

性別與運動

中文提要

一、研究緣起及經過

工業革命以後，十九世紀的西方國家在快速工業化過程與社會變遷中，產生了現在所知道的體育與運動，然後再藉由新帝國主義擴散到世界各地。西風東漸，日本的歐化政策，使日本在第一次世界大戰後，躍為亞洲唯一的工業強國，並於二十世紀初期將現代化體育引進殖民地台灣。時至 1920 年代掀起自由平等思潮，新文化運動綻放花朵，其中體育以體操科模式在公學校教育中施行，奠定了爾後台灣體育與運動發展之基礎。

回溯自古希臘奧林匹克運動會舉行以來，運動競技場上幾乎全是男性的天地。近代奧運會創辦後，女子以選手身份參加盛會，始自 1900 年在巴黎舉辦的第二屆奧運會，當時的女子比賽列為表演賽，只有網球與高爾夫兩項運動。

隨著身體與動作文化 (body and movement culture) 的價值受到重視，二次大戰前歐美各國的女子體育與運動界人士，即倡導籌組女性國際會議以促進相互交流；第二次世界大戰後，經由美國體育協會的努力，終於在 1949 年創立了國際女子體育運動協會 (International Association of Physical Education and Sport for Girls and Women, 簡稱 IAPESGW)，並於該年在丹麥首都哥本哈根舉行首屆國際女子體育會議，此後每隔四年在世界各地輪流召開舉辦。首屆會長由美國的 Dorothy Ainsworth 博士擔任，極力推動有關女子體育方面的教育，以及推展女子體育研究與提升婦女地位等任務。此組織歷經五十多年的發展迄今，其重要任務之一為倡議落實 1994 年簽署的「布萊頓宣言」(The Brighton Declaration on Women and Sport)。

「布萊頓宣言」之主旨在於促使女性積極且全面地參與體育運動，進而促進體育的進步。其中所標舉的關注於婦女體育的目標如下：

1. 確保每位婦女與女孩都能夠在一個安全而受支持的環境中參與運動，同時保有個人的權利、尊嚴與尊重。
2. 增加女性在所有層級、功能與角色的運動領域中參與。
3. 確保女性的知識、經驗與價值對於運動發展提出貢獻。

4. 促進大眾對於女性在運動參與上對於公共生活、社區發展與建立健康國家上的貢獻。
5. 促進女性去瞭解運動的內在價值，以及運動對於個人發展與健康生活的貢獻。

國外的婦女體育團體，如國際奧委會女子體育工作小組（IOC Women and Sport Working Group）、加拿大女性體育振興會（Canadian Association of Women And Physical Activity）、澳洲女子體育（Women sport Australia）、日本女子體育協會（Japanese Association for Women in Sport）等莫不發表聲明為實現男女平等、共同發展及世界和平，將遵守布萊頓宣言中所述的各項原則。

至於台灣相關婦女體育組織首見於 1982 年，旋即中斷，至 1999 年再度恢復婦女體育委員會，設立於中華民國體育學會之下。2005 年又成立另一民間組織—台灣女子運動協會（TAWS），推動台灣婦女體育活動，其發展可謂尚在起步階段。

二、研究方法

「性別與體育」在台灣學術界和政策界是個新議題。本研究計畫藉由國外的論述、經驗研究與實務進行整體回顧，再將台灣在理論與實務上的現況，進行回顧、反省與分析，進而提出體育性別政策的具體建議。

三、重要發現

運動項目種類繁多，而且不斷推陳出新。男女兩性基於先天上在身體組成、形態、生理、心理和體適能方面皆有差異，因而影響兩性參與體育運動產生不同的變數。如果從性別的角度分析，目前台灣的體育運動現況與問題如下：

- （一）運動參與者的性別角色與所從事的運動項目之間產生關連，形成以性別分化的運動類型，可將其區分為女性化運動（如舞蹈、啦啦隊、花式溜冰、瑜珈等），中性化運動（如網球、羽球、高爾夫、射箭、保齡球、排球等），男性化運動（如足球、棒球、拳擊、橄欖球、舉重、籃球等）。男性化運動需具有高冒險性、強壯、大肌肉等特質，而女性運動員在激烈的運動競技中，表現出男性化的特質象徵。此種分化也在學校體育中展現，男性教師較少教授舞蹈課程，而女性教師較少教授棒球、足球等課程。

- (二) 不論從競技運動或休閒運動的角度觀之，除了棒球、足球等多年來在體壇佔主流的男子運動項目外，女子運動也開始頻頻出現在媒體報導中。不過男女參與運動被報導的比例懸殊，電視媒體報導男性參與運動的訊息則數與播出秒數遠多於女性。而針對女性運動員的報導又經常強調運動員的外表、身體，而非運動專業的表現。
- (三) 關於國人的運動習慣，根據行政院衛生署國民健康局在 2002 年對台灣地區 15 歲以上的國人進行調查，發現男性與女性在運動參與上仍存在差異，男性運動人口多於女性，而且女性長時間的身體活動包含不少家務勞動；亦發現女性不運動的比例幾乎較同年齡男性為高。
- (四) 根據「94 年行政院體育委員會運動城市排行榜調查」發現 2005 年度規律運動人口已由 2004 年的 13.14% 大幅提升至 94 年度 15.50%，增加比例為 2.36%，男女兩性在參與體育運動方面皆有進步。然而女性從事運動休閒活動，相對於男性而言，事實上仍有諸多阻礙，這些阻礙因素包括：社會制約、文化區隔、教育影響、政治干預、經濟困難、公共空間安全、大眾媒體的偏頗等。
- (五) 從現行制度及統計資料分析，體育領域內的男女差距呈現逐漸縮小的趨勢，但是在女子體育運動中，仍然存在諸多問題，較為突顯的問題有：
1. 學校體育教學實踐中不自覺地重塑女子嬌柔和男性氣概。
 2. 女性參與體育活動的比例較之同年齡男性普遍偏低。
 3. 女性體育領導人嚴重匱乏。
 4. 新聞媒體報導女性參與競技運動的廣度與深度不足。
 5. 台灣的婦女體育組織組織薄弱。

四、主要建議

在廣闊的體育領域中，如何使台灣的競技體育、休閒體育、學校體育推向男女平等的目標，進而提高女性的整體素質及社會地位，可以透過政府政策、媒體報導、學校教育、學術研究、人才培育等方式行之。具體建議如下：

- (一) 提高各體育運動相關委員會中女性委員的人數與比例，重視女性在體育決策中的發言，並將女性議題置於較高的討論順位。
- (二) 體育運動的統計資料應有性別變項，並據以進行性別觀點的分析，以瞭解不同性別的運動處境。對於各項體育運動政策以性別觀點進行評估。預算

編列優先考量對於不同性別者的友善運動環境建制。無論在領導決策、預算、獎金、教練，都應注重性別平等。並根據國家法令成立防治性騷擾的組織、訂定明確的申訴與處理流程、提供足夠之防治性騷擾資訊。

(三) 利用性別平等教育法的法源基礎，針對台灣特殊國情，參照如美國的規定：

「女性運動員所佔比例必須與學校女學生總人數所佔比例接近」，進一步制訂可以操作化的具體規定。

(四) 在體育師資培育院校開設性別相關課程，確保所有學生（未來體育教師）都能夠接觸女性運動議題，並瞭解女性的特殊需求。鼓勵以性別（女性主義）觀點從事體育學術研究。

(五) 經由培訓與聘任增加學校女性體育教師之人數。體育老師教學應儘量求多樣化。鼓勵非競爭性（強調合作、每個人都贏）的遊戲與運動。體育教科書在圖文安排的數量與內容上，不要存在性別偏差。校園體育運動空間應求多樣化，不要侷限在某一種特定運動空間。

(六) 提高媒體女性從業人員的比例，對於現職人員進行性別平等教育在職訓練。增加女性運動（員）與非競爭型運動的報導數量，並加強傑出女性運動之報導，提供女性運動之典範。性別相關資訊，應該公平公正地處理。強調運動對於促進身心健康之正面裨益。

(七) 社區提供對於婦女與小孩安全、多元、可及而友善的運動空間或設施。

關鍵字：性別平等、女性主義、男性氣概、同性戀

Gender and Sports

Abstract

It is claimed that sports belong to men's territory. Women are excluded or only encouraged to participate in some areas in which femininity is reinforced. Obviously, men own much more public resources and opportunities to participate in sports; on the contrary, women are constrained by social and economic factors. Therefore, men are honored by their competence in sports field. However, women play the roles of cheer leaders. This reinforces the important role of men in our society.

This paper deals with the interaction of sports and gender structure and how sports construct masculinity and gender order. In chapter 2, we discuss the physical difference of men and women in terms of body structure, respiration, balance etc. It is assured that the difference does not represent the absolute value and it is mainly the consequence of gender value and resources distribution. Physical education at schools is the focus of chapter 3. The training of physical education teachers, gender issues in the textbooks, physical education courses, sports spaces etc. are discussed.

The topic of chapter 4 is professional sports. We analyze the members of sports committees and the distribution of resources of men's and women's professional sports. Based on the analysis of the TV, newspapers, internet and magazines, the following chapter deals with how men's and women's sports are represented in terms of quantity and quality. In chapter 6, we analyze the constraints that women and girls are facing in social, cultural, and individual level. In chapter 7, it is concerned with how masculinity is constructed in sports, idols, video games and cartoons. We also indicate that in addition to the exclusion of women, homophobia is pervaded in sports. In the last chapter, suggestions to promote gender equity in sports at the government, NPO, schools, and individual levels are proposed.

目錄

中文提要	i
Abstract	v
目錄	vi
表目錄	viii
圖目錄	ix
第一章 前言	1
第二章 男女身體的生理差異	5
第一節 運動生理學上對於男女生理差異的討論	5
第二節 男女在奧運項目中的表現情形	11
第三節 社會如何建構運動場上的性別	22
第四節 建議	30
第三章 學校體育	31
第一節 國外性別平等教育法與實行過程	31
第二節 天生差異／社會建構	34
第三節 校園運動空間歧視與設施不足	36
第四節 教科書、體育課程與兩性平等	45
第五節 學校體育教師與兩性的連結	50
第四章 競技運動中的性別課題	57
第五章 媒體中的女性與運動	69
第一節 電視體育新聞中的女性與運動	69
第二節 報紙新聞中的女性與運動	75
第三節 運動雜誌中的女性與運動	78
第四節 運動網站中的女性與運動	81
第五節 體育新聞從業人員之專業性	82
第六節 小結與建議	85
第六章 女性從事運動休閒之阻礙	87
第一節 女性成長歷程中的體育參與概況	89
第二節 婦女的運動休閒處境	98
第三節 結論與建議	107
第七章 運動與男性氣概	119

第一節	運動強調之男性價值	120
第二節	作為男性成年儀式之運動	122
第三節	運動偶像之型塑	126
第四節	運動中的非運動元素	128
第五節	運動電玩與運動漫畫中複製之男性氣概	130
第六節	恐同與男性氣概強化	137
第七節	小結與建議	139
第八章	政策建議	141
附錄		147
附錄一：	體育白皮書諮詢委員會第 1 次會議會議紀錄	147
附錄二：	體育白皮書諮詢委員會第 2 次會議會議紀錄	152
附錄三：	體育白皮書諮詢委員會第 3 次會議暨各議題撰述構想簡報會議紀錄	156
附錄四：	體育白皮書諮詢委員第 4 次暨第 5 次會議會議紀錄 ...	161
附錄五：	體育白皮書諮詢委員會第 6 次會議會議紀錄	170
附錄六：	有關性別平等議題的體育電影	176
參考文獻		185

表目錄

表 3-1 性別平等成績單.....	33
表 3-2 各級學校規律運動人口比例.....	35
表 3-3 台大大學生有規律運動者之人數與每次運動時間.....	36
表 3-4 下課時間男女生活動空間觀察.....	37
表 3-5 健康與體育教科書中非課文圖片人物性別出現次數各版本比較表.....	46
表 3-6 2005 年度全國各級學校專任體育教師性別分布統計表 ..	52
表 4-2 2004 年參加國際性運動賽會之我國選手性別統計	61
表 4-3 國內主要之全國性運動賽事男女選手參與人數.....	61
表 4-4 國內運動賽事競賽獎金的性別差異.....	62
表 4-5 行政院體育委員會設立之各委員會委員性別統計(2004.12.31)	66
表 4-6 行政院體育委員會職員性別統計(2004.03.01-2004.12.31)	66
表 5-1 主與評述員的性別差異.....	70
表 5-2 體育新聞性別比例之分佈.....	73
表 5-3 各運動項目所佔新聞比例之分佈.....	73
表 5-4 女性閱聽眾其電視運動節目之收視行為表.....	74
表 5-5 國內運動雜誌發行現況一覽表.....	79
表 5-6 性別與每天停留在運動網站時間的交差分析.....	82
表 5-7 國內大專院校開設有關運動與媒體課程一覽表.....	84
表 6-1 女性(婦女)運動休閒阻礙因素整理.....	105

圖目錄

圖 2-1 男女生理構造上幾個明顯的差異.....	6
圖 2-2 男女訓練前後生理能力比較.....	9
圖 2-3 奧運 100 公尺自由式男女記錄比較.....	12
圖 2-4 世界記錄 100 公尺自由式男女記錄比較.....	12
圖 2-5 奧運 100 公尺短跑男女記錄比較.....	13
圖 2-6 世界紀錄 100 公尺短跑男女記錄比較.....	13
圖 2-7 世界記錄 20 公里競走男女成績比較.....	14
圖 2-8 世界記錄 20 公里競走男女成績比較.....	15
圖 2-9 世界競速滑冰 500 公尺記錄男女比較.....	15
圖 2-10 世界競速滑冰 1500 公尺記錄男女比較	16
圖 2-11 田徑項目男女表現達成率.....	17
圖 2-12 游泳項目男女表現達成率.....	18
圖 2-13 舉重項目男子表現達成率.....	19
圖 2-14 舉重項目女子表現達成率.....	20
圖 2-15 射擊項目男子表現達成率.....	21
圖 2-16 射擊項目女子表現達成率.....	21
圖 2-17 運動與特質、性別的界定.....	27
圖 5-1 運動性別類型之劃分（引自陳益祥，1999）.....	51
圖 6-1 2002 年國人運動習慣調查：無運動習慣之性別比例	88
圖 6-2 各校設置場館情形.....	92
圖 6-2 各校設置場館情形.....	92
圖 6-3 男女家務分工比例.....	99

第一章 前言

性別在體育學術與政策界仍然是一個陌生而受到忽視的課題。根據 1999 年版的中華民國體育白皮書，其中涉及性別議題的只有，關於推展全民運動所面臨之問題一項：「婦女體育忽視 (sic)」。文中指出，婦女運動長期未受鼓勵，參與運動比率極低。如何針對婦女需求，規劃設計適合不同生命階段婦女的休閒運動是刻不容緩的事情。而其因應策略中，相關的有，重視兩性平權、鼓勵婦女參與運動、規劃各類親子活動，與提倡家庭休閒運動。鼓勵各機關、機構、學校、民間企業及社會團體提供婦女休閒運動場所；研發並宣導婦女從事之運動種類項目和方法。白皮書中最後所提出的體育發展願景則有一項與性別相關，但是將婦女與兒童及老人並列，要求針對兒童婦女老人發展適合之活動、提供適當運動設施、培養運動指導人才。

2002 年出版的台北市體育白皮書中，在所討論的八大項目中有一項與性別有關，但是同樣將婦女與兒童並列：「倡導婦幼活動、增進身心健康」。其所提出之施政願景為：輔導成立婦女運動團體、規劃擴大辦理婦幼運動、有效推廣親子育樂活動，期以達成倡導婦女運動風氣、提高婦女固定參與運動人口及增加婦女體育活動之目標。

行政院婦女權益促進委員會於 2004 年通過「婦女政策綱領：平等參與、共治共決」，其政策內涵共有六項，包括婦女政治參與、婦女勞動與經濟、婦女福利與脫貧、婦女教育與文化、婦女健康與醫療、婦女人身安全。與運動/體育較為相關的僅有，強化性教育以及落實對婦女友善的醫療環境等項目。教育部雖於 1997 年成立兩性教育委員會（現已改名為性別平等教育委員會），但是也是在近一、二年才要求教育部所屬的體育司擬定符合性別平等精神的體育政策。

在這樣的脈絡之下可知，台灣的體育界幾乎很少討論性別的議題，至多只是在各種運動調查項目中有性別這個變項而已。而性別研究學術界以及婦女團體也還沒有照顧到體育運動這個面向。近年來，雖然性別與體育慢慢相遇，但是即使有興趣有熱誠，卻也經常不知道從何入手，難以具體提出體育可以與性別發生怎樣的關係。因此，本研究計畫（作為撰寫白皮書的前導）先將國外的論述、經驗研究與實務進行整體回顧，再將台灣的現況（包括理論與實務）進行回顧與反省，進而提出體育性別政策的建議。

現在我們所知道的體育/運動，其實是近代的產物；是 19 世紀西方快速工業

化過程中特定的社會情境下的產物，然後再透過移民、模仿、帝國主義擴散到世界各地。

運動做為男人的領域，極力主動排除女人參加，或者把女人局限在加強傳統女性氣質的運動項目；而女人也因為社會與經濟的阻礙因素難以參加體育運動。男人顯然享有較多的機會與公共資源參與運動。而在公共場合榮耀男運動員的成就，女人卻做為啦啦隊或者觀眾，更加強化了男人在社會中佔有重要的位置。

男人認為運動屬於男人的領域，如果有女人參與，會危及男人的榮譽感。男人在田徑、球賽，可以輸給很多男性，但是輸給一位女性就會覺得很丟臉。

結果運動不只傷害女人，也傷害男人，讓男人缺乏感情與親密表達的能力。男人要表達對彼此的喜歡，卻只能經由嘲弄與打鬥，因為親密會受到懷疑。再者男人的運動過於注重抽象的成就，例如贏、紀錄；將身體視為工具，置身心傷害於不顧。No pain, no gain. 運動使用很多戰爭的比喻，將對手視為敵人。事實上，運動的愉悅應該在於創造、技能、藝術的提升，輸贏應該在其次。而且，其實運動中最高峰的經驗，往往必須依賴對手(敵手)同樣高超的表現，所以是雙方合力達成，那為甚麼要那麼在意贏呢？

本研究首先說明運動如何與社會的性別結構互動，如何在運動中建構男性氣概的價值。第二章討論男女的生理差異(包括身體結構、呼吸、平衡等)，一方面說明差異並非代表全然的優劣(要看評價的標準為何？)，一方面說明男女運動表現的差異有更大的因素是受到社會文化中的性別價值與性別資源分配差異的影響。第三章探討學校體育的性別建構，包括體育師資培育、健體教科書中的性別、體育課的教學策略與學習經驗及校園運動與更衣盥洗空間的問題。第四章討論競技體育，包括掌握體育政策擬定與資源分配委員會中的性別權力關係、男女運動賽事的資源分配差異(如獎金)，以及台灣男女競技運動的表現差異。第五章討論電視、報紙、網路以及雜誌等媒體從業人員的性別結構、男女從業人員報導的差異，以及對於男女運動員報導的質與量(版面)的差異。第六章從物質條件(包括資源分配、空間)、社會性別價值、教育到個人認知等層面探討女性運動所面臨的阻礙。第七章從運動、運動偶像、運動電玩、運動漫畫等不同領域探討其中如何建構男性氣概，一方面排除女性，一方面歧視運動表現不符期望的男性。緊接著討論運動在排除女性的同時，除了確保男性的榮譽感之外，也展現同性戀恐懼症，因而也導致進入體育界的男性必須過著認同體育以及同志認同斷裂的生活。最後在第八章則分別就中央各級政府單位、民間團體、學校(校園空間、政策、

師資培育、教法、教科書撰寫)、個人等不同層次，提出具體的促進運動中性別平等的策略建議。

第二章 男女身體的生理差異

男女身體天生有別，對多數人而言，似乎不辯自明。討論運動與性別議題時，生理差異也是最容易聯想到的元素。一般人經常認為，運動表現是一種「天生」的結果，例如女性柔軟度佳，而男性瞬間爆發力出色；然而生理差異似乎不是那麼單純的影響體育表現。接下來要進行的分析，一部份是從科學角度進行實際測量的生理差異，另一部份要指出的是，生理差異是一種社會積累的結果，實驗或研究受測者的身體往往已經是一個社會化了的身體，從這裡，我們進一步反思生理差異之於運動表現，如何在社會化的過程中被擴大，或是有何種可能，及在競技紀錄歷史中得以縮小，或許可以從這些要點對生理差異與體育進行探討。

第一節 運動生理學上對於男女生理差異的討論

普遍上我們都知道男女在生理構造上有差異，這些差異會影響運動上的表現。男女身體在生理上的差異包括骨骼、肌肉、脂肪，這也與其參與運動的表現上有緊密的關係。試著從骨骼、肌肉、能量、乳酸、氧系統、肺與呼吸、血液循環、身體組成、改善空間、神經系統與特殊能力幾個部分來看男女間身體的差異，同時也連結至相關的運動項目，以瞭解男女身體生理差異對運動能力的影響。

一、在骨骼上的差異

一般而言，女性較男性的骨架小而短，骨密度也較低，在 30 到 40 歲的骨密度正處一生顛峰期之時，女性的骨峰值低於男性，該期維持五到十年(鄧樹勳、王健，2004)。股構造上較為明顯的差異是女性的骨盆較寬、深，這使得女性的股骨能夠展現比男性更明顯的角度。女性在跑步時，股骨的角度會帶來身體橫向的扭轉，而軀幹則需要創造一個反扭轉的力量使身體維持平衡，故會影響女性的跑步效率。亦有研究發現，女性的步幅較同樣身高水準的男性來得大，觸地次數少。而在上肢的部分，女性肩膀較男性窄，肱骨相對短小；前臂除短小外，比男性有些微角度上的差距。這或許可以解釋標槍總是女性最差的項目，而在鉛球項目，女性可以經由身體的旋轉而增加動力彌補前臂與肱骨角度與長度上的差異(Dyer, 1982)。

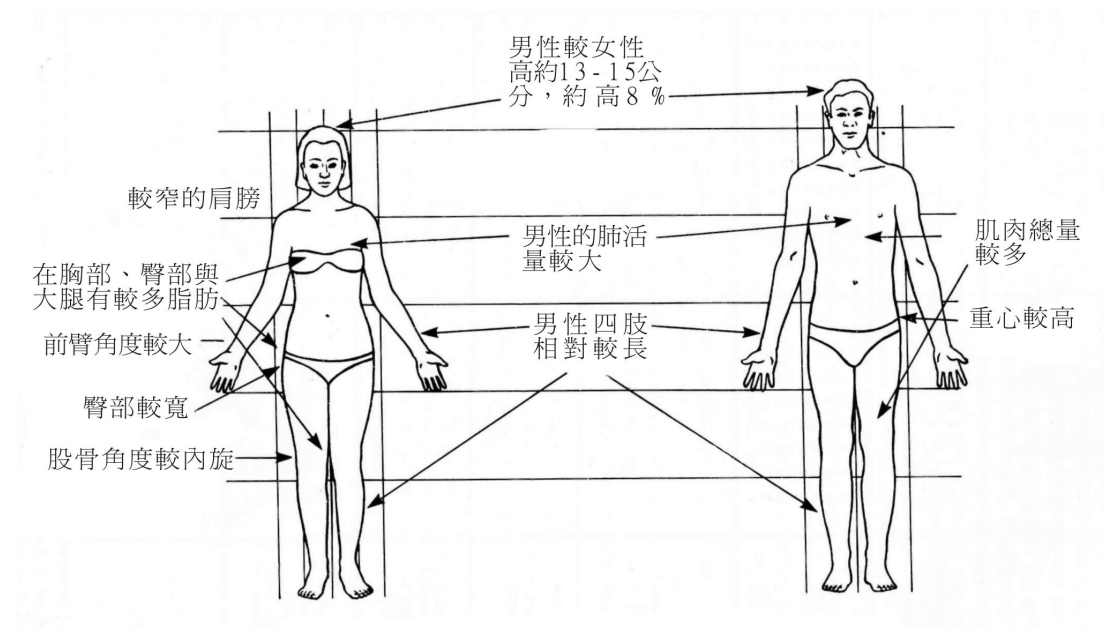


圖 2-1 男女生理構造上幾個明顯的差異

資料來源：譯自(Dyer, 1982)

二、肌肉上的差異

我們普遍知道，女性的肌肉量平均而言較男性少，部分原因是由於其骨架較小，女性的肌肉佔身體重量的 36%，男性則有 43%。若相同的肌肉所能發揮的能力相等，則女性由於肌肉比例較低，故其力量較小。肌肉的發展主要受到睪固酮的刺激，使肌肉纖維的質(力量)與量(大小)發生改變；使用肌肉的時間與方式也是刺激生長的原因。然而 Dyer(1982)的研究指出，正因為我們很難找到以同樣方式使用肌肉的男女歷史進行比較，若男女使用肌肉的方式不盡相同，因此我們無法說男女在肌肉使用情況上的差距，完全是生理的差異。女性手臂的力量約是男性的 75%到 80%，小腿肌肉大約可達 70%，手部、背部則是 60%。女性最強壯的肌肉在腿部，力量是男性的 85%，差異最小，這可能由於人們使用這部分的肌肉方式相似，如站立、行走、奔跑、登階與踏自行車有關，故其力量發展上的差異較小(Dyer, 1982)。女性與男性在上肢肌力的差別會略大，而下肢腿力不如上肢肌力差別大是因為女性較少使用上肢活動(黃賢堅，1984)。女性柔軟度與肌耐力上的表現或可彌補其較差的肌力。

三、能量使用的差異

人體運動時的能量供應來源有磷酸原(ATP-CP)系統、乳酸能系統、有氧氧化系統。磷酸原系統，主要倚靠儲存在肌肉細胞中的磷酸肌酸，其分解時能放出大量的能量，當肌肉收縮而且收縮強度很大時，隨著 ATP(由一個腺酸部分和三個磷酸鹽所構成三磷酸腺)的迅速分解，CP(磷酸)也迅速分解放能(吳鑒鑫、黃超文 2001)。前面所述女性的肌肉總量較男性少，故雖然男女肌肉中的磷酸肌酸含量均相等，但總的來說，女性肌肉中的磷酸肌酸總量是較少的(Dyer, 1982)。女性最大耗氧量若以絕對時表示約為男性的 64 到 71%，以相對體重值表示則可達男性的 85 到 91%，此差異主要來自於肌肉量的差別，能量代謝不同也可能是原因之一(王慶堂、林學諒、張振崗，2004)。

除了肌肉量的差異以外，男女在運動時的能量來源的組成亦有不同，在 Bam 等人的研究中發現，在相同的相對運動強度下，女性較男性用較高比例的脂肪，與較低比例的醣類和蛋白質作為運動時的能量來源，因此女性在運動時間較長的項目上如超級馬拉松的表現可能較男性卓越(張振崗，2004)。

四、肺與呼吸

女性的肺總容量，即肺所容納的最大氣體量約為 3.5 公升，而男性則為 5 公升。而肺活量，即最大吸氣後做盡力呼氣所能吐出的氣體量，與性別、年齡、身體大小與呼吸肌肉，和肺及胸的輪廓和彈性有關。一般而言男子大於女子，成人則大於兒童(吳鑒鑫、黃超文，2001)。女性的體脂肪、骨骼與心肺能量均較小，故女性的最大攝氧量較小，非運動員的女性甚至比男性少 25%，因此在有氧運動如跑步、自行車、游泳與划船的表現上，較不突出(林正常，2006)。

五、血液循環

女性心臟的容量通常較男性為小，男性平均的心臟容積是 770 毫升，而選手則約可達 1500，甚至 1700 毫升的容量。女性的一般水準則是 600 毫升，訓練後約可達 1150 毫升。然而迄今對於女性心臟容積的研究仍然十分少，對於女性在經過訓練後可達到的水準仍然有待研究。

女性也有較高的心跳率，在運動開始後心跳率亦增加地較男性為快，且運動後恢復到正常心跳率的時間較長。

六、改善空間

在重量訓練之後，男性與女性的肌力大多會增加，而女性在受到肌力訓練後，身體脂肪的流失有較男性顯著的情形。在 Dyer(1982)的研究中提到，大學女性經過訓練後，肌肉力量的增進幅度甚至超過男性，這或許也說明了，身體肌肉上的性別差異，在於肌肉的使用程度不同。

肌肉力量的增加也意味著肌肉組織的發達，肌肉力量的增加速度較組織成長快三倍，而肌肉纖維的成長取決於賀爾蒙分泌，故女性的肌肉組織成長較不顯著。其他的訓練包括跑步、慢跑、游泳與自行車，當然都對男性與女性有訓練上的效果，然而效果是根據訓練頻率、持續時間與強度來決定，當然亦包括個人的因素如基因潛質和醫療經驗。

從這裡我們可以看到，訓練上的成果並不是均質地以性別作為區分，而是更細膩地與個人的生理狀態以及訓練的品質有關。女性在訓練前與訓練後的進步幅度較男性為大，也說明了女性仍有許多身體上的可能性，透過良好設計的訓練，可以展現她們從未見到、從未想過的身體狀態。大量且有效的訓練，是戰後運動項目表現上迄今仍能突飛猛進的主要原因。如生理學家發現人體的能量系統對於跑者的影響極大，則運動員與教練就會根據不同的賽事，對跑者的有氧與無氧系統的訓練進行不同的設計。

運動員所熟知最艱鉅且長途的訓練計畫，是捷克長跑好手 Emil Zatopek 所設計的，這些計畫成功地在戰後有極為迅速的效果。他所設定的練習模式，首先有男性運動員採用，之後又有女性運動員採納；隨之為女性敞開更多的挑戰艱鉅訓練的機會，也造就了女性近年來運動的佳績，特別是在長跑的項目上。

在類似的訓練後，對於有氧能力、乳酸代謝上亦有增進，訓練後的改變在男性或女性身上造成的效果，就是使其愈益相似。雖然每一個身體的生理狀況起點都不同、身體能力也無法做齊頭式平等的開始以進行訓練，但是經過訓練前後的男性女性大致可以由下圖表示：男性與女性在血紅蛋白(gm/kg 身體體重)上的差距，訓練前的差距為 26.7%，訓練後則縮小至 8.8%；在心臟容量(ml/kg 身體體重)上，訓練前的性別差距是 24.1%，訓練後僅為 3.2%；而血液量(ml/kg 身體體重)在訓練前的性別差距是 17.2%，訓練後卻縮小至 1.7%。

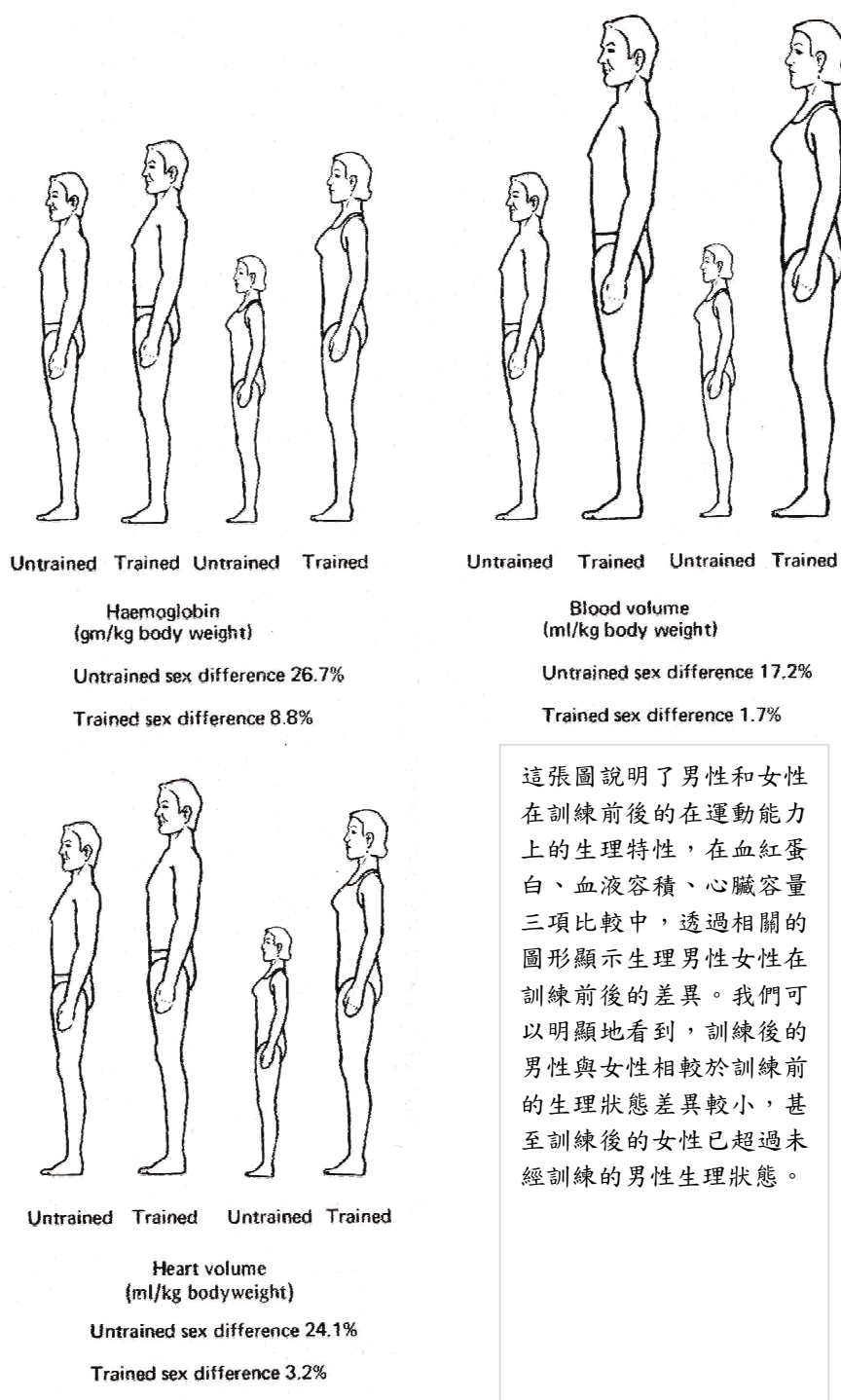


圖 2-2 男女訓練前後生理能力比較

資料來源：譯自(Dyer, 1982)

七、神經系統與特殊能力

知覺速度是對刺激能快速反應的能力，是以區辨異同的測驗來量度，女性在

各個年齡層所做出來的結果都優於男性，在這一方面的 Minnesota Clerical Test 標準測驗，僅有百分之六十的男性達到女性知覺速度的一般水準。

反應速度是指受到刺激到做出反應的時間長短，男女在反應上的表現差距非常細微，男性稍微勝出的原因可能與較常從事需要快速反應的活動有關。不論性別，只要是運動員，其反應均較不運動者來得敏捷。整體的運動時間與反應時間不同，運動時間是指一個動作開始到結束的持續時間，男性的動作較女性為快，而在視覺刺激上的反應則差不多，在六歲至二十歲之間男女的動作速度並無顯著差異，這表示活動與練習的持續效果，是使得男性在二十歲之後這部分能力稍強的原因。

男性在各樣的行動行為中都較突出，這樣的差異在學齡前就十分明顯；到了成人時，女性的行動力就遠遠地落在男性之後了。男性繼續鍛鍊行動能力的技巧，然而女性一旦成人後，就不再累積這樣的運動經驗。

男性通常較女性的空間感較佳，從透視與解決三度空間問題上即可發現，僅以基因作為原因似乎難以令人信服，至少，女性在訓練、練習與社會文化期待下是不受鼓勵發展此一能力的。曾經有人以為女性的視野較男性狹窄，因此在球類運動的表現上不如男性，然而在相關的研究中卻發現，男女運動員的水平與垂直視域均較非運動員來得寬廣，特別是垂直的視野，其中女性的表現又較為突出。

八、心理與個性差異

在興趣、情緒與道德態度、思考方式、個性特質等，不同的性別通常有著極大的差異，當然重疊的部分亦不少。男性較為積極，有較高的成就慾求，而女性就沒有那麼積極了。典型的男性興趣為冒險、戶外活動與龐大體力耗費的運動，女性則是較為室內的，這些傾向不管在運動或職業上的選擇都很明顯。問題在於如何區辨這些差異是社會化，抑或是生理差異的結果。換句話說，現今的社會價值與態度比生理差異，更根深蒂固地規範了性別應有的表現，這是那麼難以抹除、改變。哲學家 John Stuart Mill 曾這樣說過：現今稱為女性的本質，明顯是一種人為的結果，女人，被強制地劃向一個路子前進。女性運動的一項特點是，在二十多歲的時候有極高的比例脫離傳統社會。女性能與男性一般，維持優秀運動表現，運動生涯甚至比男性還長。Mary Peters 在三十三歲時贏得慕尼黑奧運的五項全能運動金牌，這是她第三度參加奧運；1937 年出生的 Beryl Burton 直到七零年代晚期，都還是頂尖的英國女自行車手，甚至她的女兒都已經開始公開參賽

挑戰她了；Miki Gorman 分別在 1974 與 1977 年，兩度贏得波士頓馬拉松賽事，在兩次勝利間，她在四十歲的時候生了第一胎。Stella Walsh，在二十歲時在 1930 的女子世界賽事當中表現突出，1951 年四十歲的她，終於贏得全美女子五項全能運動冠軍(Dyer, 1982)。

從以上的敘述可以瞭解，男女的確存在先天的生理差異，且這些差異也影響運動的表現。「生理差異」是一個事實，「表現的差距」也是一個事實；生理差異的事實除了解釋表現差距的事實外，什麼也不能解釋，更遑論歸納出女性不適合某種運動的結論。男女的生理差異來自不同的身體組成，這些不同的身體差異可以直接作為運動能力不同的解釋，但也不能忽略成長歷史，即男女是如何被教導使用自己的身體亦有關係。平均而言，男人比女人來的強壯、有力、速度快，所以男人跑得快、跳得高、擲得遠。女人的肌肉較小、脂肪較多、較矮、骨架較小、肺活量較小，但是柔軟度較高。而且女人有較為有效的有氧換氣以及較好的體溫控制機制，所以可以避免疲勞、增加耐久度。不過男女之間的差異遠比同一性別中的差異來得小，而且技術、敏捷度、協調能力與性別並沒有太大的關係。女性的運動表現大部分是受到社會因素的影響，所以在女性運動逐漸受到社會或政府重視之後，不少的運動項目裡，女子紀錄與男子紀錄愈來愈接近。不過在這裡要提醒的是，絕大多數受到重視的競技型運動(可以用客觀數字量化打分數排名)正是男性的強項。

第二節 男女在奧運項目中的表現情形

一、男女的世界記錄與奧運記錄

奧運與世界記錄中，列有長年歷年紀錄，且男女在競賽規則上完全相同的運動項目包括有：游泳、田徑、競速溜冰。因此我們就以客觀條件完全相同的這些競賽項目，瞭解男女紀錄的變化與差距。目的是為了瞭解女性開始進入運動場成長的幅度，以及相對於男性紀錄的情形。

在奧運游泳項目一百公尺自由式中，目前女子組荷蘭籍選手印琪·德布魯因(Inge de Bruijn)，以 53.77 秒的成績位居第一，與歷年男子成績比較，可以排進奧運男子組成績的第八名；目前女子 100 公尺自由式世界記錄的保持人，蓮頓(Lisbeth Lenton) 在 2006 年大英國協游泳國手選拔賽中所締造的 53.42 秒的成績，則為男子組成績的第十四名。而在男女成績差距的趨勢圖中，可以發現男女

不管在奧運與世界紀錄上的差距都在逐漸縮小，自女性首度參加奧運 100 公尺自由式競賽直至今日，男女的差異從 1912 年的 17 秒 4，到目前 2005 年已減為 5 秒 93。

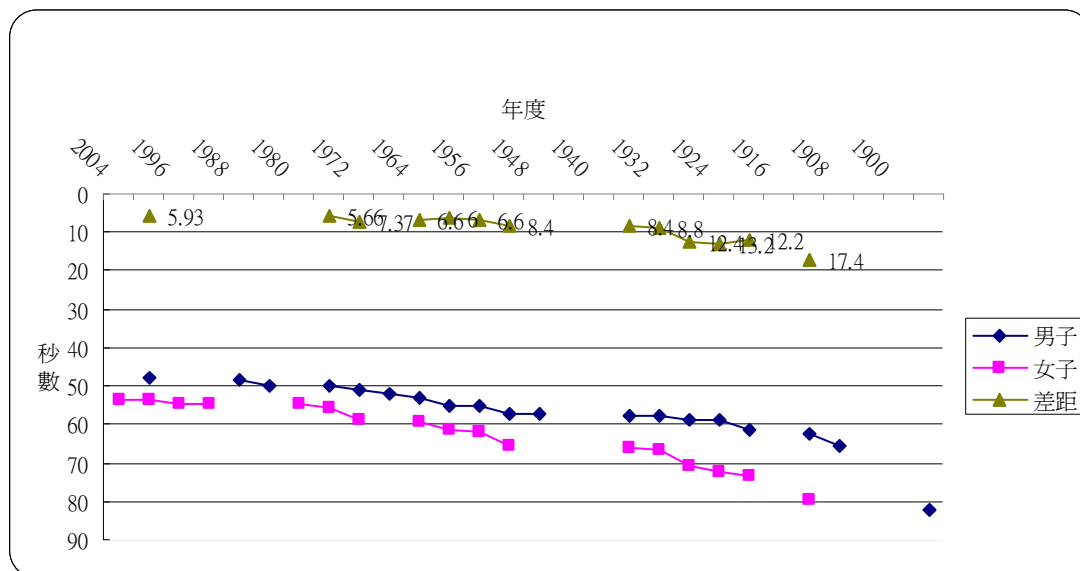


圖 2-3 奧運 100 公尺自由式男女記錄比較

資料來源：整理自 <http://www.olympic.org>

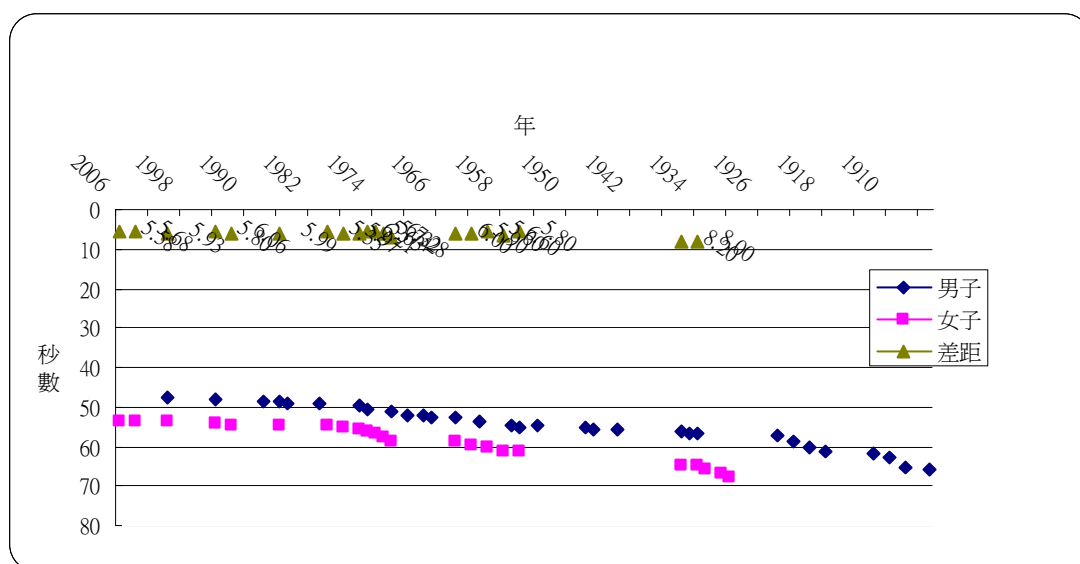


圖 2-4 世界記錄 100 公尺自由式男女記錄比較

資料來源：整理自 <http://www.olympic.org>

(一)田徑 100 公尺短跑

短跑的成績進步是相當細微的數字，有十分之一秒的差距就已是相當大的差距，觀察歷年奧運與世界紀錄中成績差距的趨勢，1968 年的世界記錄男女差距

是 1 秒 13，直至今日，1988 年由已逝的花蝴蝶—葛瑞菲絲·喬伊納(Florence Griffith Joyner) 締造的女子組最佳成績 10 秒 49，與男子組的差距已縮小至零秒 57，可以說大幅縮小了差距。

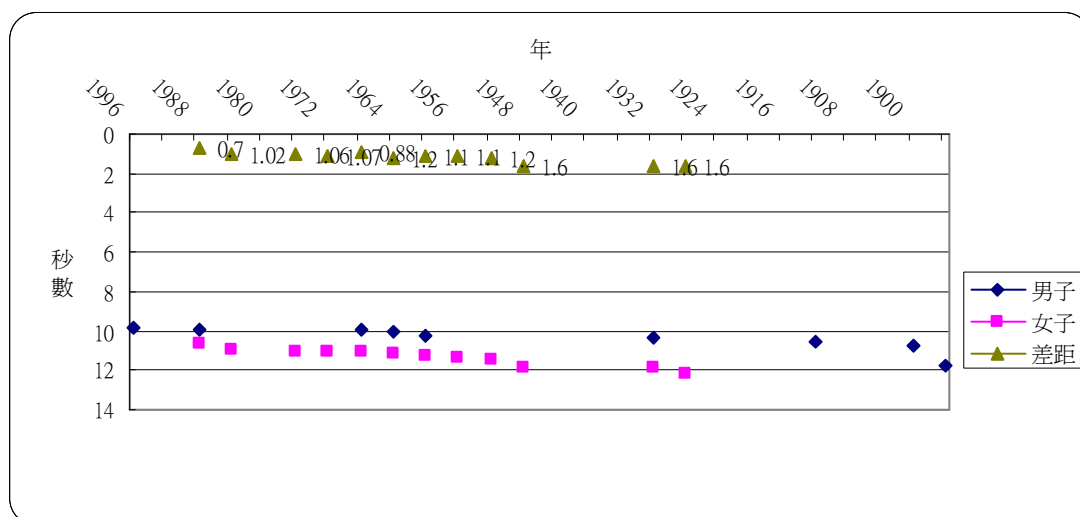


圖 2-5 奧運 100 公尺短跑男女記錄比較

資料來源：整理自 <http://www.olympic.org>

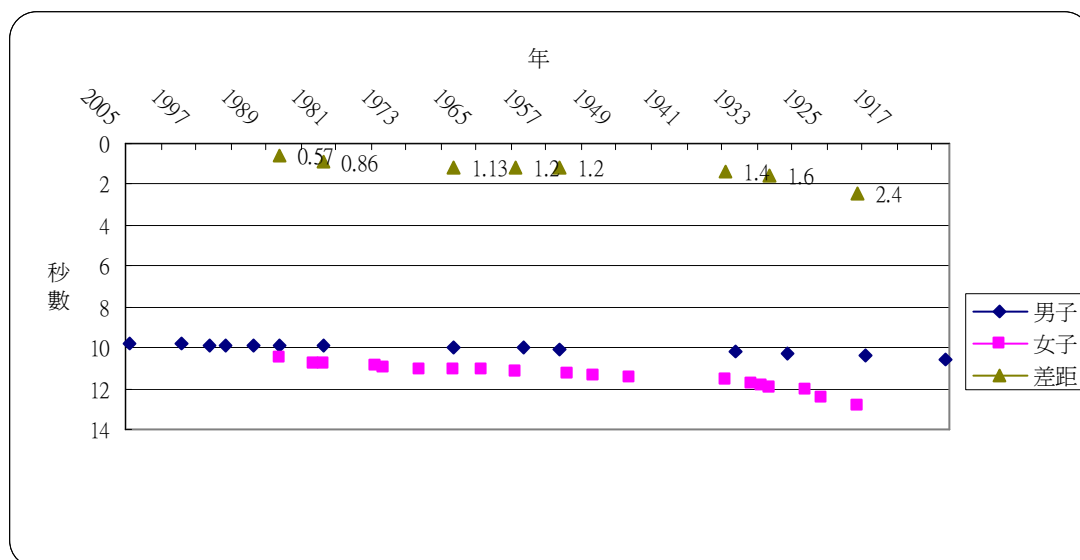


圖 2-6 世界紀錄 100 公尺短跑男女記錄比較

資料來源：整理自 <http://www.olympic.org>

(二) 田徑 20 公里競走

自 1908 年第四屆奧運會，男子競走開始列入奧運項目，而 20 公里的男子組競走，則是在 1956 年第十六屆奧運會始正式列入賽程。1992 年時開始將女性的

競走項目列入，長度僅為男子組的一半 10 公里。女性 20 公里競走，卻是在男子組項目正式列入賽程後近半個世紀的 2000 年第 27 屆奧運才列為正式項目。女子 20 公里競走的賽項早在 1931 年就開始有歷年記錄，等待了 70 年才正式列入奧運項目，在這漫長的等待中，女子成績第一次能進入男子排名是在 1982 年由澳洲籍選手 Sue Cook 創下的 1 小時 36 分 36 秒，排在男子組記錄榜第三十六名。在 20 公里競走的世界紀錄中，目前女子組的成績是由俄羅斯選手伊凡諾娃 (Olimpiada Ivanova) 於 2005 年的第十屆世界田徑錦標賽中創下，1 小時 25 分 41 秒的成績大幅跨進，排進男子組歷年排名的第 24 名。從下圖的差距看來，從 1962 年男女差距 31 分 37 秒，到 1982 年差距 17 分 1 秒，直至目前為止差距又更精進，達到 8 分 20 秒，在訓練與技巧上的精進，已使得女性在 20 公里競走項目上的成績大幅抬升。

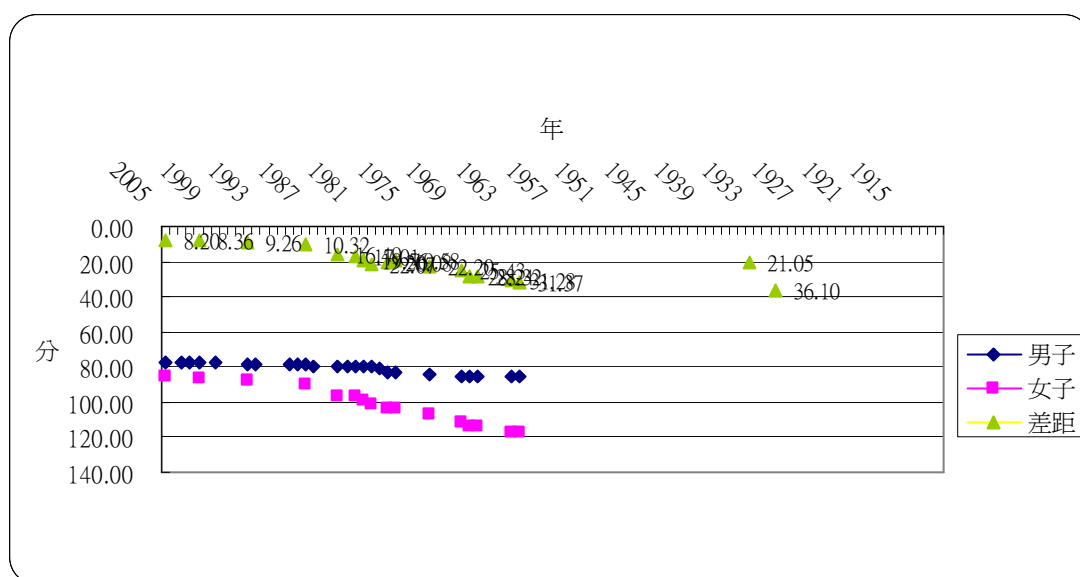


圖 2-7 世界記錄 20 公里競走男女成績比較

資料來源：整理自 <http://www.olympic.org>

(三) 馬拉松

從 1924 年第 8 屆奧運會起，馬拉松的標準距離即定為 42.195 公里。馬拉松的距離很長，體力消耗相對較大，有技巧地節省、分配體力是技巧所在。動作要求平穩、柔和和速度均勻。國際田徑總會自 1981 年開始，始將女子馬拉松列為正式比賽項目，並從第 23 屆奧運會起增設此項目。目前女子的最佳紀錄是英國女將寶拉·瑞德克里夫 (Paula Radcliffe)，在 2003 年倫敦所創下的 2 小時 15 分 25 秒，與男子將近一世紀的歷年成績相較，約位在 36 名中的第 23 名。若是比較女

性與男性在該項運動上的進步幅度，男性在 1920 年締造的紀錄是 2 小時 32 分 36 秒，直到 1963 年始進入 2 小時 15 分 16 秒；而女性在 1978 年的成績為 2 小時 32 分 36 秒，達到現在的寶拉成績 2 小時 15 分 25 秒僅花了 25 年，而男人則花了 43 年才完成，有效的訓練法大幅縮短女性打破紀錄的時間。

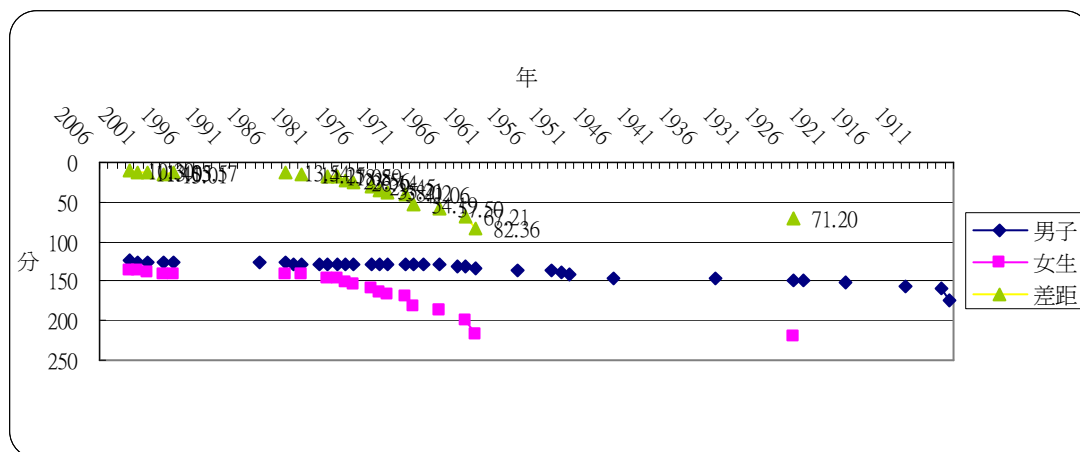


圖 2-8 世界記錄 20 公里競走男女成績比較

資料來源：整理自 <http://www.olympic.org>

(四)短道溜冰與競速溜冰

世界競速滑冰 500 公尺，樂美東(Catriona Le May Doan)以 37 秒 22 的成績排在男子從 1891 到 2005 年歷年成績 63 名的第 20 強。若排入奧運歷年的男子成績，甚至位在 80 年來的第六名。

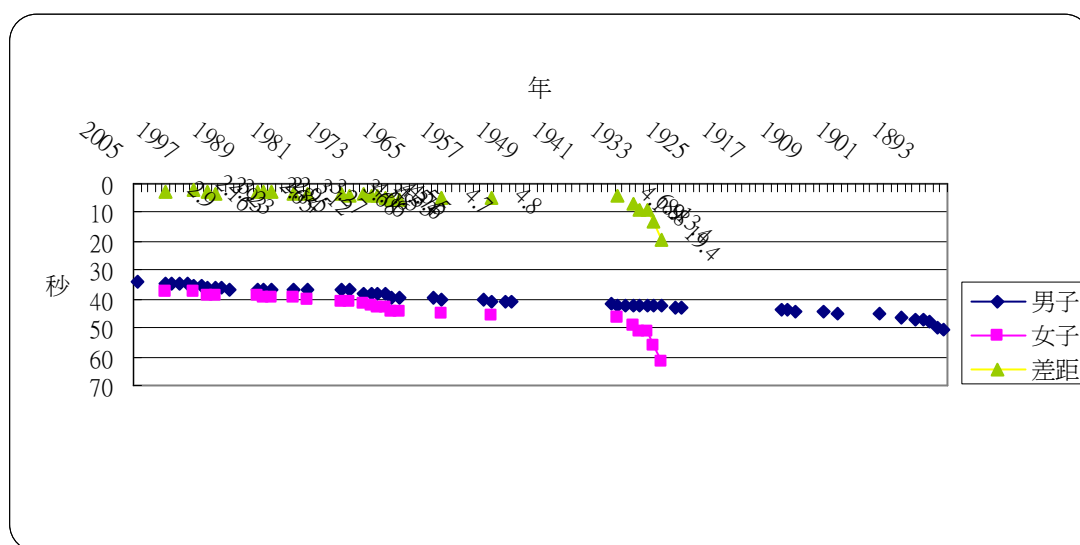


圖 2-9 世界競速滑冰 500 公尺記錄男女比較

資料來源：整理自 <http://www.olympic.org>

世界競速滑冰 1500 公尺，目前的女子世界紀錄保持人，加拿大女選手辛迪·克萊森(Cindy Klassen)，2005 年以 1 分 51 秒 8 的成績排在 1893 到 2006 年男子歷年成績共 36 名的第 18 強。

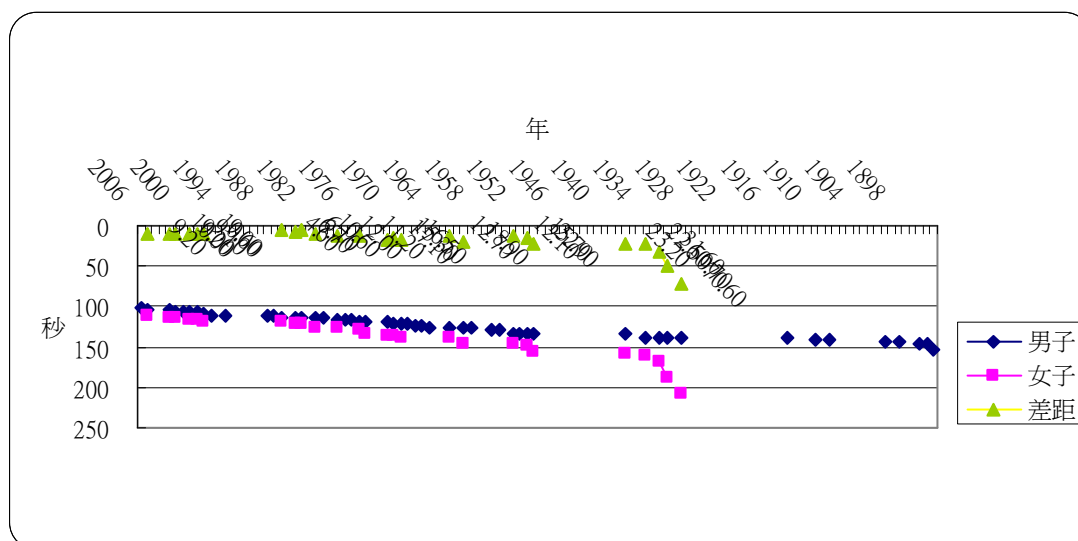


圖 2-10 下世界競速滑冰 1500 公尺記錄男女比較

資料來源：整理自 <http://www.olympic.org>

女性運動逐漸受到社會或政府重視之後，有不少的運動紀錄中，女子紀錄與男子紀錄愈來愈接近。在重要的八項田徑比賽項目中，1927 年男子選手的平均成績高出女子 21.35%，然到了 1977 年，則只高出 10.64%；而在十五項游泳項目中，136 年男女記錄相差 12.41，到 1976 年差距縮小至 9.27%。1928 年的奧運開始有女子一百公尺田徑項目，當年男女記錄的差距為 1.4 秒，而目前世界記錄的男女差距縮小為 0.71 秒。1984 年奧林匹克運動會開始有女子馬拉松的比賽，冠軍的時間是 2 小時 24 分 54 秒，而此項成績可以排名其過去二十年間男子馬拉松的歷年第十三傑。根據研究顯示，愈是長距離、需要耐力的比賽項目，女性的表現就愈好。1971 年名叫 Natalie Cullimore 的美國女運動員參加一百英里的超級馬拉松比賽，以 16 小時 11 分獲得第二名，且為男女歷年第四傑。2003 年 7 月，現年三十歲的英國女子自由潛水員 Tanya Streeter 在未帶水肺、完全沒有浮力輔助器材的情形下，閉氣 3 分 38 秒潛入加勒比海 122 公尺深海後完全靠個人體力游回海面，一舉刷新女子自由潛水九十五公尺的紀錄，也超越男子自由潛水 120.4 公尺的紀錄(畢恆達，2002)。

從以上的分析，我們可以發現，女性首次加入該項比賽的成績，距離男性當時的紀錄仍十分遙遠，「相同的女性身體」，卻在近年來在在逼近男性的最佳紀錄，「女性先天不適合運動」的說法不攻自破，同樣是女性的身體，施予更好的

訓練環境、技巧教學與運動生涯的投資等社會尺度正向的提升，女性在運動場上的表現仍然有機會不斷提升。當然，這裡並未比較所有人類過去、現在、未來所有的活動，僅分析那些具客觀數據的運動項目，目的也並非要將所有的女人與男人進行比武式較量、或者輕易導引到「女人可以克服身體生理差異勝過男人」這種結論來試圖消弭生理差異。單單只是注意女人進步的幅度與趨勢，就能夠說明，讓女性進入運動場、給予同樣的機會挑戰、訓練、享受運動，作為一個運動場上的「人」，肯定都有潛力繼續突破、締造佳績。

二、台灣成績與世界記錄的男女達成率

男女的運動達成率的衡量標準，為世界上最好的紀錄與台灣目前最好紀錄進行計算，檢視台灣的成績目前是世界記錄的百分比，藉以進行男女間達成百分比率的比較。達成率的計算是以世界記錄作為基準，為百分之一百，田徑、游泳、射擊係以國際奧運委員會網站上所列世界最佳紀錄為計算基礎，舉重則是以奧運最佳紀錄為基礎，台灣部分的記錄，則是以中華民國奧運委員會網站上所提供的最新紀錄為準。

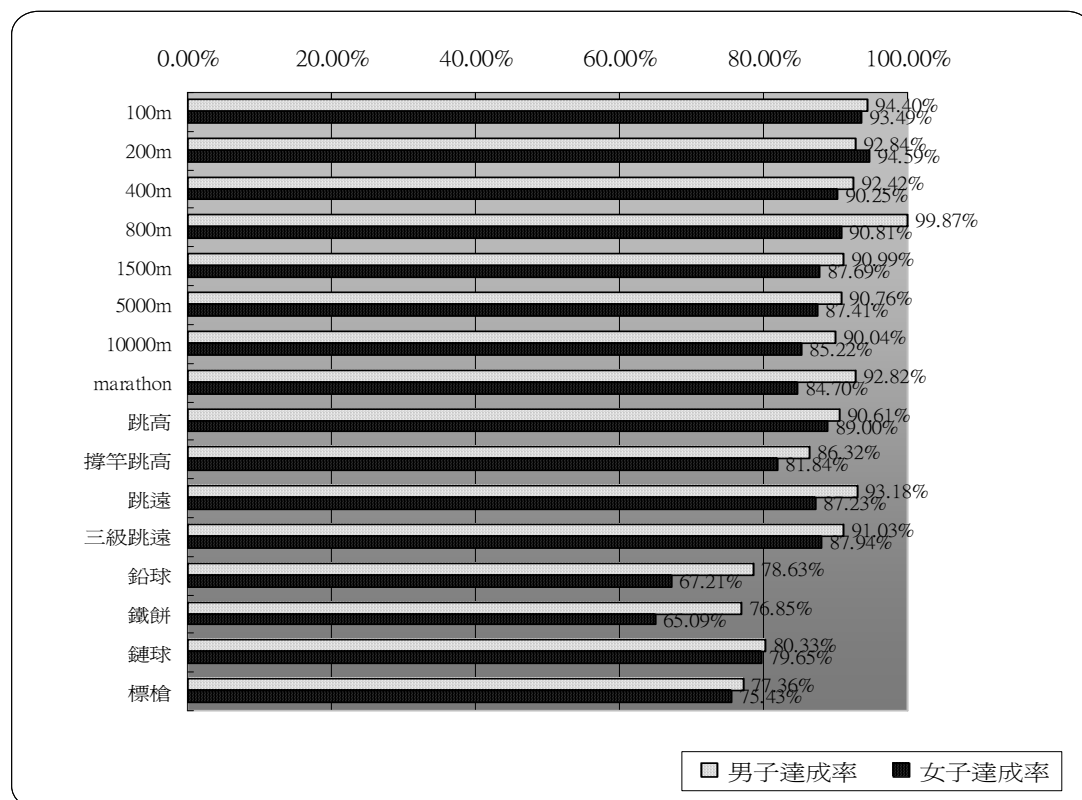


圖 2-11 田徑項目男女表現達成率

資料來源：整理自 <http://www.olympic.org> 與 <http://www.rocsf.org.tw>

在田徑這個項目，男子的達成率普遍都領先女子成績，唯在 200 公尺項目是女性以 94.59%領先男性的達成率 92.84%。

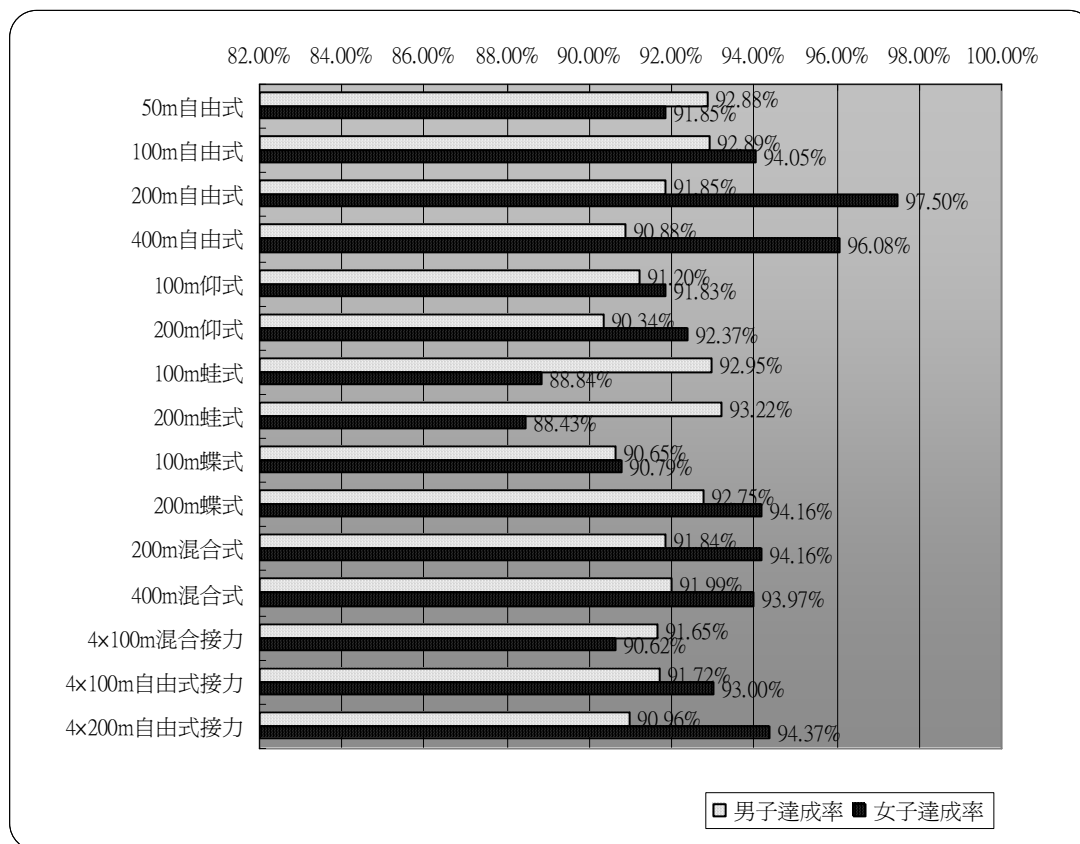


圖 2-12 游泳項目男女表現達成率

資料來源：整理自 <http://www.olympic.org> 與 <http://www.rocsf.org.tw>

在游泳的項目中，我們可以發現一個有趣的現象，在五十公尺自由式以及蛙式項目男性記錄、一百公尺四人接力優於女性外，女性在游泳的項目幾乎都遠勝於男性，尤以二百公尺自由式，女性以 97.50%的達成率，大幅領先男子的 91.85%；四百公尺自由式女性的表現也十分突出，其達成率超過男子近六個百分點。這個達成率的計算，似乎讓我們看見女性在游泳項目在世界競爭上具備更多的可能性，或許這些可以作為未來我國在評量競技運動國際競爭力、投入培訓資源的一個參考。

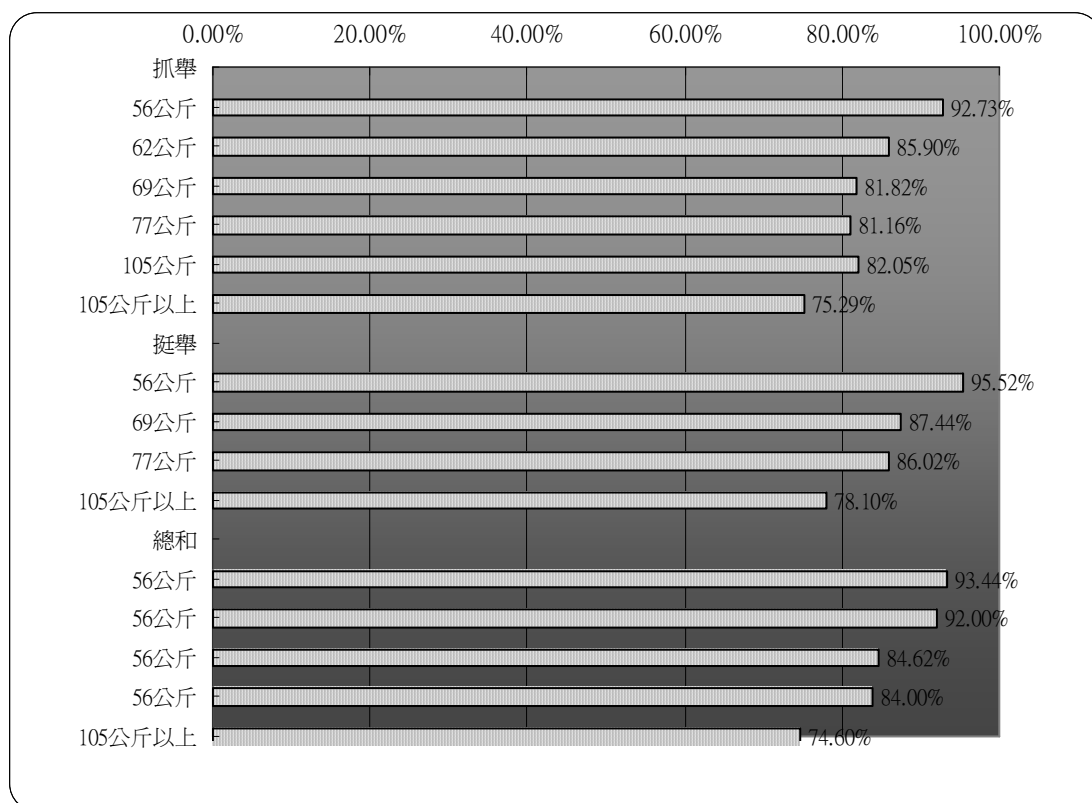


圖 2-13 舉重項目男子表現達成率

資料來源：整理自 <http://www.olympic.org> 與 <http://www.rocsf.org.tw>

舉重項目部分男子的達成率不管在抓舉、挺舉方面及總和的表現上，都是以 56 公斤量級表現最為突出。

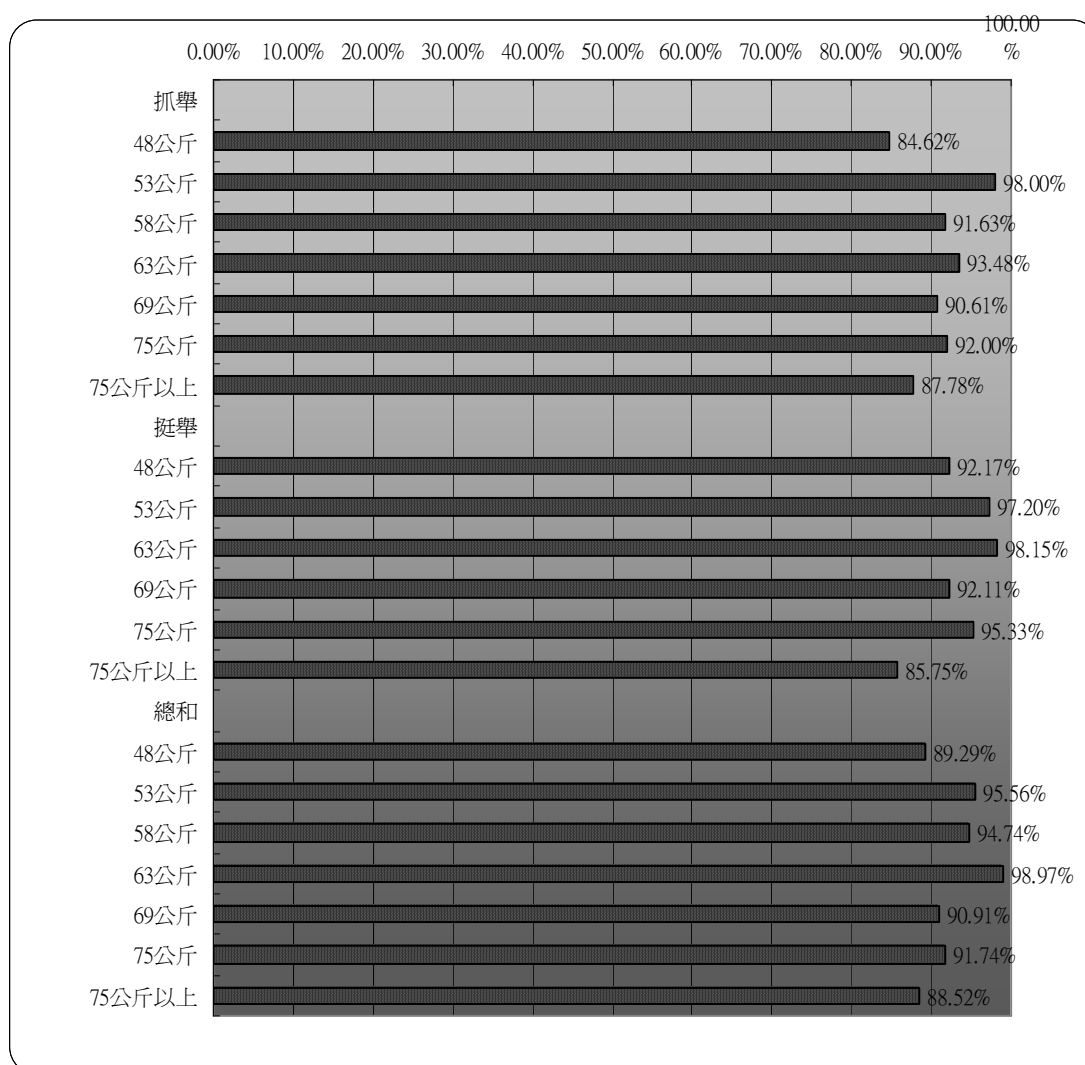


圖 2-14 舉重項目女子表現達成率

資料來源：整理自 <http://www.olympic.org> 與 <http://www.rocsf.org.tw>

在女子舉動的部分，抓舉以 53 公斤量級表現最為突出，有 98.00%的達成率；挺舉則是以 63 公斤量級領先，達成率為 98.15%；總和部分以 63 公斤量級的表現最為特出，達成率為 98.97%。

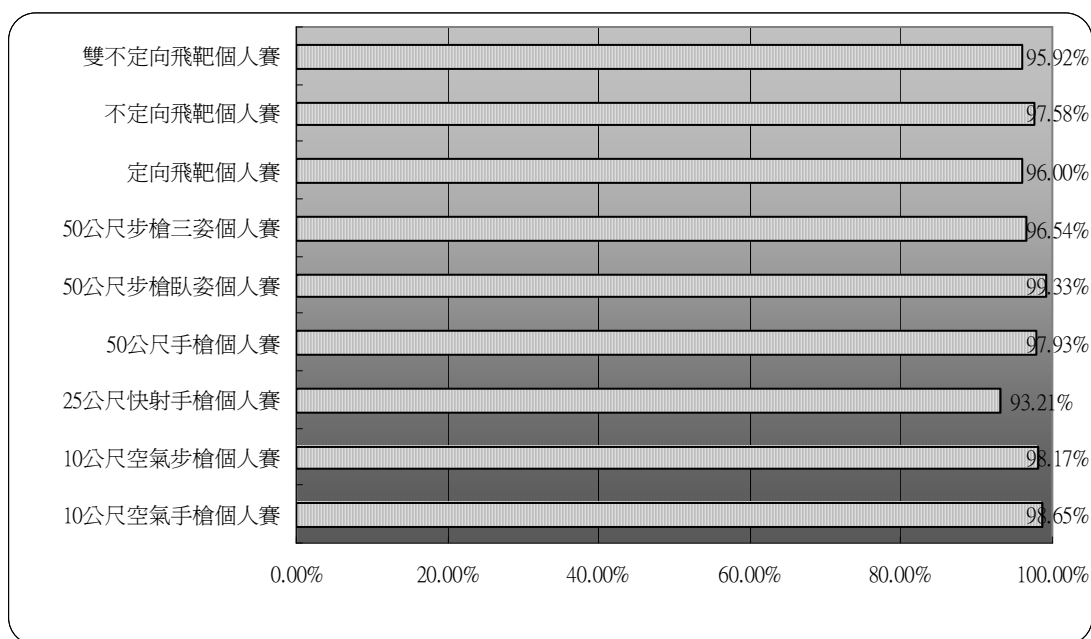


圖 2-15 射擊項目男子表現達成率

資料來源：整理自 <http://www.olympic.org> 與 <http://www.rocsf.org.tw>

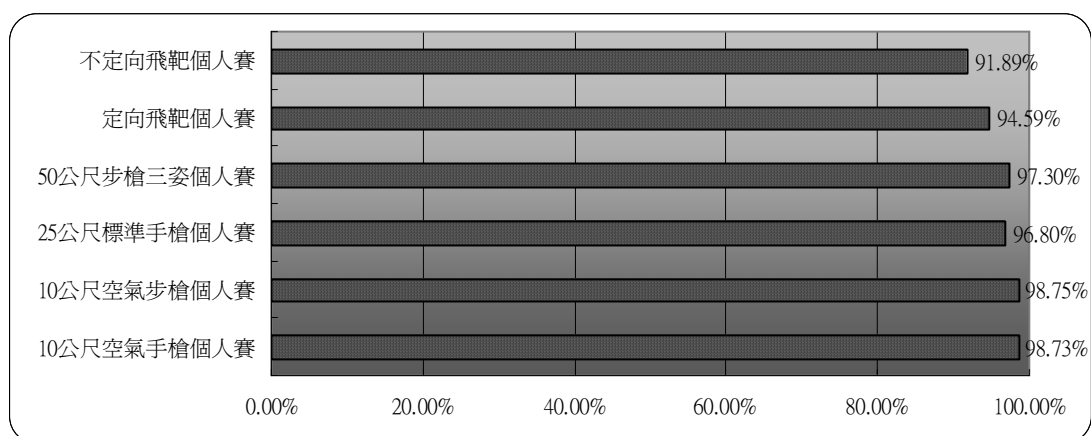


圖 2-16 射擊項目女子表現達成率

資料來源：整理自 <http://www.olympic.org> 與 <http://www.rocsf.org.tw>

男子與女子射擊項目的達成率，幾乎都超過百分之九十，男性在 50 公尺步槍臥姿個人賽有 99.33%的達成率，女子則是在十公尺空氣步槍個人賽中達到 98.75%的達成率。

第三節 社會如何建構運動場上的性別

一、運動對女人有副作用的迷思與破解

(一)運動對女性有害？

女性是否可能因為高強度運動帶來月經閉鎖、骨質密度下降？雖有部份研究如 Drinkwater、Nelson and Chesnut(1984)以及 Warren 等人(1991)發現女性運動員過度訓練帶來骨量減少的現象，但近年來亦有一些觀點認為這並非導致女性骨量減少的主要原因。Riggs and Melton(1997)以及 Burrows、Nevil and Bird(2003)，就提出年輕女性骨質低下的因素在於體重減輕與卵巢功能不全(引自林麗娟、洪甄憶、姚維仁，2004)。黃美雪、黃惠貞(2004)分析 Scott 等人於 2001 的研究發現，引起女性運動員骨質量減少的原因，是無月經引起雌性素不足和飲食失調引起鈣攝取不足。有研究發現女性體操選手可能因為限制攝食、激烈運動和不正常月經交互作用引起骨質疏鬆症。長時間激烈運動所帶來的影響，無法化約為簡單的單一原因指明長時間激烈運動對女性有害，身體的狀態同時受到其他條件如飲食、營養等要素共同影響。不過這些研究大都是針對競技型運動員，與全民運動沒有太大的關連。

(二)生理期與運動

生理期與運動的關係可能有兩個方向進行探討，一為運動如何影響了生理期，第二則是生理期如何影響運動。

首先討論運動如何影響生理期。黃美雪、黃惠貞（2004）歸納 Dale 等人於 1979 年的研究發現，一般人無月經的發生率約 3%，長距離跑者約為 24%。停經的現象普遍發生在芭蕾舞、長跑、體操與自由車的女性運動員身上，且女性運動員或舞者在初經之前即接受訓練，比較初經之後才接受訓練者，也較易發生月經延後，或增加月經功能不良率，例如有些項目為增加選手可塑性及提升運動表現，會挑選年紀較小的選手從小加以訓練。

其次我們探討生理期如何影響運動。運動的動機不論是出於鍛鍊身體、娛樂、情緒表達，這些都是出於一種「個人感受」的衝動與需要，內化在個人的意識中而去行動（運動）；這些感受是個人對運動體驗的衝動，是這股衝動促使人們運動，進而滿足前述的「個人感受」（劉一民，1995）。人不只是為了打破紀錄而運動（也許那些背負締造記錄的運動員除外，而他們又占全球人口的多少呢？），那麼運動表現就不是決定人是否運動的原因。月經來潮對運動表現的影

響亦是十分小的，根據張鳳儀、陳全壽（1998）對諸多研究（如林晉榮、林正常、許壬榮等）的歸納得知，月經週期對肌力、速度、爆發力方面並沒有絕對的影響，而運動表現會隨著個別差異和不同的運動項目在月經週期而有所不同（黃美雪、黃惠貞，2004）。女性運動員在月經週期的相關研究結果並不一致，其運動表現也隨著運動項目、測驗方式有所不同，很難下一個定論（郭堉圻，1990）。既然人運動是為了打破紀錄以外的事物，那麼女性因月經在身體狀態的改變，使得其客觀運動表現不一定如其他時候，就不足以支持「女性在月經來潮時不宜運動」。換句話說，運動不在於打破紀錄，即使表現並非高人一等，運動仍然帶給人樂趣，那麼女性又為什麼要因為月經時的客觀成績表現可能較差，就不宜運動呢？月經來潮不宜運動的說法，是否也被不愛運動的女性拿來作為藉口，再度向外複製、向內說服自我「月經不宜運動」是一個事實。

台灣大學性別平等委員會曾經提出體育館女生泳費打折的建議，後台大社會系教授范雲於在「女性主義理論」一堂課，激發了對生理期與游泳在制度設計上的討論。學生們開始廣泛收集「女生游泳月票打折」的意見，發動「自在游泳，公平收費」連署，以556份連署單向體育室陳請「女生泳費四分之三」的訴求，然而體育室以無此先例、與醫界對衛生棉條持肯定態度駁回。女學生們認為，每個月女性都有大約一個星期的生理期，而與男性花費同樣價格購買泳票卻只能使用四分之三的時數，是收費上的不公平。生理期因除經血可能滲漏之外，陰部也因為較為脆弱亦有感染可能，而必須休息一週，等於泳池月票虧5到7天，因此男女學生票價相同並不合理。那麼使用衛生棉條呢？有人認為，除使用上有不舒適感，還可能有經血滲漏的情形，陰部也因為較為脆弱亦有感染的可能，對沒有性經驗的女性而言，使用衛生棉條有傷害處女膜的可能。雖然國外女性使用衛生棉條已是非常普遍的情況，但國內卻不甚普及，使用棉條的普遍程度偏低。

「一個月有四分之三的時間因生理期不能游泳」的原因，可能分為兩種，一種是身體虛弱不適運動，游泳不過是運動中的一項，另一類型是仍能游泳但不能以平常的服裝（如僅著泳衣）下水。若以前項作為訴求減費或延長泳期的原因，可能同時強化女性生理期不宜游泳的概念，以這點進行論辯，即使通過「減費延時」的訴求，不過再度肯定女性因生理差異有時不宜運動觀點。若以後者作為訴求原因，作為減費或延時制度設計的理由則可能較合理。事實是，生理期的確是普遍女性與男性的差異，女性在生理期要游泳仍須額外購買衛生棉條，就現行制度上不分男女的收費方式，女性游泳的成本是遠高於男性。當這樣的花費高於制

度設計上的合理價格時，的確是有重新反省訂價策略的空間。制度上的考量外，支持減費延時者也會受到「以衛生棉條等支持性用品作為替代方案」的挑戰。先不論其如何回應，單就「支持性用品」使人「能夠運動」的關係進行討論，不只在游泳池、在運動場上這樣的例子也比比皆是，因為關節、腳踝受傷仍要跑步的人會戴上護膝、護踝；女性為了保護胸肌避免拉傷而穿著運動內衣。然而這樣的例子或許還是無法和「將衛生棉條置入女性陰道使女性游泳無後顧之憂」的例子比較，因為這個需要支持的身體部位，又蘊含許多日常習見與觀點，如處女膜迷思：處女膜其開口直徑約有 2.5 公分，而棉條的直徑僅 1.5 公分，這樣的資訊未被揭露，就容易造成棉條使用上的恐懼。

衛生棉條作為女性在生理期突破生理限制的支持性用品，除了處女膜迷思之外，不使用還有其他的考量，例如滲漏。但事實上，女性生理構造與體內外壓力差的關係，體內置入衛生棉條後，體外的水並不會跑進體內。衛生棉條使用上的資訊落差，或許也是令人望之卻步的原因。除此之外，子宮頸鎖不全或陰道鬆弛的女性不適合使用衛生棉條，使用衛生棉條還必須端視個人的生理狀態。衛生棉條在一般通路截至目前為止僅有一個廠牌，無法滿足個體差異大的女性需要，然而資訊、接受度與商品是相生的問題，並非透過任何一方的強調或呼籲就能夠改善或到達另一種新的平衡狀態。

(三)懷孕與運動

規律運動在生理、心理的好處已為多數人肯定，然而對孕婦而言，常為了預防流產、早產，而有許多禁忌，運動就是其中一項(林美玲，2004)。

懷孕時的生理變化包括心臟負荷量增加、橫隔膜上升使腹式呼吸改為較短淺的胸式呼吸、賀爾蒙的分泌改變亦使得韌帶與關節較為鬆弛，而懷孕時由於胎兒與子宮不斷增大，重心向前，身體呈現腰椎前彎的重心彌補姿勢(李麗晶，2001；林美玲，2004)。在這樣的情況下，運動看來對孕婦有潛在的危險，然而根據Lokey(1991)指出，在懷孕期間，女性的身體構造對胎兒有適當的保護作用，骨盤、子宮內壁及羊水都具良好的避震作用，進行「適度」的運動並不會危害母親與胎兒，且胎兒能自行克服短暫的窘迫現象。當然，這樣的說法還要考慮孕婦本身是否有從事運動易發生危險的疾病，以及胎兒的狀態(洪雅琦，1998)。從這裡或許可以說明：運動對孕婦造成的利與弊，主要還是來自產婦的個別差異，而不能將懷孕這個事件放大為不宜運動的原因。蔡秀華(1997)整理美國婦產科協會對孕婦概括性的運動建議包括有，孕婦適度、定期地運動亦能減少脹氣、嘔心、便

秘靜脈曲張，亦有助於增加肌肉彈性與控制體重；對心臟負荷、散熱狀況及心理情緒方面亦有正面參考價值；在生理學方面則可維持心肺能力與循環機能，改善消化排泄功能、體能水準、睡眠品質；在解剖學方面能維持肌力、肌耐力、分娩肌肉能率，增進平衡感、柔軟度、關節肌肉正常狀態；心理方面則能適度幫助孕婦放鬆、促進生產時對不適感與耐受力的控制力。

孕婦並非病人，行動需要受到限制，僅是身體狀態有所改變，因此需要針對其身體狀態改變進行運動內容的調整，這個調整就如同依著一般人的生理、心理狀態進行調整一樣，然而究竟所謂「適當」的運動指的是什麼？

李麗晶在其運動與懷孕一文中綜合 ACSM(American College of Sports Medicine)與 ACOG(The American College of Obstetricians and Gynecologists)對懷孕者從事運動的建議：內容包括運動次數；因應懷孕的身體改變而採取的運動手段如姿勢、體溫、營養、配備、重量負荷的注意等；另外是關於懷孕前與懷孕後的運動習慣，若懷孕前屬於坐式生活型態，則應以輕度活動著手，對於原本體適能狀態就很好且有固定運動習慣的孕婦，則仍可經由一些調整繼續維持體適能，其中一項是盡量避免在懷孕後才開始學習新的運動技巧。

綜合以上的討論，我們可以很簡單的抓住幾個要點：懷孕並不完全是一個普遍的身心狀態，個別孕婦與胎兒的情況差異很大，因此運動對其效果也多不相同，能夠從事的運動也不盡相同。懷孕時運動的好處已經由許多研究得到證實；懷孕是一個動態過程，孕婦並不全然能掌握身體狀態，所謂的「適當」也是個人權衡所能把握身體狀態下的運動選擇，醫學協會、婦產科協會或醫師所做出的建議無非也是預防不可測度的妊娠情況，但我們要認知的是，這並不是僵化的一種界定，而只是保守的一種態度，孕婦實際的個別情形還需要醫療支持系統與孕婦密切地配合才可能找到最合適自己的懷孕運動處方。以挪威長跑選手 Ingrid Kristiansen 為例，她從懷孕到分娩期間仍在跑步，且生出健康的男嬰，她在生產後的紀錄亦不斷進步，五個月後的馬拉松成績為 2 小時 27 分，再隔一個月則是 2 小時 24 分，兩年內保有五千、一萬及馬拉松的世界紀錄(林正常，2006)。

二、相互建構的運動與性別

當我們過度強調運動中的生理差異時，往往會模糊背後複雜的社會關係，運動會因參加者的生理特徵而連上特定的體能特質，因為「特質選定」而允許或承認何種性別的人可以從事此項運動，或者，而重視速度與爆發性等特質的運動「比

較重要」，因此參加的運動員相對獲得較高的評價。這樣的篩選與規定運動項目特質的過程中，又加深了一般人對於男性、女性應該從事何種運動、進而應該具備何種行為特質或身體特質。

在運動與性別的範疇中，若過度強調生理性別差異使然的結論，則此討論容易導向表面上看似一致的結論，如，由於男性的爆發力與肌力、肌耐力較強，因此適合從事較具爆發性的運動，而女性的柔軟度較佳，因而適合從事重視柔軟度的運動，這樣的推論結果多為：因為生理特質而適合從事何種範疇的運動、練就如何的體態等，生理的差異是天擇的結果，因此男人或女人有其適合的運動，運動權的歸屬似乎十分正當；而反對這樣結論的說法也會偏向舉出，具有極佳柔軟度的男性，或肌耐力表現卓越的女性作為特例，以反對上述的結論。然而這樣的特例仍不足以顛覆或改變大眾普遍對生理的性別特質的看法。兩相斥辯的結果，似乎也無法真正釐清問題，反而更加深了對某一性別具有那些特質的均一想像，例如，男性多為力大勇猛，女性則應柔軟玲瓏。

但事實上運動與性別間，卻有著雙向的關係，不只是單純在生理上與運動表現的連結而已。運動一方面界定了運動者的特質與劃分其性別角色，運動者也在運動中習得或抓住社會看待運動所應有的特質，而這個特質大多緊緊與性別依附。在這個部分中，我們試圖從四個部分來討論運動與性別間如何相互建構，首先是運動如何成為性別界定的場域；其次是男性在運動中如何被建構；女性運動參與者遭逢的矛盾與衝突，及如何面對運動角色與社會角色的衝突。

(一)運動如何成為性別界定的場域

中立的看待運動，化約至最單純的狀態，運動只剩樂趣、規則，但運動是如何演變到今日複雜的色彩？

當許多具有某類特質的人參加此運動後，尤其是愈來愈多擁有這些特質的人進入運動，且在客觀的紀錄上又是那樣如魚得水的時候，這項運動就緊密地與這些特質結合，當然，這些特質也與這項運動脫不了鉤。相對的，其他不具備這些特質的人參與在這樣的運動時，就相對產生了衝突，我們姑且稱這些參與者為另類參與者，他們自身、或者已經在這項運動中被公認為最正當的參與者，對於這些與自己明顯不同特質的人也會產生衝突與矛盾。如下圖 2-17 表示：

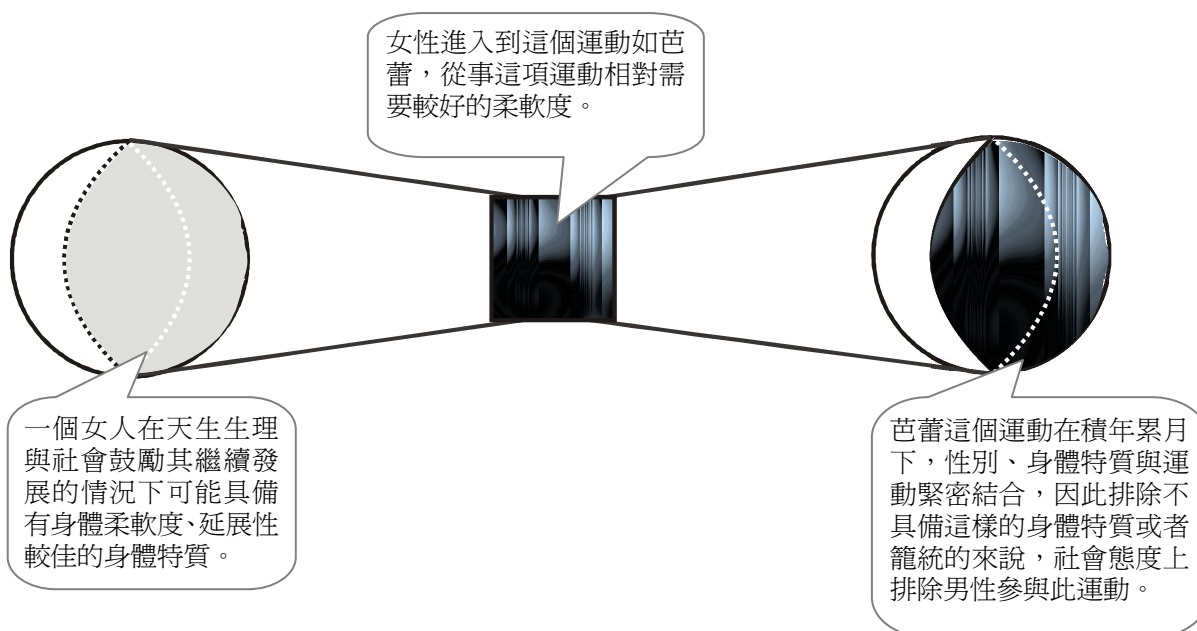


圖 2-17 運動與特質、性別的界定

資料來源：整理自本文

若我們粗淺地將人的特質包納在一個圓球中，有一部份的人，他們所具有的人的特質，以灰色表示，也許是生理上或心理上的特質，十分相似，當這些人進入到在中間的運動中時，他們可能表現十分突出；其他不具有這些特質的人則仍能享受運動的樂趣，但就客觀表現上不及這些位在灰色區塊特質中的人。那麼久而久之，到了右邊的圓球中，特定「人的特質」就與這項運動，又或者這項運動與特定「人的特質」就非常綿密地結合了。而那些在「特質化」了的運動中，不具有該特質的人似乎就很容易被排除在外，但這時候的排除，已經不是單純「表現不好」的排除，而是從人的特質上作一個基本劃分的排除。

運動中的某些特質如強調速度、力量、碰撞等被龐大的社會網絡制訂，如家庭、教育、媒體的催化下，這些「人的特質」就更堅實地栽種在這項運動中，也因此更強化了這個運動的色彩，並排除不是這個特質的參與者。特質影響運動中的客觀成就，客觀成就又與商業利益、媒體接合，漸漸地，人們只能關注特質、成就、可看性這個連結，而不去問這個運動的開放性，直到，其他「另類參與者」試圖參加卻不得其門而入，或甚至擋在門外時，問題才開始浮現。

人特質的分類當然可能有非常多的組合，但最籠統、一般的組合就是以性別為劃分基礎，我們現在若以這種特質的二分來重新看上述的說明，就會變成，有較多的男性具備這些運動中容易締造記錄、有可看性的特質，那麼這個運動在經

年累月的生成中，就容易被界定為男性的運動、男人是當然的參與者，女性則成為了我們剛剛所論及的參與者眼中的「另類參與者」，反之亦然。

運動在很多方面都是男性主導的領域，因同儕、父母與社會典型的鼓勵，參與運動對男孩子是再自然不過的事，然而對女孩就不是這麼一回事了。環繞著運動的價值觀是堅毅、奮進、等價值不但與男性氣概的霸權概念一致，甚至互為幫補。多為男性主導的競技運動，在媒體的報導與再現之下，持續將運動建構為具性別典型的興趣(Wiley 等, 2000)，如男性該從事何項運動，而女性又該如何，同儕、師長、父母、媒體間接「建議」人應該從事何項運動，從限定運動興趣，來劃分性別應具備的氣質、身體特徵。以職業足球、棒球為例，比賽中有許多性別歧視的語彙(比如說「像個娘兒們一樣腳軟沒力」)，將女性界定為軟弱無力的象徵，以激勵球員的「運動精神」，激發其男子氣概以在比賽中博得佳績，職棒的球員室裡則嚴禁女人進入(怕帶來軟弱的不祥)，場上也只有休息時刻才短暫出現女孩(且是為了取悅異性戀男性的加油熱舞)(李明璁，2006)。

(二)在運動中如何建構男性

一個男人或女人的養成從來都是社會的過程，單單專注在運動這一項，不斷參與在所謂的「男人的」或「女人的」運動中，孩子也就學到了作為一個運動的參與者，必須去捕捉合乎這個運動的特質。孩子成為男人、成為女人，一切人可能有的特質，漸漸鞏固、也漸漸逸失。在運動中當然有樂趣，但學習得到的不只是技巧，還有他作為這個二分法下的人應該有的姿態、氣質、表達樣式。

Boutilier and SanGiovanni(1983)對既往研究的歸納發現，正是在運動場上，男孩學習如何成為男人、重視男性氣概；在這些活動中，他們確立了與女孩的不同、甚至具有優越感。正是在運動中，他們學習競爭、統御、冒險、變得強壯且主宰自我與他人。正是在運動中，他們開始瞭解自己為什麼以及如何變成一個男人。

運動不只是將男人社會化為傳統的性別角色，亦是除了軍事訓練以外還能行使傳統男性氣概的場域，在職場上被壓抑的傳統男性氣概，得以在作為安全的價值系統的運動中舒展，即使這些過時的男性氣概觀念，已遠遠落後在現今社會與文化力量下，對於同樣作為「人」的男人，所不同於以往的全新主張。

就意識形態的觀點，男人們抗拒女性進入男性為主的既有運動中，是害怕女人變得「男性化」，使女人漸漸脫去那些所謂的女性特質。Boutilier and Lucinda則認為這可能被另一種方式解讀，不是女性變得男性化，而是該項運動有「女性

化」的風險，這恐怕對參與被劃分為男性運動的男人具有威脅。

男人為了扮演社會所認定的角色，需要付出許多情感和社會上的成本，他們不被允許展現「所謂男人」以外應有的姿態，如膽怯、倚賴、需要、身體親密感以及其他被定義為女性專屬的特質。然而運動卻是在這些運動員的男性氣概已經在參與男性體育運動中確立不受懷疑的情況下，得以使男人散發這些「所謂的女性特質」的場合。男人們不自覺地相互握手、擁抱、觸碰與親吻，建立深厚的男人情誼，其中沒有任何荒謬與猜疑。因此男人在運動中不只是獲得舒展其被壓抑的人性特質，也同時得以和其他的男人有這樣的情感連結(Boutilier & SanGiovanni, 1983)。

(三)女性運動參與者遭逢的矛盾與衝突

運動的女性經歷到角色衝突，或許就與女性所投入的運動有關。社會讚賞女性投入優雅、平衡、彈性、技巧靈巧的運動，而速度、力量、耐力、與肢體接觸則常常成為女性的運動禁忌(Boutilier & SanGiovanni, 1983)。

再一次，當運動沾上所謂的部分的人的特質，或粗淺地來說，大多為女性的特質，這些運動就在女性不斷的參與當中變得「女性化」，而在運動的發展中，也持續界定女性應有的姿態和對身體特質的要求。

雖然相較於參與「傳統女性運動」的女性，女性參與在不被傳統價值接受的運動，會面對更多的衝突，但過去的許多研究亦發現角色衝突的程度並不如想像的高。女性在面對運動角色衝突中似乎有另一套自我圓滿的方式。一方面經驗到性別衝突的女性早在進入大學前，就離開了運動場域，因此不會包含在以大學生為研究的樣本中。另一方面則是，相較於一般非運動員的女性，女性運動員表現出較高的自信，且較為積極的自我形象，運動使她們在面對角色的衝突之時，能有所勝任，並自我駕馭。研究中亦發現，角色衝突與所從事的運動項目有關，女性愈是參與較不被社會認可的運動，所受到的壓力就愈大。運動的女性如何減少這種不和諧或面對角色衝突的困境。這方面在學術的討論遠超過實際的研究(Boutilier & SanGiovanni, 1983)。

在 1973 年 Tayler 的研究中提到以下四種面對運動角色與社會角色衝突的解決手段，包括有不再運動；離開那些需要女性角色行為的社會處境與活動，但仍活躍於其在運動中扮演的角色；將其運動角色的態度與姿態與社會角色結合，例如具有所謂的「男性氣質」、男性化的、或者同志。其他則是將其社會角色與運動角色區隔開來。而最為知曉的策略則是由 Jan Felshin 所提出的「the apologetic」

手段，包括有大量地使用女性外在裝飾，如化妝、緞帶、珠寶、服飾等；將運動視為追求個人的成就，而非僅是社會性的一種展現；追求更為社會所接受的活動；確認女性的價值如美貌、優雅、肌肉線條以作為運動運動的正當性；遵循社會中女性的傳統、保守角色，且不再參與運動(Boutilier & SanGiovanni, 1983)。

第四節 建議

對性別上的生理差異瞭解仍然十分地少，當我們不夠瞭解性別生理的差距時，會太快地斷言哪一種性別適合怎樣的運動，只因為他或她具備的正是那個運動所需要的身體，或是將突出的女性跑者或男性舞者作為特例，而沒有思考到運動訓練法上可能帶來的突破，這個突破，並不是去忽視男女的生理差異，當然也不是在消弭個人的差異，這個突破，在人類運動記錄上的意義，是去找尋不管是哪一種性別的人作為一個人繼續締造人在各方面可能性有所突破的一種利器。除了在運動記錄的締造上是試圖在瞭解人類的生理限制下，擬出一套合適的運動訓練法，對生理差異與運動表現的研究在破解運動效用迷思上也會具有一定貢獻。

第三章 學校體育

第一節 國外性別平等教育法與實行過程

婦女運動與女性主義的發展，兩者都與世界各國推動兩性平等教育有密切的關係，八〇年代中期開始，已有學者對國小教材內容進行討論，並曾觸及女性角色問題的分析，然而直到 1988 年婦女新知基金會全面檢視教科書，兩性平等教育才從「運動」這個角度進行推動，九〇年代這十年是台灣教育改革最為蓬勃的時期，更是落實發展兩性平等教育的階段，因此為讓它深化成為台灣的教育議題，我們不能不去檢視與學習國外的立法與實施經驗。

一、美國性別平等教育相關法案立法過程

1960 年代平權運動就在美國各地開展，相對地也是世界各國中最早訂定有關性別平等教育法案。1964 年通過「民權法案」(Civil Rights Act) 明確禁止種族歧視，之後婦運團體援引其精神，在 1972 年美國通過禁止性別歧視的「教育修正案第九條」(Education Amendment Act of Title IX)，兩年後，1974 年又通過「女性平等教育法」(Women's Educational Equity Act) 以爭取資源落實性別平等教育，並在 1976 年將性別平等條文納入「職業教育修正案」(Vocational Education Amendment Act) 中。

這三項聯邦政府法案不僅深刻影響其他國家對於性別平權的相關立法，例如英國與澳洲隨後也都通過「性別歧視法」(Sex Discrimination Act)，並成為美國性別平等教育的保障與立基點。之後聯合國也對教育中的性別平等議題有相當程度的重視，因此在 1985 年發表了「消除所有對女性歧視的公約」(UN Convention of the Elimination of All Forms of Discrimination Against Women)。以下就美國所訂立的三項兩性平等教育修正案與法案進行探討。

二、性別平等教育相關法案執行與成效

(一)美國教育修正案第九條

根據民權法案精神所訂定的美國教育修正案第九條，最主要是希望能在教育中達到禁止性別歧視的目的，對於學生的性別、婚姻與懷孕狀態禁止學校基於上述三項而設限，其範疇廣泛包括了從招生、入學、課程與設計教學

活動、教育福利(衛浴設備、住屋供給等)、參與體育等課程的權利、輔導、經費補助、就業輔導、對運動設備的使用、校隊組織、教科書內容與教材到工作僱員等方面(謝小岑, 2001)。

並明定凡接受聯邦政府贊助的任何機構、計劃與活動皆應落實這項法律規定,若經檢舉並調查屬實有歧視行為,旋即聯邦政府將停止其贊助。負責調查申訴案件單位為民權辦公室(Office for Civil Rights)它權屬於美國健康、教育與福利部,但早在1964年開始民權辦公室就負責審理種族歧視、身心障礙歧視、年齡歧視案件,1972年又增加了性別歧視案件,因此在龐大的業務量下,其成效有所限制。

教育修正案第九條明確規定「減少」教科書內對於性別刻板印象與歧視內容,但並未特別針對教材設限與禁止。而這項顯著成果是由於許多關心性別平等教育的父母,透過家長會組織與學區校董會,表達要求學校採用性別平等意識的教科書,因而使市場導向的出版商調整與改善教材內容。

(二)女性平等教育法與職業教育法

美國分別於1974年與1976年通過「女性平等教育法」與「職業教育法」。「女性平等教育法」與上述「教育修正案第九條」不同在於,前者以發展各種性別平等教育模式為最終目標,更強調積極爭取資源與經費,而後者只在於消極的禁止歧視。女性平等教育法辦公室並資助美國民間委託團體成立「平等資源中心」(Equity Resource Center),期望由協助教師與研究人員、提供培訓諮商服務開發各種課程教材與教學方案,推廣與出版有關兩性平等教育的研究成果,達到透過各種經費補助,鼓勵各級教育機構研發評估教材、課程,對教育性人員提供性別平等的培訓,提高職業教育、體育與教育行政訓練中性別平等的機會,防治性騷擾、暴力在計劃上與政策上的推動,研擬無歧視性向與成就的測驗工具,並增加各級教育行政的女性席位和對低收入的女性進行教育訓練等多項具體目標。多年來以然累積了許多成果,但在美國政府撥取經費年年下降的情況下,大大影響了兩性平等教育的推展。

同樣地,雖然限於經費縮減。1976年美國仍通過要求各州政府必須設置性別平等教育專職人員的「職業教育法」,並檢核所有職業教育方案中可能對性別造成歧視的各項措施。

三、檢討

美國自實施教育修正案第九條起，又陸續有多項兩性平等相關法案通過，從1972年實行至今已將近三十五年，因此美國教育部於1997年對教育修正案第九條發表了一份實施成效的報告—【教育修正案第九條：二十五年來的進步】，除了教材內容的改善外，其他多項成果如下(謝小岑，2001)：

- ◆ 在1973年時只有43 % 的女性高中畢業生，到了1994年提高到63 % 的升學率。
- ◆ 1971年美國男性有26 % 獲得至少四年大學教育，而女性只有18 % 的比例，但在1994年時男女性獲得學士學位皆提高至27 %。
- ◆ 有趣的是，1972年女性只有9 % 能獲得美國醫學學位，經過這段推展兩性平等教育時期，到1994年增加至38 %。
- ◆ 最為明顯的改變是女性參與體育競賽的比例增加幅度最大，大學女生參與運動隊伍與競賽的比例，從1972年的2 % 提高至1999年的40 % (此為AAUW之資料)。

同年，「全美女孩與婦女教育聯盟」(National Coalition for Women and Girls in Education) 也製作教育修正案第九條實施二十五週年後的「性別平等成績單」(謝小岑，2001)。由此成績單能看出兩性平等教育除在就學機會進步最多之外，其餘皆仍有很大的進步空間。

表 3-1 性別平等成績單

項目	25 年成果表現
高等教育就學機會	B ⁻
體育表現	C
學習生涯教育	C
就業	C ⁻
環境	C ⁻
數學與科學	C ⁺
性騷擾	D ⁺
標準化測驗	C
懷孕和有子女學生的照顧	C ⁺
說明：A 為「已達平等」、B 為「有長足進步」、C 為「有些進步」、D 為「些微進步」、F 為「完全沒進步」。	

資料來源：謝小岑(2001)外國性別平等教育立法與實施經驗，
兩性平等教育季刊，14，23。

上表可觀察到，女性在運動體育項目的評審為「有些許進步」，這是由於「教育修正案第九條」與「女性平等教育法」都強調女性有參與運動體育的機會，因前者禁止學校歧視女性，並在學校的運動參與機會、運動員待遇、運動設施、運作經費與運動員獎學金分配上不遺餘力，而後者則是採積極態度在研展各項方案與計劃以鼓勵女性參與運動的意願，認為鼓勵女性參與運動競賽能培育領導與團隊合作的能力，對於年輕學子女運動員能提供正面且健康的身體形象。調查顯示五百大企業的女性領導人裡，有 80 % 於求學階段曾參與運動團隊，且美國大學中女運動員的畢業率高於非運動員。然而「全美大學女生學會」(American Association of University Women, 簡稱 AAUW) 指出雖然女性參與運動的比例提高，但美國大學的運動獎學金與待遇分配仍以男運動員為主。

第二節 天生差異／社會建構

小寶寶自一出生起，所有親朋好友或路上相遇的路人見到面的第一句話總是如此：「好可愛的小寶寶，是男生還是女生？」

男生？還是女生？這句聽起來再平常不過的語彙，只是讓我們對眼前的小寶寶能有個基本概念，卻不應該是區隔兩性的開始。但是一般人對於性別，總是帶著先入為主的刻板觀念，例如男生要堅強、獨立、不能表現出軟弱的一面，而女生必須具備溫婉、柔和與纖弱甜美的特質。這樣的狀況不只出現在臺灣或東方社會中，一項美國研究調查也顯示有八成二的成人，覺得女孩比男孩會至照顧人，有八成五的民眾希望女生不要太過獨立，更有八成七的受訪者指出女生不需要跟男生一樣在社會上有成就(高沐晴，2001)。

不只社會上如此，在校園中也常會聽到師長有這樣的形容：「女生就是要穿裙子，才能表現出淑女的樣子。」、「男生就是要跑、要跳、要動啊！還坐在這邊幹麻？」若有一個喜歡打球、好動、喜愛到處亂跑的女生，以往我們對她的觀念總是覺得這樣不嫻淑、不文靜，另一方面有的男生不熱衷於運動，反到喜歡玩布娃娃、辦家家酒，則會被同儕間取笑為娘娘腔。長久以來，社會控制之一即為性別角色的期待與形塑，而教師們常用單一系統化的方式來進行教學活動，這有可能造成日後孩童間產生休閒行為的區隔與強化兩性之間的性別差異，很顯然地在孩童之間也一直不斷地在複製與強化這種區隔與差異。

在 1997 年高師大成人教育研究所副教授余嬪曾做過一項研究，調查國中男女生休閒參與程度，調查結果顯示國中男女生休閒參與總程度無明顯不同，但國

中男女生在參與 127 項休閒活動項目裡卻有 82 項參與程度有顯著差異，並且其中差異的方向與性別角色期望相符合。這足以說明休閒活動受到性別區隔與差異的影響相當大，或許這與孩童天生的生理差異無關，而是孩童無形中從家裡與校園內學習到許多與性別有關的日常生活和活動，在不斷地受到各種不同的暗示與增強男女性別意識後，日後就會表現在休閒行為與喜好上(余嬪，1998)。久而久之，孩童的行動漸漸地會受限於社會所建構出來的性別框架下，這框框由師長與整體社會文化設置，孩童擔任著監視與評斷的角色。因此在性別平權意識剛起步的社會文化中，父母與師長要更能充分參與並扮演積極的角色，那麼這個社會上兩性不平等的現象才有改變的可能。

表 3-2 各級學校規律運動人口比例

國 小	國 中	高 中	高 職	大 學
60%	24%	26%	40%	20%

資料來源：教育部體育司(2003)年學生運動團隊及規律運動人口調查報告。

長久以來，男性認為藉由運動可以展現出男子氣概，一旦出現對於運動不在行的男生，同儕通常會譏諷為娘娘腔，或甚至具有同性戀傾向。可讓我們仔細觀察一下社區公園或校園中運動場內的狀況時，就可以明顯發現，運動場上男性的運動人口數量總是多過於女性，教育部體育司在 2003 年針對我國各級學校規律運動人口比例(表 3-2) 所作的調查發現規律運動的人口比例趨勢竟隨著年齡的增長呈現減少的狀況，而大學女生從不運動的人口比例多達 34%，另外有 79% 的大學女生自覺運動時間不足。張淑紅在 2005 年對 397 位台大大學生所進行的規律運動調查發現，真正達到美國運動醫學會所建議：每週需進行每次超過 30 分鐘的運動達三次之運動者僅只有 96 人，約佔全體調查人數的 24%，而其中有規律運動者的台大大學女生僅 30 位，並且其運動時間與男生的差距將近達三十分鐘(67.7 分鐘對 95.4 分鐘)(見表 3-3)，那麼真是女生不愛運動嗎？

表 3-3 台大大學生有規律運動者之人數與每次運動時間

性 別	男 性	女 性	全 體
人 數	66	30	96
每次運動時間 平均值±標準差	95.38±54.93	67.67±65.95	86.72±59.66

資料來源：張淑紅(2005)社會階層、社會心理因素對大學生運動行為之影響。

台灣公共衛生雜誌，24(4)，325-333。

受到傳統刻板印象的影響與環境限制，從運動中能獲得的利益已非女性考慮的重點，於是體育課程參與度越來越低落，正因為此在這樣的成長過程中，導致許多基本運動能力與男性的差距越來越大，最終女性的運動參與興趣會因長期身體活動與運動能力的疏離而下降(黃泰豪，2005)。以下就從校園中的運動空間設施、體育課程與教師的培訓來探討為何兩性之間對於運動參與程度有明顯地差異。

第三節 校園運動空間歧視與設施不足

「假如我是男生，我就可以跟男生一起打籃球，而且很熱的時候就可以直接把衣服脫下來...。可是現在每次下課球場都早就被男生佔走了，不讓我們打。」

「打躲避球的時候，都是男生在打，我們女生都不能打，都要把球傳給男生，如果自己砸沒砸到敵方就會被罵，可是如果主將沒砸到就沒關係。」

「好無聊喔，都不讓我們打球。還有那個籃球場修好了，他也不讓我們上體育課，就讓我們在教室上那個什麼有氧舞蹈，煩死了。」

上面三段話敘述者有男生有女生，重要的是從這三段話中我們可以覺察到體育運動其實反映了社會的男性價值觀，為什麼男生就能公開地在球場上打著赤膊，而女生卻因必須穿著裙子而束縛住行動力；經常在球場上主導權是由男生來操控，而女生只能消極地與被動地參與其中。

一、不友善的運動學習環境

(一)男外女內的運動遊戲空間配置

都市中土地寸土寸金、人口密度過高，學生人口數過多，相對地學校容

易有空間不足的狀況，產生校園發展的困境，而遊戲空間與場地的供應則相對不足，讓我們觀察一下臺北市的國小下課時間的遊戲狀況能夠發現通常遊戲場、操場與球場中擠滿了孩童，導致大多數的孩童滯留在走廊上或教室內等空間中進行遊戲，明顯透露出室外休憩活動空間的不足。

表 3-4 下課時間男女生活動空間觀察

地 點	操 場		走 廊	
性 別	女	男	女	男
一年級	56	87	25	21
四年級	14	50	30	78
五年級	10	8	28	49
總 計	50	145	83	148

資料來源：楊清芬(1995)。《國小男生與女生的校園生活》。未出版碩士論文，國立台灣大學建築與城鄉研究所，台北市。

另外，國立台灣大學建築與城鄉研究所博士生楊清芬在 2005 年對國小男女生課間遊戲場所做的觀察中發現(表 3-4)，下課時在操場與走廊的總人次皆高過於女生，教育部在推行兩性平等教育十餘年後，2002 年黃庭鈺也所做了一項研究統計中發現男外女內的空間配置狀況未見改變，女生半數以上仍停留在室內空間，而男生下課時最喜歡停留的空間分別是球場、操場與遊戲場，女生則分別為操場、遊戲場與庭園，球場則位居最後一位。校園中雖然並沒有限制女生的活動空間範圍，但過去的研究顯示男生跟女生相較起來，有較大的活動空間，一般說來女生的活動範圍多侷限在教室內或教室周遭的空地(楊清芬，1995)。

再者運動空間的主導權經常是由男生搶先佔據使用(吳瑾嫻，1999)或侵入女生遊戲活動，往往男生的惡意對待也導致女生在運動場上逐漸絕跡的原因。常常在某些球類比賽進行中我們都可以聽到類似的吼叫聲：「xxx！妳是白癡啊！這樣的球都接不住」或是「把那些沒用的查某都先打出去啦！沒用又佔位子，看了就討厭...」。球場上男生對女生的歧視的嚴重與不尊重的態度時有所見，倘若老師未適時加以阻止或改正，那麼女生真的很有可能會消失在運動場上。

(二)運動遊戲中性別角色配置

在校園運動與遊戲中，雖然男生、女生可能玩著同樣的遊戲，但在運動遊戲中所扮演的角色卻不盡相同。Thorne 指出在校園活動中她留意到，性別差異因情況而定，有時候在某種情況下會有性別區隔的產生，有些情況下則不明顯或完全忽略。例如下課時間的遊戲較常會自動產生性別區隔，而教室內老師在進行灌輸式教學(talk-and-chalk) 時性別區隔則較不明顯。而孩童從遊戲運動中學習到性別關係是如何運作，他們又如何穿梭在性別關係之間，因此他們是在學習如何與性別秩序溝通與接受性別認同(Connell, 2002)。

女生丟球，你知道打躲避球外場是不能走步的，可是女生就這樣丟，不像我們男生都這樣丟。跟女生玩都不過癮，除了郭宣平，她很像男生(楊清芬，1995)。

楊清芬(1996)指出在遊戲運動中男生往往認為女生不能掌握遊戲運動的技巧，想要參與團體活動遊戲就必須證明自己對於技巧已能全然掌握，因此男生對於誰可以加入與退出團體活動有著極大的控制權。由於男生常常在遊戲中所扮演的角色是資源掌握者、控制機制者、先驅者，在性別區隔下，女生表現出學習者的角色卻往往會被歸入邊陲、擺弄的地位。當然在校園中沒有規定男生必須玩什麼，女生不能玩什麼，可是在大家的監督下女生只能選擇某些遊戲、劃分出主要活動空間，保持整潔、和諧與不激烈，以維持大眾對女生的既有刻板印象(楊清芬，1995)。

(三)運動空間及設施不足

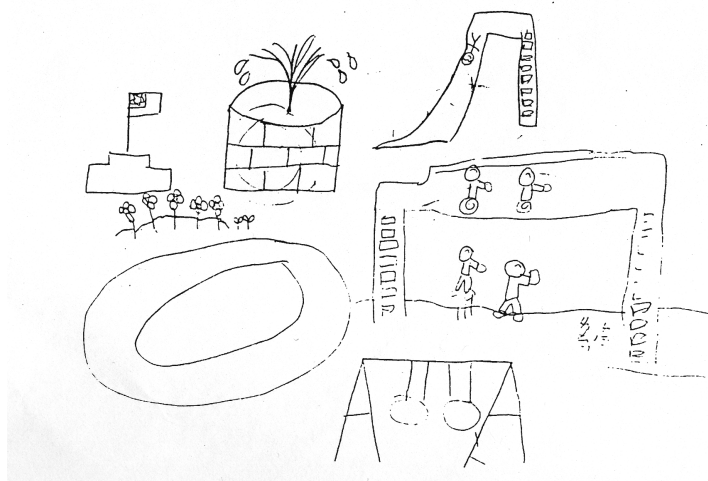
一般而言，學校室外空間的規畫以不妨礙體育教學為原則，雖然不需完全符合選手培訓標準，但要能把校園特殊課外活動、運動會、全校朝會集合、體操等納入規畫考量範圍。然而台灣大多數的中小學都有 200 公尺的標準跑道，約佔地 3600 平方公尺，全校面積的 10%至 15%左右，但在國外的小學校園中鮮少看到標準跑道，因為他們認為那是訓練選手用的，可是在台灣，標準跑道的設置卻成為常態。在黃庭鈺(2005)的研究中發現，孩童希望操場、庭園、球場及遊戲場的空間都應更為寬廣。

畢恆達(1999)指出在教育與教學評估要求標準化的教育型態體制下，就會有教科書標準本與標準跑道的產生，而忽略了學生個自擁有的個別特殊性、多元性與地域性。標準跑道的設置是為了能夠在測試學生時，達到客觀的評判也同時成為上級單位評量學校教學成果的標準，若單就增進學生體能

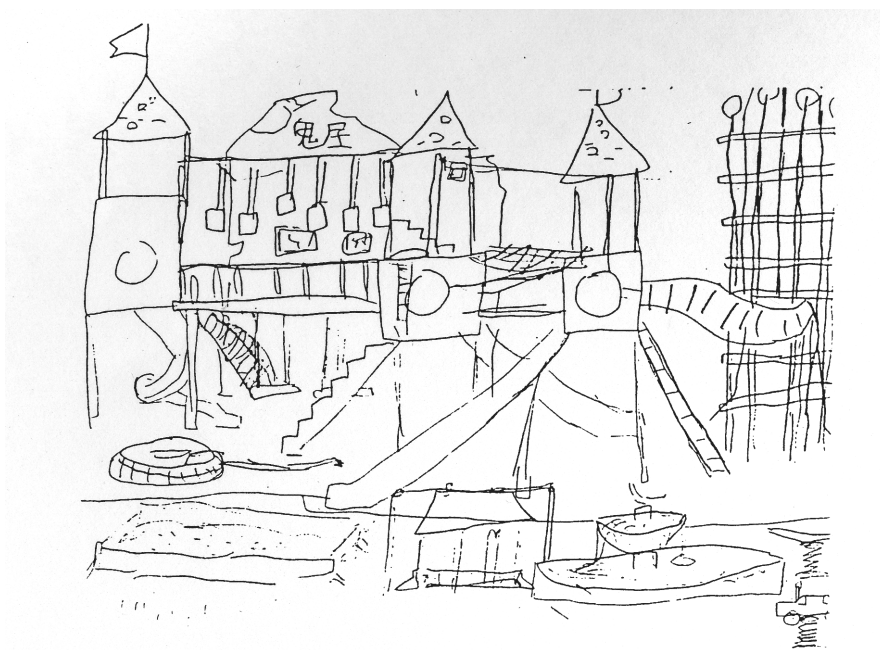
而言，其實除了設置標準跑道還有更多運動空間設計的可能性存在。讓我們來看看幾位國小學童對於運動空間的期望(黃庭鈺，2005)：



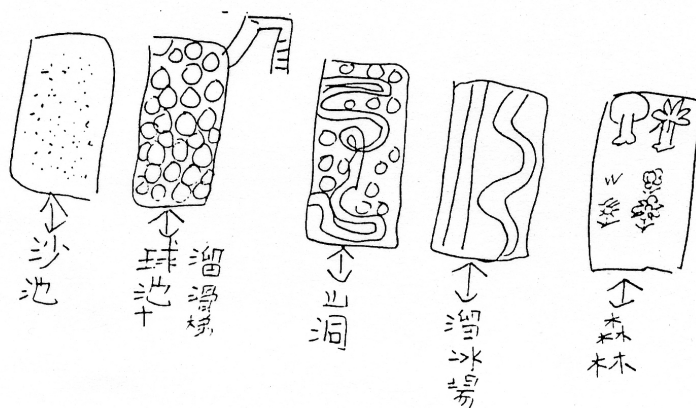
希望學校室外空間變成一片森林，森林中有許多小動物、昆蟲以及一座魚池(來自一位低年級男生所繪)。



希望學校操場旁有花圃和噴水池，遊戲設施種類多樣化：有溜滑梯、攀爬架或高臺(可在上面進行追逐)、可在上面彈跳有彈性的軟墊與鞦韆等(一位低年級女生的心聲)。

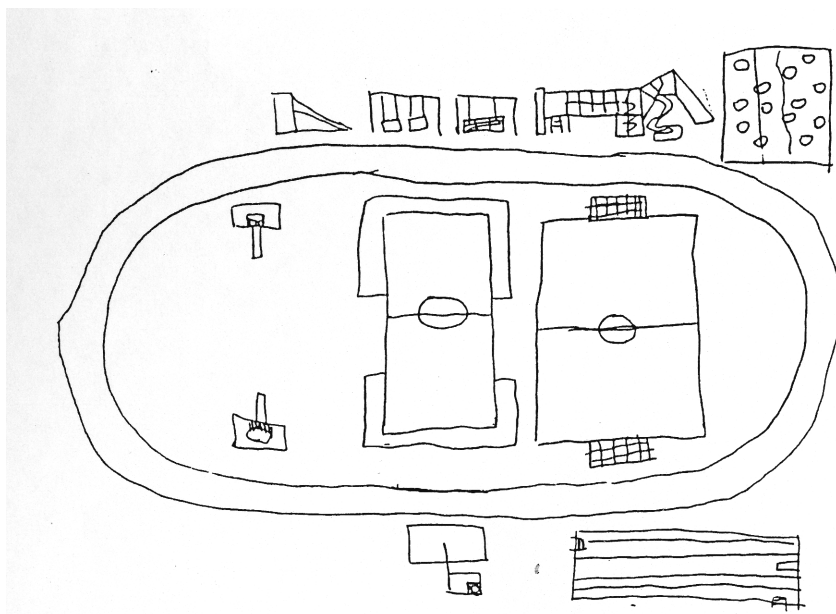


一位中年級男生希望學校能像一座驚奇有趣、刺激、多采多姿的遊樂園，中心處為種類多款新奇的組合遊具為主，包括迴旋溜滑梯、攀爬繩、吊環等，四周有著輪胎、沙坑、噴水池及彈簧遊具等設施。



如果能多運動對身體好

而由一位中年級女生繪出她心目中的學校運動空間，希望能在室外空間增加多種類多樣式及有趣的設施，如沙池、溜滑梯下有球池、有著曲折隧道的山洞、直、曲線兼具的溜冰場和森林，其理由是「如果能多運動對身體好」。



一位高年級男生則希望學校室外空間以球場為主，跑道內有籃球場、躲避球場及足球場，跑道外則有游泳池和遊戲場，包括具移動性及挑戰性的設施如：滑梯、鞦韆、搖椅及攀岩場等。



一位高年級女生覺得「遊戲場可以變成高年級、中年級、低年級三區」，高年級區包含沙坑、滾筒、單槓和籃球架；中年級區有鞦韆、羽球設備；低年級區則有小型鞦韆、沙坑及滑梯。

由這六位分屬低、中、高年級孩童對運動空間的期待看來，學童更期待能從運動遊戲中獲得的是冒險性、探索性與遊戲性，而非在標準跑道上跑步、在球場上訓練技能來鍛鍊自己的身體。現今校園內空間規畫仍以男性為參考樣本，多是以大肌肉的訓練場如：籃球場、跑道、躲避球場及可打棒球

的大操場為主，但羽球場、桌球室空間重疊使用或設置於較為陰暗的角落且設備老舊，韻律課程的空間與課程更是少見，通常利用班級教室或大禮堂的空間進行教學，由於校園內的運動、遊戲空間不足，導致女生不易找到教室外的遊戲場所(楊清芬，1996)。

另外，許多校園運動空間並未配置更衣室或淋浴設備，當學校規定女生必須要穿著群子時，學校是否能給予學生更換衣物的便利空間？當運動過後流了一身汗，而學校期望女生擁有乾淨的形象、溫婉的氣質時，學校卻並未提供可淋浴盥洗的空間及設施，那麼女生就只能犧牲運動量來換取整潔的形象(畢恆達，2000a)。

因此，校園空間的規畫與設計不應只有考量操場、球場、校舍、跑道、遊戲器具的空間安排，更應該納入教育的本質理念目標作為規畫的原則，以學生為主體，並將安全性、教育性、舒適性、經濟性納入規畫考量(蔡保田，1986；湯志民，1994；黃泰豪，2005)。傳統的運動空間的規劃概念典型是以男人價值觀與行為為其核心，有時產生限制甚至是排拒女性的使用權力，唯有回到教育本質的規畫設計、對運動遊戲的探討，並針對女性運動時的需求，才能讓學童盡情地享受運動所帶來的快樂。

(四)惡意對待／男性凝視

男生在運動場上對女性或弱勢者的惡意對待與老師不鼓勵的策略，常常導致女生在運動場上絕跡。有位喜歡打籃球的女生表示，她在練習投籃竟被旁邊的男生用言語攻擊要她離開，因為她妨礙到了男生打球的心情。或是跟同班男生一起打球時，男生常常會因為對方是女生所以有放水的情形發生，讓這位女生感到很不舒服。也有的女生說最討厭在充滿了男性的校園籃球練習場打球，因為旁邊的男性凝視對她們而言有種虎視眈眈的感覺，讓她們無法放鬆心情打球，如果打的不好會讓旁邊愛炫耀球技的男生嘲弄，無形中產生一股極大的壓力，而不能自由自在地打球。

二、以躲避球物理空間配置為例看兩性分析

在小學校園中，無論是上課或是下課時間都能看到小學生在操場揮汗、認真、盡情地玩球、追逐與遊戲，參與團體活動以滿足與同儕分享的欲望。在校園操場上，無論是上課中或是下課休息時間，常看到中、高年級男生佔據一大片空地或籃球場，進行著躲避球與投籃的遊戲，這樣的情景應是許多人共同的回憶。

為何躲避球會盛行在小學校園內呢？曾有體育學者專家指出，要培養兒童基本的運動能力包括跑、跳、蹲、臥、躲、閃、傳、接、擲等技巧，躲避球是最經濟且有效的運動(蔡貞雄，1994；滕德政，2001)。

蔡貞雄(1997)對日據時代臺灣初等學校的體育研究中就顯示，躲避球從日據時代起就相當普遍，臺灣北部地區開始推展躲避球運動，是在 1951 年由臺北師範學校體育組主任溫照兆宗教授重修制定比賽規則後，隔年在新竹舉行第一屆國小學童躲避球錦標賽(范春源，1994；滕德政，2000)。1962 年教育部公布「國民學校課程標準」正式將躲避球列入國小體育課程中，這個舊制的躲避球規則曾讓許多小學生產生被球砸到的恐懼，畢恆達(1999)在《建立安全與無性別偏見之校園空間指標》中提到「對許多女生而言，躲避球並不是一項有趣或好玩的運動，甚至可能是一個痛苦、不愉快的經驗。較不會砸球的人不但無法獲得運動的機會，還可能會遭到排己或嘲諷，不幸的是這些人往往以女生居多。不喜歡玩躲避球的女生連帶的也不喜歡上體育課，開始討厭運動，因為她們會認為運動就是一件如此無趣甚至令人厭惡的事。」

早在 1837 年美國的學校就提供女生體育課程，引發後續許多學院校也相繼開辦，然而女性體育仍然受到許多限制(邱金松，1988)。在臺灣社會中，明顯可見籃球、躲避球、足球場等多是以男性為主，女性除了到場邊加油歡呼或觀戰之外，並無太多的參與權力。假若男生在運動場上沒有表現出運動能力，可能會被嘲諷、譏笑為娘娘腔，而女生無法表現運動能力卻是被接受的事實，社會價值與思考模式的刻板印象，造成了人們認定男性適合何種運動，而對女性適合參與的運動卻無明確的期望。因此探討躲避球運動形式中其獨特的角色規範、與運作邏輯，並找出其中的互動律則(滕德政，2000)是有其必要性。

(一)從物理空間看起

任何有男女的場合中都可以見到這種二元表徵化的空間分布，可能是在操場作健康操時、朝會升旗排隊時，不自覺得就會排排站好男女分別立於不同的位置上。

躲避球運動雖然是將男女放在同一個場地一起活動，但內外球場的安排卻是根據男女學生的運動位置角色來決定，其空間安排是由「二元分立」方式組合而成，並非常明確地反映出「二元對立」的躲避球運動組織。在躲避球球場中，內球場最開始的位置是由會砸球的男生再來會接球的男生，最後才將女生考慮進去。除了場地安排的二元對立外，也表現在男女學生的語言

使用上，例如「爛女生 V.S 臭男生」。這樣的「語詞指稱二元性」(滕德政，2001)，更突顯出躲避球場是由兩個不同地位的團體所構成，運用語言區分出彼此不同的身分、不同的球場分布空間，也象徵了男女學生的心態及角色、地位關係，更從中透露出躲避球運動中男女的基本分工與互動律則，是由各自所處的空間與地位中所建構出來，並進而認知自我與他者的社會角色與行為關係。

(二)從社會空間探討

性別角色是經由社會化學習而習得的，這種控制成長中孩子的各種社會化媒介，像家庭、學校、同儕、媒體等，透過日常上小規模互動將社會「常模」與男女的期望加諸在男孩與女孩身上，等到他們成長為社會化的一員時，就已將社會常模內化而一再複製下去。同樣地，在學校體育競賽中男孩從運動場域中能有較高的能見度與威望並經歷社會化過程，例如在躲避球場上的競爭過程中男孩可獲得成就感認同。

躲避球的基本規則建立在二元分立的概念下，內場的負責砸／傳球，外場負責躲／擋球，通常指揮、空間分配與砸球的角色由男孩主導，而女孩則被分派去負責躲／擋球，與傾向如何獲得讓自己在球場環境中能受到較少干擾的球場配置。男生砸球、女生躲球這樣的分隔似乎是躲避球運動中職務的分工，但種區隔可能會導致男、女學生不願意積極參與彼此的活動，由此男女生角色所在空間位置的差異與職務的不同，對於相互認知、自我角色建構與互動準則發展出一套社會化模式。

滕德政(2001)指出躲避球運動未能讓所有參與者平等活動，由躲避球場空間配置、活動主導權皆為男孩壟斷，這不僅剝奪了女生運動與學習的權利，我們甚至能發現其中尚有第二層、第三層的階層結構關係出現，某種程度來說，這樣的運動規則繼續延續了男性權力與優勢主導，而女性與較弱勢者仍舊為臣屬狀態，因此需要多元的模式來克服實際參與運動的種種問題。

躲避球這項球類運動受到大多數國小學童的喜愛，也是國小校園中最常見到的教學活動。但許多教師卻未覺察到其中所隱含的男性霸權意識，與女生成為躲避球受害者和弱勢，導致無形中讓學童陷入男強女弱的觀念框架裡。另外 Duquin 發現還有一種極為嚴重的現象，男生不願承認自己的運動能力比女生差，他們會將在與同性競爭中運動競賽的失敗歸因於自身能力不足，但若對手是女生他們則不會歸因於自我本身能力不夠(黃泰豪，2005)。

在他們的觀念中認為女生在運動方面不能也不應該能贏過男生，這不單只是區辨運動能力的強弱，卻更加深了兩性概念在社會地位中的刻板印象與如何定位社會上的兩性角色，並且可能更加深他們在運動中的相互競爭情形，只因「男生輸給女生是件丟臉的事」，促使運動場成為男性霸權氣概展現的場域。

第四節 教科書、體育課程與兩性平等

依據聯合國憲章人權宣言的精神，聯合國教科文組織於 1978 年訂定體育與運動乃是人類基本權利之一(王宗吉，1996)。我國教育部也於 1999 年頒訂「教育基本法」保障人民教育權，除維護人民的學習權與受教權外，更納入多元學習的內容，包括促進與維護學生健康、身體活動的空間、兩性平等與同儕互動等權益皆納入保障範圍。因此學生的運動權利，與培養終身運動習慣，不僅是世界潮流趨勢更應該是學校體育教育的發展方向與終極願景(魏展聘，2006)。

以往學校體育教育多強調學生在運動技能的訓練，而忽略了學習基本運動與觀賞能力，行政院在 2002 年「挑戰 2008 國家發展重點計畫」中的「一人一運動、一校一團隊」的相關計畫裡期盼培養學生至少學習一種終身運動技能，假若學生離開校園後即失去規律的運動習慣，這樣的體育課程即是失敗的。更遑論現在男女學生在體育上有差異的學習，導致女性在運動學習過程中受阻礙，產生運動能力發展不均衡的現象。兩性平等需要整個社會、文化長時間地積累與深化的意識觀念，更需要家庭、學校與社會的共同配合，將兩性教育融入體育課程中，能夠讓學生從身體活動中體察與反省既存在生活內的性別刻板印象，進而思考兩性間良好互動、合作學習的方法，並將互相關懷與彼此尊重實踐在生活裡。

一、教科書內的兩性差異

國內研究學校體育運動與性別平等的學者觀察到幼稚園在進行學齡前兒同教學時發現，老師與孩同的互動過程裡充滿了性別差異，譬如在介紹工具與醫生用聽筒時會找男生來示範，而洋娃娃與廚具等卻是尋求女生的協助，充滿了缺乏性別平等的課堂互動(謝臥龍、駱慧文、莊勝發，1995)。更有研究學者觀察校園指出性別不平等的現象普遍存在在教科書或校園內的海報編排中，例如圖像中男多於女比例不均(方朝郁，2005；方德隆，2005)、體育課程中多以男生做動作示範、運動器材設施偏向男性化(黃明宏，2005；滕德政，2005)等等。這些現象無

形中減低學生參與學習的興趣與意願，剝奪男學生/女學生之間相互學習的機會，更傳遞了具有歧視性的社會判斷價值。

早在 1985 年黃政傑與歐用生就發現存在在國小生活與倫理課程中的性別偏見問題，爾後婦女新知基金會在 1988 年全面檢視課本內容，召開公聽會與出版《兩性平等教育手冊》，指出學生是在充滿了男尊女卑與性別刻板印象意識形態下學習與受教，並呼籲開放民間編印教科書且教育部應當認真看待此一問題的嚴重性。1996 年，教育部開放民間編印國小教科書，但其關於女性/男性的內容與教材仍不脫僵化刻板的性別印象、男主女從的意識型態，且忽略女性在各學科上的貢獻(劉淑雯，2006)。經過二十年的努力推動，這十年間教材開放、課程自由靈活，更應該再度對教科書進行性別檢視。

表 3-5 健康與體育教科書中非課文圖片人物性別出現次數各版本比較表

版本	兒童方面	成年方面	整體	備註
仁林版	女少於男	女少於男	男性出現次數多於女性	兒童方面：僅第六冊女多於男 成年方面：第六冊女多於男，第九冊女男數量均等
康軒版	女少於男	女少於男	男性出現次數多於女性	兒童方面：第一冊、第七冊女多於男 成年方面：第六冊女男數量均等，第八、九冊女多於男
翰林版	均量	女少於男	男性出現次數多於女性	兒童方面：女多於男的冊數與男多於女的冊數均等 成年方面：除第五冊、第六冊外，餘為男多於女
南一版	女少於男	女少於男	男性出現次數多於女性	兒童方面：共五冊女多於男 成年方面：第七、十一冊女多於男

資料來源：本報告整理自劉淑雯，2006。

過去的教科書中，對於國小國語、社會、數學、生活倫理、道德與健康，與國中國文、理化、歷史、健教等科目中兩性的探討多有研究者深入分析，發現課文內容呈現出男主女從的現象，並且在職業與運動休閒區隔上，性別角色分工與

刻板印象相當明顯，對這些科目的研究相當地豐富，然而獨缺少了九年一貫中七大領域之一——健康和體育領域教材的性別相關研究。因此劉淑雯(2006)針對民間編組四個版本的健康與體育教材進行全面檢視，對教科書的圖片與課文字句以內容分析法來進行，各版本比較表如上表 3-5 所示。

劉淑雯指出與過去教材相比新編教材中女性出現的次數量與頻率有顯著成長，甚至各版本圖片人物男女比例有部份冊數為女多於男，但在整體而言女性人物的出現次數仍然是少於男性的。另外各版本教科書在圖片與課文中或多或少仍保持著性別刻板印象，例如有的圖片顯示爸爸開車載全家出遊、媽媽在床邊照顧生病的小孩等，課文文句中顯然較少直接觸擊性別偏見的字句，但從圖的呈現中仍可讀出傳統的性別印象。劉淑雯更針對體育活動教材中圖文的性別差異進行分析，指出各家體育教材教科書的版本中，女童/男童皆有參與遊戲的圖片，但普遍來說仍以男童出現參與的比例偏高，並且會以服裝和顏色來對圖片中的男童/女童進行性別區隔，譬如男童多以藍色系色調運動服為主，女童以暖色系為基調，甚至出現身著裙裝的女童在進行體育活動。

二、英國體育課程的實施案例

學校體育教學的目的在於導引孩童透過對自我身體運動的學習歷程，達到終生熱愛並參與運動休閒活動。隨著近幾年世界潮流興起終身運動的概念，各國都十分重視健康與體育課程的改革，希冀培養學童終身運動的能力發展與良好態度，體驗運動的樂趣與意義，成為有能力維護自我健康的成人，以提升與強化國民競爭力。

因此在 1988 年英國訂定了提高教育部中央權限的「國家課程標準 (National Curriculum)」，為有效提升英國教育品質與提升國力，由中央教育部規定全國性的基礎教育科目領域範圍。其體育教學與歐美其他國家不同在於，針對不同年齡與發展差異，訂定不同的學習能力與標準，並非泛指學童為一全體，而是根據各學童的個別差異以循序漸進的學習模式，將運動能力落實在學童生活裡(程瑞福，2005)。

英國中小學體育課程內容分為田徑、舞蹈、球類、體操、戶外、探險活動與游泳六大類，課程架構在年齡差異上，隨年齡增加所設框架限制越少，並對每個年齡階段訂出具體能力規定，形成身體能力遞增教學模式四階段進行。

1. 第一階段：以掌握基本運動技能為主。5 至 7 歲孩童學習基本技能，並培養對

於運動的興趣。利用模仿、練習基本動作與姿勢等學習模式，安排舞蹈、遊戲與體操為學習重點，英國體育教育在這個階段對於游泳項目這方面要求孩童要對水性的有所培養，練習在水中走動、跳躍等肢體動作，以感受水浮力為主，並利用輔助器材進行基本四肢划水動作的練習。所應習得的具體能力指標有：完成所賦予簡單且與身體動作聯繫有關的任務、練習並改進身體動作、描述他人與自身的動作，能認識運動對身體所產生的作用。

2. 第二階段：以體操與各種運動等為重點。8 至 11 歲孩童為此階段學習對象，前述舞蹈、遊戲、體操與游泳等項目仍繼續納入課程，更增加競技運動如跑、跳、擲等。體操方面，繼續發展作出流暢的系列動作，如翻、滾、倒立等，且學會如何掌握簡易體操器材；要求孩童能在無人協助下游完 25 公尺以上；田徑項目則要求孩童發展單一運動動作，如：跑、跳、擲等，作出簡單系列組合。具體習得的能力指標有：完成、改善與記憶較為複雜的動作、有效完成需反應迅速的活動、獨立或與他人合作對挑戰性任務做出安全且有一定表現的反應及動作、獨立游泳 25 公尺、根據教師制定的標準評價自我表現或對他人進行的動作提出改善建議、能全程參與具有一定時間的運動項目，並理解運動對身體的影響。
3. 第三階段：除了延續前階段的學習，更將觸及戶外活動、野外探險的範圍。12 至 14 歲學童在這個階段最低限度，需學會包括球類運動在內的四類運動課程，學生除要學會協調運用複雜的運動技巧，對每項運動要能夠展現自我控制能力，鍛鍊速度、耐力與準確性，瞭解並能夠運用不同種類運動的策略與規則。這個階段開始，鼓勵學生多參與野外探險活動，開發學生發現問題、解決問題的潛能。具體的指標為：在學運動項目中瞭解並熟悉其策略與戰術、提高並發展已瞭解的技能、能理解與評判自己和他人的優缺點並提出進步的方法、瞭解運動對自我身體的影響且進而選擇出合適自己的終身運動。
4. 第四階段：自由選擇一至二項運動項目為自我學習重點。隨著年齡增長，15 至 16 歲學生在這個階段所受到的限制框架減少，要求學生能夠自我判斷擇取適合自己的運動，與在運動活動中所扮演的角色，重視專項運動技術的指導。學生不僅要能掌握鍛鍊自我的方法，更要

養成終身運動習慣為目的，所參與的各種競賽是為培養學生的榮譽感與團隊合作能力。具體的能力指標有：能具備自己選擇運動項目的一切知識與技能並安全進行、瞭解並為自己在運動項目中所扮演的角色負責、對於運動如何影響自己能夠自我評價並運用、準備與實踐自我終身運動計畫。

由上可知，英國學校體育教育涵概的範圍廣泛，除了台灣一般的競爭體育項目除外，學生更有多樣的選擇與學習空間，如野外探險、體操與舞蹈等非競賽型運動項目，更依據學生年齡與差異提出不同階段課程。多樣化體育課程與活動，能滿足學生不同的需要、能力、興趣與態度，進而選擇出適宜自己的終身運動，這不僅能讓學生從小建立起自信心、責任感，重新認識自己的身體與律動關係，發揮解決問題的能力，更可促進良好的人際關係與健康安全的生活，這樣的體育教學課程規劃或可提供給台灣學校體育發展一個良善的例子。

(三)無性別偏差的體育課程

自幼兒起，男、女就應共同進行學習、合作與遊戲，兩性的區隔容易造成敵視對方和不均衡的運動能力發展。根據學者 Rowland、Caiaabrese、Kramer 等研究指出，女性若養成習慣性的規律運動，不僅能使女性更展現活力，在面對壓力時能更具抗壓性，並對自我身體產生舒適感，然而假若喪失了規律運動，無論男性、女性在健康方面都容易傾向疲勞、活力弱且易感染疾病(施又誠、房振昆，2004)。影響女性而迫使離開運動場最主要的因素，是社會上對運動場保持著的純男性觀，使女性無法自在地參與體育活動，女性天生就具備各項運動所需能力，只是更需要社會的支持與認同。

學校，是提供學生學習與培養孩童活動習慣的場所，不應將全體學生看成一個整體，應重視每位學生的個別差異，不分性別鼓勵每位學生參與運動，養成終身運動的習慣。從幼兒時期讓兩性相互玩耍，以小團體合作方式分組，在兩性能自然地相互學習與接觸的情況下，除了能習得運動休閒、身體活動等技能，還能產生正面地社會化學習，並能增進瞭解兩性之間的態度。教育部於民國八十九年九月三十日公布「兩性教育」為重大學習議題之一，並於五年後通過「性別平等教育法」正式實施，「兩性教育」更改為「性別平等教育」(gender equity education)，希冀學童不受限於生理、心理、社會與文化的性別因素而有差別的學習，透過此教育方針使每位孩童能發展自我潛能，促進社會上男女能擁有均等的機會與平等互助。孫碧津、吳承典(2003)指出若能善用體育課程潛在的影響，讓學生在活動

過程中感受自我與他人的身體，性別平等教育能夠自然而然地落實在學童生活之中。

那麼何謂「無性別偏見的體育課」呢？去除性別區隔界限避免標籤效應，運動遊戲與休閒活動不應貼上「男」、「女」，安排無性別區隔的體育課程，教師在口頭言語上也應避免以性別區隔等表達方式(施又誠、房振昆，2004)，鼓勵學生以享受與學習運動的態度為前提，如此學生能有更開放與自在的學習運動環境。Thorne(1993)指出教師在授課遇到需分組對抗的情形時，應依據性別中立(gender-neutral)的原則進行分組，盡可能避免用性別區分的簡易手法來進行，例如運用學號奇、偶數，或依家中人口數等方式分組。利用創新獨具的運動項目，以兩性互助合作學習為基礎，不以「競爭」為前提的體育學習，才能夠讓女性從小就培養良好的運動習慣，破除社會對於女性的刻板印象。長安國中體育教師程竣(2005)就設計將性別平等議題融入體育課程活動的教學設計內，例如由男女二人一組一人背另一人，可選擇女背男或男背女，另一人運球有節奏地前進等，目的在於運用合作學習，讓學生體認兩性之間需要相互尊重與平等對待。雖然高競爭性的運動技能與強烈的榮譽感態度或能符合現今的競爭主流價值，然而正確的運動價值與經驗是不容許為競爭觀念所取代。

第五節 學校體育教師與兩性的連結

相對於國外對於性別與體育的豐富討論，在台灣而言，對於體育的研究原就偏向技能的增進與教學效果的提升，九年一貫教育實施後也陸續出現對體育教師將面臨的衝擊之相關研究，但是對於兩性之間與女性體育教師的探討則是少之又少，僅有一偏鄭琇瑩(2002)對女性體育教師性別角色的符號意涵進行研究。

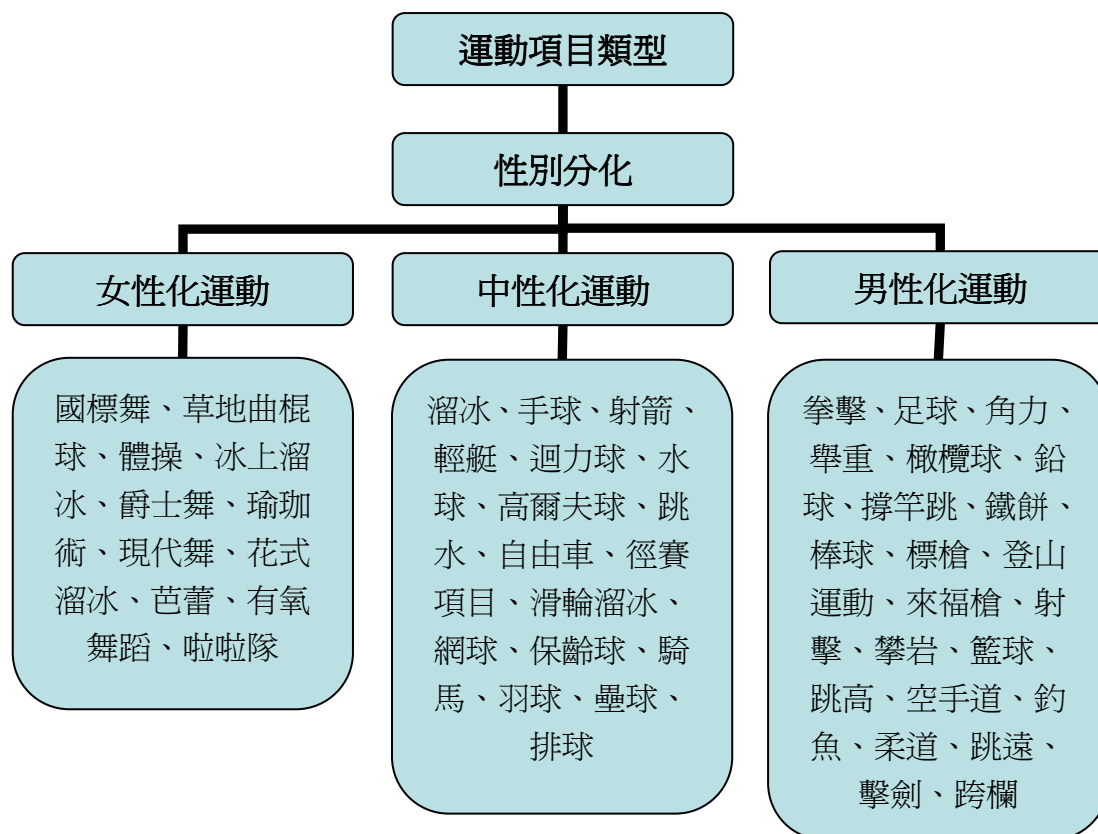


圖 5-1 運動性別類型之劃分（引自陳益祥，1999）

上述所出現的現象是經由社會長時期對於性別議題的忽略累積而來，而非特例。陳益祥(1999)整理參與運動者的性別角色與性別所關連的運動項目間的相戶作用影響，形成以性別分化的運動類型圖如上圖 5-1 所示。由上圖可看出在體育運動領域中，男性化運動部份多為運動競賽且具有高冒險性、強壯、大肌肉...等特質，然而學校中女性體育教師，其成長背景多在青少年時期為女性運動員的經驗，這些女性運動員在講求激烈競爭的運動賽事中，必須表現出男性化的特質象徵，有研究指出這些女性運動員或女性體育教師在男性化特質表現上明顯比一般女性來得高，而在性別角色扮演上往往產生心理矛盾與衝突，因她們同時要符合社會認同女性的標準與具備男性特質的運動員形象，在社會認同程度深化性別角色期待這樣的情況之下，女性與運動的結合因存在著衝突現象而發展出性別化的運動類型（鄭琇瑩，2002）。

表 3-6 2005 年度全國各級學校專任體育教師性別分布統計表

	男性		女性		體育教師
	人數	比例	人數	比例	人數總數
國小專任體育教師	7,457	48.07%	8,056	51.93%	15,513
國中專任體育教師	1,970	62.32%	1,191	37.68%	3,161
高中職專任體育教師	1,792	66.87%	888	33.13%	2,680
大專校院	1,421	72.69%	534	27.31%	1,955

資料來源：本報告整理自「2005 學校體育統計年報」

<http://140.122.72.29/spess/94spess.htm?open>

在這樣的觀念之下，導致台灣女性就讀體育學系的比例低於男性的就讀率(鄭琇瑩，2002)，由上表 5-1 2005 年度全國各級學校體育教師性別統計表發現有這樣一個狀況存在，在國小時期擔任體育教師的女性與男性比例相差不大，甚至多於男性，但當教育層級越來越提升到高位時，女性體育教師佔全國學校專任體育教師總人數的比例直線下滑，女性體育教師所佔比例最低點即出現在最高層的大專院校之中。由此可見，女性體育教師工作者所處的工作環境往往是在社會上認為屬於女性的教師工作大環境中，卻又隸屬於男性的運動場域，運動教練或體育教師多由男性擔任，有時也是女性進入運動領域的可能阻礙因素之一。無論是身負教育重任的女性體育教師或女性運動教練缺乏，在運動體育高層裡握有決策權的女性更在極少數，以推展全民運動、發揚運動精神的中華民國體育運動總會為例，它身為全台灣社會體育運動的領導單位，在第三屆 16 位理監事中，也只有兩位女性。中華奧林匹克委員會 60 名委員中，女性委員只有九名，皆不符合國際奧委會在 1996 年所確立的目標—各國奧委會、國際奧委會與國際體育組織的決策階層中，女性所佔比例必須達到百分之二十以上(畢恆達，2004)。

另外，以性別權力觀點就課程項目來看，現行運動體育課程的設計與發展，本質上是透過以體力、運動能力等來較量勝負的男性價值標準進行操作(王宗吉，1996)，由於多數體育教師太過偏重僵化性、技能性與計畫性的授課內容，過份強調競爭與輸贏、壓抑情感的表達，往往忽略活動課程內容是否適合女性學生？體育課中常見女性學生因不喜身體接觸而排拒一些已被標式為男性化的運動項目，而男性則是因為身體僵硬與尷尬感排斥學習舞蹈課程，兩性對於自我身

體在體育課程中公開展現與活動的討論，影響他們在體育課程中的表現，並且師長在教學上給予不同的期待與雙重標準，更是影響日後兩性發展日漸懸殊的重要影響力之一。在兩性合班的體育教學中，體育教師應以開放的心態、不分男女鼓勵學生多參與嘗試各種運動，切勿因性別不同而視學生興趣的喜惡為正常，而在體能要求上預設立場，當體育教師帶上了性別偏差框架的眼鏡來進行教學時，而導致女性學生喪失運動技能的學習機會，在評定學失學習標準上能注意到各個學生的差異性，提供所有學生良好性別開放且平等的學習環境(廖美貞，2004)。

因此體育師資的培育需要培養出能運用多元思維、客觀標準來衡量兩性之間與文化上的差異，以取代單一式核心文化標準。許義雄指出國內體育師資培訓面臨學習制度流於形式、專業課程比例偏多而實際應用方法偏低等困境(陳昭宇，2004)。相較於先進國家培育體育教師的課程規劃，台灣的競技運動教育以培養體育教師與教練、社會體育及休閒產業從業人員、國家競技運動選手等人才為主，過於強調專業運動技術、流於僵化的學習，而輕忽了自我與他人、人與環境等哲學教育情境。在台灣體育院校過份強調學科專業與競賽成績的結果下，造就了知識窄化的現象(王秉泰，2005)。一位北市高中的體育教師就表示像被歸類在女性化運動的舞蹈項目幾乎是女性體育教師才會教授，而男性體育教師多半含糊帶過，「舞蹈」這項運動是人類本能的活動，內容包括有表達情意的伸、縮、跑、跳、滾等基本動作，除能讓全身得到軟性的運動，更能增進人際間關係與表現自我才能等，同時具備有促進身體與心理健康的功能，然而自1999年起教育部正式納入舞蹈為正規體育運動教學體系中，體院在招收體育運動舞蹈的學生名額也只有兩名(歐美惠，2005)。由此可見，台灣的體育教師培育制度實應在自由主義的精神下均衡地、多元化地發展，讓體育教師在多元思維的培育學習過程中瞭解彼此存在的天生差異性，進而包容與尊重彼此。下面就簡單介紹美國有關孩童體育優秀教師培育計畫¹，期待從吸取國外的經驗裡，更能提升目前國內所面臨的困境。

◎ 國外經驗探討

美國孩童體育優秀教師計畫 (American Master Teacher Program, 簡稱 AMTP)

美國孩童體育優秀教師計畫 (American Master Teacher Program) 其實施目的就在於為改進現今體育運動教育的傳遞與內容，協助國小體育教師獲得不同的

¹美國孩童體育優秀教師計畫 American Master Teacher Program, AMTP
資料來源：<http://www.naer.edu.tw/issue/J1/v17n5/8.htm>

教學傳遞經驗，AMTP 不只能提供當前與未來體育教師有專業成長的機會，並認同體育教師在教育上的成就，透過提供體育教師有品質的教學計畫與資源，有助於體育教師達到四項功能：

- ◆ 培育體育教師成為一位在教學上有效率、有效能與熱心教學的教師，並習得應有的策略、技術與技巧。
- ◆ 培植體育教師能發展適當的體育教學計畫，是隨著學生身心需求、循序漸展且有品質的教學計畫。
- ◆ 與其他非體育教師同事建立起良好的溝通管道。
- ◆ 能配合教育改革期程，而安排適合的體育計畫。

主要有三項要素組成 AMTP，包含三種研習課程可提供給在職與職前孩童體育教師，每年在全美各地舉辦研習營，教學法課程與內容課程有二天 15 個小時的研討會，在參與此計畫者完成教學法課程與內容課程並取得資格後，始完成優秀教師實習作為參與此計畫者一種自我學習的實踐研究。當達到上述三項要素課程的要求後，授予證明取得 AMTP 孩童體育優秀教師（Master Teacher）的資格。AMTP 主題摘述如下：

1. 教學法課程（Pedagogy Course）

共包括 15 學分的課程主題，此階段課程著重在如何讓所有孩童得到更適宜的體育課教學，並對應有的實際教學技巧與策略等有更靈活的創造與應用。課程主題有：減少非作業行為、如何評估孩童的進步、如何引起孩童練習的動機、觀察與分析、內容的編排，最後是提供回饋。

2. 內容課程（Content Course）

內容課程共有 15 學分，有五大領域內容並與當代體育計畫中的技巧與概念密切相關：遊戲、體適能、舞蹈、體操與動作，此階段強調如何讓體育教師能依據學童個別的身心發展特質去教導這五大領域內容的主要原理，並達到靈活調適與評估內容的適切性。

3. 優秀教師實習（Master Teacher Practicum）。

為已修習過教學法課程與內容課程並取得資格證明目前與未來可能成為教師的成員提供教師實習機會，希冀透過教師示範與表現他們從課堂所學習到的知識如何應用並有效地實踐在學童與課程上，完成這項實習課程後，AMTP 將確認參與者具有孩童體育優秀教師的資格。

內容課程的目的在於改善孩童體育運動內容的適當性與傳達效率，並提供體

育教師建立同儕支持的溝通管道，肯定體育教師在專業與個人方面的成長，其學習目標共包含下列十一項：

1. 以團隊或分組方式編組參與研討會者，編擬對孩童身心發展並不適當的體育範例，並共同討論與思索如何改進這些不適當範例成為合適的範例。
2. 以小團體的方式進行探討、延擬動作概念教學的時間表範例。
3. 觀看上課範例影片，指認出影片中課程所強調的主要概念與主題。
4. 以分組方式，讓參與者合作示範操作範例，能讓孩童易於瞭解的體適能概念。
5. 以奧運體操為例，解釋如何能在教育性體操中指導相同的概念。
6. 分組進行討論，適合於不同年齡孩童的體操主題。
7. 二人一組或分組擬制、分析舞蹈內容及程序。
8. 為協助不太喜歡教導舞蹈的體育教師勇於將之納入課程內容裡，請參與者描述舞蹈課的一部份。
9. 分析能包含在身體計畫內的遊戲內容。
10. 為提升孩童遊戲經驗，參與者以分組方式擬定適合孩童身心發展需求的動作進展過程。
11. 能認定自己所教導的孩童體育計畫的課程優先。

第四章 競技運動中的性別課題

在運動領域當中，競技運動一向為人所重視，每年都有眾多賽事舉行，有許多運動員參與比賽。而學校運動賽會中的競技項目也作為課程教學的一部份。競技運動有別於休閒性質的身體活動，雖然運動都帶有遊戲性質，但競技運動則更為規則化，具有對抗性和挑戰性(周愛光，1999)，競技運動的本質在於比賽和對抗(中國奧委會，2004)。競技運動除了運動員本身透過與他人比賽獲得技術上的切磋，也藉由訓練來達到身體和技巧的精進，而各項賽會正是這些運動員展現努力成果、挑戰自我的場合。競技運動賽會中的各種運動技術和身體展現也充滿著刺激性、娛樂性而吸引許多注目。重要賽會也經常成為各個國家展現國力的場所，因而投注資源，比如每四年所舉辦之奧林匹克運動會就是全世界所矚目之運動賽會。奧林匹克運動會所列之比賽項目也引領著競技運動項目的地區性發展，發展有奪牌潛力的競賽項目。除此之外，競技運動為求水準提升，應用運動科學於訓練管理層面，其內容在運用科學方法分析，有系統性地從事運動身體研究、訓練計畫擬定、施行與行政管理。

在競技運動中，不論國內外都著重於如何獲致更好的競賽成績，而透過種種制度和實際操作方法來達成目標，然而長久以來競技運動中的性別課題卻往往為人所忽視，包括參與運動的機會、資源分配等。目前許多國家已經針對競技運動中的性別課題展開研究，並從事包括制度面與操作面的作為，而此正是國內目前所略嫌不足之處。

一、競技運動中的差別對待

(一) 奧運、世界記錄與女性

現代奧運自一八九六年首次舉辦，一九〇〇年巴黎第二屆奧運開始出現女性運動員，當年有十九名女性選手參加，但是到了二〇〇〇年的雪梨奧運，已經有大約四千餘名的女性選手參加，佔全部選手的四成；今年的雅典奧運則會有四成四的女性選手。第一屆奧運清一色是男人的天下，不論教練、選手、裁判全部都是男性。第二屆原來也沒有打算讓女人參加，但是當時奧運會與世界博覽會都在巴黎舉辦，博覽會的老闆為了熱鬧有趣，擅自邀來英、美、法、捷克等國的女子高爾夫與網球選手登場比賽。此後歷屆奧運雖有女子選手參賽，但是奧委會的態度是既禁止也不承認。

奧運開始舉辦的時候，奧委會持有某些對於女性的成見，認為只有幾項比較不累的運動項目才適合女性選手，認為世人期待看到的是女性選手優雅的儀態與美麗的表演。一九二四年巴黎奧運期間，國際奧委會正式通過決議，允許女子參加奧運會。一九二八年阿姆斯特丹奧運，女子選手首度在田徑場上亮相。然而當年的女子八百公尺比賽，運動員跑過終點之後，卻一個個累倒在地，過了許久才從地上爬起來。原因可能是平時訓練不足、氣候不佳以及第一次參加奧運心理緊張所致。為了此事，奧委會掀起軒然大波，有人認為八百公尺比賽對於身體結構虛弱的女人而言已經超過了其所能承受的體能極限，結果自此女子八百公尺比賽就被迫取消，直到一九六〇年才又恢復。由於當時對於女性的錯誤認知與歧視，對於女子中長跑運動產生極大的殘害。

女子四百公尺賽跑在一九六四年列入，女子馬拉松、女子自由車個人公路賽、女子空氣步槍在一九八四年才列入。一九九二年在奧委會新制訂的規章中，規定所有新增的運動項目必須男、女選手都能參加。一九九六年亞特蘭大奧運會首次增設女子足球，受到世人的關注與喜愛。二〇〇〇年雪梨奧運，則首次將女子撐竿跳高與女子鏈球，列為正式比賽項目。今年的雅典奧運正式將女子角力納入比賽項目，拳擊是唯一沒有女子選手參加的項目，而水上芭蕾和藝術體操則是純女性的運動項目。此外男子比賽棒球，女子比賽壘球。今年奧運也有另外一項突破，也就是首度允許變性人參加比賽，但為了競賽的公平性，變性人在參賽前需經過醫學界認可的二年以上的賀爾蒙治療。

為了爭取參賽權，有時女性運動員必須抵擋強大的輿論壓力。一九四八年的倫敦奧運，三十歲的荷蘭女子選手 Fanny Blankers-Koen 是有二個孩子的媽媽，因為參賽受到荷蘭婦女批評，認為她是一位失職的母親與妻子，而且不應該把大腿露出來，穿著短褲四處走動。儘管她辯解自己每週其實只有二次可以暫時放下待洗的碗盤與衣服以投入練習，她的教練丈夫也證明她煮飯、打掃、照顧家庭樣樣都做得很好，責難之聲仍然如潮水湧來。沒想到她一舉拿下四面田徑金牌，世人對她的態度才有一百八十度的轉變，媒體稱讚她為「會飛的家庭主婦」。荷蘭皇家頒給她最高榮譽，一種玫瑰花以她為名，一家糖果工廠也以她的名字命名，還有一個鄰居送給她一輛腳踏車，因為「這樣她就不必跑得這麼辛苦了」。也由於她的傑出表現，鼓舞了更多女性投入運動的行列。

中東的婦女，受到回教文化的限制，不得拋頭露面，過去即使參加奧運會仍然要全身包得緊緊，因此射擊選手蒙著黑紗射擊、鉛球選手穿著回教服投擲。阿

爾及利亞的女子選手 Hassiba Boulmerka 參加一九九一年世界錦標賽，獲得一千五百公尺競賽金牌，是第一位獲得女子世界金牌的非洲選手。儘管她有如此傑出的表現，回教的基本教義派信徒，對於她跑步時身體裸露過多非常不以為然，她甚至因此險遭暗殺。她在九二年又獲得奧運金牌，此後回教國家才慢慢可以接受女性運動員穿著短褲。

一九八〇年代，英國女王到日本訪問，東京著名球場居然拒絕女王入場打球，理由就只是她是女性。台灣具有悠久歷史的淡水高爾夫球場，十幾年前也是不單獨招收女性會員。而女性球友不容許同組打球，理由是「因為高球地點偏僻，為了保護女性的安全」。

奧運射擊定向飛靶比賽項目，過去由於沒有依照性別分設比賽項目，因此幾乎都是男子參加這項比賽。一九九二年的巴塞隆納奧運會，中國的女子選手張山參加此項男子定向飛靶比賽與男人同場競技，結果戰勝了來自三十九個國家和地區的五十三名男女選手，獲得金牌。會後國際奧委會決定按性別分設飛靶項目，卻未設女子定向飛靶項目，直到五年後才又設置此項目。

馬術可以說是奧運中最為(性別)平等的運動項目了，不但男女騎手、公馬也和母馬同場競技，而且人和動物的地位也相等，表現傑出的馬匹和選手可共同獲得獎牌。馬術在一九〇〇年的奧運才列為表演項目，一九一二年成為正式比賽項目。早期的規定是只有男性騎官才能參賽，但奧委會在一九五二年解除這種身份限制，同時讓女騎士一起參加比賽。一九七二年後，在馬場馬術（盛裝舞步騎術或花樣騎術）項目中，女性曾多次獲得奧運金牌，而團體競賽中也經常有女性選手參加。

女性的運動真的不如男性？女性不愛運動嗎？如果我們願意給女孩從小有更多享受運動的機會，國家能夠投入更多資源在女性運動員的訓練，媒體可以多關注女運動員的技術而非身體，排除對於女性的服裝、性騷擾等運動阻礙與限制，體育運動的性別版圖將會展現非常不同的風景。

表 4-1 女性參與奧運會競賽項目歷程

奧運賽事	女子參賽項目
1900 年巴黎	有女性運動員參與(高爾夫、網球，但為非正式項目)
1904 年美國聖路易斯	射箭
1908 年英國倫敦	網球、溜冰

奧運賽事	女子參賽項目
1912 年瑞典斯德哥爾摩	游泳
1924 年法國巴黎	擊劍
1928 年阿姆斯特丹	田徑(擲鐵餅、800 公尺賽跑)、體操團體
1948 年倫敦	女子鉛球、輕艇
1952 年赫爾辛基	馬術
1960 年冬季奧運	競速滑冰增加四個女子項目(原為純男性競賽項)
1964 年日本東京	排球
1972 年慕尼黑奧運	馬術(女子可與男子同場競技)、射箭
1976 年蒙特婁奧運	女子手球 女子籃球 划船
1980 年莫斯科奧運	曲棍球
1984 年洛杉磯奧運	女子馬拉松 女子自由車個人公路賽 女子射擊
1996 年亞特蘭大奧運	女子足球 壘球(僅有女子組)
2000 年雪梨奧運	彈簧床(男女分組競賽) 女子撐竿跳 女子舉重 女子跆拳道 鐵人三項
2004 年雅典奧運	女子角力
2008 年北京奧運	女子拳擊

(三)我國女性運動員參與運動賽事之情形

以競賽項目而言，台灣區中等學校運動會在各競賽項參賽選手的性別方面，體操項女性參賽者多於男性，而田徑項目則男女性選手數差距較大(男多女少)。女性逐漸在運動競技場上能夠嶄露頭角，但就目前台灣的全國性賽事來看，女性選手總人數仍低於男性許多，此仍有努力空間。

表 4-2 2004 年參加國際性運動賽會之我國選手性別統計

國際賽事	女性選手		男性選手	
	人數	百分比	人數	百分比
2004 年雅典奧林匹克運動會	39	44.32%	49	55.68%
2004 年雅典帕林匹克運動會	10	40.00%	15	60.00%

表 4-3 國內主要之全國性運動賽事男女選手參與人數

賽事	女性選手		男性選手	
	人數	百分比	人數	百分比
1994 年全民運動會	2319	45.91%	2732	54.09%
1994 全國身心障礙國民運動會	495	31.23%	1090	68.77%
1997 年全國大專院校運動會	2054	36.26%	3611	63.74%
1998 中華民國大專院校運動會	2273	48.19%	2444	51.81%
1999 年全國大專院校運動會	2361	37.36%	3959	62.64%

表 4-4 中華奧運代表團男女競賽奪牌數

賽事	男	女
第 17 屆羅馬奧運會	1 銀	0
第 18 屆墨西哥奧運會	0	1 銅
第 23 屆洛杉磯奧運會	1 銅	0
第 27 屆雪梨奧運會	1 銅	1 銀 3 銅
第 28 屆雅典奧運會	1 金 2 銀	1 金 1 銅
總計	1 金 3 銀 2 銅	1 金 1 銀 5 銅

表 4-5 中華亞運代表團男女競賽奪牌數比例

賽事	男	女
第 2 屆馬尼拉亞運會	1 金 7 銀 6 銅	1 銅
第 3 屆東京亞運會	5 金 10 銀 5 銅	1 銀 9 銅
第五屆曼谷亞運	4 金 2 銀 7 銅	1 金 2 銀 3 銅
第 6 屆曼谷亞運會	4 銀 8 銅	1 金 1 銀 3 銅
第 11 屆北京亞運會	8 銀 14 銅	7 銀 10 銅
第 12 屆廣島亞運會	1 金 3 銀 9 銅	4 金 8 銀 11 銅
第 13 屆曼谷亞運會	7 金 11 銀 14 銅	11 金 3 銀 17 銅
第 14 屆釜山亞運會	6 金 10 銀 15 銅	3 金 6 銀 10 銅

(二)競賽規程與獎金中的性別差異情形

競賽規程中也反映了性別差異，基進女性主義者主張在運動競技場上應男女分賽，因為生理差異訂定不同之競賽規程，在使用器具設施、要求標準方面有不同規定，目前的競技運動多屬之(廖美貞，2004)。除了男女分賽之外，亦有男女混賽，在競賽規則上則對於生理差異而改變既定規則。如排球男女混合賽中，比賽時使用女排網高度，場上六人至少需三人以上女生，男生除可對對方男生後排攻擊進行封網動作之外，前排皆視同後排，此規則是為均衡男女先天條件之差異。而自由主義女性主義者則認為必須消除男女在運動方面的不平等，具有代表性的例子是美國 1972 年的 Title IX。如爭取比賽獎金的公平性，在運動比賽中爭取與男性相同的參賽名額等。

為了獎勵運動員的優良表現，競技運動賽會往往也設定獎金提供優勝者鼓勵，政府也往往提供設備和經濟資源給予運動選手和團隊，而性別的差別對待仍然顯現於此，男性往往能獲得較多資源，其競賽獎金經常多於女子賽事，如網球四大滿貫賽之一的溫布頓網球公開賽女子選手普遍低於男子選手水準之下，男子單打冠軍可獲 575,000 英鎊，女子則是 565,500 英鎊。中國女子足球賽的競賽獎金也遠低於男子足球賽，然而女足儘管在國際賽事當中的表現優於男子足球，仍然無法獲得公平的獎勵資源。目前政府透過國光體育獎章和獎助學金頒發辦法，全國性亞奧運競賽團隊補助和績優身心障礙選手與教練等制度性措施獎勵優秀運動選手，就法令規定上來看已沒有性別差別，但婦女新知於 2004 年針對體育中的性別不平等情形召開記者會指出了國內目前的體育資源分配不均情形，台灣女子足球向來有優異表現，排名世界女子足球第 17 強，卻也未能獲得如男子足球的競賽獎金水準和培訓補助。而公部門所舉辦的運動競賽外，由民間團體所舉辦的運動賽事所提供的競賽獎金卻經常出現性別不平等的現象。競賽獎金固然受到門票收益、贊助等因素影響金額大小，但仍然有許多競賽出現同賽事的男女分組賽獎金不同之情形(如表 4-4)，男子組的競賽獎金往往高過於女子組。而這些競賽與補助資源分配的差別原因卻未被深究。

表 4-6 國內運動賽事競賽獎金的性別差異

競賽項目	男	女
國際滑輪溜冰總會(FIRS)	第一名：US\$ 5,250	第一名： US\$ 4,000
競速馬拉松	第二名：US\$ 3,750	第二名： US\$ 3,000

競賽項目	男	女
	第三名：US\$ 2,250	第三名：US\$ 1,500
	第四名：US\$ 1,500	第四名：US\$ 1,000
	第五名：US\$ 1,200	第五名：US\$ 500
	第六名：US\$ 750	
	第七名：US\$ 300	
	第一名：NT\$ 12,000	
	第二名：NT\$ 10,000	第一名：NT\$ 10,000
	第三名：NT\$ 8,000	第二名：NT\$ 8,000
加設競速馬拉松國內選	第四名：NT\$ 5,000	第三名：NT\$ 6,000
手獎金	第五名：NT\$ 4,000	第四名：NT\$ 4,000
	第六名：NT\$ 3,000	第五名：NT\$ 3,000
	第七名：NT\$ 2,000	第六名：NT\$ 2,000
	第八名：NT\$ 1,000	
	第一名：NT\$ 8,000	
	第二名：NT\$ 7,000	第一名：NT\$ 6,000
	第三名：NT\$ 6,000	第二名：NT\$ 5,000
	第四名：NT\$ 5,000	第三名：NT\$ 4,000
競速 20 公里組	第五名：NT\$ 4,000	第四名：NT\$ 3,000
	第六名：NT\$ 3,000	第五名：NT\$ 2,000
	第七名：NT\$ 2,000	第六名：NT\$ 1,000
	第八名：NT\$ 1,000	
2005 中華台北保齡球賽	NT\$200000	NT\$70000
2004 年世界花式撞球錦 標賽	US\$75000	US\$7000
2005 安麗盃世界女子花 式撞球邀請賽		冠軍 US\$2400，亞軍 US\$12000
		1：US\$6000
2005 女子花式撞球世界 錦標賽		2：US\$3800
		3：US\$2500
		5：US\$1800

競賽項目	男	女
		9：US\$1200
		25：US\$500
2005 年男子花式撞球世界錦標賽	冠軍：US\$75000	
2004 總統盃攀岩抱石錦標賽暨國手選拔賽	NT\$12000(冠軍)	NT\$5000(冠軍)
2005 年振生盃全國網球錦標賽	NT\$30000	NT\$10000
廣達電子 2005 年男女職業高球賽	NT\$228888	NT\$128888
第七屆中華台北國際保齡球公開賽	男子公開組盟主 NT\$200000 元冠軍獎金 (參賽人數：40)	女子公開組盟主 NT\$70000 元獎金 (參賽人數：32)
2001 年商聯亞洲保齡球巡迴賽第一站馬來西亞菁英賽	冠軍 US\$5000	冠軍 US\$2500
2005Wilson 中華台北國際羽球公開賽	男子雙打 US\$5760 冠軍獎金 男子單打 US\$6400 冠軍獎金	女子雙打 US\$4880 冠軍獎金 女子單打 US\$5520 冠軍獎金
2004 世界杯桌球賽	總額 NT\$13.5 萬，冠軍 NT\$4.4 萬	總額 NT\$8.5 萬，冠軍 NT\$2.8 萬
第二屆東亞足球四強賽	冠軍：US\$500000	冠軍：US\$50000
2004 年總統盃攀岩抱石錦標賽暨國手選拔賽	冠軍：NT\$12000 元	冠軍：NT\$5000 元

(三)競技運動中的性別取向與運動組織

競技運動中，運動選手往往被認為具有特定的性別特質，許多研究指出偏向於男性化或者是中性化特質的運動員在競技運動中有比較好的表現，競賽中所帶

來的焦慮感較低、自信心較為充足，因而運動表現和自我效能亦較高(陳文成，2005)。Bem(1974)所訂的性別角色量表將個人特質分為男性化(masculinity)、女性化(femininity)以及中性化(androgyny)，在其他的後續研究中指出了女性運動員之特質大都屬中性化或男性化，男性運動員則傾向男性化特質，除了菁英的運動員之外，一般從事運動者也存在這樣的情形²，而運動項目也有著性別傾向。特別是在那些男性傾向的運動項目，一般人賦予其男性化之印象，而在培養一個競技運動員的訓練過程中，女性運動員必須面對社會與自我認同的衝突，女性運動者更強調自己的技巧甚於力量。Mennesson(2000)研究女性拳擊手的社會認同建構，就指出即使女性參與了完全由男性所支配(male-only)的競技運動，並未改變社會既有的性別建構，其在訓練過程中自我認同了男性化的特質。

除此之外，運動團體、教練(如表 4-5)、運動員的性別人數比例也以男性為主，1996 年國際奧委會婦女與運動工作小組規定國際奧委會、國際體育組織、各國奧委會，其決策階層當中，必須有 20%以上為女性，截至 2004 年止，中華奧會 60 名委員中，僅有 9 名女性，佔 15%(婦女新知基金會，2004)，在中央政府部門體育單位中任職人員性別比例較為均衡，而各組與委員會則仍呈現男多女少情形，此外我國即在國際性體育運動組織中擔任重要職務者，也以男性居多(如表 4-6)。2005 年 4 月 30 日正式成立了以發展國內女子運動，辦理全國性及國際性之女子運動等運動比賽為宗旨的民間運動社團組織——「TAWS 台灣女子運動協會」，曾代表我國出席國際奧會女性與運動工作小組年會、辦理第一、二屆女子棒球賽等競賽活動，這是國內目前第一個以推動女性運動參與為宗旨的運動團體。

²陳文成(2005)對於一般的女性排球隊員施測，發現女性化者愈容易在競賽中焦慮，而男性化者自我效能高，運動表現也較佳。

表 4-7 行政院體育委員會設立之各委員會委員性別統計(2004.12.31)

委員會或小組名稱	女性委員		男性委員	
	人數	百分比(%)	人數	百分比(%)
行政院體育委員會	2	14.29	12	85.71
國民體能指導小組	6	35.29	11	64.71
身心障礙國民運動委員會	4	21.05	15	78.95
績優身心障礙運動選手暨教練獎勵審查委員會	1	14.29	6	85.71
獎勵審查委員會	0	0	9	100
國家運動選手訓練中心運動訓練輔導小組	0	0	10	100
法規委員會	4	40	6	60
訴願審議委員會	2	33.33	4	66.67
人事甄審考績委員會	5	31.25	11	68.75
性騷擾申訴評議委員會	4	57.14	3	42.86

表 4-8 行政院體育委員會職員性別統計(2004.03.01-2004.12.31)

	男性	女性
人數	43	50
百分比(%)	46.24	53.76

二、運動訓練中的性騷擾

競技運動重視技能與身體的訓練，近來更是強調運用運動科學、心理學、生理學等方式提升運動表現，相對地競技運動訓練過程中可能發生的性別歧視、騷擾、侵害問題則較為人所忽視。每個運動參與者都有權在受尊重、安全、公平的環境中，而不應有歧視、騷擾等不適當行為，政府應提供和創造一個安全、相互尊重和無騷擾的運動環境(澳洲運動委員會，1996)。在競技運動的養成過程，教練對於運動員的訓練和指導扮演重要角色，運動訓練包含身心的培養，以及生活中飲食作息的調整，教練與運動員、運動員與運動員之間的互動密切，不論是男性或女性運動員都有可能遭受騷擾或歧視，性騷擾包括了肢體、言語的騷擾，甚至侵害或虐待行為。澳洲和加拿大政府都曾經對於運動領域中的性騷擾和暴力行為進行調查研究，研究指出許多運動員都曾遭受過性別或種族上的騷擾與歧視，言語的騷擾最為常見，而令人覺得不舒服的肢體碰觸也在運動訓練過程中出現，

有些騷擾或侵害則是來自於運動組織中具有較高權力位階者的設計脅迫(飯田貴子, 2004), 受害者因此感到恐懼, 或者害怕影響競賽與培訓機會而不敢伸張, 甚至有的運動員並無察覺自身已受騷擾和侵害³。根據這些調查研究, 政府單位針對此情形研擬具體措施執行, 透過立法、觀念宣導、辦理教育講習等方式提供相互尊重的運動環境。澳洲運動委員會於 1996 年提出具體策略, 內容包括建立遭受歧視和騷擾的法律訴訟途徑、增加媒體對此議題之關注、促請政府重視關心並敦請立法, 並發展一系列的反運動中的騷擾和兒童保護教育工作坊與訓練課程, 集結這些工作坊、會議和課程研擬具體原則供團體、個人和政府遵行。其中針對運動訓練過程中的性騷擾和侵害具體提出行為準則, 訓練過程中除在適當情形或在運動技能發展必要性上, 應避免肢體接觸, 也要避免任何形式的騷擾。為了避免爭議情形, 教練和運動員間應恪守彼此界線和原則, 而運動組織也有責任建立合宜的行為標準, 以提供良好的運動環境。反觀國內目前仍未關注此課題, 未來仍有許多努力空間。

三、政策建議

競技運動中反映著當今社會文化的性別建構, 女性運動員在運動技能之外更面對著運動領域內競爭機會、報酬、獎勵、獎學金、晉級等各種形式的差異問題。1996 年國際奧委會婦女與運動工作小組在英國發表布來頓宣言, 促使女性能在公平的環境中參與運動, 各種形式的支持都能公平地給予男性與女性運動員, 而此工作小組也進行串連世界各國政府與非政府組織工作, 促使世界各國關心運動領域中的性別議題, 並實際推動性別平等工作。而國內目前對於競技運動的重心在追求運動技能的提升, 並期使在國際賽事中獲得獎項, 競技運動中的性別課題仍有待政府和各運動組織的關注與思考。首要, 各項競技運動應提供給不同性別的有志從事者公平參與機會。其次, 應進行運動領域中的性別課題研究, 鼓勵學者、研究生對此進行研究, 而政府本身也應在年度統計中進行性別比例之調查, 提供政府與研究者進行分析。在競賽獎金制度方面, 不論官辦或民間賽事應依平等原則發給。在競技運動培訓過程中, 除了透過各種訓練方式培養精進運動技能外, 對於教練、運動員、運動員家屬、學校, 應加入性別有關之課程、加強性騷擾防治之宣導, 並訂立訓練準則規範行為與言詞。

³ 有些運動員認為帶有性別歧視意味的言語或肢體上接觸都是運動的一部份, 或者當事者認為此乃教練與運動員或運動員與運動員間的關愛行為。

第五章 媒體中的女性與運動

早在 80 年代，Crtcher(1987)便指出運動已是大眾傳播媒體的一個重要範疇；反過來說，許多運動項目也都相當依賴媒體的報導與支持。Wenner(1989)亦提出「運動/媒體複合體」(sports/media complex)的概念，來描繪其彼此之間互相依存的寄生關係(劉昌德，1996)。

閱聽人必須依賴大眾傳播媒介以獲取所需的資訊，然而大眾傳播媒介不僅僅只是提供體育運動資訊給閱聽大眾的工具，它更具有在無形之中教導人們某些規範與價值的功能。大眾傳播媒介上運動報導的內容大多被標準化且被反覆地運用，同時這些內容也是建立在某種慣例及規則的基準之上，傳遞著意識型態(ideology)及神話觀念。這意味著媒介不單只是傳遞純粹的資訊，而隱含在媒介內容之中，有著更重要的價值觀念與文化意涵。

因此，閱聽人可能在透過大眾傳播媒體獲得資訊的同時，亦可能在無形中接收了在媒體中所傳遞的價值，逐漸影響人們認知、態度與行為。其中價值觀對個人來說具有相當重要的地位，因為它不僅會影響個人的行為，有時甚至決定個人的行為。

一般民眾在日常生活中與運動的直接接觸是依賴媒體，透過媒體報導，民眾得以知道體育消息。而體育新聞並不僅侷限於體育賽事的報導，包括體育理論研究、體育運動工具介紹、運動員的活動情形等都算是體育新聞。由於媒體的影響力很大，可以形塑一個人的思維；而在現今提倡性別平等的社會中，體育媒體中的女性角色究竟為何？

由於民眾在日常生活中接觸體育新聞的媒體管道很多，本文僅就最常見的電視新聞、報紙、體育雜誌、體育網站四類媒體加以分析研究，試圖了解女性在這些媒體中的性別角色。

第一節 電視體育新聞中的女性與運動

目前臺灣的專業體育頻道有三台，分別為緯來體育台、ESPN(Entertainment and Sports Program Network 的縮寫)及衛視體育台，其中只有緯來體育台為台灣本土體育台，其他兩台為外資 ESPN, STAR Sports 集團投資的體育台。體育頻道 24 小時不停轉播或重播比賽、運動新聞花絮，而體育頻道是一般民眾最常接觸的體育媒體。在下文中，我們將就體育新聞男女主播使用語言差異、體育新聞台

內容與產製分析、閱聽人分析等三個面象做探討。

一、電視體育新聞男女主播差異

(一)人數差異

目前(2006 年 8 月)查詢三家體育新聞台的網站結果，緯來體育台有 12 位體育主播，其中只有 3 位是女性，分別為李怡慧、徐襄翊、韓佩穎。這 3 位女主播非常年輕，年紀都在 25 歲左右，他們負責播報整點體育新聞，不擔任球評的工作。ESPN 及衛視體育台目前有 23 位主播群，僅有 3 位是女性，分別是徐美燕、康小玲及童可欣。ESPN 與衛視體育台的女性主播年紀比較大，都在三十歲以上，且有數年相關體育播報經驗，不只當主播也身兼球評。

(二)使用語言差異

根據鄭欣怡在 2001 年¹的研究顯示，在運動類別光譜中，陽剛性愈強、與對手有肢體接觸的運動，如：美式足球、棒球、籃球、足球幾乎由男性主播搭配男性球評播報，連女子籃球賽、女子棒球賽也幾乎由男性球評播報；而呈現陰柔美感的運動，如：體操、水中芭蕾、花式溜冰，幾乎由女性主播播報，甚至是男性體操選手比賽也由女性主播搭配女性球評播報。

表 5-1 主與評述員的性別差異

主與評述員的性別差異(專業 VS.性別)							
運動種類		男(主播)男(球評)	男女	女男	男	女	女女
陽 剛 ↓	美式足球				★		
	冰上曲棍球				★		
	棒球	★	★		★		
	籃球	★★		★			
			★	★			
	足球	★					
	排球		★				
	網球	★	★	★			★
			★	★			

¹ 鄭欣怡(2001)。電視運動轉播中男女主播語言使用之差異。未出版碩士論文，國立臺灣大學新聞所，台北市。

主播與評述員的性別差異(專業 VS.性別)								
運動種類			男(主播)男(球評)	男女	女男	男	女	女女
↓ 陰 柔	羽球	男			★			
		女				★		
	桌球	男			★			
		女			★★			
	高爾夫球	男	★	★				
		女		★	★			
	保齡球	男			★			
		女	★					
	撞球	男	★					
		女	★					
	體操	男						★
		女						★
	花式溜冰	男					★	
		女						★

資料來源：鄭欣怡(2001)，頁 22。

陽剛性的語言是運動語言的中心思想，而從語料蒐集的分析中，可以發現主宰這類語言的極致性發展，是轉播身體碰撞性最強的男子團體運動中的男性轉播者，然而女性轉播者在轉播這類運動的機會不僅稀少，且一直無法融入這樣陽剛性強的語言氛圍，除了動態性與宗教性語詞之外，她們在其他陽剛語言中好像是禁聲的，或者是使用得非常含蓄、平淡而沒有激動性(鄭欣怡，2001)。

但在桌球、網球、羽球的比賽，女性主播使用陽剛性語言的情況並不輸給男性主播，可見女性主播並沒有規避這樣的播報方式。下面節取自鄭欣怡「電視運動轉播中男女主播語言使用之差異」第 43 頁例子：

- ◆ 明顯得感覺到 Sampras 的二發今天是**特別的用力**(女主播男球評男網篇)。
- ◆ 武田現在**敢於出手用力接**不像剛開始那樣(女主播男球評女桌篇)。
- ◆ 可以說 Sampras 是忍著巨痛，**堅持著撐著每一分**(男主播女球評男網篇)。

篇)。

- ◆ 盧彥勳再度的上網施壓，確實達到很好的效果(女主播女球評男網篇)。
- ◆ 也確實李菊回過來的球非常地重(她的弧圈球力量大，旋轉也夠)(女主播女球評女桌篇)。
- ◆ 一個相持球中的旋轉力強，的確給陳靜不少的威脅(女主播女球評女桌篇)。

目前可以看到女性轉播者唯一多於男性的運動，是強調陰柔美感性的運動。這類運動特別的是很難和陽剛性的語言溝通，除非是男性的轉播者或男子的運動，才有少數平淡的陽剛性語言。然而沒有激情的陽剛性語言是死的，所以在這類的運動看不到陽剛性語言的發展性。所以女性轉播者多的運動，它的運動語言陽剛性就會熄滅，這是女性轉播者一直未能突破限制的雙重制約物，女性對身體情感的收斂，與運動轉播制度上規避女性去轉播陽剛性強的運動，使女性少有機會與經驗去碰觸那樣的轉播環境，來耐心看她們會說出什麼樣的語言(鄭欣怡，2001)。

陽剛性語言較能引起觀眾共鳴，引起觀眾興趣，而女性在社會化制約下，不擅長使用陽剛性語言，導致轉播種類被侷限於強調陰柔美感的比賽上，鮮少有機會轉播攻擊性強、陽剛性強的比賽。然而，女性主播在播報網球、桌球、撞球等比賽時，使用陽剛性語言情況很多，顯示女性主播是能使用陽剛性語言製造生動活潑的轉播，只是缺乏機會訓練罷了。如果多給女性主播機會，女性主播能悠遊轉換陽剛性語言、陰柔性語言，利用兩種語言交替播報，會比全然使用陽剛性語言播報來得好。

二、電視體育新聞畫面報導的性別差異

電視頻道業者為使旗下的頻道能夠在市場獲得較佳之利益，需擁有廣大的收視戶，並使閱聽大眾建立高度的收視忠誠度。能否滿足訂戶(閱聽眾)需求，取決於電視頻道的節目規劃。為此，必須重視觀眾的收視需求，作為節目規劃的依據，方能在激烈的頻道市場中生存與維持。

同理，在運動頻道方面，亦同樣注重觀眾的收視需求。瞭解觀眾的需求，在於分析閱聽眾的人口統計、休閒型態(尤其是運動參與的類型)、喜愛的電視節目、收視習慣等，以及參酌廣告量，維持其節目的營運。

根據鄭安翔在 2000 年針對緯來體育台、年代體育台、東森育樂台²的研究顯示，男女參與運動被報導的比例極度懸殊，猶如天壤之別的情勢，可以藉(表 5-2)的數字呈現得到回應。「男性」參與運動的報導則數與秒數之比例高達八成以上(83.3%、84.6%)，而「女性」在則數上僅佔 7.9%，報導秒數更降至 6.8%，可見女性被報導的機會渺茫，就算被報導，所佔的時間篇幅也是呈現少之又少的狀況。

表 5-2 體育新聞性別比例之分佈

性別類目	總則數	則數百分比	總秒數	秒數百分比
男性	580	83.3%	44,868	84.6%
女性	55	7.9%	3,598	6.8%
男女並呈	7	1.0%	552	1.0%
非關人物	54	7.8%	14,198	7.6%
總計	696	100%	53,018	100%

資料來源：鄭安翔(2000)，頁 75。

這樣的結果讓我們不禁想問，為什麼女性在體育新聞中出現的比例如此低？從表 5-3 可看出原因，因為電視頻道大部份都轉播男性比賽，且絕大多數都是競爭型的球類比賽。所以女性體育選手被報導的機率小了很多，導致男女報導差異如此懸殊。更進一步探究，為什麼體育電視台大多只轉播男性競爭型球類比賽呢？因為體育電視台的觀眾幾乎是男性嗎？還是不論男女閱聽人都喜歡收看競爭型球類比賽？所以接下來我們要討論電視體育台閱聽人的研究。

表 5-3 各運動項目所佔新聞比例之分佈

運動項目	總則數	則數百分比	總秒數	秒數百分比
棒球	278	39.9%(1)	20,817	39.9%(1)
籃球	128	18.4%(2)	12,084	22.8%(2)
高爾夫球	66	9.5%(3)	4,920	9.2%(3)
足球	48	6.9%(5)	2,938	5.5%(4)
網球	58	8.3%(4)	2,911	5.5%(5)

資料來源：節錄自鄭安翔(2000)，頁 74。

²在鄭安翔的研究後半期，年代體育台轉型為年代 MUCH 台，不再是體育專業頻道；東森育樂台也轉型為綜合頻道。雖然這兩個頻道已消失，但其研究結果仍有一定參考性。

三、電視新聞閱聽人分析

與其他類型的電視節目不同，運動節目採現場直播方式，是沒有劇本的戲劇，但卻擁有戲劇的張力。近年來，傳播理論將閱聽眾研究視為重要理論之一，但是大多數的媒體幾乎沒有時間、可能也無心去做閱聽人研究。而體育媒體自行做閱聽人研究，似乎就又更少見。

一般人將體育節目定位為男性節目，只有男性觀眾才會看體育台，這樣的想法顯然已過時。根據莫季雍 2001 年³的研究指出，台灣民眾收看 2000 年奧運轉播，其中男性觀眾佔 57.3%，女性觀眾佔 42.5%。除了特別賽事之外，林淑華 2005 年⁴針對大台北地區女性閱聽眾的調查顯示，每日至少看一次體育新聞的女性佔 8.5%，每週至少收看一次的女性佔 28.5%，顯示一般女性至少有三成是體育新聞的固定閱聽眾。

表 5-4 女性閱聽眾其電視運動節目之收視行為表

偏好與收視行為		總百分比	中學生	大學生	上班族
收看電視運動節目頻率	每日至少看一次	8.5%	3.4%	3.0%	2.1%
	每週至少看一次	28.5%	6.0%	9.4%	13.2%
	每月至少看一次	26.4%	4.7%	6.0%	15.7%
	每 3 個月至少看一次	9.8%	3.4%	3.0%	3.4%
	每半年至少看一次	16.2%	2.1%	4.7%	9.4%
	從來不看	10.6%	0.9%	1.7%	8.1%
未曾收看的原 因	電視運動節目沒興趣	50.0%	4.2%	4.2%	41.6%
	太忙，沒時間接觸	8.3%	0.0%	0.0%	8.3%
	轉播的運動項目沒興趣	41.7%	4.2%	12.5%	25.0%

資料來源：林淑華(2005)，大台北地區女性閱聽眾

收看電視運動節目行為、動作與滿意度之研究。

僅管有高達三成以上的女性觀眾一週至少收看一次體育節目，然而體育節目的閱聽眾設定有考量到女性嗎？從林淑華的研究得知，最讓女性閱聽人不滿意的

³ 莫季雍(2001)。運動、傳播媒體與產業。《台灣運動管理季刊》，4，4—15。

⁴ 林淑華(2005)。大台北地區女性閱聽眾收看電視運動節目行為、動作與滿意度之研究。《臺灣體育運動管理學報》，3，127—142。

是提供平衡的男女運動項目轉播這項，其次不滿意的是轉播人員的專業。

為什麼會出現這種狀況呢？我們猜測可能因為體育台的從業人員以男性居大多數，他們忘記將女性觀眾納入考量，所以轉播什麼比賽節目以男性閱聽人喜好為標準，忽視女性聲音。除了電視台製做體育內容忽略女性之外，電視新聞主播以男性居多，男主播偏愛使用陽剛性、較暴力的語言播報，可能也使得女性閱聽人對此反感。

這樣的結果，使得女性閱聽人的意見在電視體育新聞製做流程中消失了。然而，女性閱聽眾還有很大的市場可以開發，電視台應該平衡男女運動項目報導，提昇專業轉播人員素養，才有可能增加女性閱聽眾群。

第二節 報紙新聞中的女性與運動

報紙是繼電視之後，為一般民眾容易接觸到的媒體。現今台灣各大報幾乎都有體育新聞版，近年來有不少針對體育新聞文本的研究分析。我們就報導內容數量、專業新聞文工作者做分析。

一、報紙報導內容之性別差異

(一)數量差異

台灣的平面報紙體育新聞版面比較多的為民生報及中國時報。李慈梅(2002)針對民生報、中國時報在 2002 年 3 月一整個月的新聞研究分析，我們可以得知，民生報的運動新聞在報導對象的性別上，依序為男性 208 則(42.4%)、非關人物 129 則(26.3%)、男女並呈 63 則(12.9%)、女性 44 則(9%)、男主女輔 36 則(7.3%)、女主男輔 10 則(2%)。而中國時報則依序為：男性 295 則(61.5%)、非關人物 103 則(21.5%)、男主女輔 29 則(6%)、男女並呈 24 則(5%)、女性 18 則(3.8%)、女主男輔 11 則(2.3)。民生報以男性為主的報導約佔四成，而中國時報以男性為主的報導，約為六成，顯示在運動新聞報導的對象上，中國時報比民生報更偏重男性運動員的報導。

(二)使用語言差異

除了男女報導數量性別不均之外，從比例上來看，不同性別類目的運動新聞，在運動價值分布上有所不同。在「男性」與「女主男輔」的運動新聞中，以個人性目的價值(32.1%, 34.3%)為主，其中最常見之運動價值項目為「好的比賽」與「表現技巧」；在「女性」「男主女輔」「男女並呈」與「非關人物」的運動新

聞中，則以社會性目的價值(41.3%, 34.4%, 35.7%, 45.2%)為主，而其中最常見之運動價值項目，除了非關人物的新聞以「國家主義」為主之外，其餘皆以「個人成就」為主(李慈梅，2002)。

接下來我們要討論只有女性選手參加的安麗盃撞球邀請賽的報導分析。從洪嘉菱在 2003 年²的研究指出，在所有撞球比賽中，安麗盃的幕後花絮報導最多，且最著重選手外表的描述，選手外表的報導高達 31.4%，比其他男女混合、純男性撞球比賽多很多。以下舉幾個報紙內容的例子，

例 1：南韓美籍選手「黑寡婦」珍娜·李也是一絕；她的冷艷無法不令人聚焦於她，有一次，一名電視台攝影師鏡頭只盯她低傾的前胸拍攝，根本無視於她檯面上的高超球藝(2000/06/07 /民生報/25 版)。

例 2：火辣性感的韓裔美籍美女珍娜李，低胸、緊身、黑紅色系加長髮撩人，另帶些飄逸的感性，是賽會中最受矚目的焦點，球迷的眼光，無不緊盯著珍娜李細肩帶的性感地帶(2001/04/07 /民生報/B2 版)。

例 3：過去四年，張瓊文始終是安麗杯的忠實觀眾，因為對撞球女選手而言，安麗杯有如奧斯卡金像獎，只有當今球技相貌一流者才有機會受邀(2002/04/04/民生報/B2 版)。

從上述三個例子，我們看到體育新聞報導中的性別刻板印象。為什麼女選手一定冠上「漂亮」、「美人」、「芭比」等代表？男性選手一定是「小子」、「殺手」、「神童」呢？女性選手的打球技巧似乎已被外貌所掩蓋，記者只在乎女性選手穿著露不露、身材好不好。甚至例 3 的文中明白揭示，「只有當今球技相貌一流者才有機會受邀」參加安麗杯，但反觀所有的男子賽，卻從未對於男子的外貌長相設立參賽標準，男選手只需在球技上一爭高下，女選手卻還要像奧斯卡明星般在容貌上爭奇鬥豔。

另外，分析媒體對運動選手主要的勝利歸因，發現男女之間特別的差異，在解釋選手勝利的原因時，多使用技巧方面的形語句，以選手出桿神準、技高一籌、解球功力強、作球完美之類的形容詞(女 34.4%，男 35%)，其次是強調選手鎮定的表現(女 18.6%，男 16.1%)。在選手勝利時，報導有時仍以負面的歸因，責備選手雖然贏球但表現不好，這類的歸因女性出現 6 次，佔 2.4%，而男性出現 3 次，只佔 0.8%。在失敗歸因上，對於男子比賽，未明確說明原因的比例最高(29.1%)，其次是失誤過多(28.4%)；女子則最常被形容成失誤連連，表現失常

² 洪嘉菱(2003)，運動新聞文本的性別意涵分析。桃園：國立體育學院體育研究所碩士論文。

(30.2%)，其次是未說明原因(27.1%)。同時女子在比賽失敗後，有較高的比例被形容是不夠鎮定、陣腳大亂(24.8%對男子的 17.1%)以及技不如人(7.8%對男子的 5.8%)。反觀男子，則常形容運氣不佳(12.3%對女子 1.6%)，例如對手表現太好而沒機會上場，或是即使失敗，仍稱讚男子選手表現優異，值得鼓勵(8.9%對女子 3.1%)。因此，整體來看，在勝利歸因上男女無很大差別，主要都是歸於技術層面或是鎮定的心理狀態；但在失敗情況下，媒體歸因對男子選手較為有利，有比較高的比例歸為對手表現太好，選手運氣不佳，或是即便輸球，仍給予正面的肯定(洪嘉蓀，2003)。

除了文字描寫之外，更進一步探究報紙體育版的照片。男性選手幾乎都是以正在比賽的運動員身份出現，且以擊球神態入鏡；而女選手相對於男性則有較高的比例出現在非運動情境，如賽前記者會、公關造勢場合或是新書發表會場，而在比賽現場中的照片也有許多是在場邊當觀眾看球或是幫球迷簽名的情境下入鏡，不同於男子在場上打球的專注神態。此外，男女選手差異最大的是在於照片中呈現的主動與被動位置，女選手有較多因應記者拍照，未擺任何姿勢被動入鏡的片。這些照片再現策略明顯置男性於運動情境表達出主動、專注、認真、嚴肅的形象；而女性則是被脫離運動情境，給人非專業的印象。此外，陳純甄與珍納李還有多張鏡頭焦點放在擊球時酥胸半露或是強調身材曲線的性感模樣，這樣的作法轉移了女性是技術精湛、有能力的運動員，且將她們貶抑為性玩物(洪嘉蓀，2003)。

近年來隨著網路的興起，當全球資訊網快速發展，利用網路電子報取得資訊也愈來愈為大眾所接受。電子報打破傳統報紙的限制，可以馬上快速傳遞訊息，甚至開闢留言版、論壇，讓閱聽人與閱聽人、閱聽人與記者有交流的管道。目前臺灣各大報社都有電子報的設立，各大報的體育電子報版面多為當日平面印刷報紙的線上版，故在內容報導描述上仍呈現性別刻板印象之複製。

麗台運動報是臺灣目前唯一的體育運動電子報，由於麗台是運動專類電子報，任何世界級的體育比賽麗台都會有較多戰況報導。例如亞洲盃女子足球比賽，麗台特別開闢一個女足專區，比其他電子報、平面報紙提供更完整的女足報導，但在報導內容上仍然不脫性別刻板印象之描述。

從上述的情況中，我們不難理解女性在體育報紙中的角色定位。男性報導數量已經比女性多出四倍，甚至四倍之上，而對於女性的報導又易於陷入性別迷思窠臼裡。多數報導將焦點放在女性選手的穿著、身材、容貌、衣著、髮型、化妝

等身體的外表。這樣的研究結果顯示媒體對於女性運動員的評斷，常是對她們女性陰柔氣質與美貌的肯定，而非遊戲規則中的運動能力。至於描寫女性選手勝利的原因大多用臨危不亂、選球鎮定，似乎女性是遇到大比賽容易緊張的一群人。在報紙體育新聞的使用詞彙、報導重點，我們似乎看到一位男性在窺探女性選手，太偏向男性角度撰寫新聞，缺乏較為性別平等的報導觀。

二、報紙新聞閱聽人分析

從體育報紙的報紙內容分析可以看出，體育報紙複製了性別刻板印象，報紙版面充滿了男性對女性運動選手的凝視及不斷讚頌男性英雄氣概的報導。是因為大多數的體育媒體記者為男性嗎？還是體育報紙的閱聽人為男性？

魏志德(2004)等人曾針對中時電子報運動新聞閱聽眾背景進行研究，從 2003 年 9 月 29 日到 10 月 12 日於中時電子報編輯部網站設置問卷調查，共回收 3266 份。在閱聽人性別比例裡，男性佔 70.7%，女性佔 29.3%。至於年齡層分佈，以「21—30 歲」最多，佔 41.5%；其次為「31—40 歲」，佔 31.9%；「20 歲以下」佔 15.3%，「41 歲以上」佔 11.3%。而職業的分佈情形，以「學生者最多」，佔 30.08%；其次為「商業界」，佔 23.8%；「工業界」佔 17.2%；「公務人員」佔 14.9%；「自由業」佔 9.2%；「無職業者」佔 4%。從這樣的調查結果，我們得知在中時電子報體育新聞的閱聽人裡，有將近三成的讀者是女性，而且大多數是年輕女性學生或年輕女性上班族。

這個結果比照林淑華對大台北女性閱聽眾收看運動節目的研究結果大致雷同，我們可以發現現在年輕女性收看體育節目、體育新聞的比例大概是三成左右。這些年輕女學生、年輕女性上班族平時每週大約會看一次體育節目，大約每天瀏覽一次電子報體育版。三成看起來似乎是個不太高的比例，但已構成絕對少數的要件。我們的體育媒體從業人員是否有考量到女性閱聽眾的需要呢？不論是體育電視台或體育報紙，女性閱聽眾絕對是一個有很大開發空間的市場，端看媒體從業人員要如何提昇女性對運動新聞的興趣。

第三節 運動雜誌中的女性與運動

近年來，國民休閒風氣愈來愈興盛，民眾休閒品質的提昇，民眾參與戶外休閒活動、觀賞運動賽會及藝文活動的資訊垂手可得，經濟和生活型態的轉變，使得人們對於書籍的喜愛程度有持續上升的傾向。各式各樣的雜誌如雨後春筍出現

在市面上，各類型的雜誌紛紛創刊，而雜誌相對於報紙，有其精緻表現的一面，無論是編排、設計都更強調美感。這幾年，雜誌可說是充斥整個出版業、書局、便利商店。走一趟誠品、金石堂，不難發現，專屬的運動休閒雜誌五花八門，從單項運動、健康塑身到戶外登山都有。另外國際中文版體育雜誌，如 2000 年單車世界網路雜誌、NBA 美國職籃聯盟雜誌、Tennis 國際網球雜誌等，林林總總反映出國內民眾的需求，這也說明運動雜誌的專櫃已然形成。

周靈山(2004a)依國內運動雜誌的內容，將運動雜誌分為三類：一般消費性運動雜誌、運動文學評論和學術期刊、體育組織公關雜誌等三類。一般民眾最常接觸的運動雜誌為第一類。臺灣的運動雜誌有兩種現象，第一種現象：「出版快，停刊也快」，如「桌球王國」中文版出版四期隨即停刊；第二種現象：「到處是特刊」，非定期的運動雜誌，可能是搭上某種運動熱潮而出版的特刊，如「世界盃足球特刊」。因此我們只針對定期出刊的一般消費性中文運動雜誌做探討，在搜尋博客來網路書店及金石堂網路書店後，整理出一個國內現行運動雜誌販售表：

表 5-5 國內運動雜誌發行現況一覽表

項目	雜誌名稱	刊別	售價	描寫國外賽事	出版社	內容簡介或廣告詞
籃球	Dunk	月刊	149 元	是	台灣衛博	Dunk 籃球雜不是一本純粹談論籃球賽事的雜誌，翻開 Dunk，你可以看見 NBA 一線球星的個人故事，從不同角度去描寫，讓球迷可以在短時間內對球員個人有更深一層的了解。
	美國職籃	月刊	149 元	是	台灣衛博	美國職籃雜誌於 2001 年五月創刊，為國內全國唯一 NBA 官方授權的中文運動時尚刊物，創造青春、時尚、活力且符合本地的運動與休閒議題。
	SLAM 美國職籃畫刊	月刊	120 元	是	長昇文化	比美國職籃多了街頭籃球及 NCAA 的報導。

項目	雜誌名稱	刊別	售價	描寫 國外 賽事	出版社	內容簡介或廣告詞
	Sports Plus 運動人	月刊	99 元	否	采昌國際多媒體	運動人是一本結合國內籃球、NBA 以及其他熱門運動人物的時尚運動月刊，以專欄、人物、深度報導、話題性，為主體內容。也兼顧偶像、流行、時尚與專業、創意話題，期許成為運動、籃球、NBA 的意見領袖，開拓運動雜誌的新風貌。
賽車	F1 Racing	月刊	220 元	是	新加坡商車訊國際興業	唯一全球同 F1 賽事國際中文版。以各種角度切入 F1 核心，銳力且直言，精確而專業。
高爾夫球	高爾夫文摘	月刊	139 元	是	長昇文化	高爾夫文摘是全世界發行人數最大的高爾夫專業月刊雜誌，也是高爾夫族群最喜歡閱讀的刊物，而高爾夫文摘中文版與全世界 18 種文字同步出刊，是份兼具教育性、知識性、娛樂性的最佳世界級刊物。
	高爾夫雜誌中文版	月刊	139 元	是	電腦家庭	高爾夫雜誌中文版是城邦出版集團獨家取得【全球第一大高爾夫品牌-GOLF MAGAZINE 內容授權】，每期提供讀者最新的球技教學、與全球同步的重大賽事報導、球場介紹、球員專訪等，以及最新的球具製造技術、測試與報導等，作為球友購買球具的採購指南。
單車	單車誌	雙月刊	150 元	否	輪彥國際	「單車誌」以休閒娛樂的多元化內容為定位，包括：單車休閒旅遊、消費情報、產品測試評析、補修 DIY、健康講座、競賽活動與極限單車等，希望帶給車友以及單車愛好者甚至一般大眾更純淨、活潑與健康的現代化生活。
棒球	職業棒球	月刊	120 元	否	中華職棒	臺灣職棒唯一的官方出版雜誌。

資料來源：本研究整理

從上述的調查結果，我們可以看出一個現象，女性在運動雜誌中幾乎是不存在的角色。市面上販售的雜誌其內容幾乎清一色報導男性運動員，而且是偏向競爭型運動，如 NBA、中華職棒、F1 賽車。除了內容特別偏向男性運動員之外，大部份的運動雜誌幾乎都是報導國外比賽或是國際比賽中文版，中華職棒是少數專門報導臺灣運動比賽的定期雜誌。

逛一趟書店的運動雜誌櫃，大約一半是英文、日文運動雜誌，剩下一半的中文雜誌裡，又有一堆是特刊。為何臺灣的運動雜誌幾乎是中文翻譯版呢？難道臺灣運動雜誌真的沒有市場嗎？每一本運動雜誌只敢搭上運動熱潮出特刊，不敢成為定期發行刊物。在美國，運動雜誌市場蓬勃發展，「運動畫報」有將近 330 萬讀者，「運動雜誌」約 110 萬讀者，「ESPN 雜誌」約 80 萬讀者(巫坤達，2004)。

臺灣的運動雜誌市場還有很大的進步空間，可以從充實雜誌內容題材著手，多開發一些女性議題的報導，像女子拳擊賽、女子世界足球盃，不再只針對 NBA、大聯盟、F1 比賽，可以多發行一些其他運動種類的雜誌，甚至針對女性發行一本新定位的運動雜誌。

第四節 運動網站中的女性與運動

從有網際網路以來，資訊的表現及儲存方式正面臨著重大革新；原本書面的資料正漸漸轉變為數位化，網路使資訊的傳遞更為快速、方便。運動網站自然而然成為運動迷的流連場所，和體育電子報、體育電視台、體育雜誌所不同的，運動網站提供了「社群」的功能，讓偏愛某一種運動的人們可以藉由網路互通訊息，甚至組成家族、聯絡彼此的感情、讓使用者獲得情感上的支持與認同。

而國內運動網站何其多，且網路為一新興傳播管道，目前針對臺灣運動網站的研究很少。洪翔洲、呂芳陽(2003)及楊苑青(2003)的研究都是針對臺灣運動網站分類做調查，周業峰(2001)是針對運動網站使用者做分析。

根據周業峰(2001)在四個運動網站首頁所做的調查結果，總共回收 343 份有效問卷。其中性別比，男性佔 70%，女性佔 25.7%，而有 4.4%的樣本沒有填答。年齡層多集中在 21 到 25 歲(36.2%)與 26 到 30 歲(30.6%)，其餘年齡層比例較高者為 16 到 20 歲者，佔 9.6%，31 到 35 歲者，佔 9.3%，顯示運動網站使用多為年輕人。而教育程度以大專院校者最多(50.7%)，研究所(含)以上者，佔 22.2%，兩者合計已達 52.9%，顯示運動網站使用的教育程度偏高。運動網站使用者的職業類別比例以學生最高(68.5%)，其次為資訊業，佔 14.6%，排名第三為教師，

佔 7.0%。平均月收入以不到五千元者最多，佔 27.7%，其餘分布較分散。而每天停留在運動網站時間的性別交叉分析結果，在運動網站使用者中，男性與女性停留的時間是沒有太大差異的。

表 5-6 性別與每天停留在運動網站時間的交叉分析

每天停留在運動網站的時間								
時間	未滿 15 分 鐘	15 分鐘 以上未 滿 30 分 鐘	30 分鐘 以上未 滿 45 分 鐘	45 分鐘 以上未 滿 60 分 鐘	1 小時以 上未滿 2 小時	2 小時以 上未滿 3 小時	3 小時 以上	合計
男	47	27	53	53	37	14	9	240
女	15	9	11	29	14	3	7	88
合計	62	36	64	82	51	17	16	328

從周業峰的研究顯示，國內運動網站主要的使用者為男性(70%)、21 到 30 歲的年輕人(66.8%)、教育程度高(大專及研究所以上佔 72.9%)、以學生為主(68.5%)。但是從另一方面來看，女性使用人數也佔 1/4 強(25.7%)，而且也是年輕女性、教育程度高的女學生為主。

這樣的結果，對照前面林淑華(2005)針對大台北女性閱聽人收看電視體育節目及魏志德(2004)針對中時運動電子報閱聽人分析，三個調查結果顯示不論在電視體育節目、平面報紙、電子報、運動網站等媒體，女性至少佔有 25%至 30% 的一定比例。女性閱聽眾其實是運動媒體閱聽人中的絕對少數，是一群不可忽視的讀者，女性讀者是可以再高度開發的市場。

第五節 體育新聞從業人員之專業性

前面從電視台、報紙、雜誌到網站，討論了四種大眾傳播媒體，最重要的是這些新聞內容由誰製造？帶著何種觀點撰寫體育新聞？所以本節要討論體育新聞從業人員的專業性。為何我們現今的新聞從業人員，每每都會在鏡頭前問出一些「你現在感覺如何？」的問句，以及其他多得令人數不清的笑話、錯誤與問題？從此角度觀之，這些新聞記者或從業人員，是否真受過一連串「專業的」新聞傳播教育？在運動新聞從業人員中，何謂「專業的」新聞傳播教育呢？

施致平(1991)在「記者專業意理與新聞製作流程對體育新聞報導之影響」的研究中，對於國內中時、聯合、民生、中央、自立各大報的體育採訪記者、召集人與編輯(共 14 人)所做的問卷調查體育專業教育方面，有顯著的關聯性，顯見，教育背景是影響體育記者專業意理的最大因素，更說明了理論與實際的配合。他的研究所調查的 14 位體育記者中，在他們的畢業科系方面，新聞科系畢業者有八位佔 57.14%，體育科系畢業者僅有一位佔 7.14%，其他五位則是非新聞體育相關科系。而在受過的教育背景方面，接受過新聞課程教育的有九位，佔 64.29%，接受過體育課程教育的僅有二位，佔 14.29%，兩種課程皆修習者僅有一位，比例僅佔 7.14%，皆未修習者則有四位。

林幼萍(1999)調查有關體育新聞媒體記者的年齡、性別、工作單位、服務年資、教育程度以及專業背景等特色，及其下所隱藏的意涵。在 71 份有效問卷中，發現男性體育記者佔了體育記者 79%，女性僅僅佔了 21%；學歷方面有 66%為大學畢業，14%取得碩士學位；然而真正體育專業背景的體育新聞記者則只有 7%。

體育新聞究竟是不是一種專業？根據前面林淑華(2005)的研究顯示，大台北女性閱聽眾最不滿意的就是體育節目的專業程度及轉播人員的專業素養。然而，臺灣目前尚未有體育傳播系，一般的體育學系課程很少教授體育傳播課程，大傳系裡也幾乎不談體育傳播。

上海體育學院早在 1983 年就成立了「體育新聞學系」，在其系網頁上也提到在這些年來的努力下，其專業在新聞界、體育界已經被譽為「體育新聞記者的搖籃」。由此可見，體育新聞是個可以發展與應該受到重視的專業學門。反觀國內在大專院校裡雖然有一些運動新聞傳播的課程，但是目前卻沒有以「運動新聞(傳播)學系」為系所單位名稱的教學資源。運動領域與新聞傳播領域各自培養人才，卻沒有整合的現象與機會，只有師大體育系、輔大體育系、高師大體育系、臺體體育系、臺體運管系、北體體育系、國體體推系、國體產經系、真理運管系、大葉運管系這幾個少數的運動相關系所有開設兩門以上的運動新聞傳播相關課程。但新聞傳播相關系所卻少有運動新聞傳播相關課程，大多數皆為運動相關系所的師資到新聞傳播相關系所開課。不知國內何時才會出現第一個運動新聞學系，來培養具備新聞專業素養與運動專業素養又具備性別敏感度的運動新聞業人才。因為有這樣的專業系所，在學校養成教育部份來說，對於運動新聞從業人員應該會有很大的幫助。

表 5-7 國內大專院校開設有關運動與媒體課程一覽表

系所名稱	課程名稱
臺灣師範大學體育學系	運動與媒體
	體育運動與公共關係
	運動與媒體研究
輔仁大學體育學系	運動與傳播專題
	體育新聞學
	運動與媒體
高雄師範大學體育學系	運動媒體研究
	運動傳播學
	運動新聞寫作
	運動資訊管理
臺灣體育學院體育學系	運動新聞學
	體育視聽媒體製作
國立臺北教育大學體育學系	運動新聞學
國立體育學院體育推廣系	運動新聞學
	運動傳播學
	運動資訊管理
臺北體育學院體育與健康學系	運動媒體與大眾傳播
臺北體育學院運競技系	運動公共關係研究
臺北體育學院運動技術研究所	運動媒體製作
臺北體育學院體育學系	運動大眾傳播學
	運動傳播理論與實務
真理大學運動管理學系	運動傳播研究
	運動公共關係
大葉大學運動事業管理學系	運動與媒體
	運動廣告學

資料來源：本研究整理

除了學校養成教育之外，現在真正從事體育新聞人員的背景又是什麼呢？根據施致平(1991)、林幼萍(1999)針對體育記者的調查結果顯示，同時擁有體育與

傳播專業背景的記者非常少，不到 10%。絕大多數的體育媒體從業人員非傳播科系、非體育背景出身，我們的報紙、電視台是否有提供相關專業知識的在職訓練？是否有訓練這些體育新聞從業人員的性別敏感度？

第六節 小結與建議

我們身活周遭充滿許多大眾傳播媒體，而媒體所傳遞的價值觀很可以型塑一個人的價值觀，甚至改變整個社會風氣。在運動媒體中的女性究竟扮演什麼角色呢？

打開體育電視台，轉播的比賽幾乎都是男性運動員為主的陽剛性比賽，不是美國職籃，就是美國職棒大聯盟，或中華職棒，電視台充滿著暴力、強調男性氣概的畫面，甚至連體育主播也是幾乎以男性為主，女性主播大概只能播報比較陰柔、不具競爭性的體操、芭蕾等比賽。

換到報紙，場景還是一樣。不論平面報紙、電子報最熱衷報導籃球、棒球這幾樣競爭性球類運動，體育版報紙記者仍是以男性居多，整篇體育版新聞看下來，充滿了男性對女性凝視的語言。為什麼女性體育選手的報導是強調外貌、穿著呢？為什麼刊在報紙上的女性體育選手照片總是小露性感？難道不走性感美麗路線的女性體育選手就沒人要報導嗎？

再到書店走一圈，看看架上所陳列的體育雜誌。一半是英文、日文體育雜誌，剩下一半中文雜誌絕大多數是某某比賽國際中文版，中華職棒大概是碩果僅存的臺灣本土運動雜誌了吧！市面上販售的運動雜誌以籃球(特別是 NBA)、高爾夫球、棒球為主，幾乎看不到其他非競爭性體育專門雜誌，更別說有針對女性運動員的報導。

女性真的在運動媒體中消失了嗎？女性真的不看體育台、不看報紙體育版嗎？根據幾樣針對體育電視台、電子報、運動網站閱聽人分析的結果顯示，在這些運動傳播媒體中，女性閱聽人至少佔了 25%至 30%，甚至更多。女性閱聽眾的聲音到那裡去了？為什麼我們的運動媒體仍然充滿著性別刻板印象的複製呢？

探究這個現象的根本原因在於人—體育新聞從業人員的專業性。現階段從事體育新聞人員以男性居多，而且絕大多數非體育背景、大眾傳播背景出身。如果社會上的體育新聞從業人員非本科系背景，至少報社、電視台、出版社可以提供專業知識的進修吧！很可惜地，目前這些媒體似乎未提供完整的在職訓練，更別

提訓練出一個具有性別敏感度的體育新聞從業人員。而大專院校裡的體育系、大眾傳播系有沒有開授這些課程呢？少數幾間大學體育系有開設媒體與運動的相關課程，大多數的學校仍然缺乏這方面的課程與師資。

至於學術界的研究也是不多，傳播學的研究是一門顯學，但是運動傳播學的研究剛起步，至於性別與運動傳播學的研究更是付之闕如。我們期待未來有更多的學者能投入這個領域研究，進而改變現今過於強調男氣性概、忽視女性角度的運動傳播環境。最後我們提出幾項建議，希望能給相關單位參考：

(一)培育具有性別敏感度的體育新聞從業人員

從學校養成教育做起，在體育系、大傳系開設運動與媒體相關課程，培養學生具有性別平等的價值觀。而體育電視台、報社、出版社宜增加體育傳播的專業課程訓練，及性別平等意識的在職進修課程。

(二)開發體育議題新市場

現階段體育媒體幾乎強調陽剛性強、競爭性高的球類運動，除了球類運動，仍可多報導、推廣其他較陰柔、比較不具競爭性的運動比賽，如：花式溜冰、體操。讓民眾知道其實運動可以很溫和，可以不暴力，可以很和平。

第六章 女性從事運動休閒之阻礙

「現在不已是男女平等的時代？女生在運動場上還有什麼不滿？」不可否認，今日女性所擁有的權利多過於歷史上任一階段的女性，性別平等的議題在世界各地也有長足的進步，女性從事運動的人口已大幅增加¹—不論是清晨的鄰里公園、校園內，或是夜間的健身房、瑜珈課程裡，都可見到女性活動的身影—但這真的是一個全民皆運動的社會？男女在運動參與上已無差異？女性面對現況確實已感到滿足？

根據中央社報導(2005)，世界衛生組織(WHO)「身體活動量表監測系統」跨國研究，在衛生署協助下，連續三年抽樣電話訪問台灣地區十三歲以上的民眾。調查結果顯示，在十八歲到六十五歲的受訪者，可以維持每週六十分鐘費力運動(例如慢跑、踢足球、打籃球、單人網球)量者，男性平均比女性要多出三成；但若每週維持一百五十分鐘中等費力活動(如快走、羽球、拖地板、擦門窗、負重走路)者，女性多於男性。該報導同時也指出，近四成國人是運動量嚴重不足「麵龜族」。而行政院衛生署國民健康局在2002年也曾針對台灣地區15歲以上的國人進行運動習慣調查，發現15到29歲沒有運動習慣的女性多於男性(40%對30%)；而30到39歲的男性和女性則差不多，大約在43%以上；到了40到49歲，不運動的男性和女性稍微降低(38%對40%)；到了50到64歲則更低，男性大約30%，女性為32%；而65歲以上男性不運動者佔27%左右，而女性則近39%(引自盧俊宏，2005)。從以上兩項調查資料可以發現：第一，台灣從事規律運動的人口並未普及；第二，男性與女性在運動參與上仍存在差異，男性運動人口多於女性，而女性長時間的身體活動含納不少家務勞動，或許正因如此排擠了實際運動的機會；第三，根據國人運動習慣調查的報告可以瞭解，大體而言國人不運動的比例有隨年齡增長而下降的趨勢，代表國人愈近老年養成運動習慣的人數愈多；不過仔細觀察又可發現，女性不運動的比例幾乎較同年齡男性為高，且平均來說，30-39歲及其後的女性隨著年紀漸增，運動人口比例不若男性增加的快，在年屆退休或老年之齡，女性不運動的人口甚至不降反升。

¹ 根據 Women's Sport Foundation 在 1997 年的統計，自 1977 開始，女性參與運動及戶外休閒活動的比率增加了 250%，大部分的女性以健走、游泳、單車、有氧運及健身房運動為主。

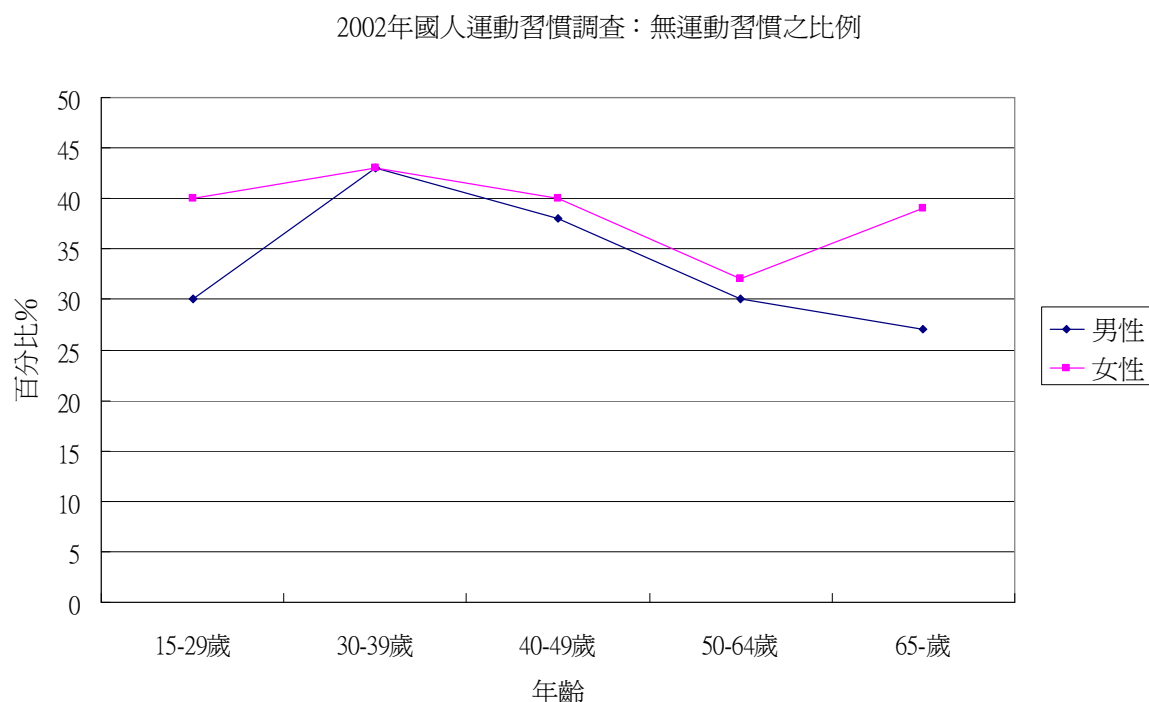


圖 6-1 2002 年國人運動習慣調查：無運動習慣之性別比例

圖片來源：本研究再製

運動或休閒之於人類身心靈都有正面的影響，全民當中不論男女老少其實都有權利享受運動帶來的好處，諸如維持身體健康、紓解壓力及心情愉快等；不過透過上述的調查可以瞭解到，國內尚未達到全民皆運動的理想。更重要的是，女性參與運動的情形與男性仍有差異，不難想見缺乏運動生活之於女性身心的影響。而且上述統計僅為數量上的調查，女性經歷活動的品質如何又是另一課題，亦即，女性自運動中完全放鬆、享受或感到愉悅的人數可能又比數據上顯示的要來得低。由於近年來女性進入就業市場的比例提高，但社會對性別角色的期待卻無太大改變，家務勞動仍多落在女性身上，壓縮女性自由參與有興趣事物的時間；其次，女性在進行身體活動時若非同時結合家庭和照顧小孩子大的或費力的工作，便是時間片斷，無法有計畫或有規律地從事活動(Green, 1998)，活動範圍也以家庭為中心(Deem, 1986)；再者，女性在經歷休閒時，由於背負著家庭責任，心理常會出現罪惡感等負面經驗(Henderson, Bialeschki, Shaw , & Freysinger, 2000)，或為了維繫家庭關係減少甚至忽略自己運動的質或量，種種情形均說明女性規律運動或休閒活動的品質不佳，比對女性運動人口偏低的現況無疑是雪上加霜。此外，進入老年期的女性並不見得就此獲得解放，從上段國民健康局的調

查結果便可見一般，除了身體因素外，脫離不了照護者的性別角色或許是造成老年婦女不運動比例仍遠高於男性的原因之一。由上可知，女性從運動中得以獲得滿足的理想或許還有很長一段路要走。

受到社會、文化、教育、政策、媒體等影響，不論是一般女性運動人口或專業女性運動員都面臨各種問題，加上公共場所長期排斥女性的影響下，都限制了女性參與運動休閒的深度與廣度。以女性的生命歷程為例，女性在求學階段時期不參與運動有很大部分因素常基於傳統性別角色的衝突而被排斥在外，或受到家庭、朋友、旁人的壓力而退出參與；就算少部分女性在日後持續參與運動，往往會被更大的家庭羈絆、感情因素、家務勞動所帶來的疲勞、沒有能夠一邊帶小孩一邊運動的場所與方式等等問題影響參與意願。再者，女性成長過程中，雖然「體育」被視為一門基礎科目，但是其教育的導向往往將女生導向成為運動場邊的觀眾或負責喝采的人，少有給予女生瞭解他們身體能力的機會，加上媒體傳播事業對於體育項目的報導常隱瞞了女生參與運動的狀況，取而代之的是不停強調女生應該保持的美麗形象以及運動可能對「美麗」造成的負面影響，這些都使女生投入運動過程中困難重重(Deem, 1986)。不過必須注意的是，女性這個概念所指涉的並非是同質性的群體，不同年齡、階級、族群的女性所面對的困難可能不盡相同。是故本文將更細緻地討論女性在成長過程中所面臨運動休閒的種種處境，配合國內外既有之文獻及統計資料說明女性從事運動的阻礙因素，最後提出可能的策略與建議。

第一節 女性成長歷程中的體育參與概況

在「男女身體的性別建構」一章，已談到社會的性別價值觀如何在每日的生活實踐中持續著生產與複製，男女參與體育運動的表現也受其影響。其實跨越一生的週期來看，女性在運動休閒的經驗會隨著教育、工作、婚姻、撫育幼兒至於成人、退休、年紀、經濟及體能條件而改變；若男女在同樣的年紀或狀態下比較，女性的經驗也與男性明顯不同(Wearing, 1991)。Bialeschki & Michener 指出，女性一生中不同的階段，在角色、責任、生活中的主要問題、價值等的變化，休閒活動對她們的意義及面對的制約因素也會發生變化(Henderson 等, 2000)因此，在了解女性運動或休閒阻礙的議題時，不能不就每個階段女性面臨的處境探討。

一、兒童時期女孩的遊戲、運動及體育

(一)男女有別的遊戲經驗

女孩和男孩早在孩童時代就預備了成人及性別的認同，從遊戲的方式及空間來看就能了解其不同。性別平等教育季刊 30 期(2005)專題—我們都是這樣玩大的，有諸多精彩案例分享，說明區隔的性別認同如何透過遊戲被建立。研究顯示，幼兒在十八個月大的時候，已意識到自身的「性別標籤」，透過各種行為學習「自身行為該做的事」²。儘管學齡前的幼兒在生理發育上並未有太大差異，但從遊戲的種類來看，女孩喜歡跳繩、捉迷藏、扮家家酒等遊戲(儘管男孩也可能加入角色扮演的遊戲，在當中多扮演如父親、醫師的角色，女孩則扮演照顧人的母親、護士)；男孩的遊戲方式較激烈，例如喜歡棒球、角力、奔逐之類的活動(又以資本主義的角度來看，男孩在遊戲中發展的觀念與技能與未來生涯發展的關係較大，女孩所在遊戲中扮演的角色特質與未來經濟生產的生活無太大的結合，弱化了女孩在未來發展的潛力)。從遊戲的空間來看，男孩較常在戶外玩耍，他們玩的遊戲所需之空間通常較女孩子大。規模方面，男孩所組成的組織也較為龐大；相對而言，女孩則傾向在室內玩耍，並建立小型而親密的友誼關係。就選擇的玩具而言，普遍而言也有「芭比娃娃」與「金剛戰士」之分。受到父母親直接提供遊戲的條件與機會以及社會示範與期待的影響，女孩在遊戲之中學習認識自己身體並且鍛鍊體能的機會已有少於男孩的傾向，並且逐步認知並發展有別於「男子氣概」的「女性氣質」—女孩逐漸失去「撒野」的機會與能力。

(二)無法獲得成就感的體育活動

進入求學階段，體育課也使部分女孩覺得無聊、麻煩甚至退縮。在本研究「學校體育(遊戲)與性別」一章有詳盡說明。2005 年國立台灣師範大學體育研究與發展中心針對各級學校學生(國小至大專院校)運動參與情形進行調查，各級學校運動人口(每週與運動天數達三天以上者)的比例平均為 46.2%，而且大致說來學校層級愈高，規律運動的比例就愈低，男生在參與運動達五天以上者，其比率明顯多於女生。而就各級別學生參與學校運動社團、班級運動代表隊與學校運動代表隊的人數而言，男生的比例皆高於女生。就體育課上課時間是否足夠的感受而言，男生多數認為體育課時數不足，而女生多數則持相反意見。就喜歡體育課的比例而言，各級學校學生中男生有 73.9%喜愛體育課，女生部分則有 58.1%；不喜歡

² 又例如 Bailey 指出，從學齡前到小學一、二年級之間，兒童對於性別刻板印象的接受度會高與於更年的兒童(引自施又誠、房振昆，2004：147)。由此可見此階段對於個人養成性別認知及可接受的行為或活動(包含遊戲與運動)具有深遠的影響。

的比率男生只有 3.6%，女生為 5.3%(教育部，2005)。到底是什麼原因使得部分女生提早離開運動場？

Clement & Eisenhart 指出，中小學學生有嚴重的性別區隔現象，而區隔的群體中，男孩、女孩各有他們所重視的角色和價值觀，女孩團體強調「受歡迎」、「可愛」、「甜美」的重要；男孩團體重視的是「強壯」、「好學生」、「好的籃球員」(林昱貞，2002)，由此可見男性學童平日抱持的觀念使得生活與運動的關聯性有較緊密的聯結。陳鵬仁(2006)曾以晚期兒童為研究對象，探討身體活動量、同儕關係與身體自我概念關聯以及競技運動參與和性別差異，發現男性晚期兒童的身體活動量與身體自我概念相對高於女性。其實在國小階段，從生理的發展來看，男女生在青春期以前身體素質的差異不大，甚至女生比男生的生理成長來得迅速，11、12 歲的女生有多數體格指數超過男生，然而在體適能表現上仍然是男孩表現較優，反映出男生在這段時間所接受的訓練或擁有的運動時間可能較女生為多。此外，在教育領域的相關研究也發現，男性學生較容易受到老師的重視並常成為示範者，受到忽略的女性學生在達不到標準的情況下，逐漸沈默並轉入地下。女孩除了持續接受性別區隔的社會化過程限制了體驗身體活動的愉快經驗之外，就心理層面而言，家長的限制、教練對獲勝的要求、不好的學習經驗等都是導致女生在參與運動時容易遭受挫折而離開運動場的原因(黃泰豪，2005)。又一研究探討都市六年級學童運動休閒參與阻礙以及與性別和自尊的關係，指出男女生在容易緊張、過去經驗、太難技術(以及內在阻礙)上的差異達顯著水準，女生所知覺的 19 項阻礙中有 18 項都較男生高(許建民、高俊雄，2000)。

(三)缺乏多元化的運動空間

就校園運動空間而言，根據教育部體育司(2005)在「建構優質學校體育優質體系」簡報內容指出，各校設置情形以徑賽場與籃球場最為普遍，分別為 91.8% 和 91.0%，設有體育館的比例則低於五成。不過國小部分設有室內場館設置率最低，體育館佔 38.32%、韻律教室佔 13.5%。由此可見，校園空間規劃設計的部分仍普遍出現訓練大肌肉的運動場、球場為主，充分強調競爭、控制、攻擊、力量與技巧等運動的陽剛層面；而以小肌肉訓練來展現身體線條與平衡的韻律教室、地板教室不是數量少，就是付之闕如(畢恆達，2001)，不論是男女兒童均缺乏接觸更多元的運動型態與價值。女孩們或不活躍於主流運動項目的男孩們，在種種負面經驗下被排除在運動場外，卻又缺乏相應的運動場所讓學生們體會運動的樂趣，教室和樹蔭底下遂成為這群學生的聚集的空間。

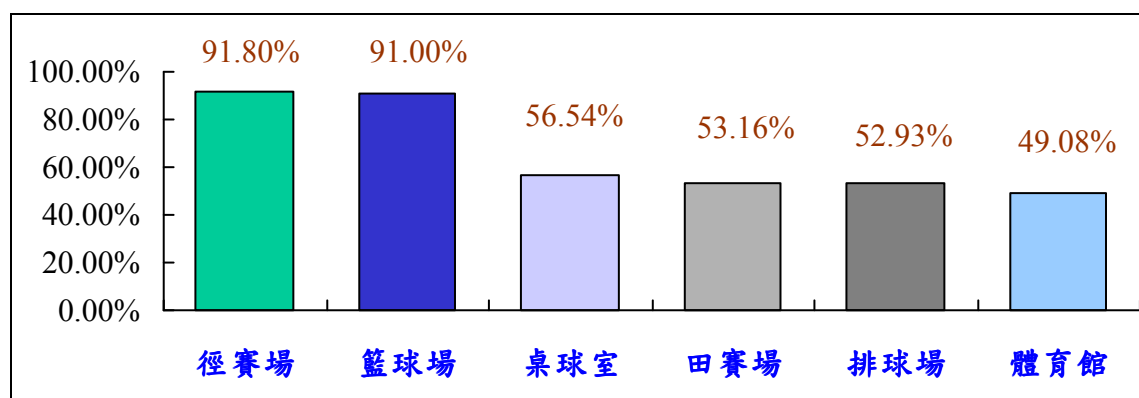


圖 6-2 各校設置場館情形

圖片來源：建構學校體育優質體系簡報(教育部，2005)

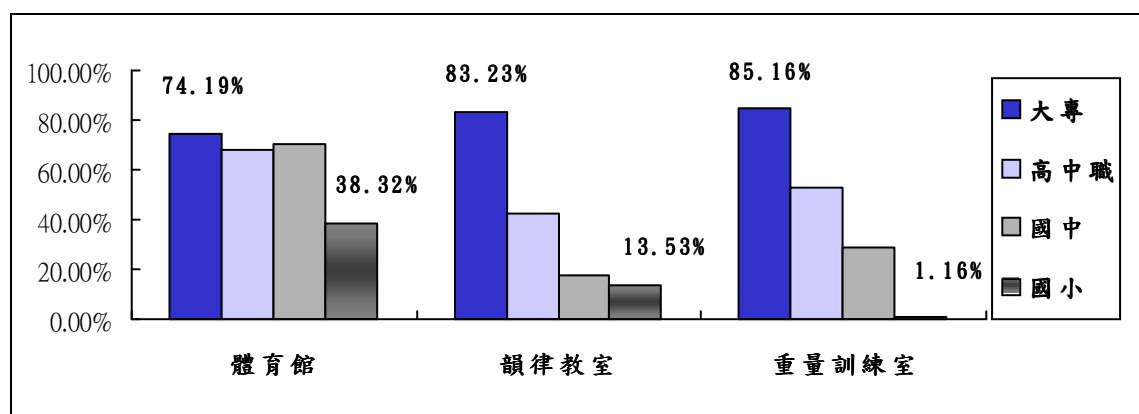


圖 6-2 各校設置場館情形

圖片來源：建構學校體育優質體系簡報(教育部，2005)

小結

上述各種情境說明女孩在國小階段在運動休閒或體育課中遭遇的內外難題，不難想見女孩內心認為「自己原本就沒有運動細胞」的想法其實可能是受身旁最親近的父母、同儕、教師、課程設計、校園環境和整個社會影響所造成的，沒有自信之下對於運動的接受程度也相對降低。不過其他研究也注意到，在女孩子的遊戲、運動或體育活動與其自身力量、自我控制和自信之間有一種積極的聯繫。當女孩拒斥服膺刻板印象而參與較具競爭性的行為時，會使女孩子保持一些「發展的」的潛力，因為這樣的行動得以促使她們創造出自己的「遊戲舞台」。對於男孩子來說，體育型活動卻不會為他們帶來什麼特別的發展，因為在這些活動當中，男孩子們所做的事情其實就是人們希望他們做的事情，在社會上為他們搭建的舞台上成長[儘管這樣的舞台設計卻利於培養男孩在未來的競爭能力](Henderson 等, 2000)。也可以這麼說，女孩在成長過程中若受到鼓舞，參與

活動的類型愈多元，將愈能迸發創造力，未來人生之途也會愈走愈寬廣。

二、青少年及青年時期女性的運動休閒與體育

(一)持續深化的窈窕淑女迷思

進入青少年時期的女孩在生心理方面都漸有變化。受到社會主流文化的影響，例如媒體所傳播的各種訊息³，使青少年開始關注自己的身體形象(此影響其實已向更低年齡層的女孩族群延伸)和吸引力，並且常會陷入要吸引男性同時又要保持良好名譽的兩難，也常面臨既要獨立自主又要溫柔依賴的矛盾處境，對於與性別角色衝突的體育鍛鍊和運動，特別是在需要身體接觸和力量的運動上，其參與明顯下降。根據2006年9月最新的調查資料顯示，「台灣女孩對自己身材的焦慮甚於日本、韓國。調查發現，高達100%，也就是每一個受訪的台灣青少年，都正因外表問題而苦惱，認為長得美不美麗會影響人際關係、學校成績以及老師的好感等，甚至有將近一半的台灣女孩因為外表問題而產生自我厭惡或自卑情緒。四成女孩表示，長大後，賺了錢，就要去整形。」青少年非但不願意透過規律運動來達到身體健康的目的，反而為達名模竹竿般的身材，採取節食甚至等催吐等手段，更削弱了女性參與運動的能量。如同兒童時期在遊戲中出現的性別區隔現象，青少年時期在休閒活動的項目上仍然延續性別差異。學者曾針對國中生進行一項調查，發現國中生男女休閒參與總程度差不多，但127項活動中有82項國中男女生參與程度有顯著差異，且差異的方向非常符合性別角色期望，男生較女生多從事運動體能活動，女生則較男生多從事藝文、手工藝、室內及觀賞性活動(余嬪，1998)。不過針對國內國中生運動參與和性別關係的研究相對少於國小、高中職和大專院校，似乎應對這群正值人生轉變時期的男女運動休閒經驗投注更多關注⁴。

(二)青少年及青年時期女性運動參與的阻礙

高中職有關體育運動與休閒的研究則顯得豐富許多，例如范靖惠(1996)以高雄縣市五所專科學校的學生為研究對象，發現一到三年級的男生在「休閒知覺自由」的程度比女生高。此於可發現，此一時期的學生在參與休閒的感受依然存在性別差異。江澤群、林國瑞(2001)以台北地區高中職學生為研究對象，結果顯示，

³ 有關媒體傳達的訊息如何影響女性本身對身體的看法，可詳見「媒體中的運動與性別」一章。

⁴ 除李彩華(1997)、卓玉蓮(2002)等人針對國中學生身體活動進行研究，顯示身體活動量因性別等個人背景因素而有顯著的差異。

在高中職階段因為升學壓力促使缺乏時間成為阻礙休閒運動的主要因素⁵，而高中女生比高職男女生更缺乏規律活動興趣、與體力。馮木蘭(2002)以台灣地區四所高中職女學生為母群體，研究發現有 77.3% 的研究對象在課外時間無從事規律身體活動的習慣，社會支持與情意反應、自我效能、知覺利益和知覺障礙等因素與身體活動有顯著的相關性，但競爭性的活動對女學生而言並不重要。黃茜莉(2003)以北、中、南部大學院校護理學生為研究對象，發現護理職業學校有規律運動者佔 16.3%，無規律運動者佔 83.7%；並認為不好意思、不喜歡運動為最大的運動阻力。洪佳煌(2005)則以北市某一高職女性學生為研究對象，運用質性研究方法探討體育課參與之阻礙因素，發現計有天候狀況(皮膚會曬黑耶！)、運動能力(以前就都習慣不動，現在也不會想動啊！)、授課項目(超無聊的，上跑步、跳遠、體適能測驗要幹嘛？)、學校排課(...排在第四節，每次都很熱或是累到不想吃飯；吼，等一下要考英文耶，打球精神會不好！也沒有心情！)、運動空間⁶(沒有衛浴設備，身體流汗不舒服；每次比較好的球場都被男生先搶走，我們都搶不到位置，老師你可以幫我們搶一個位置嗎？)、教師教學(有的老師很機車，一直講自己的，還講得很高興，很無聊耶，聽都不想聽！然後又要求一大堆！)、心理成因(男生超討厭的，他們會以有色的眼光盯著我們看，跑步或跳繩時，胸部會晃動，他們還一直故意在旁邊。)、生理成因(老師，我那個來！)及友伴關係(全班都沒有人要跟我玩，每個同學都不願意和我一組練習！他／他們都討厭我。)等九個因素。⁷黃雅菁(2005)在「高中職女生體育學習態度之研究」也明確指出女學生對體育課印象偏重於運動技能方面，在項目的選擇方面則會考慮本身的習慣、成就感以及人際的互動性。而天候、測驗造成的壓力、生理期產生的不適感、害怕同學的嘲弄、運動技巧掌握的熟練度、受到老師的訓斥及當眾數落都是學生參與體育課意願的重要內、外在因素。該研究也發現，女學生較注重形象問題，傾向採取被動和旁觀者的角色，動作表現也顯得拘謹。

⁵ 根據 2003 年教育部體育司學校運動團隊暨規律運動人口調查報告顯示，高中階段學生每天運動時間為各校級當中最底，平日為 26 分鐘、假日 45 分鐘，分別少於整體平均 37.89 分鐘及 52.61 分鐘。

⁶ 關於校園空間與學生運動參與之間的關係，「學校體育（遊戲）與性」一章有更詳盡的說明。

⁷ 洪認為，由於運動項目的發展之初即是為了男性而設計，發展以富有陽剛味道並追求技能表現為主要特質，連帶使得運動場域也不是以女性為首來規劃；且加諸社會價值觀對於女性參與運動並不友善，又以注重升學主義的主流文化影響，女性的運動權利屢遭漠視與剝奪，導致實際教學上的課程、內容、場地等連串規劃都未對女性參與運動作適當的考量與安排，是阻礙女學生參與體育課的重要因素。

(三)大專女性運動人口與女性運動員的處境

當女性進入大專院校，擺脫升學壓力，擁有更多自由運用的時間，有機會體驗各式各樣的休閒或體育活動，但女性參與運動的比例卻仍令人憂心。就教育部資料顯示，我國大專院校學生僅有 27.4% 的男生和 12% 的女生，有從事每週至少三天、每次至少 20 分鐘以上的規律性運動(教育部，2005)。透過此統計除了顯示大專生普遍沒有規律運動的習慣外，十個女生當中只有一位女性有從事規律運動的比例著實偏低。而從 2003 年學生運動團隊與規律運動人口的調查報告中可得知，大專學生從來不運動的人口高達 27%，而其中女性尤其嚴重，有 34%。79% 的大專女生也自認運動時間不夠，但是卻沒有付諸行動(教育部，2003)。這樣的情形除了表示「以前不動現在也不會想動」的邏輯愈來愈根深蒂固，也說明女性在從事運動仍遭遇阻礙⁸。

「運動社會支持」是運動阻礙相關研究中常見其中一個概念，指來自於父母、配偶、親人、同儕或社會大眾等的精神、物質的支持；謝秀芳(2004)便曾對運動社會支持與女性運動行為做探討，文中有部分整理了近年來國內有關大專院校男女學生參與運動情形的相關研究，證實男學生所受到的社會支持均高於女性。由於受支持愈高，從事自我規律運動行為的情形也就愈多，因此可見大專院校女性(在持續的成長過程中)不受社會支持是阻礙其參與運動的原因之一。即使參與運動，國內研究也顯示技職及大學生最在乎修飾身材、改善形象(黃茜莉，2003；劉影梅，2004)，為達此目的而運動其實又與過去成長過程中不斷被灌輸必須具備吸引力的觀念直接相關。

Sage, Loudermilk, Allison 等人提出的「性別角色衝突」概念也可以說明女性運動的處境，關於這方面的討論其實與之前討論的男子氣概及女性氣質的刻板印象有關。受限於此二分法的偏見，女性在從事陽剛味的運動項目時，個人會知覺到理想的女性—順從、優雅、美麗及被動，與理想運動員的形象—力量、侵略性與成就相衝突(葉汝素，1999；鐘曉雲，2001；張雅惠，2004)，進而影響女性參與運動甚至成為運動員的意願。黃宜萍(2002)的研究可說明女性運動員徘徊在運動與社會十字路口的掙扎經驗。黃以質性研究方法針對十八位女性大專體保生運動社會化與身分認同進行研究，發現個人性格、家庭背景、學校與運動參與的總合成為影響女性運動社會化相當重要的因素；而定期從事運動對女性特質、肢

⁸陳麗華於 1991 年時以台北市大女學為調查對象，以台北市 12 所公私立大學院校 947 位女學生為樣本，調查台北市大學女生休閒運動參與態度與參與狀況，發現前三項休閒運動阻礙因依序為「時間」、「友伴」與「場地設備」等（引自劉季諺，2003）。

體形象與身分認同的影響既是助力也是阻力。文中也提到諸多個案的男友背景幾乎也同是運動員或熱愛運動者，但她們不約而同提到，自己的男友不鼓勵她們再繼續從事專業的運動，只希望她們將運動當做健身、休閒的活動。不過該研究者認為，「衝突」並非完全是件不好的事，若由衝突讓女性有機會選擇及思考自己真正想要扮演的角色，或許將因而得出一套自己的邏輯來過生活。又如鍾怡純(2004)以八位女性參與業餘混排的經驗說明女性在參與運動賽事的處境，雖然女性於其中也在分工上遭遇阻礙，但仍採取如挑選球伴、卡位策略、言語溝通、私下抱怨、甚至自辦比賽等協商方法，以獲得較好的運動體驗。透過以上研究，我們可以看見社會支持與性別角色衝突是如何影響女性運動員的處境，不過也暗示女性有突破限制的可能。

(四)運動空間的性別排除

除了在一般學生、業餘及專業運動員的經驗中可以見到不利於女性運動的情境外，實際上缺乏運動空間仍是阻礙女性運動的因素，廖美貞(2004)《「公」共籃球場的女性空間》一文，便以田野觀察、訪談在公共籃球場中運動的女性，探討台灣女性在公共籃球場的運動經驗。廖認為，在強調以競賽、輸贏取得運動機會的公共籃球場中，生理性別差異不僅使得女性在生理上無法和男性擁有較為公平的起點競爭，在社會性別上，男性也因為男性性別角色的期待，在面臨女性挑戰心理及行為不得不有所掙扎和抉擇下，兩性一同追求運動樂趣的動機依舊在競爭之下消失，男性以贏得比賽以爭取運動機會，女性則是被迫離開充滿男性球場的犧牲者。於此，除了少部分女性積極爭取專屬女性的運動空間，大多數女性可能選擇離開球場、遠離運動。

(五)體育活動中的模糊地帶—性騷擾

在接受體育教學或訓練時，不論男女均可能在過程中發生身體的接觸，在教練與學生／運動員的互動上也可能存在模糊的空間，因此體育中的性騷擾議題也應受重視。在台灣，性騷擾的相關研究大多聚焦於工作場合中女性受性騷擾的經驗，近幾年因性別平等教育法的實施，也有部分研究關注到學校場域中的性騷擾議題，但是在體育專長培訓的體制中，關於這部分的討論似乎較少—這並非意味著在體育教育或運動員培訓的過程中未存在類似問題(多數騷擾是以言語來達成，少數利用性別與權力關係的不平等而對女學生或運動員有做出傷害的舉動)。根據近幾年國外媒體報導，英國在2001年便曾調查過200宗體育教練涉嫌性侵犯手下的年輕運動員。而西雅圖時報(2006)針對美國的體育訓練體制所做的

專題報導指出，初中、高中和大學裡頭的女性運動員受到男教練不好的對待，人數超乎想像，但大多數教練卻都逃脫了法律指控，並且繼續在各個州、各個國家，在同樣的崗位上工作著。⁹ 若未正視校園或運動員培訓體制內存在性騷擾的問題，例如教師和教練藉機做出不良行為，以及校園及運動體制內繼續存在「大事化小、小事化無」的心態的話，那麼性騷擾不只是成為女性在面對運動的阻礙因素而已，對於學生或運動員個人的心理及未來各方面發展，都將造成不良的影響，不可不慎。

小結

從以上討論可以了解，台灣大部分的女性仍無法在體育教育及運動休閒中發展出自信與興趣。進入青少年時期，女性在運動領域中面臨的限制只有增加沒有減少：展現肢體動作時的尷尬、強調好女孩該有的矜持、在持續的教育及社會化過程習得的無助感所致的自尊低落...種種因個人、人際與結構限制交錯成為一張看不見的網，阻隔女性對運動的興趣，我們可以確定「女性懶散不喜歡運動」實為一種謬誤。因為空間不足或不良、沒有其它課程或活動的選擇性、自小就熟悉的各種耳提面命、對於性騷擾的恐懼，逐漸抵消女性參與運動的興致或是加入更具有競爭性／技術性的運動，加上為了符合對女性的性別期待而需要扮演安靜或是依賴的角色，久而久之，女性乾脆就「不動了」。即使是克服這些限制而能自由發展，甚至是欲以運動為專業，卻又面臨諸多干擾。根本而言，「女性化」的體認與社會文化意識相結合後，是造成女性運動參與的主要限制。青春期的發展認同、培養未來人格的重要時期，而運動於此時期正扮演增加自信、促進友誼及健康的重要角色，女性若在社會支持下從運動、體育、休閒當中獲得樂趣，才有可能在日後維持運動習慣、保持健康，也較能增進其賦權的感受，培養自主的人格特質。

⁹ 「在過去的 10 年中，華盛頓有 159 名教練員因為性問題而被解職或者被起訴，其中涉及的範圍從性虐待到強姦不等。幾乎所有的案例都是男性教練欺負女孩。而在這 159 人當中，至少有 98 人得以繼續執教或者教書。」

「犯罪的教練數量在與日俱增。當遇到有教練（教師）被投訴時，學校的領導們經常無法對肇事人展開有效調查，更多時候，他們並沒有報告給警方，而法律實際上要求將不正當的行為報告給國家教育局。」

「即使在東窗事發後，許多男性教練依然被允許繼續到別處任教，因為學校管理人員曾許諾，如果教練就這麼不明不白走人了，學校有義務為其個人不良記錄保密。有些學校甚至花費數萬美元才得以讓教練離職，而有些學校則被迫僱傭有著性前科的人員，這些都是心照不宣的事情。」
引自：美國體育最骯髒一面：女隊員屢遭性侵犯。西雅圖時報。(2006-09-09)

第二節 婦女的運動休閒處境

一、婦女生命週期與運動休閒之關係

女性進入成年期之後，生命歷程也將經歷多種轉變，不同時期與運動的關係(或面臨的阻礙)也略有差異。年輕女性自離開校園踏入社會、直到進入婚姻家庭之前，或許常聽到年長女性諸如此類的提醒：「有夢想的話最好趁早去做！」這樣的說法或許不無道理，除了因為此時擁有較佳的體能與冒險的衝勁外，可能也暗指日後進入家庭生活的無奈。當女性進入懷孕階段，諸多傳統文化對次女性從事運動也有多方面的限制。再從生命歷程來看，Green, Hebron 和 Woodward 曾指出，女性休閒型態是「少年從長、青年從男女、婚後從家庭」(李素馨，1997)。對兒童和青少年而言，自尊、自信心是決定是否運動的主要因素；而 15 歲以上的青少年與包括婦女之成人，學業、工作、家務的負擔壓縮了規律活動的時間。Booth 等人的研究顯示，18 到 39 歲的婦女提出時間不足，缺乏動機和照顧小孩的責任是重要的阻力，而 60 至 78 歲則說受傷或健康差是造成她們活動量不如預期的主因。在謝淑芬(2003)「性別、家庭生命週期、家庭休閒參與頻率與休閒阻礙之相關研究」，以及羅于婷(2006)「夫妻之家庭生命週期、休閒脈絡與其休閒體驗之關係」的兩篇研究，大致也指出婚姻對男女在休閒阻礙的知覺有顯著影響，且女性所受的影響甚於男性。總體來看，單身期休閒參與頻次最多，小孩年滿 18 歲以後次之，小孩 1-6 歲之庭家參與休閒的頻次最少。雖然男性在進入家庭之後同樣減少休閒的參與量，傳統的家庭分工上男性擔負不少家計維生的工作，夫妻共同面對在生理、財務、機會／環境、時間／工作與同伴等的阻礙，因此男女在參與休閒的頻率並未因生命週期的差別而有太顯著的不同，不過女性因擔負家務的時間總比男性要長，因而休閒的時間仍較男性少。有趣的是，不同種族強調的點也不同：缺乏家庭支持，時間表調整不過來是歐洲裔美國女性最主要的抱怨；非洲裔美國女性則強調運動令人疲勞(劉影梅、陳俊忠、林宜洵、沈麗芬、陳麗華，2004)於此已略可嗅出家庭生活對女性從事運動休閒的影響了。

二、台灣女性家務勞動的現況

國內行政院主計處於 2005 年所發佈的台灣地區社會發展趨勢調查(時間運用)中指出：女性每天從事規律運動的比率為 22.09%，每日運動時間僅 19 分鐘，尤其以 15-24 歲及 25-34 歲兩個年齡層的運動時間最短，分別為 9 分鐘和 8 分鐘(周

培萱、陳麗環，2006)，可見大多數女性缺乏運動，也說明女性在運動參與上可能有不少阻礙。受到傳統觀念的影響，女性所背負的服務者、照護者角色 (nurturing/ caring/ selfless)，常是阻礙參與運動休閒的主要原因。Wearing(1991) 曾針對有第一個寶寶的母親做研究，發現大部分母親的休閒是以家庭為中心的，例如休息、拜訪親友、購物、烹飪、手工藝、走路、園藝、有氧運動、網球、樂器演奏、參與母親團體、與嬰兒玩以及度假。只有 6% 的母親會追求屬於自己的休閒活動，47% 的女性則以克盡母職為其休閒，大部分女性以丈夫的休閒為優先。當女性進入老年期，並不見得就此獲得解放，她們仍脫離不了照護者的性別角色。「男性退休了，但女性仍有家務勞動要做」、「男性能隨心所欲，但女性卻有罪惡感並先放下自己的願望」(p.581)。

那麼就台灣而言，到底女性在家務勞動中所佔的比重有多少？根據財團法人婦女權益促進發展基金會 2004 年公佈的研究資料顯示，1998 年的台灣家庭以核心家庭為主流，約占 6 成，家務 9 成以上由女性為主要負責人，男性僅占 6.9%。丈夫承擔家務的比率隨妻子就業及年齡層下降而漸增，就投注於家務勞動的時間而言，男性平均每日 1 小時，且無論就業與否差異不大，女性未就業者為 3.4 小時，就業者 2.2 小時。又以 2000 年為例，家中有老人或病人要照顧，女性的家務工作時間就升高至平均每日 3 小時 55 分，家中有 3 歲以下幼兒要照顧女性的家務工作時間就升高至平均每日 4 小時 24 分。

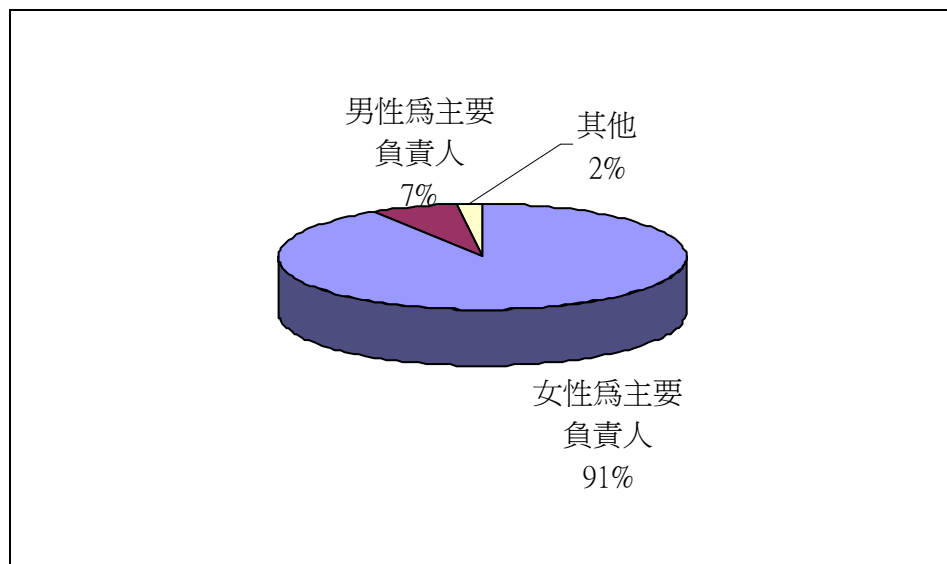


圖 6-3 男女家務分工比例

圖片來源：本研究再製

近期根據行政院勞委會(2005)調查，15 歲以上女性人口做家事、照顧家人及教養子女之參與，無論於平日、週六或週日，均在 75% 以上，男性之參與率則為 31% 至 37% 之間，未及女性之半數，女性仍是家務主要負責者。¹⁰ 在參與家事時間方面，實際參與家事者每日平均花費在家事工作的時間為 2 小時 41 分，若按性別及年齡觀察，女性參與家事者每日平均做家事時間 3 小時 9 分，約為男性參與者之 2 倍。若按婚姻狀況分，已婚或同居者參與家事的時間最長，未婚者最短，而已婚或同居者又以女性做家事時間最長，達 3 小時 31 分，遠高於男性之 1 小時 42 分(與四年前統計資料相較，並無明顯變化)，顯示近年來已婚女性對家事所付出的時間並無減少趨勢(不過男性參與家事有緩慢上升的趨勢)。儘管台灣近年來倡導性別平等的概念，但由男女家事參與的比重來看，女性仍擔負主要家務勞動，不論是對全職的家庭主婦與職業婦女而言，負擔均著實沉重。

在缺乏運動之際，不少人相信「各式各樣的家務勞動」可代替運動並達到鍛鍊身體的效果，不過 BBC(2002)報導，科學家研究發現家務勞動代替不了體育運動，快速行走反而對身體更有益。研究人員從英國 15 個城鎮兩千三百多名年齡在 60 到 70 歲的婦女進行了調查，發現其每周進行的身體活動包括散步、騎車、參加健美班、體育運動、花園勞動，和家務勞動。當調查統計包括重體力的家務勞動時，有三分之二的被調查對象達到了所建議的體力活動標準。但如果不包括這種家務勞動，只有五分之一的人達標。缺乏運動鍛煉的婦女健康狀況尤易患有心臟病和呼吸系統疾病，而每周快走至少兩個半小時的人患肥胖症和心肺有問題的情況要少得多。由此可見，從事重體力的家務勞動並沒有這種明顯的積極效果。研究者建議，家務勞動若由夫妻共同承擔，其他的時間便可以一起進行更有益健康的體育運動，對身體健康更有益處。

三、台灣婦女從事運動休閒的阻礙

近十多年來，台灣方面開始注重成年婦女在運動及休閒的參與情形，並將焦點放在運動及休閒阻礙的層面上。其實回顧國外文獻可發現，關於婦女參與運動休閒阻礙的研究早在 1970 年代至 1980 年代之間便已開始，常見於運動及女性主義兩者結合的學術討論中，屬於早期拓展運動與性別研究中最主要的研究子題

¹⁰ 雖然 2004 年公布的數據顯示男性參與家務勞動率達三成左右，然而該調查是以 15 歲以上人口為統計樣本，而非以婚姻關係中的丈夫為調查對象，包含年齡層和對象較廣；此外該調查的主題是家事參與率，而非家事主要負責人，故在統計數字上與財團法人婦女權益促進發展基金會 2004 年公佈的研究資料有所差異。不過此調查仍證明女性在家務勞動中仍扮演重要角色，且不分平日或假日，女性總有忙不完的家事可做。

(後來關注的焦點已由討論結構限制轉向個人如何突破限制而行動)。而台灣針對婦女運動休閒阻礙的研究截至目前為止已有初步成果，但仍有必要加以檢證與整合。葉智魁(1995)是在台灣較早針對婦女休閒議題進行研究的學者，葉認為，在傳統父權體制的社會下，「照料他人的責任感」、「未被賦予休閒權利之感」、以及「健康與安全上的顧慮」都是婦女休閒阻礙的主要因素。徐耀輝(2003)也大致理出阻礙台灣女性參與運動的因素。徐認為，台灣傳統上男主外、女主內以及女子無才便是德的文化迷思是第一個因素；第二，台灣運動結構長久以來存在著一些不合理的現象，如體育運動的領導階級、運動代表隊中的女性教練、體育運動記者女性均為極少數；第三，大眾媒體對運動員偏頗的報導足以影響社會大眾對運動項目和運動員之印象；第四，則是受到社會性別刻板印象的影響。以上研究大致繪出台灣社會文化等結構性限制的輪廓，而以下將陸續整理台灣有關運動休閒阻礙的相關文獻，更深刻檢示婦女缺乏休閒與運動的原因，以更利於日後研擬促進婦女運動的相關策略。

李素馨(1997)曾針對台中市 1085 位年滿二十歲以上的女性做調查，探討都市女性休閒的類型與阻礙，大致從社會、環境、個人、家庭、工作、經濟、交通等方面探討女性休閒的阻礙。研究發現「缺乏時間」、「缺乏休閒環境」與「缺乏同伴」三項是都市女性認為最主要的休閒阻礙原因；而休閒偏好類型與婦女之「家庭責任」、「休閒設施及環境」及「缺乏同伴」亦有顯著之相關性。若就其歸類的十項休閒偏好從中挑選與運動有關休閒來看，「休憩性活動偏好」(登山、健行、散步、慢跑等)排名第二(僅次於逛街、與朋友聚會的「生活性活動偏好」)，「室內運動性活動」(保齡球、羽毛球等)偏好排名第五，「戶外運動性偏好」(技術性活動如划船、騎馬、打高爾夫等)排名第八、「競技性活動偏好」(欣賞球類比賽、參與球類活動或健身術等)名列末座，這樣的結果或許說明需要技術或強調競爭的運動項目並非是婦女偏好的休閒類型(但並不足以說明女性天生就不喜歡或不適合此種類型的運動)，舒解身心的運動項目似乎較受女性喜愛。

余嬪(2001)、劉季諺(2003)等人曾蒐集並檢示近十年來女性(以婦女為主)休閒的相關研究，大致呈現出國內婦女在體能方面活動的參與程度上偏低、以家庭活動為主、並在休閒參與上面臨各樣阻礙的情形。¹¹余發現，雖然研究中的女性在婚姻狀況、社經地位背景有所不同，不過其休閒大多數均以低技術、低消費、室內、靜態與家庭導向為主，而社經地位愈不利的婦女休閒參與愈低，且知覺到的阻礙愈高。性別角色的期望可能是婦女很大的限制，如將幼齡兒童託人照管而從事休閒，在他人眼裡或婦女本身的想法中，可能不是「賢妻良母」或「好女人」的行為，因此多數的婦女的休閒或是自願或不得已與被照顧者「綁在」一起的，並以被照顧者的需求為優先的。婦女可能會發展出一種將休閒與生活中的工作相結合的能力，如一邊聽音樂、一邊打掃；買菜兼逛街；邊帶小孩邊看電視看雜誌，然而女性很難全然放鬆，休閒品質必然不佳。此外，許多外出的活動對照顧者有很大不便與限制，而這些不便與限制並非不能克服，例如有許多是很基本的設計但卻造福婦女很大，如公共場所或休閒場所提供哺乳室、托育服務、良好照明、推車、電梯、無障礙設施、休息座椅、母子廁所、合宜的廁所數量與位置等。此外，余更道出女性外出活動時人身安全的顧慮，當女性單獨出現在休閒場所或一般性的開放空間(如郊外、公園、球場、游泳池、pub、停車場、電梯樓梯、廁所、角落...)，常會擔心成為性騷擾、性侵害或成為他人欺侮、嘲笑的對象。許多婦女習慣結伴而行，缺乏同伴常會影響婦女休閒活動的參與，加上缺乏公共便利交通系統也使得休閒活動空間的範圍無法拓展。久而久之，使得婦女失去參與很多活動的興致。

吳淑女(2001)也針對台灣中部地區婦女的休閒阻礙與其因應對策進行研究。接受調查者平均年齡 37.8 歲，職業以家庭主婦人數最多。研究發現休閒中

¹¹郭國良(1996)以 938 位 20 到 60 歲高雄市已婚婦女(約一半為全職職業婦女，35%為兼職主婦，15%為純家庭主婦)為研究對象發現已婚婦女的休閒參與來說普遍偏低，以看報紙雜誌、看電視、聽音樂與廣播、逗小孩玩較多外，在體能、知識、觀賞、與遊憩嗜好類型休閒活動的參與程度都很少。這些婦女自覺休閒阻礙項目很多，而最大的休閒阻礙是時間不夠(46.8%)、要照顧家人(33.4%)、與家事負擔(33.1%)。劉佩佩(1999)研究 823 位高雄市 20 歲以上單身職業女性，她們在時間方面阻礙相較已婚婦女起來較低，但休閒生活的範圍與方式仍相當窄化，仍以靜態與室內活動居多(室外活動以逛街餐飲為主)，並不積極活躍多元。已婚女性休閒時家庭活動較多，花較多的時間來陪小孩或參加親子活動或與家人一起從事，而未婚女性則是陪家人、約會較多。而未婚女性自認為最大的休閒阻礙仍然很多，比較嚴重的是責任(對工作與家庭的承諾)、便利安全(包括對休閒場所健康安全的顧慮)、金錢與同伴的問題。而休閒生活品質也是個人擁有資源的表徵，低社經地位的婦女更加不利。韓惠華(民 86)以高雄市 501 位加工區電子業女工，發現其休閒問題更加嚴重，例如她們普遍感到時間不夠(76%)、要照顧家人(52%)、金錢不夠(47%)、沒機會參加(47%)、家事負擔(42%)、交通不便(41%)、缺乏資訊(40%)、與沒有同伴(40%)等(引自余嬪，2001)。

最大的阻礙是「對安全的顧慮」，其他依次是「缺乏強健的體魄」、「休閒場所過分擁擠」、「缺乏足夠的時間」和「缺少照顧小孩的幫手」。以因應對策而言，半數人採取彈性處理方式，但乾脆放棄者亦在四成以上。該研究認為，「對安全的顧慮」顯示台灣社會環境讓身處其中的女性感到疑慮和恐懼，另外「缺乏適當的休閒場所」列為主要的阻礙也反應出國內休閒設施與環境的貧乏。尤以休閒場所太擁擠和休閒場所份子複雜，對女性的活動參與尤其不利，這些當初以男性為核心使用者而設計的設施自非「對女性友善」的休閒空間。此外，該研究亦呼籲休閒服務提供者在設施和活動設計上多發揮創意，並多提供婦女顧客貼心週到的附加服務(如專人暫時代為照顧幼兒)。

吳碧蓮(2002)則將關注的焦點放在婦女從事規律運動的情形。該研究針對桃園中壢六所大型國小中 691 名學童之母進行研究，受試者平均年齡為 38.18 歲，以職業婦女佔 58.5% 居多，其次為家庭主婦佔 29.1%。在規律運動情形方面，學童之母最近三個月有從事規律運動者佔全體受試者之 36.6%，其餘是屬於沒有規律運動者。在運動障礙認知方面，婦女認為最大影響因素為個人未建立運動的習慣，其次為在職場或家務操勞後感到疲倦，沒有體力運動，再者缺乏同伴也是阻礙因素。在運動自我效能量表選項中，發現一般婦女在乏運動同伴時仍能繼續從事規律運動行為的把握成度較低；若是在非擅長的運動項目上，學童母親從事此項運動的意願也較低，也無把握能持續運動。再者，當碰到更有趣的事時，比如逛街、看電影，多數學童母親對也沒有把握能保持運動習慣。

由於台灣近年來職業婦女大幅增加，在工作與家庭照護之間，勢必也影響了女性在運動與休閒的參與情形。根據行政院勞委會(2005)統計，女性就業人口占總就業者比重已由 1971 年之 30.54%，提高至民國 2005 年之 42.14%。特別是近幾年來服務業部門女性就業人口比重已由 1971 年之 30.74% 提升至 2005 年之 49.85%，顯示國內的經濟發展，女性的貢獻不容忽視(不過調查報告也指出，女性非勞動力未參與勞動的原因主要以料理家務占 53.3% 最高，近年來因人口老化而退出職場比率漸增)。由於女性佔勞動人口近一半的比例，關於職業婦女與運動之間的關係也逐漸受到重視。

例如陳真美(2001)曾以台北市某家銀行女性職員為研究對象，研究職業婦女運動行為現況，並探討運動行為與其背景因素及社會心理因素之間的關係。研究結果發現，研究對象達到規律的運動行為，僅佔 8.6%，另有 91.4% 的人無規律運動，又無規律運動者中有 53.6% 在近六個月不曾從事運動。在自覺運動障礙量

表中，以「沒有足夠時間」、「沒有興趣」¹²、和「住家附近沒有運動場所或設施，就不想運動」等項目的得分較高。就運動社會支持方面，職業婦女受到家人、同事、朋友的支持程度偏低。在運動種類上，研究發現以散步居多(23.3%)，其次為爬山(14.4%)、爬樓梯(13.2%)、健行或快走(9.8%)、搖呼拉圈(8.2%)、慢跑(6.7%)等最常見。研究者認為，個別性運動的好處在於比較沒有場地及設備性的問題亦不需夥伴的陪同。從台北都會環境來看，在面臨地狹人稠、生活步調緊湊之下，這些運動項目的選擇實不失為變通方法之一。

謝淑芬(2001)則同時針對已婚職業婦女與全職家庭主婦對休閒活動參與阻礙與阻礙協商策略差異進行研究，發現「缺乏時間」是雙方皆排名第一的阻礙因素，顯示出有無工作女已婚女性皆認為自己缺乏時間去休閒，此外「忙於工作」、「家庭責任繁重」、「擔心休閒環境不安全」、「缺乏參與之機會」則名列職業婦女阻礙因素之二至五名；至於家庭主婦阻礙因素的二至五名分別為「擔心休閒環境不安全」、「休閒資訊不足」、「缺乏參與休閒活動之技能」與「家庭責任繁重」。這些名列前矛的阻礙因素反應出女性皆很難跳脫在傳統父權社會中受壓迫與剝削的地位。該研究有共有 73%的人同意時間是阻礙因素，其中職業婦女佔 79.3%，家庭主婦佔 64.9%。在面臨缺乏時間的阻礙時，有近一半的人(職業婦女佔 45.0%，家庭主婦佔 45.89%)會採取減少休閒活動的時間來因應。此外在職業婦女方面，有 23.3%的人會選擇減少家務的時間，有 31.7%會選擇減少上班的時間來因應。至於在家庭主婦方面，有 44.1%的人會減少作家務的時間，10.2%的人會減少工作上的時間，後者大概是因有些家庭主婦有從事義工或兼差的工作所致。

劉雯娟(2006)則有別於上述的量化統計方法，針對大葉大學已婚的職業婦女進行質性研究，歸納出「時間管理」、「照顧者的責任」、「以孩子的一切為優先」、「身心疲倦而失去休閒的興致」為職業婦女的休閒阻礙。面對家務的方面，則有「家務負擔自我要求的調整—降低家務標準」、「夫妻、子女分工合作」、「與長輩同住的幸福」、「責任的體認—維持自我的擔負—家務工作一肩挑。」等不同的處理方式。當面臨休閒阻礙之時，「支持系統的尋求(如娘家父母)」、「透過親人溝通或妥協」、「工作職務與家庭職責的取捨」等方法以因應及調適各種角色衝突(母

¹² 「值得深思的是究竟『沒有時間』、『沒有興趣』真正的理由為何？是因為對於運動的認知不夠瞭解，或是因為過去的驗感受對運動產生誤解，亦或是缺乏時間管理的技巧所致？在此次研究設計上，並無法看出真正的緣由。(頁 98)」該研究者建議日後相關研究可從此處著手，深入瞭解乏時間與興趣真正的原因，才有助於克服障礙、提升規律運動的比例。

親、妻子、媳婦、學生、工作者等等)。至於實際進行的休閒則以「情緒放鬆」、「以孩子為主的休閒」、「適合全家的休閒」及「忙裡偷空」的休閒安排為主。

小結

由本節可知婦女生活層面在運動休閒領域所面臨的處境，不論是社會結構以至於個人心理層面(例如社會的性別角色期待、空間環境的限制、主觀意識等諸多因素)，都存在著阻礙女性參與運動休閒的原因。我們暫將前人關於女性運動休閒阻礙的研究結果整理如下，以清楚看見女性(婦女)的運動阻礙的樣貌。

表 6-1 女性(婦女)運動休閒阻礙因素整理

研究者	女性(婦女)運動休閒阻礙因素
Deem(1986)	明顯的因素：自信心、獨立的因素
引自金逸雯	不明顯的因素：健康狀態、小孩的休閒興趣
Henderson 等 (1989)	興趣、時間、金錢、設施與機會、能力和技巧、缺乏友伴、家庭庶務、缺乏資訊、害羞、缺乏運具、體能不足
引自金逸雯	
Shaw(1994)	客觀：時間、經濟、機會與設施
引自金逸雯	主觀：照料他人的道德感、對暴力的恐懼
Henderson 等 (2000)	個人因素：缺乏自信心、缺乏技能、無休閒權利感(照料他人的責任感)、性別角色 人際因素：缺乏友伴、配合他人需求(照料他人的責任感) 結構因素：缺乏時間、金錢、活動設施與機會、缺乏安全感以及畏懼暴力的心理
葉智魁(1995)	照料他人的責任感、未被賦予休閒權利之感、健康及安全上的顧慮
蘇瑛敏(1996)	心理因素(照料他人的責任感、未被賦予休閒權利之感)、休閒
引自金逸雯	時間不足、健康和安全性上的顧慮、缺乏安全優良的休閒設施場所、交通工具擁有與使用的性別差異、金錢因素、休閒資訊不足、其他(友伴、能力、指導員)
李素馨(1997)	社會因素、環境因素、個人因素、家庭因素、工作因素、經濟因素、交通因素。 都市女性最主要的休閒阻礙原因：缺乏時間、缺乏休閒環境、缺乏同伴

研究者	女性(婦女)運動休閒阻礙因素
吳淑女(2001)	對安全的顧慮、缺乏強健的體魄、休閒場所過分擁擠、缺乏足夠的時間、缺少照顧小孩的幫手
陳真美(2001)	職業婦女：沒有足夠時間、沒有興趣、住家附近沒有運動場所或設施
謝淑芬(2001)	職業婦女：缺乏時間、忙於工作、家庭責任繁重、擔心休閒環境不安全、缺乏參與之機會 家庭主婦：缺乏時間、擔心休閒環境不安全、休閒資訊不足、缺乏參與休閒活動之技能、家庭責任繁重
吳碧蓮(2002)	未建立運動習慣、工作或家務勞動後疲倦沒有體力運動、缺乏同伴(影響規律運動的參與)
徐耀輝(2003)	台灣文化之迷思(男主外女主內、女子無才便是德等)、運動結構之不合理(體育運動的領導階級鮮少有女性、運動代表隊中女性教練佔很少數、採訪體育運動記者中女性亦屬少數)、大眾媒體(女性出現畫面佔少數或著重女性外觀和身材之報導)、社會性別刻板印象(男剛強女柔弱等)
劉雯娟(2006)	職業婦女：時間管理、照顧者的責任、以孩子的一切為優先、身心疲倦而失去休閒的興致

資料來源：參考金逸雯(2004)及本研究整理

雖然女性在參與運動休閒時面臨種種阻礙，擺開父權社會與男造環境中的限制著實不容易，然而從本節所列舉的少數幾篇文獻中可以發現，部分婦女也發展出因應限制的策略，例如從事個人化的運動、減少家務勞動量、尋求支持性系統的協助等等。此外，隨著生命週期的改變，女性在孩子離家之後，參與運動休閒的情況或許也會有些微改變。Wearing(1991)指出，有些母親挑戰了母親就該如何的意識型態，擺開種種阻礙因素而從戶外休閒活動中得到自我認同。當母親能夠為自己「創造」時間與空間追求屬於自己的休閒活動時，她們的心理健康程度也較好。而老年女性不顧年紀與性別追求屬自己的休閒活動時，也相對於受限於家庭的老年婦女有較健康的身心狀態。現有研究發現也證明，女性若不習慣於規律運動，負面的影響傾向容易疲勞、活力較差、並且容易感染疾病。相反的，女性若從事規律運動，其正面的效應是讓女性更能展現活力，有舒適的感覺、面對

壓力更具抗壓性(施又誠、房振昆，2004)。行政院體委會在「婦女的運動計畫」(2003)中，提及婦女從事健身活動可以降低經痛、經前症候群及更年期症候群的發生、增加骨質密度、促進肌肉骨骼系統之正常發育，預防脊椎側彎及背痛、維持適當體重，降低疾病之發生率。由上可知，運動對於現代婦女的身體及心理健康有莫大助益，若能突破參與運動的阻礙，將享受更愉快的人生。因此我們將在下一節針對各項阻礙進一步討論，提出女性運動參與的策略與建議。

第三節 結論與建議

一、研究結果

本研究參考前人經驗，將女性運動阻礙的因素進行分類，歸納出女性運動休閒的三種層次阻礙，包括個人阻礙、人際阻礙及結構阻礙，以突顯女性生命歷程中在運動休閒領域所遭遇的多重困境。例如感覺無助等出自於個人心理的阻礙因素，屬於個人阻礙；缺乏家庭朋友的支持等與人際互動有關的阻礙因素，屬於人際阻礙；至於社會對於女性的期待、空間環境的限制等任何會影響個體休閒偏好或參與的外在因素，則屬於結構阻礙。為要克服女性在運動參與上的限制，面對不同阻礙類型時，因應對策也會有所不同。因此我們將研究前兩節所提及的各類阻礙成因整理歸納如下，以做為研擬克服運動阻礙策略的參考。

(一)內在阻礙

- ◆ 沒有興趣或覺得無聊／未建立運動的習慣
- ◆ 缺乏運動能力或技巧而造成的自信心(自尊)低落／大環境下習得的無助感
- ◆ 心理感受性別角色衝突而自動離場(無法融入男性為主的運動氛圍或因被貼上男性化標籤不符合女性特質而離場)
- ◆ 對他人的凝視感到害羞不好意思或不適
- ◆ 配合他人需求及照料他人的道德感(家庭意識型態、缺乏休閒的權利感、進行休閒時產生的罪惡感)
- ◆ 工作／家務庶務帶來的疲累感
- ◆ 對安全的顧慮(恐懼公共空間可能存在的危險如暴力或性騷擾)
- ◆ 對生理或健康的顧慮(生理期、懷孕期間、自覺體能不佳或年紀漸長)等。

(二)人際阻礙

- ◆ 缺乏友伴
- ◆ 同儕間的性別排除(技術或空間競爭)
- ◆ 缺乏適合的指導員(體育教師或教練有意無意的不良態度)
- ◆ 缺乏社會支持(家長的限制與家庭朋友的不支持)
- ◆ 配合他人需求及照料他人的道德感
- ◆ 婦女多重角色衝突(母親、妻子、媳婦、上班族、學生...)
- ◆ 恐懼師長教練或同儕的性騷擾等。

(三)結構阻礙

- ◆ 缺乏時間(升學壓力/工作、工作/家務勞動下造成對運動休閒的排擠)
- ◆ 缺乏機會／資訊
- ◆ 缺乏經濟能力
- ◆ 缺乏交通工具或移動能力
- ◆ 空間問題：校園及社會均缺乏多元、安全及友善的運動空間或設施(校園內通常僅存在訓練大肌肉的運動空間，缺乏多元的運動場地；對於公共空間的恐懼；社會缺乏支持女性的哺乳室、托育服務、盥洗空間、良好照明、合宜的廁所數量與位置)
- ◆ 學校體育教學問題
- ◆ 過於強調競爭等象徵男子氣概的運動價值
- ◆ 運動結構之不合理(體育運動的領導階級、運動代表隊中女性教練、學校教育中的體育女性教師、採訪體育運動女性記者均佔極少數，培訓制度或參賽獎金等資源層面亦不利於女性)
- ◆ 大眾媒體的影響(女性出現畫面佔少數或著重女性外觀和身材之報導)
- ◆ 對安全的顧慮(恐懼公共空間可能存在的危險如暴力或性騷擾)
- ◆ 社會文化主流價值觀(性別角色期望與刻板印象；家庭意識型態對於女性的影響)等。

二、策略與建議

為要享受運動帶來的積極效益，女性如何運用協商策略面對運動參與中的個人及人際阻礙以達到運動休閒的目的便是一項非常重要的課題。協商之所以受到重視，在於人們認清阻礙未必會限制參與，事實上，人們在阻礙中不斷產生協調、

抗拒、或妥協，透過協商仍能在限制中找出方法以成功開始或繼續參與運動及休閒。雖然女性在家中常擔負照顧者的角色，犧牲或乾脆放棄運動休閒者所在多有，然而也有女性勇於排除萬難，例如以更有效率的方式處理家事或減少家事的負擔，將自己的運動需求優先化；妥協則是因應環境的另一種方法，例如調整從事活動的頻率或強度，或帶孩子一同參與較簡單、時間較短的活動。雖然女性也常因存有對公共空間的恐懼而對外出運動休閒採取規避(或防禦)等的消極做法，但也有女性找到同伴或與家人一起享受運動的樂趣。至於對於單一女性個人而言，欲克服運動領域中結構性的阻礙並不容易，但透過學校及成人教育、政策的宣導、法律制度的調整、婦女及相關團體結盟等方法，我們仍可以對一個更有利於女性從事運動的社會抱持期待。以下，我們將針對個人及人際阻礙提供可能的協商策略，同時對社會環境中存在的結構性問題提供建言，以期提升女性人口的比例。

(一)沒有興趣或覺得無聊／未建立運動的習慣

針對個人方面，建議當事者可以先找同學、朋友聊聊天，藉此知道彼此感到興趣或喜歡的運動為何。從不同朋友身上或許會發現有興趣的運動項目，之後便可與有同好的朋友相約一起運動，並從入門學起，循序漸進建立規律運動的習慣。就家長而言，應讓孩童從小樂在與身體活動相關的遊戲中，讓孩子(無分性別)嘗試各類型的遊戲活動，親自體會身體活動的樂趣。至於學校體育教學的部分，建議在課程設計中能介紹更多元的運動項目給學生，在實際操作時也能多以合作、樂趣的導向的活動代替對競爭的要求。此外可鼓勵學生參與感興趣的運動性社團，使學生在體育課之外，尚有固定的時間參與體能活動，以培養其日後規律運動的習慣。

就政府相關部門而言，近年來台灣的路跑、單車環島或泳渡日月潭等大型活動經常透過政府、教育單位、媒體以及相關第三部門合作宣傳，並有不少民眾響應參與，由此可見透過各部門的宣導，確實可增強社會的運動風氣，同時帶動全民參與運動。因此期待透過政府、非政府組織的合作，宣導並鼓勵女性加入運動的行列，但應注意避免過分強調運動與瘦身、保持美麗形象等效果的關聯，以免女性短期間因未達預期目標或為了達到極端的身體形象而運動，而無法從中體會運動的其他樂趣。

(二)缺乏運動能力或技巧而造成的自信心(自尊)低落／大環境下習得的無助感

針對個人而言，建議可先仔細回想自己成長過程中較熟練的運動項目為何，

不論項目為何，只要能達到運動效果者均可，然後開始練習。若害怕在程度上與他人相差太大，可以先自行找地方練習、尋找相關書籍或媒體資源充實知識、參加入門初階的運動課程，或與技巧相當的朋友一同練習。最好能夠找到有意願教導自己進階技巧的朋友或指導者，因為學習到新技巧後的成就感常常令女性有更強烈的意願繼續運動。

其實任何生命何階段的女性在運動環境當中都可能習得對運動的無助感，特別是在孩童和青少年時期的女性，沒有得到應有的鼓勵、遇到挫折或受到忽視均造成信心喪失的重要原因。因此期許家長、體育教師與教練能隨時提醒自己，切勿不自覺地把心力都放在男生身上，例如請男生示範動作、對男生的期待與要求較高等，而能給予女性對等的學習機會、關注與鼓勵。至於體育教學方面，除了注意學生運動技巧或能力的表現外，其他諸如團隊合作等習態度都應重視，使學生了解體育當中其實包含多元價值。評量時則盡可能先了解同學程度及平日練習的狀況，以其學習的心態或進步的符度為評分依據，而非僅以最後表現結果定成績。

(三)心理感受性別角色衝突而自動離場／同儕間的性別排除

女性在運動場上常因體力或技術不如男性的刻板印象而受到排斥，無法融入以男性為主的運動場所或團體。就個人層面而言，找尋男性缺席的時段、找到支持女性運動的場所或團體來運動，或者強化自己的能力以融入男性為主的運動氛圍是不少女性的因應之道。雖然這些策略略為較消極，但仍然維持了女性的運動能量。若欲積極扭轉不公平的現象，建議可與其他有同樣困境的女性結盟，必要時也可尋求女性團體的協助，向男性或主管單位提出要求或進行協商溝通，例如在場地、時段上必須顧慮到女性同樣有使用的需求，以及在混合性別的運動或賽事時(例如籃球鬥牛、混合排球等運動)應注意分工是否落入刻板印象，若出現這樣的狀況可視情況當面協調或私下溝通，以免在追求勝利的前提下又把女性給「冰」起來而無法盡性發揮所長。

性別角色的衝突對於女性運動員的影響尤其嚴重，不過卻也有人經歷過一般掙扎過程而逐漸不受影響—建立對自己的信心與認同是不二法門—然而這樣的認同無法憑空而來。若是我們在接受教育的過程中，能夠接觸對於性別、對於審美或身體更多元的價值觀，那麼不論是女性或男性都將更欣賞自己的身體、以更健康的態度來面對自己。台灣現階的專業運動員養成過程除了在運動心理學或運動社會學等課程中得以接觸極少數女性議題的篇章(或只限於生理上的討論)，因此

也建議相單位能夠規劃並提供更多關於性別或自我認同的相關課程，或提升運動員生涯規劃相關諮詢管道的效果，使每位女性運動員得以堅信自己所選擇的生涯方向。

(四)對他人的凝視感到害羞不好意思或不適

對個人來說，我們或許無法改變或規定他人對個人身體凝視的角度或看法，也無法改變自己身體的形狀，但是藉由調整運動型態(如多走路多爬樓梯來增加身體活動)、找尋適合內衣或改變外衣的穿著，或將活動場移到家裡(聽音樂盡情擺動)，參與女性為主的運動俱樂部，大致上都能降低他人凝視而產生的干擾。然而，若是社會上男女相互尊重的態度沒有改善，或者對女性單獨出現在某些公共場合仍存有負面偏見，那麼女性仍然無法逃離種種凝視與評價，或從事自己真正有興趣的運動項目。有太多孩子(包含男女)從小因為對於性別或身體的好奇被禁止、或是受父母和社會不正確的觀念影響，成長過程中只好以特殊的方式因應，如壓抑避口不談，或是轉向觀看黃色書刊、以嘲笑他人的態度滿足好奇心或被壓抑的情緒。若是孩子在家庭或在學校教育中從小就對自己或異性有正確的了解，不論是生理上的性教育或是人際上的性別互動方面，那麼男男女女都將更認識並認同自己身體的形貌，對於他人的身體的態度也會趨向正常化，並以更尊重的態度面對同性與異性。

(五)配合他人需求及照料他人的道德感、工作／家務庶務帶來的疲累感以及婦女多重角色衝突

一般婦女參與運動休閒最難擺脫的阻礙就是照料家人的道德感，儘管在家庭內外可能已身兼數種角色(母親、妻子、媳婦、上班族)，實應透過運動紓解身心壓力，但是仍不放心離開孩子或繁雜的家務工作。劉影梅等人(2004)曾針對國人在進行規律身體活動時面臨的家庭牽絆阻礙提出以下建議，例如：「透過與有小孩的朋友、鄰居、家人組成互助臨托網」、「跟小孩一起活動，一起外出步行，玩追跑的遊戲，來段有氧舞蹈，買兒童運動錄音帶」、「外出運動時找個保母，這是個有價值的投資，因不為不僅可以促進體能，也可以讓您心理平衡、健康」、「跳繩、做柔軟操、騎室內腳踏車，在孩子睡覺、看電視時使用室內運動器材」、「在孩子不在時(上學、午休)時做身體活動」等。由上可知，尋支持與協助、在家務勞動中找尋空檔或與孩子一同活動，不失為解決現況的方法。

然而，若無法改變女性在社會中所被賦予的角色，對許多全職家庭主婦或職業婦女而言仍是欲振乏力。當女性能認知到運動之於自己的重要性，不論是減少

自己在家務工作份量或更有效率地處理家事以參與運動休閒，或許更能擺脫因為必須面面俱到而產生的疲累感。若是能打破傳統兩性分工的迷思，讓家人共同分擔家務責任，逐漸去除家務工作的性別差異，那麼女性也能有更多的時間與全家人共同運動休閒，也可能會因此培養出共同的嗜好，更活絡了家庭氣氛。因此期許政府等相關單位能在宣導女性應多參與運動休閒時，併入「女性其實可以(先)將家人需求放下」的觀念，以期影響社會大眾的想法，也可減輕女性參與運動休閒時的產生的罪惡感，甚至使女性認知到自己擁有運動休閒的權利而勇於與家人協調。如此一來女性才能擁有完全屬於自己的運動休閒時間，進而經歷較高品質的運動經驗。

(六)對安全的顧慮

女性相較於男性有較多人身安全的顧慮，例如單獨出現在公共空間時，常會擔心成為性騷擾、性侵害或成為他人欺侮、嘲笑的對象。一般而言，女性通常採取規避或防禦的策略，避開可能較危險的時段、路線或空間，攜帶防身器具；若是行前先讓家人或朋友知道可能行蹤、備有緊急聯絡方法，也可減低女性出外的不安全感。結伴是更有效的方法，不論結伴對象是男是女、是家人或朋友，都是很好的選擇；而外出跑步、登山或騎單車時，狗兒也是很好的伙伴。

(七)對生理或健康的顧慮

對女性而言，若談起自己因為生理期或年紀漸長而有精神不好、感覺疲勞、體力不佳而不適合運動的狀況時，更應鼓勵她不要中斷運動的習慣，或在非常時期改以較緩慢的運動項目因應，因為規律運動有助於恢復精力、讓思考更清明、心情更愉快，也就更容易面對平日的生活中的挑戰；而且對青春期和成熟女性而言，適當的運動可減輕經痛及經前症候群的發生，就更年期婦女而言，平日的運動也可減緩更年期症候群及慢性病的發生。銀髮族可採取和緩的運動休閒模式，例如參與社區公園清晨的民間運動團體是很好的選擇，若有親友或另一半做伴，可以彼此相扶持，在緊急狀況發生時也有人可照應。若擔心身體狀況不佳而發生運動傷害，除了養成運動前熱身的習慣，選擇適合自己體能、年齡、低危險性或擅長的運動項目也可減少運動對身體的傷害。

至於就孕婦而言，由於受到傳統文化的影響，孕婦在生產前後的運動行為常受到限制。然而，有適當的運動對於孕婦的身心、分娩的過程以及胎兒的健康其實都有非常正面的幫助。洪偉欽(1994)的研究發現，婦女若能在懷孕前具有規律運動習慣、運動代表隊經歷，或懷孕時能從事規律產前(拉梅茲)運動，對於孕婦

生產的順利以及新生兒出生時的健康，將會有正面的幫助。周培萱、陳麗環(2006)整理國外學者的研究並提出孕期婦女的運動策略，該研究認為騎單車及游泳是最安全的項目，走路則能減少筋骨酸痛，有規律快步行走習慣之孕婦也較少有孕期不適的主訴。至於若要從事有氧運動，較建議採中低衝擊的有氧運動，並避免從事過於激烈的運動。

(八)缺乏友伴及社會支持

缺乏友伴一直是女性從事運動重要的阻礙因素。若確實無法找到友伴，從事個別性運動例如散步、慢跑，較無場地及設備限制，也較不需要伙伴。不過仍建議女性可與同學、同事或親友討論感興趣的運動項目，一同加入運動的行列，更能增強運動的動機。或與朋友相約加入感興趣運動社團，例如參與登山健行活動，從中擴大人際網路，認識喜歡運動的朋友，彼此支持有利於培養運動的習慣。社區公園或校園內早晚時段的各種團體也很適合女性參與，除了可及性高、收費便宜外，絕大多數參與者也都是鄰近的居民，很容易呼朋引伴一同參與運動。此外，同伴不見得得向外尋求，與全家人一同散步、游泳、規劃戶外運動等行程，一方面可解決缺少同伴的問題，加上全家互相支持鼓勵，可以一同享受運動休閒的樂趣，活絡家人間的感情。但必須注意的是，在全家人參與運動休閒時，仍要小心避免落入刻板性別角色的分工，否則在運動休閒的情境中仍複製了服務家人的角色，反而無法獲得其中的樂趣。至於社會支持的部分，時至今日男性在運動參與或選擇運動為其生涯志業時，仍較女性獲得更高的支持，不過這已非單純是運動與性別之間的關係，而是因為人們小至穿著、行為姿態，大至工作、生涯規劃均抱持著難以撼動的性別刻板印象。社會其實可以有更多元的價值觀，人們有更多元的選擇(例如男性欲當護士或女性欲參與冒險活動都是不衝突的)，那麼不只女性在運動參與方面可獲得支持，更多人也能因此肯定自己和他人的選擇。

(九)缺乏適合的指導員

針對個人而言，可先從同學、親友或工作同仁間找尋專精於某項運動者，請其協助指導或建議適合的人選或組織；主動報名運動社團或參與健身俱樂部也可以補足缺乏適合指導員的需求。雖然專業上訓練有素的指導員或教練並不難找，但不一定都適合自己，在選擇指導員時，更應注在其專業以外的待人態度。

(十)恐懼師長教練或同儕的性騷擾

就性騷擾防治層面而言，校園應定期舉辦針對校內教職員工生(體育教師或教練)宣導性侵害或性騷擾防治教育的活動，對於校內性別平等教育委員會及性

騷擾事件處置相關單位也應主動提供進修資訊與管道並鼓勵師長參與相關研習。特別在學生修課期間，應將性別平等教育融入各科教學，包含容易發生肢體接觸的體育課在內，或透過專題演講等方式培養學生的性別意識及對騷擾事件的敏感度，也能避免學生在修課期間遇到師長或同學騷擾而不自知。更重要的是，必須讓學生在平日就建立起信任校方在處理性騷擾事件的態度，諸如校方是否積極面對、方法是否保密等，讓學生知道多數師長都是站在自己身邊的，如此一來，儘管學生不幸遇到狀況，也能勇於檢舉或運用申訴管道來解決困境。對於犯罪的師長，則應嚴以懲處，甚至撤銷其教師執照或教練資格。

(十一)缺乏時間

缺乏時間是學生、婦女甚至是國人口中最常聽到的阻礙之一，對於大部分人而言，因為升學、各種工作壓力而排擠了運動的時間，屬於結構阻礙的層面。然而實際上若仔細檢視我們的日常生活，或許會發現自己也會在無意中將時間浪費在某些事項上，並將運動列為有時間再做的末段順位。是故就個人而言，建議可針對日常生活找出應辦事項的優先順序，並將身體活動排入每天的例行活動中，例如以走路或者是騎腳踏車的方式去上班上學，將車停遠一點，上下樓多走樓梯等，並多將戶外運動休閒活動列入週末的計畫。

然而對於婦女而言，缺乏時間的結構因素主要在於擔負過多的家務責任，除了透過個人學會放下責任或與家人共同分擔家務工作之外，社會對於女性(或男性)角色的期待也應隨之調整。

(十二)缺乏機會／資訊

政府或民間團體應善用管道提供運動休閒活動的消息，以利全民運動風氣的提升。由於社區是資訊傳播的有效管道(例如與鄰里組織聯結將消息公布於社區公佈欄，或者透過鄰里的人際網絡口耳相傳)，故建議政府及各團體可與社區本身內部的力量結合。政府或民間團體可扮演整合相關資源的角色，主動提供師資或課程等方面的資訊給社區，並視社區的需要提供實質的協助。又例如校園也能扮演提供課程及資訊給居民的積極角色；透過地方廣播電台、地方新聞媒體甚至是網際網路，也都有助於增加民眾獲知相關訊息的機會。至於提供資訊或課程的類別，可考量女性較喜愛的運動項目，例如有氧舞蹈、瑜珈等，以促進女性參與運動的意願。此外，女性成長課程、兩性或親職教育、親子活動、各年齡層保健等課程，也可透過社區與相關團體的合作共同舉辦，提供女性在身心方面皆可自我提升的機會。

(十三)缺乏經濟能力，以及缺乏交通工具或移動能力

受傳統男主外女主內父權體制的影響，仍有女性缺乏經濟能力或交通移動能力，並多屬於社會阻礙的層面，除非女性個人在教育程度或經濟能力達到一定階段，或由政府計畫性地改善身處弱勢處境的女性，否則這確實是難以克服的阻礙。不過就個人層面而言，建議可先選擇最不需要設備的活動，例如走路、慢跑、跳繩、搖呼拉圈、做柔軟操等運動，是較便宜、簡單且方便的做法；在家播放自己喜歡的音樂或教學錄影帶隨之起舞也是不錯的選擇。但若覺得缺乏樂趣或沒有同伴支持，可以在住家或辦公室附近找便宜、方便的資源，例如參與公園、學校、社區的活動中心、職場舉辦的課程或活動。然而這必須有社區等單位妥善規劃公共設施及課程、或是學校有計畫地開放操場來配合。強化大眾交通運輸系統也是提升女性移動能力的方法，例如透過政府規劃聯結社區與縣市區級體育場、運動中心、大型公園、游泳池或郊山登山口的專車(巴士)，除了能夠加惠女性參與運動之外，其實對於提升全民運動風氣也會有所助益。

(十四)空間問題：校園及社會均缺乏多元、安全及友善的運動空間或設施

對於缺乏運動空間的社會大眾而言，建議政府鼓勵各級學校積極開放運動場地設施(如操場、游泳池)，研訂校園開放獎勵措施以增加社區民眾運動空間，若能配合規劃並提供相關運動課程尤佳。不過，由於校園或區域性的運動空間通常以提供操場或籃球場為主，故建議日後在空間規劃時應將更多元的運動空間或設施納入考量，例如提供女性所擅長的運動項目的場地，以利學生或社會大眾都能在其中適性發展自己擅長的運動項目。

就女性需求而言，建議在運動場所內提供女性具有隱私的淋浴及更衣空間，是讓女性免於受凝視或干擾的方法。就人身安全而言，不論是校園或各種運動場所的主管單位，均應定期檢討空間及設施之使用情形，依空間配置、管理與保全、標示系統、求救系統與安全路線、照明與空間穿透性及其他空間安全要素，記錄曾經發生性侵害或性騷擾事件之空間、製作空間檢視報告，甚至依據實際需要繪製危險地圖，以利空間改善、並降低學生或女性於校園或運動場所的恐懼。

此外，空間規劃者能營造出對於照顧者(如女性)和受照顧者(老人或小孩)皆友善的空間，例如育嬰室、托育服務、母(父)子或兒童專屬遊戲或運動空間、推車、電梯、無障礙設施、休息座椅、母(父)子廁所，將對女性有很大的幫助。值得注意的是，通常社會大眾所想像的照顧者多為女性，也以女性為基本照顧者的想像為前提而設置相關設施，卻忽略了其實男性也應共同分擔照顧者的責任。在

未來或許可將男性同為照顧者的思維納入運動空間規劃的參考。更建議增進體育專業部門、空間規劃專業者與性別領域專家能有更多的溝通互動，以求在運動空間規劃實務方面能更貼近多方需求。

(十五)學校體育教學問題

學校體育教學對於學生日後是否能從事規律運動習慣扮演非常重要的角色，校園環境以及體育教師的影響不容忽視。首先，不論在課程安排或運動空間等軟硬體項目上，均應以男女平等為原則。在學生發展專門化運動之前，男女均應擁有廣泛接觸各類運動並發展技能的機會，實際操作時也能多以合作、樂趣的導向的活動代替對競爭的要求。體育教師與教練也能隨時提醒自己，對於男女學生在運動參與方面都能給予相同的關注、鼓勵，以發展對運動的興趣與自信。評量時則盡可能先了解同學程度及平日練習的狀況，以其學習的心態或進步的符度為評分依據，而非僅以最後表現結果定成績。就體運活動中的內涵而言，除了讓學生了解運動技巧、更高更快更遠的價值之外，其他諸如團隊合作等習態度都應重視，使學生了解體育當中其實包含多元價值。此外，若能讓學生在體育課程中便能接觸各類運動類型的教練(特別是女性典範)，讓學生對於運動領域有更寬廣的想像而不落於運動只是男性專屬的刻板印象，那麼也能讓學生更勇於選擇並投入自己所偏好的運動項目。至於師資培育方面，建議國內體育相關系所的課程都能納入女性運動議題，包含女性生、心理方面的探討，鼓勵每位準教師都能了解女性運動的阻礙與需求。

(十六)過於強調競爭等象徵男子氣概的運動價值

不論是父母提供孩子遊戲的條件與機會、學校體育課程的內容(包含教科書的編排)、社會媒體對體育新聞播報的方式，均應避免傳輸過份單一的價值觀，以避免女性在參與體育活動時因性別角色衝突而暗自離場。運動的內涵應是多元的，這是本章不斷強調的部分。

(十七)運動結構之不合理

就體育運動的領導階級而言，應確保女性擁有進入相關組織擔任領導階層的機會，鼓勵女性從事教練、行政、相關委員會等具有決策影響力的職位。在進行體育相關決策時，應把握提供公平機會和無差別待遇的原則(或以積極差別性待遇扭轉女性劣勢處境，待社會對不同性別均有一定的尊重之時，再回到無差別待遇的原則)，並且重視女性在決策過程中的發言，或將女性議題置於較高順位來討論。此外，政府相關單位應確保相關組織能提供經費及人力資源以培訓女性教

練、教師、高層行政人員、甚至是女性體育記者，在參賽獎金等資源分配上則應考量是否有因性別因素而產生不合理的差別待遇。在學術研究領域方面，期許有志者以性別觀點進行體育研究，發揮學術對運動結構甚至是社會的影響力。

(十八)大眾媒體的影響

媒體對社會大眾的影響甚深，建議在媒體研究或新聞專業人員培訓過程中，能引進女性運動的議題，並且鼓勵對體育有興趣的女性從事體育專業的報導。在報導的內容中，應確保新聞從業人員對於女性運動的報導能在質與量上都給予重視，減少對女性身體凝視的內容，增加傑出女性運動員實際運動表現的曝光率，提供社會大眾女性運動員典範，以促使大眾看見並承認女性在運動領域中的表現。附帶一提，體育人在媒體中也不應站在被動的角色，可擅用自身身份的影響力，透過媒體以傳達更多元的價值觀，以轉化社會大眾對體育過份單一的想像。

(十九)社會文化主流價值觀

社會文化當中對於性別刻板印象以及對性別的期待，是最難以靠個人的力量來撼動的結構性限制，也因此，對於不同性別的尊重必須靠著家庭和學校教育、社會、政府單位、媒體的一同努力，才有辦法逐漸扭轉不合宜的價值觀，提供一個支持女性運動的環境。

結語

在本章中雖然看見女性在運動參與上存在著諸多阻礙，但若能透過一些方法突破運動參與上的限制，女性也能享受運動的樂趣。而且在這二、三十年間，國內外有諸多案例都證明，透過組織間的結盟與努力(包含政府組織設立的女性權益相關部門、學術單位，或是自願性非政府組織等工作團體)——特別是某些劃時代的政策制定通常是由女性團體來落實¹³——女性在運動參與的機會與處境已有所改善，這樣的前景令人欣喜。不過必須注意的是，不論是女性個人在運動參與上所面臨的阻礙，或是相關團體在性別主流化、公共政策制定上的努力，都不應只是女性個人或女性團體的問題或責任，社會上所有人所有部門均交織在這份複雜的

¹³ 許多研究指出這些女性倡導機構採用三種方式：一是促使性別平等的計畫能進入政策議程中，二為落實這些計畫與行動，三則是這些組織單位經常建立委員會或組織，並在運動體系中組成網絡，發起區域或地方團體。例如 1974 年成立美國女性運動基金會就協助其他國家成立女性運動基金會（英國、日本）。此外，國際性組織則有歐洲女性與運動工作事務委員會（EWS）和國際女性與運動事務委員會（IWGWS）。這些組織包括了政府和關鍵主要的非政府組織，推動促進女性在運動和體能活動的發展。第一個女性與運動的國際會議於 1994 年在英國布來頓召開，組成了英國運動會議並且由奧委會所支持。在布來頓會議中發表簽訂了布來頓宣言，接著在 1998 年於那米比亞的溫特和克舉行，確立了要連結國際消弭歧視的力量，IWGWS 的主要任務便是追蹤布來頓和溫特和克宣言在世界各地落實的狀況。參考 Ilse Hartmann-Tews & Gertrud Pfister. (2003)。

網絡中，哪怕是家長無意間的一句話、一位缺乏同理心的體育教師或教練的態度、家庭對母親身份的期待、一份缺乏女性參與所訂定的政策草案，都可能在無意間扼殺女性參與運動的意願。

第七章 運動與男性氣概

運動與男性氣概

美國性別研究學者麥可·麥斯能(Michael Messner)認為，運動是一種社會機制，是男人之間的遊戲，運動同時也是使男孩成為男人，建構與表達傳統男性氣概的過程，反映所有主流傳統價值對於男人的社會期待：激烈、競爭、勇敢、打破紀錄。此外，運動也呈現身體規訓，就是男人必須要高大強壯、孔武有力，就像一個擁有肌肉的猛男，如此才有可能贏得冠軍。而肌肉代表力量，力量則為多數男人所追求。因此，多數運動強調的是身體強壯、攻擊、支配，而不強調身體美感、情感表達、非對抗式運動。透過參與或談論運動，多數男人除了建構自己對男性氣概的期待，也尋求與其他男人建立一種認同與同性情誼(homosociability)，形成所謂男性連結(male-bonding)，鼓勵男人去認同運動表現較好的男人，區分與排斥其他運動不好的男人與女人。

所謂排斥女性，是男性透過運動訓練以排除自身對於女性化的恐懼。有些女性主義者更覺得，現代的運動是一種性別化機制，背後根本就是異性戀男性的價值觀。排斥女性參與運動就是性別歧視，強化了男人對女人的權力。電影《我愛貝克漢》中，一位印度女生喜歡踢足球，但是她的媽媽希望她好好學做咖哩飯，爸爸希望她找個好先生出嫁，男同學則嘲諷她不守女人的規矩。即使如此，她仍然熱愛足球，在球場有優異的表現。在這部電影中，導演企圖顛覆不准女性從事運動的傳統價值觀。

而將其他運動不好的男人區隔出來，則是強化傳統男性氣概價值，因為運動所造就的男性氣概與男性身體如前所述，更加形塑大眾對於男性運動員應有的陽剛形象，與娘娘腔、男同志完全相反。這些運動的性別現象，在在反映出既有的性別秩序，呈現出主流的男性氣概就是異性戀的、陽剛的，既把女人邊緣化，也將男同志給污名化了。不過當主流運動比賽有愈來愈多女性或性別邊緣者加入，勢必會鬆動既有的性別結構，奧運就是一個明顯例子。

底下將分由運動中強調之男性價值、運動電玩與運動漫畫、運動偶像之型塑、肢體語言等「非運動」元素、作為男性成年儀式的運動等幾個方面來討論。

第一節 運動強調之男性價值¹

對於男性而言，運動是「測定」或「證明」他們男性特質的大好機會；藉由各級球類的比賽，更可見此情形之一斑。傳統運動所展現出來的「性別階層化(gender stratification)」，反應了結構性的不平等，使得男性在經濟特權、聲望和權利上都比女性佔優勢。甚至，許多社會歷史結構中，一直將運動封為男性的專利。Nixon II 與 Frey(2000)認為，不論男孩子們是否喜歡運動，他們的價值會由其運動能力所評定。運動強調和成功有關的特質，以及被「成功」定型的男性特質：比如競爭力、行動力、野心、毅力、冒險精神和霸氣。

Klein(1990)指出，運動強調力氣和體型，這使得男性被視為天生比女性在運動上更為出色，就因為看起來「比較會運動」；Birrell and Cole(1990)則認為，由於運動獲勝的關鍵在於體能的優越性，因此「運動是『特別強調』性別和性別傾向差異自然分化的主要活動」，並且，「運動規則不斷地將男性塑造成優於女性的樣子」。他們的說法，都反映了人們習於把男性特質與運動成就連結在一起的思考方式。

在校園與社會中，一直重複不斷出現「男性喜歡運動，而女性不喜歡運動」的「自然觀念」，本身便是助長運動建立男性化特質的關鍵推手。甚至，運動者的女性特質會因此遭人質疑，也成為壓迫女性的論點。如果某個女孩子不喜歡運動，便容易會被過度詮釋成「女性特質不適合運動」，進一步十分危險推論成，女人不適合擔任教練或其他運動方面的領導職位。由於人們往往將成功和男性特質相提並論，因此自然容易對女性產生先入為主的觀念，在一個以成就和成功為導向的社會中，女性卻無法因自身的成就而得到應有的鼓勵，結果更難以獲致成功。Zoble 將之稱為「美國社會中女性的兩難」(Nixon II & Frey, 2000)。但反過來說，在強調成功與男性氣概的社會中，男性被賦予成就和成功的期望，也為男性帶來不少困擾。

舉例而言，有許多運動社會學者認為，在許多運動員的成功故事中，的確充滿實踐夢想的浪漫情懷，也充滿鼓舞人心的效果，但越是如此，卻往往讓人越看不清運動界的真實情形。事實上，並不是每一位孩童都能打大聯盟、NFL 或 NBA，但書上不會寫、贊助單位不會支持、電影也不會以此為素材(Anderson，

¹ 女性主義認為，過去的歷史總是呈現單面向，由男性角度出發的偏頗觀點，這種不義可由「history」(his story)一詞具體而微地顯現出來。無獨有偶地，當吾人反恭自省，觀察台灣當今的運動領域，在網際網絡上「中華民國全民運動聯盟總會」的網址(<http://www.hisport.com.tw/>)，雖然是 HiSport，卻也透露驚人的暗號：「His sport」字樣，正好畫龍點睛地隱喻「想當然爾，運動是屬於男性的專利」之意。

2005)。雖然身處臺灣，但不難理解為何如此，因為運動夢其實是構成美國夢的重要元素。戳破運動夢，則美國夢將出現一大缺口，讓潘朵拉盒中的隱晦與幽暗奪門而出。是以在現實考量下，只有特定故事會被呈現，就是那些以運動明星的掙扎、羅曼史為讚美對象者。這些故事很有娛樂性，但無法讓人瞭解所謂的「運動品質」實際上很可能並不存在，或是僅存在於少數擁有運動天分、或擁有運動所需要之社會環境的人士身上。

並且，享有這樣的「運動品質」也會有後遺症。追求極致的運動員將發現：當他們在成績上越取得進展，則他們需要花在保持競爭力上的時間與情緒投資也會越多。這使得他們的社會生活越來越限縮在與運動有關的人事物上。也就是說，他們被限於以運動員的身份成長、生活，而且這成為他們的「勝利者認同」(master identity)(Anderson, 2005)。

在「勝利者認同」作用下，運動變得與軍隊相當相似，也就是說，以競技性運動為主：強調競技，所以時間都花在競技的訓練上，卻忽略價值觀的培養。運動界中的勝利者被提升到領導地位，而產生英雄典範去鼓舞下一代。或者，若有價值觀培養的話，其便是教導運動員們：能讓權力階級放心，且意見與之有高度一致性者將獲得升遷，最後，只有被運動界表揚且高度付出的運動員能回到教練席，那些不是如此「精彩」的運動經驗與敘事則遭到否定。

因此，反映出機構集體信條的運動員，會被認為是位「團隊運動員」，他們有可能在那些能力相當、甚至超越他們的運動員中被選中，因為比較能配合。相反地，如果運動員沒有反映團隊教條，則會被貼上「我行我素」的標籤。在這樣的顧慮下，對於傳統男性氣概的任何意見或變異行為，都被視為破壞性的，也會因此減少向上流動的機會，透過對於個人權益的掌控而弱化改造的可能。事實上，運動總是將領導者描繪成歸屬於理想軍隊的典型，而大部分被邊緣化的運動員無法說出他們的故事，以致於他們對於運動該如何進行的想法無法被運動界聽見。當運動員離開運動界時，他對於運動該如何進行的想法也一併被帶離。因此，運動成為一個「封閉迴圈系統」(closed loop system)。這樣的封閉迴圈系統服務著「運動菁英」。那些有可能改造或衝擊體系、但顛慄人們的英雄迷思則被擺在一旁，特別是對於敗北者類型的強調。

因此，運動強調之男性價值便是：男性運動員應該要有求勝、勇敢、忍耐等特質，這才顯示出身為男性的價值。然而在求勝與團隊精神外，運動卻也透過各種傳說或經驗分享、潛移默化地強調禁慾或排除女性(性別隔離)，而另一方面則

又注重「性別征服」。

在這樣的價值觀環繞下，有男性會因為先天的身高或體型，被賦予「很會打球」或「一定可以參加某種運動」的刻板印象，於是雖然自己對於某項運動毫無興趣，卻也得偶爾抱顆籃球，或戴頂棒球帽，用來化妝自己，妝點自己的男性氣概。因此，運動成為最無形的男性化妝品。

第二節 作為男性成年儀式之運動

在人類學的各種「通過儀式」(rites of passage)概念中，「成年禮」(initiation)可說是與接觸運動的時間點(學齡期間)關係最密切的一項。與所有的過渡儀式一樣，基本上都是使人急遽地從一種社會狀態轉變到另一種狀態的儀式(Gennep, 1960; Keesing, 2004)。核心的意義也都是「死亡與重生」，包括三大過程：分離(separation)、過渡(transition)、重新聚合(incorporation or re-aggregation)，而成年禮尤重「過渡」。以男性成年禮而言，參與儀式者須學習成熟男性的社群規範，了解部落密辛，接受鞏固男性情誼的方式，最終學習以成熟男性姿態對待女性的方式，整個儀式才算完成。

Messner(1992)認為，運動在男性社會化過程中之所以會扮演如此重要的角色，並非因天生或生理上的傾向而使得男性比女性有更多的參與機會；真正的原因在於，運動是社會化的一種活動。如前節所述，運動幾乎成為當今社會中最重要也最關鍵的社會建構過程，尤其對於男性氣概之養成。透過與學校及國民教育結合，加上課餘讀物或電玩遊戲潛移默化的價值宣揚，關於對勝利的追求、競爭力的刻意宣傳，一直以來都是各式運動所要強調的重點(校內運動會、以學校為單位參加的區運會)。鄭欣怡(2001)指出，主播常用激烈的語言來播報籃球等運動，刺激閱聽人的情緒。這同時也將運動包裝成娛樂節目，卻沒想到背後運作的是複製霸權的邏輯。

在第一節中曾提到「勝利者認同」，這樣的認同往往是強烈的，但專注在個人在運動上的認同，卻帶來處於不穩定狀態的極大風險：任何時候，運動員只要受了傷，都可能終結其運動生涯；他們也可能在短暫的通知期限後被趕出球團。事實上，由於運動員們對於勝利者認同的固執與堅持，不論他們突然失去其與運動員認同的連結，或是其身體逐漸老化以致於不符合競爭型態，最後運動員都會被迫由社會位置中脫離。所以，看似成年禮，但卻是建立一個難以掙脫的認同觀，使得運動員們陷入一個價值認同體系中，反而更難進入變遷多端的社會型態中。

另一方面，女性雖然可能因為被排除在運動之門外，而免於處在一種不斷證明自己是贏家的不安中，但一心要成為運動員的女性，便會因為被排除在外而面臨無法朝運動員之路邁進的難題。Todd Crosset(1990)的研究顯示，運動被當作男性氣概之保存處，在新興工業文化中用以嚇阻男孩們別變得娘娘腔。「女性被排除在運動外」立刻被視為必須的，當女性克服這些認知上的印象，而開始大量參與運動時，因為存在「男性體能較為優越」的迷思，她們立即被隔離在男性運動之外。因此，運動中的性別隔離便在「提供競賽的公平性」的假面具下存在著，即使在不存在男女一同競賽的危險性或無性別優勢的運動中亦然(像撞球或保齡球)。因此，運動以及我們運動的方式，仍然大規模地隔離著性別，因為人們擔心隔離一旦破除，將使得女性被男性暴力(masculine violence)排除或傷害。性別隔離允許男性在均質、高度男性氣概化、恐同的以及性別歧視領域中存在，遠離女性的聲音、遠離對抗他們保守理解的聲音(引自 Anderson, 2005)。

Laitinen and Tiihonen(1990)針對芬蘭大學男生進行一項有關他們孩童時代所作的運動的記憶研究，發現運動是「一種文化的載體，男孩子經由這項載體，成為馱運我們年代中男性化和思想的人。」她找出許多人的記憶，其中不斷強化女孩比男孩弱小、無用的觀念。從運動衍生的友誼中，女孩子很少被視為同伴，反而是通常被排除在外(引自 Nixon II & Frey, 2000)。Whannel(1999)針對運動明星的個人主義研究中更指出，男性氣概個人主義建立在對抗女性、霸權與家庭概念之上，根植於侵略與掠奪性本能的自然狀態上，藉由對母親、妻子、家庭的威脅來馴服與教化。

而排名逐漸上升的運動員們花在運動上的時間越來越多，並且，他們對自己的男性認同建構在「為了與他人競爭」上。也就是說，將「男性價值」型塑在「與人競爭」之上。在接受 Anderson(2005)訪談時，大學中或職業球隊內的運動員們表示，為了追求更高才能的運動表現，需要逐漸增加投入的時間，並且在思想上保有(與隊友的)一致性。基本上，這些運動員都支持 Michael Messner(2002)提出的理論：當運動員保有的自我空間越少，其在運動界的位階就會越高。該研究顯示，運動員犧牲了生活中的其他部份，諸如他們的認同、友誼、運動界以外的社會網絡，就為了奉獻他們自身，去迎合逐漸增加的、對於高才能表現的要求。也因此，運動員們逐漸進入一個「準全控機構」(near-total institution)中。

全控機構是一獨立、包圍封閉的社會系統(如同監獄或精神病院)。全控機構的主要目的在於控制一個人生命中大部分的觀點(Goffman, 1961)。Anderson 並

不主張運動是一全控機構，因為運動員仍然有權離開此體系，但對於「需要思想與行動之同質性(homogeneity of thought and action)以便完成所欲達到之運動成就」的迷思，實在是太過強烈了，以致於運動員們自願地投身接受種種對於其社會生活的限制。Anderson 認為這種迷思與此番過程，十分接近 Foucault 所說的，軍隊將小農百姓轉化為士兵的過程。Foucault 假設透過強烈的統治與理想標準行為的完成，人們被教導在其認同上變得更加溫馴。Foucault 認為一位士兵在軍旅機構中待得越久，越失去與軍旅體系抗衡競賽的能力(引自 Anderson, 2005)。許多論述認為，當兵作為國內男性成長的重要關卡(如王浩威, 1998)，然而相似於軍隊的是，運動也使人們進入「等級排序」(ranks)與「分組」(divisions)的結構中。運動員有義務穿著制服、(毫無懷疑地)遵循教練的規則，並且思考如何與隊友合作、將團隊期望放在首位。大陸長跑界的馬家軍只是其中一個例子，除了規律的運動訓練及作息要求，服用的食品與藥物也經過縝密的控制及計算，如同士兵一樣，有一種微妙但逐漸增長的意識形態終將加於其上，解構其自我動力、重組為強烈男性氣概的遵奉者，影響著他們的思考與行動。而且時時刻刻來自隊友的監視，更使得這個全控機構變得緊密而細緻。運動員們的社會生活一成不變地被練習、競賽以及其他團隊集會等固定行程支配著。為了達到這樣的情形，他們必須排除其他文化選擇、限制交友對象、特別是那些不符合傳統男性氣概意象的人。

根據同性戀奧運金牌得主 Mark Tewksbury 的反省，「當妳贏的那一刻，便踏入以奧運為追求目標的體系」。同時，Tewksbury 提到為了滿足逐漸增加的要求所需的付出，將使運動員得到短視與保守的性別觀：

奧運選手是發育不完全的人類。他們缺少運動外的生活，情緒上也發育不良。當他們退休時，其收入是豐渥的，因此難以破除其男性模式。

相似地，職業曲棍球員告訴運動社會學家 Michael Robidoux，職業曲棍球員一直都發育不良，因為「你的生活中都是比賽。你從未認真，而且與一群思考與你完全相同的小伙子一起玩。你從未必須真正長大。所以我想這使人退步而非進步(regress instead of progress)。」(引自 Anderson, 2005)

因此，看起來是成年禮，但其實卻讓運動員的心智能力更貧瘠。同樣地，特定傳統男性氣概的再現，是結構性的隔離，將男性遠遠推離女性運動員的思考想法，而後者很可能有機會點亮男性氣概下體育活動上的盲點。因此 Mariah Burton-Nelson(1995)認為運動混合了各階級光譜(其中之一假定為種族)中的男性，但卻使得女性隱形了。吾人得以再一次推論，看起來是雨露均霑的成年禮，

但卻使得社會中的其他弱勢團體隱形了。「克服困難」或「融合異己」，都是成年禮所要強調的特色與價值，但運動中既存的男性氣概，卻使之逆其道而行，而收到反效果。

那些中輟、被迫離開，或無法進入下一階段的人，通常會發現：他們被許多文化上的男性氣概權力(這曾是他們樂在其中的)給分離了。運動心理學家稱為「游離效應」(disengagement effect)(Greendorfer, 1992)。許多運動員表示想再度回到團隊，因為如此一來可以補償他們的男性價值。Michael Messner(1987)說：「許多退休運動員保持強烈的動機去重新建立與團隊的重要關係，以作為他們認同的主要基礎。」那些已經爬上男性階級頂峰的人，一旦脫離此位階會感到非常大的損失。不斷地訓練於是成為重返比賽的道路。也就是說，看似社會化，反而無法進入下一階段，只能在原先擅長的領域內活動，重複熟悉的生活模式，卻無法達到真正成年禮的效果。

Michael Messner(2002)提出的理論：當運動員保有的自我空間越少，其在運動界的位階就會越高。或許由於如此，過去 25 年來女性運動機會的增加，並未影響「運動是男人的天下」的觀念，也並未根絕人們在運動方面對女性的偏見和歧視。同時，教練大部分模仿他們自己的教練，意即，教練們傾向於複製自己，因為一方面他們重視自己成長經歷的系統，另一方面他們不需要對此機構有嚴厲的批評。因此，很少有機會能評價或改變這個系統。這也是這「成年禮」顯得如此類似而一致，不論時光如何推演。

黃麗螢等(2005)曾提到，當女生試圖參與較激烈、有分勝負的、展現力道或者速度的運動時，或許因為這些運動展現長期被男性宰制的運動界大力強調的陽性特質(masculinity)與美學，使女生常被排擠在此類運動之外，或者受到家庭、朋友、旁人的壓力而退出參與，運動界長期對社會所展示的就是一種性別排他的展示，而當大眾無形中接受了這樣的想法，就容易對那些所謂「不合乎常理的」(從事極限運動、競賽項目、或運動過程中會與人有肢體接觸等)的女生產生偏見與排斥，同時同齡的男性也有可能集體的把女生排除在某些所謂「只有男人才能玩」「男人才能夠表現得好」的運動場所以外²。

另一方面，Anderson(2005)指出，那些不願意抱持高度男性氣概態度的男孩，

² 例如「不能符合一般男性印象的男子被稱為“wimps”；在運動場上表現傑出的女性通常會被貫上“butch”，並對女運動員的性別取向感到好奇。」

見 Parker, A.(1996), *Sporting masculinities: Gender relations and the body*. In M. Mac an Ghail(ED.), *Understanding masculinities*, Philadelphia: Philadelphia: Open University Press, pp.132.

被剔除在競賽的下一回合外，或被貼上「我行我素」的標籤。被說「不是團隊一份子」是個羞恥的標記，仿若要將離經叛道者(nonconformist)趕離運動界一般。因此，經歷過篩選過程的運動員也會如法炮製，因為其卓越的運動能力與順從傳統男性氣概之意願。專精於運動的運動員受到社會推崇、被賦予文化權力、並且被公開地推崇。在他們的理解中，運動是正面的社會管道。但是對每位專精的運動員而言，總是有未達標準的成績。其他人對運動則有恐怖的經驗。因此，這所謂的成年禮，事實上是建構在少數人的成就、但多數人的犧牲上。

第三節 運動偶像之型塑

英雄之必要，不僅在於漫畫或電玩之中，也普遍存在於日常生活中的運動，透過商業邏輯與國家利益的現實考量，操弄「勝利者認同」而形塑運動明星，成為必要之惡。運動偶像之刻意型塑，加強了男性氣概之認同與複製。比如籃球鞋要穿 Air Jordan(Michael Jordan)、The Question(Iverson)、Kobe Series(Kobe Brian)、T-MAC 等明星球員系列，手上要帶富有象徵意涵的塑膠手環，甚至連香水都最好擦由 Michael Jordan 代言的香水，才算有「男人味」。可是男人不一定都要球技高超、彈跳如飛，運動場上，一位父親可能跑不快、跳不高、球怎麼投都投不進，可是願意天天花時間，帶著小孩子一起運動、陪伴小孩成長、跟她/他一起撿球投球、一起歡笑悲傷，對小孩而言，比起距離遙遠的虛擬偶像，這或許才是生命中真正值得尊敬的運動偶像。可是廣告和各式媒體宣傳不會看到這個面向，甚至刻意忽略而企圖隱瞞，因為這與行銷策略相反。訴諸偶像明星有助於提升銷售量，而明星之所以為明星，則是因為其擁有別人所沒有的「男性氣概」(masculinity)或「英雄事蹟」(hero genre)。借用壟斷市場的觀念來看，運動在性別社會化過程中擔任的傳統角色，主要是由「男性專利品」(male preserve)的地位來維持，也就是說，運動一旦是純男性的天下時，最能藉此定義男性特質。商業邏輯運作下的偶像明星，則強化了這種生態體系。為了業績，這些「男性氣概」或「英雄事蹟」必須不斷地拿出來大肆宣揚，方得化為白花花的鈔票，進入收銀機，持續推動洗腦過程的飛輪運轉。

除了商業邏輯之外，另外一個打造運動明星的重要推手當屬國家利益了。文化理論中提到，運動員被期望能擔負起文化英雄的責任，以期能提供一個國家尊嚴意識，因此政府官員或大眾媒體努力將之打造成英雄，而各式各樣的運動競賽場合，便化身成為英雄的展演走秀台。Dyreson 認為，從 1912 開始，奧林匹克

運動會就成為美國運動員宣揚美國主義的舞台(引自 Nixon II 與 Frey)。的確，每次勝利包含的優越感，不僅代表運動員本身，還代表其所屬國家，也是國際外交的角力舞台。Dyreson 認為美國在奧林匹克上的成就，被視為「民主的典範、科學的技術、靠著某種對奮發人生的民族信仰所產生的人類原動力，及落實『文化鎔爐』概念的機動性」之證據而廣為流傳；在此同時，其他國家也在 20 世紀致力於以運動來展示國力或國家優越感，甚至不顧該國運動員之意願，要求他們成為表達該國政治意識目的之外交使者(引自 Nixon II 與 Frey)。也難怪奧運中的暗殺事件會一再發生，或有運動員會因為投不進最後一擊(last shot)而自責不已(1996 年，美國夢幻明星隊 Starks)，或踢錯球門而被殺，因為運動場上已經不只是運動，而是舉世注目的各國明星以及各國權力的交會處。

但這樣的副作用除了賠上運動員的身家性命之外，也賠上許多青少年的價值觀與整體社會的集體意識，還有其他「非我族類」的權益。運動時強調「成為英雄」的想法對男人而言，與在社會中其他範疇相同，令人感受到困擾和挫折。當男孩知道自己不僅要成為一位運動員，還要成為一位贏家時，運動反而變成了不安的主要來源(Messner, 1987)。Laitinen 與 Tiisonen 分析對於運動記憶的正面與負面意義，發現具有正面意義的運動記憶是和獲勝有關，而最負面的運動記憶則和失敗與受傷有關。但是在任何程度的運動中，失敗是很普遍的經驗。失敗造成負面記憶的事實，顯示「獲勝」這件事情在男孩子兒童時代的運動中很不實際且過份地被強調了(引自 Nixon II & Frey, 2000)。

最嚴重的是，「獲勝」以及「英雄」一旦和男性特質相提並論，則對於男性認同和自尊便具有久遠巨大的影響。若沒有好好調整，則在兒童時代的運動中，所培養的許多想法，將會使得「男性特質」和「追求成功」緊密地連結在一起，提供一個對於男性氣概的崇拜幻想，造成男性爭先恐後地效仿。然而這是不切實際且不易達到的，一旦這種假象被戳破，則容易造成許多社會科學文獻中記載的，在中年男子心中普遍存在的不足和失敗感。

在男性氣概的養成過程中，如果有重要的角色模範可以學習的話，則會產生不一樣的男性氣概認同。網球名將阿格西公開表示自己一輩子都比不上太太葛拉芙的成就。英國超級足球明星貝克漢曾經戴上女人的髮箍上場比賽，而且還帶著小兒子練球。NBA 東西區兩大天王 Jordan 與 Barkley 的君子之交，既競爭又相互尊敬，私交甚篤，從不惡言相向。棒球明星索沙與麥奎爾在爭奪全壘打王時，也相互讚賞，表現君子之爭。網球巨星山普拉斯 1995 年參加澳網賽事與對手陷

入苦戰時，想起啟蒙教練兼好友提姆-古力克森(Tim Gullikson)因病過世，中場休息時，在眾目睽睽下，手抱浴巾，痛哭失聲。他之所以能夠稱霸網壇多年，除了球技高超外，情緒控管也是一流，因而每每在緊要關頭能夠化險為夷，包括贏得那場落淚的比賽。他的哭泣，不但無損於他在網壇的地位，反而因為有情有義贏得世人更多的尊敬。這些例子讓男孩知道，其實面對親人死亡是可以流淚的、競爭比賽也可以不把對方當仇人、不窮追猛打、趕盡殺絕的。

第四節 運動中的非運動元素

在運動中，吾人可見許多與運動技巧完全無關的動作，比如說高舉雙手揮舞、用胸膛互相撞擊，或是混淆焦點、干擾情緒、轉移注意力的垃圾話、相互挑釁、甚或(某種程度下被默許的)鬥毆等，這些與運動精神、運動目的或運動風範等無關，但卻是比賽中的注目焦點，也因此成為複製男性氣概的傳聲筒。

◎第一類：鼓舞士氣者



進球後，為了慶祝而跳起來以胸膛相互撞擊，一方面慶祝、一方面作為誇張聲勢之目的。

<http://image2.sina.com.cn/ty/k/2005-04-25/U366P6T12D1527118F1286DT20050425131324.jpg>

運動員有時候會做出非常誇張的舉動，來展現其男性氣概，這是因為擔心他人不認同自己的性別認同，或有任何負面的評價。在商業集團的操作下，這樣的舉止成為比賽中常見的插曲，往往以特寫鏡頭加以強調，成為點綴比賽的花絮，讓長達數小時的比賽不至於過於單調，增添賽事之可看性。由於球場上一旦出現此等行為，攝影機皆會鎖定，並將鏡頭拉近以進行特寫，因此，某些運動員也善於利用這樣的大眾傳媒癖好，作為增加自己曝光率與知名度的宣傳手腕。於是大眾傳媒與運動員之間的交互利用模式，使得電視轉播成為重複播放男性氣概的強化媒介。

◎第二類：擾亂節奏者

各式運動場上，皆少不了垃圾話，內容大概就是挖苦對方，或以對方過去的

失敗記錄或官司經驗來羞辱對方，使其分心。NBA 中的垃圾話尤為人知，在走位與傳候的過程中，若能以言語干擾防守的對方，則大有機會在分秒必爭的賽事中爭取到發揮的空檔；或是，利用垃圾話使進攻的對方無法專心，而導致失常演出。洛杉磯湖人隊(Lakers)的當家後衛 Kobe Bryan，在性侵害官司疑雲風暴中，連續好幾年被對手用這件事攻擊他；以最後一擊聞名的印第安那溜馬隊(Pacers)的得分後衛 Reggie Miller，除了傲人的三分長射之外，其垃圾話的射程也是 NBA 一絕，因而博得「大嘴」的稱號。這兩支同位於東區的球隊，Indiana Pacers 與 New York Knicks 在例行性賽事中，球場內的 Reggie Miller 與球場外的 Spike Lee(知名導演、Knicks 忠心球迷)的垃圾話對決，已經成為 NBA 最著名的經典戲碼之一。

諸此種種，垃圾話的存在似乎已經超脫了運動精神與道德價值，而成為比賽中「必須」存在的一部份，即便如籃球之神 Michael Jordan，除了善於利用紮實而熟練的基本動作來擺脫對方的防守外，對於用垃圾話來干擾對手也相當在行。可想而知的，在垃圾話中，吾人很容易看見許多性別歧視的言詞，近來最有名者如 2006 年世足賽，義大利隊的 Materazzi 疑似以言語辱罵法國隊的 Zidane，導致後者以頭槌攻擊而被判出場，形成 2006 年世足賽中最為人討論之例。Zidane 在聲明中指出，Materazzi 辱罵其母



姐，為了保護家人，所以方才挺身而出，捍衛自己母姐的尊嚴。Materazzi 以性別歧視的言語挑釁固然值得譴責，然而 Zidane 以暴力形式還擊，卻也不是值得大書特書的優良教育示範。這些案例都在在讓吾人反省，在運動員的養成過程中，究竟是被灌輸了什麼樣的意識形態，強調了什麼樣的「運動精神」，才會使得運動員為求勝利不擇手段、甚至在眾目睽睽下公然辱罵或上演全武行？

(圖片來源：<http://www.composizioni.net/img/zizou-materazzi.jpg>)

充滿性別歧視的垃圾話，究竟為何會成為比賽中的重要關鍵？在受運動教育的過程中所受到的潛移默化是可能性之一。Curry(1991)的研究發現：運動校隊在更衣室內的談話，主要集中在「性」以及「挑釁」上。男性運動員為了證實、鞏固其男性特質和父權社會中的地位，因此會在談話中物化女性，而對於傳統及一般認定的男性特質則不斷地予以肯定，且表達對女性的輕視，尤有甚者，他們會

大談強暴。許多生活經驗顯示，強暴是男性間拉近距離的話題，藉由談論虛擬的強暴，滿足對女體的意淫，而藉由這樣的共同意淫打破陌生的距離，或建立起共同族類的認同感，比如高中班級中的同儕認同。這類談話似乎是為了紓解由競賽所帶來的對自我、以及對地位的焦慮或不安全感。而此類男性更衣室中的談話，已造成運動員對女性權利缺乏思考或同情，並導致他們肯定男性主導的地位，更因而造成性別歧視。性別歧視，包括思想上和行為上貶低女性的地位、輕視女性、限制女性的機會，且不正視女性的成就。教練如何教？是否會用許多性別歧視語言或傳遞性別刻板印象？這也使得運動成為傳遞性別刻板印象的傳聲筒。今日，當運動中的言語逐漸以退為進，以「subtle sexism」的方式呈現時，如何因應與反省，將是未來更重要的課題。

第五節 運動電玩與運動漫畫中複製之男性氣概

葉秀琴認為，學童時期是最具可塑性的階段，學童在這個階段所培養休閒運動的態度、興趣和技能，會直接影響其將來從事休閒運動的行為和觀點(引自許嘉晉，2006)。透過結合世界性競賽熱潮(如環法自行車、世足賽等)的行銷策略，運動性電玩在 Xbox、美商藝電(Electronic Arts, EA，著名遊戲軟體公司)等大廠商積極推動下，重新佔據許多學齡兒童的課餘時間。也因此成為性別氣概灌輸的場域。關於現實環境中的學齡孩童之學習時間分配，唐吉氏(1998)指出，利用電腦多媒體的聲光影音功能，使其感官受到不同以往的刺激，體育課不再只是不斷的身體活動，也能學習正確的運動知識：例如基本動作的分析、精彩比賽的觀賞與講解，達到樂趣化的上課方式與教學效果。李榮哲(1999)與文多斌(1999)亦皆將運動性電玩視為一種電腦輔助學習(computer assisted learning)策略，認為將之運用到運動學習方面，特別是動作的認知，是一有效可行的模式。李榮哲(1999)從情境、建構學習理論、後現代主義與虛擬實境觀點，認為電玩學習是一種以學生為中心，以樂趣為經、以創意為緯，交織而成的有效學習策略。李榮哲認為，在運動電玩的帶領之下，能引導同學有更深一層的認識，而對於運動技能較差的同學，也能在運動電玩中找尋到成就感。

誠然，多媒體教學法已成為新世代中最為引人注目的有利法寶，但在這些討論中，其創意、成效為一相情願強調之重點，卻忽略了其中蘊含的性別偏差，尤其皆未提到如何以其多樣性的靈活設計，從性別角度出發，關心在日常生活中的運動面向。

同樣地，許多中小學生的課餘休閒讀物——漫畫中，由於未建立嚴格審查制度，也由於國外漫畫的強勢入主本土市場，複製了他國性別刻板印象。而運動類的電玩遊戲或漫畫，由於與校園生活接近(以校園內經常性的運動為主要題材，如躲避球或籃球)，因此很快能被吸收，在校園中也受到廣泛地討論。這兩者可說是以「潛在課程(hidden curriculum)」的方式影響著學童。

一、運動性電玩中的男性氣概

運動性電玩(Sport Game, SPG)，以運動為主要題材，透過對運動過程的描述，或對運動明星的模仿等，獲得運動帶來的感官刺激，已愈來愈受到各年齡層玩家們的喜愛。近年來，由於 3D 科技之迅速發展，也大量運用在運動性電玩上，使得電玩中虛擬人物之表情與場景畫面等皆更逼真，同時，也提供了更精彩的聲光影音效果，大大滿足了運動狂熱迷的運動細胞。運動迷們因而不必汗流浹背，便能成為虛擬世界中的運動好手。

在臺灣，除了中華電玩運動發展協會之外，為了不讓南韓 KIGL 遊戲職業聯盟專美於前，2001 年 10 月底，中華職業電玩聯盟(Professional Cyber Games Association, PCGA)成立，展開了中華職電元年的全國電玩積分排名賽。為了角逐全國第一電玩選手的頭銜，各方職業電玩高手陸續湧入，一周之內，中華職電網站便吸引了超過 60 萬電玩迷上網收看即時數位轉播與戰況。其中，PCGA 引進國際各單項運動(如網球、高爾夫、圍棋...)的排名機制，配合國際電玩競賽標準，進行全國電玩排名賽，鼓勵有職業水準的選手可以得到客觀的評價，企圖建立電玩運動的專業，走出社會以為電玩是不良嗜好的陰影³。然而，由於規則與排名機制皆與現行運動相同，因此，這樣的「專業機制認證」其實仍在複製傳統運動中的性別刻板觀念。

雖然電玩遊戲強調其不受物理性的身體限制，但仍囿於傳統性別觀念思考，限縮了多元發展的可能性，非常可惜。在運動遊戲中，女性角色仍然沒有受到重視，舉例而言，每年美商藝電都會根據 NBA 的最新動態，設計出系列遊戲：如「NBA2003」、「NBA2005」等等，但卻沒有針對 WNBA 量身打造的電玩遊戲；同樣地，EA 每年設計出版如「美國職棒大聯盟 2005」等遊戲，卻未設計以女子棒球為主題之電玩遊戲。

³ 呂維振(2001.11.13)中華職電元年已經開始。電腦玩家。上網時間：2006.08.20。網址：http://news.gamebase.com.tw/news/signlenews.jsp?news_no=5063&category=news

運動性電玩雖以運動為題材，有論者認為，運動性電玩能幫助玩家學習運動規則，熟悉運動判例等，是有效的輔助教材，能以寓教於樂的方式，彌補目前校園內體育課程之不足。與一般的電玩相同，運動性電玩中往往有難易度的選擇，甚至，幾乎大部分的運動性電玩皆允許玩家自訂遊戲規則，因此玩家可以完全忽略目前既定的規則，以自己的方式進行，自由度極高。這本無好壞之分，端視玩家個人偏好，但由實際的使用經驗與訪談內容發現，看起來是在教運動，其實是在教格鬥，意即，除了教導運動規則，其實更傳遞/強化了競技觀念，以潛在課程方式存在。在電玩的許多細節中，強調暴力與男性氣概，透過同儕的壓力滲透到價值觀中，潛移默化，反而更抹煞了多元男性氣概發展之可能性。

底下以風靡全台數十年的日本電玩「熱血高校」為例，「熱血高校」是個以躲避球運動為主要題材而設計的電玩遊戲。由於遊戲與國小各學校所推行的團體運動十分接近，因此很快便在校園中傳開。1980 年代開始，各國小附近巷道中的電玩店曾經充斥著以熱血高校為主的投幣式電動遊戲機。底下以幾個電玩中經常出現的畫面作為分析主題：

1. 熱血高校遊戲之基本場景



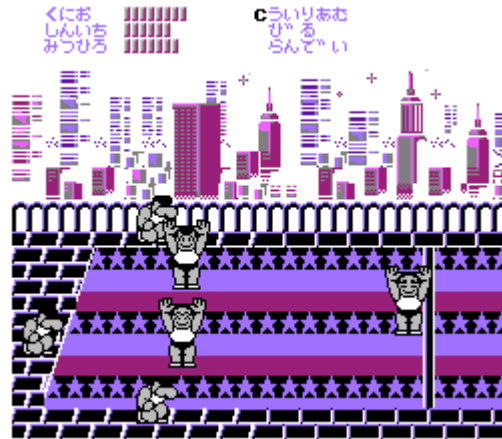
左圖為「熱血高校」之一般遊戲畫面，以躲避球球場為主場景，背景圖案則隨著不同對手而改變，具有象徵意義。對照另一款格鬥遊戲「快打旋風（Street Fight）」，在主遊戲場面的設計上，兩者可說是異曲同工，採用同樣的設計方式，更顯示出運動性電玩與格鬥性電玩在本質性上之雷同。

遊戲場景(<http://download.ips.co.jp/itemimg/l/AMI00683.jpg>)

2. 複製男性氣概所強調的運動價值



運動強調「勝利者認同」(<http://www.brs.co.jp/online/DodgeBall.files/gamebrs.png>)



勝利與失敗，勝利者歡呼、失敗者哭泣，沒有雙贏的可能

(<http://www.babu.com/~cvso/kdural.gif>)

3. 男性氣概界定的競爭對手

觀察「熱血高校」中所設定的對手，難度等級越高的比賽中，並不表示對手的細膩度越高、智力越高或團隊精神越佳等，相形之下，用以表徵遊戲難度高低的具體意象是「外型」。在高難度比賽中，吾人可見到「肌肉型」對手之出現，強化對「競爭對手」的想像，意即，所謂能成為對手的，得具備下列條件：要高、要壯、要粗暴、要孔武有力。體型纖細者不是對手、溫文儒雅者不是對手，以上這些「非傳統男性氣概者」都被排除在戰場之外，無須考慮。因此，透過對手典型的設定，其實也界定了何者為男性氣概中所認定的競爭對手，這套潛在的價值評定系統，正完全反映了傳統男性氣概對運動的認定與局限。

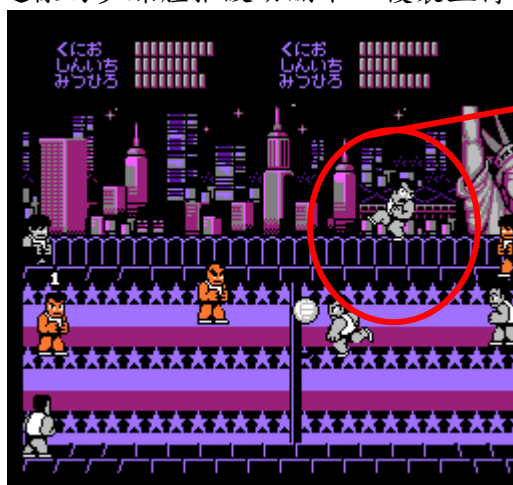


對手的種類(http://game.nifty.com/titleimg/s/ham05018_01.jpg)

4. 球員被打飛或被打死

「熱血高校」看起來與一般躲避球遊戲沒有兩樣，單純是由躲避球運動規則改寫的多媒體遊戲。然而，球員會被打到昏死，或是飛出場外。這種現

實生活中不可能發生的事，卻透過電玩畫面不斷重複。呈現的不只是逗趣而誇大的場景，更呈現了以運動作為包裝，實則為格鬥遊戲的訓練場。這也說明了體育運動在這樣的多媒體推波助瀾下，複製並傳遞的男性氣概認同。



人被打飛(<http://www.babu.com/~cvso/kdura2.gif>)

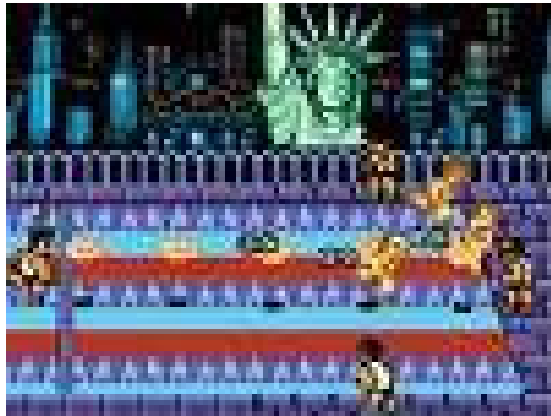


人被打死

(http://www.vector.co.jp/games/select/file/gt000464/images/gt000464_s1.jpg)

5. 求勝的特異功能

發火球連續攻擊，在現實世界中根本不可能出現的事情。無獨有偶地，在 NBA 系列電玩中，只要連續進三顆球，籃球便會著火，這時會有配音員用美式腔調大喊：「On fire！」此後進球率還會提升(更容易進球，用以模擬手氣順暢的時候)。



發火球(www.ocn.ne.jp/game/online/type/data/dodge.html)

透過模擬心儀的偶像，幻想自己處於鎂光燈的焦點下，遊戲者藉由對運動英雄的刻板印象，在虛擬世界中任意地奔馳征戰、馳騁球場成為眾所矚目的焦點——只是，這與運動所強調的重點卻似乎恰恰相反。在體能方面毫無訓練、在價值方面則迷失方向，在性別概念上更是重蹈覆轍，不斷複製父權體系中強調的英雄氣概。



運動其實成為格鬥遊戲的培訓場(<http://boneash.oldgame.tw/MAME/pic/sf-2.gif>)

相較於現實生活中的諸多限制(天候、場地、時間與身心狀況等)，運動性電玩毋寧扮演重要的角色：不僅提供了一個虛擬的平台，也製造一個更為自由的運動空間。然而，受限於所謂的「運動專業價值」考量，使得電玩設計跳脫不出傳統的價值包袱，以致於無法善加運用電玩的虛擬特質與自由特色，設計發展一些更具有性別平等意涵或特色的運動遊戲。檢視美商藝電在 2006 年所推出的 34 款運動性電玩遊戲中，包含了籃球(NBA)、棒球(MVP baseball)、美式足球(NFL、FIFA)、冰上曲棍球(NHL)、高爾夫球(PGA)、拳擊(Fight Night)、滑雪板(SSX)等多項運動，的確可說是運動電玩領域的第一大家。然而，其中卻連一項女性運動都沒有，沒有 WNBA、沒有女子網球、沒有任何以女性運動員作為遊戲人物的電玩。這時，吾人再回過頭去檢視電玩設計廠商的背景，不難發現，作為世界性

運動電玩大廠的美商藝電，同時也是格鬥遊戲的大廠，推出諸如「榮譽勳章：鐵膽英豪(Medal of Honor Heroes)」或「戰地風雲 2142(Battlefield 2142)」等遊戲，無怪乎最後運動性電玩愈來愈趨近格鬥性電玩，此亦未來值得進一步研究之處。

二、運動漫畫中的男性氣概

在電玩之外，在學齡兒童與青少年間流行最廣、接觸最多的次文化，便是各式各樣的漫畫了。蔡州宙(1999)採分層及簡單隨機抽樣的問卷調查法，研究臺北市國小中高年級學生的漫畫人物認同，指出學童認同的漫畫人物之角色類型仍受性別意識形態的影響，但女童較男童能擺脫性別意識形態，學童最認同男性、年齡層相近、技能、智能與外貌表現上優秀的漫畫人物。其中，運動型漫畫曾經掀起一股風潮，諸如「灌籃高手」、「少年籃球夢」、「足球小將翼」、「H2 好球雙物語」、「足球風雲」等漫畫都曾風靡一時，成為校園中的討論話題。其中又以灌籃高手為最，主人翁雖是櫻木花道，但傳遞「男子氣概」的，卻是迷死人不償命的流川楓，是男生也愛女生也愛的偶像型漫畫人物。在許嘉晉(2006)的研究中他是最受歡迎的漫畫人物，自然也成為學齡兒童建立認同及仿效的對象。

當吾人分析運動漫畫時，也應思考運動型漫畫在少年漫畫中所扮演的角色與地位。歐綉瑜(1997)研究台灣流行文化漫畫中所呈現的價值觀，發現少年漫畫所呈現的價值觀為英雄主義、勝利、不屈不撓、互相鼓勵與扶持、團結合作等。林志展(2000)則利用文本分析，發現少年漫畫的意識形態是「男性戰鬥神話」：力量的崇拜、重強輕弱，男性團隊合作之間的競爭以勝利為最高目的，這些結論有助於我們探討運動漫畫中所強調的男性氣概。

以「灌籃高手」漫畫中的要角為例，說明什麼是運動漫畫中塑造出來的男性氣概：作為靈魂人物之一的流川楓，外型俊美且技巧高超、是打敗對手的常勝軍(求勝意志、高競爭力)、擁有在最後關頭化險為夷的能力與經驗(英雄形象)；沉默寡言、單打獨鬥(缺乏合作精神)，但高傲、很少與隊友私下往來(拒絕溝通、無法處理人際關係)、喜怒不形於色(隱藏自己的情緒)、很少察覺其他人對他的感受，或是察覺了但不處理(冷漠？不知如何面對？)；而主人翁櫻木花道則以對威權的挑釁式動作著稱(挑戰權威)、為了喜歡的女孩而勤練籃球(女孩成為運動動機、運動為了展現男子氣概)。如果就一般的交友模式來看，這兩位很可能被排除在同儕的交友圈之外，人際關係可能不佳。但是流川楓這樣的角色相當受到喜愛，風靡一時並吸引了許多女性讀者，也因此使得許多男性刻意模仿流川楓的言

行舉止，相互間以漫畫人物稱呼/吹捧(所以未以性別觀點檢視世界的女性讀者，反過來強化了男性氣概)，強調勇敢、忍耐、過度高估成功的價值。同時也有許多男性讀者以「櫻木花道」自居，用以合理化自己簡單而粗魯、不拘小節甚至刻意挑釁的某些動作。至於女主角晴子，則成為男性讀者最常用來描繪自己暗戀的女孩類型，這更彰顯了「一個英雄需要崇拜者」的思考邏輯。

黃麗螢等(2005)曾提到，目前在台灣市場上的許多日韓運動漫畫中，女性的角色都是相當刻板的，若不是擔任球隊經理，或因為仰慕隊中某個球員而愛上這個運動，不然就是兩個主角(幾乎都是男性)心中同時愛慕的人，而這兩位男性恰好又處於相互敵對的狀態。誰能在全國大賽中脫穎而出，誰就能伴得美人歸，這是男人間的約定云云。亦即，女性往往是扮演花瓶的角色，作者不會把女性塑造成本身就喜歡運動的形象，她們運動最多的地方可能就是嘴巴了(因為是啦啦隊要不停喊加油)。對照之前提及的漫畫人物英雄氣概塑造，吾人可以發現，獎章不是重點，反而女性成為男性競賽的「標的物」，亦即，參加競賽不僅是為了實踐運動精神、追求運動成就，更重要的是贏得美人歸。真正的競賽不在球場而在情場，這樣的劇情設計、章節安排，不僅物化了運動(化約成一紙獎狀、一枚獎章或一座獎盃)，也物化了人(男性成為格鬥用的棋子、女性成為獎品)，在複製競賽規則的同時，僵化/凍結了人生面貌多元可能的思考方式。所有的可能性都化約成「贏，才有一切」，各種發展的創意思考也都落入勝王敗寇的邏輯深淵中，而一去不復返了。

第六節 恐同與男性氣概強化

一般假設運動界中男同性戀相當少，畢竟運動是「真正男人」的養成所和競技處。這種假設，使得恐同性戀在男子運動裡格外嚴重。因為同性戀的觀念對於傳統男性特質產生極大的威脅。Anderson(2005)的研究中指出，即使社會機構已經努力影響並增進對同性戀的瞭解與善待，但許多(出櫃或未出櫃的)運動員表示，運動中對於傳統保守的性別既定印象的再製(reproduction)仍然十分堅固。舉例而言，當北美的大企業已逐漸提供家務勞動給付、建構反歧視政策，並提供許多同性戀支持團體，但職業運動卻沒有相對的進步。在學術界與體育界之間仍然存在斷層，不論是在高中或大學內。Anderson 也指出，一位運動員在運動領域中待得越久，越失去現身/出櫃(come out)的能力。因為在運動中，可能被貼標籤以及被邊緣化的恐懼，更甚於在對同性戀不友善的日常生活環境中所必須容忍的

苦惱，也因此使得他們對於出櫃怯步。

運動真的對於出櫃是全然不利的嗎？或許有些尚未出櫃的運動員，認為投入大量的精神體力在運動上，反而有利於隱藏自己的性傾向，因為這能模糊人們對其是否為同性戀的猜疑。舉例而言，「由於運動員必須花大量的時間投注在運動上，這使得他無法與異性約會」的說法可以避免人家猜疑他是同性戀。由於體育活動被視為是有價值且具男性氣概的事業，因此男人被允許不必與異性約會，以節省時間或精力。事實上，體育事業是如此地重要，許多迷思甚至堅信射精會奪取男性運動員的精力，而希望異性戀男性(至少暫時性地)禁慾。

由上可知，運動提供給同性戀運動員的可說是兩面刃：一方面，這為「不與異性約會」及「一個與其他男人交往的發展空間」提供藉口。另一方面，運動領域內所維持(或強化)的強制性恐同症候，遮蔽了他們被同性戀社群所瞧見的機會，也同時削弱了他們對抗系統內恐同症的動力。而且，運動發展成男性或男性霸權的專利，就表示不運動的男性，其男性氣概有缺陷或可疑；而運動的女性的氣質則有問題或可疑。更嚴重的是，在運動的男性霸權世界裡，不運動的男性和喜愛運動的女性，會因此被當作同性戀者。

David HJ Morgan(1994)認為，軍隊訓練所建構的是一種異性戀男性氣概，呈現出對女人的性別歧視。強調同儕間的同性情誼(homosociability)，對於男同性戀產生恐懼。軍隊不只是形塑主流價值的男性氣概，而且也建構某種性別關係的秩序(轉引自洪文龍，2003)。前已提及，由於運動界習於將運動員視為傳統軍隊中的模範典型，因此自然也複製著類似的價值觀。這樣看來，男性藉由恐同機制強化男性霸權之鞏固地位，似乎是難以掙脫的困境，但事實上也並非完全沒有改變的可能。如果能有男女兩性一起共同學習、共同運動的機會，那麼或許是個改變的起點。比如在啦啦隊內，男性能夠參與在「性」與「性別」之類的討論中，這種討論是他們在像足球這般社會同質性高、表面上異性戀(而且恐同)文化中所無法擁有的。在這樣的環境中他們能與具有同樣能力及對比賽結局擔負同樣責任的女性，一同參與社交活動、一同凝聚團隊向心力等。他們也往往經歷到女性或同性戀作為領導者時，往往會有較佳的成果。進入大學中男女合訓的啦啦隊，這些男性能有機會聽聞女性對性與性別的認同。Anderson(2005)指出，在「去除性別隔離的運動」中，男性能發展出建立在較少厭惡女性(misogyny)與恐同(homophobia)之上的男性氣概形式。

第七節 小結與建議

當我們將此與運動界中的準全控機構環境、準性別隔離系統一起看待時，運動維持且再生產傳統的男性氣概符碼：恐同(homophobia)與厭惡女性(misogyny)。男性運動員被移除在有女性與同性戀出現的地方；他們被由上而下的全控機構所影響，而此機構包含那些不在其網絡內的輸入。運動提升男性的興趣，而非女性與其他被邊緣化的男性。

Anderson(2005)的研究中指出，有三個因子交互作用，因而使得運動機構仍固執於其恐同與保守性別意識的再生產，這三個因子分別如下：運動作為「準全控機構」；運動員發現難以逃離其對生理性別與社會性別的單一價值認定。

1. 運動作為「隔離機制」：防止異性戀聽聞女性與同性戀的敘事與說帖。
2. 運動機制是一「封閉迴圈系統」：缺乏自我檢驗的批判。
3. 當此三者共同作用時，將使得運動絲毫不差地成為再現傳統男性氣概的機制。本文要更進一步指出，為了追求更高運動成就，而需付出更多，這也是個無盡迴圈(endless loop)。

在 Michael Robidoux 的研究中，有受訪者稱職業曲棍球的社會環境為「繭(cocoon)」，因為緊附著僵化男性氣概符碼的社會壓力，頻繁地支撐起運動員生活的所有步驟(引自 Anderson, 2005)。

因此，要在退休後挑戰曾生活多年的僵化機制，是相當困難的。很多運動員雖然看起來脫離體育界了(退休)，但情感上卻不見得能脫離對運動界的認同。Michael Jordan 退休後重返 NBA，雖是為人津津樂道的例子，滿足了全世界大部分球迷的渴望(以及財團的荷包)，但也顯示出明星球員對於舞台的需求。

運動是社會發展的社會化象徵，會隨著文化、時代和社會而改變。由歷史觀點來檢視，會發現運動代表了主流文化的思想、作法和社會的結構安排，複製了性別刻板印象，強化了男性氣概建構與認同，並且反映社會中既有的權力安排、地位和階級模式，同時，強化這些模式。這是個互動性的多向連結機制，一旦社會中的權力安排或地位階級模式改變，運動將隨之改變；反之，如果由運動開始產生改變，那麼社會性別分化的過程也會隨之改變。由運動開始翻轉男性氣概，強調多元價值的男性氣概認同，那麼我們的下一代將會有更豐富的生活想像，還會有更精彩的发展可能。

借用壟斷市場的觀念來看，運動在性別社會化過程中擔任的傳統角色，主要

是由「男性專利品(male preserve)」的地位來維持，也就是說，運動一旦是純男性的天下時，最能藉此定義男性特質。如前所述，Birrell 和 Cole(1990)認為，目前運動獲勝的關鍵在於體能之優越性，因此「運動是『特別強調』性別和性別傾向差異自然分化的主要活動」，並且，「運動規則不斷地將男性塑造成優於女性的樣子」(頁 18)。而在 Anderson(2005)的研究中指出，在「去除性別隔離的運動」中，男性能發展出建立在較少厭惡女性(misogyny)與恐同(homophobia)之上的男性氣概形式。就此看來，對於運動規則的討論與改變，諸如增加男女混合的運動項目，改變以體能為主的評分方式等，或許是讓運動環境逐漸朝向性別平等的解套方式之一。

第八章 政策建議

首先引用布萊頓宣言(The Brighton Declaration on Women and Sport, 1994)所標舉的關注於女性運動的目標：

1. 確保每位婦女與女孩都能夠在一個安全而支持的環境中參與運動，同時保有個人的權利、尊嚴與尊重。
2. 增加女性在所有層級、功能與角色的運動領域中參與。
3. 確保女性的知識、經驗與價值對於運動發展提出貢獻。
4. 促進大眾對於女性在運動參與上對於公共生活、社區發展與建立健康國家上的貢獻。
5. 促進女性去瞭解運動的內在價值，以及運動對於個人發展與健康生活的貢獻。

接著分別從政府政策、媒體報導、學校體育、競技體育等不同層級，提出如何促進運動中的性別平等的具體建議。

一、政府政策層級

(一)提高各體育運動相關委員會中女性委員的人數與比例，重視女性在體育決策中的發言，並將女性議題置於較高的討論順位。

相較於國際奧林匹克運動會中女性選手參賽的比例(以 2004 年奧運會為例，為 40.74%)，女性參與體育運動領導決策階層的比例則偏低(以 2004 年國際奧會委員為例，女性委員只佔 10.3%)。國際奧林匹克委員會早於一九九六年就確立以下目標：「國際奧委會、國際體育組織、各國奧委會，其決策階層當中，都必須有百分之二十以上為女性。」並呼籲各國組織在 2005 年 12 月 31 日前達成此目標。國際奧委會自身則期待 2007 年改組時能夠將女性委員的比例提高至 20%。中華奧林匹克委員會目前(2006.11)六十一名委員中，女性委員只有八名，佔百分之十三，尚未達到國際奧委會的目標。而且竟然還每下愈況，比上一屆女性所佔比例還低(上屆委員六十名中，女性委員為九名，佔 15%)。其中執行委員有十九名，女性二名，只佔百分之十一。根據 2004 年底的調查，已有 54 個國家的奧委會女性委員比例高於 20%，台灣相對落後甚多。中華奧林匹克委員會應明確訂下達到 20%目標的時間表，以及實際作法。並再逐步加以提高。

中華奧林匹克委員會的組織架構中雖設有婦女與運動委員會，但是奧委會的

網頁裡找不到婦女與運動委員會的職掌，曾經舉辦過怎樣的活動或擬定哪些政策等資料。經電話詢問，因執行秘書出國，其他工作人員表示除了執行秘書外，沒有其他人瞭解此委員會。

除了中華奧委會之外，國內其他相關體育運動委員會(例如各單項運動協會)其女性委員比例亦應逐步增加。並且在各委員會中，重視女性在體育決策中的發言，並將女性議題置於較高的討論順位。

(二)性別主流化

94 年 12 月 9 日行政院婦女權益促進委員會第 23 次委員會議通過「行政院各部會推動性別主流化實施計畫」要求各部會自行擬訂性別主流化實施計畫，並推動以下事項：

1. 性別統計：透過區分性別的(體育、運動)統計資料呈現，瞭解不同性別者的社會處境。
2. 性別分析：針對性別統計資料及相關資訊，從具有性別意識之觀點來分析性別(女性運動)處境及現象。
3. 性別預算：預算編列優先考量對於不同性別者的友善(運動)環境建制。
4. 性別影響評估：在制訂(運動、體育)方案、計畫、政策、立法時，考量不同性別觀點，對於不同性別者的影響及受益程度進行評估檢討。
5. 性別意識培力：透過性別主流化策略及性別意識相關研習訓練等，更瞭解不同性別者觀點與處境，提昇個人追求並落實性別平等之能力。
6. 組織再教育：透過組織內部性別主流化課程、研習或性別主流化實施計畫執行，讓組織內部人員產生性別主流化意識，並在其工作場域中加以落實。(以上六點，括號中的文字為作者所加。)

行政院體育委員會、教育部(體育司)亦受此規範，應於 2006 年年底前完成計畫之研擬。

(三)性別平等教育法

1972 年美國通過禁止性別歧視的「教育修正案第九條」(Education Amendment Act of Title IX)，兩年後，1974 年又通過「女性平等教育法」(Women's Educational Equity Act) 以爭取資源落實性別平等教育，並在 1976 年將性別平等條文納入「職業教育修正案」(Vocational Education Amendment Act) 中。明確規定凡接受聯邦補助之學校，其女性運動員所佔比例必須與學校女學生總人數所佔比例接近。提供培訓諮商服務、開發各種性別平等課程教材與教學方案，推廣

與出版有關性別平等教育的研究成果，鼓勵各級教育機構研發評估教材、課程，對教育人員提供性別平等培訓，提高職業教育、體育與教育行政訓練中性別平等的機會，推動防治性騷擾、暴力之計劃，研擬無歧視性向與成就的測驗工具，並增加各級教育行政的女性席位和對低收入的女性進行教育訓練等多項具體目標。

2003 年台灣通過「性別平等教育法」，也包含上述之目標。並明確規定，學校不得因學生之性別或性傾向而給予教學、活動、評量、獎懲、福利及服務上之差別待遇。學校應提供性別平等之學習環境，建立安全之校園空間。然而，此性平法對於校園體育的影響極其有限，建議教育部可以利用性平法的法源基礎，針對台灣特殊國情，參照如上述美國的規定：「女性運動員所佔比例必須與學校女學生總人數所佔比例接近」，進一步制訂可以操作化的具體規定。

二、媒體層級

目前無論電子或平面媒體的文字與攝影記者、播報員、球評中，女性的比例均偏低，應逐步提升女性的人數。至於體育運動報導提出如下建議：

1. 整體而言，應增加女性運動(員)的報導數量，尤其是女性運動員參與「男性」運動(如籃球、棒球、足球、高爾夫等)、男性運動員參與「女性」運動(如現代舞、水上芭蕾等)以及非競爭型運動的報導數量。
2. 在目前男性做為標準，女性做為她者、例外、特殊的社會性別規範下，男性運動員、教練等通常沒有加上「男」，而女性運動員則經常加上「女」字來形容。如非必要，或者是為了刻意強調女性的傑出表現，可以不必加上「女」、「女性」字樣。
3. 如果有性別相關資訊，無論在表達方式、記載順序與次序上，都應該公平公正地處理。例如不應該寫「運動員共幾名，包括幾名女性」，而應該寫「女男或男女分別有幾名，或者共幾名」。對於男女運動員的暱稱或外號，要避免各種(如性別、性傾向、種族、年齡)歧視，例如稱呼某女性運動員為「黑寡婦」、「男人婆」。
4. 描述體育運動中的女性時，要避免性別刻板印象，不要刻意強調女性的年輕、外表與穿著，照片尤其不要刻意刊登「穿梆」照，以免將女性運動員當作性對象(sex object)。
5. 加強傑出女性運動之報導，提供女性運動之典範。
6. 強調運動對於促進身心健康之正面裨益。

三、體育師資培訓

根據性別平等教育法第 19 條規定：「教師應鼓勵學生修習非傳統性別之學科領域」。將此法之精神放在體育學界，則教師應鼓勵學生修習非傳統性別的運動領域，例如鼓勵男學生修習舞蹈。

在師資培育過程中，應開設性別相關課程，確保所有學生(未來體育教師)都能夠接觸女性運動議題，並瞭解女性的特殊需求。

四、體育學術研究

目前台灣體育研究，絕大多數偏重於技能之研究，對於情意(如運動欣賞、社會文化)則比較少觸及。即使有關性別，但大多數將性別當作資料之「變項」，缺乏性別視角之分析。若以「女性主義」與「體育」或「運動」查詢全國博碩士論文資料網摘要欄位，出現結果只有三筆，其中只有一篇出自體育研究所。而國內有關運動中的性傾向議題研究，除了性別研究領域有四篇論文外，體育界對於同性戀幾乎是隻字不提。我們應該鼓勵女性與女性主義研究者從事體育運動的研究，同時也鼓勵以性別(女性主義)觀點從事體育學術研究。並廣設管道，讓性別體育相關研究結果公開以為週知。

五、學校體育教育

1. 確保體育教師與領導人員之人數在性別上取得平衡。
2. 體育老師教學應儘量求多樣化，不要只侷限在特性的一、二項運動，例如躲避球、籃球。每一個運動項目及格的門檻不必設得過高，以免讓學生感到挫折，反而畏懼此項運動。只要學生肯學習，就可以達到及格的門檻。學生必須有接觸的機會，然後才有可以培養此項運動的興趣。要確保每位男生與女生在專精於一種特定運動項目之前，都有相同足夠的機會接觸其他運動項目。授課時，儘量不要以性別作為分類，以致讓男女學生學習不同的運動項目(性別隔離教育)，或者對男女學生要求的標準不同。積極避免言行上的性別歧視，例如鼓勵男生運動，卻放任女學生在樹蔭下休息；或者稱讚女學生表現與男同學一樣好。然教師授課時(尤其如游泳、技擊運動)應避免身體有直接之不當接觸，同時教導男女學生注意對彼此身體之尊重。對於男女學生在運動參與上給予相同的股利以發展其自信；而處理男學生的問題行為時態度也需一致，避免以性

別偏見作為處罰方式，例如責罵體育表現不好的男學生為娘娘腔。

3. 目前學校的女性體育老師比例偏低(尤其是高中、大學)，建議透過培訓、聘任等方式增加女性體育教師的數量。並且應該打破老師授課內容的性別區隔，教師授課不要受限於自身性別的刻板，例如男體育老師也可以經由訓練而教授舞蹈，女老師也可以教授籃球、足球。
4. 應鼓勵非競爭性(強調合作、每個人都贏)的遊戲與運動。
5. 體育教科書在圖文安排的數量與內容上，不要存在性別偏差。更進一步，要多肯定女性在體育運動上的正面表現與成就，提供女學生學習的典範。
6. 校園體育運動空間應求多樣化，不要侷限在某一種特定運動空間，例如偏重大肌肉訓練的空間。提高運動空間的可及性與安全。並提供學生足夠、安全、具隱私的更衣與淋浴空間。
7. 在大學校園裡，為鼓勵女性運動，避免遭男學生歧視，降低在球場上打球之壓力，可以試辦「女性運動優先區」。當有女生想要運動時，此球場優先給女學生使用。
8. 強調運動對於促進身心健康之正面裨益。

六、競技體育

1. 確保女性擁有進入體育相關組織擔任領導階層的機會，鼓勵女性從事教練、行政、委員會委員等具有決策影響力的職位。督促政府持續關注女性體育運動議題，善用資源提供女性參與運動的機會，並提高女性運動員以及女性運動團體的曝光機會。確保相關組織能提供經費與人力資源以培訓女性教練與高層行政人員。重視女性在決策過程中的發言，並將女性議題置於較高的討論順位。
2. 無論在領導決策、預算、獎金、教練，都應注重性別平等。
3. 經由訓練與聘任以增加女性專業教練之人數與比例，以較符合女性運動員訓練之需求。(根據女性攀岩選手表示，攀岩時非常著重身體與岩壁的直接互動，光是抽象原則並不足夠，然而男女的身體構造不同，以致於男教練所提供的攀岩技巧，有時對於女性身體並不適用。)
4. 運動賽會應避免落入男性在運動場上競爭，而女性進行啦啦隊表演之模式。

5. 根據國家法令成立防治性騷擾的組織、訂定明確的申訴與處理流程、提供足夠之防治性騷擾資訊。

附錄

附錄一：體育白皮書諮詢委員會第 1 次會議會議紀錄

時間：94 年 12 月 16 日下午 2 時 30 分

地點：本會一樓會議室

主席：陳委員兼召集人全壽

記錄：古專員博文

出席人員：

黃委員兼副召集人啟煌

王委員同茂

李委員天任

何委員卓飛

周委員宏室

紀委員政

陳委員士魁

陳委員光復（蔡副會長賜爵代理）

許委員樹淵

楊委員志顯

劉委員北陵

鄭委員志富

蘇委員文仁

請假人員：

楊委員忠和

本會列席人員：

競技運動處 洪副處長志昌

全民運動處 何副處長金樑

運動設施處 胡副處長啟邦

國際體育處 周副處長瑞（吳小姐瑞娟代理）

綜合計畫處 葉處長景棟

江副處長秀聰

戴科長琬琳

古專員博文

壹、承辦單位報告

- 一、本會於 88 年發布我國第 1 本體育白皮書（如附件一）。然而，6 年多以來，不僅社會經濟發展、國內外體育發展現勢，以及政府的施政思維，已有顯著差異。為與時俱進，研擬前瞻的體育政策，提供更為優質的服務，以呼應民眾對於政府的期待。本會於本（94）年 8 月下旬接獲行政院指示，建請本會於研擬「健康台灣－我國體育發展策略」論述之際（已於本年 10 月完成，如附件二），同時著手規劃體育白皮書修訂事宜。
- 二、對於修訂作業，主任委員曾提示：在兼具代表性的前提下，擴大參與及凝聚共識。有鑒於未來修訂工作包括：決策與實際執行等兩個層次。本會規劃成立如下之任務小組（如附件三）：（1）體育白皮書諮詢委員會：邀集體育界意見領袖參與（共 15 人）。負責未來推動過程之諮詢與審議（白皮書議題、架構與內容）工作。為示本會對於撰擬白皮書之慎重，諮詢委員會由主任委員擔任召集人。（2）體育白皮書撰述小組：由本會邀請台灣大學王教授同茂擔任召集人，以貫徹諮詢委員會以及本會之決定。並配合議題內容需要，邀請各校之精英體育學者以及相關領域之非體育學者參加。人選由王召集人建議，經本會核定後遴聘。（3）體育白皮書支援小組：由本會副主任委員偕同各處副處長及綜合計畫處同仁組成。負責諮詢委員會之行政作業，以及支援未來撰述小組之需要。
- 三、本次會議主要係針對體育白皮書應如何修訂，進行討論、凝聚共識。本次會議之相關建議，將由撰述小組據以研擬體育白皮書修訂作業之執行計畫草案。相關規劃並將提交第 2 次諮詢委員會中討論，俾定案後由撰述小組與本會支援小組共同執行。

貳、討論事項

案由：有關體育白皮書內容、架構應如何修訂，提請討論。

說明：

- 一、目前政府施政思維、時空環境與 6 年前發布第 1 本白皮書時已有

顯著差異，諸如：

- (一) 全民運動人口已具備基礎資料。根據本會歷年所做的國民運動參與調查（2003 年 12.8%；2004 年 13.1%）與體能檢測資料，已可建立未來指標，並找出 population at risk，擬定優先順位與策略，趕上歐美先進國家水準。
- (二) 奧運成績已從破 0 金，達成去年雅典奧運奪 2 金，以至於今年世大運、東亞運締造我國歷屆最佳參賽成績，從而擬定「挑戰 2008 黃金計畫」，前瞻北京奧運 7 金的艱巨目標。其中展現的我國整體競技運動戰略思維，以及未來如何透過計畫落實，排除可能的困難與挑戰，在新版白皮書中均應有所論述。
- (三) 邇來新聞媒體對於閒置公共設施迭有批評，地方興建之體育館，未能發揮預期效果，尤為人所詬病。本會目前配合行政院六星社區計畫，檢討運用閒置空間興設多用途之綠美化運動公園，即回應以往施政措施可能產生之偏失。
- (四) 為呼應環保與能源短缺的世界趨勢，構思推動都會地區運輸接駁型的自行車路網系統，已納入本會「健康台灣－我國體育發展策略」中。計畫透過 transportation（或稱 commuting）physical activity 的落實，鼓勵民眾減少使用汽機車的通勤、上班（學）的機會，進而使個人健康與環境保育均能獲益。類此創新的施政思維，未來白皮書中亦應展現其具體規劃。
- (五) 申辦國際重大賽會為本會長久以來之施政目標，2009 高雄世運會與 2009 台北聽障達福林匹克運動會已提供展現與測試台灣舉辦大型國際賽會能力之場合，也可藉此凝聚國人對於體育發展之重視。至於前瞻 2020 奧運，以及期間擬規劃申辦之 2011 年世大運、2013 年東亞運、2018 年亞運等綜合性賽會等長遠目標，應如何整合資源，依序推動，亦是未來白皮書可納入之重點之一。
- (六) 拓展運動產業亦頗見新猷，諸如：籌辦中即將成形的運動彩券；如何從行銷奧運五環，找出台灣體育的新價值，建立符合台灣社會環境的賽會行銷計畫，擴增體育發展經費；以及透過活化運動賽會（如台灣馬拉松與國際自行車賽），帶動觀光發

展。

(七) 國家運動園區的興設規劃，已為我國未來體育發展注入另一股新的契機。

二、至於，往後每隔 5 到 10 年修訂體育白皮書可能將成為常態。本會於 88 年公布「中華民國體育白皮書—活潑的城鄉、強勁的競技、健康的國民」。為免造成前後版本在名稱上之混淆，是否能參酌文建會「2004 文化白皮書」、環保署「九十三年版環境白皮書」或經濟部「2005 年中小企業白皮書」等的範例，將年度別冠在白皮書名稱上，定名為「2006 年體育白皮書」。

以上所列是否妥適？提請討論。

主席裁示：

- 一、體育白皮書最遲應每 5 年修訂 1 次，以結合時代脈動，避免政策與現實環境無法結合。
- 二、修訂作業應先分析國內外環境的變遷與趨勢（如：全球化、高齡化、少子化、、、等），釐清台灣當前與未來的需要，找出核心的問題、重點與方向，並輔以相應之基礎研究。俾使未來白皮書內容除能具有深度、廣度外，並兼具本土需要與呼應國際趨勢。
- 三、白皮書修訂應善用國內相關部會（如：衛生署、內政部、行政院主計處、經濟部、教育部與本會等）之統計資料與資源，以及國外政府機構之研究成果與指標，予以直向與橫向的整合運用。
- 四、學校體育是運動發展的基礎，至關重要。有關如何落實學校體育以及連結全民與競技運動的發展，白皮書中應有明確架構與策略。
- 五、特殊與弱勢族群權益的保障是先進國家的指標。有關如何落實身心障礙、幼兒與老人等的運動權，在白皮書中應有相當篇幅予以論述。
- 六、婦女運動的議題在國際上日益受到關注，如何保障女性的運動權，以及推動、鼓勵其主動參與相關運動組織之運作（如研訂指標下限），請在白皮書中予以論述分析。
- 七、有關推動體育外交在國際與兩岸關係上應扮演之角色與定位，應有清楚立場與規範，並作為國內政府與民間團體從事相關交流時

之準則。修訂作業務須聆聽各方具有實務經驗之人士，以凝聚共識，形成明確可行之立場。

八、為使白皮書的政策規劃能納入民意機構之意見，以利未來國會溝通與政策落實。未來修訂過程中應函請立法院教育委員會之委員表示意見，並將其建議綜融在白皮書中。

九、撰述小組在撰擬白皮書內容時應不受既有框架限制之情況下，進行撰寫。並於初稿完成後再予以整合。

十、為免產生混淆，修訂之白皮書將定名為「體育白皮書 2006 年版」。

附錄二：體育白皮書諮詢委員會第2次會議會議紀錄

時間：95年1月16日下午2時30分

地點：本會1樓會議室

主席：陳委員兼召集人全壽

記錄：古專員博文

出席人員：

黃委員兼副召集人啟煌

王委員同茂

李委員天任

何委員卓飛

周委員宏室

陳委員士魁

陳委員光復

許委員樹淵

楊委員志顯

楊委員忠和

劉委員北陵（陳副秘書長金榮代理）

鄭委員志富

蘇委員文仁

請假人員：紀委員政

本會列席人員：

競技運動處 洪副處長志昌

全民運動處 何副處長金樑

運動設施處 胡副處長啟邦

國際體育處 周副處長瑞

會計室 黃主任雪雲

綜合計畫處 葉處長景棟

江副處長秀聰

朱專門委員文生

戴科長琬琳

古專員博文

壹、承辦單位報告

- 一、為擴大參與、凝聚共識，以推動體育白皮書修訂事宜，本會已邀集體育界意見領袖，籌組體育白皮書諮詢委員會，負責未來推動過程之諮詢與審議（白皮書議題、架構與內容）工作。第 1 次諮詢委員會議已於去 94 年 12 月 16 日召開，會中各諮詢委員對於未來白皮書撰述之方向，提出諸多建議。
- 二、為落實相關建議與構想，在第 1 次諮詢委員會議後，業由體育白皮書撰述小組王召集人同茂參據諮詢委員會之意見，研擬「中華民國體育白皮書—2006 年版」撰述計畫（草案）提交本次會議討論。俾定案後，將由撰述小組及支援小組共同推動。

貳、討論事項

案由一：檢陳「中華民國體育白皮書-2006 年版」撰述計畫（草案），如附件一，提請討論。

說明：

- 一、本案由撰述小組研擬，請王召集人同茂進行簡報（10 分鐘）。
- 二、本案所列基礎研究與調查（除學校體育部分由教育部負責外）原則將依「行政院體育委員會委託研究計畫作業要點」之規定辦理。惟依據前揭要點之經費編列標準所列「研究人員費」：每一委託研究計畫案之研究人員數，以不超過 4 人為原則；以及所需人事費用佔總經費比例，以不超過百分之五十為原則。將對本案之執行造成影響。
- 三、依本計畫草案所列，本次委外研究議題涉及層面廣泛，亟須科際整合。以第一部分及第三部分為例，每案之研究成員約 5 至 7 人。且由於調查部分之經費將整合至第二部分，因此，各研究案之主要經費項目將以研究人員費為主（將超過百分之五十）。為順利推動體育白皮書之修訂事宜，有關本案委外研究部分，建議參照「行政院所屬各機關行政及政策類委託研究計畫經費編列原則及標準」之規定辦理（如附件二：研究人員 4 人之限制得經機關首長同意酌予增列；以及未列百分之五十人事經費

比例上限)。

主席裁示：本案主體架構相當完整，原則可行。請撰述小組參酌以下建議，進行修正：

一、第一部分「先進國家體育制度」

- (一) 本部分列有 7 國，是否將重點集中在日本、中國（大陸）、美國、德國與澳大利亞等 5 國，或再增列俄羅斯 1 國，請撰述小組考量其必要性與資料取得之可行性，再行審酌。
- (二) 何謂先進國家或體育大國，有其多元選取指標。為免爭議，是否考量以「國際體育政策比較」取代「先進國家體育制度」為標題。
- (三) 各國體育發展資料之蒐集，以不派員出國為原則。如有必要，可協請駐外單位提供協助。

二、第三部分「我國體育發展焦點論述」

- (一) 議題 1「全球環境變遷與體育」、議題 6「空間與運動」及議題 12「體育運動資源整合規劃」等題目很好，惟範圍均相當大。研究是否能夠完成，請再行考量。
- (二) 所列 13 議題，涵蓋範疇甚廣，請思考配合目前體育運動推展之核心價值「健康+卓越」，以及未來待努力開發之新興課題等方向，研議予以整併。如：議題 7、8、9 等，可考慮合併為「體育與教育」。
- (三) 議題 13「商業與運動」請研議將運動對經濟層面之影響（如：降低健保支出、促進旅遊觀光、、、等），納入分析，擴大研究層面。
- (四) 建請增列「職業運動發展策略」。

三、其他

- (一) 未來體育白皮書所列之政策與策略，除係由基礎研究與調查等分析而得外，仍須與國家政策主軸（諸如：健康台灣、六星社區計畫、拓展國際關係、、、等）結合。
- (二) 有關 88 年版體育白皮書所列內容，迄今已落實多少，請本會各業務單位填列彙整。

- (三) 本研究案之審查，以不委外辦理為原則。除公開辦理成果發表外，建議由本諮詢委員會擔任未來研究報告之審查角色。可考量在會外之適當地點召集，以 1 至 2 天的方式，進行密集審查。
- (四) 為能擴大參與，蒐整各方多元意見。未來白皮書研訂過程是否加入公聽會之程序，請撰述小組納入考量。
- (五) 有關陳委員光復所提書面建議（如附件），請撰述小組列入參考。

附錄三：體育白皮書諮詢委員會第3次會議暨各議題撰述構 想簡報會議紀錄

時間：95年6月10日上午9時整

地點：國立台灣大學綜合體育館2樓247會議室

主席：陳委員兼召集人全壽

記錄：體育白皮書撰述暨工作小組

出席人員：

黃委員兼副召集人啟煌

王委員同茂

何委員卓飛

李委員天任（陳教授景星代理）

周委員宏室（吳教授政崎代理）

許委員樹淵

陳委員光復（蔡副會長賜爵代理）

陳委員國儀

康委員世平

楊委員志顯

楊委員忠和

劉委員北陵

本會列席人員：

競技運動處 洪副處長志昌

全民運動處 何副處長金樑

國際體育處 周副處長瑞

綜合計畫處 彭處長台臨

朱專委文生

戴科長琬琳

古專員博文

請假人員：

紀委員政

鄭委員志富

蘇委員文仁

本會運動設施處 胡副處長啟邦

壹、承辦單位報告（體育白皮書撰述暨工作小組）

一、體育白皮書暨工作小組專案報告：

（一）作業目標：

1. 建立平台、促進交流
2. 排定流程、推動進度
3. 提供服務、解決問題
4. 加強資訊、增進品質

（二）95 年 5 月至 6 月已執行作業內容：

- | | |
|------------------|--|
| 5 月 1 日～7 日 | 1. 撰述暨工作小組第一次會議
2. 籌辦陳主委與主持人座談餐會 |
| 5 月 8 日～14 日 | 1. 撰述暨工作小組第四次會議
2. 陳主委與主持人座談餐會
3. 發送電子報 |
| 5 月 15 日 | 1. 撰述暨工作小組第三次會議
2. 籌辦計畫說明事宜 |
| 5 月 16 日～21 日 | 1. 專題計畫說明會
2. 規劃線上管理系統
3. 發送電子報 |
| 5 月 22 日～28 日 | 1. 撰述暨工作小組第四次會議（05/22）
2. 發送電子報 |
| 5 月 29 日～6 月 4 日 | 1. 撰述暨工作小組第五次會議（05/22）
2. 發送電子報
3. 線上管理系統試用 |
| 6 月 5 日 | 1. 撰述暨工作小組第六次會議（06/05）
2. 籌辦專題計畫撰述構想書簡報
3. 發送電子報 |
| 6 月 10 日 | 辦理專題計畫撰述構想書簡報 |
- （三）95 年 6 月至 8 月規劃執行內容：**
- | | |
|-----|---------------------------------|
| 6 月 | 1. 召開撰述工作小組會議
2. 協助各專題計畫撰述事宜 |
|-----|---------------------------------|

3. 執行線上作業管理系統
4. 規劃我國體育運動基礎調查內容

- 7 月
1. 召開撰述工作小組會議
 2. 協助各專題計畫撰述事宜
 3. 執行線上作業管理系統
 4. 規劃執行我國體育基礎調查

- 8 月
1. 召開撰述工作小組會議
 2. 協助各專題計畫撰述事宜
 3. 執行線上作業管理系統
 4. 規劃辦理期中審查會

二、線上作業管理系統簡報：

- (一) 本系統平台分線上作業、知識分享及全民參與三部份。
- (二) 經費預算：新台幣 22 萬元。
- (三) 策略聯盟：本案網站系統維護及更新由 Me 工廠支援。

貳、討論事項（各議題撰述構想簡報與討論）

說明：

- 一、本次簡報包括撰述計畫第一部分「國際體育運動制度比較分析」（6 個議題）以及第三部分「我國體育發展焦點論述」（10 個議題），由各議題代表依後附流程表排定時段進行簡報。
- 二、時間控管：為提升會議進行效率，本次簡報與討論將依流程表進行時間控管。除第一部分因同質性較高，採共同簡報方式進行討論（預計 1 小時）。其他各議題簡報與討論時間僅有 20 分鐘（簡報請於 7 分鐘內完成，討論時間則於 13 分鐘內完成），時間截止前 1 分鐘，將由議事人員按鈴 1 次提示。時間結束按鈴 2 次，簡報或發言討論必須立即停止。各議題時段間隔 5 分鐘，以作為換場準備。
- 三、迴避原則：諮詢委員如另有擔任各撰述議題主持人，請於各該議題簡報後之討論時段自動迴避，以提升審查之嚴謹性。

參、各議題簡報與討論意見：（審查意見彙整表如附件）

主席裁示：

- 一、體育白皮書相關後續執行工作，請撰述暨工作小組依撰述計畫所定期程積極執行並提供各專題計畫研究團隊必要之協助。
- 二、體育白皮書各專題計畫構想書簡報審查意見由撰述暨工作小組彙整後報會核備，並轉請各專題研究團隊參酌修正。
- 三、本案線上作業管理系統請撰述暨工作小組完成規劃試用後，充分啟動功能，以利相關資訊交流及進度管控。

肆、散會：下午 4 時 30 分

專題計畫構想書審查意見暨回覆說明表

計畫編號：10 性別與運動	
填表說明： 請於下表左側各項審查意見於右側回覆說明欄中逐項填寫後續擬執行情形之說明文字，如：1.依審查意見辦理 2.審查意見納入執行參考 3.執行審查意見有其困難(請加註文字說明) 4.其他	
審 查 意 見	回 覆 說 明
一、請提供外國案例，作為我國未來在處理兩性運動政策之參考。 二、國際奧會的兩性運動政策是與聯合國國際共識，這些國際上的正面例子，建議可列入參考。 三、請納入國內國民及學生運動權益問題。	已將美國 Title 9 以及英國布來頓宣言等實例列入。指出國民女性運動所遭遇之阻礙，並提出改善建議。
撰述暨工作小組補充意見： 一、請將撰述內容架構，另填於附件二（撰述內容架構章次表）。 二、請配合專題計畫章節焦點課題需求，填寫欲瞭解之我國體育基礎調查資料類項內容，俾利列第二部份作業執行（請另填於附件三）。 三、請配合專題計畫性質特性，舉辦產官學跨界領域焦點議題座談會，並充分納入實務經驗豐富之意見領袖，如體育團體負責人、秘書長、總幹事、教練、民代、媒體代表、行政人員等，參考名單請至體育白皮書平台下載。 四、請配合專題計畫特性，對熟稔專題內容之代表性焦點人士領袖進行訪談（深度匯談），以蒐集及發揮更完整之第一手資訊，參考名單請至體育白皮書平台下載。 五、請盡量取得原始資料及各國量化數據作為比較分析之依據。	
待協助及協調事項：	

附錄四：體育白皮書諮詢委員第4次暨第5次會議會議紀錄

時間：95年9月25日（星期一）上午9時整

地點：國立台灣大學綜合體育館2樓247會議室

主席：陳委員兼召集人全壽 記錄：體育白皮書撰述暨工作小組

出席人員：

黃委員兼副召集人啟煌
王委員同茂
何委員卓飛
李委員天任（陳教授景星代理）
周委員宏室
許委員樹淵
陳委員光復（蔡副會長賜爵代理）
康委員世平
楊委員志顯
鄭委員志富
蘇委員文仁

本會列席人員：

全民運動處 何副處長金樑
綜合計畫處 彭處長台臨
戴科長琬琳

請假人員：

紀委員政
楊委員忠和
劉委員北陵
陳委員國儀
本會競技運動處 洪副處長志昌
本會國際體育處 周副處長瑞
本會運動設施處 胡副處長啟邦
本會綜合計畫處 江副處長秀聰
本會綜合計畫處 朱專門委員文生

會議流程：

時間	內容	備註
0900-0910	報到	
0910-0920	主持人致詞	
0920-0930	工作報告	體育白皮書撰述小組報告當前工作推動情形以及本次簡報會議之流程與作業方式
0930-1050	討論提案一	確認期中報告書面審查意見（每項專題計畫討論 5 分鐘，流程表請參考會議手冊附件一）
1050-1100	茶敘時間	
1100-1130	討論提案二	「第 1 版體育白皮書執行情形評核報告（初稿）」
1130-1200	討論提案三	體育白皮書 2006 年版章節架構（草案）
1200-1210	臨時動議	
1210	散會	

說明：

- 一、本次會議為第 4 次及第 5 次諮詢委員會議合併召開，為提升會議進行效率，本次會議將依流程表（如會議手冊附件一）進行時間控管。
- 二、因各專題於會前已有書面審查作業，並分別委請每位諮詢委員審閱 2~3 篇期中報告，故本次會議各專題計畫討論時間僅有 5 分鐘。討論時間截止前 1 分鐘，將由議事人員按鈴 1 次提示，時間結束按鈴 2 次。
- 三、迴避原則：諮詢委員如另有擔任各專題計畫主持人，請於討論時段自動迴避，以提升審查之嚴謹性。

壹、承辦單位報告（體育白皮書撰述暨工作小組）

一、體育白皮書撰述暨工作小組專案報告：

項目	時間	內容
95 年 6 月至 9 月已執行作業內容	6 月 19 日	撰述暨工作小組第七次會議
	6 月 26 日	撰述暨工作小組第八次會議
	6 月 27 日	發送電子報第 4 號
	7 月 3 日	1. 撰述暨工作小組第九次會議 2. 確認各專題計畫構想書審查意見暨回覆說明表
	7 月 11 日	1. 撰述暨工作小組第十次會議 2. 規劃各專題計畫撰述格式、內容架構及規範提供下載 3. 確認各專題計畫構想書審查意見暨回覆說明表
	7 月 18 日	1. 撰述暨工作小組第十一次會議 2. 確認各專題計畫構想書審查意見暨回覆說明表 3. 訂定期中報告執行進度及期程
	7 月 28 日	1. 撰述暨工作小組第十二次會議 2. 確認各專題計畫構想書審查意見暨回覆說明表 3. 討論體育白皮書 88 年版執行評核表撰述格式草案
	7 月 30 日	發送電子報第 5 號
	8 月 4 日	1. 撰述暨工作小組第十三次會議 2. 確認各專題計畫構想書審查意見暨回覆說明表

		3. 訂定體育白皮書 88 年版執行評核表撰述格式草案，報請體委會核備 4. 函請體委會及體育司就體育白皮書 88 年版體育指標策略說明執行情形
	8 月 11 日	1. 撰述暨工作小組第十四次會議 2. 確認各專題計畫構想書審查意見暨回覆說明表 3. 擬定期中書面報告審查程序
	8 月 14 日～ 8 月 21 日	1. 推薦期中報告書面審查委員 2. 由十位委員推薦名單，每一專題計畫由 2 位委員進行書面審查
	8 月 18 日	1. 撰述暨工作小組第十五次會議 2. 確認各專題計畫構想書審查意見暨回覆說明表 3. 訂定期末發表會實施計畫（如會議手冊附件六）
	8 月 25 日	1. 撰述暨工作小組第十六次會議 2. 修訂期末發表會日程表 3. 討論體育白皮書 2006 年版章節架構草案
	9 月 1 日～ 9 月 15 日	1. 期中報告書面審查 2. 每一專題計畫由 2 位委員進行書面審查
	9 月 1 日	1. 撰述暨工作小組第十七次會議 2. 修訂期末發表會實施計畫 3. 討論體育白皮書 2006 年版章節架構草案
	9 月 15 日	1. 撰述暨工作小組第十八次會議 2. 研擬體育白皮書 2006 年版章節架構草案
	9 月 22 日	1. 撰述暨工作小組第十九次會議

		2. 研擬體育白皮書 2006 年版章節架構草案
95 年 10 月至 12 月	9 月 26 日~ 9 月 30 日 (預定)	1. 函請各專題撰述團隊依書面審查意見暨諮詢委員會第四次暨第五次會議決議事項修正報告書內容並持續執行後續撰述工作 2. 函請各專題撰述團隊依統一撰述架構撰寫期末報告
	10 月 (預定)	1. 召開撰述暨工作小組會議 2. 籌備辦理期末成果發表會
	11 月 11 日 (預定)	辦理期末成果發表會
	11 月 17 日 (預定)	體育白皮書 2006 年版期末成果審查會
	11 月~12 月 (預定)	1. 依據第一版體育白皮書執行情形評核報告內容執行基礎調查 2. 依據體育白皮書 2006 年版章節架構完成撰述內容

二、線上作業管理系統簡報：

- (一) 本系統平台分線上作業、知識分享及全民參與三部份。
- (二) 新增資訊提供各專題計畫下載：包括體育白皮書 88 年版、體委會「黃金計畫」、相關體育政策檔案、工作小組會議記錄及各專題期中報告等。

貳、討論事項

提案一

案由：體育白皮書 2006 年版—16 項專題計畫期中報告書面審查意見，提請討論。

說明：一、16 項專題計畫業已於會前分請審查委員（每項專題由 2 位審查委員審閱），就其章節架構及撰述內容提出建議，審查意見表彙整後如會議手冊附件二。

二、檢附 16 項專題計畫期中報告。

決議：一、各專題計畫審查意見由撰述暨工作小組彙整後報會核備，並轉請各專題研究團隊參酌修正，彙整表如附件一。

二、各國體育運動制度之架構已擬定，所有專題之撰述格式亦已確定並公布於網站上提供下載，請提醒各計畫小組依擬定之撰述格式撰寫。

三、體育、運動、休閒之名詞定義，請白皮書撰述暨工作小組加以釐訂闡釋，以提供各計畫參考使用。

四、各計畫內容重疊部分，由白皮書撰述暨工作小組負責查核並協調相關專題計畫在撰述上予以適當區隔。

提案二

案由：有關「第 1 版（88 年版）體育白皮書執行情形評核報告（初稿）」，提請討論。

說明：依合約執行有關第 1 版體育白皮書（88 年版）執行情形檢核作業，業已委請體委會及體育司就所屬業務陳述「第 1 版體育白皮書」體育指標策略執行情形，如會議手冊附件三。

決議：一、未來體育發展指標配合新版白皮書的撰述方向再行研訂。

二、撰述暨工作小組請針對重要評核指標，規劃發展體育白皮書撰述計畫第二部分—基礎調查資料建構內容。

提案三

案由：有關體育白皮書 2006 年版章節架構（草案），提請討論。

說明：經撰述小組第 17～19 次工作會議討論，提出體育白皮書 2006

年版章節架構（草案），如會議手冊附件四。

決議：一、撰述暨工作小組可據此章節架構執行相關撰述工作。

二、11 月各專題計畫期末成果發表會後，撰述暨工作小組可再行微調。

參、臨時動議：無

肆、散會：中午十二時

專題計畫期中報告審查意見暨回覆說明表

計畫編號：10 性別與運動	
填表說明：請於下表左側各項審查意見於右側回覆說明欄中逐項填寫後續擬執行情形之說明文字，如：1.依審查意見辦理 2.審查意見納入執行參考 3.執行審查意見有其困難(請加註文字說明) 4.其他	
審 查 意 見	回 覆 說 明
壹、書面審查意見： 甲委員： 一、請補充說明性別與運動報告內容中，五大議題的邏輯思考，再於各章前言中，說明各節之鋪陳用意。 二、注意是否已回應上次審查意見：二、國際奧會的兩性運動政策.....之建議。 三、注意是否已回應上次撰述小組之補充意見：三、及四、所提意見內容。 乙委員： 一、本研究計畫先將國外的論述、經驗研究與實務進行整體回顧，再將臺灣的現況，進行回顧與反省，進而提出體育性別政策的建議。就整體而言，不論架構，內容或方法皆為上乘之作。 二、性別之議題在體育學界及體育政策面，皆較少涉及且受到忽視，本計畫能做較完整的整理，實有其貢獻與價值。 三、本專題最後一章的政策建議，應是體育白皮書最重要的撰寫根源，是否除政府層級、學校及個人之羅列外，增加社會民間的部分，並顯示出優先順序，以利政策的推展。 四、本計畫皆能依審查意見做補充，在回覆說明及內容上做了印證。 貳、諮詢委員會議發言及書面意見彙整如下： 一、前揭意見請各專題計畫主持人暨研究團隊納入撰述參考。 二、是否能提出讓女性多多參與體育界行政決策面的建議方案。 參、撰述暨工作小組補充說明： 一、章節架構已於構想書說明會後統一明訂（如附件三）；計畫封面及內文撰述格式請至體育白皮書網頁下載。 二、期末成果報告書章節頁數之原則如下：本文以 5~7 章為原則，每章 3~4 節，每節 4~6 頁，預計本文總計約 60~168 頁（請盡可能勿少於 90 頁），附錄頁數不計。 三、請將法規、重要歷史文件或其他過量內容列為附錄，便於查閱。	撰寫過程中已舉辦一場專家座談會，邀請體育研究者、體育教師等參加討論。 每個章節皆有前言描述該節主要議題之意義。最後一章政策建議分為政府、媒體、教育、研究等不同層級，也區分短、中、長期之目標。

四、各專題計畫撰述時，對於體育白皮書 2006 年版體育與運動相關名詞使用概念，在 95 年 9 月 25 日第 4 次暨第 5 次諮詢委員會議討論過程中，建議由撰述暨工作小組綜整委員意見，研擬相關名詞使用概念說明提供各專題計畫參考採用（如附件四）。 五、前揭審查意見煩請各專題計畫研究團隊填列審查意見回覆說明表，於二週內回傳。	
待協助及協調事項：	

附錄五：體育白皮書諮詢委員會第 6 次會議會議紀錄

時間：95 年 11 月 27 日（星期一）下午 2 時 30 分整

地點：國立台灣大學綜合體育館 2 樓 247 會議室

主席：陳委員兼召集人全壽

記錄：體育白皮書撰述暨工作小組

出席人員：

黃委員兼副召集人啟煌

王委員同茂

何委員卓飛

李委員天任

康委員世平

許委員樹淵

陳委員光復（沈永賢代理）

楊委員忠和

蘇委員文仁

本會列席人員：

綜合計畫處 彭處長台臨

戴科長琬琳

洪專員秀主

全民運動處 何副處長金樑

運動設施處 胡副處長啟邦

請假人員：

周委員宏室

紀委員政

楊委員志顯

劉委員北陵

陳委員國儀

鄭委員志富

會議流程：

時間	內容	備註
1420-1430	報到	
1430-1435	主持人致詞	
1435-1440	工作報告	體育白皮書撰述小組工作報告
1440-1632	討論提案	專題計畫期末報告審查
1632-1635	臨時動議	
1635	散會	

壹、工作報告（體育白皮書撰述暨工作小組）**一、「中華民國體育白皮書—2006 年版初稿」撰述期程訂定如下：**

日期	工作要項
11/20~11/26	1. 確定白皮書撰述分工 2. 確定白皮書撰述格式 3. 確定白皮書撰述方式 4. 確定白皮書撰述期程 5. 以部落格方式置於網站上共讀及討論
11/27~12/3	1. 撰述小組與研究團隊代表協調撰述相關事宜 2. 進行撰述工作 3. 以部落格方式置於網站上共讀及討論
12/4~12/10	1. 修訂白皮書初稿（一） 2. 彙整資料 3. 以部落格方式置於網站上共讀及討論
12/11~12/17	1. 修訂白皮書初稿（二） 2. 彙整資料 3. 以部落格方式置於網站上共讀及討論
12/18~12/23	1. 籌辦第七次諮詢委員會議

	2. 審查白皮書初稿 3. 以部落格方式置於網站上共讀及討論
12/25	1. 「體育白皮書 2006 年版初稿」報會 2. 「體育白皮書撰述實錄」報會 3. 以部落格方式置於網站上共讀及討論

二、擬定「中華民國體育白皮書—2006 年版」初稿之章節架構（草案）。

三、中華民國體育白皮書 2006 年版網路平台，有關全民參與以部落格方式置於網站上共讀及討論作業，將於近日內開放。

貳、討論事項

提案一

案由：體育白皮書 2006 年版—16 項專題計畫期末報告書面審查意見，提請討論。

說明：一、每項專題計畫業已於會前分請 2 位諮詢委員審閱，就其撰述內容提出建議。

二、審查意見提供各專題計畫作定稿前之修正參考。

決議：一、本次諮詢委員會議之審查結果，併同體委會各業務處針對各專題計畫之意見，提供各研究團隊作為修正參考，諮詢委員審查意見表如附件一。

二、16 研究計畫共通性部分依據審查委員意見及本次會議決議事項，請撰述暨工作小組以補充說明方式請各研究團隊遵照辦理（例如目次、章節架構格式等）。另有關名詞用法、外國譯文書寫方式等由撰述暨工作小組統一規範，並提供研究團隊作為修正依據。

三、各專題計畫請正確登錄於 GRB 系統，期末成果報告書之格式，包括封面格式、中英文摘要（包括研究緣起及

經過、研究方法、重要發現及主要建議，並加註關鍵詞)、建議事項(分立即可行建議及中長期建議兩類)等撰述規範，請依據行政院體育委員會委託研究期末報告格式撰述(如附件二，或下載網址：

http://www.ncpfs.gov.tw/upload/2004_12_29_930730-7.doc)。

- 四、各專題計畫成果報告修正後於12月15日前回傳撰述暨工作小組。
- 五、為增進白皮書初稿與現況及現行政策之結合，請撰述暨工作小組提供白皮書初稿，由綜計處轉發各主管業務處檢視及補正，並研擬我國體育短中長程發展策略。
- 六、白皮書各項成果報告將適時置於白皮書網站上，第一階段提供諮詢委員、審查委員、支援小組、各研究團隊、撰述暨工作小組等社群上網，以部落格方式溝通討論。第二階段再開放全民共讀共享，以廣收政策宣導之效。
- 七、執行白皮書撰述第一階段(95年4月~95年12月)發現之重要未竟課題，例如我國體育基礎調查、白皮書研究成果線上專題討論(體育政策網路宣導計畫)、各專題分區焦點團體跨界座談(包括產官學、民代、媒體等社群)、職業運動發展策略研究、運動產業調查及產值推估……等課題，由撰述暨工作小組列入第二階段提報。

參、臨時動議：無

肆、散會：下午六時

專題計畫期末報告審查意見暨回覆說明表

計畫編號：10 性別與運動	
填表說明： 請於下表左側各項審查意見於右側回覆說明欄中逐項填寫後續擬執行情形之說明文字，如：1.依審查意見辦理 2.審查意見納入執行參考 3.執行審查意見有其困難(請加註文字說明) 4.其他	
審 查 意 見	回 覆 說 明
壹、書面審查意見： 一、第二章男女身體的生理差異，其內容第一節...生奧運項目中表現情形，第三節運動場上的性別，第四節建議。節和理差異，第二節...章名不合，宜否改章名為「第二章男女運動生理差異」，或其他改法。 二、第三章學校體育，按內容，宜改為「第三章學校體育的性別建構」，按內文宜改為「美國性別平等教育法之實施過程」。又，37 頁編號(2)「以躲避球物理空間配置為例看兩性分析」是什麼意思，不清楚。又，45 頁「國外經驗探討」與 43 頁之節「五、學校體育教師與兩性的連結」不合。 三、摘要第六章說明與內文說明有差異。 四、摘要第七章說明與內文說明有差異。 五、摘要提到第八章「則分別就中央各級政府單位、民間團體、學校（校園空間、政策、師資培育、教法、教科書撰寫）、個人不同層次，提出具體的促進運動中性別平等的策略建議，但是，內文無第八章。 六、第七章運動與男性氣概之六節先寫在章名稱下，請注意考慮排法。 七、本論著是多人執筆，能否由一人全部閱覽潤飾，以利文詞、句、結構的統一。 八、第一章前言，是否改為「緒論」，以利與他章節前言區別。 九、在研究架構方面，共有八章（尚缺第八章），每一章節的結構，令人感到輕重不一，如能再給予適當的補充一些資料則較為完美。 十、有關第二章討論男女的生理差異，如能再從運動醫學、差異心理學（女性心理學）、文化人類學、精神醫學或運動心理學的角度來加以分析、評述，或許能使本章節更為完整。 十一、有關結論或建議方面，如能分別從個體層面、學校層面、社會層面來歸納分類，而在建議事項方面，也分別從短、中、長程方面，提出改善建議方案的優先次序，則本研究的成果更為完美；在實施應用上，也更容易掌握其重點，而提升其工作績效。	因為研究計畫的名稱已經是性別與運動，所以每個章節皆與此主題有關。第二章之名稱仍然使用「男女身體的生理差異」，在計畫名稱的脈絡下，已經意旨運動的生理差異。 摘要與內文章節不符之處，已經修改。 政策建議已經區分政府、學校、媒體、研究等不同層級，也已經區分短、中、長期所欲達到之不同目標。

貳、體育白皮書支援小組意見彙整如下： 一、各專題計畫期末成果報告書應加入目錄、圖次、表次。 二、各專題計畫期末成果報告書之中英文摘要，應包括：<u>1.研究緣起及經過、2.研究方法、3.重要發現及主要建議(建議事項分立即可行建議及中長期建議兩類)</u>，並加註<u>4.關鍵詞(至少三個)</u>，請參考附件一。 三、第二章第三節「二、生理期與運動」，建議能否加入有關游泳池採月票制對女性參與運動之影響論述與檢討因應。 四、第四章建議修正部分條列如下： 1.「表一：2004 年參加國際性運動賽會之我國選手性別統計」，建議增列 2005 年亞運代表隊統計數字。 2.「表二：國內主要之全國性運動賽事男女選手參與人數」，建議增列 94 年全國運動會及 95 年全民運動會資料。 3.「以競賽項目言，臺灣區中等學校運動會在各競賽項參賽選手的性別方面，體操項女性多於男性……」，上述文字說明並無任何統計數字表格佐證。 4.「表？：國內運動賽事競賽獎金的性別差異」建議增列參與人數，避免因資料參考不同而誤解。 5.「(三) 競技運動鐘的性別取向與運動組織」之委員會統計表格，建議增列本會性別平等專案小組，與中華奧會婦女參與運動委員會。 6.「(三) 競技運動鐘的性別取向與運動組織」，建議增加論述部分專辦女子運動項目之協會，如元極舞、全民羽球協會組隊參加日本婦女羽球賽…等 參、撰述暨工作小組補充說明： 一、各專題計畫報告書之封面與書背格式、章節架構格式(例如：章、節、一、(一)、1…)、標點與名詞用法、外國譯文書寫方式、參考文獻 APA 格式等，由撰述暨工作小組統一修正潤飾。 二、各專題計畫成果報告修正後於 12 月 15 日前回傳撰述暨工作小組，俾便後續作業。	論文格式，包括目錄、圖表目錄等已經加入，中英文摘要也已列入。 有關游泳池月票之討論也已加入。 增加奧運與亞運台灣男女選手之奪牌數。
待協助及協調事項：	

附錄六：

有關性別平等議題的體育電影

片名	導演	劇情簡介	體育項目	發行國家	出版年代/長度
棒球上的間諜 (A Spy in the House that Ruth Build)	維納琳·葛林 Vanalyne Green	導演嘗試從女性觀點來探討男人的棒球世界。本片就如棒球場上的本壘與一、二、三壘，有著四段式的敘事結構。在半嘲諷半帶幽默的旁白中，觀看者得以重新思考棒球術語背後的父權意識，以及球場空間的深層意義。	棒球	美國/實驗電影	1989/29 min.
夢幻舞神 (The Tango Lesson)	莎莉·波特 Sally Potter	電影導演莎莉正在構思新劇本而煩惱，偶然看到一齣充滿魅力的探戈演出，深受感動的她決定暫時放棄工作，學習跳探戈。她找上知名探戈舞者帕布羅教她跳舞，在教舞的過程中，兩人之間微妙的情愫與權力拉鋸關係，也隨著舞步的貼近漸趨向高潮...。 本片根據導演個人的經驗發展而來，可說是遊走於現實情境與虛構生活間的一次嘗試。劇情則是在兩種不同的觀點中交互往來，從英語文化到拉美傳統，從觀看到被觀看，從領導到被領導，從愛到被愛.....。藉由學舞的過程，影片也從單純的舞蹈課昇華為一種對生命課題的探討，而所有關於男人、女人、友情、妒嫉...的思索，都在探戈舞步中開展出新的方向。	舞蹈	英國/劇情	1972/102 min.
日本摔角女 (Gaea Girls)	金·隆吉諾托和潔諾威廉斯 Kim Longinotto and Jano Williams	「Gaea Japan」是1995年由女摔角手長與千種（Chigusa Nagayo）領軍組成。 這支日本女子職業摔角團體，多年來在摔角場上創下膾炙人口的佳績，更造就多位摔角明星。本片以「Gaea Japan」的訓練場為主要拍攝地點，看看這些Gaea女孩們是如何揮灑汗水，成為日本女子摔角界中的閃亮明星。	摔角	日本/英國/紀錄	2000 / 106min
貴妃浮游記 (Buoyant)	茱莉韋曼 Julie Wyman	描寫「胖百合游泳軍團」的奮鬥之路，以及對於阿幾米德浮體力學對人體浮力研究的故事，大力讚頌胖子的浮力。本片讓觀眾看到很豐富的生命，其實肥胖女性一樣可以游得很輕盈自在，展現運動美。	游泳	美國/紀錄/黑白	2004/28 min

片名	導演	劇情簡介	體育項目	發行國家	出版年代/長度
女拳至上 (A Knock Our)	泰莎伯曼與 山繆瑞茲格 Tessa Boerman & Samuel Reiziger	拳擊冠軍蜜雪因對拳擊運動的執著與熱愛，在拳擊生涯中創下女子拳擊難得一見的紀錄；可是光輝的紀錄卻無法鞏固贊助商對她的信心。因為拒絕媒體拍攝賣弄風情的裸體照，一位了不起的世界冠軍受到只想賣弄女性運動員性感的企業排擠、驅逐。本片堪稱「登峰造擊」的真人紀錄版。	拳擊	荷蘭 /紀錄	2004/53 min
海洋之心 (Heart of the sea ; Kapolioka 'ehukai)	麗莎丹克與 夏洛特拉嘉 迪 Lisa Denker & Charlotte Lagarde	本片是夏威夷傳奇女衝浪選手瑞兒的影像傳記。瑞兒是職業女子衝浪聯盟的創始人，當她不斷致力於在以男性為主的衝浪世界拓展一片女性天地的時候，卻發現自己得了乳癌。她仍不斷努力為女性衝浪奔走，關懷環保議題，呼籲太平洋群島的女性正視乳癌問題。本片是她積極展現生命光輝的故事。	衝浪	美國 /紀錄	2002/57 min
紅粉聯盟 (A League of Their Own)	潘妮馬歇爾 Penny Marshall	時值 1943 年，美國境內大批男人被派至國外當兵，境內的職棒面臨人員的短缺，因而成立女子職業棒球隊棒球隊。Dotti 和 Kit 是一對姊妹花，在家鄉的棒球比賽中，Dotti 被球探 Ernie 所發覺，力挖 Dotti 至芝加哥打職業棒球隊，Dotti 興趣缺缺，但妹妹 kit 深為此機會所吸引，Ernie 答應 Kit 一同加入職棒隊，只要她說服姊姊答應。姊妹倆在最後一刻趕上了火車前往芝加哥，Ernie 在途中挖掘了 Marla 同行。當時有許多人反對女人打棒球，他們認為那是男人的事。但她們和來自各地的棒球英雌(包括 Mae, Doris, Alice, Shirley, Helen 等)堅持己念，接受球技訓練，也接受美儀、美姿的課程，並通過篩選，成為正式的隊員。 Jimmy 曾是職棒的大紅人，被派來擔任女子棒球隊的教練，他的態度散漫、嗜酒，球隊實際由 Dotti 擔任中心人物，領導大夥在比賽中出類拔萃，Jimmy 在某次精采的比賽中認真起來，之後亦用心的帶領這批娘子兵南征北討。Kit 對向來比自己優秀的姊姊 Dotti 有所成見，並和隊員發生磨擦，Kit 被調至敵隊，和原球隊日後在球場較勁。 戰爭結束，Dotti 的先生 Bob 回到祖國和她團聚，Dotti 欲就此放棄棒球，和先生回故鄉，Jimmy 留不住她，不過，Dotti 半途折回，在決賽現場出現，參加和妹妹所屬球對爭勝利的重要比賽，雙方表現極為精	棒球	美國 /劇情	1992/12 8min

片名	導演	劇情簡介	體育項目	發行國家	出版年代/長度
		采，但 KIt 於關鍵時刻為球隊贏取勝利。雖然 Dotti 的球隊輸了，但她卻也為妹妹 Kit 優異的表現高興。Dotti 和夫婿於賽後返回故鄉奧瑞岡生兒育女，妹妹則繼續留在東部發展。大夥再見面是事隔數十年後，在 the All-American Girls Baseball League (1943-1954) 的紀念館中重逢。			
水男孩 (Water Boys)	矢口史靖	水男孩的緣起，要追溯到 1989 年，一個埼玉縣立川越高校的學生，在電視上看到奧運會的水上芭蕾表演，靈光乍現之下，在當年 9 月學校的文化祭中，籌畫男生版的水上芭蕾節目，出乎意料的大獲好評。從此，男子水上芭蕾成為該校文化祭的超熱門活動。而後加入了音樂劇的元素，變得越來越盛大華麗，2000 年甚至有超過 2 萬人到場觀賞，將學校擠得水泄不通。 1999 年秋天，朝日新聞報導了川越高校的男子水上芭蕾新聞，正巧被一位製片看到，他大受吸引之餘，親自到川越高校觀賞了男生們的表演，因此和負責表演的川越高校游泳社有了初步接觸。並邀請矢口史靖執導、並完成了這部影片的劇本，改拍成電影、連續劇，大受好評。	水上 芭蕾	日本 /劇 情	2001/91 min
不羈美少年 (You'll Get Over It)	費萊斯坎尚 尼瓦 Fabrice Cazeneuve	這部法國片名字叫《You'll get over it》，顧名思義，講的是一個學校優秀的模範生，成績好，是校際游泳的冠軍，有一天不知什麼原因，給人出賣了，揭露了他喜歡男生的身份，在面對家人、面對女朋友、面對自己的死黨、面對隊友、面對自己喜歡的人的困惑當中掙扎，最後，在教練的簡潔幫助下，它衝破了自己的心魔，勇敢地面對生活，以自己真正的實力征服了周圍的人對它的偏見。另外，這電影還暗藏了一條很清純的線索，是三個好朋友互相交織的情感，是喜歡、是衝動、還是寬容，一切都那麼的舒服自然。 這影片故事簡單，並沒什麼激情的場面，也沒什麼驚心動魄的時刻，但貴在描寫很真實到位，一點都不造作，看著電影，就像跟著他的內心世界一起翻滾那樣，陰晴圓缺，都真實的體會到。老實說，這部電影真的沒什麼很出色，但這樣的清新、真實與	游泳	法國 /劇 情	2002/90 min

片名	導演	劇情簡介	體育項目	發行國家	出版年代/長度
		自然可能就是久違的同志電影所沒能觸及到的角落。			
泳往直前 (Swimming Upstream)	羅素梅卡尼 Russell Mulcahy	本片是發生在 50 年代澳洲的布里斯班市。這是由本片編劇根據其親身經歷所改編，透過一對對游泳充滿興趣的兄弟來描寫這個小家庭的故事。 哈樂德是個脾氣暴戾、酗酒的碼頭工人，年輕時錯失當運動員的機會，半生鬱鬱不得志，一股怨氣總發洩在他那逆來順受的妻子及五名兒女的身上。家中老二的東尼，本身天生文靜，不喜歡打拳擊、踢足球，只喜歡彈琴，因此一直得不到父親歡心。雖然東尼不是父親眼中的優秀兒子，不過他和弟弟約翰卻都具有游泳天份。在父親教導下，短短的幾年間兄弟二人成了游泳健將，並在澳洲各個游泳比賽中獲得佳績，東尼更自此成為全國的風雲人物...然而，東尼並未因此而獲得父親的肯定，反而因為父親對弟弟的極度寵愛，使東尼落寞得想放棄參賽奧運的機會.....	游泳	澳大利亞/劇情	2005/11 4min
罰球線上 (The Heart of The Game)	瓦德西瑞爾 Ward Serrill	這是真實紀錄一支高中女子籃球隊走向冠軍之路的奮鬥。球隊教練比爾瑞斯勒是華盛頓大學的財稅教授，為了陪女兒打球，意外擔任起女子籃球隊的教練；無論在激發鬥志還是魔鬼訓練，他的獨特思考使這支原本普通的球隊充滿戰鬥力！即使面對體格比她們高大、強壯，技巧比她們精湛的隊伍，也能頑強取勝。 就在成為全州頂尖球隊的同時，比爾教練又發現一位天生好手——達娜麗亞魯賽爾，讓冠軍不再遙不可及。在這個幾乎全是白人的球隊裡，來自黑人貧窮家庭的達娜麗亞以過人的天賦和潛力脫穎而出，WNBA 明日之星的氣勢，銳不可當，然而意想不到的挑戰正逼近她和她的隊友們，到底這群十七、八歲的女孩能克服萬難、順利奪冠嗎？答案就在罰球線上。 本片是導演瓦德西瑞爾用手提攝影機，跟拍球隊長達七年之後，從 200 小時素材中的精選。片中每個角色七年間的變化在鏡頭前一一呈現，對籃球的狂愛難以言喻。這是一部讓人看得熱血沸騰，無法不	籃球	美國/紀錄片	2006/10 2min

片名	導演	劇情簡介	體育項目	發行國家	出版年代/長度
		起立歡呼的電影，彷彿一場充滿絕佳美技的精采籃球賽，撼動生命中最青春、最珍貴的部分！			
舞動人生 (Billy Elliot)	史帝芬戴爾卓 Stephen Daldry	電影從 1984 年在英國北方的一個小鎮，礦工們正舉行罷工拉開序幕，這事件使大家陷入一片愁雲慘霧之中。Billy 家中的經濟是很窘困的，父親和哥哥的努力工作只夠填飽肚子。 父親給了他 50 辨士去學習拳擊課程，每星期一次，但在拳擊場上 Billy 是精神渙散的，他並不想打拳，他想跳芭蕾舞。於是他瞞著所有的人學芭蕾舞，教芭蕾舞的老師 Mrs. Wilkinson 一開始並不是很願意教他，她半發牢騷的說著，你看我的班級裡全是女孩子，你還想學嗎？但被 Billy 的熱情感動，也喚醒了她美麗的芭蕾舞夢想，她一定要讓 Billy 進入英國倫敦皇家芭蕾舞學院，而比利也擁有這樣的天賦。 沒想到此時被父親、哥哥發現了，極力阻止 Billy 去學芭蕾舞，但最後逐漸被 Billy 的天分和意志力所感動，並支持 Billy 進入芭蕾舞學院，Billy 後來如願以償進入舞蹈學院，他靠著意志力打破階級、性別的藩籬，真正地舞動人生。	芭蕾	英國/劇情	2000/110min
人妖打排球(The Iron Ladies)	永裕松孔敦	本片改編自泰國一支男子排球隊於 1996 年泰國全國比賽取得冠軍的傳奇故事，這支排球隊不但球藝精湛，又極受觀眾愛戴，可是他們每次上陣都要化妝，加上他們的外貌忽男忽女引來外界議論紛紛。 電影以一個專業的男子排球隊員因為彼此之間個性不合，造成排隊日常訓練上摩擦日益增加，且越來越沒有默契；所以決定改請另一位教練來帶領大夥，結果協會聘請來的是一位女性教練，更令排球對員不滿... 因此女教練便結合了其中一位主要隊員跳出來成立另支全新排球隊，而這支新排球隊的組合卻意外發展成以變性人、同性戀的雜牌軍組合。以隊長帥哥為主的六個球員，各有各的特色，但是他們唯一共同點就是（想打贏球賽就要化妝，漂漂亮亮美美的）。而這支球隊從區域性排球賽一直打進全國性比賽，泰國對於一支人妖組合的排球隊呈現兩極化的想法，且主辦單位不讓他們比賽的壓力越來越	排球	泰國/劇情	2000/100min

片名	導演	劇情簡介	體育項目	發行國家	出版年代/長度
		大,《人妖排球隊》六位球員之間的開始出現不同想法,女教練與帥哥隊長陷入掙扎中...			
美麗拳王 (Beautiful Boxer)	亞格差烏干騰	真人真事改編,龍唐雖然身為男兒身,卻擁有一顆溫柔女人心,從小就夢想能成為女人,旁人的輕視欺侮讓他深受痛苦,幸好還有母親的體諒鼓勵。因緣際會之下,龍唐為了生計加入泰國拳的行列,沒想到龍唐越打越順手,場場的勝利讓他逐漸成為知名的泰國拳擊手,不過在龍唐強壯的軀體之下,他內心渴望變成女人的慾望卻越來越強烈;偶然的機會中,龍唐化妝被教練發現,不但沒斥責他,教練甚至鼓勵他化妝上場,意外的,對手都被龍唐不尋常的舉動所嚇阻,龍唐也因為累積的勝場以及化妝上擂台而成為全泰國最有名的拳擊手。不過,龍唐唯一的心願,還是那埋藏在內心許久的慾望...	拳擊	泰國/劇情	2006/11 8min
女生出拳 (Girlfight)	凱琳庫薩瑪 Karyn Kusama	高中學生戴安娜是個脾氣暴烈的問題女孩。她的父親想把戴安娜的弟弟培養成一名拳手,沒想到戴安娜卻對拳擊發生了興趣。父親當然拒絕了這種想法。但戴安娜卻自己找了個教練練了起來。經過一番殘酷的訓練,戴安娜終於成為體育場裏的第一位女性拳擊手。勝利的欲望使戴安娜在賽場上冷酷無情而又狡黠萬分。但當她墜入情網後,一切都不同了...	拳擊	美國/劇情	2000/11 3min
登峰造擊 (Million Dollar Baby)	克林伊斯威特 Clint Eastwood	拳擊教練法蘭奇和好友史克年輕時曾在拳擊比賽中發生過意外,在倆人心中都有揮之不去的傷痕,也使得他們訓練的拳擊員紛紛離他們而去。直到一位想投入拳擊訓練來肯定自己的女孩瑪姬(希拉蕊史旺飾)出現,開始改變了三人的的一生...。瑪姬從小在破碎的家庭中長大,她有著比一般人更旺盛的鬥志,一心想藉拳擊來實現自己的夢想,甚至改寫她的人生...,她的堅韌與執著終於獲得了法蘭奇的首肯,答應全力訓練她。 在訓練的過程中,瑪姬和法蘭奇在對方身上找到了失去已久的親情慰藉,這讓兩人更珍惜彼此。他們不但找到了克服傷痛的力量,也成功地挑戰了一場又一場的驚險比賽。一心想更登峰造極的瑪姬卻萬萬沒有想到,人生總有更多令人的意外隨時會發	拳擊	美國/劇情	2005/13 2min

片名	導演	劇情簡介	體育項目	發行國家	出版年代/長度
		生.....。			
奮力一擊- (Against The Ropes)	查理斯達頓 Charles Dutton	影片主要描述美國首位女性職業拳擊賽經紀人，如何引導一名來自底特律的小伙子最後成為世界中量級拳王。本片改編自真實故事，由梅格萊恩飾演潔琪卡倫一角，潔琪漂亮幹練，是位拳壇經紀人，做事從不問名聲是否遠播，然而，只要能獲得肯定的事，她一定奮戰到底。她決定把潛力無限的路德蕭(歐瑪艾普斯 飾)從默默無聞的街頭混混改造為世界知名的職業拳擊手。為了讓蕭進入首屈一指的賽事，潔琪說服已退休的老鳥教練菲力克斯雷諾重出江湖(查爾斯達頓 飾)，但是，在邁向冠軍夢之前，她們卻得先面對立場各自不同的問題...。對潔琪而言，不管成敗如何，這將是一場毫無退路，只能奮戰到底的致命挑戰。	拳擊	美國 /劇 情	2004/11 1min
我愛貝克 漢(Bend It Like Beckham)	古蓮達查達 Gurinder Chadha	18 歲的潔絲，與國際足球偶像貝克漢擁有一樣的射門絕技，不但讓防守她的女生追不到，就連男生也擋不住她的犀利射門。但潔絲卻苦於性別和種族，足球似乎只是個遙不可及的夢想... 她的老媽要她好好學作咖哩飯，老爸希望她趕緊嫁個好丈夫，至於她最愛的足球，那是男人們的遊戲，想都別想；潔絲的好友茱兒也有同樣的困擾，怎麼可以迷戀足球呢？幸好靠那帥得像貝克漢的教練喬，讓這兩個不死心的女孩足球夢燃起希望。 於是各種怪招出籠，笑料不斷，看他們怎麼有球必IN!!	足球	美國 /劇 情	2002/12 0min
女籃辣哥 (Juwanna Mann)	傑西沃格漢 Jesse Vaughan	賈莫生命中有兩樣戒不掉的事物：一是籃球，二是場上那些耍寶的技倆，可惜兩者有點互相抵觸，使得賈莫遭隊上開除，被職業球隊踢出門當然讓他非常心痛，但他力圖振作，將自己那些籃球特技用在女子職業聯盟夏洛特女巫隊的球員甄選上；再藉助他阿姨的鬼斧神工，似乎讓他變得「有模有樣」，新的賈莫誕生了，而且還改名叫「喬汪娜曼恩」！ 當他真的贏得一只女子球隊的合約時，真可說是「窈窕淑女」碰上了「怪物奇兵」，他必須煞費可苦心隱瞞自己的真實性別，又裹又纏還要穿戴胸罩。一個有	籃球	美國 /劇 情	2002/mi n

片名	導演	劇情簡介	體育 項目	發行 國家	出版年 代/長度
		雙重身份的球員，他可不能露出馬腳，還要學會團隊合作的可貴。			
金雞足球 (Railroad All-Stars)	伽瑪羅德里 奎茲 Chema Rodriguez	「我們不是妓女，我們是女人和母親！」在瓜地馬拉，一群以性交易為生的女性，希望結束被歧視的身份和暴力的對待，她們決定要組一支女子足球隊，參加當地的比賽來證明自己。來自西班牙的導演，從她們一路辛苦練習，持續記錄到最後激烈精彩的比賽。汗水與淚水交織的時刻，見證這群女性為生存與榮譽付出的勇氣及努力，令人動容；也難怪本片在今年柏林影展映演時，旋即奪得世界大觀單元的觀眾票選獎。	足球	西班牙/ 紀錄 片	2006/90 min

(前六部是歷年女性影展中與運動有關的電影)

參考文獻

中文文獻

- BBC 中文網(2002.05.15)。家務勞動代替不了體育鍛煉。取自 http://news.bbc.co.uk/chinese/trad/hi/newsid_1980000/newsid_1988700/1988712.stm
- 中央社(2005.11.30)。國人身體活動量調查三成九民眾幾乎不運動。
- 中國奧委會(2004)。奧林匹克精神。2006 年 10 月 8 日，取自 <http://www.olympic.cn/olympic/movement/2004-04-16/142677.html>
- 文多斌(1999)。另類思考：運動電玩在體育教學上應用之探討。《國教之聲》，33(1)。
- 王宗吉(譯)(2000)。運動社會學臺北：洪葉文化。(Nixon II, H. L. & Frey, J. H., 1946)
- 王宗吉(1992)。《體育社會學》。台北：銀禾文化。
- 王宗吉(1996)。《體育運動社會學》。台北：銀禾。
- 王浩威(1998)。《台灣查甫人》。臺北：聯經。
- 王慶堂、林學諒、張振崗(2004)。有氧與無氧能力之性別差異。《教練科學》，4，95-100。
- 王淑娟(1999)。麗水國小五年級學生次文化的人種誌研究。未出版碩士論文，臺北市立師範學院國民教育研究所，台北市。
- 王秉泰(2005)。競技運動教育之省思。《國民體育季刊》，147，頁??。
- 方朝郁(2005)。教科書性別偏見檢核標準。謝臥龍(編)性別平等教育：探究與實踐(頁 91-114)。台北：五南。
- 方德隆 (2005)。國民小學教科書性別意識型態的檢視。謝臥龍(編)性別平等教育：探究與實踐(頁 117-149)。台北：五南。
- 台灣女子體育運動協會官方網站。2006 年 8 月 10 日，取自 <http://www.taws.org.tw/taws.htm>(2006.08.10)
- 江澤群、林國瑞(2001)。台北地區高中職學生參與休閒活動阻力因素之研究。《北體學報》，9，105-117。
- 行政院體育委員會(2004)。《中華民國體育統計》。行政院體育委員會。
- 行政院體育委員會(2005)。《中華民國體育統計》。行政院體育委員會。
- 行政院體委會(2005)。競技運動與科學。《國民體育季刊》，146。2006 年 10 月 1 日取自 <http://www.ncpfs.gov.tw/annualreport/Quarterly146/p1.asp>
- 行政院體委會(2003)。《國民體能運動健康促進計畫—婦女的運動計畫》。取自，http://media.justsports.net.tw/spo_demo/library/library-1.aspx?No=135

- 巫坤達(2004)。國內運動雜誌的推廣策略之探討。《大專體育》，72，144—150。
- 余嬪(1998)。從「仰臥起坐 VS. 伏地挺身」談平等的兩性休閒。《兩性平等教育季刊》，4，14-23。
- 余嬪(2001)。正視婦女休閒權益：創造健康安全的休閒空間。《第六屆全國婦女國是會議-區域論壇休閒篇》。取自
<http://taiwan.yam.org.tw/nwc/nwc6/leisure/leisure01.htm>
- 吳淑女(2001)。婦女的休閒阻礙與其因應對策之研究。89 年度行政院國家科學委員會補助專題研究計畫。
- 吳碧蓮(2002)。國小學童母親運動行為認知及規律運動行為之探討。未出版碩士論文，國立體育學院體育研究所，桃園縣。
- 吳瑾嫣(1999)。性別與運動。《兩性平等教育季刊》，7，131-134。
- 吳鑒鑫、黃超文(2001)。《運動生理學》。台北：亞太圖書。
- 李榮哲(1999)。電腦多媒體於運動學習的運用。《國民體育季刊》，28(2)，27-35。
- 李素馨(1997)。都市女性休閒類型和休閒阻礙。《戶外遊憩研究》，10(1)，43-68。
- 李彩華(1997)。台北市國中學生身體活動量及其影響因素研究。未出版碩士論文，國立臺灣師範大學體育學系，台北市。
- 李英瑋(2000)。國內綜合型運動網站使用者滿意度之研究。未出版碩士論文，國立臺灣師範大學體育研究所，台北市。
- 李慈梅(2002)。我國報紙運動新聞之運動價值分析研究：以民生報、中國時報為例。未出版碩士論文，國立臺灣師範大學大眾傳播研究所，台北市。
- 李明聰(2006，8 月 28 日)。同志友好足球隊。中國時報，時論廣場。
- 李麗晶(2001)。運動與懷孕。《大專體育》，52，144-148。
- 卓玉蓮(2002)。應用跨理論模式促進國中學生身體活動：認知-行為教育介入。未出版碩士論文，國立臺灣師範大學體育學系，台北市。
- 周愛光(1999)。對競技運動概念的再認識。《中國體育科技》，35，6。
- 周培萱(2006)。孕期婦女運動策略。《大專體育學報》，82，208-214。
- 周業峰(2001)。運動網站使用者之研究。未出版碩士論文，國立體育學院體育研究所，桃園縣。
- 周靈山(2004)。運動傳播媒介新寵：運動電子報分析。《大專體育》，70，62-70。
- 周靈山等人(2004)。運動傳播媒介分析：以運動雜誌現況為例。《吳鳳學報》，12，183-190。

- 林正常(2006)。女性的特殊議題與阻力訓練。運動科技與人生通識講座演講集錄。新竹：明新科技大學通識教育部。
- 林美玲(2004)。運動對懷孕婦女之影響。馬偕醫護管理專科學校學報，4，125-132。
- 林麗娟、洪甄憶、姚維仁(2004)。不同類型身體負載的運動習慣對青少年男女性骨質密度之影響。大專體育學刊，6，167-178。
- 林幼萍(1999)。媒體體育新聞記者人口變項之分析。國立體育學院論叢，10(1)，129-141。
- 林淑華(2005)。大台北地區女性閱聽眾收看電視運動節目行為、動作與滿意度之研究。台灣體育運動管理學報，3，127-142。
- 林昱貞(2002)。性別平等教育的實踐：兩位國中女教師的性別意識與實踐經驗。未出版碩士論文，國立台灣師範大學教育學系，台北市。
- 林真美(2001)。職業婦女運動行為及其相關因素之研究：以台北市某家銀行為例。未出版碩士論文，國立台灣大學護理學研究所，台北市。
- 林志展(2000)。漫畫、意識形態與樂趣：關於漫畫書與兒童讀者的研究。未出版碩士論文，國立台北師範學院國民教育研究所，台北市。
- 金逸雯(2004)。女性休閒阻礙模式初探。大專體育，73，100-107。
- 施又誠、房振昆(2004)。跳脫傳統性別刻板印象改善國小女生運動參與意願。大專體育，71，145-152。
- 施伯燁、紀遠(2005)。日常生活的身體規訓與性別凝視：以籃球運動為例。性別、媒體與文化研究學術研討會。台北：世新大學。
- 施致平(1991)。記者專業意理與新聞製作流程對體育新聞報導之影響。未出版碩士論文，國立臺灣師範大學體育研究所，台北市。
- 洪翔洲、呂芳陽(2003)。我國體育新聞運動網站專業性之探討。大專體育，66，91-98。
- 洪雅琦(1998)。懷孕與運動。體育與運動，105，32-36。
- 洪煌佳(2005)。「老師，我不想動...」：高職女性學生體育課參與之阻礙因素研究。國立臺灣體育學院學報，17，21-42。
- 洪嘉蓓(2003)。運動新聞文本的性別意涵分析。未出版碩士論文，國立體育學院體育研究所，桃園縣。
- 洪偉欽(1994)。孕婦運動經驗與分娩過程之相關研究。未出版碩士論文，國立師範大學體育學系，台北市。

洪煌佳(2005)。「老師，我不想動...」：高職女性學生體育課參與之阻礙因素研究。

國立台灣體育學院學報，17，21-42。

美國體育最骯髒一面：女隊員屢遭性侵犯。(2006年，9月9日)。西雅圖時報。

范靖惠(1996)。性別、休閒覺知自由與自我概念之相關研究。未出版碩士論文，

國立高雄師範大學輔導研究所，高雄市。

唐吉民(1998)。利用電腦多媒體電腦系統創造樂趣化的體育課。國民體育季刊，

27(4)，28-36。

徐耀輝(2003)。從運動社會學觀點談台灣女性與運動。國民體育季刊，32(1)，7-11。

徐崇哲(2006，4月26日)。溫布頓網賽調高獎金，堅拒男女選手獎金平等。法新社。

鄧樹勳、王健(2004)。運動生理學：理論與應用。台北：冠學。

高沐晴(2001)。洋娃娃與機器人。兩性平等教育季刊，16，38-42。

孫碧津、吳承典(2003)。體育教學中如何落實兩性教育。大專體育，66，5-10。

莫季雍(2001)。運動、傳播媒體與產業。台灣運動管理季刊，4，4—15。

許建民、高俊雄(2000)。以三類型阻礙模式探討都市六年級學童運動休閒阻礙參與阻礙與性別及自尊之關係。戶外遊憩研究，13(1)，41-61。

許義忠、李幸蓉(2004)三位空巢期女性的工作、休閒與家庭意識型態：自覺賦權的過程。女學學誌：婦女與性別研究，17，159-200。

許嘉晉(2006)。運動漫畫閱讀對學童運動價值觀與休閒運動參與影響之研究：以《灌籃高手》為例。未出版碩士論文，大葉大學休閒事業管理學系，彰化縣。

教育部(2003)。教育部92年學校學生運動團隊與規律運動人口的調查報告成果報告書。國立台灣師範大學體育研究與發展中心。

教育部(2005)。九十四學年度大專校院體育主管業務研討會報告書。

教育部(2005)。性別平等教育季刊，30。

教育部(2005)。教育部94年各級學校學生運動參與情形調查成果報告書。國立台灣師範大學體育研究與發展中心。

教育部體育司(2005)。建構優質學校體育優質體系簡報。

教育部(2005)。九十四學年度大專校院體育主管業務研討會報告書，60。

陳鵬仁(2005)。晚期兒童身體活動量、同儕關係與身體自我概念關聯：競技運動參與及性別差異。未出版碩士論文，國立臺灣師範大學體育學系，台北市。

- 陳益祥(1999)。運動世界中的性別刻板印象。《國民教育》，39(5)，46-50。
- 陳文成(2005)。大學女子排球員性別角色、競賽狀態性焦慮、自我效能及運動表現之相關研究。《大專體育學刊》，7(1)，91-99。
- 陳昭宇(2004)。多元思維的體育師資培育。《運動教育》，14(5)，118-122。
- 婦女新知基金會(2004)。「破體育中的性別歧視，提升女性參與比例」記者會新聞稿。
- 郭瑋圻(1990)。氧化壓力對女性月經週期運動表現之研究。《中華體育》，14，94-101。
- 蔡秀華(1997)。懷孕與運動。《臺大體育》，31，53-58。
- 蔡州宙(1999)。臺北市國小中高年級學生漫畫人物認同之研究。未出版碩士論文，臺北市立師範學院國民教育研究所，台北市。
- 蔡貞雄(1997)。《日據時代臺灣初等學校體育發展史》。臺北：師大。
- 程瑞福(2005)。英國中小學學校體育課程實施介紹。《學校體育雙月刊》，15(6)，91，33-38。
- 程竣(2005)。體育正課融入性別平等課題之教學探討。《學校體育雙月刊》，15(6)，91-96。
- 張雅惠(2004)。女性運動員之源起、角色衝突及對體育、運動本身的意義與價值。《大專體育》，72，92-96。
- 張振崗(2004)。運動期間能量來源之性別差異。《中華體育季刊》，18，39-47。
- 張鳳儀、陳全壽(1998)。月經週期對女性運動員的影響。《中華體育》，12，78-84。
- 馮木蘭(2005)。女性青少年身體活動狀況及其影響因素之探討—應用健康促進模式。未出版碩士論文，國立臺灣師範大學體育學系，台北市。
- 畢恆達(2001)。《空間就是權力》。台北：心靈工坊。
- 畢恆達、洪文龍(2006)。《GQ男人在發燒》。臺北：女書文化。
- 畢恆達(1999)。標準跑道。《兩性平等教育季刊》，8，78-80。
- 畢恆達(2000a)。女生不愛運動嗎？《兩性平等教育季刊》，11，98-103。
- 畢恆達(2000b)。走入歧途的男性氣概養成過程。《兩性平等教育季刊》，12，44-46。
- 畢恆達(2004)。《空間就是性別》。台北：心靈工坊。
- 黃美雪、黃惠貞(2004)。月經週期對運動表現影響之探討。《輔仁大學體育學刊》，3，249-257。
- 黃賢堅(1984)。男女肌動力與肌耐力的差異研究。《中華民國體育學會體育學報》，6，101-116。

- 黃庭鈺(2002)。臺北市國小室外空間規畫與兒童社會遊戲行為之研究。未出版碩士論文，國立政治大學教育學系教育行政組碩士，台北市。
- 黃泰豪(2005)。「女生不喜歡運動？」談國小體育教學中的兩性差異。《國民教育》，45(5)，88-93。
- 黃明宏(2005)。國小校園中運動與性別的觀察和省思。《兩性平等教育季刊》，30，20-29。
- 黃月桂、吳秀佳(2005)。提升大學女學生運動人口。《國民體育季刊》，147，70-71。
- 黃郁婷(2003)。臺灣本土的運動類雜誌。《運動管理季刊》，4，24—32。
- 黃宜萍(2002)。徘徊在社會體制的十字路口—十八名女性運動員運動社會化與身分認同的研究。未出版碩士論文，國立東華大學觀光暨遊憩管理研究所，花蓮。
- 黃麗螢、潘宇航等(2005)。運動、體育與性別。未發表手稿。
- 黃茜莉(2003)。技職院校護生社會支持、運動資源與運動行為相關性之研究。未出版碩士論文，國立台北護理學院護理學研究所，台北市。
- 黃雅菁(2005)。高中職女生體育學習態度之研究。未出版碩士論文，國立台灣體育學院體育研究所，台中。
- 葉汝素(1998)。女性運動員性別角色衝突之探討。《國民體育季刊》，27(1)，54-60。
- 葉智魁(1995)。女權與婦女休閒。《戶外遊憩研究》，8(3)，1-14。
- 楊東遠(2005)。運動新聞從業人員之專業素養：內涵、養成教育與資訊來源。未出版碩士論文，國立體育學院休閒產業經營學研究所，桃園縣。
- 楊苑青(2003)。國內運動網站介紹。《運動管理季刊》，4，42-51。
- 楊清芬(1995)。國小男生與女生的校園生活。未出版碩士論文，國立台灣大學建築與城鄉研究所，台北市。
- 楊清芬(1996)。國小男生與女生的校園生活。《性別與空間研究室》通訊，2，85-88。
- 鄭欣怡(2001)。電視運動轉播中男女主播語言使用之差異。未出版碩士論文，國立台灣大學新聞研究所，台北市。
- 鄭安翔(2000)。有線電視體育新聞內容與產製分析：以〈年代體育台〉、〈東森育樂台〉、〈緯來體育台〉三家準專業體育頻道為例。淡江大學大眾傳播研究所，台北。
- 鄭淑敏，王建台(2006)。古代奧林匹克運動會與女性關係之探討。《屏東教大運動科學學刊》，2，65-73。

- 鄭琇瑩(2002)。女性體育教師性別角色之符號意涵。未出版碩士論文，國立台灣師範大學體育教育研究所，台北市。
- 飯田貴子、井谷惠子(2004)。スポーツ・ジェンダー学への招待。明石書店。
- 廖美貞(2004)。學校體育與兩性教育。運動教育，14(5)，123-125。
- 廖美貞(2004)。兩性平等與運動倫理。學校體育，14(2)，107-116。
- 劉季諺(2003)。從社會心理學的觀點談婦女與運動。國民體育季刊，32(1)，12-18。
- 劉雯娟(2006)。台灣已婚婦女角色衝突與休閒阻礙之質性研究～以大葉大學已婚女性職員為例的探討。未出版碩士論文，大葉大學休閒事業管理研究學系碩士論文，彰化縣。
- 劉耳、李斌、馬嵐(譯)(2000)。女性休閒：女性主義的視角。昆明：雲南人民。(Henderson, K.A., Bilaeschki, M. D., Shaw, S.M. & Freysinger, V. J.)
- 劉影梅(2004)。國際身體活動量表台灣中文版之發展與信效度驗證。未出版博士論文，國立台灣大學醫學院護理研究所，台北市。
- 劉影梅、陳俊忠、林宜洵、沈麗芬、陳麗華(2004)。國人從事規律身體活動之阻力及助力因素在個人活動諮詢時之應用。國民體育季刊，33(3)，69-76。
- 劉昌德(1996)。台灣運動商品化過程中的大眾傳播媒體角色。政治大學新聞研究所碩士論文，台北市。
- 劉泗翰(譯)(2004)。Connell, R. W.(2002)。性／別—多元時代的性別角力。台北：書林。
- 劉淑雯(2006)。健康與體育教材的性別檢視。尚未發表。
- 劉一民(1995)。運動哲學研究。台北市：師大書苑。
- 盧俊宏(2005)。運動心理學在健康促進上的角色。國民體育季刊，34(3)，15-23。
- 鍾任翔，吳倫閑(2004)。探討女性競技運動發展策略。大專體育，75，75-78。
- 鍾怡純(2004)。八位女性參與混排經驗之研究。未出版碩士論文，國立東華大學觀光暨遊憩管理研究所，花蓮。
- 鐘曉雯(2001)。從社會化過程中看女性運動員性別角色的衝突。大專體育，55，115-120。
- 廖敏如(2006年6月3日)。Xbox 世界盃 也來湊熱鬧。星報，第13版。
- 滕德政(2000)。「黑白ㄅㄟ！亞當夏娃ㄅㄟ？」運動文化的性別刻板印象：一個國小班級躲避球運動之研究。未出版碩士論文，國立花蓮師範學院多元文化教育研究所，花蓮。

- 滕德政(2001)。「陽關道」與「獨木橋」躲避球場空間配置的性別分析。*兩性平等教育季刊*，16，128-138。
- 滕德政(2005)。「我們都是這樣玩大的？」：三個運動與遊戲的性別議題反省。*兩性平等教育季刊*，30，38-49。
- 歐綉瑜(1997)。以幻想主題取徑探討台灣流行漫畫的價值觀。未出版碩士論文，輔仁大學大眾傳播研究所碩士論文，台北市。
- 歐美惠(2005)。高雄市成人學習國際標準舞現況及相關因素之研究。未出版碩士論文，國立高雄師範大學成人教育研究所，高雄。
- 謝秀芳(2004)。運動社會支持與女性運動行為之探討。*大專體育*，74，110-114。
- 謝淑芬(2001)。已婚職業婦女與全職家庭主婦對休閒活動參與阻礙與阻礙協商策略差異之研究。*戶外遊憩之研究*，14(2)，63-84。
- 謝淑芬(2003)。性別、家庭生命週期、家庭休閒參與頻率與休閒阻礙之相關研究。*旅遊管理研究*，3(1)，1-21。
- 謝小琴(2001)。外國性別平等教育立法與實施經驗。*兩性平等教育季刊*，14，19-24。
- 謝臥龍、駱慧文、莊勝發(1995)。從課堂師生互動關係分析的觀點來探討學前兒同性別角色發展之研究。台北：國科會報告。
- 魏志德、吳佳鴻、林寶城(2004)。中時電子報運動新聞閱聽眾背景探討。*文化體育學刊*，2，239—248。
- 魏展聘(2006)淺談社會變遷中國小學校體育的發展。*國教新知*，53(1)，36-41。
- 羅于婷(2006)。夫妻之家庭生命週期、休閒脈絡與其休閒體驗之關係。未出版碩士論文，大葉大學休閒事業管理學系，彰化縣。

英文文獻

- Anderson, E. (2005). *In the game*. Albany, NY: State University of New York Press.
- Australian Sports Commission (1996). *Harassment Free Sport*. [Online] Available. <http://www.ausport.gov.au/ethics/hfs.asp> (2006.10.15)
- Birrell, S. & C.L. Cole (1990). Double fault: Renee Richards and the construction and naturalization of difference. *Sociology of Sport Journal*, 7(1), 1-21.
- Boutilier, M.A. & L.SanGiovanni (1983). *The sporting woman*. Champaign, IL, Human Kinetics Books.

- Curry, T. (1991). Fraternal bonding in the locker room: A profeminist analysis of talk about competition and women. *Sociology of Sport Journal*, 8(2), 119-135.
- Deem, R.(1986). *All work and no play? The sociology of women and leisure*. Philadelphia: Open University Press.
- Dyer, K.F.(1982). *Challenging the men: The social biology of female sporting achievement*. St. Lucia, NY: University of Queensland Press.
- Green, E.(1998). Women doing friendship: An analysis of women's leisure as a site of identity construction, empowerment and resistance. *Leisure Study*, 17, 171-185.
- Genep, A. V. (1960). *The rites of passage*. Chicago: The University of Chicago Press.
- Goffman, E. (1961). *Asylums: Essays on the social situation of mental patients and other inmates*. Garden City, NY: Anchor Books.
- Hartmann, I. & Pfister., G. (2003). Women's inclusion in sport: International and comparative findings. I. Hartman & G. Pfister. (Eds.), *Sport and women: Social issues in international perspective*. New York: Routledge.
- Ilse Hartmann-Tews & Gertrud Pfister. (2003). *Women's inclusion in sport-International and comparative findings*. In I. Hartmann & G. Pfister (Eds.), *Sport and women: Social issues in international perspective*. New York: Routledgw.
- Keesing, R. M. (1976). *Cultural anthropology: A contemporary perspective*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Klein, M. (1990). The macho world of sport: A forgotten realm? Some introductory remarks. *International Review for the Sociology of Sport*, 25, 175-184.
- Messner, M. A. (2002). *Taking the field: Women, men, and sports*. Minneapolis: University of Minnesota Press.
- Mennesson, C. (2000). Hard women and soft women: The social construction of identities among female boxer. *International Review for the Sociology of Sport*. 35(1), 21-33.
- The International Working Group on Women and Sport (1996). *Brighton Declaration on Women and Sports*. Retrieved August 01, 2006, from

<http://www.iwg-gti.org/e/about/index.htm>

Wearing, B.(1991). Leisure and women's identity: Conformity or individuality?

Society and Leisure, 14(2), 575-586.

Whannel, G. (1999). Sport stars, narrativization and masculinities. *Leisure Studies*, 18, 249-265.