

國中學生健康體適能與學業成就表現之相關因素探討

~以臺中市某公立國中為例

陳炳憲¹ 宋玲娜² 尹磊君³ 葉季森^{3,*}

¹ 中臺科技大學醫療暨健康產業管理系碩士班

² 中國醫藥大學公共衛生學系

³ 中臺科技大學醫療暨健康產業管理系

目標：國中時期的青少年，其身體發展與心智成長正處於人生一個重要階段的關鍵期。本研究目的在瞭解國中生體適能狀況，並探討體適能與學業成就表現及人口統計資料之關係。**方法：**本研究採立意取樣方式，以臺中市某公立國中三年級(99學年度入學)271位學生為研究對象。取得學生及家長同意書後發放問卷以取得其一年級上學期至三年級上學期共五個學期之學業成就表現及體適能檢測成績。資料分析方法包含描述性統計、變異數分析、Spearman 相關分析、Pearson 相關分析、迴歸分析。**結果：**一、臺中市某公立國中三年級學生 BMI 屬正常範圍，體適能狀況略高於全國常模。二、家庭狀況、家長國籍、教養方式、父母親教育程度與體適能表現有關係。三、性別、家庭狀況、家長國籍、父母親教育程度與學業成就有關係。四、國中生體適能與學業成就表現之間有顯著相關。**結論：**建議國家體育發展主管機關應更積極推展全民運動並向下扎根。積極推動體適能納入十二年國教入學指標，藉以改善學校體育教學正常化、強化教師教學成效、提升學生學習興趣及終生運動的習慣。

關鍵詞：國中學生、學業成就、健康體適能

*通訊作者：葉季森

聯絡地址：40601 台中市北屯區廍子路 666 號

E-mail: csyeh@ctust.edu.tw