澳門特殊奧運會運動員的生活適應能力之研究

摘要

爲探討特殊奧運會運動對生活適應能力的影響，以58名年齡在12歲以上的智能障礙學生爲研究對象，其中29人爲特殊奧運會運動員，另外29人爲未曾參與過運動訓練者。利用生活適應能力問卷作爲測試工具，參與者的老師對所有參與者實施測試，而參與者家長只對29名特殊奧運會運動員進行評價。

結果發現：(一)、參加特奧學生在生活自理能力、動作能力、溝通能力、社會技能能力及整體生活適應的能力顯著優於未參加過運動訓練者。(二)、 實施運動訓練能促進智能障礙學生活自理能力、動作能力、溝通能力、社會能力的發展，但不會因年齡、性別不同而有所不同。(三)、 家長及教師對特奧學生自理能力的評價沒有顯著差異，均認爲性別、年齡和訓練年資不會影響特奧學生的自理能力；智能障礙學生運動訓練在一年或以上，其自理能力就會有明顯的提升。(四)、 家長及教師均認爲訓練年資對特奧學生的動作能力有正向促進作用，而性別則沒有影響。(五)、 家長及教師對特奧學生的溝通能力評價有所不同，家長認爲性別、年齡和訓練年資不會影響特奧學生的溝通能力，而教師則認爲年齡、訓練年資可正向促進特奧學生的溝通能力。(六)、 家長及教師對特奧學生的社會能力評價有所不同，家長認爲性別、年齡和訓練年資不會影響特奧學生的社會能力，而教師則認爲年齡、訓練年資可正向促進特奧學生的社會能力。(七)、 在評價智障學生的生活適應能力方面，在自理能力領域上，教師和家長的評價具有一定的關聯。

結果提示：體育運動有利提升澳門智能障礙學生的生活適應能力。

關鍵詞：生活適應，運動員，特殊奧運會，澳門