

## 促進女學生參與運動之行動方案

徐振德／樹德科技大學休閒遊憩與運動管理系助理教授

### 前言

女性議題、女性從事運動休閒及身體活動的機會，以及性別平等運動參與的權益，一直是教育部體育署戮力推動的核心業務之一。然而，關於各項性別平等議題，在學校體育的政策面，尚缺實務性的著力點，特別是在女學生參與運動的機會均等與促進。據此，教育部體育署於 2020 年委託國立中山大學規劃專案計畫，結合《推展女性參與體育運動白皮書》的待辦事項，以雙主軸的研究方向，系統性地匯集各方專家學者意見，達成未來推展女性參與運動所要求的政策建議。雙主軸分為：

主軸一：找出國高中職女學生不喜歡運動的關鍵因素。

主軸二：擬定不同性別同場競賽之運動安全評估表。

本文將呈現此專案計畫之研究成果，並提出未來可評估調整修改競賽規程，並落實增進女學生參與賽事公平機會之行動方案。

## 現況分析

校園內的性別平等議題，從美國 1972 年的《教育第九條（Title IX）》修正案開始，透過層層判例確保校園中運動方案與資源的公平性。爾後聯合國於 1979 年提出《消除對婦女一切形式歧視公約》，言明締約國應採取立法及適當措施，消除對婦女之歧視，確保男女在各方面均享有平等權利（鍾怡純，2018）。

我國行政院在 2013 年曾頒布《提升女孩權益行動方案》，分析當時社會現況，並透過各項方案提升女孩權益（行政院，2013）。教育部隨後也在 2017 年發布《推展女性參與體育運動白皮書》，以「健康女性、友善環境、運動培力」為主軸，擘劃 2026 年女性運動發展新願景（教育部，2017）。而在體育教學上，結合 2004 年所發佈的《性別平等教育法》，後續依《布萊頓宣言（Brighton Declaration）》、《消除對婦女一切形式歧視公約》等精神，逐步將性別平等落實於運動領域，顯現政府對落實性別平等的決心（曾郁嫻，2015）。

就運動環境為例，行政院在《提升女孩權益行動方案》中即明確就指出，國中小學運動代表隊及男女學生參與觀察人數有明顯落差的現況；教育部體育署例行調查的《各級學校學生運動參與情形報告書》（教育部體育署，2019）中，也呈現出各級學校學生運動參與的比例，女學生參加運動社團與運動代表隊的比例大幅低於男學生的情形（參見圖 1、圖 2）。若進一步去比較每周運動的天數（參見圖 3），更可發現在包含體育課的情況下，各級學校女學生約有一半每周運動時間未達 3 天。表 1 則顯示，隨著學制越高，女生不運動（運動天數：0 天）的比例也越高（徐振德、許秀桃，2020）。

上述資料在在顯示我國學生階段女性參與運動的比例偏低。據此，相關單位亟需了解是否有結構性因素影響女學生運動參與的機會，並構思規劃相關配套方案介入，以促進女學生參與運動的目標進行討論，並據以落實。

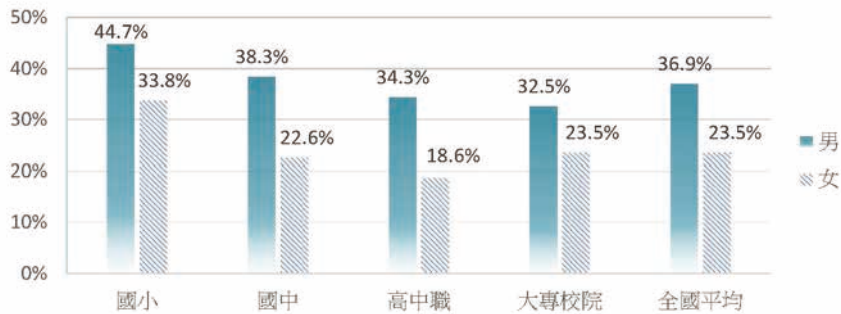


圖 1 106 學年度不同性別學生參加學校運動社團比例

資料來源：教育部體育署（2019）。106 學年度各級學校學生運動參與調查。臺北市：教育部體育署。

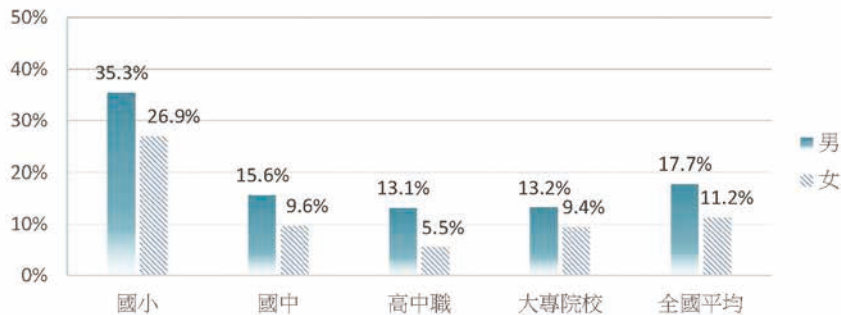


圖 2 106 學年度不同性別學生參加學校運動代表隊比例

資料來源：教育部體育署（2019）。106 學年度各級學校學生運動參與調查。臺北市：教育部體育署。

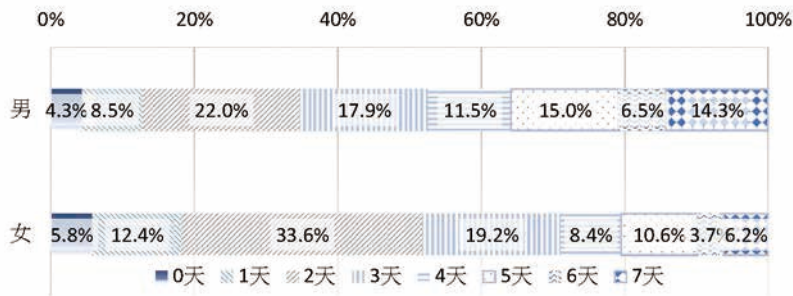


圖 3 106 學年度不同性別學生學期中每週運動天數 (包含體育課) 比例

資料來源：教育部體育署 (2019)。106 學年度各級學校學生運動參與調查。臺北市：教育部體育署。

表 1

不同學制男女學生學期中每週運動天數 (包含體育課) 比例

學制	性別	0天	1-3天	4-7天
國小	男	2.6%	28.3%	69.2%
	女	2.6%	40.5%	57.0%
國中	男	4.0%	42.6%	53.4%
	女	4.4%	63.8%	31.8%
高中職	男	4.6%	54.5%	40.8%
	女	6.9%	73.5%	19.6%
大專院校	男	5.7%	63.5%	30.8%
	女	8.4%	74.0%	17.6%

資料來源：教育部體育署 (2021)。促進女學生參與運動之行動方案研究計畫成果報告。臺北市：教育部體育署。

然而，是什麼因素阻礙女學生參與運動？現階段，政府要如何增進女學生參與運動競賽的機會？在釐清上述問題之前，我們首先必須探討為何各級學校女學生不參與運動競賽的原因，並蒐集相關數據，再配合前述《推展女性參與體育運動白皮書》擬定可執行的方案，規劃制定鼓勵女學生參加相關競賽的規範，方有機會提升女孩體育運動的權益，提振我國校園女學生參與運動的機會。基於研究資源所圍，本次僅針對國中及高中職女學生進行調查。

## 研究數據

本次行動研究為蒐整基礎資料，可做為未來規劃與調整《推展女性參與體育運動白皮書》之內涵的重要參考資料。調查問卷經小規模預試及專家效度討論後，於 2020 年 9 月至 10 月發放，採分層隨機抽樣方式進行調查，將縣市區域分為 22 層進行調查。由於我國 108 學年度國、高中職女學生人數合計為 572,108 人，計算抽樣人數為 10,568 人，抽樣比例約為 1.8%。調查後實際完成 7,655 份有效樣本，總回收率為 72.4%，在信心水準為 95% 的情況下，抽樣誤差在  $\pm 1.11$  個百分點內。以下呈現研究結果。

### 一、國高中女學生運動參與情形

首先，圖 4 為目前國中到高中職女學生運動習慣的分布圖，從中可觀察出，不常運動的女學生比例，由國一 9.3% 增加至高三 15.7%；規律運動的女學生比例，由國一 44.0% 降低至高三 20.6%；偶爾運動的女學生亦相對增加，由國一 46.7% 至高三 63.7%。

在同一時間點，代表隨著年級越高，原本規律運動的女學生人口，逐步轉變為「偶爾運動」、「不常運動」。總之，面對這個趨勢，未來應朝保持「女學生維持規律運動人數」的比例推動不同策略，像是透過各項校園活動、體育競賽和運動社團等方式，以減緩女學生隨著就讀年級越高，規律運動比例越低之情形。

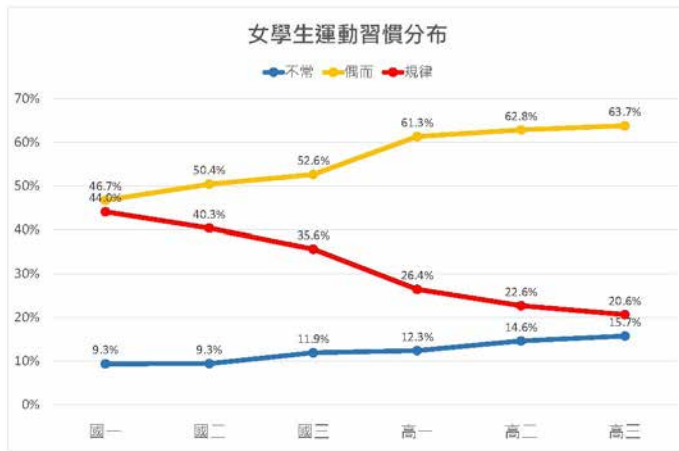


圖 4 女學生運動習慣分布

資料來源：教育部體育署（2021）。促進女學生參與運動之行動方案研究計畫成果報告。臺北市：教育部體育署。

本文將「過去參加運動競賽之經歷」的選項組合，分成強中弱三類（參見表 2）。強度最弱的類型為「完全沒有任何運動經歷」；中間類型為「只參加過班際運動代表隊，或者其他校外運動競賽者」；最強類型則為「曾參加過體育班或校隊者」。本研究亦將「過去參加運動競賽之經歷」的強度組合進行分類，分別檢視全部女學生與不常運動女學生的人數及百分比。該結果發現，不常運動之女學生，過去無運動經歷者所占比例甚高。反之，過往有運動參與經歷者，將有利於現階段的運動參與情形。因此，克服觀念上的運動阻礙，例如：建立友善的運動互動，讓運動參與不僅是競賽活動，更能成為生活的一部分。

徐珊惠（2020）則建議，在學校端可從體育活動空間以及課程設計著墨，讓原本偏重剛毅性質的運動場域藉由顏色的調配、課程內容的調整，逐漸弭平性別二分化的概念。藉由上述的方式，讓女性能夠在更友善的活動空間下，營造鼓勵多元接觸運動的機會，推廣男女混合運動類型，設計專屬女性運動類型，以期達到養成女學生規律運動習慣之目標。

表 2

女學生與不常運動女學生依過去參加運動競賽經歷的強度分類之人數

「過去參加運動競賽 經歷」之強度分類	人數（%）	
	女學生	不常運動女學生
弱	3,062 (40.0)	644 (69.3)
中	2,530 (33.1)	207 (22.3)
強	2,063 (26.9)	78 (8.4)

資料來源：教育部體育署（2021）。促進女學生參與運動之行動方案研究計畫成果報告。臺北市：教育部體育署。

## 二、影響國高中女學生參與運動之關鍵因素

根據本研究發現，影響女學生參與運動的關鍵因素，可列出以下三點：

第一，更多的運動競賽與活動可以提升女學生參與的動機。由表 3 發現，當女學生受校內運動競賽影響而參與運動的動機愈強時，其運動習慣愈規律。然而，值得注意的是，過度強調競賽的本質，將不利於女學生未來繼續參與運動的動機。Dwyer 等（2006）指出，女學生參與運動的阻礙之一，便是當體育活動過度充滿競賽的成份，會讓女性認為自己本身的能力不足，或是不適合

該項運動而因此對體育活動缺乏興趣，或是繼續涉入的意願。因此，在體育活動的設計上，其目標並非讓學生以競技或是競賽的方式來參與運動。反之，要讓整體的課程朝向富含趣味以及好玩的活動內容方向去規劃，如此一來能夠有效提升女學生參與運動的動機（Fairclough, 2003; Robbins, Pender, & Kazanis, 2003）。另一方面，若是在辦理校內運動競賽時，建議策畫多元的賽事類型或是分級制度，不過度強調名次的重要性，旨在擴大參與人數，給予基本參加場次積分，可讓學生們產生動力練習，幫助女學生未來養成規律運動習慣。

表 3

校內運動競賽對運動習慣的影響分析

校內運動競賽影響參與運動的動機強度	運動習慣		
	不常	偶而	規律
1	116 (24.8%)	188 (40.2%)	164 (35.0%)
2	144 (15.3%)	523 (55.6%)	273 (29.0%)
3	485 (13.4%)	2,204 (60.9%)	928 (25.7%)
4	149(8.6%)	1,034(59.7%)	550(31.7%)
5	37(4.1%)	356(39.6%)	506(56.3%)

資料來源：教育部體育署（2021）。促進女學生參與運動之行動方案研究計畫成果報告。臺北市：教育部體育署。

第二，女學生的運動習慣會受是否有人陪伴的影響。由表 4 發現，當女學生有人陪伴參與運動的動機愈強時，其運動習慣愈規律。這項研究結果也與 Dwyer 等（2006）吻合。同儕或是同伴在女青少年時期的運動參與上，往往扮演重要



角色，因此設計或獎勵結伴進行的運動或活動，對女學生運動參與最有幫助。另一方面，亦可宣導家長鼓勵與陪伴孩子參與運動，也能幫助女學生養成規律運動習慣。Robbins, Pender, 與 Kazanis（2003）也認為，在社會支持面向，朋友與家人的陪伴，往往能夠提升女性青少年參與運動的動機，其原因在於女性在參與運動時所面臨到的挑戰與困難，或是在學習運動技能時，若有重要他人在身邊支持的話，則更能夠帶給他們參與運動的樂趣。Whitehead 與 Biddle（2008）的研究也發現，對於運動參與頻率較低的女學生而言，有朋友的陪伴更能夠激起她們參與運動的動機。據此，在「運動競賽提升運動參與」與「有人陪伴提升運動參與」的兩個前提下，推動「團體競賽型的運動類型」，可列為推動女學生運動參與的優先選項，並做為未來提升女性運動參與率的重點項目之一。

表 4

有人陪伴對運動習慣的影響分析

有人陪伴影響參與運動的動機強度	運動習慣		
	不常	偶而	不常
1	37 (37.0%)	29 (29.0%)	34 (34.0%)
2	34 (22.5%)	80 (53.0%)	37 (24.5%)
3	338 (20.5%)	916 (55.4%)	398 (24.1%)
4	358 (11.9%)	1,889 (62.5%)	774 (25.6%)
5	165 (6.0%)	1,389 (50.9%)	1,176 (43.1%)

資料來源：教育部體育署（2021）。促進女學生參與運動之行動方案研究計畫成果報告。臺北市：教育部體育署。

第三，女學生的運動習慣會受室內空間（或晴雨球場）設置的影響。由表 5 可發現，當女學生受室內空間（或晴雨球場）的設置影響參與運動的動機愈強時，其運動習慣愈規律。因此，室內空間（或晴雨球場）的設置，的確有助於女學生未來養成規律運動習慣。

**表 5**

室內空間（或晴雨球場）的設置對運動習慣的影響分析

室內空間（或晴雨球場）的設置影響參與運動的動機強度	運動習慣		
	不常	偶而	不常
1	52 (57.1%)	29 (31.9%)	10 (11.0%)
2	72 (33.6%)	102 (47.7%)	40 (18.7%)
3	374 (16.7%)	1,379 (61.6%)	486 (21.7%)
4	262 (10.2%)	1,570 (61.0%)	743 (28.9%)
5	171 (6.7%)	1,224 (48.3%)	1,141 (45.0%)

資料來源：教育部體育署（2021）。促進女學生參與運動之行動方案研究計畫成果報告。臺北市：教育部體育署。

### 三、影響不常運動國高中女學生參與運動之因素

承上所述，隨著女學生在學的年級愈高（國一至高三），不常運動女學生的比例便愈高。「女學生之家人運動習慣分布」與「女學生之過去不同參加運動競賽之經歷」之分析結果如下：

表 6 顯示，家人運動習慣雖然不一定直接影響女學生的運動習慣，但仍可看出，規律運動的女學生相對不常運動的女學生有更多機會接觸家中有運動習慣的家人。

表 6

女學生之家人運動習慣分布表

	家中無人 有運動習慣	家中 1 人	家中 2 人	家中 3 人以上
不常	71 (7.6%)	698 (75.0%)	116 (12.5%)	46 (4.9%)
偶爾	136 (3.2%)	2,922 (67.9%)	852 (19.8%)	394 (9.2%)
規律	42 (1.7%)	1,290 (53.3%)	557 (23.0%)	531 (21.9%)
總計 (%)	249 (3.3%)	4,910 (64.1%)	1,525 (19.9%)	971 (12.7%)

資料來源：教育部體育署（2021）。促進女學生參與運動之行動方案研究計畫成果報告。臺北市：教育部體育署。

此外，將女學生於過去參加運動競賽之經歷（如表 7），分為「過去無運動經歷」、「過去曾參與班級競賽等」和「過去曾參與校隊或體育班」三類。其結果可發現，雖然過去有無運動經歷並不直接影響女學生運動習慣，惟過去有運動經歷者，規律運動的可能性更高。

分析結果顯示，體育課程時間、運動技能不佳以及認為運動不適合女性之刻板印象等因素，在「無運動經歷者」的族群中呈現出差異。換言之，對於「不常運動且過去無運動參與經歷」的女學生而言，增加體育課程的時間、增進運動的技巧、設計專屬女學生的團體運動項目等，相較過去曾有運動經歷者，更能幫助提升此類女學生增進其運動參與的機會。

表 7

女學生運動習慣與過去參加運動競賽之經歷之相關性

運動習慣	過去參加運動競賽之經歷		
	無	班級競賽	校隊或體育班
不常	644 (8.4%)	208 (2.7%)	80 (1.0%)
偶而	1,864 (24.4%)	1,605 (21.0%)	834 (10.9%)
規律	554 (7.2%)	717 (9.4%)	1,149 (15.0%)

資料來源：教育部體育署（2021）。促進女學生參與運動之行動方案研究計畫成果報告。  
臺北市：教育部體育署。

#### 四、不同性別同場競賽之運動安全評估

為進行不同性別同場競賽之運動安全評估，本計畫透過專家學者座談會，逐步討論針對不同性別的運動選手，如何安排在同場競技的各種可行性與安全評估。在歷次的專家學長會議中，共蒐集運動種類合計 71 項，並將各運動種類分為：基礎運動、球類運動、防衛性運動、水上運動類、陸上運動類、冰上運動類、舞蹈類、戶外運動類、智力運動類和其他等。

鑑於「運動安全」的考量，且參考國際各大運動組織之競賽規程，在衡量不同性別同場競賽之可行性上，提出了三種分類標準為「可接受」、「中等」及「不宜」。該準則為「競賽過程涉及兩人以上的肢體或運動器材之接觸頻率及必要性」及「得分方式是否觸及對手身體部位」（參見表 8）。

表 8

不同性別同場競賽之運動安全評估分類標準

分類標準	競賽過程涉及兩人以上的肢體或運動器材		得分方式 是否觸及對手身體部位
	接觸頻率	接觸必要性	
可接受	無或低	非必要	非觸及
中等	高	非必要但無法避免	非觸及
不宜	極高	必要	經常觸及

資料來源：教育部體育署（2021）。促進女學生參與運動之行動方案研究計畫成果報告。  
臺北市：教育部體育署。

表 9 所呈現的為不同性別同場競賽之安全評估分類建議。整體而言，在基礎運動、網 / 牆性球類運動、標的性球類運動、水上運動類、陸上運動類、舞蹈類和戶外運動類之運動項目，無論在學制或賽事層級方面，其安全評估多為「可接受」之建議；陣地攻守性球類運動、守備 / 跑分性球類運動和冰上運動類之運動項目，此類型部分之運動項目或全國單項錦標賽（含升學指定盃賽、協會辦理之全國賽事）之賽事層級上，其安全評估即上升至「中等」；而防衛性運動之運動項目，其安全評估多屬「不宜」之建議。

檢視所有的評估資料，「運動安全」為推展體育運動最核心的要素。在一般推廣性質的賽事，基本上可鼓勵不同性別同場競技，透過運動搭建友誼，並達成團隊合作的默契。而與升學相關的競賽，則因競技層次較高，應思考依特殊情況增加辦理混合組賽事之可行性，不宜在現有的賽事中混合競賽，容易產生安全疑慮。在國際賽、全國正式盃賽的部分，則建議可逐步對接國際各大運動組織之競賽規程，以利選拔國手並輔導更多可達到國際賽參賽資格的優秀選手，參與國際競賽為國爭光。

表 9

不同運動種類適用不同性別同場競賽之運動安全評估分類標準

分類標準	運動種類	分類標準之準則
可接受	基礎運動、網/牆性球類運動、標的性球類運動、水上運動類、陸上運動類、舞蹈類、戶外運動類、智力運動類、其它運動類	競賽過程涉及兩人以上的肢體或運動器材之接觸頻率為 <b>無或低</b>
		競賽過程涉及兩人以上的肢體或運動器材之接觸必要性為 <b>非必要</b>
		得分方式 <b>非觸及</b> 對手身體部位
中等	陣地攻守性球類運動、守備／跑分性球類運動、冰上運動類	競賽過程涉及兩人以上的肢體或運動器材之接觸頻率為 <b>高</b>
		競賽過程涉及兩人以上的肢體或運動器材之接觸必要性為 <b>非必要但無法避免</b>
		得分方式 <b>非觸及</b> 對手身體部位
不宜	防衛性運動	競賽過程涉及兩人以上的肢體或運動器材之接觸頻率為 <b>極高</b>
		競賽過程涉及兩人以上的肢體或運動器材之接觸必要性為 <b>必要</b>
		得分方式為 <b>經常觸及</b> 對手身體部位

註 1：本表所列運動種類係按運動項目分類而得出，並非指該運動種類內的所有運動項目之安全性評估皆相同，例如：防衛性運動在大原則的標準下列為不宜，但考量到擊劍與國武術的強度不若其它項目。因此，實務上，專家學者將該兩項商議為中等。換言之，應用至其它項目時，各項運動除了考量運動強度外，亦會考量賽事規模，因此大原則下仍有例外。

註 2：由於賽事規模影響選手競賽的投入程度及對應的潛在風險，因此各項運動之地區性賽事及推廣性賽事所採取的原則較全國性賽事相對寬鬆。惟大原則仍以本表為主，即肢體接觸頻率、接觸必要性，及得分方式決定。考量到不同運動的賽事規模、競賽強度及競賽過程之情形難以一概而論，因此，實務上各項賽事仍需由專家學者針對各單項運動所共同商議之標準。

資料來源：教育部體育署（2021）。促進女學生參與運動之行動方案研究計畫成果報告。臺北市：教育部體育署。

## 政策建議與發展方向

綜合前述資料及本專案計畫辦理五次的專家學者座談會建議，研究團隊統整相關方案供未來學校體育政策方向參考，且每個發展策略下皆有相應的行動方案（參見表 10）。方案內容以賽事舉辦為主，增進軟硬體設備以促進運動參與為輔。政策建議方向則列出三項，分別為：「活絡運動風氣」、「參賽機會均等」和「賽事接軌國際」，並規劃短中長期之政策進程。

第一個政策建議方向為「活絡運動風氣」。根據研究結果顯示，舉辦校內賽事確有增進女學生運動參與的意願，而女學生在有人陪伴的情況下運動參與意願亦會較高。因此，鼓勵辦理「團體競賽類型」的賽事，可成為增加女學生運動參與的優先選項。由於在所有女學生中，不常運動女學生且過去無運動經歷者所占比例甚高，因此，建議可結合現行彈性課程學習以及課餘時間，鼓勵不常運動女學生「先多元接觸運動種類，再長期培養運動興趣」。

其次，在運動安全的基礎之下，學校端可推廣男女混合性質的賽事，亦應鼓勵學校積極辦理校內多樣的男女混合賽事，一方面可增進女學生運動風氣，二方面為未來運動參與機會均等的政策方向打下基礎，例如：排球運動的推廣可採混合性別，由兩個男生、四個女生組隊等。除了推廣性質以外，建議學校端可進一步舉辦國際競賽賽制的混合賽事組別，如男女混合接力，讓正式賽事能夠對接國際賽。此外，政策上亦可逐步地增加各級學校室內以及可遮陽的運動空間，透過完善的硬體空間來提升活絡女學生運動的風氣。

為延續活絡女學生的運動風氣，關注女學生參與運動賽事的機會甚為重要。第二個政策建議方向便是著重在「參賽機會均等」的部分。為避免過去因賽事規則要求女學生須以學校模式組隊參賽，卻因單一學校人數不足而放棄賽事或運動的女學生，建議未來可以在非攸關升學的運動賽事中，調整相關競賽



規則，例如同一區域的學校可以組隊，甚至是跨區組隊，以避免當單一學校的校隊無法組成時，諸多喜歡運動或想參與競賽的女學生失去參賽機會。

另一方面，未來中央或地方辦理各項賽事補助時，為延續上述的女學生運動風氣，同時也為能接軌國際賽事發展，建議透過行政單位的評估機制，進行賽事補助標準之調整，例如：舉辦男女混合賽事者優先補助及訂定特定男女混合賽事須達固定性別比例之參與才予以補助，或是依不同性別比例予以不同比例之經費補助等。

第三個政策建議方向則是「賽事接軌國際」。參酌國際奧委會 Olympic Agenda 2020 的目標與規劃，透過報名機制的設計，在奧會賽事中達到男、女各半的參與目標。研究團隊亦建議國內各項賽事應逐步以對接國際賽事為發展目標，透過舉辦混合性別團隊的比賽，不僅僅可接軌國際賽事的制度，提供男女運動員更多競賽項目的選擇，也可進一步延續活絡女學生運動參與、關注女學生參與賽事機會均等的目標。

整體政策方向上，本研究則建議教育部體育署應對接國際趨勢，比照國際奧會的規劃，評估未來由教育部體育署主辦的各項正式賽事當中，在推動男女參賽機會均等的前提下，透過報名機制的設計，逐步推動女性運動員參與賽事達到百分之五十之目標。此外，中央亦可透過政策引導或經費補助項目，鼓勵各縣市政府、大專體總、高中體總與單項協會辦理對接國際的混合組賽事，例如：當國際田徑賽正式賽事設有男女混合接力項目，我國亦應可於正式賽事中規劃男女混合接力項目。從上到下，從中央及地方政府、特定體育團體和各級學校組織等，具體而微，有策略性以及方向性地促進女學生參與各類運動，達成兩性參與運動機會均等的目標。



表 10

促進女學生運動之行動方案之發展策略與規劃建議

發展策略	行動方案	執行期間			工作重點
		短	中	長	
活絡運動風氣	鼓勵舉辦校內各式男女混合賽事 增加室內（或可遮陽）運動空間	●	●	●	鼓勵學校辦理男女混合賽事，增加校園運動風氣。 推選優良男女混合賽事方案，辦理示範賽廣為宣傳。
	鼓勵舉辦校內各式男女混合賽事	●	●	●	持續編列預算補助風雨操場、樂活運動站…等校園室內運動空間。
參賽機會均等	關注學生參加運動賽事；調整賽事規則，增加女性運動參與機會	●	●		藉教育部媒體平台 MOE-SPORT，增加轉播男女混合賽事。 評估非涉及升學賽事，女生組開放跨校、跨區組隊之可行性。
	辦理地區或推廣性質男女混合賽事		●	●	於運動安全的基礎上，鼓勵放寬性別分組限制，辦理或推廣男女混合組隊參賽。
參賽機會均等	於賽事補助標準中增列：性別優先或依性別比例			●	評估規劃未來賽事補助標準時，納入採計達一定性別比例之賽事，即可獲得額外獎勵之補助，助於推廣男女混合賽事。
賽事接軌國際	增進女性參與競技運動基礎人口	●	●	●	由教育部體育署主辦之全國性賽事，女性運動員逐年達到 50% 參與率目標。
	補助辦理全國性混合性別團隊競賽		●	●	鼓勵大專體總、高中職體總與單項協會對接國際賽事，辦理混合性別團隊競賽。

資料來源：教育部體育署（2021）。促進女學生參與運動之行動方案研究計畫成果報告。臺北市：教育部體育署。

## 謝誌

—本研究為教育部體育署委託國立中山大學辦理「促進女學生參與運動之行動方案研究計畫」（臺教體署學（三）字第 1090014148 號），經教育部體育署同意刊登於《學校體育雙月刊》，並感謝審查委員給予修訂建議，特此致謝。

—本文部分內容於教育部體育署 109 年度全國高級中等學校體育組長會議現場報告，依據回饋意見再予以修訂發表於本刊。

—本文資料引用教育部體育署（2021）。促進女學生參與運動之行動方案研究計畫成果報告。臺北市：教育部體育署。

## 參考文獻

行政院（2013）。*提升女孩權益行動方案*。臺北市：行政院。

教育部體育署（2017）。*推廣女性參與體育運動白皮書*。臺北市：教育部體育署。

教育部體育署（2019）。*106 學年度各級學校學生運動參與調查*。臺北市：教育部體育署。

徐振德、許秀桃（2020）。不同性別學生喜愛的運動種類調查分析。*學校體育*，176，54-62。

曾郁嫻（2015）。臺灣體育運動性別平等教育推展之現況。*中華體育季刊*，29（1），1-9。

鍾怡純（2018）。美國第九教育修正案之社會歷程與女性運動實踐。*婦研縱橫*，109，8-13。

徐珊惠（2020）從校園運動空間探究性別平等教育的可能實踐方案。*學校體育*，176，21-29。

- Dwyer, J., Allison, K., Goldenberg, E., Fein, A., Yoshida, K., & Boutilier, M. (2006). Adolescent girls' perceived barriers to participation in physical activity. *Adolescence*, 40 (161), 75-89.
- Fairclough, S. (2003). Physical activity, perceived competence and enjoyment during high school physical education. *European Journal of Physical Education*, 8 (1), 5-18.
- Robbins, L. B., Pender, N. J., & Kazanis, A. S. (2003). Barriers to physical activity perceived by adolescent girls. *Journal of Midwifery & Women's Health*, 48 (3), 206-212.
- Whitehead, S., & Biddle, S. (2008). Adolescent girls' perceptions of physical activity: A focus group study. *European physical education review*, 14 (2), 243-262.