

新北市立新北高工 108 學年度第一學期第一次段考								班級	丙	座號		成績	
科目	觀光休閒	命題教師	蘇真禾	年級	三	科別	綜合科	姓名					

### 一、配合題(每題 5 分，共 40 分)

(一)、關於「休閒」的定義，可以分別從(A)時間、(B)活動、(C)體驗的觀點來定義

(每題 5 分，共 40 分)

請根據下列敘述中探索的具體內容，選出適當選項搭配之。

- ( ) 1. 界定某些活動是休閒活動，當從事這些活動時，就是在休閒。
- ( ) 2. 休閒是一種存在狀態、一種處境，個體必須先了解自己及周遭的環境，進而透過活動的方式去體驗休閒的豐富內涵。因此，休閒是一種「活出自我」，甚至「超越自我」的存在經驗。
- ( ) 3. 生活中，有較多自由可以做自己想做事的時間。
- ( ) 4. 小 G放學回家後的時間就是自己的休閒時間了。
- ( ) 5. 阿 B只要能使用手機，不管是聽音樂、打手遊，就會感到很放鬆。
- ( ) 6. JJ每次假日和朋友一起玩樂團，就有一種「活出自我」，「超越自我」的滿足與快樂。
7. 你在從事哪一種休閒活動時，也可以經驗上述「活出自我」，「超越自我」的滿足與快樂？並說明理由。(10 分)

---



---



---

(二)、Verduin & McEwen(1984)提出可從休閒參與經驗中獲得六項體驗效益：

(每題 5 分，共 60 分)。

請根據下列敘述中探索的具體內容，選出適當選項搭配之

A. 放鬆效益	B. 心理效益	C. 美學效益	D. 教育效益	E. 補償效益
F 熟悉效益.	G 社交效益.	H. 生理效益	I. 娛樂效益	

- ( ) 1. 休閒活動提供藝術、人文科學等不同興趣的體驗，可從中學習到新的事物，讓人浸淫在吸收新知識，充實生活。
- ( ) 2. 休閒參與的時候，能與擁有相同嗜好的朋友及家人相聚，分享珍貴的情誼與樂趣，並藉此達到社交效益。

新北市立新北高工 108 學年度第一學期第一次段考								班級	丙	座號		成	
科 目	觀光休閒	命題教師	蘇真禾	年級	三	科別	綜合科	姓名				績	

- ( )3. 藝術活動是休閒活動的一種，因此藝術活動中所具有審美意識與美學價值即成為休閒效益所在。
- ( )4. 從事休閒活動如慢跑、游泳、打網球等運動，能避免因缺乏運動而發胖或罹患與心臟血管有關的疾病，定期的肢體動作活動能確保身體的健康。
- ( )5. 每個人都有被肯定、認同的慾望，休閒活動提供機會讓每個參與者均能從中獲得有形或無形被肯定的機會。
- ( )6. 休閒活動對於減輕心理壓力，消除疲勞有非常大的助益。
- ( )7. 蔡小玲在休閒時間喜歡做翻糖蛋糕，每當做完富有創意、逼真、美麗的蛋糕時，便感到很開心。
- ( )8. 羅小豬休閒時去打籃球、慢跑，不僅減重了 10 公斤，也感到身體越來健康。
- ( )9. 周小杰利用休閒時間帶著妻兒去巴黎度假，感到所有的壓力、疲勞都消除了。
- ( )10. 蘇小禾去健身時，不但學習到健身的方式和好處，也吸收到許多如何飲食可以更健康的新知識，而感到吸取新知的快樂和充實感。

11. 請分享(1)一件你從事的休閒活動，並(2)說明你從中得到的效益(10 分)

- (1) \_\_\_\_\_
- (2) \_\_\_\_\_