

即時發布

新聞稿

「青年創研庫」公布「中學生對體育教育的意見和取態」研究報告

受訪中學生肯定學校體育教育價值，但運動量明顯落後世衛標準 逾八成喜歡上體育課；逾半數卻沒參與課餘體育活動 受訪者認為學校及家長重視不足，職業運動員難以維持生計 建議增加中學體育課時、舉辦運動周，加強培養學生運動興趣

香港青年協會青年研究中心成立的「青年創研庫」，今天（29日）公布有關「中學生對體育教育的意見和取態」研究結果。在全港隨機抽樣調查的520名中一至中六受訪學生中，三成半（35.2%）認為上體育課的最大得益是能夠強身健體，其次是紓緩壓力（25.8%）【表12】。另外，受訪學生傾向認同體育科能幫助建立正面人生態度，以10為最高分，平均為6.12分【表8】。

不過，研究結果亦發現，整體受訪學生平均的運動量明顯不足。他們每星期平均進行約2.2次高強度運動【表13】，平均每次進行約30分鐘中強度至高強度運動【表14】者；比起世界衛生組織的建議，即一星期7天、每天累積達60分鐘中等或以上強度的體能活動，以及同時在其中3天進行高強度體能活動的水平，仍然有一段距離。

上述意見調查以隨機抽樣方法，成功訪問全港520名現正就讀中學的學生，回應率為45.1%，樣本的標準誤低於±2.2%。研究亦分別進行了五個聚焦小組討論，共42名中學生參加。

研究結果顯示，逾八成（81.6%）受訪學生喜歡上體育課【表5】，主要原因是喜歡運動（62.6%）、有助放鬆心情（47.1%），以及有同學陪伴做運動（35.5%）【表6】。調查亦指出，逾三成（31.3%）受訪學生認為現時學校體育課的節數過少【表2】。有參與聚焦小組的受訪學生表示，撇除更衣時間，在校上體育課實際不足一小時，難以培養對運動的濃厚興趣。

研究顯示，以10分為非常同意，超過三成半（36.7%）受訪學生傾向認同（6至10分）香港學習環境並不鼓勵學生上體育課，略高於不認同（0至4分）者所佔的近三成（29.5%）【表11】。另有逾半數（50.5%）受訪中學生沒有參與運動類的課餘活動、培訓或興趣班【表15】；其中主要因素包括沒有時間（49.4%）、不喜歡運動（25.1%）和爭取讀書時間（19.3%）【表16】。

綜合聚焦小組訪談意見，有受訪中學生指出學校對體育的重視程度不足，且偏重學業成績和體育科的等級，甚至不時將體育課堂舉行講座或為學生補課。另外，他們表示學校體育資源和場地不足、運動設施破損，以及運動項目不夠多元化等情況，均影響學生做運動的意欲。

另一方面，研究發現整體受訪學生傾向認為本地職業運動員難以維持生計，以10分為最高計算，平均為6.09分【表22】。此外，八成半（85.0%）受訪中學生表示從未考慮與運動相關職業作為自己未來的事業發展【表18】，其中主要原因是對運動無興趣（47.1%）、擔心生計（32.8%），以及對運動行業缺乏信心（32.1%）【表20】。

青年創研庫「教育與創新」組成員葉梓聰表示，研究結果反映學生雖然喜歡上體育課，但課時不足，未能深化培養學生對運動的興趣。他引述報告**建議有關當局增加中學體育課時，由現時平均90分鐘，增至100至120分鐘，貼近其他地區水平，讓學生有充分時間接觸運動，並提升興趣。**

此外，**葉梓聰**認為，在成績主導的學習氣氛下，學生難以投入體育課或多做運動，**他建議學校舉辦運動周，讓家長和老師參與其中；另亦可考慮委任具知名度的本地運動員，擔任運動推廣大使，到校與學生分享經驗，加深學生對運動發展和相關產業的認識。**

另一成員**范中銘**表示，由於學生欠缺場地和設備發揮運動所長，他**建議政府、學校和各體育組織可合作，共享運動設施和資源**，讓學生在安全場地及較佳的運動設施下，積極參與運動或進行訓練。

青協青年研究中心成立的「青年創研庫」，由近百位本地青年專業人士與大專學生組成，平均年齡為27歲。透過以研究實證為基礎的討論、交流，創研庫成員提出政策建議，期望能為社會建言獻策。青年創研庫四項專題研究系列包括：「經濟與就業」、「管治與政制」、「教育與創新」，以及「社會與民生」。八位專家、學者應邀擔任創研庫的顧問導師，包括張子欣博士、黃元山先生、陳弘毅教授、倪以理先生、馮玉麟博士、陳維安先生、葉兆輝教授和葉志衡博士，並就各項研究提供意見。

—完—