

臺中市政府教育局

臺中市國中小普及化運動參與學生性別分析

113 年 5 月

壹、前言

臺中市政府教育局(以下簡稱本局)響應教育部體育署辦理全國國民中小學普及化運動方案，每學年度與臺中市國民中小學體育促進會合作，以「班級參與」為原則，並以「易學性」、「普及性」、「趣味性」、「安全性」為基本精神，規劃多項普及化運動競賽，種類包含國民小學躲避球、籃球、大跑步、跳繩、健身操、游泳，以及國中籃球、排球及大隊接力等，藉由普及化運動競賽的推廣，提供學生不同於學業表現的運動舞台，提高學生運動參與運動的動機、培養運動習慣並增進學生體適能表現。

西元 1981 年正式生效的〈消除對婦女一切形式歧視公約(CEDAW)〉第 10 條「各國應採取一切適當措施以消除對婦女的歧視，以保證婦女在教育方面享有與男子平等的權利，特別是在男女平等上的基礎保證」第(g)項：積極參加運動和體育的機會相同。行政院〈性別平等政策綱領〉亦指出：「性別平等是基本權利，每個人都應該被同等對待，並享有一切經濟、社會、文化、公民和政治權利，不因性別而有任何區別。」為提倡運動性別平權，臺中市教育局也於各項普及化運動競賽規程中明訂各項比賽下場人數的男女比例，鼓勵學生不分性別，都有在運動場上盡情發揮的機會。

立基於行政院〈性別平等政策綱領〉及〈消除對婦女一切形式歧視公約(CEDAW)〉，政府機關應採取積極作為增進男女性的權利平等。本局分析 109 至 112 學年度不同性別學生參與本市國中小普及化運動競賽之情形，並更進一步以質性方法探究男女性參與運動的動機，

企圖藉由更活潑、親近學生想法的方式，達到男女學生在參與運動人數平衡以外的效果。

貳、性別統計分析

為提升學生運動動機，幫助學生達成 SH150(每週在校運動時間 150 分鐘以上)目標，培養良好運動習慣並提升身體適能，本局推動多項普及化運動競賽，並重視全市國中小學生的參與率，每學年度進行參與人數資料蒐集。

本局辦理普及化運動競賽行之有年，每學年度確定辦理之項目受到水情、疫情等影響略有不同，例如 112、111 學年度本局辦理國民小學躲避球、籃球、大跑步、跳繩、健身操、游泳，以及國中籃球、排球及大隊接力共 9 項競賽；110 學年度則受新冠肺炎(Covid-19)疫情影響，僅辦理國小躲避球、跳繩及國中大隊接力等競賽；109 學年度因水情嚴峻暫停辦理國小普及化游泳競賽。以下性別統計分析以 109 至 112 學年度(108 年 8 月至 113 年 7 月)之報名資料進行參與學生性別分析，作為後續改進及推廣之參考方向。

一、109 至 112 學年度參加本市普及化運動競賽國中小學生人數

109 學年度因水情嚴峻，本市辦理國民小學普及化運動競賽項目包含：大跑步、跳繩、躲避球、籃球、健身操等 5 項，游泳比賽則停辦，參與人數計 15,927 人；國民中學普及化運動則包含大隊接力及籃球競賽，參賽人數計 6,240 人，109 學年度本市國中小參與普及化運動競賽總計 22,167 人。

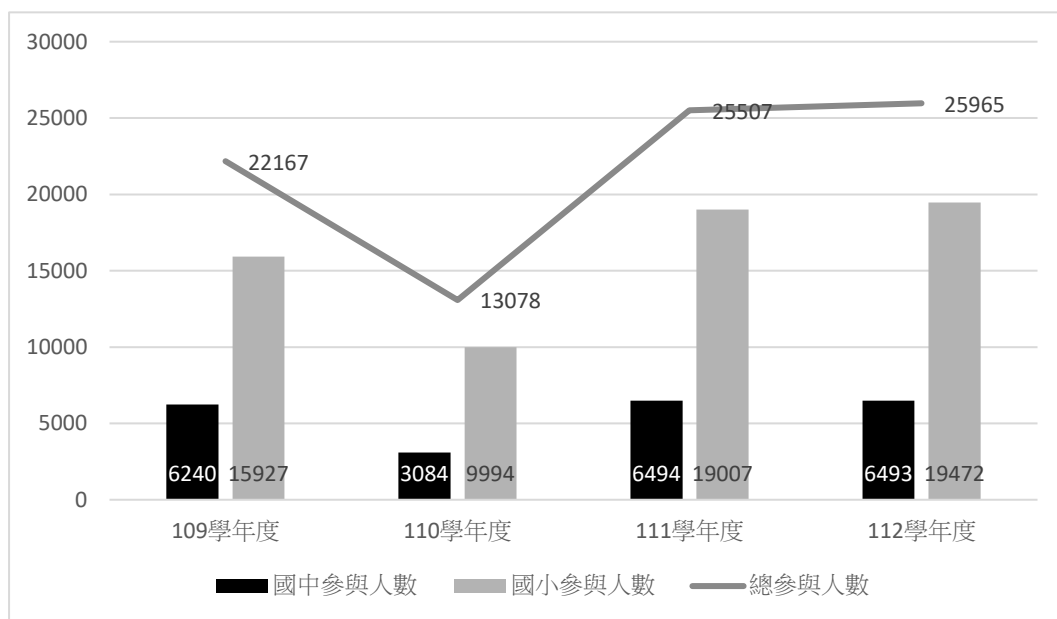
110 學年度受新冠肺炎(Covid-19)疫情影響本市辦理國民小學普及化運動競賽項目包含躲避球及跳繩，參與人數計 9,994 人；國民中學普及化運動項目則僅大隊接力 1 項，參與人數計 3,084 人，110 學年度國中小普及化競賽總參與人數 13,078 人。

111 學年度本市辦理 6 項國民小學普及化運動競賽，包含籃球、躲避球、大跑步、健身操、游泳及跳繩，參與人數計 19,007 人；國中辦理 3 項普及化運動競賽，包含籃球、排球及大隊接力，參與人數計 6,494 人，總參與人數 25,501 人。

112 學年度本市辦理 6 項國民小學及 3 項國民中學普及化競賽項目與 111 學年度相同，國小總參與人數 19,472 人，國中總參與人數 6,493 人，該學年度中小學總參與人數 25,965 人。

由 109 至 112 學年度人數統計資料顯示，總參與人數雖會受到當學年度疫情或水情影響而減少，整體仍有上升的趨勢。

圖 1、109 至 111 學年度本市國中小學生參與普及化運動競賽人數



二、109 學年度參與本市普及化運動競賽國中小學生男女比率

109 學年度本市辦理 5 項國民小學普及化運動競賽，參與人數共 22,167 人，其中女性參與人數 7,621 人，佔總參與人數 47.85%；男性參與人數 8,306 人，佔總參與人數 52.15%。

109 學年度辦理 2 項國民中學普及化運動競賽參與人數共 6,240 人，其中女性參與人數 3,139 人，佔總參與人數 50.30%；男性 3,101 人，佔總參與人數 49.70%。

由上資料，109 學年度參與本市普及化運動競賽，國小參與人數性別比例男性高出女性 4.3%，國中參與人數性別比例則是女性略高於男性(0.61%)。

圖 2、109 學年度國小學生參與普及化運動競賽男女比率

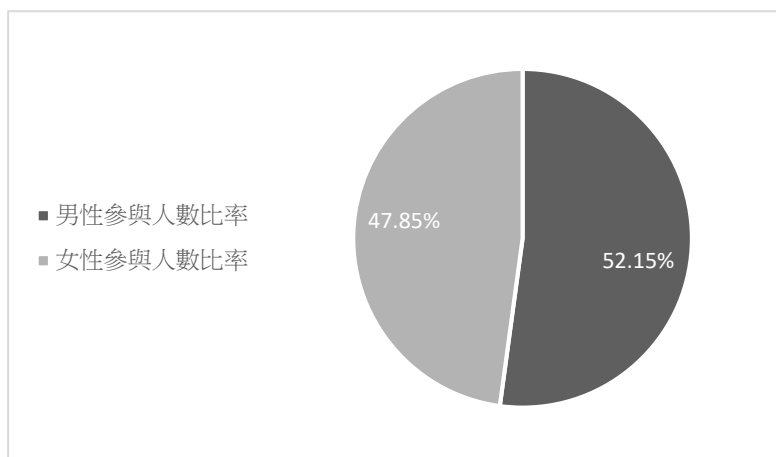
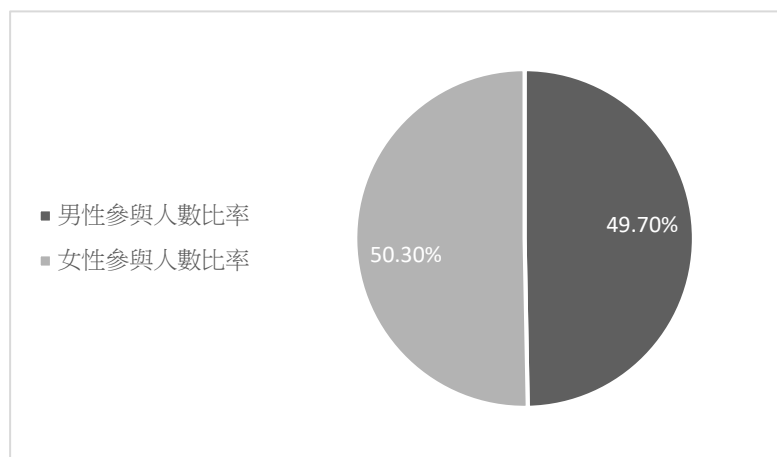


圖 3、109 學年度國中學生參與普及化運動競賽男女比率



三、110 學年度參與本市普及化運動競賽國中小學生男女比率

110 學年度受新冠肺炎(Covid-19)疫情影響，本市辦理 2 項國民小學普及化運動競賽，參與人數共 9,994 人，其中女性參與人數 4,748 人，佔總參與人數 47.51%；男性參與人數 5,246 人，佔總參與人數 52.49%。

110 學年度國民中學普及化運動競賽僅大隊接力 1 項，共 3,084 人參與，其中女性參與人數 1,490 人，佔總參與人數 48.31%；男性 1,594 人，佔總參與人數 51.69%。

由上資料，110 學年度參與本市普及化運動競賽，國中小參與人數性別比率皆以男性佔比較高，國小參與人數比例以男性比女性高出 4.98%，國中參與人數比例男性比女性高出 3.37%。

圖 4、110 學年度國小學生參與普及化運動競賽男女比率

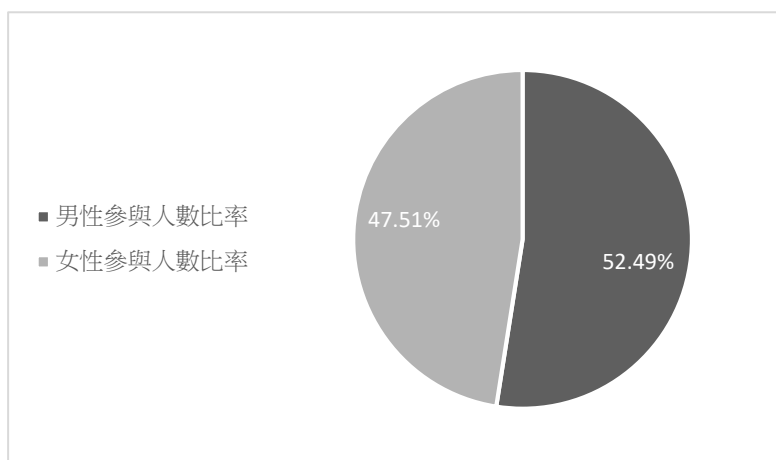
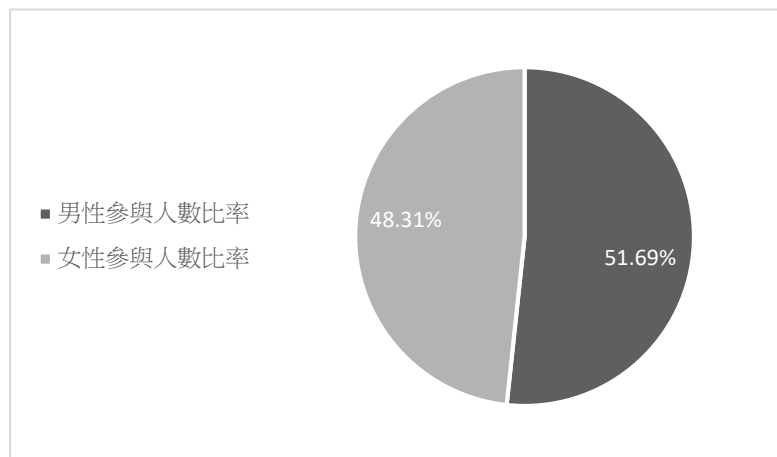


圖 5、110 學年度國中學生參與普及化運動競賽男女比率



四、111 學年度參與本市普及化運動競賽國中小學生男女比率

111 學年度本市辦理 6 項國民小學普及化運動競賽，參與人數共 19,007 人，其中女性參與人數 9,201 人，佔總參與人數 48.41%，男性參與人數 9,806 人，為總參與人數 51.59%。

111 學年度辦理 3 項國民中學普及化運動競賽，共 6,494 人參與，其中女性參與人數 3,183 人，佔總參與人數 49.01%；男性 3,311 人，佔總參與人數 50.99%。

由上資料，111 學年度參與本市普及化運動競賽，國中小參與人數性別比率皆以男性佔比較高，國小參與人數比例以男性比女性高出 3.18%，國中參與人數比例男性比女性高出 1.97%。

圖 6、111 學年度國小學生參與普及化運動競賽男女比率

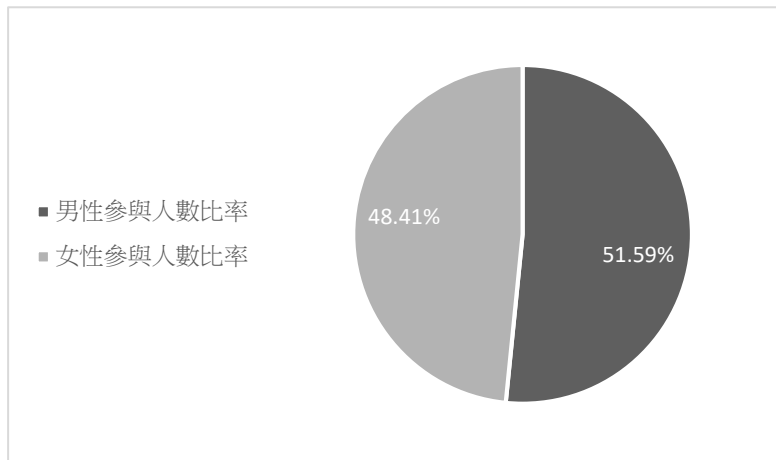
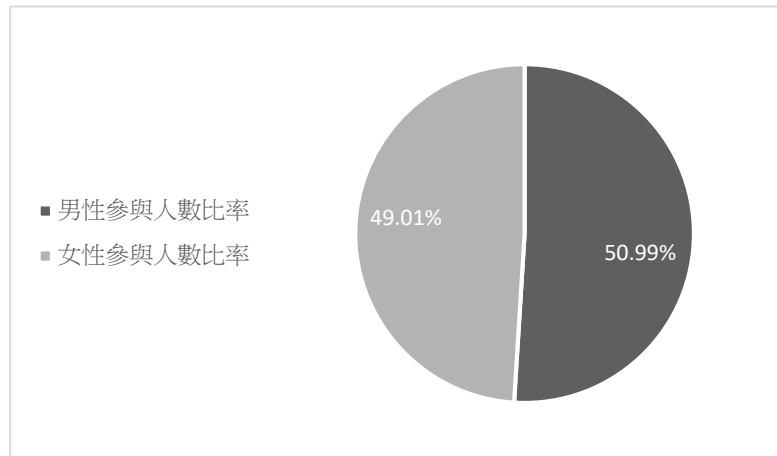


圖 7、111 學年度國中學生參與普及化運動競賽男女比率



五、112 學年度參與本市普及化運動競賽國中小學生男女比率

112 學年度本市辦理 6 項國民小學普及化運動競賽，參與人數共 19,472 人，其中女性參與人數 9,405 人，佔總參與人數 48.41%，男性參與人數 10,067 人，為總參與人數 51.70%。

112 學年度辦理 3 項國民中學普及化運動競賽，共 6,493 人參與，其中女性參與人數 3,181 人，佔總參與人數 48.99%；男性 3,312 人，佔總參與人數 51.01%。

由上資料，112 學年度參與本市普及化運動競賽，國中小參與人數性別比率皆以男性佔比較高，國小參與人數比例以男性比女性高出 3.40%，國中參與人數比例男性比女性高出 2.02%。

圖 8、112 學年度國小學生參與普及化運動競賽男女比率

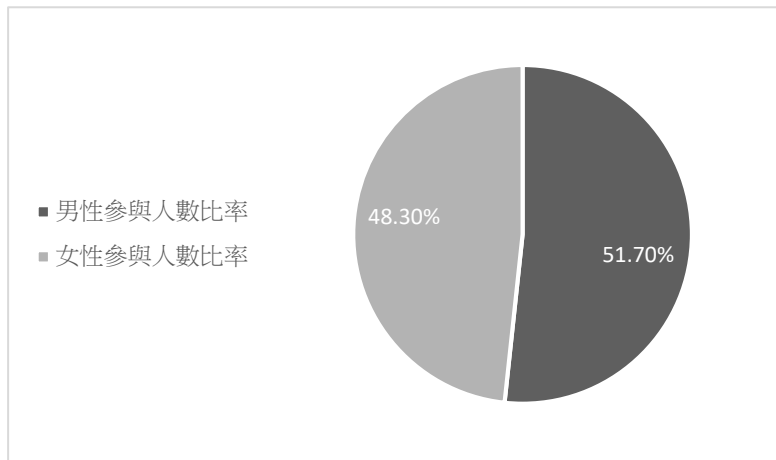
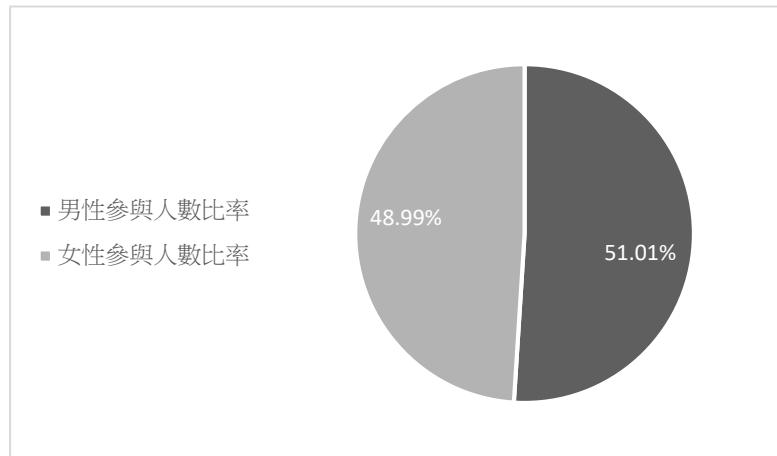


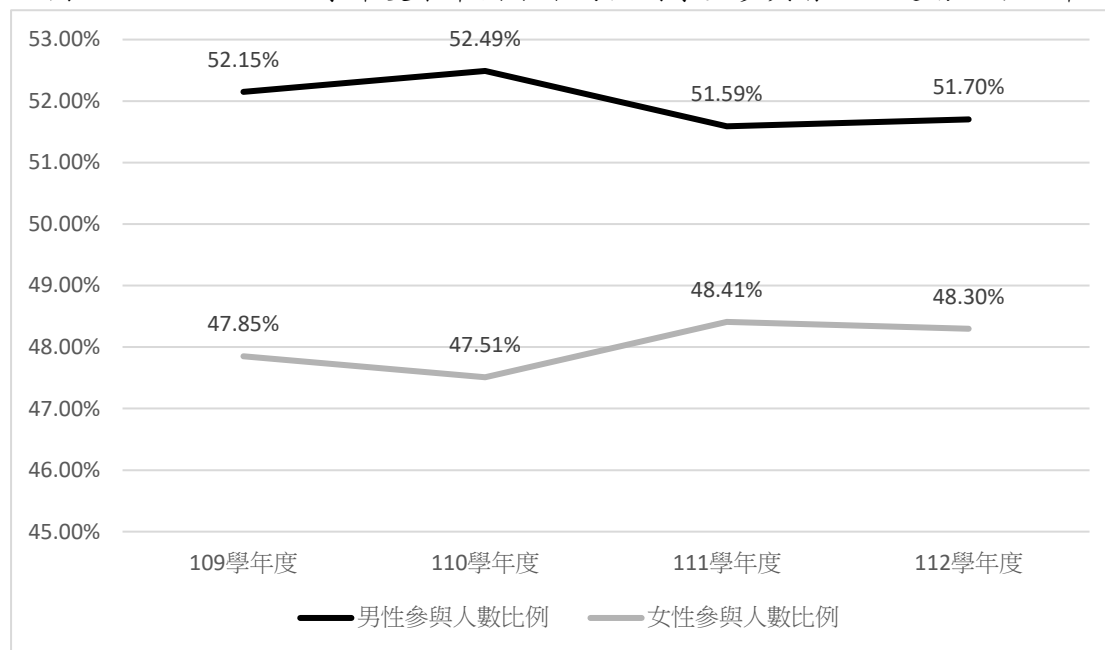
圖 9、112 學年度國中學生參與普及化運動競賽男女比率



六、109 至 112 學年度本市國小不同性別學生參與普及化運動趨勢

109 至 112 學年度，本市參與普及化運動競賽的國小學生中，參與比例皆以男性高於女性，以 110 學年度差距最大，男性參與學生比例高出女性參與學生比例 4.98%；111 學年度男女性參與人數比例相差最小，差距 3.18%。整體而言，男女性學生參與普及化運動競賽人數比例越趨接近。

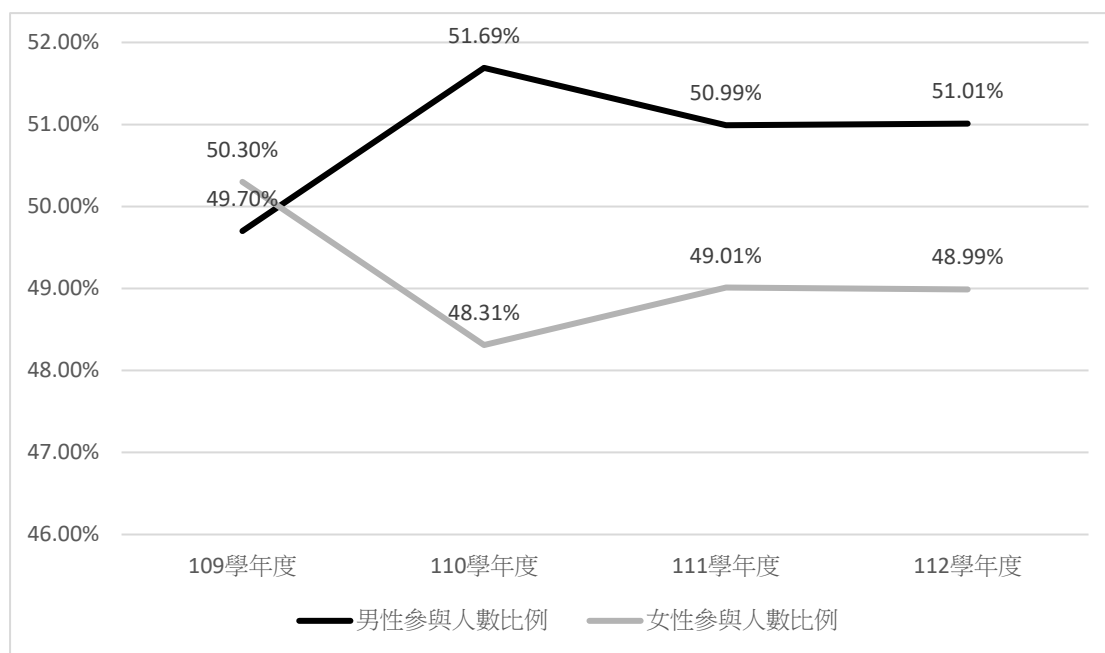
圖 10、109 至 112 學年度本市國小不同性別學生參與普及化運動人數比率



七、109 至 112 學年度本市國中不同性別學生參與普及化運動趨勢

109 至 112 學年度，本市不同性別參與普及化運動競賽的國中學生，以 110 學年度差距最大，男性參與學生比例高出女性參與學生比例 3.37%；109 學年度男女性參與人數比例相差最小，且以女性佔比較高，女性參與人數比例高出男性 0.61%。整體而言，男性參與人數比率有升高的趨勢。

圖 11、109 至 112 學年度本市國中同性別學生參與普及化運動人數比率



八、小結

綜上分析，109 至 112 學年度本市國民中小學不同性別學生參與普及化運動競賽人數比率，除 109 學年度國中普及化運動競賽中以女性參與人數比例較男性高，其餘統計資料皆以男性學生參與比例較女性更高。

總體而言，本市國中小女性學生參與普及化運動競賽皆達 47.51% 以上，國中小學男女性學生參與普及化運動比率接近而無明顯差異，推測原因為本局為落實並提倡運動性別平權，於各項普及化運動競賽規程內明訂參與競賽之不同性別最低參與人數，如國小躲避球、國中小籃球及國中大隊接力比賽要求女性參與人數須佔 1/2 以上，又為求順利推動，國小大跑步、跳繩、游泳、健身操及國中排球比賽則規定女性人數須佔下場人數 1/3 以上。

雖然性別分析統計反映了本局推動普及化運動性別參與比率平等的數據，但參考多項研究(陳志清，2006；徐珊惠，2020；陳漢棻，2022)，皆指出女性運動參與意願受限於社會文化對性別的刻板印象，使女性擔心參與運動與其理想的女性形象出現衝突。柯溫蒂(2024)亦

指出，運動現場的性別比例及根深蒂固的性別文化依舊難以改變，男女運動員間運動氣氛的差異仍存在。謝曠宇(2024)研究也發現女性運動員在媒體中所呈現之形象，仍無法擺脫固有的偏見與性別刻板印象。本局雖於各普及化競賽規程內明訂男女下場參賽人數之量化限制，卻難以破解不同性別學生對自我運動的身體意象受到性別刻板印象、社會價值觀影響，因此規劃以質性方法介入，提升女性學生參與普及化運動競賽的正向身體意象，並減少性別刻板印象影響不同性別學生參與運動競賽。

參、規劃及目標

回應〈消除對婦女一切形式歧視公約(CEDAW)〉第 10 條：政府應採取一切適當措施以消除對婦女的歧視，以保證婦女在教育方面享有與男子平等的權利。為鼓勵本市國中小女性學生投入普及化運動競賽，提升其運動興趣，使其身體適能進步並維護身體健康，本局於推動各項普及化運動競賽中，明訂女性最低參與人數之比例，落實運動性別平等。

透過前述分析資料分析可知，本局於普及化運動競賽中推動運動性別平權採取有效的方法，使男女參與比例趨於平衡。然而受到性別刻板印象、「運動應以男性為主角」等社會潛意識，本市國中小參與普及化運動競賽的女性學生人數仍幾乎年年低於男性。針對女性學生參與運動可能遭遇的性別處境，本局用質性、易親近且符合時代趨勢的方法，促進女性學生參與運動，以提高本市國中小女性參與普及化運動競賽的正向身體意象為目標研擬以下方案如下表 1，並分述如下。

表 1、提升臺中市國中小女性參與普及化運動競賽的正向身體意象方案

序號	方案名稱	性別處境	方案內容
方案 1	推行普及化運動競賽	運動中的性別刻板印象，影響女性從事	推行普及化運動競賽兩性 MVP(最有價

	MVP(Most Valuable Player)(最有價值球員)	運動時缺乏自信、害怕成功及低自我效能等。	值球員)，塑造兩性正面運動形象，鼓勵女性參與運動並積極表現。
方案 2	以網路媒體推廣參與運動競賽相關的女性學生形象圖文	女性較少因從事運動而有曝光的機會，且其受曝光的形象也較少被正面呈現。	於學生及民眾常用來接收資訊媒體，宣傳推廣女性運動的正面形象，帶動大眾欣賞女性運動的健康美。
方案 3	於網路媒體發佈與女性體育楷模形象圖文，提供模仿對象	體育教學應推動運動性別平等，且女性體育教師應為學生學習性別平等的楷模，然性別平等教育於體育課程中未受到重視。	積極推薦學校體育教學教師參與性別平等相關研習，提供進修機會，並於官網等媒體分享學校運動教師、教練作為女性運動楷模的經驗分享。

一、方案一：推行普及化運動競賽 MVP(最有價值球員)

參與運動常受到性別刻板印象影響，影響其對運動的態度，造成女性從事運動時缺發自信、害怕成功及低自我效能等影響，王宗吉(2000)指出社會對於運動參與的鼓勵多半較針對男生，原因來自於運動所代表的形象與價值觀似乎更符合傳統上對於男性的要求；而女性較少被鼓勵參與體育活動，其因素則來自於運動的形象不符合社會對女性的期待。運動性別刻板印象使女性不願意積極參與運動，甚至對運動有排斥感。

針對以上女性參與運動受到刻板印象影響的性別處境，規劃推動「普及化運動競賽男生、女生 MVP(Most Valuable Player)」，塑造男女性運動正面運動形象，鼓勵女性在運動過程中勇敢、積極表現自我，扭轉女性在運動中不受歡迎的處境，創造女性的運動舞台。

二、方案二：以網路媒體推廣參與運動競賽相關的女性學生形象圖文

受到「運動以男性為主角」的潛意識，從事運動的女性較少有曝光機會，且曝光的形象也較少被以正面方式呈現，如「健壯」一詞用於形容女性，會被認為是負面形象。曾荃鈺(2010)指出，女性運動員在運動場上優異的表現較少被報導，可能來自於大眾認為女性選手較男性的技術水準低、競賽強度有落差及比賽張力不夠等原因。謝曠宇(2024)指出，對於性別角色在運動場上的塑造，或是傳媒的行銷手法中，仍以強調容貌與身材多過去競技場上的表現與成就，以致充斥著刻板印象。

為打破以男性為主的運動廣告迷思，針對以上女性參與運動可能受到的社會刻板印象及潛意識限制，規劃以較易親近學校親、師、生的傳播媒體推廣，於本局官方粉絲專頁發佈參與普及化運動競賽的女性學生相關故事、正面形象，使學校、家長、學生能以欣賞的眼光，發現女性運動的健康美。

三、方案三：於網路媒體發佈與女性體育楷模形象圖文，提供模仿對象

為響應教育部體育署推動 SH150(每週在校運動時間達 150 分鐘以上)政策，本局積極推動體育教學及校園運動活動等。體育教學做為學校教育的一環，也是倡導運動性別平等的推手。陳晉如(2013)指出，體育課要破除性別角色刻板化，應從體育教師的課程內容與言行舉止開始，以及女性學生對自我運動價值的改觀。

女性體育教師作為學生對於兩性運動參與的模仿對象，本局規劃積極推薦體育教師參加性別平等相關研習，提升體育教師對於運動中性別平等教育知能。本局並規劃分享女性學生參與運動的相關訊息，及於官方粉絲專業等媒體分享學校女性體育教師、教練的故事及正面形象圖文，作為女性運動楷模的經驗分享與傳承，藉此提供學生學習的楷模，提升女性學生對參與運動的正向身體意象，促進女性學生模仿並投入運動。

四、方案分析及建議

針對以上「提升本市國中小女性參與普及化運動競賽的正向身體意象」研擬之方案，分3項評量指標：「方案實施對象及範圍」、「方案實施成本」及「方案實施效益」，比較分析(如表二)並提出建議，分述如下。

表二、「提升臺中市國中小女性參與普及化運動競賽的正向身體意象」方案比較分析表

評量指標	方案 1	方案 2	方案 3
方案實施對象、範圍	本市參與普及化運動競賽之學校及其班級師生。	使用官方及社群網站之本市市民、親師生。	本市體育相關教師及使用官方及社群網站之本市市民、親師生。
方案實施成本	頒發單一性別 MVP 獎狀(品)之費用。	1. 宣傳圖及文字之專業團隊費用。 2. 訪談女性運動員、女性體育教師教練的時間。	1. 體育教師參與增能研習之經費與時間。 2. 宣傳圖及文字之專業團隊費用。

<p>方案實施 效益</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 即時呈現運動正面形象人物。 2. 選擇與普及化競賽直接相關的正向形象女性，使參賽者共感其榮耀，提升女性對自我運動的正向身體意象。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 選擇與普及化競賽相關的正向形象女性，宣傳之觸及範圍包括觀賽者、參賽者。 2. 提供正向女性運動形象之描述，為其他運動競賽之範本，提升女性對自我運動的正向身體意象。 	<ol style="list-style-type: none"> 1. 透過本市中小學體育相關教師，形塑校園運動性別平等之氣氛。 2. 使用網路媒體宣傳之觸及範圍計對象較廣泛。 3. 提供正向女性運動楷模，促進兩性思考並學習女性運動之重要性，提升女性對自我運動的正向身體意象。
--------------------	--	---	---

(一) 方案實施對象及範圍

方案一「推動普及化運動競賽 MVP」，其對象及範圍針對該學年度參與該項普及化運動競賽的學生為主，可以強化參與普及化運動競賽學生之間參與運動的動機，創造學生之間熱門話題，但對於未參與該學年度普及化運動競賽的學生，則較難產生宣傳推廣的效果。相較之下，方案二及三實施對象及範圍更大，透過網路媒體，官方粉絲專頁推動對象可擴及學生、家長及教師，甚至全體臺中市民皆能獲知相關資訊。

(二) 方案實施成本

方案一「推動普及化運動競賽 MVP」之實施成本包括頒發男女性學生 MVP 獎狀、獎勵品等費用，方案二及三的實施成本則包含訪談女性運動員、女性體育教師教練的時間，以及聘請宣傳文字及圖片製作的專業團隊的經費。

（三） 方案實施效益

方案一「推動普及化運動競賽 MVP」於賽後即時頒獎，可以即時呈現運動正面形象人物，使參與該學年度項目普及化運動競賽的女性學生有更直接、強烈的感受，共感其榮耀，並增加其參與運動的意願。方案二及三則提供所有接觸網路媒體的民眾正向的女性運動形象，實施範圍更廣。整體而言，三個方案皆有益於提升女性對自我運動的正向身體意象。

（四） 方案選定及建議

綜上分析比較，方案二及三提供關注普及化運動賽事的所有親師生正向運動形象，除促進兩性思考女性參與運動的重要性，亦提供運動表現佳的女性運動員，及女性體育教師、教練學生作為運動楷模，提升女性對自我運動的正向身體意象。

本案建議針對前述性別分析統計結果及方案執行，規劃參考李翊熏(2018)及陳漢茶(2024)研究女性參與運動之身體意象，編列問卷並針對本市國中小學生進行前後測調查，以檢核實施方案是否有效改善本市國中小女性學生對參與運動的身體意象。

肆、 結語

經多年辦理及推廣，本局辦理普及化運動競賽已為臺中市內各中小學所知，總參與人數逐年增加中。本局於推動普及化運動競賽之初即重視兩性運動平權，於規程中明訂單一性別最低參與人數，有效鼓勵兩性共同參與運動競賽。

為積極推動女性學生更投入普及化運動競賽，本局研擬方案，規劃以容易親近學生、民眾的網路媒體宣傳女性正面運動形象，及推動提升學校體育教師運動中的性別平等教育知能，期望扭轉學校及社會中對於女性運動的刻板印象和潛意識，以正面的角度欣賞女性投入運動中的認真美、健康美，藉此提升女性學生投入運動的動機，提升女性學生參與運動的正向身體意象，養成良好運動習慣並維持身體健康。

引用文獻

陳漢茶(2023)。女性健身運動參與程度對性別刻板印象、身體意象與運動參與動機之關係研究。未出版碩士論文，大葉大學運動健康管理學系，彰化縣。

王宗吉(譯)(2000)。運動社會學臺北：洪葉文化。(Nixon II, H. L. & Frey, J. H., 1946)

陳晉如(2013)。體育教師宜關注體育課中的性別意識。學校體育138期。