

大學生參與桌球運動流暢經驗之研究-以國立中興大學學生為例

許銘華 邱靖華

國立中興大學

摘 要

本研究旨在探討大學生參與桌球運動在流暢經驗上之差異情形。本研究以中興大學選修桌球課之大學生為受試對象，共 273 人。採用問卷調查做為資料蒐集方法，施以翻修後之『流暢狀態量表』(Flow State Scale, FSS) 做為調查之研究工具，並將所測結果以描述統計、單一樣本 t 考驗及單因子變異數分析來進行統計處理。經研究結果顯示：在性別的差異上，男生對流暢經驗的感受顯著高於女生。在不同技術層級的差異上，進階組學生對流暢經驗的感受顯著高於基礎組學生。在不同參與程度的差異存上，課後有參與桌球運動學生對流暢經驗的感受顯著高於課後無參與者。在不同選修次數的差異方面，選修桌球課三次或三次以上的學生在「自成目標經驗」的流暢經驗感受較選修桌球課二次者高；選修桌球課三次或三次以上的學生在「明確的目標」的流暢感受亦顯現出高於選修一次者。

關鍵詞：桌球課、流暢狀態

智慧藏