

澳門學生對公共體育設施滿意程度 調查研究報告

主辦機構：澳門中華學生聯合總會

澳門青年研究協會

2013. 11

資助機構：社會文化司、澳門基金會

主辦機構：

澳門中華學生聯合總會

地址：澳門亞利鴉架街 9 號容永大廈，一樓 A,B 座

電話：00853-2836 5314 傳真：00853-2835 8558

網址：www.aecm.org.mo

澳門青年研究協會

地址：澳門媽閣街 36 號中山新邨第三座 17D

電話：00853-2852 6255 傳真：00853-2852 6937

網址：www.myra.org.mo

報告主筆：胡雅坤

編 審：孫仁達

出版日期：二〇一三年十一月

版權所有，不得翻印

歡迎轉載，敬請註明

目 錄

第一章 基本情況.....	1
一、研究背景	1
二、研究對象	2
三、調查方法	2
第二章 調查數據分析.....	3
一、背景資料統計	3
二、基本分析	4
第三章 總結與建議.....	20
附件一：圖表目錄.....	24
附件二：澳門學生對公共體育設施滿意程度調查問卷.....	25

澳門學生對公共體育設施滿意程度調查研究報告

第一章 基本情況

一、研究背景

充足的體育鍛煉是維持良好身體素質的重要保證。對於中學生而言，體育鍛煉不僅關係到他們在青少年時期的健康成長，還關係到他們進入社會后能否成為一名健康公民。一個人的體育技能和體育習慣將影響其一生。工欲善其事，必先利其器。若使青少年獲得足夠的體育鍛煉的機會，政府就必須提供適當的體育設施以供市民開展體育活動。澳門本就地域狹小，各間學校所提供的體育設施非常有限，所以公共體育設施為本澳中學生提供體育活動場所的重要性就顯得尤為突出。

為了瞭解本澳中學生對公共體育設施的滿意程度，澳門中華學生聯合總會和澳門青年研究協會在 2013 新學年伊始，對本澳的十所中學的學生展開調查，瞭解他們對澳門公共體育設施的意見和看法，以期向澳門政府及教育、體育等相關部門提供資料、意見和建議，致力為澳門體育事業的發展和青少年身體素質的提升做出貢獻。

二、研究對象

本次調查於 2013 年 10 月 28 日開始，至 11 月 8 日結束。調查對象為本澳的中學生。其定義為：持有澳門特別行政區居民身份證，就讀於澳門政府認可的全日制中學之學生。

三、調查方法

本次調查以問卷調查的方式收集資料，共發出問卷 1,000 份，收回問卷 898 份。經核實，其中有效問卷為 876 份。調查分別在中葡職業技術學校、高美士中葡中學、教業中學、永援中學、勞工子弟學校、澳門坊眾學校、嶺南中學、鏡平學校、化地瑪聖母女子學校、氹仔坊眾學校等 10 所學校進行。研究人員根據各間學校之回覆制定問卷樣本數配額，然後在各校的配合下，於校內發放問卷給予學生作不記名的填寫。問卷回收後，研究人員將其進行審核，再將有效問卷之資料輸入電腦，以 SPSS 統計軟件進行相關分析。

由於調查方面的限制，本次調研採取的抽樣方法是配額抽樣及便利抽樣的混合，取樣對研究結果有一定的影響，需請留意。

第二章 調查數據分析

一、背景資料統計

受訪者的性別分佈，在 876 名有效受訪者中，450 人（51.4%）為男生，426 人（48.6%）為女生。受訪者的性別分佈見圖 1：

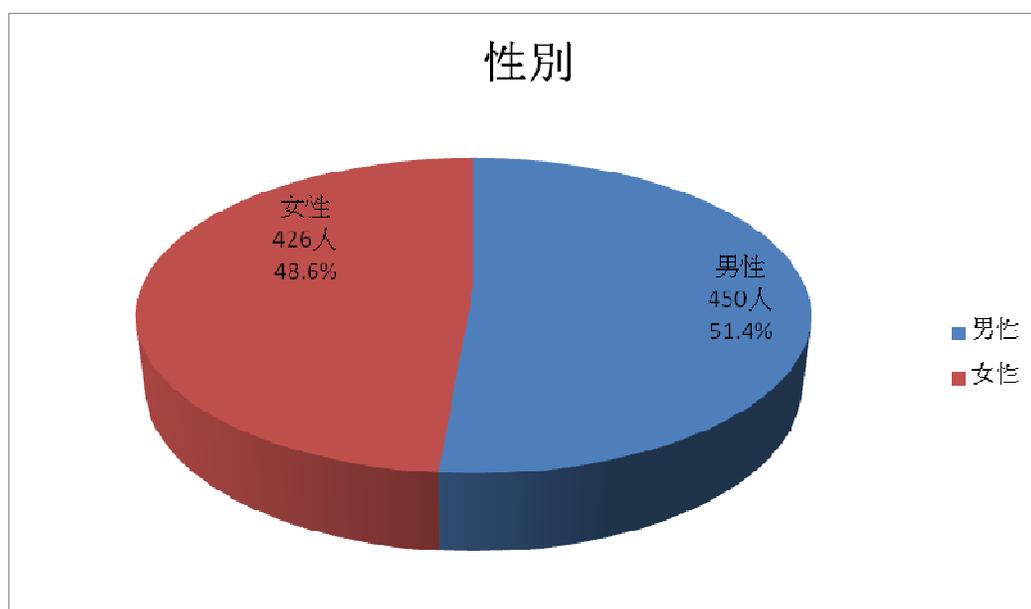


圖 1：受訪者的性別

受訪者的年級分佈，有 451 人（51.5%）為高中生，425 人（48.5%）為初中生。受訪者的年級分佈見圖 2：

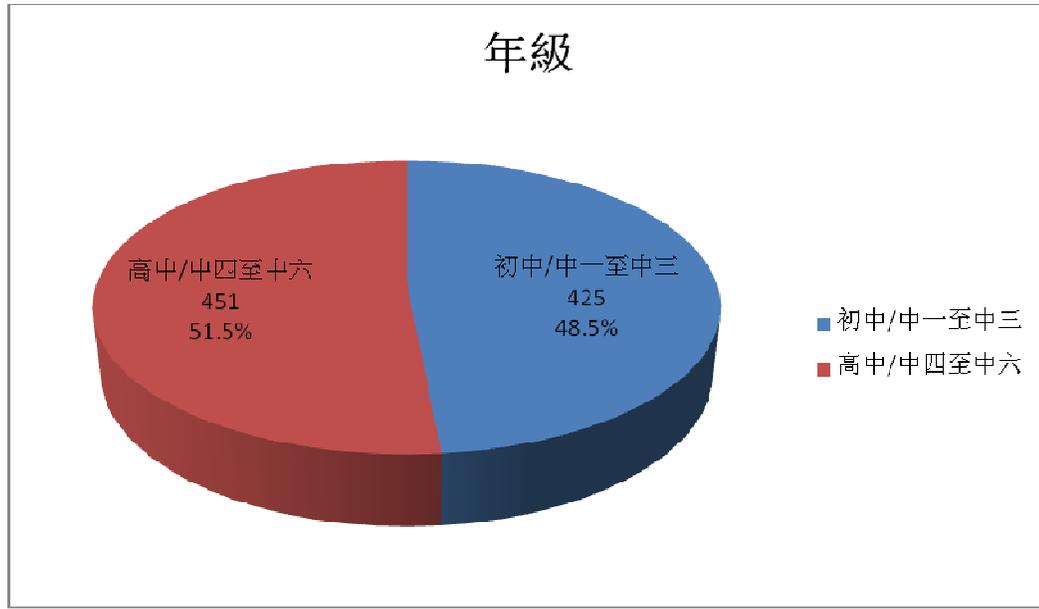


圖 2：受訪者的年級

二、基本分析

“受訪者平均每天用於體育鍛煉的時間”，162 人（18.5%）為 60 分鐘或以上，179 人（20.4%）為 30-60 分鐘，257 人（29.3%）為 10-30 分鐘，133 人（15.2%）少於 10 分鐘，還有 121 人（13.8%）基本不鍛煉，24 人（2.7%）完全不鍛煉。見

圖 3：

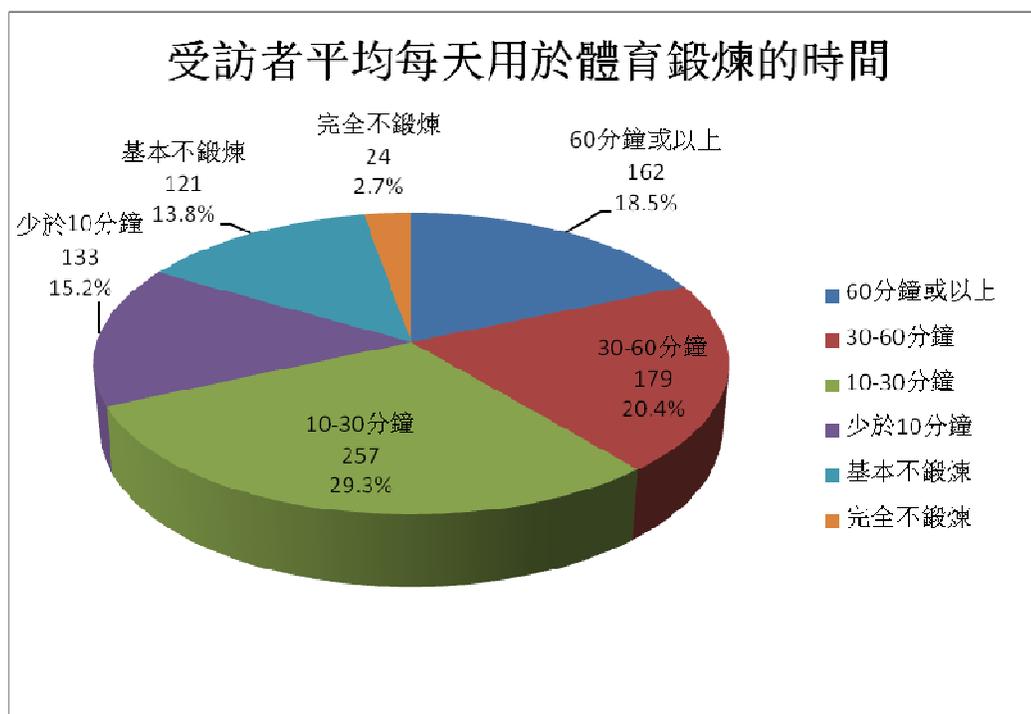


圖 3：受訪者平均每天用於體育鍛煉的時間

“受訪者主要的鍛煉方式”，505 人 (57.6%) 為跑步、走路， 147 人 (16.8%) 為球類活動， 55 人 (6.3%) 為游泳， 38 人 (4.3%) 為騎單車， 32 人 (3.7%) 為健身器材運動， 30 人 (3.4%) 為跳舞， 12 人 (1.4%) 為打拳， 10 人 (1.1%) 為瑜伽， 9 人 (1%) 為武術， 13 人 (1.5%) 為極限運動，另有 26 人 (3%) 選擇其他。見圖 4：

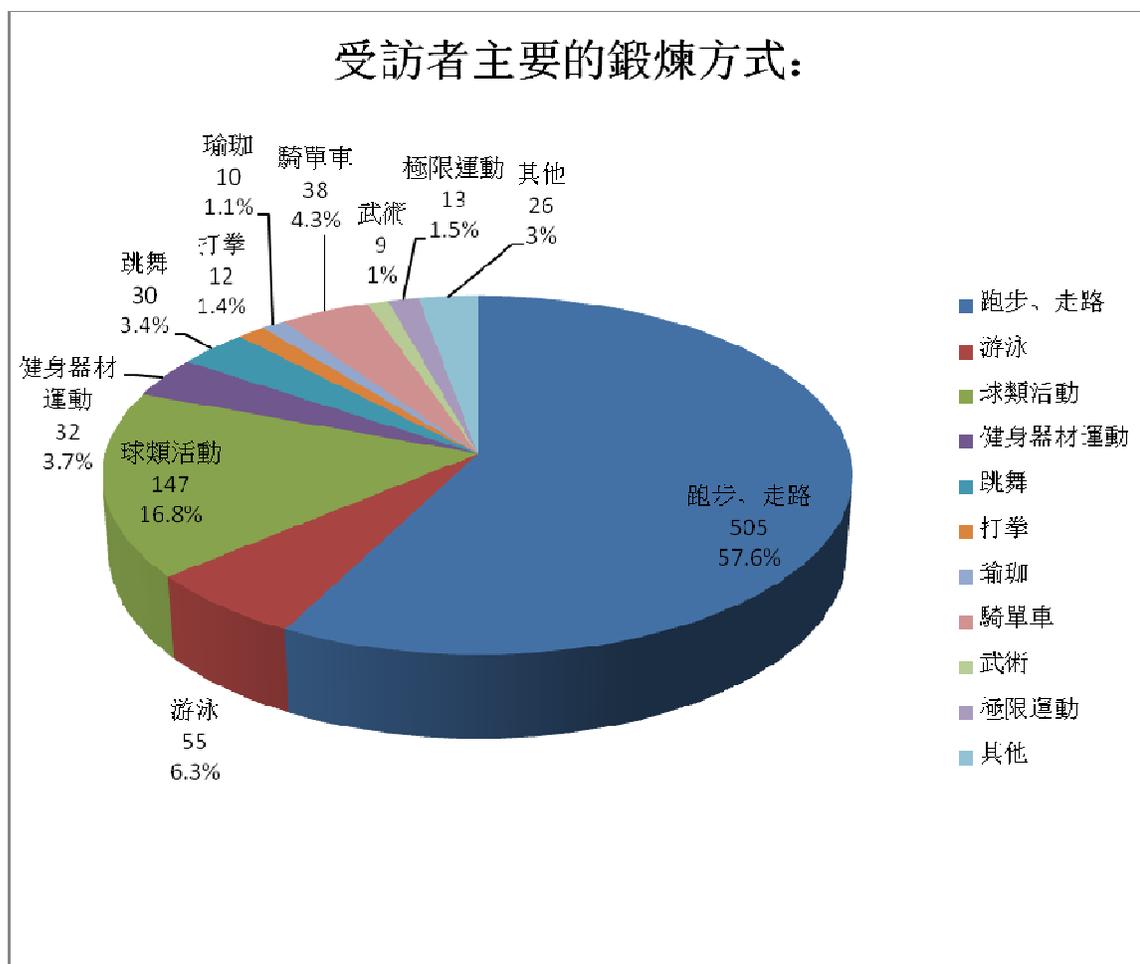


圖 4：受訪者主要的鍛煉方式

“受訪者使用公共體育設施的情況”，131 人（15%）經常使用公共體育設施，656 人（74.9%）人偶爾使用公共體育設施，89 人（10.2%）從未使用過公共體育設施。見圖 5：

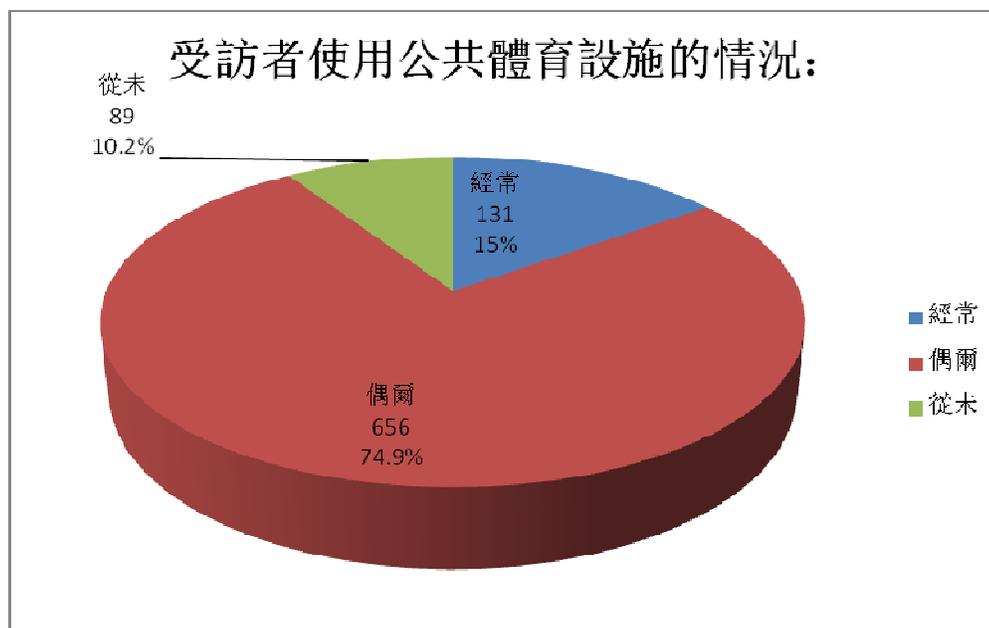


圖 5：受訪者使用公共體育設施的情況

“通常受訪者從家去進行體育活動的場所需要的時間”，5 分鐘以內的有 116 人 (13.2%)，5-15 分鐘的有 352 人 (40.2%)，15-30 分鐘的有 283 人 (32.3%)，30-60 分鐘的有 80 人 (9.1%)，60 分鐘以上的有 45 人 (5.1%)。見圖 6：

通常，受訪者從家去進行體育活動的場所需要的時間：

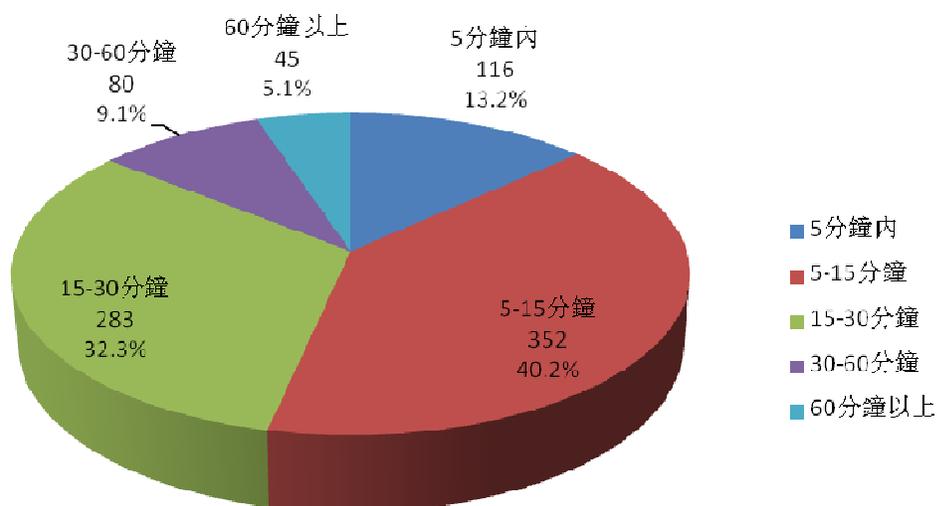


圖 6：通常，受訪者從家去進行體育活動的場所需要的時間

“你喜歡鍛煉地方是哪里”，192 人（21.9%）選擇學校，170 人（19.4%）選擇體育館，146 人（16.7%）選擇自己/朋友家里，99 人（11.3%）選擇公園，79 人（9%）選擇健身房，65 人（7.4%）選擇社區健身器材/場所，63 人（7.2%）選擇戶外廣場，13 人（1.5%）選擇其他；49 人（5.6%）不鍛煉。見圖 7：

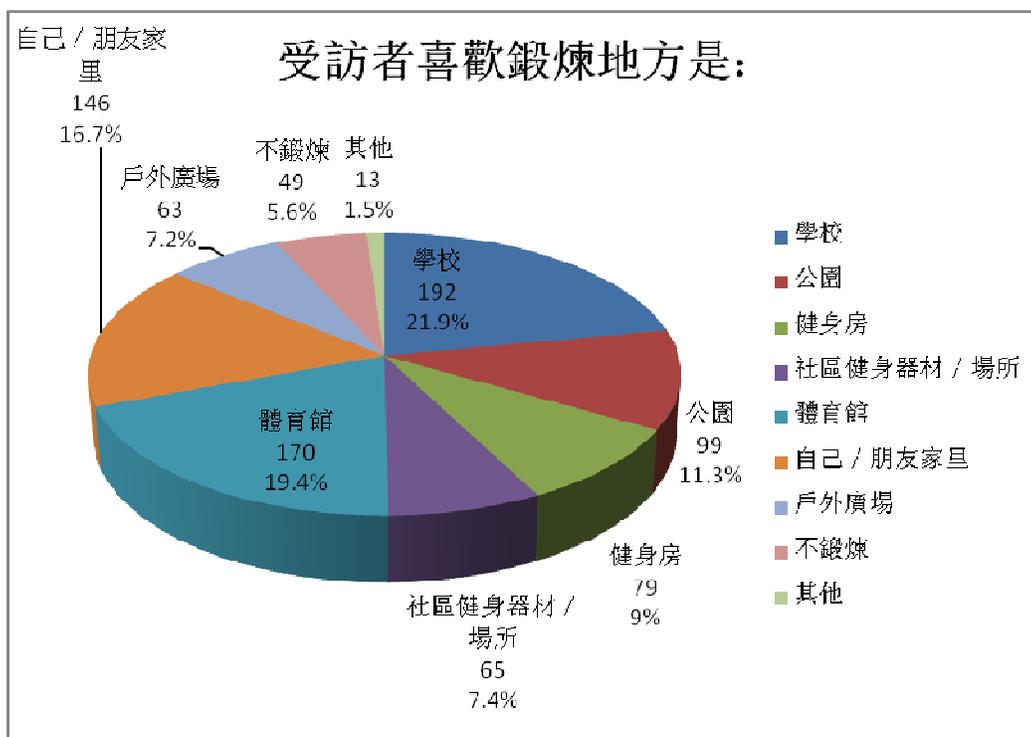


圖 7：受訪者喜歡鍛煉的地方

“你較多使用的公共體育設施”，本題為多選題。在全部 876 名有效受訪者中，352 人較多使用健身路徑（散步、慢跑），341 人較多使用籃球場，279 人較多使用泳池，274 人較多使用羽毛球場，135 人較多使用單車徑，131 人較多使用田徑運動場，110 人較多使用社區體育器械活動場地/健身室，79 人較多使用乒乓球場，56 人較多使用足球場，33 人較多使用桌球室，17 人較多使用網球場，16 人較多使用排球場。見圖 8：

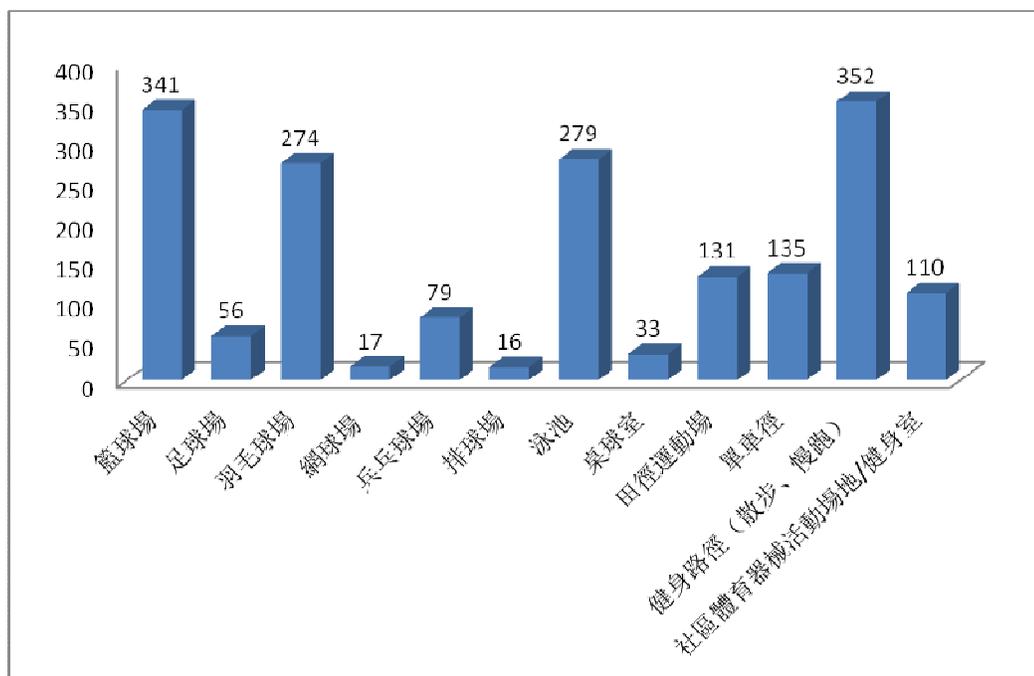


圖 8：受訪者較多使用的體育設施

“認為本澳最需要增設的公共體育設施”，本題為多選題。在全部 876 名有效受訪者中，335 人選擇單車徑，252 人選擇羽毛球場，234 人選擇籃球場，196 人選擇水上運動場所，162 人選擇泳池，152 人選擇社區體育器械活動場地/健身室，139 人選擇極限運動場所，135 人選擇健身路徑（散步、慢跑），81 人選擇田徑運動場，77 人選擇網球場，75 人選擇足球場，62 人選擇桌球室，50 人選擇乒乓球場，41 人選擇排球場，選擇其他（如溜冰場、舞蹈室）的有 38 人。見圖 9：

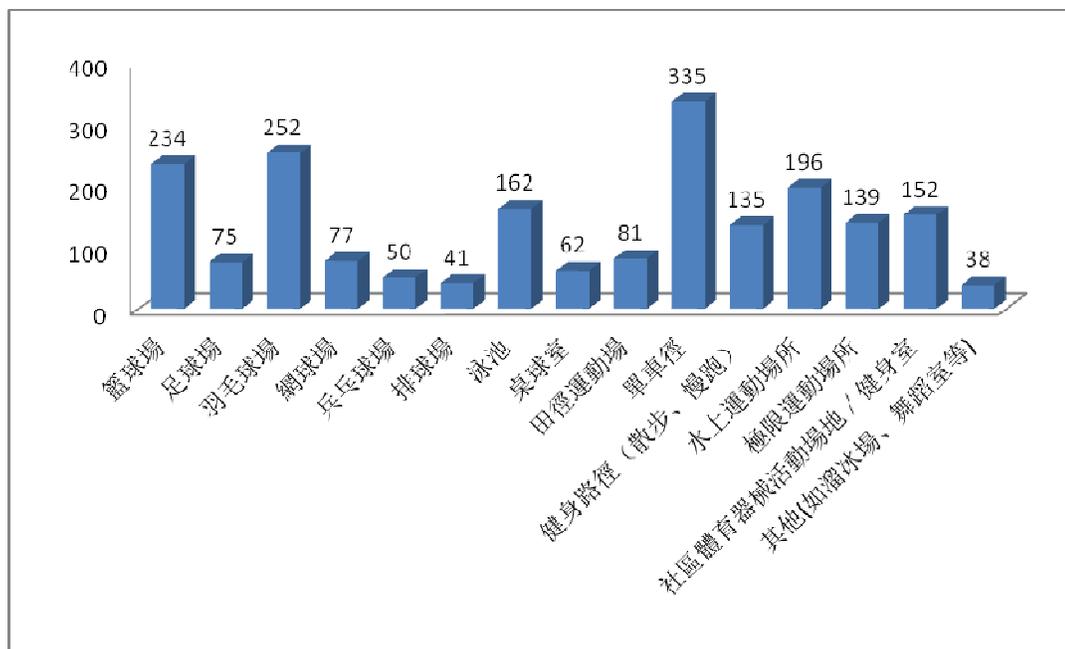


圖 9: 受訪者認為本澳最需要增設的公共體育設施

“受訪者對本澳公共體育設施的總體滿意程度”，表示非常滿意的有 15 人 (1.7%)，表示滿意的有 159 人 (18.2%)，表示一般的有 495 人 (56.5%)，表示不太滿意的有 157 人 (17.9%)，表示非常不滿意的有 50 人 (5.7%)。見圖 10:

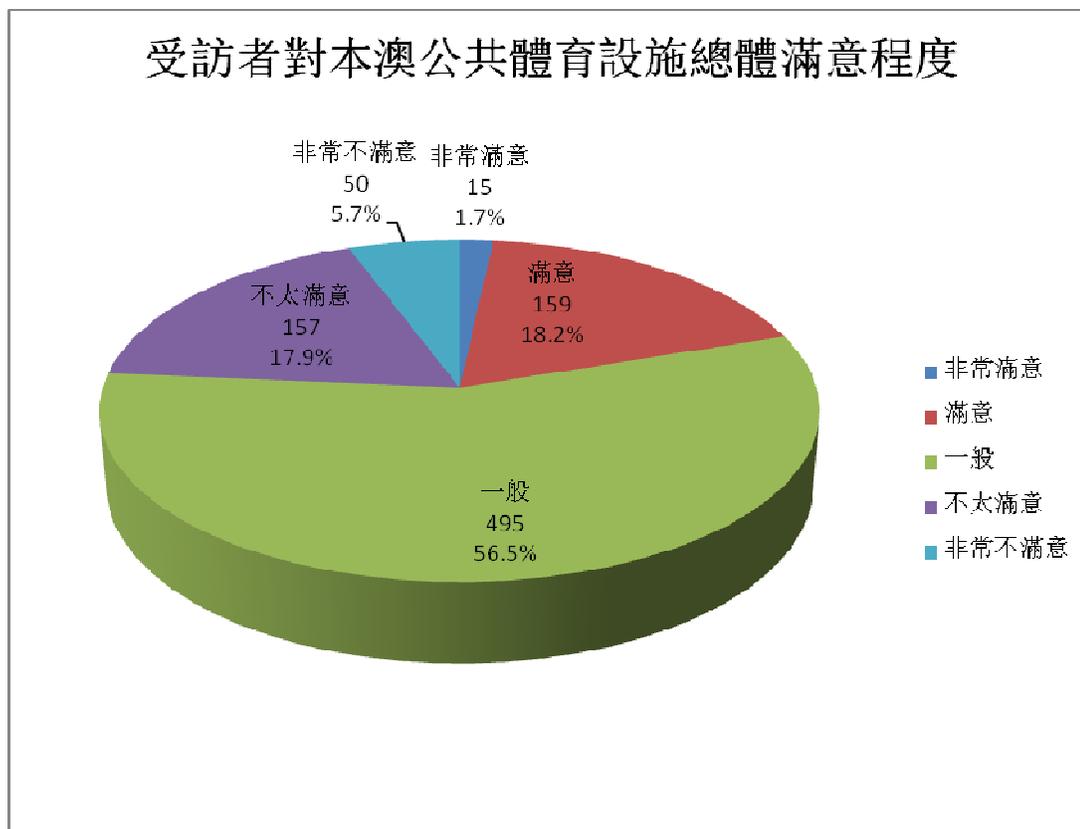


圖 10: 受訪者對本澳公共體育設施的總體滿意程度

“受訪者對本澳公共體育設施在種類方面的滿意程度”，表示非常滿意的有 27 人 (3.1%)，表示滿意的有 204 人 (23.3%)，表示一般的有 485 人 (55.4%)，表示不太滿意的有 128 人 (14.6%)，表示非常不滿意的有 32 人 (3.7%)。見圖 11:

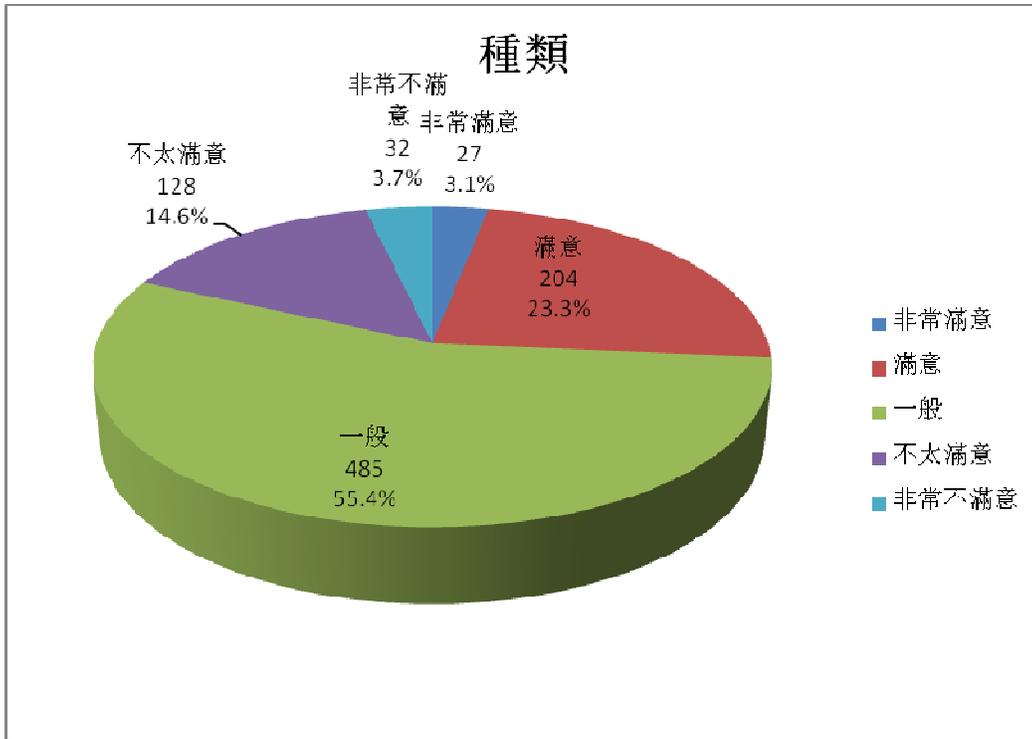


圖 11：受訪者對本澳公共體育設施在種類方面的滿意程度

“受訪者對本澳公共體育設施在分佈合理程度的滿意程度”，表示非常滿意的有 19 人 (2.2%)，表示滿意的有 167 人 (19.1%)，表示一般的有 409 人 (46.7%)，表示不太滿意的有 216 人 (24.7%)，表示非常不滿意的有 65 人 (7.4%)。見圖 12：

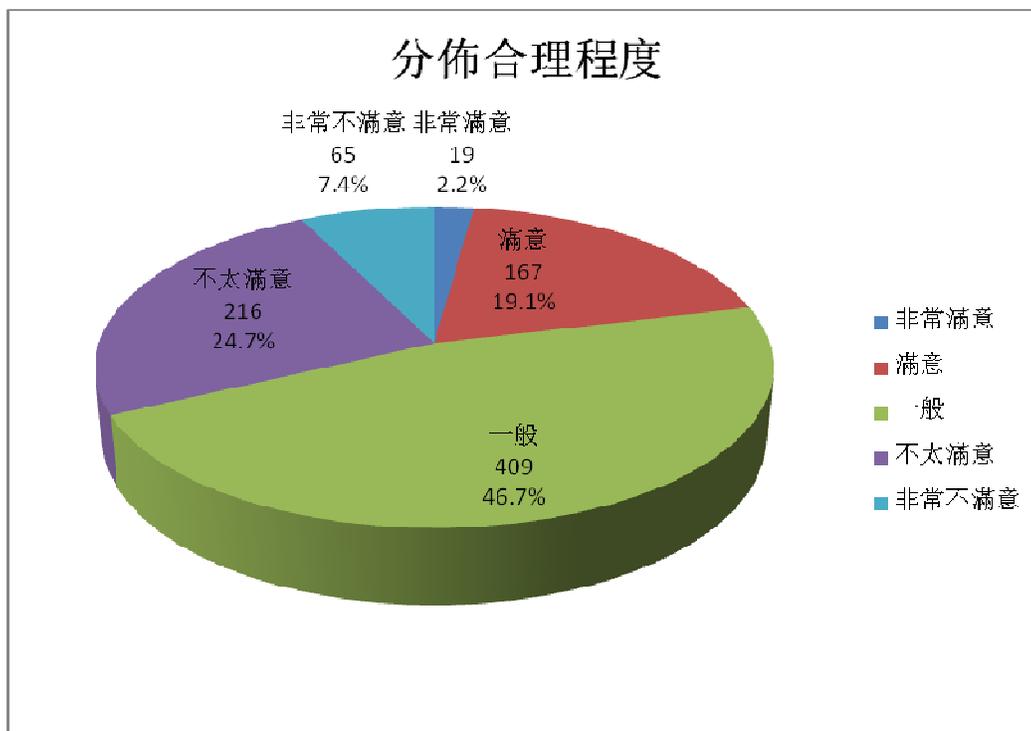


圖 12: 受訪者對本澳公共體育設施在分佈合理性方面的滿意程度

“受訪者對本澳公共體育設施在安全性方面的滿意程度”，表示非常滿意的有 45 人 (5.1%)，表示滿意的有 307 人 (35%)，表示一般的有 423 人 (48.3%)，表示不太滿意的有 77 人 (8.8%)，表示非常不滿意的有 24 人 (2.7%)。見圖 13:

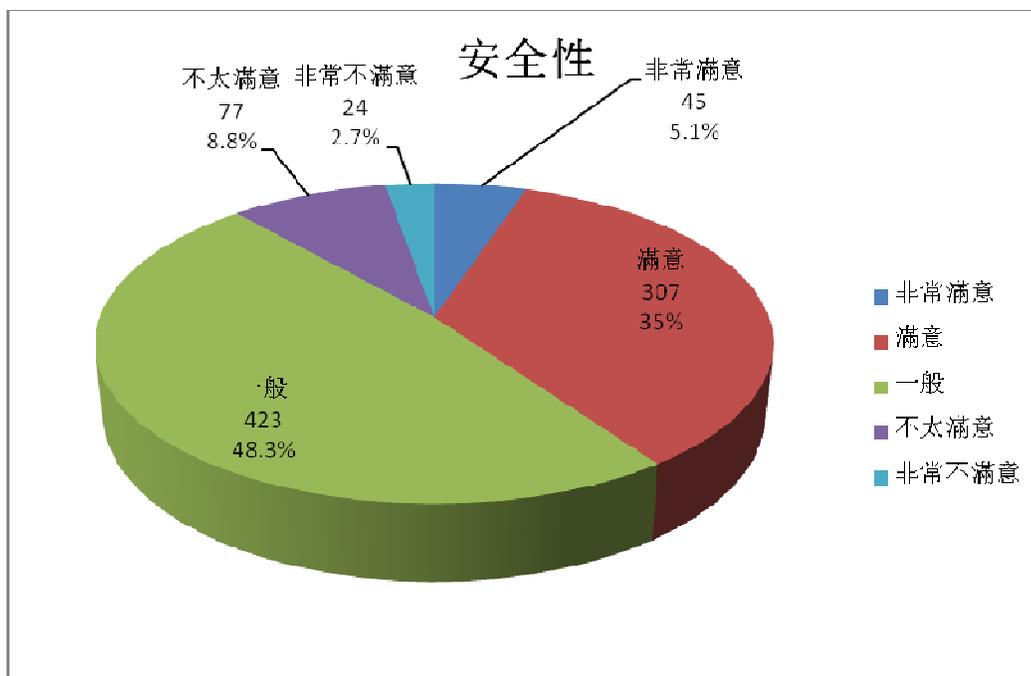


圖 13: 受訪者對本澳公共體育設施在安全性方面的滿意程度

“受訪者對本澳公共體育設施在配套管理和服務方面的滿意程度”，表示非常滿意的有 29 人 (3.3%)，表示滿意的有 187 人 (21.3%)，表示一般的有 469 人 (53.5%)，表示不太滿意的有 143 人 (16.3%)，表示非常不滿意的有 48 人 (5.5%)。

見圖 14:

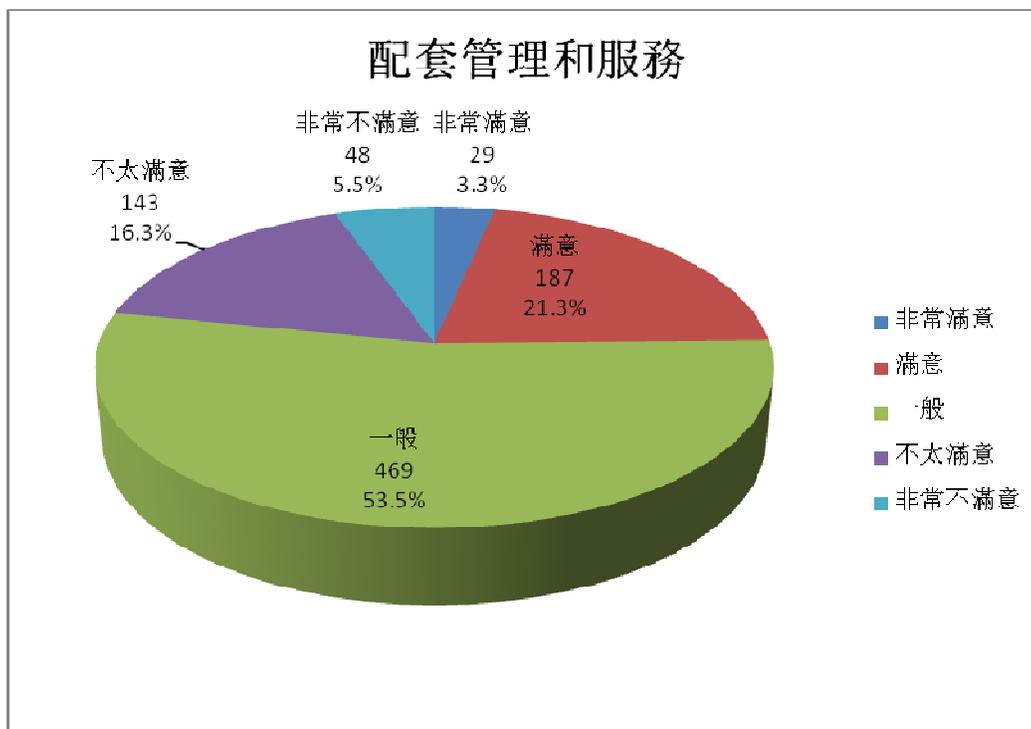


圖 14: 受訪者對本澳公共體育設施在配套管理和服務方面的滿意程度

“受訪者對本澳公共體育設施在環境與衛生方面的滿意程度”，表示非常滿意的有 39 人(4.5%)，表示滿意的有 239 人(27.3%)，表示一般的有 405 人(46.2%)，表示不太滿意的有 151 人 (17.2%)，表示非常不滿意的有 42 人 (4.8%)。見圖 15:

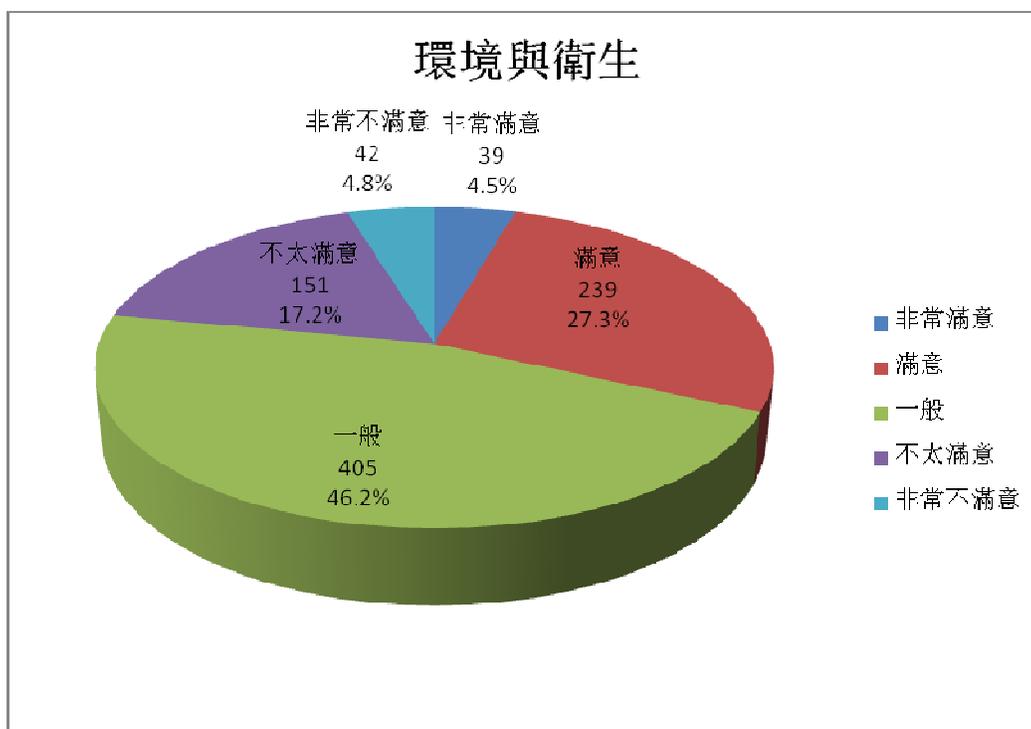


圖 15: 受訪者對本澳公共體育設施在環境與衛生方面的滿意程度

“受訪者對本澳公共體育設施在收費方面的滿意程度”，表示非常滿意的有 51 人 (5.8%)，表示滿意的有 199 人 (22.7%)，表示一般的有 418 人 (47.7%)，表示不太滿意的有 128 人 (14.8%)，表示非常不滿意的有 80 人 (9.1%)。見圖 16:

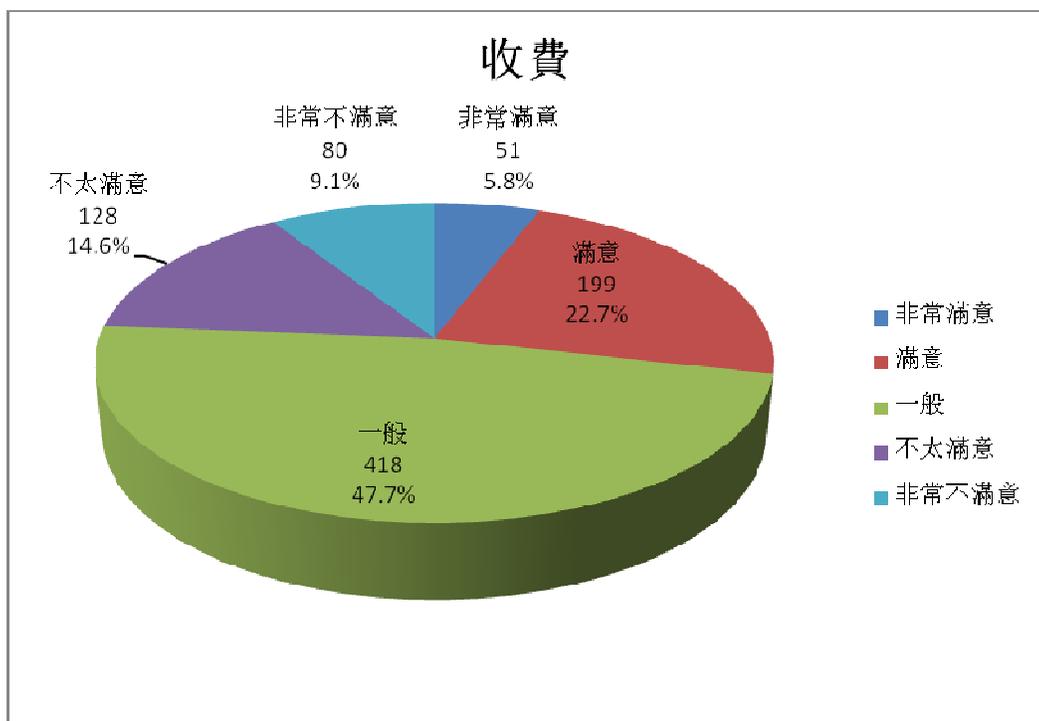


圖 16: 受訪者對本澳公共體育設施在收費方面的滿意程度

“受訪者認為本澳的公共體育設施主要存在的問題”，本題為多選題。反映較多的問題依次為：

認為“公共體育設施數量不足，不能滿足大部分人的需求”的有 571 人；

認為“公共體育設施分佈不合理，前往的時間太長”有 344 人；

認為“公共體育場所收費太貴，對學生優惠不夠”的有 285 人；

認為“公共體育設施的類型太少”的有 260 人；

認為“公共體育設施陳舊、損壞，不能滿足健身需求”的有 251 人；

認為“公共體育設施的共享率比較低”的有 207 人；

認為“公共體育設施和場所的衛生環境差，不安全”的有 158 人；

認為“公共體育設施缺乏專人指導”的有 124 人；

認為“公共體育設施的建設和社區發展不配套”的有 82 人；

認為“公共體育設施預訂機制不合理”的有 46 人；

選擇“其他”的有 10 人，另有 45 人選擇“不清楚 / 不了解”。見圖 17：

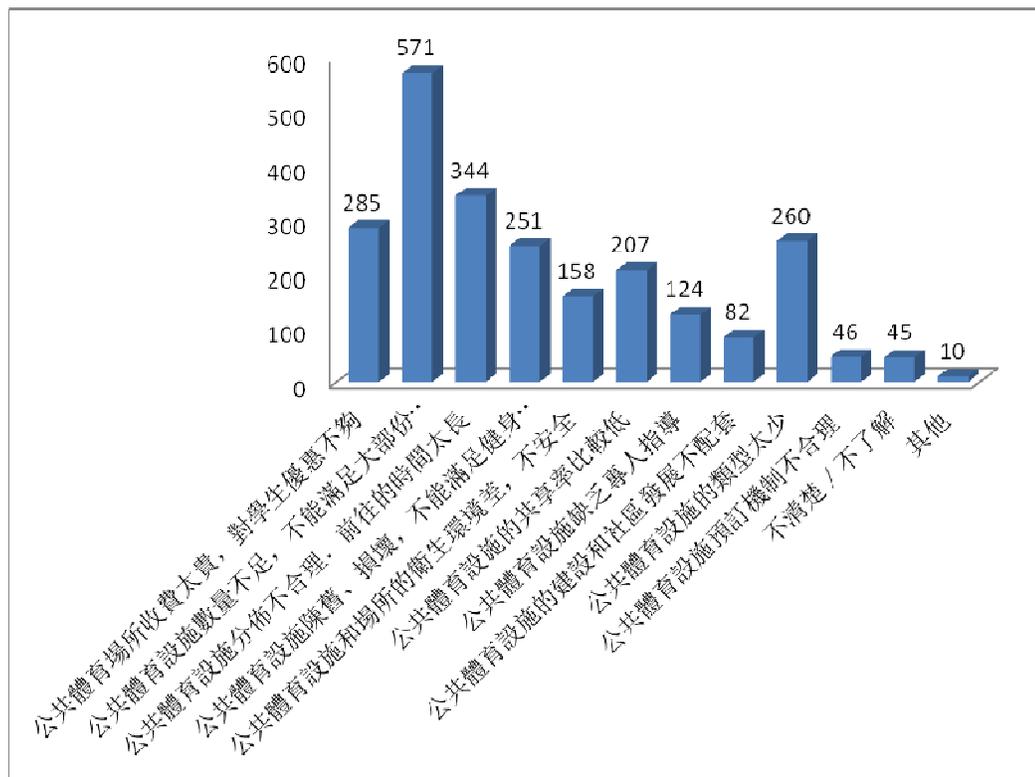


圖 17：受訪者認為本澳的公共體育設施主要存在的問題（多選）

第三章 總結與建議

根據以上資料分析，研究人員總結出以下幾項主要的研究發現：

1、本澳中學生平均每天用於體育鍛煉的時間明顯不足。如果按照“每天運動一小時”的標準衡量，達標的中學生還不到兩成，兩成人的運動時間為 30-60 分鐘，三成人為 10-30 分鐘，三成人少於 10 分鐘甚至不鍛煉。

2、跑步和走路是本澳六成中學生最主要的鍛煉方式；排在其次的是球類活動，有 16.8%的中學生將其作為主要鍛煉方式；以其他體育運動類型作為主要鍛煉方式的中學生比例較少。

3、受訪者喜歡鍛煉的地方，前三位分別為學校（21.9%）、體育館（19.4%）、自己/朋友家里（16.7%）

4、八成本澳中學生只是偶爾使用公共體育設施。本澳中學生通常使用的公共體育設施，按使用頻率劃分，使用最多的為健身路徑（散步、慢跑）、籃球場、泳池、羽毛球場；使用較多的為單車徑、田徑運動場、社區體育器械活動場地/健身室；其他如乒乓球場、桌球室、網球場、排球場等排位靠後。

5、本澳中學生認為最需要增設的公共體育設施，按需求程度劃分，最為需求的依次是單車徑、羽毛球場、籃球場、水上運動場所；泳池、社區體育器械活動場地/健身室、極限運動場所、健身路徑（散步、慢跑）等有較多需求；受訪者對

田徑運動場、網球場、足球場、桌球室、乒乓球場、排球場等也有所需求。

6、本澳中學生對本澳公共體育設施的總體滿意程度一般，表示“滿意”或“非常滿意”的受訪者不足兩成，超過五成的受訪者表示“一般”，表示“不太滿意”或“非常不滿意”的受訪者超過兩成。

具體而言，本澳中學生對本澳公共體育設施的評價，在安全性方面滿意度最高，滿意率達到四成以上，但仍有近五成受訪者表示滿意程度“一般”；其次，三成多受訪者對環境與衛生表示“滿意”或“非常滿意”；對種類、收費、配套管理和服務的滿意程度一般，表示“滿意”或“非常滿意”的受訪者均在二成五左右；而本澳中學生對公共體育設施最為不滿的方面，則是其分佈合理程度，表示“不太滿意”或“非常不滿意”的受訪者達到了三成以上。

7、本澳公共體育設施主要存在的問題，在全部 876 名有效受訪者中，就有 571 人認為“公共體育設施數量不足，不能滿足大部份人的需求”；其次，“公共體育設施分佈不合理，前往的時間太長”也是本澳公共體育設施存在的主要問題；與此同時，抱怨“公共體育場所收費太貴，對學生優惠不夠”、“公共體育設施的類型太少”、“公共體育設施陳舊、損壞，不能滿足健身需求”、“公共體育設施的共享率比較低”的受訪者也分別達到了兩成以上。

因此，研究人員提出以下幾項建議：

1、本澳教育部門、各學校應加強對中小學體育工作的重視程度，確保學生的

鍛煉時間，支持學校體育工作的軟硬件建設，向學生傳達終身體育的理念。

本次調查發現，本澳中學生每日用於體育鍛煉的時間不足，過半數學生每日鍛煉不足半小時，三成學生每日鍛煉不超過 10 分鐘甚至不鍛煉。研究人員認為，這一情形對於青少年健康和體能發展、學生全面素質的提升極為不利。本澳至今對中小學生的體育鍛煉時間沒有相關硬性規定，而內地早在 2007 年就由中共中央、國務院發佈了《關於加強青少年體育增強青少年體質的意見》，確保學生每天鍛煉一小時。本澳政府和教育部門、各學校應確保本澳學生用於體育運動的時間，並出臺相關規定，以保證本澳學生在課堂學習之外進行足夠的體育鍛煉。

同時，各學校應加強對學生體育鍛煉的重視程度，不佔用學生的體育課及體育活動時間，儘量滿足學生的運動需求，充分考慮學生身心發展的主體需要和年齡特徵，透過體育課向學生灌輸終身體育的觀念。

2、本澳的教育、體育相關部門和各學校，應致力於推廣各類體育運動項目，使本澳青少年的體育技能獲得提升。

本次調查發現，跑步和走路仍是本澳中學生最主要的鍛煉方式，除球類運動外的其他運動方式，如單車、游泳、瑜伽、武術等其他運動技能，本澳學生則接觸有限。相關部門應指導、鼓勵、協助及推動青少年對各類體育項目的參與，為青少年學習和參與不同種類的體育項目提供足夠的場地和培訓機會。這將不僅有助於加強青少年的身體素質，更有利於本澳體育事業的長遠和全面發展。

3、本澳政府及體育發展局、相關部門應大力發展公共體育設施的建設。

本地調查發現，本澳中學生對本澳公共體育設施建設的意見頗多，特別是在公共體育設施數量和分佈方面。研究人員認為，在公共體育設施的數量和種類上，本澳政府及體育發展局、相關部門應大力發展公共體育設施的建設，特別是增加本澳的單車徑、健身路徑（散步、慢跑）、羽毛球場、籃球場、泳池及水上運動場所等青少年需求較多的體育設施。

4、大力發展社區公共體育設施；本澳政府或可出臺相關規定，對社區及建築開發商在體育活動場地建設方面提出硬性要求。

受訪者較少在社區公共體育設施鍛煉顯示出社區公共體育設施的不足；同時受訪者也對公共體育設施分佈不合理頗多微詞，市民想要參與某種體育項目，可能需要較長時間前往。而澳門又地域狹小，難以做到公共體育活動場地面面俱到。為此，研究人員建議，可大力發展社區公共體育設施。本澳政府可對社區及建築開發商在體育活動場地建設方面作出相關規定，社區或大廈用於體育活動的場所，其面積大小或比例必須達到一定要求，以滿足居民的需要。特別是泳池、羽毛球場、籃球場、乒乓球場及瑜伽、舞蹈室、桌球室等可在室內場館建設和開展的體育運動項目，完全可以使其成為建築的一部份，既節省占地，又能滿足市民需求。

5、本澳政府和體育發展局，還應加強本澳公共體育設施的相關軟件提升。

例如培訓專業的體育指導人員，適度降低甚至免除某些體育活動場地的收費，使公共體育設施的維護、管理和服務更為完善等。

附件一：

圖表目錄

圖 1：受訪者的性別	3
圖 2：受訪者的年級	4
圖 3：受訪者平均每天用於體育鍛煉的時間	5
圖 4：受訪者主要的鍛煉方式	6
圖 5：受訪者使用公共體育設施的情況	7
圖 6：通常，受訪者從家去進行體育活動的場所需要的時間.....	8
圖 7：受訪者喜歡鍛煉的地方	9
圖 8：受訪者較多使用的體育設施	10
圖 9：受訪者認為本澳最需要增設的公共體育設施.....	11
圖 10：受訪者對本澳公共體育設施的總體滿意程度.....	12
圖 12：受訪者對本澳公共體育設施在分佈合理性方面的滿意程度.....	14
圖 13：受訪者對本澳公共體育設施在安全性方面的滿意程度.....	15
圖 14：受訪者對本澳公共體育設施在配套管理和服務方面的滿意程度.....	16
圖 15：受訪者對本澳公共體育設施在環境與衛生方面的滿意程度.....	17
圖 16：受訪者對本澳公共體育設施在收費方面的滿意程度.....	18
圖 17：受訪者認為本澳的公共體育設施主要存在的問題（多選）	19

附件二： 澳門學生對公共體育設施滿意程度調查問卷

澳門中華學生聯合總會、澳門青年研究協會主辦
社會文化司 澳門基金會贊助

各位同學們！您好！

本問卷由澳門中華學生聯合總會與澳門青年研究協會合辦，旨在進一步了解本澳學生平日鍛煉的狀況以及對現時公共體育設施的滿意程度，為行政當局及教育機構提供參考數據。本問卷不會收集任何能夠識別身份的個人資料，內容僅供研究之用，絕對保密。感謝您的參與和支持！

公共體育設施是指由政府開設或非政府組織開設的，向公眾開放用於開展體育活動的公益性的體育場(館)的建築物、場地和設備。

1. 性別：1. 男 2. 女
2. 年級：1. 初中 / 中一至中三 2. 高中 / 中四至中六 3. 大學
3. 您平均每天用於體育鍛煉的時間大約是：
60分鐘或以上 30-60分鐘 10-30分鐘 少於10分鐘
基本不鍛煉 完全不鍛煉
4. 您主要的鍛煉方式是：
跑步、走路 游泳 球類活動 健身器材運動 跳舞
打拳 瑜珈 騎單車 武術 極限運動
其他（請注明）_____
5. 您會經常使用公共體育設施嗎？
經常 偶爾 從未
6. 通常，您從家去您進行體育活動的場所需要多長時間？
5分鐘內 5-15分鐘 15-30分鐘 30-60分鐘 60分鐘以上
7. 您喜歡在哪裡鍛煉？
學校 公園 健身房 社區健身器材 / 場所 體育館 自己 / 朋友家里 戶外廣場 不鍛煉
其他（請注明）_____
8. 您使用較多的公共體育設施有？（可多選，最多選三項）
籃球場 足球場 羽毛球場 網球場 乒乓球場 排球場 泳池
桌球室 田徑運動場 單車徑
健身路徑（散步、慢跑） 社區體育器械活動場地 / 健身室
9. 您認為本澳最需要增設的公共體育設施是？（可多選，最多選三項）
籃球場 足球場 羽毛球場 網球場 乒乓球場 排球場 泳池
桌球室 田徑運動場 單車徑
健身路徑（散步、慢跑） 水上運動場所 極限運動場所
社區體育器械活動場地 / 健身室 其他（請注明）_____
10. 您對本澳的公共體育設施總體上感到：
非常滿意 滿意 一般 不太滿意 非常不滿意
11. 請您對本澳的公共體育設施的以下方面分別作出評價：

	非常滿意	滿意	一般	不太滿意	非常不滿意
數量	<input type="checkbox"/>				
種類	<input type="checkbox"/>				
分佈合理程度	<input type="checkbox"/>				
安全性	<input type="checkbox"/>				
配套管理和服務	<input type="checkbox"/>				
環境與衛生	<input type="checkbox"/>				
收費	<input type="checkbox"/>				
12. 你認為本澳的公共體育設施主要存在什麼問題？（可多選，最多選三項）
公共體育場所收費太貴，對學生優惠不夠
公共體育設施數量不足，不能滿足大部份人的需求
公共體育設施分佈不合理，前往的時間太長
公共體育設施陳舊、損壞，不能滿足健身需求
公共體育設施和場所的衛生環境差，不安全
公共體育設施的共享率比較低 公共體育設施缺乏專人指導
公共體育設施的建設和社區發展不配套 公共體育設施的類型太少
公共體育設施預訂機制不合理 不清楚 / 不了解
其他（請注明）_____