

學童樂活知識、態度與行為之研究 — 以彰化縣中興國小高年級為例

鄭又豪¹ 魏漣邦^{2*}

¹大葉大學工學院碩士班環境工程組(51591 彰化縣大村鄉學府路 168 號)

²大葉大學環境工程學系(51591 彰化縣大村鄉學府路 168 號)

*lpwei@mail.dyu.edu.tw

摘要

樂活是LOHAS(Lifestyles of Health and Sustainability)的音譯，意為主張 健康 及環保的生活型態。人類面臨與日俱增的生活壓力與岌岌可危的生態環境，推動樂活生活刻不容緩，特別是學童時期。本研究主要根據教育部環境教育與健康與體育領域的教學目標，藉由探討相關教材與文獻，發展一套樂活教學課程，以國小高年級學童為對象，實施教學，並進行教學成效評量。學生在教學之後，樂活知識、樂活態度與樂活行為有明顯的進步；在樂活知識、態度與行為的分項能力上，呈現中度至強的正相關。男、女生樂活態度及五、六年級樂活行為都無顯著差異。運動愛好者包括巧固球(Tchoukball)隊員與每週運動 3 次以上的學童，在樂活行為上顯著優於其他學童，在樂活認知、態度上則無顯著差異。

關鍵字：樂活、健康、永續社會、國小學童

1. 前言

「樂活」就是注重健康及環保的生活型態，即樂活生活在於追求個人健康與環境永續。個人健康與環境保護常是一體的兩面。人類生活若勤於勞動、安步當車、攝取有機食物、多吃素食等，不僅有益於個人健康，也間接地保護環境。因此，學校健康體育教學可連結環境教育，實施樂活教育。本研究發展一套「樂活點點滴滴」教學課程，針對彰化縣二林鎮中興國民小學高年級學童 96 人，其中半數是巧固球隊隊員，實施樂活知能教學，增進學生樂活生活認知、培養學生注重健康、環保的生活態度與行為。本研究也針對運動愛好者(sports fan)與其他學童在樂活認知、態度與行為的差異進行探討。

2. 文獻回顧

2.1 樂活定義與內涵

LOHAS為Lifestyles of Health and Sustainability縮寫字，中文音譯「樂活」，為 1999 年美國Conscious Media所創，用於描述一種消費者的類型及其所構成的市場。這類消費者找尋注重健康、環境、社會正義、個人成長與永續生活的商品與服務(New Zealand Trade & Enterprise, 2008)。樂活族在消費時會考慮自身與家人 健康和環境永續。

樂活文化創意的產生主因是工業社會在急速發展之下，人類為了追求生活的便利，造成人類健康與生態

系統的衝擊，進而危及社會的永續。「樂活」不僅意味著健康和環保的消費生活，也涉及政治、經濟、文化和人際關係。「樂活」幾乎與生活各個層面都有連帶關係（木村麻紀，2007）。

「樂活」的健康概念是主張積極主動的態度，也就是預防勝於治療，藉由生活型態的改變達到身心健康的目標。促進個人身體健康可從飲食和運動著手，飲食注重低鹽、低油、低糖、不添加人工防腐劑、調味劑等，而各種有機穀物蔬果認證、農作物產銷履歷更有助於消費者選購；而良好的運動習慣也不可缺少，步行與單車運動既有益健康，又能節能減碳。「樂活」也注重個人心理健康，主張個人能夠自我調適，進行壓力管理，也可透過運動休閒紓解壓力（井手敏和，2008）。反之維護環境品質，人類健康才有保障，重要生態才得保全，人類社會才能永續。「樂活」是希望身體健康和地球永續，所抱持的生活態度，並使健康與環保相輔相成（箕輪彌生，2007）。

2.2 樂活知能教學

樂活生活養成根本之道應從教育著手。樂活教育重視身心健康與環境永續，在國小教育階段屬於「健康與體育」及「環境教育」的範疇。

2.2.1 健康與體育

「健康與體育」建構在「人與自己之生長發育」、「人與人、社會、文化之互動」、「人與自然、面對事物時如何做決定」三個層面的教育活動，達成全人健康(total well-being)的課程目標。「健康與體育」在培養學生良好的適能，生活在健康的環境中，擁有支持的法規與人群。鼓勵學生藉著健康行為的養成、運動行為的培養與鍛鍊，改善自己的健康，同時在與別人互動中影響他人、社區與環境，以達到全人健康的目的(教育部，2003)。國民教育階段九年一貫課程將健康教育與體育合併成一個學習領域。「健康與體育」與生命的延續息息相關，其最重要的理念在培養學生的基本能力，使學習成果與日常生活相互結合。

2.2.2 環境教育

國際自然與自然資源保育聯盟(International Union for Conservation of Nature and Natural Resources)定義「環境教育是認知價值和澄清概念的過程，藉以發展瞭解和讚賞介於人類、文化和其生物、物理環境間相互關係所必須的技能和態度。環境教育也需要應用在有關環境品質問題的決策及自我定位的行為規範。」，民國89年教育部在國民中小學九年一貫課程的環境教育綱要中也採用此定義（楊冠政，1997）。我國行政院環境保護署定義「環境教育是運用教育方法及過程，培育國民瞭解人與環境之相互關係，增進國民保護環境所需之覺知、知識、態度、技能及價值觀，促使國民重視環境，採取行動，以達永續發展之目的。」（行政院環保署，2009）環境教育是一種多元的環境保育教育，注重環境的整體性及自然、人文、技術、社會的全面配合，強調環境行動與問題解決。環境教育的目標即在使學童認知環境問題，培養愛護與關心環境的態度，最後使每一個人養成積極參與保護環境的行為，營造永續利用資源的生活環境。因此，本質上是一種探索環境生態的科際整合教育；文化上是一種追求永續發展的全民教育；在行動上是一種生活的終身教育。

2.2.3 樂活知能教學

學童樂活知能教學兩大主軸「健康與體育領域」及「環境教育」。健康與體育領域已有完備的教學模式，完整的教材、教案、制式的課程編排，而環境教育雖被列入九年一貫課程的六大議題之中，但無獨立設科，也無制式教材，而環境教育最重要的一環就是注重永續，營造樂活氛圍的校園(沈競辰，1987)。樂活生活因環境危機而蓬勃發展，更突顯環境教育的重要。環境教育不是在現行的課程中增加一個科目，而是要併入學校所有課程中，因此環境教育課程安排主要可分為「單科性科際整合式課程」與「多科性融入式課程」兩種模式(楊冠政，1991)。就環境教育功能論而言，學校實施環境教育教學扮演了一個正面積極的角色，教師可在其中參與課程研究、教學分析設計、活動規劃執行以及教學評量等工作(汪靜明，2000)。為了使學生學習發揮最大效果，教師必需採取以學生為中心的教學方法，使學生都能參與教學活動(劉俊昌，1989)。許世璋(2001)指出只具備環境知識與環境問題的覺知，並不能成功轉化為環境行動。要培育具有行動力的公民，有必要介入環境行動研究，才能建構有效的教學。

2.3 樂活知能相關研究

樂活是綠色消費行為，也是健康與永續的生活型態。在各種不同的教學研究中，知識、態度與行為的向度上，性別與年齡都是教育研究的重要變因，也影響各項知識、態度行為的表現。本研究蒐集綠色消費、環境教育，運動與樂活等相關文獻加以分析。

王登再(2010)編製及建構「樂活量表」，其內容分成「永續環境」、「健康飲食」、「環保生活」、「自我啟發」、「生活樣態」及「社會責任」六構面。蔣帛芬(2009)研究認為嘉義縣國民小學五年級學生的體適能表現在性別、運動校隊、家長職業等人口統計變項上有顯著差異；而運動習慣與體適能間之相關性達顯著水準。鄭玉凌(2010)探討國小教師因運動行為不同，在工作壓力及健康狀況有顯著差異；有規律運動者，壓力小於不規律運動者、身心健康優於不規律運動者。沈廣城(2002)研究國小學童環境知識、態度與行為，就性別而言，在環境知識、態度方面，四、六年級男童與四、六年級女童在環境知識得分上無顯著差異；在環境行為方面，女童優於男童，且達到顯著差異。就年級而言，在環境知識、態度與行為上，六年級學童得分均高於四年級學童，且達到顯著差異。顏如君(2003)針對台灣高中職生永續發展概念進行調查，就環境永續知識而言，在性別上達到顯著差異，女生優於男生。

廖家新(2003)探討台灣地區消費者綠色產品的認知與購買行為，在年齡上有差異，年輕者較願意嘗試新產品。賴銀海(2005)就桃竹苗四縣市登錄綠色學校進行研究，綠色學校與一般小學六年級學生就環境知識而言未達顯著差異，但在環境態度與行為上顯著優於一般學生。賴月雲(2006)研究認為高年級及曾經參加環保活動的學童，在綠色消費知識、態度與行為表現較佳；且女生具有較佳的綠色消費知識。皮家瑋(2006)探討人員解說對國小學童環境行為之影響，五、六年級學童環境知識優於四年級；過去一年曾經參加環境教育或生態保育校外教學一至四次的學童，在環境行為較從未參加者佳。羅憲宗(2009)研究認為獲得永續校園補助學校的學生，在樂活知識、樂活行為的表現都顯著優於未獲補助學校與樂活運動站補助學校的學生，而未獲補助學校的學生與獲得樂活運動站補助學校的學生之間則沒有顯著差異；顯示學校實施永續發展教育及學生參與永續發展教育的實際經驗皆有助於提升學生瞭解樂活意義。

3. 研究方法

本研究樂活教學主題為環保與健康。為了排除環境教育學科分離學習的缺點，達成課程的整合與連貫，將樂活環境教育內容融入健康與體育領域的教學活動中。研究者參考前人文獻，並分析九年一貫課程相關教材，編製「樂活點點滴滴」課程，以每週三節的健康與體育課程實施教學，並採取行動研究，期能引導學童學習樂活生活的知識、態度與行為。

行動教學強調教師帶領學生主動學習，使學生有機會親自參與活動，面對、理解、並解決問題。將行動研究應用於環境教育的教學上，使學生認為重要的環境課題，透過學習，認知問題的起因及其重要性，再經由客觀分析及公開討論等方式，尋求適當的解決方法。基本精神即在培養學生共同討論、自主學習態度。

3.1 研究流程

本研究主要為實施實驗教學，主題為樂活教育。針對小學高年級學童，進行教學設計與教材設計。在教學活動過程中進行教學評量，最後分析綜合教學成果，並做成結論。研究流程如圖1所示。

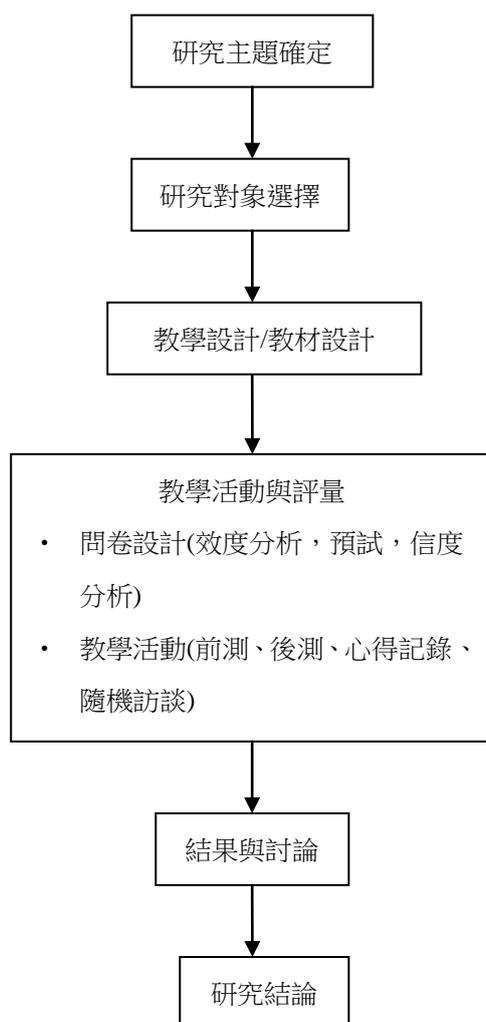


圖1 研究流程

3.1 研究對象

研究對象彰化縣二林鎮中興國小高年級學生，其中男生51人、女生45人，共有96人。這些學生在小學入學後接受九年一貫課程教學。

3.2 教學設計

為瞭解學生的先備知識，力求課程設計的一貫性，就小學教科書翰林版六個年級所有領域課程進行分析，發現樂活知能教育內容多在健康與體育領域出現，且偏重知識的傳達。鄭一青、許芳菊(1996)分析小學環境教育的教材，發現問題的核心在於缺乏整體系統思考與資源統合的能力，發生知識與行為脫節現象。在健康與體育領域也有相同的情況。

本課程強調整合與連貫，以樂活知能內涵與「樂活量表」六構面(王登再，2010)為規劃主軸，以科際整合方式進行主題教學活動，其設計是先決定主題，然後確定有關概念和活動，探討關切的問題，而不考慮學科領域的界限；根據主題的性質，結合相關領域學科進行教學，期望學生獲得完整的學習經驗。

本研究利用每週三節的「健康與體育」進行「樂活點點滴滴」教學，以四週時間完成四個單元教學。各單元活動名稱、設計理念與學習目標如表2，重點說明如下：

(1) 愛護我們唯一的地球

學童對於樂活概念較為陌生，首先由教師提出問題引導討論，再加以總結。讓學童瞭解樂活的意義。藉由觀賞短片，穿插師生問答，突顯地球環境問題的嚴重性。並以地球暖化為例，闡述立即採取環保行動的必要性。

(2) 種樹成林，環保快樂活

首先進行「樹與人的大風吹」活動，使學童瞭解樹木的功能。再由觀看「愛護環境」影片，引導學童環境保護觀念。藉由「告別塑膠年代」影片，進行師生提問與討論，瞭解環境污染物的影響及其防治。最後再由教師總結，強調身體力行的重要性。

(3) 自然有機飲食，健康少負擔

播放「廚餘計畫」影片引發學童學習動機，瞭解資源回收的環保意義，並落實於行動。進而延伸至健康飲食，自然有機飲食及衍生的綠色消費，又有益身體健康，也有助於生態環境。

(4) 活力GOGOGO，健康快樂多

首先藉由健康操活動，闡述運動有益身心健康。藉由討論活動，強調身體多活動，少開汽車，少搭電梯，儘量步行，不僅能達到運動目的，又可節能減碳，有利於環保。

3.3 教材設計

研究者設計一套有系統的教材，用以教導學生落實樂活環境教育五大內涵與健康教育課程七大能力目標，期望提昇學童樂活教育知能。彙整教科書及補充材料內容，有系統的編製樂活教材。並融入生活經驗，達成學習成效。

國小階段樂活相關課程的能力指標大都與健康與體育領域相關，研究者以健康與體育領域為課程設計的主軸，融入環境教育的相關內容，再輔以自然與生活科技領域的環境永續課題。

表1 樂活點點滴滴課程設計摘要

活動名稱	教學設計	融入領域	學習目標
樂活一：愛護我們唯一的地球(三節)	觀賞影片，探討全球環境問題，並瞭解環境永續的意義。	社會 自然與生活科技	瞭解地球暖化的成因與全球環境變化的問題。
樂活二：種樹成林,環保快樂活(三節)	安排學童活動與影片觀賞，體驗社區環境。瞭解污染種類、環境重要，培養防污、環保的生活習慣。	健康與體育領域 自然與生活科技	瞭解污染的種類、來源，增進環保的技能，並養成愛護環境的生活習慣。
樂活三：自然有機飲食，健康少負擔(三節)	觀賞影片，使學童瞭解資源永續、生態永續的概念；並以攝取有機蔬果的益處，引導學童健康飲食、綠色消費的行為。	自然與生活科技 健康與體育領域	教導學童資源再利用的做法，並養成學童健康飲食、綠色消費的行為。
樂活四：活力GOGOGO，健康快樂多(三節)	讓學童從健康操體認運動的成效，養成運動好習慣，啟發健康身體與健康心理的生活型態，進而節能減碳，愛護地球。	健康與體育領域	瞭解運動的成效，養成健康的生活型態，培養節能減碳，愛護地球的健康行為習慣。

3.4 教學評量

3.4.1 問卷設計

本研究評量問卷「國小高年級樂活問卷」設計主要參考文獻有：全球樂活潮（木村麻紀，2007）、元氣樂活（井手敏和著，2008）、樂活一生（箕輪彌生，2007）、樂活商機（NPO 樂活俱樂部，2008）、樂活量表之建構(王登再，2010)，並考量學童學習背景編製而成。本研究主要在瞭解研究對象樂活認知、態度與行為，在教學前後的差異情形，以及其實施教學的反應與心得。問卷設計分為兩部分：

(1)基本資料

提供背景變項，可分析不同受測者屬性是否具有顯著差異。個人基本資料共有5題，分別是性別、年級、是否為巧固球隊隊員、平時從事的運動、每週平均運動的次數。

(2)學習成就評量表

問卷內容依據下列六個構面編製：(1)「永續環境」(10題)：綠色建築(採購)、再生能源、節能減碳、永續校園；(2)「健康飲食」(6題)：均衡飲食、少調味料、天然有機食品、營養補品；(3)「環保生活」(8題)：購物袋、環保餐具、垃圾減量、水電節約、少開車；(4)「自我啟發」(7題)：身心健康、健身、環保資訊、心靈成長；(5)「生活型態」(7題)：樂活運動、替代醫療、綠美化生活、生態旅遊；(6)「社會責任」(7題)：環保志工、政府責任及環保團體；並考量學童生活實踐能力。共有45題，又就教育內涵歸類為樂活知識、樂活態度、樂活行為，每類別各有15題。填答方式採用勾選設計。勾選題目採取李克特五點量表(Likert's five-point scale)。根據受測者的實際學習感受填答，勾選符合程度選項，再將問卷評分進行統計分析。

本研究評量問卷初稿完成之後，隨即進行專家效度分析，針對初稿內容的代表性及適切性加以評斷，提供意見，經過多次修訂完成評量預試問卷。選擇與本校學童性質相近，鄰近的彰化縣二林鎮萬興國小高年級學生一班實施預試，樣本數共 51 人，有效問卷 48 份，有效回收率 94%。以 Cronbach α 係數檢驗「國小高年級學生樂活預試量表」的內部一致性。信度分析結果：「樂活知識」Cronbach' s α 值 0.82；「樂活態度」Cronbach' s α 值 0.80；「樂活行為」Cronbach' s α 值為 0.85。「樂活知識」、「樂活態度」、「樂活行為」三個項目 Cronbach' s α 值皆在 0.70 以上，顯示各構面的內部一致性可接受。總量表 Cronbach' s α 值為 0.887，也顯示本量表信度甚佳，故可用此預試量表作為施測的正式問卷。

本研究以SPSS for Windows 12 進行統計分析，包括描述性統計(次數分配、平均數M、標準差SD、百分比)、成對樣本T檢定 (paired-samples T test) (學童前後測平均值顯著差異)、皮爾森積差相關(Pearson product-moment correlation)(學童樂活知能各層面的相關程度)、獨立樣本T檢定 (independent-samples T test) (雙尾考驗)。

4. 結果與討論

本研究針對彰化縣二林鎮中興國小高年級，藉由「樂活點點滴滴教學活動」課程設計，以「國小高年級樂活問卷」實施教學成效評量，進行學童樂活知識、態度與行為之研究，所得結果及其討論如下：

4.1 研究對象背景分析

研究對象的背景包括性別、年級、球隊隊員、運動項目及運動頻率等五部份。

(1) 性別

研究對象男生53人，佔樣本總數55.21%，女生43人，佔樣本總數44.79%。

(2) 年級

研究對象五年級40人，佔樣本總數41.67%，六年級56人，佔樣本總數58.33%。

(3) 球隊隊員

研究對象是學校巧固球隊隊員48人，佔樣本總數50.00%；不是者48人，佔樣本總數50.00%，兩者所佔比率相同，球隊女生球員所佔比率僅31.25%。

(4) 運動項目

研究對象「從不運動者」2人，佔2.08%，「有運動習慣者」94人，佔97.92%；運動項目以「巧固球」(69.79%)最多，「跑步」(58.33%)次之，「籃球」(55.21%)。

(5) 運動頻率

研究對象每週平均運動30分鐘以上的次數：0~1次者11.46%，2次者16.67%，3次者27.08%，4次者12.50%，5次者21.88%，其他(超過5次)者10.42%。其中以3~5次佔60.46%，比率最高，而達到每週至少運動三次標準者佔71.87%，未達三次標準者佔28.13%。

4.2 樂活問卷量表分析

本研究有效問卷回收率100%，總計男生53份，女生43份，合計96份。現就整體表現、樂活知能項目的相關性、不同背景學童在樂活知能項目的差異分項加以說明。

4.2.1 整體表現

教學前後測得分統計分析如表2，可知研究對象的樂活知識、態度、行為經教學活動後，平均分數有明顯提升，本研究課程教學能有效提升學童的樂活知能。

(1)樂活知識(15題)前、後測，其中有7題，約一半題數，達到顯著性差異 ($p < 0.05$)。

(2)樂活態度(15題)前、後測，除了第7題與第13題外，都有顯著性差異 ($p < 0.05$)。

(3)樂活行為(15題)前、後測，都有顯著性差異 ($p < 0.05$)。

表2 問卷前後測整體表現得分統計

樂活知能項目		平均分數	標準差	t值	p值
樂活知識 15題	前測	56.69	7.85	-9.863	*0.005
	後測	66.20	7.94		
樂活態度 15題	前測	54.93	8.65	-9.068	*0.000
	後測	63.68	9.26		
樂活行為 15題	前測	46.30	6.49	-11.511	*0.000
	後測	56.24	11.52		

*: $p < 0.05$ 達到顯著差異

4.2.2 樂活知能項目的相關性

由表3可知學童在「樂活知識」、「樂活態度」與「樂活行動」三項得分，相互間均達顯著水準 ($P < 0.05$)，亦即學童在樂活知識、態度與行為三項能力得分都有相關性存在，其中知識與態度相關係數0.718，可謂強正相關(相關係數0.7-1.0)；態度與行為相關係數0.599，知識與行為相關係數0.454，可謂中度正相關(相關係數0.4-0.7)。

表3 樂活知能間積差相關性

樂活知能項目		知識	態度	行為
知識	相關係數		0.718	0.454
	p 值		*0.000	*0.000
態度	相關係數	0.718		0.599
	p 值	*0.000		*0.000
行為	相關係數	0.454	0.599	
	p 值	*0.000	*0.000	

* : $p < 0.05$ 達到顯著差異

4.2.3 不同背景學童在樂活知能項目的差異

為瞭解不同背景的學童進行教學後，在樂活知能上的差異情形，將以獨立樣本T檢定探討之。本節分為四個部分，分別探討不同性別、年級之學童、本校巧固球隊球員與否、每週運動三次以上與否，在樂活知能上之差異。

(1) 不同性別的學童在樂活知能項目上的差異(表 4)

由平均分數可知，男生在樂活知能的表現均優於女生。男女學童在「樂活態度」方面並無明顯差異，而在「樂活知識」和「樂活行為」方面都達到顯著差異，呈現的結果是男生優於女生。沈廣城(2002)研究顯示在環境知識、態度方面，男童與女童在環境知識得分上無顯著差異；在環境行為方面，女童優於男童，且達到顯著差異。顏如君(2003)研究認為就環境永續知識而言，在性別上達到顯著差異，女生優於男生。推斷本研究男生參加球隊比率高，熱衷於運動，身心健康反映在樂活知識與行為。

表4 不同性別學童在樂活知能項目之T檢定

樂活知能項目	性別	平均分數	變異數相等的Levene檢定		平均數相等的T檢定	
			F檢定	p值	t值	p值
樂活知識	男	67.70	4.373	0.369	78.696	*0.039
	女	64.35				
樂活態度	男	65.28	3.658	0.655	65.070	0.059
	女	61.70				
樂活行為	男	58.79	6.126	0.262	46.074	*0.015
	女	53.09				

* : $p < 0.05$ 達到顯著差異

(2) 不同年級的學童在樂活知能項目上的差異(表 5)

由平均分數可知五年級學童在樂活知能項目上的表現均優於六年級。在「樂活行為」的表現上無顯著差異；在「樂活知識」與「樂活態度」方面都達到顯著差異，五年級優於六年級。推斷五年級學童主動學習精

神較佳。

表5 不同年級的學童在樂活知能項目之T檢定

樂活知能項目	年級	平均分數	變異數相等的Levene檢定		平均數相等的T檢定	
			F檢定	p值	t值	p值
樂活知識	五	68.25	4.760	0.001	78.502	*0.032
	六	64.73				
樂活態度	五	65.93	4.176	0.001	64.893	*0.044
	六	62.07				
樂活行為	五	58.95	3.914	0.661	46.057	0.051
	六	54.30				

* : $p < 0.05$ 達到顯著差異

(3) 學童是球隊隊員與否在樂活知能的差異(表 6)

由平均分數可知參加學校球隊學童在樂活知能的表現均優於沒有參加的學童。在「樂活知識」與「樂活態度」的表現則無顯著性影響；參加學校球隊對於學童在「樂活行為」的表現有顯著性影響。推斷運動喜好者「樂活行為」較佳。

表6 學童是否是球隊隊員在樂活知能項目之T檢定

樂活知能項目	球隊隊員	平均分數	變異數相等的Levene檢定		平均數相等的T檢定	
			F檢定	p值	t值	p值
樂活知識	是	66.90	0.739	0.751	79.224	0.392
	否	65.50				
樂活態度	是	64.46	0.681	0.036	65.389	0.411
	否	62.90				
樂活行為	是	59.06	6.074	0.720	46.029	*0.016
	否	53.42				

* : $p < 0.05$ 達到顯著差異

(4) 學童運動頻率在樂活知能的差異

由平均分數可知，每週運動3次以上的學童在樂活知能上的表現均優於未達3次的學童；而在「樂活知識」與「樂活態度」的表現則無顯著性影響；此外每週運動3次以上對於學童的「樂活行為」內涵表現有顯著性影響。鄭玉凌(2010) 研究認為有規律運動者，壓力小於不規律運動者，身心健康優於不規律運動者。因此運動頻率高者可望樂活行為較佳。

表7 學童每週是否運動3次以上在樂活知能項目之T檢定

樂活知能項目	運動每週三次 以上	平均分數	變異數相等的Levene檢定		平均數相等的T檢定	
			F檢定	p值	t值	p值
樂活知識	是	67.01	2.639	0.919	79.225	0.108
	否	64.11				
樂活態度	是	64.45	1.719	0.750	60.127	0.083
	否	61.70				
樂活行為	是	58.86	14.44	0.872	46.061	*0.000
	否	49.56				

*：p<0.05 達到顯著差異

5. 結論

本研究針對彰化縣中興國小高年級學童，藉由課程與教材設計，並實施教學成效評量，探討學童樂活知識、態度與行為的變化與相關性，可得結果如下：

1. 學童樂活知能在課程教學之後，樂活知識、樂活態度與樂活行為都有顯著差異，尤其是樂活態度與樂活行為。顯示藉由教學課程確實能增進學童樂活知能，有助於樂活態度與行為的改進。
2. 學童經由樂活知能教學，發現其在樂活知能分項之間，都呈現正相關，知識與態度相關係數0.718，可謂強正相關(強相關係數0.7-1.0)；態度與行為相關係數0.599，知識與行為相關係數0.454，可謂中度正相關(中度相關係數0.4-0.7)。顯示學童經由樂活教學後，知識可改變態度，以至於行為。
3. 男女學童在「樂活態度」方面並無明顯差異；但是在「樂活知識」、「樂活行為」兩方面達到顯著差異，呈現的結果是男生優於女生。推斷男生加入球隊比率高，熱誠參與，也反映在知識學習與行為表現上。
4. 五、六年級學童在「樂活行為」方面並無明顯差異；在「樂活知識」、「樂活態度」兩方面則達到顯著差異，五年級優於六年級。推斷教材內容適用於小學五、六年級，學習成效則有個別差異性。
5. 巧固球隊球員與每週運動3次以上的學童在「樂活知識」、「樂活態度」和「樂活行為」的表現均優於其他學童。在「樂活知識」與「樂活態度」並無明顯差異；但在「樂活行為」達到顯著差異。顯示參加球隊與良好運動習慣的學童在樂活行為表現較佳。

參考文獻

1. 王登再 (2010)，樂活量表之建構，國立澎湖科技大學觀光休閒事業管理研究所碩士論文。
2. 鄭玉凌(2010)，桃園縣國小教師運動行為對工作壓力、身心狀況之研究，臺北市立教育大學體育學系體育教學碩士論文。
6. 行政院環境保護署 (2009)，<http://www.epa.gov.tw/>
7. 蔡聰敏(2009)，中學生運動習慣與健康體適能之研究—以台北縣私立格致中學為例，輔仁大學體育學系

碩士論文。

8. 蔣帛芬(2009)，國民小學學生運動習慣與體適能之研究－以五年級學生為例，國立臺灣體育學院運動管理學系碩士論文。
9. 羅憲宗(2009)，樂活校園－不同補助類型學校學生樂活知識、態度、行為之研究，國立臺南大學材料科學系碩士論文。
10. 井手敏和（2008），拉拉譯。元氣樂活。台北：聯經出版社。
11. NPO 樂活俱樂部（2008），成玲譯。樂活商機。台北：商業周刊。
12. New Zealand Trade & Enterprise (2008). Global Lifestyle of Health and Sustainability(p. 1).(www.nzte.gov.nz/)
13. 木村麻紀(2007)，李毓昭譯。全球樂活潮。台中：晨星。
14. 箕輪彌生(2007)，王麗芳譯。樂活一生。台北：聯經。
15. 皮家瑋（2006），人員解說對國小學童環境行為之影響，世新大學觀光學研究所碩士論文。
16. 賴月雲（2006），台南市國小中高年級學童綠色消費知識態度與行為之研究，國立台南大學社會科教學研究碩士論文。
17. 賴銀海（2005），桃竹苗地區綠色學校國小學生對環境知識、環境態度及環境行為的調查研究，國立新竹師範學院數理研究所碩士論文。
18. 教育部（2003），九年一貫國民中小學課程綱要，教育部，台北。
19. 廖家新（2003），台灣地區消費者對綠色產品的認知與購買行為之調查研究，國立高雄師範大學環教所碩士論文。
20. 顏如君（2003），台灣高中職學生在環境永續發展概念之現況調查－以南部為例，國立中山大學教育研究所碩士論文。
21. 沈廣城（2002），國小學童環境知識、環境態度與環境行為之研究，屏東師範學院國民教育研究所碩士論文。
22. 許世璋（2001）。我們真能教育出可解決環境問題的公民嗎？論環境教育與環境行動。中等教育，第 52 期， 52-75。
23. 汪靜明（2000）。學校環境教育的理念與原理。環境教育季刊，第 43 期， 11-27。
24. 楊冠政（1997）。環境教育。明文圖書出版有限公司。
25. 鄭一青、許芳菊（1996）。開啟教育的藍天。環境台灣， 275-284，天下雜誌社。
26. 楊冠政（1991）。環境教育概述。教育部環境保護小組編印。
27. 劉俊昌（1989）。健康教材教法。台北：五南。
28. 沈競辰（1987），環境教育系統規劃之探討-以東石、烏石鼻海岸自然保護區為例，中興園藝學研究所碩士論文。

A Study on LOHAS Knowledge, Attitude and Behavior of Senior Grade Students at Chung-Shing Elementary School

Yow-Haur Cheng¹ Lian-Pang Wei^{2}*

¹ Environmental Engineering Master Program, College of Engineering, Dayeh University

² Department of Environmental Engineering, Dayeh University

*lpwei@mail.dyu.edu.tw

ABSTRACT

LOHAS is an acronym for Lifestyles of Health and Sustainability, which is a term used to describe a type of consumers who look for goods and services focused on health, the environment, and sustainable living. As the human faces ever increasing stress of life, and ecosystems in a critical situation, it is of great urgent to promote the LOHAS, especially for the children. Based on the teaching goal of environmental, health, and physical education curriculum issued by Ministry of Education, ROC, a set of teaching material of LOHAS course was developed for 5th and 6th grade students at an elementary school by referring to existing texts and literature. After finishing teaching process, a statistical analysis was conducted. The performance of knowledge, attitude, and behavior toward LOHAS were increased significantly and a positive correlation among these three items was medium or strong. It was shown that there was no significant difference on the attitude of LOHAS between the boys and the girls; however the boys were better than the girls for the knowledge and behavior items. The 5th grade students and 6th grade students showed no significant difference toward behavior of LOHAS, and the 5th grade was better than the 6th grade for the knowledge and attitude of LOHAS. In addition, the member students of Tchoukball team and the students taking exercise more than three times a week were better than the other student group for the behavior of LOHAS, but did not show any significance for the knowledge and attitude.

Keywords: LOHAS, health, sustainability, elementary school