



第壹章 緒 論

學校體育教師因社會變遷快速而須擔任多重角色，舉凡體育教學、運動代表隊之組訓、運動場地設施與管理工作也都涵蓋其中，體育教師所負職責可說相當繁重。相形之下，時間也越來越不充足，也因此探討體育教師時間管理的議題更形重要。本章分為六節，第一節為研究背景，第二、三節根據研究背景說明研究的主要目的與研究問題，第四、五節是研究的範圍與限制，第六節則針對重要的名詞做操作性定義。

第一節 研究背景

管理大師彼得·杜拉克（Peter Drucker）有句名言：「時間是世界上最短缺的資源，除非善加管理，否則一事無成。」（陳清耀、林一多譯，1994，頁8）。國際知名的組織發展和訓練專家，尤其在時間管理和提昇生產力方面，饒有成就的大師道格拉斯（Douglass）亦指出：「時間對人而言，是一種矛盾因子；人們一方面擁有所有的時間，一方面又覺得時間不夠用。其實，問題不在時間太少，而是在其運用時間的方法。」（吳美麗譯，1999，頁1）。

社會變遷速度之快，常令學校教育工作者目不暇給，無以為應，往往需花費相當長的一段時間與精力來摸索，才能駕輕就熟，勝任其角色扮演；然而卻常常剛適應現況，但新的挑戰又緊接而來，使學校工作者疲於奔命（王誼邦、雷小娟，2001）。學校體育教師因社會變遷快速而須擔任多重角色，舉凡體育教學，運動代表隊之組訓，運動場地設施與管理工作也都涵蓋其中，體育教師所負職責可說相當繁重（洪嘉文，1996）。

一個體育教師在學校之中，時而是校長、主任的下屬；時而是其他老師的同事；時而是運動選手的教練；時而是體育教學研究會絞盡腦汁的學習者；時而擔任行政工作扮演承上啟下的角色。如再加上家庭和社會的角色，一個體育教師所面對的角色是如此多樣而繁重（葉競聲，2003）。相形

之下，體育教師時間管理的議題更顯重要。

近年來時間管理的理論在工商企業界經常拿來作為研究的主題，但在教育界有關教師時間管理的研究卻不多。國內以國中小教師為研究對象探討時間管理的論文，近五年內研究者僅發現四篇，即：陳瑞惠（2000）的〈國民小學級任教師時間運用之個案研究〉、郭清榮（2003）的〈國民中學導師時間管理之研究〉、陳柏蓉（2004）的〈宜蘭縣國小教師時間管理〉，以及黃珮鈞（2005）的〈國民小學教師時間管理與教學效能之研究〉。而其中以國中教師為研究對象者，研究者也僅發現一篇。

根據許明欽（1998）在國民中學校長時間管理之研究中指出：1. 教育界歷來沒有時間管理的概念；2. 缺乏時間管理的課程或研習。近來有研究指出，公立國民中學初任教師主要的工作困擾之一是：教學與行政較難兼顧，行政工作很耗時間，壓力很大，需要調節時間（陳吉雄，2004）。目前國內有關時間管理的研究，研究者尚未發現有針對體育教師為研究對象者。而現今國中小學體育教師有半數兼任行政相關業務；且有七成多體育教師身兼教師與教練，顯示中學體育教師身兼多職，工作負荷頗重（程瑞福，2000），可見體育教師時間的管理問題值得探究。

本研究擬從國中體育教師角色的內涵出發，透過法令規定及專家學者的看法探究國中體育教師之職責所在，並利用研究工具讓國中體育教師實際瞭解其工作時間是如何分配？干擾善用時間的因素有哪些？進行時間管理的困難之處為何？以及國中體育教師比較普遍使用的時間管理原則或技巧是什麼？在探討國中體育教師時間管理現況的同時，更進一步分析不同個人背景變項的國中體育教師，其時間管理的策略運用是否有差異存在。

本研究希望：透過瞭解優秀國中體育教師應盡的職責，及對照實際調查國中體育教師工作時間之利用情形，讓國中體育教師體認到時間管理的重要性。也期待國中體育教師能由本調查研究裡，瞭解國中體育教師時間管理的干擾因素及進行時間管理的困難所在，接著盼望在時間管理的理論及實證研究探討中，提供國中體育教師時間管理的科學方法，面對多樣的角色及繁重的壓力，並有效提昇體育教師的專業表現及生活品質。

第二節 研究目的

本研究旨在探討「國中體育教師的時間管理」，根據研究背景主要的研究目的如下：

- 一、瞭解國中體育教師的工作時間分配與接觸對象。
- 二、分析國中體育教師時間管理的干擾因素及困難。
- 三、探討國中體育教師時間管理的原則與策略運用。
- 四、比較不同背景變項的國中體育教師，其時間管理現況與其所運用的策略有無差異存在。
- 五、探究國中體育教師時間管理現況與時間管理策略運用之間有無相關性存在。

第三節 研究問題

根據上述研究目的，本研究的待答問題如下：

- 一、國中體育教師的工作時間分配與接觸對象為何？
- 二、國中體育教師時間管理的干擾因素及困難為何？
- 三、國中體育教師常用的時間管理原則與運用策略為何？
- 四、不同背景變項的國中體育教師，其時間管理現況與運用策略是否有差異存在？
- 五、國中體育教師時間管理現況與運用策略之間的關係為何？

第四節 研究範圍

本研究主旨在探討國中體育教師個人背景變項與時間管理現況以及時間管理策略運用的關係。整個研究的研究範圍說明如下：

一、研究對象

研究參與者為九十四學年度台南地區公私立國中(含高中職附設之國中部)的現職體育教師，包含兼任導師或行政職之擔任體育教學工作者。

二、研究地域

本研究在考量人力、物力等相關因素後，研究地域為與研究者有地緣關係之台南地區，包含台南縣 32 個鄉鎮及台南市 6 個行政區。

三、研究時間

施測時間為九十四學年度下學期，採問卷調查方式進行之。民國九十五年二月實施預試，同年三月進行正式問卷調查。

四、研究內容

以問卷調查法針對國中體育教師的時間管理現況(包括時間分配、接觸對象、干擾因素、困難所在及常用之時間管理原則或技巧等五個層面)及時間管理運用策略(包括時間掌握、時間規劃、教學管理、溝通管理、文書管理及壓力管理等六個層面)進行探討。

第五節 研究限制

本研究採用問卷調查法，研究參與者在填答時難免有社會期許的效應存在，且其對於問卷說明之詮釋難免有所偏差。除因研究方法所產生之限制，本研究之研究限制如下：

一、研究結果

本研究的調查僅限於台南縣市公私立國中體育教師(含高中職附設之國中部)及國中籌備處之體育教師，並不包含其他縣市之國中體育教師，因此研究結果若欲推論至其他縣市宜考慮其限制。

二、研究變項

本研究主要是針對國中體育教師的個人背景變項加以探討，然而實

際上影響國中體育教師時間管理的變項相當多，因此本研究結果無法解釋國中體育教師全部的時間管理策略。

第六節 名詞操作性定義

本研究的主要名詞，包括國中體育教師、時間、有效時間管理，茲分別界定如下：

一、國中體育教師

本研究的國中體育教師係指九十四學年度服務於台南縣市公私立國民中學（含高中職附設之國中部）的現職體育教師，包含兼任導師或行政職之擔任體育教學工作者。

二、時間管理

時間管理是指個人在有限的工作時間裡，設定工作目標、排定優先順序、善用資源與方法，做好時間的掌握、規劃與分配，以期使工作效能提高、為組織增加更多價值所進行的一種自我管理過程。

本研究的時間管理，特指國中體育教師在時間管理策略六個構面（包括時間掌握、時間規劃、教學管理、溝通管理、文書管理及壓力管理）所持有的主觀態度、感受和評價，以及其得分情形，分數愈高，表示其時間管理策略運用愈佳。並以本研究之研究工具「台南地區國中體育教師時間管理調查問卷」之第一部份「時間管理策略」分量表為代表。