

樹人醫護專科學校學生參與校慶路跑活動之重視度、 滿意度探討

The Discussion on the Importance and Satisfaction of the Students' Participating in the School Celebration Road Race at Shuren Medical College

蔡淳總 *Chun-Yi Tsai*

樹人醫護管理專科學校 體育運動組 講師

張蕙麟 *Hui-Lin Chang*

高苑科技大學 休閒運動管理系 副教授

摘要

本研究旨在了解醫護專校學生參與校慶路跑活動對重視度、滿意度之差異性分析，以自編「醫專學生對路跑活動重視度、滿意度量表」為研究工具。採立意抽樣，問卷發出 340 份，回收 332 份，剔除無效問卷 17 份，有效問卷共計 315 份 (94.88%)。經統計分析後，結果顯示：一、醫護專校學生對路跑活動重視度、滿意度最高得分前三名均在個人利益因素之培養肢體能力、自我挑戰及對路跑整體活動感覺。二、不同性別受試者在滿意度之個人利益因素，女性高於男性，其餘重視度、滿意度各因素及整體差異未達顯著。三、不同年級受試者在重視度之個人利益、滿意度之個人利益及整體性，年級愈高重視度、滿意度愈高，反之愈低。四、不同運動習慣受試者在重視度、滿意度各因素及整體性，有規律運動者高於無運動者。

關鍵詞：路跑活動、重視度、滿意度

本文引用：蔡淳總、張蕙麟(2021)。樹人醫護專科學校學生參與校慶路跑活動之重視度、滿意度探討。休閒運動健康評論，10(1)，86-97。

通訊作者：張蕙麟

聯絡地址：82146 高雄市路竹區中山路 1821 號

聯絡電話：0919151019

E-mail：tf0037@cc.kyu.edu.tw

ABSTRACT

The purpose of this research is to understand the difference analysis of the importance and satisfaction of medical school students participating in school celebration road running activities. The self-compiled "Medical School Students' Value and Satisfaction Scale for Road Running Activities" is used as a research tool. Sampling intentionally 340 questionnaires were sent out, 332 were retrieved, 17 invalid

questionnaires were eliminated, and a total of 315 valid questionnaires (94.88%) were obtained. After the statistical analysis, the results show that: 1. The top three students in the medical school pay attention to road running activities and have the highest satisfaction scores. All of them are in the cultivation of physical ability, self-challenge and overall feeling of road running activities. 2. In terms of personal benefit factors of satisfaction of subjects of different genders, women are higher than men, and the other factors of importance, satisfaction, and overall differences are not significant. 3. Subjects of different grades value personal interests, personal interests of satisfaction, and integrity. The higher the grade, the higher the degree of satisfaction, and vice versa. 4. Subjects with different exercise habits have higher emphasis on various factors, satisfaction, and integrity, and those who exercise regularly are higher than those who do not exercise.

Keywords: Road running activities, importance, satisfaction.

壹、緒論

一、研究背景與動機

黃妙雲、謝明蓉 (2005) 指出，每天花幾個鐘頭「運動」，會使民眾在生活過程中所承受的壓力得到一點釋放，因為在從事運動的過程中，會產生令人「快樂」的荷爾蒙腦內啡 (endorphin)，具自然排除壓力，帶來快樂的效果。許南榕、黃娟娟 (2016) 指出，馬拉松選手在經過漫長的比賽，原本極端痛苦的身體忽然變得十分輕盈，並開始產生充實和滿足的歡愉感，這正是腦內啡分泌之後的影響。路跑活動最早於 1978 年在王惕吾先生與紀政女士這兩股來自政治界及體育界的市大推動力之下開始扎根，現在全國各地都在舉辦各式不同距離、路線的路跑活動 (陳仁祥，2014)，已逐漸帶動起國人參與路跑運動風氣 (吳永發，2006)。

近年來，國人藉由體育健身的需求，透過簡單運動改善生活品質與調適心態的模式，運動參與人口穩健維持八成以上 (教育部體育署，2016)。現今台灣已經掀起一股運動的熱潮，在校園、公園、運動場及街道上，都可以看見許多熱愛路跑的民眾，它是一項平民化的運動，同時也是最經濟、最有效率、不受時間、空間和年齡限制的運動項目 (朱素鑾、卓世鏞，2004)。Romanov (2004) 指出跑步有著令人著迷的魅力，古代希臘格言留有這樣一段話：「如果你想要健康—跑吧！如果你想要俊美—跑吧！如果你想要聰慧—跑吧！」。他們把它反應在對運動的熱愛和藝術文化之中，在古希臘古陶上的跑者圖像，甚至可以看出跑步深植在他們內心裡的情感與美學價值 (連央毅，2013)。黃弘欽、何信弘、張少熙 (2015) 指出，跑步不再只是一項運動，同時也是結合社交、觀光、旅遊、甚至展現自我的舞台，不只能提供參與者促進健康的效果，同時也滿足了參與者的成就感，提升自我效能，增進家庭情感的聯繫與趣味性的效果。

教育部體育司 (2002) 指出「學校體育新願景，一、二、三希望工程」，包括：一人一運動、一校一團隊、每年提昇學生體適能 2%及每年提昇學生規律運動人口 3%之具體願景 (洪嘉文, 2002)。由此可知，體育運動從小扎根，由學校教育做起，是現在教育需重視的一環。

消費者在行前都會存在消費期望，也就是「重視的心理期望」，「消費者滿意」決定於某種特定的購買行為學之評價，而滿意度是顧客對產品服務後所有的整體評價 (Patrik, 2006)。熊崇秀 (2011) 指出重視度指受測者對於有關特定行為或論點的期待滿意度，運用期望－實際滿意度來評估受測者對該行為或論點的期待，也評估實際的滿意度。

多數學校為了提昇校園運動風氣，推廣全校教職員工生健康運動概念，藉由路跑活動增進全校教職員工生之間的交流。樹人醫專從民國 79 年已連續舉辦 30 年的全校校慶路跑活動，人數亦逐年增加，筆者以民國 109 年舉辦的校慶愛校路跑活動做為研究調查對象，全校一至三年級，除去請假人員，其餘一律報名參加，而四、五年級因有校外實習，故採自由報名參加，藉此了解參與者之重視程度與賽後滿意程度，研究結果可作為日後再舉辦之改進參考依據，是為本研究動機。

二、研究目的

本研究目的如下：

- (一)了解受試者對校慶路跑活動重視度與滿意度概況。
- (二)探討不同性別受試者對校慶路跑活動重視度與滿意度之差異性。
- (三)探討不同年級受試者對校慶路跑活動重視度與滿意度之差異性。
- (四)探討不同運動習慣受試者對校慶路跑活動重視度與滿意度之差異性。

貳、研究方法

一、研究對象

本研究以樹人醫專 109 年 12 月 5 日舉辦之校慶系列活動全校愛校路跑全體學生為對象，研究者採立意抽樣，問卷發出 340 份，回收 332 份，剔除無效問卷 17 份，有效問卷共計 315 份 (94.88%)。

二、研究工具

本研究係參考相關理論架構、研究文獻以及相關領域的研究工具後，再依據本研究目的之需求及測量構面編制問卷題目，並參考黃建超 (2011)、熊崇秀 (2011)、黃伶怡 (2015)、李盈達、黃啟明、李明興 (2015)、林勇志 (2018)、吳金海 (2019)、白承皓 (2019)、林玉芬 (2020) 等學者之研究量表而自編之「醫專學生對路跑活動重視度、滿意度量表」，量表經項目分析 $t = 4.07 \sim 7.63$ ($p < .05$)，因素分析分為「學校籌劃」、「場地設施」、「個人利益」等因素，各分量表Cronbach's α 係數為 .84

~.88，總量表Cronbach's α 係數為 .90，顯示本量表具有內部一致性。

三、資料處理

本研究所得資料以 SPSS 18.0 中文版進行統計分析，方法如下：

- (一) 以描述統計計算受試者各題填答之百分比、排序及量表得分之平均數、標準差。
- (二) 以獨立樣本 t 考驗檢定自變項兩組間之差異性。
- (三) 以單因子變異數分析 F 考驗檢定自變項三組以上之差異性，差異達顯著水準，則以薛費法作事後比較。
- (四) 本研究之顯著水準定 $\alpha = .05$ 。

參、結果分析與討論

一、受試者基本資料描述

由表 1 顯示，本研究受試者男性 125 人 (39.68%)、女性 190 人 (60.32%)，因本校為醫護專科學校，全校以女生居多。一年級 70 人 (22.22%)、二年級 80 人 (25.40%)、三年級 73 人 (23.17%)、四年級 52 人 (16.51%)、五年級 40 人 (12.70%)，因四、五年級學生有校外實習，參與者大都是對路跑有興趣者。運動習慣部份以每週運動 1~2 次者 188 人 (59.68%)最多、每週運動 3~4 次者 63 人 (20.00%)其次、都不運動者 34 人 (10.79%)、每週運動 5 次以上者 30 人 (9.52%)最少。

表 1 受試者基本資料描述統計 N=315

人口變項	組	別	樣本數	百分比
性別	男	性	125	39.68%
	女	性	190	60.32%
比賽等級	一	年級	70	22.22%
	二	年級	80	25.40%
	三	年級	73	23.17%
	四	年級	52	16.51%
	五	年級	40	12.70%
	無		34	10.79%
運動習慣	每週運動 1~2 次		188	59.68%
	每週運動 3~4 次		63	20.00%
	每週運動 5 次以上		30	9.52%

二、受試者對教練領導行為及自覺訓練效果之概況分析

由表 2 顯示，受試者對路跑活動重視度總平均數為 4.02，低於滿意度總平均數 4.06，而在重視度平均數的排名以「參與路跑活動可以培養肢體能力」第一、「參與路跑活動可以挑戰自己」第二、「我對路跑活動的整體感覺」第三，而以「比賽成績之公佈迅速正確」倒數第一、「路跑活動場地安排得適當」倒數第二、「我對路

跑活動環境整潔」倒數第三。在滿意度平均數的排名以「我對路跑活動的整體感覺」第一、「參與路跑活動可以挑戰自己」第二、「參與路跑活動可以培養肢體能力」第三，而以「比賽成績之公佈迅速正確」倒數第一、「比賽現場指示標誌的正確性」倒數第二、「我對學生休息區之安排」倒數第三。由此可知，學生認為在參與全校路跑是愉快的，對學校安排的整體性是滿意且認同的，認為路跑活動會帶給他們的實質意義會讓他們身體健康，而養成自己規律的運動習慣。至於較不滿意的幾點更是學生寶貴的意見，可作為下次舉辦的改進參考意見。

表 2 受試者對路跑活動重視度、滿意度之描述統計表

題目	重視度			滿意度		
	M	SD	排序	M	SD	排序
1 路跑活動報名方法簡單方便	4.29	0.75	4	4.27	0.67	5
2 路跑活動開幕典禮流程順暢	4.01	0.83	10	3.90	0.77	15
3 路跑活動設計符合學生需求	4.17	0.81	6	4.08	0.73	9
4 路跑活動主題吸引學生	3.90	0.88	13	3.88	0.88	16
5 路跑活動服務人員之表現	4.05	0.77	9	4.15	0.68	7
6 比賽成績之公佈迅速正確	3.56	0.90	20	3.76	0.90	20
7 我對路跑活動之宣傳	3.96	0.74	11	4.06	0.66	10
8 路跑活動場地安排得適當	3.74	0.90	19	3.84	0.93	17
9 比賽現場之廣播清楚	3.86	0.85	15	4.00	0.74	12
10 比賽場地安全性很高	3.88	0.81	14	4.30	0.59	4
11 比賽現場指示標誌的正確性	3.94	0.84	12	3.79	0.83	19
12 比賽現場沿路之補給站	4.20	0.57	5	3.93	0.77	14
13 我對學生休息區之安排	3.80	0.93	17	3.81	0.78	18
14 我對路跑活動環境整潔	3.77	0.79	18	4.02	0.80	11
15 參與路跑活動可以培養肢體能力	4.44	0.55	1	4.36	0.60	3
16 參與路跑活動可以享受本身的樂趣	4.10	0.85	7	4.21	0.73	6
17 參與路跑活動可以挑戰自己	4.41	0.60	2	4.38	0.62	2
18 參與路跑活動可以結交新朋友	3.82	0.89	16	3.96	0.84	13
19 參與路跑活動可以實現自我目標與理想	4.08	0.63	8	4.11	0.60	8
20 我對路跑活動的整體感覺	4.33	0.59	3	4.40	0.57	1

三、不同性別受試者對路跑活動重視度、滿意度之差異性

由表 3 顯示，不同性別受試者對路跑活動重視度不具顯著差異，在滿意度之「個人利益」因素，女性高於男性($t=-2.01, p<.05$)。由此可知，女性較享受路跑的整體感覺。

表3 不同性別受試者對路跑活動重視度、滿意度 t 考驗摘要表

因素	組別	人數	重視度				滿意度			
			M	SD	t 值	p 值	M	SD	t 值	p 值
學校	男生	125	3.94	0.71	-1.48	.09	3.92	0.65	-1.05	.20
籌劃	女生	190	4.04	0.13			4.11	0.67		
場地	男生	125	3.84	0.80	-1.03	.17	3.94	0.81	-0.92	.26
設施	女生	190	3.92	0.82			3.99	0.88		
個人	男生	125	4.17	0.79	-0.90	.21	4.14	0.73	-2.01*	.04
利益	女生	190	4.23	0.77			4.33	0.60		
整體	男生	125	3.98	0.73	-1.10	.19	4.00	0.81	-1.73	.07
	女生	190	4.06	0.70			4.14	0.64		

*p<.05

四、不同年級受試者對路跑活動重視度、滿意度之差異性

(一) 不同年級受試者對路跑活動重視度、滿意度描述統計表

由表 4 顯示，不同年級受試者在「學校籌劃」的重視度方面以五年級最高 (M=4.04)，一年級最低 (M=3.94)；滿意度方面以五年級最高 (M=4.05)，一年級最低 (M=3.94)。在「場地設施」的重視度方面以五年級最高 (M=3.92)，一年級最低 (M=3.84)；滿意度方面以五年級最高 (M=4.02)，一年級最低 (M=3.91)。在「個人利益」的重視度方面以五年級最高 (M=4.31)，一年級最低 (M=4.08)；滿意度方面以五年級最高 (M=4.36)，一年級最低 (M=4.10)。在「整體」的重視度方面以五年級最高 (M=4.09)，一年級最低 (M=3.95)；滿意度方面以五年級最高 (M=4.14)，一年級最低 (M=3.98)。由此可知，年級愈高且自動參與活動的學生對重視度、滿意度愈高，而一年級新生感覺較不強烈。

(二) 不同年級受試者對路跑活動重視度之差異性

由表 5 顯示，不同年級受試者對路跑活動重視度之「個人利益」因素 F=2.94 (p<.05)，四、五年級高於一、二年級以及三年級高於一年級，其餘各因素及整體性未達顯著差異。由此可知，高年級都是自動參與喜愛而報名，在路跑的個人利益上有較高的傾向。

表 4 不同年級受試者對路跑活動重視度、滿意度描述統計表

因素	組別	人數	重視度		滿意度	
			M	SD	M	SD
學校籌劃	一年級	70	3.94	0.82	3.94	0.80
	二年級	80	3.96	0.79	3.96	0.78
	三年級	73	3.99	0.77	4.03	0.72
	四年級	52	4.03	0.74	4.03	0.71
	五年級	40	4.04	0.69	4.05	0.69
場地設施	一年級	70	3.84	0.86	3.91	0.82
	二年級	80	3.85	0.80	3.93	0.80
	三年級	73	3.89	0.76	3.96	0.73
	四年級	52	3.90	0.75	3.99	0.70
	五年級	40	3.92	0.75	4.02	0.63
個人利益	一年級	70	4.08	0.79	4.10	0.74
	二年級	80	4.12	0.73	4.14	0.71
	三年級	73	4.21	0.64	4.26	0.63
	四年級	52	4.28	0.62	4.33	0.60
	五年級	40	4.31	0.58	4.36	0.57
整體	一年級	70	3.95	0.82	3.98	0.81
	二年級	80	3.98	0.80	4.01	0.75
	三年級	73	4.03	0.73	4.07	0.70
	四年級	52	4.07	0.69	4.12	0.61
	五年級	40	4.09	0.62	4.14	0.55

表 5 不同年級受試者對路跑活動重視度 F 考驗摘要表

因素	變異來源	SS	df	Ms	F 值	p 值	事後比較
學校籌劃	組間	4.08	4	1.02	1.48	.217	—
	組內	213.90	310	0.69			
	全體	217.98	314				
場地設施	組間	4.16	4	1.04	1.56	.201	—
	組內	207.70	310	0.67			
	全體	211.86	314				
個人利益	組間	4.56	4	1.14	2.94*	.041	5,4 > 1,2 3 > 1
	組內	120.90	310	0.39			
	全體	125.46	314				
整體	組間	4.32	4	1.08	2.41	.083	—
	組內	139.50	310	0.45			
	全體	143.83	314				

*p < .05

註：1.一年級 2.二年級 3.三年級 4.四年級 5.五年級

由表 6 顯示，不同年級受試者對路跑活動滿意度之「個人利益」因素 $F=4.01$ ($p<.05$)，三、四、五年級高於一、二年級，在「整體」滿意度 $F=4.09$ ($p<.05$)，四、五年級高於一年級以及五年級高於二年級，其餘因素差異未達顯著。由此可知，年級愈高對路跑之個人利益及整體滿意度就愈高，反之則愈低。

表 6 不同年級受試者對路跑活動滿意度 F 考驗摘要表

因 素	變異來源	SS	df	Ms	F 值	p 值	事後比較
學 校 籌 劃	組間	4.04	4	1.01	1.85	.105	—
	組內	170.50	310	0.55			
	全體	174.54	314				
場 地 設 施	組間	3.80	4	0.95	1.33	.301	—
	組內	220.10	310	0.71			
	全體	223.90	314				
個 人 利 益	組間	6.16	4	1.54	4.51*	.020	3,4,5 >1,2
	組內	105.40	310	0.34			
	全體	111.56	314				
整 體	組間	5.64	4	1.41	4.09*	.027	4,5 >1 5 >2
	組內	105.40	310	0.34			
	全體	111.04	314				

* $p<.05$

註：1.一年級 2.二年級 3.三年級 4.四年級 5.五年級

五、不同運動習慣受試者對路跑活動重視度、滿意度之差異性

(一)不同運動習慣受試者對路跑活動重視度、滿意度描述統計表

由表 7 顯示，不同運動習慣受試者在「學校籌劃」的重視度方面以每週 5 次以上最高 ($M=4.25$)，沒有運動者最低 ($M=3.30$)；滿意度方面以每週 5 次以上最高 ($M=4.18$)，沒有運動者最低 ($M=3.50$)。在「場地設施」的重視度方面以每週 5 次以上最高 ($M=4.17$)，沒有運動者最低 ($M=3.24$)；滿意度方面以每週 5 次以上最高 ($M=4.13$)，沒有運動者最低 ($M=3.35$)。在「個人利益」的重視度方面以每週 5 次以上最高 ($M=4.36$)，沒有運動者最低 ($M=3.87$)；滿意度方面以每週 5 次以上最高 ($M=4.44$)，沒有運動者最低 ($M=3.90$)。在「整體」的重視度方面以每週 5 次以上最高 ($M=4.26$)，沒有運動者最低 ($M=3.47$)；滿意度方面以每週 5 次以上最高 ($M=4.25$)，沒有運動者最低 ($M=3.58$)。由此可知，已經養成習慣者對路跑活動的重視度、滿意度高於很少運動或沒有運動者。

表 7 不同運動習慣受試者對路跑活動重視度、滿意度描述統計表

因素	組別	人數	重視度		滿意度	
			M	SD	M	SD
學校籌劃	無	34	3.30	0.81	3.50	0.83
	每週運動 1~2 次	188	4.18	0.77	4.13	0.75
	每週運動 3~4 次	63	4.23	0.61	4.16	0.70
	每週運動 5 次以上	30	4.25	0.58	4.18	0.59
場地設施	無	34	3.24	0.87	3.35	0.79
	每週運動 1~2 次	188	4.07	0.75	4.04	0.71
	每週運動 3~4 次	63	4.08	0.71	4.04	0.68
	每週運動 5 次以上	30	4.17	0.68	4.13	0.63
個人利益	無	34	3.87	0.75	3.90	0.75
	每週運動 1~2 次	188	4.22	0.66	4.26	0.66
	每週運動 3~4 次	63	4.35	0.61	4.36	0.59
	每週運動 5 次以上	30	4.36	0.54	4.44	0.53
整體	無	34	3.47	0.74	3.58	0.68
	每週運動 1~2 次	188	4.16	0.66	4.14	0.70
	每週運動 3~4 次	63	4.22	0.58	4.19	0.66
	每週運動 5 次以上	30	4.26	0.55	4.25	0.61

(二)不同運動習慣受試者對路跑活動重視度之差異性

由表 8 顯示，不同運動習慣受試者對路跑活動重視度之「個人利益」因素 $F=4.17$ ($p<.05$)，每週參與 1~2 次以上者高於沒有運動習慣者，每週參與 3 次以上者高於 1~2 次者。在「學校籌劃」、「場地設施」及整體性因素 $F=4.02\sim 5.30$ ($p<.05$)，每週參與 1~2 次以上者高於沒有運動習慣者。由此可知，有規律運動習慣者對路跑活動的重視度期待高於沒有運動習慣者。

表 8 不同運動習慣受試者對路跑活動重視度 F 考驗摘要表

因素	變異來源	SS	df	Ms	F 值	p 值	事後比較
學校籌劃	組間	3.69	3	1.23	4.02*	.034	2,3,4>1
	組內	96.41	311	0.31			
	全體	100.10	314				
場地設施	組間	5.37	3	1.79	5.30*	.001	2,3,4>1
	組內	105.74	311	0.34			
	全體	111.11	314				
個人利益	組間	4.26	3	1.42	4.17*	.030	2,3,4>1 3,4>2
	組內	105.74	311	0.34			
	全體	110.00	314				
整體	組間	3.75	3	1.25	4.13*	.039	2,3,4>1
	組內	93.30	311	0.30			
	全體	97.05	314				

* $p<.05$ 註：1.無 2.每週運動 1~2 次 3.每週運動 3~4 次
4.每週運動 5 次以上

(三)不同運動習慣受試者對路跑活動滿意度之差異性

由表 9 顯示，不同運動習慣受試者對路跑活動滿意度之「個人利益」因素 $F=6.05$ ($p<.05$)，每週參與 1~2 次以上者高於沒有運動習慣者，在「學校籌劃」、「場地設施」及整體性因素 $F=4.18 \sim 5.05$ ($p<.05$)，每週參與 1~2 次以上者高於沒有運動習慣者。由此可知，有規律運動習慣者對路跑活動的期待及賽後滿意度高於沒有運動習慣者，沒有運動習慣者無法享受運動所帶來的樂趣。

表 9 不同運動習慣受試者對路跑活動滿意度 F 考驗摘要表

因 素	變異來源	SS	df	Ms	F 值	p 值	事後比較
學 校 籌 劃	組間	4.11	3	1.37	4.18*	.038	2,3,4>1
	組內	102.63	311	0.33			
	全體	106.74	314				
場 地 設 施	組間	4.98	3	1.66	5.05*	.001	2,3,4>1
	組內	102.63	311	0.33			
	全體	107.61	314				
個 人 利 益	組間	5.34	3	1.78	6.05*	.001	2,3,4>1 4>2
	組內	93.30	311	0.30			
	全體	98.64	314				
整 體	組間	4.05	3	1.35	4.27*	.030	2,3,4>1
	組內	99.52	311	0.32			
	全體	103.57	314				

* $p<.05$ 註：1.無 2.每週運動 1~2 次 3.每週運動 3~4 次
4.每週運動 5 次以上

伍、結論與建議

茲依序將研究結論與建議論述如下：

一、結論

由以上結果分析討論後得下列幾點結論：

- (一)醫護專校學生對路跑活動重視度及滿意度最高得名前三名均在個人利益之培養肢體能力、自我挑戰及對路跑整體活動感覺。
- (二)不同性別受試者在滿意度之個人利益因素，女性高於男性，其餘重視度、滿意度各因素及整體差異未達顯著。
- (三)不同年級受試者在重視度之個人利益、滿意度之個人利益及整體性，年級愈高重視度、滿意度愈高，反之愈低。
- (四)不同運動習慣受試者在重視度、滿意度各因素及整體性，有規律運動者高於沒有運動者。

二、建議

- (一)國人的運動現況，參與人口已達八成以上，運動要從小扎根、養成規律運動的

- 習慣，享受運動帶來的好處，提昇生活上的品質。
- (二)體育運動的推展要由學校做起，除了體育正課及社團活動的訓練外，學校應多舉辦體育運動之項目讓同學參與，進而養成運動之習慣，實為學校體育從業人員之當務之急。
- (三)學校當局應重視學生之運動習慣，建議學校每年經費預算之編列，逐年增加，更新場地，加強設施，以利學生使用。

參考文獻

- 白承皓 (2019)。金門馬拉松路跑參與者參與動機與滿意之相關研究 (未出版碩士論文)。國立金門大學，金門縣。
- 朱素鑾、卓世鏞 (2004)。健康動起來：從慢跑開始。大專體育，72，192-199。
- 吳永發 (2006)。路跑運動參與者持續涉入、休閒效益與幸福感之研究 (未出版碩士論文)。國立體育學院，桃園縣。
- 吳金海 (2019)。路跑參與者對路跑活動動機與休閒滿意度之探討 (未出版碩士論文)。正修科技大學，高雄市。
- 李盈達、黃啟明、李明興 (2015)。學生路跑活動參與動機與滿意度之研究。全民休閒發展學刊，8(2)，67-78。
- 林玉芬 (2020)。路跑參與動機與目的地意象影響關係研究—以金門馬拉松為例 (未出版碩士論文)。國立嘉義大學，嘉義市。
- 林勇志 (2018)。路跑活動參與者對路跑活動吸引力、體驗價值與地方效益認知之研究 (未出版碩士論文)。景文科技大學，新北市。
- 洪嘉文 (2002)。學校體育經營管理實務。台北市：師大書苑。
- 教育部體育司 (2002)。學校體育新願景、一二三希望工程。學校體育，73，5-13。
- 教育部體育署 (2016)。107年運動現況調查成果。2020年12月3日，取自：
<https://www.sa.gov.tw/News/NewsDetail?Type=3&page=9&id=1963&n=92>
- 許南榕、黃娟娟 (2016)。慢跑者之人格特質、參與動機及幸福感之研究。高應科大體育，15，181-190。
- 連央毅 (2013)。馬拉松跑者參與動機、休閒效益與滿意度之研究 (未出版碩士論文)。國立臺灣師範大學，台北市。
- 陳仁祥 (2014)。國民中學學生路跑活動參與動機及參與效益之研究—以苗栗縣公館國中為例 (未出版碩士論文)。育達科技大學，苗栗縣。
- 黃弘欽、何信弘、張少熙 (2015)。以城市行銷策略分析臺灣路跑賽事發展。休閒與社會研究，11，97-107。
- 黃伶怡 (2015)。文化保存價值及遊客參與滿意度對重遊意願影響之研究—以岡山籬籬會為例 (未出版碩士論文)。東方設計學院，高雄市。
- 黃妙雲、謝明蓉 (2005)。心靜，自然就健康了！遠見雜誌，226。2020年12月5日，取自 <http://www.gvm.com.tw/Board/content.aspx?ser=11243&pg=1>

- 黃建超 (2011)。消費者對高雄市路竹區路竹夜市重視度與滿意度比較之研究。 *東方學報*，32，59-74。
- 熊崇秀 (2011)。消費者在網路團購對食品品質的重視度與滿意度之研究 (未出版碩士論文)。輔仁大學，台北市。
- Patrik, J. (2006). For not that much more, Americans opting to eat out. *the Christian Science Monitor*, 98(219),1-2.
- Romanov, N. (2004). *Dr. Nicholas romanov's pose method of running: Dr. Romanov's sport education*. Coral Gables, FL: Pose Tech Corporation.