後社團)，在指導教師指導下進行活動，與校內外團隊進行區域性交流之社團。
2. 您未參加校內運動社團的原因為何？ (跳答第 4 題) ① 對參加運動社團沒有興趣 ② 沒有時間 ③ 想參加，但沒有開設，期望的運動社團為 _____ ④ 參加校外運動課程或社團 ⑤ 其他原因 _____	
3. 您目前參加的學校運動社團為 (可複選，至多三項) (續答下題) ① 網球 ② 羽球 ③ 籃球 ④ 足球 ⑤ 排球 ⑥ 桌球 ⑦ 棒壘球 ⑧ 游泳 ⑨ 登山 ⑩ 田徑 ⑪ 舞蹈類 ⑫ 啦啦隊 ⑬ 滑輪運動 ⑭ 民俗體育 ⑮ 技擊運動 ⑯ 其它 _____	➢ 舞蹈：包括熱舞、瑜珈、國標舞等。 ➢ 技擊運動：包括跆拳道、空手道、柔道、武術等。 ➢ 滑輪運動：包括直排輪、溜冰、蛇板等。
4. 您覺得學校運動社團開設的項目符合您的需求嗎？ (單選) (續答下題) ① 非常符合 ② 符合 ③ 普通 ④ 不符合 ⑤ 非常不符合	
5. 您目前是否參加學校運動代表隊(校隊)？ ① 是 (續答第 6 題) ② 否 (跳答第 7 題)	➢ 運動代表隊係指學校正式成立之運動性質團隊，由教練進行經常性訓練，並代表學校對外比賽。
6. 您目前參加的運動代表隊(校隊)為 (可複選，至多二項) (續答下題) ① 網球 ② 羽球 ③ 籃球 ④ 足球 ⑤ 排球 ⑥ 桌球 ⑦ 棒壘球 ⑧ 游泳 ⑨ 拔河 ⑩ 田徑 ⑪ 舞蹈類 ⑫ 啦啦隊 ⑬ 滑輪運動 ⑭ 民俗體育 ⑮ 技擊運動 ⑯ 其它 _____	➢ 舞蹈：包括熱舞、瑜珈、國標舞等。 ➢ 技擊運動：包括跆拳道、空手道、柔道、武術等。 ➢ 滑輪運動：包括直排輪、溜冰、蛇板等。 ➢ 民俗體育：包括毽子、扯鈴、跳繩、風箏、陀螺等。
7. 您過去一年參與運動競賽的情形？ (可複選) (續答下題) ① 未參加 ② 班際比賽 ③ 校際比賽 ④ 縣市比賽 ⑤ 全國性比賽 ⑥ 國際性比賽	➢ 過去一年：係指自填答日往前推一年。
8. 您目前平均每週上幾節體育課？ (單選) (續答下題) ① 1 節 ② 2 節 ③ 3 節 ④ 其他 _____ 節	➢ 指健康與體育領域的體育課程部分。
9. 您覺得您每週的體育課節數足夠嗎？ (單選) (續答下題) ① 非常足夠 ② 足夠 ③ 普通 ④ 不足夠 ⑤ 非常不足夠	
10. 您對體育課的喜歡程度如何？ (單選) (續答下題) ① 非常喜歡 ② 喜歡 ③ 普通 ④ 不喜歡 ⑤ 非常不喜歡，原因為何？ _____	
11. 您主要的上下學方式為何？ (單選) (續答下題) ① 走路 ② 騎自行車 ③ 搭公共運輸工具 ④ 家長接送 ⑤ 專車 ⑥ 其他 _____	➢ 專車：包括校車、安親班/補習班之交通車。
12. 您是否會騎自行車？ ① 是 (續答第 13 題) ② 否 (跳答下頁第 14 題)	
13. 您是由誰教導學會騎自行車？ (單選) (續答下題) ① 家長或親戚 ② 朋友 ③ 學校老師 ④ 同學 ⑤ 其他 _____	

★ 請翻背面繼續填寫 ★



※運動的定義：指有計畫、有目的地維持並促進體適能，且持續一段時間的身體活動。

題 項	學期中	106 年寒假	106 年暑假
14. 您平均每週運動幾天？ (一天至少累積 30 分鐘 以上才算)(單選) (續答下題)	① 0 天 ⑤ 4 天 ② 1 天 ⑥ 5 天 ③ 2 天 ⑦ 6 天 ④ 3 天 ⑧ 7 天	① 0 天 ⑤ 4 天 ② 1 天 ⑥ 5 天 ③ 2 天 ⑦ 6 天 ④ 3 天 ⑧ 7 天	① 0 天 ⑤ 4 天 ② 1 天 ⑥ 5 天 ③ 2 天 ⑦ 6 天 ④ 3 天 ⑧ 7 天
15. 您最常運動的地點為？ (單選) (續答下題)	① 學校 ② 家裡 ③ 公共運動空間(如公 園、社區遊樂場) ④ 校外運動場館 ⑤ 其他_____	① 學校 ② 家裡 ③ 公共運動空間(如公 園、社區遊樂場) ④ 校外運動場館 ⑤ 其他_____	① 學校 ② 家裡 ③ 公共運動空間(如公 園、社區遊樂場) ④ 校外運動場館 ⑤ 其他_____
16. 您最主要是跟誰一起運 動？(單選) (續答下題)	① 家人親戚 ② 朋友 ③ 同學 ④ 無(自己) ⑤ 其他_____	① 家人親戚 ② 朋友 ③ 同學 ④ 無(自己) ⑤ 其他_____	① 家人親戚 ② 朋友 ③ 同學 ④ 無(自己) ⑤ 其他_____
17-1. 您【學期中】每週累積運動時間(不含體育課)大約是多少分鐘？ (續答下題)	(百位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ (十位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ 分鐘 (個位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨		
17-2. 您【106 年寒假】每週累積運動時間大約是多少分鐘？ (續答下題)	(百位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ (十位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ 分鐘 (個位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨		
17-3. 您【106 年暑假】每週累積運動時間大約是多少分鐘？ (續答下題)	(百位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ (十位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ 分鐘 (個位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨		
18. 您覺得目前每週的運動時間是否足夠？(單選)(續答下題) ※說明：運動時間包括體育課上課時間。 ① 非常足夠 ② 足夠 ③ 普通 ④ 不足夠 ⑤ 非常不足夠			
19. 您最常從事的運動項目 為何？ (可複選，至多三項) (續答下題)	① 無從事任何運動 ② 排球 ③ 羽球 ④ 籃球 ⑤ 足球 ⑥ 棒壘球 ⑦ 桌球 ⑧ 自行車	⑨ 游泳 ⑩ 舞蹈(街舞、啦啦舞、創 造性舞蹈、運動舞蹈) ⑪ 高爾夫 ⑫ 網球 ⑬ 登山健行 ⑭ 滑輪運動(含直排輪、溜 冰、滑板)	⑮ 技擊運動(跆拳道、武 術等) ⑯ 跑步 ⑰ 民俗體育(毽子、扯 鈴、跳繩、風箏、陀螺) ⑱ 快走/爬樓梯 ⑲ 其他_____
20-1. 您最喜愛的運動種類 是哪一種類型？ (單選) (續答下題)	① 無從事任何運動 ② 球類運動(如籃球,羽球..) ③ 技擊運動類(如跆拳道,武術..) ④ 水上運動類(如游泳,潛水..) ⑤ 陸上運動類(如田徑,射箭..)	⑥ 舞蹈類(如現代舞,土風舞,國際標準舞..) ⑦ 民俗體育類(如扯鈴,跳繩..) ⑧ 戶外運動類(如登山,攀岩,滑輪運動..) ⑨ 棋藝、橋藝類(如圍棋,橋牌..) ⑩ 其他類_____	
20-2. 對於上述您選擇的運動種類，您覺得您對這項運動的熟悉程度為何？ (題項 20-1 選「無從事任何運動」免填此題)(續答下題) ① 非常有信心 ② 有信心 ③ 普通 ④ 沒信心 ⑤ 完全沒信心			
21. 支持您從事運動的最主要原因為？(單選)(續答下題) ① 家長贊同 ② 場地許可 ③ 時間充足 ④ 同伴鼓勵 ⑤ 增進技術 ⑥ 有成就感 ⑦ 身體因素 ⑧ 其他_____			
22. 阻礙您從事運動的最主要原因為？(單選) ① 家長反對 ② 場地不便 ③ 時間不足 ④ 同伴較少 ⑤ 技術不佳 ⑥ 無成就感 ⑦ 身體因素 ⑧ 經費因素 ⑨ 其他_____			

★請再檢查一遍有沒有漏答，謝謝您的合作！★





教育部 105 學年度學生運動參與情形調查問卷 (國小高年級)



各位同學您好：

本問卷的主要目的在於瞭解您過去一年運動參與的情形，以做為教育部研訂學校體育政策之參考。本調查結果並不會影響您的體育成績，且填答資料絕對保密，請您依實際情形確實填寫，謝謝您的合作與填答。

國立中山大學運動健康產業研究中心 謹上

填答說明：請依實際情形於下列各表格中畫記最符合現況的答案（原子筆或鉛筆均可填寫，請塗●勿打✓）：

範例	題 項	學期中	106 年寒假	106 年暑假
	每天是否累積運動 30 分鐘以上？	●是 ○否	●是 ○否	●是 ○否

一、基本資料：

- 性別： ① 男 ② 女
- 就讀年級： ① 五年級 ② 六年級
- 身高： ①② (百位數) 體重： ① (百位數)  
(公分) ①②③④⑤⑥⑦⑧⑨ (十位數) (公斤) ①②③④⑤⑥⑦⑧⑨ (十位數)  
①②③④⑤⑥⑦⑧⑨ (個位數) ①②③④⑤⑥⑦⑧⑨ (個位數)
- 是否就讀體育班(或為體育資優生)： ① 是 ② 否

二、運動參與現況

題 項	說 明
1. 您目前是否參加學校運動社團？ ① 是 (跳答第 3 題) ② 否 (續答第 2 題)	➤ 運動社團係指學校正式成立之運動性質社團 (包括課後社團)，在指導教師指導下進行活動，與校內外團隊進行區域性交流之社團。
2. 您未參加校內運動社團的原因為何？ (跳答第 4 題) ① 對參加運動社團沒有興趣 ② 沒有時間 ③ 想參加，但沒有開設，期望的運動社團為 _____ ④ 參加校外運動課程或社團 ⑤ 其他原因 _____	
3. 您目前參加的學校運動社團為 (可複選，至多三項) (續答下題) ① 網球 ② 羽球 ③ 籃球 ④ 足球 ⑤ 排球 ⑥ 桌球 ⑦ 棒壘球 ⑧ 游泳 ⑨ 登山 ⑩ 田徑 ⑪ 舞蹈類 ⑫ 啦啦隊 ⑬ 滑輪運動 ⑭ 民俗體育 ⑮ 技擊運動 ⑯ 其它 _____	➤ 舞蹈：包括熱舞、瑜珈、國標舞等。 ➤ 技擊運動：包括跆拳道、空手道、柔道、武術等。 ➤ 滑輪運動：包括直排輪、溜冰、蛇板等。
4. 您覺得學校運動社團開設的項目符合您的需求嗎？ (單選) (續答下題) ① 非常符合 ② 符合 ③ 普通 ④ 不符合 ⑤ 非常不符合	
5. 您目前是否參加學校運動代表隊(校隊)？ ① 是 (續答第 6 題) ② 否 (跳答第 7 題)	➤ 運動代表隊係指學校正式成立之運動性質團隊，由教練進行經常性訓練，並代表學校對外比賽。
6. 您目前參加的運動代表隊(校隊)為 (可複選，至多二項) (續答下題) ① 網球 ② 羽球 ③ 籃球 ④ 足球 ⑤ 排球 ⑥ 桌球 ⑦ 棒壘球 ⑧ 游泳 ⑨ 拔河 ⑩ 田徑 ⑪ 舞蹈類 ⑫ 啦啦隊 ⑬ 滑輪運動 ⑭ 民俗體育 ⑮ 技擊運動 ⑯ 其它 _____	➤ 舞蹈：包括熱舞、瑜珈、國標舞等。 ➤ 技擊運動：包括跆拳道、空手道、柔道、武術等。 ➤ 滑輪運動：包括直排輪、溜冰、蛇板等。 ➤ 民俗體育：包括毽子、扯鈴、跳繩、風箏、陀螺等。
7. 您過去一年參與運動競賽的情形？ (可複選) (續答下題) ① 未參加 ② 班際比賽 ③ 校際比賽 ④ 縣市比賽 ⑤ 全國性比賽 ⑥ 國際性比賽	➤ 過去一年：係指自填答日往前推一年。
8. 您目前平均每週上幾節體育課？ (單選) (續答下題) ① 1 節 ② 2 節 ③ 3 節 ④ 其他 _____ 節	➤ 指健康與體育領域的體育課程部分。
9. 您覺得您每週的體育課節數足夠嗎？ (單選) (續答下題) ① 非常足夠 ② 足夠 ③ 普通 ④ 不足夠 ⑤ 非常不足夠	
10. 您對體育課的喜歡程度如何？ (單選) (續答下題) ① 非常喜歡 ② 喜歡 ③ 普通 ④ 不喜歡 ⑤ 非常不喜歡，原因為何？ _____	
11. 您主要的上下學方式為何？ (單選) (續答下題) ① 走路 ② 騎自行車 ③ 搭公共運輸工具 ④ 家長接送 ⑤ 專車 ⑥ 其他 _____	➤ 專車：包括校車、安親班/補習班之交通車。
12. 您是否會騎自行車？ ① 是 (續答第 13 題) ② 否 (跳答下頁第 14 題)	
13. 您是由誰教導學會騎自行車？ (單選) (續答下題) ① 家長或親戚 ② 朋友 ③ 學校老師 ④ 同學 ⑤ 其他 _____	



※運動的定義：指有計畫、有目的地維持並促進體適能，且持續一段時間的身體活動。

題 項	學期中	106 年寒假	106 年暑假
14. 您平均每週運動幾天？ (一天至少累積 30 分鐘 以上才算)(單選) (續答下題)	① 0 天 ⑤ 4 天 ② 1 天 ⑥ 5 天 ③ 2 天 ⑦ 6 天 ④ 3 天 ⑧ 7 天	① 0 天 ⑤ 4 天 ② 1 天 ⑥ 5 天 ③ 2 天 ⑦ 6 天 ④ 3 天 ⑧ 7 天	① 0 天 ⑤ 4 天 ② 1 天 ⑥ 5 天 ③ 2 天 ⑦ 6 天 ④ 3 天 ⑧ 7 天
15. 您最常運動的地點為？ (單選) (續答下題)	① 學校 ② 家裡 ③ 公共運動空間(如公 園、社區遊樂場) ④ 校外運動場館 ⑤ 其他_____	① 學校 ② 家裡 ③ 公共運動空間(如公 園、社區遊樂場) ④ 校外運動場館 ⑤ 其他_____	① 學校 ② 家裡 ③ 公共運動空間(如公 園、社區遊樂場) ④ 校外運動場館 ⑤ 其他_____
16. 您最主要是跟誰一起運 動？(單選) (續答下題)	① 家人親戚 ② 朋友 ③ 同學 ④ 無(自己) ⑤ 其他_____	① 家人親戚 ② 朋友 ③ 同學 ④ 無(自己) ⑤ 其他_____	① 家人親戚 ② 朋友 ③ 同學 ④ 無(自己) ⑤ 其他_____
17-1. 您【學期中】每週累積運動時間(不含體育課)大約是多少分鐘？ (續答下題)	(百位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ (十位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ 分鐘 (個位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨		
17-2. 您【106 年寒假】每週累積運動時間大約是多少分鐘？ (續答下題)	(百位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ (十位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ 分鐘 (個位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨		
17-3. 您【106 年暑假】每週累積運動時間大約是多少分鐘？ (續答下題)	(百位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ (十位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ 分鐘 (個位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨		
18. 您覺得目前每週的運動時間是否足夠？(單選)(續答下題) ※說明：運動時間包括體育課上課時間。 ① 非常足夠 ② 足夠 ③ 普通 ④ 不足夠 ⑤ 非常不足夠			
19. 您最常從事的運動項目 為何？ (可複選，至多三項) (續答下題)	① 無從事任何運動 ② 排球 ③ 羽球 ④ 籃球 ⑤ 足球(含樂樂足球) ⑥ 棒壘球(含樂樂棒球) ⑦ 桌球 ⑧ 自行車	⑨ 游泳 ⑩ 舞蹈(土風舞、啦啦舞、 創造性舞蹈、運動舞蹈) ⑪ 體操(含健身操) ⑫ 足壘球 ⑬ 躲避球 ⑭ 滑輪運動(含直排輪、溜 冰、滑板)	⑮ 技擊運動(跆拳道、武 術等) ⑯ 跑步(含大隊接力) ⑰ 民俗體育(毽子、扯 鈴、跳繩、風箏、陀螺) ⑱ 快走/爬樓梯 ⑲ 其他_____
20-1. 您最喜愛的運動種類 是哪一種類型？ (單選) (續答下題)	① 無從事任何運動 ② 球類運動(如籃球,羽球..) ③ 技擊運動類(如跆拳道,武術..) ④ 水上運動類(如游泳,潛水..) ⑤ 陸上運動類(如田徑,射箭..)	⑥ 舞蹈類(如現代舞,土風舞,國際標準舞..) ⑦ 民俗體育類(如扯鈴,跳繩..) ⑧ 戶外運動類(如登山,攀岩,滑輪運動....) ⑨ 棋藝、橋藝類(如圍棋,橋牌..) ⑩ 其他類_____	
20-2. 對於前述您選擇的運動種類，您覺得您對這項運動的熟悉程度為何？ (題項 20-1 選「無從事任何運動」免填此題)(續答下題) ① 非常有信心 ② 有信心 ③ 普通 ④ 沒信心 ⑤ 完全沒信心			
21. 支持您從事運動的最主要原因為？(單選)(續答下題) ① 家長贊同 ② 場地許可 ③ 時間充足 ④ 同伴鼓勵 ⑤ 增進技術 ⑥ 有成就感 ⑦ 身體因素 ⑧ 其他_____			
22. 阻礙您從事運動的最主要原因為？(單選) ① 家長反對 ② 場地不便 ③ 時間不足 ④ 同伴較少 ⑤ 技術不佳 ⑥ 無成就感 ⑦ 身體因素 ⑧ 經費因素 ⑨ 其他_____			

★請再檢查一遍有沒有漏答，謝謝您的合作！★





教育部 105 學年度學生運動參與情形調查問卷 (國中)



各位同學您好：

本問卷的主要目的在於瞭解您過去一年運動參與的情形，以做為教育部研訂學校體育政策之參考。本調查結果並不會影響您的體育成績，且填答資料絕對保密，請您依實際情形確實填寫，謝謝您的合作與填答。

國立中山大學運動健康產業研究中心 謹上

填答說明：請依實際情形於下列各表格中畫記最符合現況的答案 (原子筆或鉛筆均可填寫，請塗●勿打✓)：

範例	題 項	學期中	106 年寒假	106 年暑假
	每天是否累積運動 30 分鐘以上？	●是 ○否	●是 ○否	●是 ○否

一、基本資料：

- 性別： ① 男 ② 女
- 就讀年級： ① 七年級 ② 八年級 ③ 九年級
- 身高： ①② (百位)  
(公分) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ (十位)  
① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ (個位)
- 體重： ① (百位)  
(公斤) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ (十位)  
① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ (個位)
- 是否就讀體育班(或為體育資優生)： ① 是 ② 否

二、運動參與現況

題 項	說 明
1. 您目前是否參加學校運動社團？ ① 是 (跳答第 3 題) ② 否 (續答第 2 題)	➤ 運動社團係指學校正式成立之運動性質社團 (包括課後社團)，在指導教師指導下進行活動，與校內外團隊進行區域性交流之社團。
2. 您未參加校內運動社團的原因為何？ (跳答第 4 題) ① 對參加運動社團沒有興趣 ② 沒有時間 ③ 想參加，但沒有開設，期望的運動社團為 _____ ④ 參加校外運動課程或社團 ⑤ 其他原因 _____	
3. 您目前參加的運動社團為 (可複選，至多三項) (續答下題) ① 網球 ② 羽球 ③ 籃球 ④ 足球 ⑤ 排球 ⑥ 桌球 ⑦ 棒壘球 ⑧ 游泳 ⑨ 登山 ⑩ 田徑 ⑪ 舞蹈類 ⑫ 啦啦隊 ⑬ 滑輪運動 ⑭ 民俗體育 ⑮ 技擊運動 ⑯ 其它 _____	➤ 舞蹈：包括熱舞、瑜珈、國標舞等。 ➤ 技擊運動：包括跆拳道、空手道、柔道、武術等。 ➤ 滑輪運動：包括直排輪、溜冰、蛇板等。
4. 您覺得運動社團開設的項目符合您的需求嗎？ (單選) (續答下題) ① 非常符合 ② 符合 ③ 普通 ④ 不符合 ⑤ 非常不符合	
5. 您目前是否參加學校運動代表隊(校隊)？ ① 是 (續答第 6 題) ② 否 (跳答第 7 題)	➤ 運動代表隊係指學校正式成立之運動性質團隊，由教練進行經常性訓練，並代表學校對外比賽。
6. 您目前參加的運動代表隊(校隊)為 (可複選，至多二項) (續答下題) ① 網球 ② 羽球 ③ 籃球 ④ 足球 ⑤ 排球 ⑥ 桌球 ⑦ 棒壘球 ⑧ 游泳 ⑨ 拔河 ⑩ 田徑 ⑪ 舞蹈類 ⑫ 啦啦隊 ⑬ 滑輪運動 ⑭ 民俗體育 ⑮ 技擊運動 ⑯ 其它 _____	➤ 舞蹈：包括熱舞、瑜珈、國標舞等。 ➤ 技擊運動：包括跆拳道、空手道、柔道、武術等。 ➤ 滑輪運動：包括直排輪、溜冰、蛇板等。 ➤ 民俗體育：包括毽子、扯鈴、跳繩、風箏、陀螺等。
7. 您過去一年參與運動競賽的情形？ (可複選) (續答下題) ① 未參加 ② 班際比賽 ③ 校際比賽 ④ 縣市比賽 ⑤ 全國性比賽 ⑥ 國際性比賽	➤ 過去一年：係指自填答日往前推一年。
8. 您目前平均每週上幾節體育課？ (單選) (續答下題) ① 1 節 ② 2 節 ③ 3 節 ④ 其他 _____ 節	➤ 指健康與體育領域的體育課程部分。
9. 您覺得您每週的體育課節數足夠嗎？ (單選) (續答下題) ① 非常足夠 ② 足夠 ③ 普通 ④ 不足夠 ⑤ 非常不足夠	
10. 您對體育課的喜歡程度如何？ (單選) (續答下題) ① 非常喜歡 ② 喜歡 ③ 普通 ④ 不喜歡 ⑤ 非常不喜歡，原因為何？ _____	
11. 您主要的上下學方式為何？ (單選) (續答下題) ① 走路 ② 騎自行車 ③ 搭公共運輸工具 ④ 家長接送 ⑤ 專車 ⑥ 其他 _____	➤ 專車：包括校車、安親班/補習班之交通車。
12. 您是否會騎自行車？ ① 是 (續答第 13 題) ② 否 (跳答下頁第 14 題)	
13. 您是由誰教導學會騎自行車？ (單選) (續答下題) ① 家長或親戚 ② 朋友 ③ 學校老師 ④ 同學 ⑤ 其他 _____	



※運動的定義：指有計畫、有目的地維持並促進體適能，且持續一段時間的身體活動。

題 項	學期中	106 年寒假	106 年暑假
14. 您平均每週運動幾天？ (一天至少累積 30 分鐘 以上才算)(單選) (續答下題)	① 0 天 ⑤ 4 天 ② 1 天 ⑥ 5 天 ③ 2 天 ⑦ 6 天 ④ 3 天 ⑧ 7 天	① 0 天 ⑤ 4 天 ② 1 天 ⑥ 5 天 ③ 2 天 ⑦ 6 天 ④ 3 天 ⑧ 7 天	① 0 天 ⑤ 4 天 ② 1 天 ⑥ 5 天 ③ 2 天 ⑦ 6 天 ④ 3 天 ⑧ 7 天
15. 您最常運動的地點為？ (單選) (續答下題)	① 學校 ② 家裡 ③ 公共運動空間(如公 園、社區遊樂場) ④ 校外運動場館 ⑤ 其他_____	① 學校 ② 家裡 ③ 公共運動空間(如公 園、社區遊樂場) ④ 校外運動場館 ⑤ 其他_____	① 學校 ② 家裡 ③ 公共運動空間(如公 園、社區遊樂場) ④ 校外運動場館 ⑤ 其他_____
16. 您最主要是跟誰一起運 動？(單選) (續答下題)	① 家人親戚 ② 朋友 ③ 同學 ④ 無(自己) ⑤ 其他_____	① 家人親戚 ② 朋友 ③ 同學 ④ 無(自己) ⑤ 其他_____	① 家人親戚 ② 朋友 ③ 同學 ④ 無(自己) ⑤ 其他_____
17-1. 您【學期中】每週累積運動時間(不含體育課)大約是多少分鐘？ (續答下題)	(百位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ (十位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ (個位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ 分鐘		
17-2. 您【106 年寒假】每週累積運動時間大約是多少分鐘？ (續答下題)	(百位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ (十位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ (個位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ 分鐘		
17-3. 您【106 年暑假】每週累積運動時間大約是多少分鐘？ (續答下題)	(百位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ (十位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ (個位) ① ② ③ ④ ⑤ ⑥ ⑦ ⑧ ⑨ 分鐘		
18. 您覺得目前每週的運動時間是否足夠？(單選)(續答下題) ※說明：運動時間包括體育課上課時間。 ① 非常足夠 ② 足夠 ③ 普通 ④ 不足夠 ⑤ 非常不足夠			
19. 您最常從事的運動項目 為何？ (可複選，至多三項) (續答下題)	① 無從事任何運動 ② 排球 ③ 羽球 ④ 籃球 ⑤ 足球(含樂樂足球) ⑥ 棒壘球(含樂樂棒球) ⑦ 桌球 ⑧ 自行車	⑨ 游泳 ⑩ 舞蹈(土風舞、啦啦舞、 創造性舞蹈、運動舞蹈) ⑪ 體操(含健康操) ⑫ 網球 ⑬ 登山健行 ⑭ 滑輪運動(含直排輪、溜 冰、滑板)	⑮ 技擊運動(跆拳道、武 術等) ⑯ 跑步(含大隊接力) ⑰ 民俗體育(毽子、扯 鈴、跳繩、風箏、陀螺) ⑱ 快走/爬樓梯 ⑲ 其他_____
20-1. 您最喜愛的運動種類 是哪一種類型？ (單選) (續答下題)	① 無從事任何運動 ② 球類運動(如籃球,羽球..) ③ 技擊運動類(如跆拳道,武術..) ④ 水上運動類(如游泳,潛水..) ⑤ 陸上運動類(如田徑,射箭..)	⑥ 舞蹈類(如現代舞,土風舞,國際標準舞..) ⑦ 民俗體育類(如扯鈴,跳繩..) ⑧ 戶外運動類(如登山,攀岩,滑輪運動..) ⑨ 棋藝、橋藝類(如圍棋,橋牌..) ⑩ 其他類_____	
20-2. 對於上述您選擇的運動種類，您覺得您對這項運動的熟悉程度為何？ (題項 20-1 選「無從事任何運動」免填此題)(續答下題) ① 非常有信心 ② 有信心 ③ 普通 ④ 沒信心 ⑤ 完全沒信心			
21. 支持您從事運動的最主要原因為？(單選)(續答下題) ① 家長贊同 ② 場地許可 ③ 時間充足 ④ 同伴鼓勵 ⑤ 增進技術 ⑥ 有成就感 ⑦ 身體因素 ⑧ 其他_____			
22. 阻礙您從事運動的最主要原因為？(單選) ① 家長反對 ② 場地不便 ③ 時間不足 ④ 同伴較少 ⑤ 技術不佳 ⑥ 無成就感 ⑦ 身體因素 ⑧ 經費因素 ⑨ 其他_____			

★請再檢查一遍有沒有漏答，謝謝您的合作！★

