

關懷服務學習動機影響程度探析——以桌遊融入
「健康促進」課程為例

**Investigation of Effects on the Motivation of
Caring and Service-Learning: A Case Study of Using
Board Games in the General Education Course of
Health Promotion**

王素真

Wang, Su-Chen

Author's Correspondence Information

作者通訊

王素真 Wang, Su-Chen

Associate Professor

Department of Long Term Care and Management

Chung Hwa University of Medical Technology

中華醫事科技大學長期照顧經營管理系副教授

No. 89, Wenhua 1st St., Rende Dist., Tainan City 71703, Taiwan (R.O.C.)

Email: sjking@mail.hwai.edu.tw

DOI:10.6360/TJGE.202206_(29).0004

摘要

本研究以健康促進為藍本，融入桌遊作為輔助教材並結合教學活動，採用小組合作學習方式進行高齡者健康促進關懷服務之行動研究。*目的*：檢視桌遊融入於「健康促進」教學中，能否有效提升學生對高齡者健康促進關懷服務的學習動機。*方法*：研究對象為參加 16 小時微學分課程——「桌遊設計工作坊」，且修習「健康促進」專業課程之 28 位大二學生。採行動研究於第一階段藉由「桌遊設計工作坊」，讓學生瞭解桌遊類型、體驗桌遊之遊戲機制、特色，作為專業課程教學之前導；第二階段於「健康促進」課程在教學中除專業知能外，設計課程方案，讓學生分組自製設計桌遊為媒材，並實際應用桌遊於關懷服務場域；並利用學習動機量表，進行前後測資料分析。*結果*：1.桌遊融入「健康促進」教學，有助於增強學習動機且達顯著性差異。2.桌遊融入教學有助於學生學習「健康促進」知識與技能，提高學生課堂的專注力、連結到生活經驗、增強自信，進而自主接觸健康促進資訊等，故桌遊融入教學能有效提升學生從事高齡者健康促進關懷服務的動機，帶給學生學以致用的滿足感。*結論*：提供本研究結論，給將採用桌遊融入教學之教師，及未來研究者做參考。

關鍵字：桌遊、高齡者、健康促進、關懷服務

關懷服務學習動機影響程度探析——以桌遊融入「健康促進」課程為例

壹、前言

一、研究動機

隨著醫療進步，國人平均餘命逐年增加，臺灣地區高齡人口 2018 年達到 14.56%，預計 2025 年將邁入「超高齡社會」65 歲以上人口比率將增加為 20%，2060 年估計將高達 42%（行政院衛生福利部，2016）。人口老化問題日趨嚴重，隨之慢性病與日常生活功能障礙的盛行率上升，繼而產生的是健康與醫療服務需求量提高的問題，健康管理已蔚為高齡化社會之產業發展趨勢。長者健康促進與照護成為急迫切且重要推行的方針，延緩老化衰退速率已成為高齡化社會重要的推動議題。

世界衛生組織（WHO）於 2002 年提倡「活躍老化」，活躍老化包含身體、心理、社會等面向達到健康和諧狀態，從健康、參與及安全等構面，提昇高齡者之生活品質，增加主觀幸福感。本校屬醫護類學校，希培育社會所需、業界樂用之醫事健康科技人才。我們所培育的學生面對職場時，更需具備觀察力及聆聽的能力，進而反思自身在專業上如何提供相關服務的協助，且能以淺顯易懂的表達其專業內容，使被服務的對象能感受到學生有內涵及深度的關懷。

本計畫課程之核心議題與聯合國永續發展目標(SDGs)之主要對應項目「健康與福祉」：確保健康及促進各年齡層的福祉、次要對應項目「優質教育」：確保有教無類、公平以及高品質的教育，及提倡終身學習。本計畫所對應核心議題所設定的問題意識，將在實踐場域進行探勘行動，包含有：探討高齡者生活

環境與活動規劃、瞭解高齡者的身體功能與健康維護模式，及瞭解促進高齡者心理健康的方式等。

高等教育發展的趨勢係以學生學習成效為本的辦學理念，重新認識學生的需求及跨世代文化，結合多元教學、適性課程發展，重視自主學習的教學情境，打造適才適性適所的組織學習形態，設計積極的課業學習彈性，持續自我當責並客製化的增加學生參與學習動機。採用具導航（GPS）概念，隨時可作微幅修正，適時提供潛移默化的多元學習及跨領域思考路徑的訓練。

Nutbeam（1999）指出健康素養與生活息息相關，必須考慮教育內容與生活脈絡的適配性，以教授促進健康生活的行動能力為主，讓人能在不同生活情境中加以應用。健康生活行動技能之教學在醫事類學校的教學範疇中尤顯重要，有目的地針對問題解決或促進改變，行動的執行者也需能夠覺察地做決定，故提升學生在健康促進議題之採取行動的承諾、意願和能力等之學習動機，在教學場域中是十分重要的課題。

過去研究發現，將桌上型遊戲（Board game，簡稱：桌遊）融入於教學，對學生學習而言是一種良好的學習素材，可引起學生的學習動機（胡芯瑋，2016）。吳承翰（2011）認為遊戲可以激發學生的創造力、智慧內涵、情緒能力和穩定力。莊涵雅（2019）指出透過桌遊設計可激發學生主動思考、謀略、團隊合作等，藉由遊戲獲得經驗達到學習與成長的目的，是每個人天生且自然的學習方式。

本計畫課程「健康促進」屬必修專業課程，開設在大二下學期，過往課程授課著重在健康促進的定義、理論模式、範疇，健康促進方案設計、撰寫與執行等知識的講授。本研究課程背景除上述知識傳遞外，搭配桌遊設計工作坊之微學分課程，並融入桌遊媒介至教學活動中。以學生為中心的教學過程中，建構多層面的互動學習與人際網絡，透過桌遊媒材介入觀察個人在生命中對長者的健康促進行為與關懷服務表現，期以滿足學習者的期待。啟發學生一面思考

健康促進與關懷服務的專業素養，一面朝跨領域的多元學習、批判反思及社會責任的養成目標邁進，以達到「玩中學」是本研究的重點。

有鑑於此，本研究課程的建構以小組合作學習方式，自製設計桌遊協助高齡者於日常生活中實踐健康促進，整合校內外資源進行高齡者健康促進關懷服務之「健康促進」課程規劃與行動，培養學生對高齡者之健康、療癒、樂活議題的關懷與使命感。將活動設計規劃及多元敘事表達，整合桌遊媒材融入計畫課程內涵設計中，透過教學規劃及關懷服務之行動研究，讓同學省思並可以清楚地表述健康促進的方案，及提升對高齡者健康促進關懷服務的動機。

二、研究目的

綜整本研究課程，除了專業知能與應用外，還包含潛能素養與健康實踐、溝通協調與自我成長、技能與實務學習、照顧能力與關懷服務、批判反思與敘事力提升。

本研究以健康促進為藍本，融入桌遊作為輔助教材並結合教學活動，進行高齡者健康促進關懷服務之行動研究，目的在檢視桌遊融入「健康促進」教學中，能否提升學生對高齡者健康促進關懷服務的學習動機。

貳、文獻探討

一、桌遊功能研究

吳幸玲、郭靜晃（2003）認為遊戲具有實驗、治療、生活技能演練、休閒等四項功能；實驗藉由觀察、發現、探究、研究等，利用遊戲了解並掌握周遭的環境；治療則可以藉由遊戲解除痛苦、釋放壓力及減少無聊；生活技能演練則可以訓練身體與頭腦；遊戲具有正面回饋，故亦能達到休閒的效果。

遊戲中有許多不確定性，玩家必須集合生活中多面向的知識與情境才能達成任務，在富有情境及樂趣的氣氛中，提升自身的專注思考力、整合線索的能力，達到破除關卡的目標，讓學習認知歷程產生更高的成就感(侯惠澤，2016)。

許榮哲、歐陽立中在《桌遊課》(2016)指出桌遊不只是遊戲，背後蘊藏著豐富的故事、深刻的文化、以及人生的智慧，文中指出代表性桌遊類型有：陣營類、說故事類、擲骰類、交易類、競標類、合作類、板塊拼放類、區域控制類，及風險管理類等 9 種桌遊機制。桌遊也不只是桌遊，透過遊戲可將知識的學習、思辨、人際與情緒覺察，帶至更寬闊的學習情境，也是人性的展現、創意的來源，與故事的呈現。

多數的桌遊屬於規則性遊戲，經一再重覆動作學習已經存在基模中的事物 (Piaget, 1962)，桌遊具有共同制定與遵守的規則、輪流等待之競爭或合作等社會性意義；遊戲情境中成員的互動亦可視為社會互動的縮影，包含：經營策略、人際互動、攻擊與防衛、疏離與結盟、觀察他人喜好與非語言訊息、語言組織表達等(王芯婷，2012)。桌遊能夠提供成員一個互動的情境，可以協助團體在初期的暖身階段更快凝聚，可以透過遊戲規則的引導，適當處理成員的議題及學習新事物(范宸璋，2017)。桌遊本身除了具有娛樂性，必須應用認知技巧、遵守規則且包含了運氣，過程還可以增長知識技能的磨練(陳頤馨，2017)。

劉蕙翎、林麗蓉(2018)研究得知，各種年齡層都合適將桌遊作為治療媒介，依治療者需求尋找適切的桌遊類型，將能獲得療癒功效。蔡婉甄等(2019)發現相較於其他類型的休閒活動，高齡者對於桌遊的參與意願高，桌遊介入明顯提升高齡者的正向情緒。李偲詩(2021)觀察適用於高齡者桌遊的設計要點，主張在桌遊設計應使用較鮮豔之顏色，避免同時使用藍色與綠色；使用高齡者熟悉及親近之主題或符號、圖示需簡易、線條明顯，可輔以影片方式教學。同時發現，搶奪機制可促進高齡者產生正向情緒，但使用兩種以上規則的桌遊，會使高齡者產生負向情緒。

二、桌遊之教學應用

(一) 國內外研究

桌遊的便利性安全性高、種類難易度多元、富有彈性，玩家可以實際互動，遊戲可以是競合的形式，需透過肢體或語言溝通表達等特點（游淑梅，2017；楊予情，2018；吳承翰，2011），使得在教學過程融入桌遊，可達寓教於樂功效。桌遊因有充足的資訊、開放式的決定、遊戲的計分方式及相稱的主題，讓學生不覺得是學校課程，產生學習的樂趣而成為有效的教學工具（Hinebaugh, 2009、Mayer & Harris, 2010）。由上可知，桌遊可以促進創造力、專注力和自信心，也能符合學生偏好，積極學習（Nancy & Roberta, 2016）。

Cavanagh（2008）曾在背景較弱勢的班級，以桌遊進行教學，發現學生的數學能力有進步的狀態。范丙林（2011）研究學生進行電腦遊戲與桌遊時的互動差異，發現學生在玩電腦遊戲時眼神、臉部表情較為單調，其認為學生面對的是電腦程式而較少使用到人際互動的技能；在玩桌遊時候的臉部表情則較為豐富，有較多的笑容，同時也能夠促進遊戲者的社交技巧及社會互動能力。鄭佳鈺（2015）利用桌遊來改善學生的識字能力，結果顯示學生的識字量有逐步提升的現象。邱子容（2015）研究使用 *Pick a Paint*（顏色數獨），以自製牌卡讓學生邊玩桌遊邊學習有關星期及科目之英語單字，結果發現學生的單字記憶有顯著性提高，且透過同儕間的互動練習，提升更多口語表達的機會。駱羿姣（2016）以六年級的英語教材搭配記憶反應類型的桌遊，發現學生在字形辨認、字音辨讀、字義理解等能力都有所進步，學生對桌遊也持正向回饋。另外，Chiarello & Castellano（2016）以桌遊指導學生自然科學概念的研究，顯示學生無論對相關主題的興趣、或抽象知識的理解，也都有顯著成長。

由上可知，以桌遊作為教學媒介的活動，相較於一般講述法更能提升學習動機。桌遊除聚焦在上述對學習動機與成效之影響外，也有助於用來破冰，在課程開始時使用桌遊讓教學氣氛熱絡，教學期間透過桌遊，讓學生分組合作還

可以提振團隊士氣、培養溝通表達力 (Richter,1990)。蘇岱崙、楊煥世、李岳霞 (2015)認為桌遊有助營造出一個無威脅、有趣、卻帶有適度競爭的學習環境，能夠強化知識技能的發展，讓學習、記憶、應用新知都變得有效率，有助於搭建同儕之間溝通合作的橋梁。陳頤馨 (2017)指出，當桌遊結合獎懲制度，有益於學生的學習態度和小組合作分工。

(二) 中小學教學應用

張孜亦 (2018)則採行動研究方式，以「拔毛運動會」、「哆寶」、「排七」等不同款式的桌遊應用於國小課後照顧班的英語教學，對學生的英語學習有不錯的效果，其結論發現：1.桌遊可融入在地的風俗民情或生活文化，讓玩家在玩桌遊過程中，也體會到遊戲所包含的創新與文化內涵之教育價值。2.桌遊不僅是一種遊戲機制與規則，玩家透過不同桌遊的玩樂與了解，在玩樂過程中達到引出對事物的好奇心及動機；從桌遊學習做中學，解決生活問題，提升學習動機。

陳介宇、王沐嵐 (2017)回顧 122 篇碩士論文與期刊 15 篇臺灣桌遊相關之研究與文獻(表 1)，發現在 2002 年以前並未有相關之研究與文獻出現，而 2002 年至 2012 年十年間有 21 篇，2013 年至 2016 年在數量上則增加至 116 篇；在各領域內容方面，教育類 (59.9%) 占最多數，其次為遊戲設計類 (21.2%) 與社會/心理類 (15.3%)；撰寫與桌遊相關主題論文的系所，包含有：資訊工程、應用藝術、運動休閒、經營管理、商業設計、工業設計、數學、社會工作、互動媒體、觀光餐旅與土木工程等範疇。黃千慈 (2019)發現桌遊已擴大應用範圍，並橫跨在各個領域科目，及各學習階段對象，如學齡前兒童、國小、國中、高中，最常見的對象是國小學童、國中學生，高中學生應用較少，而大學生階段是更為稀少。

上述文獻皆指出，桌遊除了娛樂效果，也有益於維持專注力、訓練邏輯思考、解決問題能力，以及增進人際溝通互動（侯惠澤，2016）。各研究者在發現桌遊的優點後，將桌遊結合到教學現場中，希望幫助學生做中學、歡樂學。

表 1 教育/社會/心理相關領域之桌遊文獻研究篇數表

領域主題	篇數	領域主題	篇數
教育相關領域 (N=101)			
社會與情緒能力	13	注意力	4
英語教育	13	鄉土與文化	4
數學教育	10	藝術教育	4
國語文教育	8	教師專業	3
生活教育	7	公民與道德教育	2
自然教育	7	健康與衛生教育	2
環境教育	7	多元智能	1
教育應用或介紹	5	認知技能	1
創造思考	5	學習策略	1
語言溝通	4	小計	101
社會/心理相關領域 (N=21)			
桌遊產業	7	休閒參與	2
心理特質與能力	5	遊戲行為與反應	2
人際關係	5	小計	21

資料來源：陳介宇、王沐嵐：〈臺灣桌上遊戲研究與文獻之回顧分析〉，2017，2019.7.30，網址〈<https://sites.google.com/site/taiwanbgstudy/home>〉。

文獻回顧發現，多數研究結果支持桌遊融入教學可帶來寓教於樂，能夠提升學習動機的效用。但紀嫻羽（2016）研究指出，桌遊融入教學對研究對象之學習動機並無顯著提升；石裕惠（2016）的研究也發現，桌遊融入教學對實驗組與對照組間的學習動機，無顯著性差異；曾靜華（2015）、莊玳翎（2016）的研究指出，桌遊融入教學對研究對象之學習態度前後並無差異性。此類差異結果，或因研究者將桌遊視為「教具」，過度強調研究或教學目的，或過於強調知識的傳授，忽略其遊戲性，因而不易引起學生的興趣（陳介宇、王沐嵐，2017）。侯惠澤教授（2016）強調以「學習者為中心」的翻轉教育學習，藉此培養學生

自學精神與表達、獨立思考等能力，也是培育未來具備學習能力公民的最佳教學模式。

參、研究方法

回顧上述文獻得知，大多數研究係以國小學童或國中階段學生為研究對象，較少以高中學生為研究對象，更遑論以大學生為研究對象的研究。同時，也發現以往的研究相關領域中，較缺乏對高齡者關懷服務的行動研究。

對於現實生活中遭遇困境或不滿意的情況之行動研究，而親自擬定解決方案以轉變局勢，並在轉變的過程中對實務工作有更深入的瞭解和提升自我的學習（蔡清田，2000；潘淑滿，2003）。行動研究法愈來愈受到教育領域的重視，強調教師本身即帶有研究的使命和能力，主張教學者應針對教學現場的問題進行研究，以改進本身的實務工作（蔡清田，2000）。

本研究有鑑於研究班級只有一個，班級學生人數也不多，故無法採取實驗組和控制組做比對的方式，及考量場域利他實踐服務的實務問題。因此，本研究重點不在推論相同情境之問題，希藉由行動研究，將桌遊融入課堂之教學策略，經過觀察、資料蒐集、調整再修正的循環步驟，真正達到問題解決目的，發展適合學生的學習方式，刺激學生學習動機。

一、研究對象

參加 16 小時微學分課程——「桌遊設計工作坊」，且修習「健康促進」專業課程之大二學生。全程參與並完成工作坊中之指定作業與修習「健康促進」完成期末桌遊設計作業的同學，共計 28 人。

二、研究問題

本研究以「健康促進」課程為例，欲探析藉由桌遊結合教學，能否提升學生對關懷服務的學習動機。故本研究欲探討的問題，有：

- (一) 比較學習動機量表中之「注意」、「相關」、「信心」、「滿足」等四個向度，及學習動機量表總和之前後測分析。
- (二) 活動中教學者之觀察、教學反思與修正歷程。

三、研究設計與流程

行動研究第一階段：藉由微學分——「桌遊設計工作坊」先選擇適合樂齡健康促進桌遊課程之派對遊戲、親子桌遊使用教材，讓學生瞭解桌遊類型、體驗桌遊之遊戲機制、遊戲特色；另安排業師教導設計桌遊的意義、重點、技巧等，再透過學生學習過程與反應，作為專業課程教學之前導。

行動研究第二階段：本研究於進行第二階段 18 週的「健康促進」課堂教學研究，研究者在第 1 堂課先向學生說明課程計畫及進度，讓學生瞭解學習內容和目標後進行授課。在學期第 5 週學生對「健康促進」具有專業知能概念時，施予「健康促進」學習動機量表前測，以利掌握學生在桌遊融入課程前，學習健康促進與管理的動機程度。接著，讓學生利用在第一階段學習到之桌遊設計知能，分組自製設計桌遊為媒材，並於第 9 週、第 11 週、第 13 週實際應用桌遊於場域進行關懷服務利他實踐，再於學期末（第 18 週）進行學習動機量表後測，以檢視桌遊結合教學所帶來對高齡者健康促進關懷服務的成效。

四、研究工具

本研究採用凱勒（Keller）在 1983 年提出的激發動機四要素，包含（一）注意（Attention）：指「採取各種教學策略吸引學生對課程的好奇心，以維持專注力」，計有 5 題題目；（二）相關（Relevance）：指「設計的課程內容或活動能與學生的生活相連結，滿足其學習需求，進而達到積極向學的態度」，計有 4 題題目；（三）信心（Confidence）：指「多賦予學生成功經驗並適時調整教材以符

合學生程度，幫助其提升自信心、相信自己有能力達成目標」，計有 4 題題目；
(四) 滿足 (Satisfaction)：指「搭配內、外在的增強模式，讓學生對學習成果產生滿足感」，計有 5 題題目。

本研究工具利用 Keller 之 ARCS 動機模式四個要素，再參酌李慧如(2017)、林意桓(2018)，及黃千慈(2019)的英語學習動機量表後，經修正後設計適用於「健康促進」課程中衡量學生對高齡者健康促進關懷服務的學習動機量表。使用李克特 (Likert) 四點量表計分，得分愈高者表示學習動機愈強，反之則愈弱。

另於活動中使用觀察法紀錄教學過程之情事、困難或問題，以為教學場域中之教學反思與修正歷程之據。

五、信度、效度分析

本問卷由專家對問卷量表清晰度與相關性測量內容效度檢定，採 4 分法評分方式，2 分以下(含)題目不予採納。依內容效度指標 (Index of Content Validity, CVI) 的評分方式，CVI 值大於 0.85 者為保留題，CVI 值未達 0.85 者，依專家提供之意見修正或刪除，經刪除與修正後列入效度分析。本問卷專家效度測量桌遊融入課程之學習動機所得結果 CVI 值為 0.92。

採用 Cronbach' s α 係數來檢測問卷之信度，學習動機問卷量表之「注意」、「相關」、「信心」、「滿足」等向度量表的 Cronbach' s α 係數，分別為 0.90、0.83、0.87、0.84，顯示量表內在一致性具相當水準。

六、資料分析

根據學生學習動機量表前後測的填答狀況，進行量化資料分析。採用 SPSS 統計軟體進行相依樣本 t 檢定及無母數 Wilcoxon Signed Rank Test 進行前後測分數檢定，分析桌遊媒材融入於「健康促進」教學中，對高齡者健康促進關懷服務學習動機的影響是否有顯著性成效。

肆、教學暨研究結果

一、桌遊設計學習歷程

(一) 微學分——「桌遊設計工作坊」

本研究實施 16 小時微學分課程：第一階段教學研究——「桌遊設計工作坊」，研究者協同業師透過遊戲讓學生了解桌遊的意義、設計重點、技巧等。讓學生實際體驗桌遊類型、遊戲機制、遊戲特色，引導學生瞭解桌遊並產生興趣。

桌遊設計工作坊活動中，選擇適合樂齡健康促進桌遊課程之派對遊戲、親子桌遊之遊戲，計有「忘了午餐吃啥」、「作伙來辦桌」、「貪吃的怪獸」、「疊杯心臟病」、「瘋狂速食怪」、「俄羅斯娃娃」、「髒小豬」、「快樂舞蛋」、「許願桌傳說」、「貓與貓頭鷹」、「諾亞方舟」等 11 款，其遊戲機制大利用手牌控制、立體物件來辨識圖像、顏色、大小等；其遊戲特色：透過動作大多是透過合作、運氣等，訓練玩家的記憶力、反應力、想像力、感知力、判斷力、理解力、決策力、靈活度、平衡觀念等重點。從遊戲中訓練高齡者的手部肌肉靈活度、訓練認知記憶、顏色辨識與手眼協調，考驗空間記憶與平衡觀念，並提升其社會參與度（瘋桌遊，2018）。

(二) 桌遊設計

學生利用第一階段學習到之桌遊機制特色，分組於課程中自製設計合適高齡者使用的桌遊媒材，共計自製設計 7 款桌遊：「長照碰碰樂」、「水果派對」、「高塔人生」、「狗狗猩猩大冒險」、「台灣走透透」、「十二生肖大集合」、「ㄅㄆㄇ球人」等。上述 7 款桌遊基本上分屬於擲骰類、交易類、競標類、合作類、板

塊拼放類牌卡，也大多數以協助高齡者增進認知功能、反應力、記憶力、算術力、專注力，或觸覺靈敏度的遊戲機制。

健康促進不是疾病，也不是特殊的健康問題的預防，而是身體、心理、社會、靈性等層面健康進展性的行為，尋求推展健康潛能，健康促進行為是不斷的改善一個人的生活方式；健康促進須結合教育、環境、支持等影響健康因素，以幫助健康生活的活動。上述桌遊與專業知識的連結性，以「高塔人生」為例，其屬簡單配對類型，藉由簡單的策略型技巧，可讓長者手腦並用，促進末梢血液循環，以減緩腦力老化；「十二生肖大集合」等桌遊，係透過遊戲的玩法提升長者的記憶力、算術力、反應力，以保持長者之生活質量，增進社交能力，給予長者一個心靈上的樂趣。在長照 2.0 年代，諸多民眾尚不明解長照 2.0 的服務內容，創作此款「長照碰碰樂」桌遊，除了上述能力的進展外，也能推廣長照 2.0 服務範圍，ABC 據點服務項目及申請流程，藉由遊戲得到宣傳政策的效益。

自製設計桌遊之遊戲機制、遊戲道具與規則、圖樣等內容說明，請詳見表 2。

表 2 自製設計桌遊內容介紹一覽表

桌遊名稱	遊戲機制	遊戲道具與規則簡介	遊戲圖樣
長照碰碰樂	反應力 記憶力 專注力	<p>◆ 道具：紙牌-ABC 服務據點卡*3 張、ABC 小卡*40 張、服務卡*96 張、道具卡*4 張。</p> <p>◆ 規則：結合牌七和 UNO 的遊戲規則，再加上長照據點 ABC 的服務項目：</p> <p>1.洗完牌後將牌發給各玩家，決定順序後開始遊戲。</p>	

	<p>2. 玩家根據 ABC 據點服務內容，放服務卡在該據點下面。</p> <p>3. 該據點如有 4 張服務牌，玩家就可以拍該據點，最先拍到該據點者，就能拿一張 ABC 小卡。</p> <p>4. 最後，誰拿到最多 ABC 小卡就為贏家。</p>	 <p>卡牌介紹(服務牌)</p> <p>正面</p> <p>背面</p> <p>★服務牌 各4張 共16張</p> <p>卡牌介紹(道具牌)</p> <p>休息一回舍： 玩家出示此牌， 由下一個玩家就 停止一回合。</p> <p>★道具牌 各4張 共16張</p> <p>怪靈神偷： 如玩家有此牌，就 可以偷取下一個玩家全 部的ABC小卡。</p>
--	--	---

<p>水果派對</p>	<p>記憶力 專注力 認知功能 人際互動</p>	<p>◆ 道具：水果卡 40 張、命運卡 4 張、產區卡 8 張、玩家卡 6 張。</p> <p>◆ 規則：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.將水果卡和命運卡覆蓋於桌面上，進行記憶翻牌遊戲。 2.找到第一份相對應的水果卡，即可獲得一張玩家卡(PS:玩家卡視為能否將水果運送至產區卡配對，否則無法進行遊戲到下一個環節)。 3.收集到玩家卡 1 張與水果卡 3 對的玩家，須將水果卡與產區卡配對成功，即可過關。 4.命運卡規定：凡是翻到命運卡，完成任務並將命運卡覆蓋，進行洗牌。1 張稻草人卡、1 張小鳥卡，則可抵消。 5.命運卡-小鳥：2 張小鳥卡須放回一對水果卡；若無卡牌可放回，須暫停一回合。1 張小鳥 1 張水果卡時，水果卡則視為無效卡。 	 <p>The right side of the table contains several images related to the 'Fruit Delivery' game. At the top, there are stacks of cards including fruit cards, destination cards, and player cards. Below that is a '遊戲說明' (Game Instructions) page with three steps: 第一步 (First Step) about card placement, 第二步 (Second Step) about finding pairs, and 第三步 (Third Step) about collecting player cards. A '遊戲玩法' (Game Play) section shows a flow from fruit cards to a truck icon to a destination card, resulting in a '成功' (Success) star. At the bottom is a '遊戲配對' (Game Pairing) map of Taiwan with various fruits placed on different regions like Taichung, Tainan, and Keelung.</p>
<p>高塔人生</p>	<p>手腦並用 策略思考</p>	<p>◆ 道具：高塔 1 個、玩偶 4 個、轉盤 1 個、高塔柱 1 個、命運卡 15 張、積木（綠色、橘色、藍色）各 24 塊。</p> <p>◆ 規則：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.有 4 個人偶和 72 塊積木，用積木疊上去，讓木偶往上爬，有命運卡可做干擾，最快爬上 	 <p>The image shows a colorful tower game setup. It features a central tower with a red top and a yellow middle section, surrounded by various colored blocks (green, orange, blue) and four small figures (puppets) placed on the tower. The entire setup is on a white base.</p>

	<p>最高樓，則獲勝。</p> <ol style="list-style-type: none"> 2.高塔總共四樓，一樓有三層，一塊積木為一層。 3.每輪到一個玩家則轉轉盤，抽取積木或命運卡。 4.一回合只能執行一個動作。每人手上最多保留三塊積木。 5.抽到命運卡時，可選擇保留或使用，最多一張。 6.當無法放積木或動人偶時，當局 PASS。 7.人偶需一層一層往上爬，最快爬上 4 樓或遊戲結束時在最頂端者將贏的勝利。 	<div data-bbox="889 241 1163 459"> <p style="text-align: center;">卡牌說明</p> <p>抽牌步驟</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 隨機與他人交換位置x1 ② 指定其他兩位玩家交換位置x1 ③ 拆取上層未佔玩家之積木x2 ④ 1號玩家與3號玩家交換位置x1 ⑤ 2號玩家與4號玩家交換位置x1 ⑥ 選擇積木x1 ⑦ 執行3次動作(積木或步數)x1 ⑧ 玩家可以得人偶牌且同層空位x2 ⑨ 下一位玩家暫停1回合x1 ⑩ 拿起指定顏色積木1層x2  </div> <div data-bbox="889 511 1163 730"> <p style="text-align: center;">遊戲結束與勝負</p> <p>*每次遊戲30分鐘想辦法讓自己成為最頂端者，或讓自己最快爬上4樓，遊戲結束時在最頂端者將贏的勝利。</p>  </div>
--	--	--

<p>狗狗猩猩大冒險</p>	<p>記憶力 專注力 活動力</p>	<p>◆ 道具：主題卡牌*5 張、五金行*10 張、五顏六色*10 張、動物園*6 張、腦力激盪*12 張、大冒險*5 張、角色棋子*6 個、地圖、骰子。</p> <p>◆ 規則：結合大富翁的遊戲規則：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 首先決定玩家先後順序在擲骰子，擲幾步就走幾步。 2. 設計五種(五金行、五顏六色、動物園、腦力激盪、大冒險)主題，當玩家走到哪種主題就要接受考驗，完成考驗者的才能往前，未達成者則要退回原位。 3. 如果走到監獄、送醫院、醫院回診，則要下回合暫停一次。 <p>◆ 五種主題分別為：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 五金行-台語大考驗：用台語唸出抽到的卡片內容。 2. 五顏六色-色盲測驗：唸出卡中數字。 3. 動物園-盲人大考驗：先抽動物卡牌後，閉眼摸尋模型，答對者才算完成考驗。 4. 腦力激盪-記憶大考驗：玩家先將 12 張卡片洗牌後排好，考驗者記憶 10 秒鐘後再將 12 張卡覆蓋，接著計時 1 分鐘開始翻排，過程中要兩張都一樣才可繼續翻牌，如果兩張不一樣，則要再覆蓋回去，才能繼續翻 	 <p>五金行 (台語大考驗) 洗牌完後，先抽5張卡，並用台語唸出卡片內容。</p> <p>五顏六色 (色盲測驗) 洗牌完後，抽5張卡片，並唸出卡中數字。</p> <p>動物園 (盲人大考驗) 洗牌完後，先抽一張牌，假如抽到狗，則要眼睛閉起來摸出狗的模型，答對才算完成考驗。</p> <p>腦力激盪 (記憶大考驗) 任一玩家先將12張卡片洗牌後排好，再讓考驗者記憶10秒鐘後再將12張卡覆蓋，接著計時1分鐘開始翻排，過程中要兩張都一樣才可繼續翻牌，如果兩張不一樣，則要再覆蓋回去，才能繼續翻牌。</p>
----------------	----------------------------	--	--

		<p>下一組牌，以此類推，直到 12 張牌配對完成。</p> <p>5.大冒險-真心話大冒險：做出抽到的卡牌上動作。</p>																																	
台灣走透透	<p>反應力</p> <p>記憶力</p> <p>專注力</p> <p>人際互動</p>	<p>◆ 道具：臺灣地名卡 20 張、特產卡 20*2 共 40 張、地標卡 20 張 *1=20 張。</p> <p>◆ 規則：</p> <p>1.先將地標卡跟特產卡分開覆蓋在桌上，再將地名卡覆蓋成一疊，玩家們先決定出先後順序，由第一位玩家抽出一張地名卡（例：台中）。</p> <p>2.接著翻開三張覆蓋的地標、特產卡（例：大武山、太陽餅、米粉，太陽餅則為正解），玩家必須一次翻開地標卡和兩張特產卡，錯誤則須三張都蓋回同地方，由下一位玩家繼續翻。</p> <p>3.當玩家翻出正確的地標、特產卡時，則可將地名、地標和特產卡分開收好，獲得最多地名卡者獲勝。</p>	<p>臺灣走透透</p>  <p>遊戲配對表</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>地名</th> <th>地標</th> <th>特產一</th> <th>特產二</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>基隆</td> <td>龍口夜市</td> <td>天婦羅</td> <td>芋圓</td> </tr> <tr> <td>新北</td> <td>野柳地质公園</td> <td>魚酥</td> <td>風蛋</td> </tr> <tr> <td>台北</td> <td>101大樓</td> <td>牛肉麵</td> <td>金牛角</td> </tr> <tr> <td>桃園</td> <td>桃園機場</td> <td>水蜜桃</td> <td>豆干</td> </tr> <tr> <td>新竹</td> <td>內灣老街</td> <td>貢丸</td> <td>米粉</td> </tr> <tr> <td>苗栗</td> <td>白晝客家文化節</td> <td>水晶餃</td> <td>檨仔</td> </tr> <tr> <td>台中</td> <td>高美溼地</td> <td>太陽餅</td> <td>芋頭</td> </tr> </tbody> </table> <p>配對成功範例圖</p> <p>(地名卡) + (特產一) + (特產二) + (地標)</p> 	地名	地標	特產一	特產二	基隆	龍口夜市	天婦羅	芋圓	新北	野柳地质公園	魚酥	風蛋	台北	101大樓	牛肉麵	金牛角	桃園	桃園機場	水蜜桃	豆干	新竹	內灣老街	貢丸	米粉	苗栗	白晝客家文化節	水晶餃	檨仔	台中	高美溼地	太陽餅	芋頭
地名	地標	特產一	特產二																																
基隆	龍口夜市	天婦羅	芋圓																																
新北	野柳地质公園	魚酥	風蛋																																
台北	101大樓	牛肉麵	金牛角																																
桃園	桃園機場	水蜜桃	豆干																																
新竹	內灣老街	貢丸	米粉																																
苗栗	白晝客家文化節	水晶餃	檨仔																																
台中	高美溼地	太陽餅	芋頭																																
十二生肖大集合	<p>反應力</p> <p>記憶力</p> <p>專注力</p>	<p>◆ 道具：12 張生肖紙牌，每種牌各 4 張，共 48 張牌、12 張烏雲碎片和 12 張魔法石和 1 張紙牌底板。</p> <p>◆ 爭奪十二生肖--規則：</p> <p>1.每輪玩家各抽 1 張牌，並記住其他人抽取到的牌。</p>																																	

團隊
合作

2.第二輪抽完牌後，可用本輪抽到的牌去問其他人是否前幾輪有抽到一樣的牌（若猜錯本輪不可再發言）。

3.猜對即可拿到對方全部同種生肖牌。

4.最終擁有最多生肖卡牌者為贏家。

◆撥雲見日--規則：

1.將 40 張牌隨機擺放並翻向背面。

2.玩家輪流翻牌 2 次，翻到成對生肖牌就可放在底板格子中（翻到不同牌要將兩張牌翻回背面）。

3.集滿十二對生肖這比賽就贏了。

4.若翻到烏雲碎片也需放在格子裡，只要集滿 5 張烏雲碎片就比賽結束，但魔法石可抵銷烏雲碎片。



<p>ㄅ球人</p>	<p>專注力 口語表達 手部穩定度</p>	<p>◆ 道具：1.球種-AB 球種、AC 球種、BC 球種（A:乒乓球、B:紙球、C:小皮球）、2.球種卡片、3.神奇轉盤、4.動物卡牌及動作卡、5.軌道。</p> <p>◆ 規則：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.遊戲開始每個人先抽球種卡片，再依照先後順序來轉神奇轉盤，轉盤分別有機會、命運和自行選擇三種選項，玩家須依照轉到的選項去進行遊戲。 2.命運：玩家需將球放在軌道上倒入杯中，杯中會有一張動物圖片卡牌，需要看圖說故事才可獲得分數。 3.機會：將球用投的方式投入杯中，杯中會有一張動作卡牌，需做出卡牌上的動作，即可獲得分數。 	
------------	-------------------------------	---	--

資料來源：研究者自行整理

二、桌遊融入「健康促進」教學中，對高齡者健康促進關懷服務之學習動機影響程度

本研究重點在討論工作坊與課程結束與作品完成後，28 位學生接受桌遊融入教學前後對高齡者健康促進關懷服務的學習動機改變情形之行動研究；分別在第 5 週施予「前測」與第 18 週施予「後測」問卷，學習動機量表分為「注意」、「相關」、「信心」、「滿足」等四個向度。以下分別對四個向度題目在前測、後測之檢測得分及動機量表總分進行說明。

(一) 學習動機量表各向度前後測分析

1. 「注意」向度前後測分析

在「注意」向度學生得分狀況(表3),當中第5題「不論是個人或分組的關懷服務活動,我都樂於參與」的後測平均數($M=3.76$)與前測平均數($M=3.44$)的差距 t 值 $=0.57$,未達 $p<0.05$ 顯著性差異水準,顯示學生參與桌遊教學活動,無論是個人或分組的關懷服務活動,都能激起吸引學生對課程的好奇心,故無明顯的動機改變。除此之外的題目,皆達到 $p<0.05$ 顯著性差異水準,表示桌遊的實施可以有效地引起學生注意,提升學習樂趣。綜觀學生在注意向度的後測總平均數($M=18.79$)高於前測($M=14.41$),而 t 值 $=6.29$ ($p<0.01$),達到顯著性差異水準,表示桌遊的介入可以有效地增強學生專注於課堂的學習內容。

表3 「注意」向度單題及總分前後測統計表

注意向度	測驗別	平均數	標準差	t 值
1. 我覺得「健康促進」課程很有趣,可以讓我專心	前測	2.60	0.50	7.01**
	後測	3.72	0.41	
2. 「健康促進」課程能夠激起我對高齡者健康促進關懷服務的學習興趣	前測	2.71	0.58	3.18*
	後測	3.83	0.45	
3. 「健康促進」課程使用桌遊方式,能提升我對高齡者健康促進關懷服務的注意力	前測	2.96	0.48	2.79*
	後測	3.83	0.40	
4. 我十分期待上「健康促進」課,可以進行對高齡者健康促進的關懷服務活動	前測	2.70	0.65	3.26*
	後測	3.65	0.49	

5. 不論是個人或分組的關懷服務活動，我都樂於參與	前測	3.44	0.41	0.57
	後測	3.76	0.37	
學習動機之注意向度總分	前測	14.41	2.62	6.29**
	後測	18.79	2.12	

* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

資料來源：學習動機量表前後測資料。

2. 「相關」向度前後測分析

在「相關」向度每道題目前後測的 Z 值，皆呈現顯著性差異水準（表 4），即指桌遊融入教學的研究中，讓學生明瞭「健康促進」不僅是一門課程，更與自身的日常生活、健康議題息息相關。Wilcoxon 符號等級檢定是否達到統計上顯著，結果為 Z 值=2.47 ($p < 0.01$) 達顯著性差異，表示以桌遊作為教學活動讓學生體會學習健康促進的重要性之前後測有差異性。

表 4 「相關」向度單題及總分前後測統計表

相關向度	測驗別	平均數	標準差	Z 值
6. 學習「健康促進」課程中的對高齡者健康促進關懷服務活動，對我來說很重要	前測	2.49	0.94	2.10*
	後測	3.85	0.36	
7. 我會將「健康促進」課程學到對高齡者健康促進關懷服務的知識運用在生活日常中	前測	2.80	0.62	1.89**
	後測	3.87	0.37	
8. 我覺得學習「健康促進」跟我的健康很有關聯	前測	3.01	0.55	3.13**
	後測	3.82	0.40	

9. 我可以運用健康促進理所學得知識和家人朋友交流	前測	2.87	0.61	2.76*
	後測	3.79	0.78	
學習動機之相關向度總分	前測	11.17	2.72	2.47**
	後測	15.33	1.91	

* $p<0.05$, ** $p<0.01$, *** $p<0.001$

資料來源：學習動機量表前後測資料。

3. 「信心」向度前後測分析

在「信心」向度各題目前後測 Z 值，皆達到 $p<0.05$ 顯著性差異水準（表 5），且學生於整個信心向度的總平均數後測值（ $M=14.34$ ）高於前測（ $M=9.03$ ），Wilcoxon 符號等級檢定是否達到統計上顯著， Z 值=2.84（ $p<0.01$ ）達顯著性差異，表示以桌遊為教學媒介，在幫助學生提高學習健康促進方面的自信心之前後測有差異性。

表 5 「信心」向度單題及總分前後測統計表

相關向度	測驗別	平均數	標準差	Z 值
10. 學習高齡者健康促進的關懷服務的知識與方法，對我來說很簡單	前測	2.03	0.56	3.04*
	後測	3.17	0.60	
11. 我相信只要努力，就可以做好對高齡者的健康促進與健康管理	前測	2.15	0.81	2.68*
	後測	3.87	0.39	
12. 學習「健康促進」課程後，我有信心可以作好協助家中長輩的健康管理	前測	2.54	0.77	2.92*
	後測	3.58	0.80	
13. 經過一段時間，我還可	前測	2.31	0.83	2.71*

以記住老師教過對高齡者健康促進的關懷服務之知識與方法	後測	3.72	0.54	
學習動機之信心向度總分	前測	9.03	2.97	2.84**
	後測	14.34	2.33	

* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

資料來源：學習動機量表前後測資料。

4. 「滿足」向度前後測分析

分析學習動機量表中的「滿足」向度（表 6），除第 16 題「我回家會主動複習老師教過對高齡者健康促進的知識與方法之相關內容」($t=0.87$)，雖後測得分高於前測，但未達 $p < 0.05$ 顯著性差異。而在滿足向度的後測總平均數 ($M=18.76$) 高於前測 ($M=14.42$)， t 值= 7.93 ($p < 0.01$) 有顯著性差異水準，表示桌遊融入教學中能帶給學生學以致用的滿足感。

表 6 「滿足」向度單題及總分前後測統計表

滿足向度	測驗別	平均數	標準差	t 值
14. 上「健康促進」課程對高齡者健康促進的知識與方法有不懂的地方，我會問老師或同學	前測	2.91	0.59	2.34*
	後測	3.95	0.72	
15. 我會主動接觸有關高齡者健康促進的新知與訊息	前測	2.96	0.41	3.37*
	後測	3.88	0.48	
16. 我回家會主動複習老師教過對高齡者健康促進的知識與方法之相關內容	前測	2.82	0.76	0.87
	後測	3.16	0.75	
17. 我對高齡者健康促進做	前測	2.53	0.69	7.98**

關懷服務活動中，如有好的表現，會獲得老師的讚美及長輩正向的回饋	後測	3.78	0.58	
18. 上完「健康促進」課程，讓我學會主動關懷他人	前測	3.20	0.74	2.41*
	後測	3.99	0.78	
學習動機之滿足向度總分	前測	14.42	3.19	7.93**
	後測	18.76	3.31	

* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

資料來源：學習動機量表前後測資料。

(二) 學習動機量表總分前後測分析

藉著桌遊融入「健康促進」教學中，分析學生對高齡者健康促進關懷服務之學習動機，從學習動機前後測統計（表 7）得知，學生在學習動機後測的平均數（ $M=67.22$ ）比前測（ $M=49.03$ ）高出 18.19 分，表示學生在接受桌遊融入「健康促進」教學後，對高齡者健康促進關懷服務之學習動機確有增強；經檢定結果 t 值=5.32 ($p < 0.01$)，表示教學研究設計於教學活動前後，對學生在高齡者健康促進關懷服務方面之學習動機，具有顯著性成效。

表 7 桌遊融入「健康促進」之學習動機總分前後測統計表

學習動機總分	測驗別	平均數	標準差	t 值
「健康促進」教學中，對高齡者健康促進關懷服務之學習動機	前測	49.03	11.50	5.32**
	後測	67.22	9.67	

* $p < 0.05$, ** $p < 0.01$, *** $p < 0.001$

資料來源：學習動機量表前後測資料。

伍、 結論與教學反思

一、 結論

(一) 學習動機各向度之前後測比較

1. 「注意」向度

桌遊的介入可以有效地增強學生專注於課堂的學習內容，參與手工自製桌遊的新鮮感，使學習變得更有創意，讓學生期待課堂的到來，並有助提升學生對高齡者健康促進關懷服務的注意力。

2. 「相關」向度

桌遊融入教學能夠幫助學生認同學習「健康促進」的重要性、與自身生活的相關性，亦能將課程所學到對高齡者健康促進關懷服務的知能，運用在日常生活中。

3. 「信心」向度

桌遊融入教學能夠提振學生對學習的自信心，學生學習「健康促進」課程後，更有信心可以協助家中長輩作好健康管理。

4. 「滿足」向度

運用桌遊配合健康促進教學內容，對學生學習的滿足感具有正向影響。課堂上學生樂於表現自我，主動從事高齡者健康促進之關懷服務活動，增強了學生自我表現的滿足感。

(二) 學習動機總分前後測比較

綜觀研究發現，運用桌遊作為教學媒材，有利於學生學習「健康促進」知識技能的學習動機，涵蓋了學生課堂專注力的提高、生活經驗的連結、增強自信且勇於表現，進而自主接觸高齡者健康促進之關懷服務等。即表示桌遊融入教學能有效提升學生從事高齡者健康促進關懷服務的動機，帶給學生學以致用的滿足感。

二、教學反思

(一) 教學者觀察與反思

過往健康促進教學提供健康促進主題相關的大量「事實性知識」的健康促進資訊給學生。學生在學習歷程中面對眾多的單一現象或零碎知識，易流於記憶、背誦、複製教師的想法，未能進行深刻的探究學習，更遑論產生解決問題的方案，且難以改善與展現健康促進行動。

學生執行面：

1. 教學首要在使學生能夠專注於學習，激發起學生的學習動機，以能彰顯出色的學習表現。融入桌遊的行動學習使得學生到課率提升，有變化的教學活動內容，學生是開心來上課，學生參與討論度也提升，便是有所收穫。
2. 觀念建立的重要性，青少年時期是人類一生各發展階段，學習改善最佳時期。獲取健康知識、技巧與自信以採取行動，願意改變生活型態，來提升個人與社區的健康。

教師執行面：

1. 教師應適切安排設計教學活動，開創學生學習的新契機，營造優質的學習效益（黃千慈，2019）。學生在課程中發揮創意自製設計桌遊，過程中透過討論，增加師生良性互動（駱羿紋，2016）。
2. 教師也多接觸關於健康促進的相關教具，增加場域的體驗，使得教學場域與經驗更加豐富。

在本研究的教學歷程中，融入桌遊媒材，來媒合「健康促進」的知識與技能，確實提升學生對主題內容的學習動機和專注度。

（二）教學過程中動態修正歷程

在教學融入桌遊的過程中，適時引導學生，做法上逐漸轉由學生主導，讓學生有更多機會自行摸索、獨立思考、自主學習，透過同儕間互動協調而解決問題。

進入服務場域協助觀察學生藉由桌遊融入健康促進之實踐情形，教師從而探究學生上課的反應、投入桌遊活動的深度，及桌遊規則設計上可能產生的問題，給予的回饋和建議，教師亦適時修正課程設計方案、進度與支持系統，以促使教學更具效用。

1. 支持教學系統：透過學校易課學習平台建置健康促進課程專區，提供教師相關教學資訊與同學作品互相觀摩學習。
2. 整合家庭與社區資源：健康促進除了從自身做起外，要培養正確生活態度，亟需家庭與社區資源的支持與配合。本次行動策略鼓勵學生製作具活動性的桌遊教具，學生在課程中發揮創意設計自製桌遊，製作桌遊的過程能賦予學生新鮮感和成就感，因為作品中有自己的心血融入其中，教學過程設計至場域進行動態活動，讓學生擁有獨特的學習經驗。

三、建議

未來研究可再利用準實驗研究方式進行實驗組和對照組比較，加上高齡者實際試玩的規劃，測試遊戲機制是否能落實「健康促進」專業知識，以增進研究結果之可信度。

參考文獻 References

一、 中文文獻

王芯婷：〈桌上遊戲運用於兒童培力團體之初探〉，《社區發展》，第 140 期，2012，頁 94-106。

石裕惠：《桌上遊戲融入國中英語教學對學生的學習動機與學習投入程度之影響》，臺中：中興大學教師專業發展研究所碩士論文，2016。

吳幸玲、郭靜晃（譯）：《兒童遊戲－遊戲發展的理論與實務》（E. Johnson, T. D. Yawkey 著），臺北：揚智文化，2003。

吳承翰：《桌上遊戲參與型態對人際溝通改善之研究－以臺北地區桌上遊戲專賣店顧客為例》，臺北：臺灣師範大學運動與休閒管理研究所碩士論文，2011。

李偲詩：《高齡者桌上遊戲設計重點之研究》，臺南：南臺科技大學視覺傳達設計系研究所碩士論文，2021。

李慧如：《桌上遊戲融入差異化教學對國小五年級學生英語學習動機與英語單字識字量之影響》，臺南：臺南大學教育學系課程與教學碩士在職專班碩士論文，2017。

林意桓：《數學桌上遊戲對國小學生數學學習動機、學習興趣與學習成效的影響》，基隆：臺灣海洋大學教育研究所碩士論文，2018。

邱子容：〈桌上遊戲 VS. 英語教學〉，《師友月刊》，第 579 期，2015，頁 70-72。

侯惠澤：《遊戲式學習：啟動自學 X 喜樂協作，一起玩中學！》，臺北：親子天下，2016。

紀嫻羽：《桌上遊戲應用於英語教學對國小六年級學生英語學習成效影響之研究》，臺中：國立臺中教育大學教師專業碩士學位學程碩士論文，2016。

胡芯瑋：《桌遊媒材融入認知行為取向團體諮商對害羞兒童社交技巧之效果研究》，臺中：國立臺中教育大學教師專業碩士學位學程碩士論文，2016。

- 范丙林：《桌上遊戲應用於環境教育之研究》，臺北：國立臺北教育大學教育研究所碩士論文，2011。
- 范宸瑋：《桌遊媒材融入「人際技能學習團體」之行動研究》，臺北：中國文化大學教育學院心理輔導學系研究所碩士論文，2017。
- 張孜亦：《桌遊融入英語教學應用於提升國小課後照顧班學生英語學習動機與成效之行動研究》，臺南：國立臺南大學教育學系課程與教學研究所碩士論文，2018。
- 莊玳翎：《桌上遊戲融入七年級國文課程之研究》，新竹：國立新竹教育大學教育與學習科技學系課程與教學碩士在職專班碩士論文，2016。
- 莊涵雅：《桌遊融入小組遊戲競賽法對於國小四年級學生數學學習之行動研究》，臺南：國立臺南大學教育學系課程與教學碩士在職專班碩士論文，2019。
- 陳頤馨：《應用桌上遊戲策略融入獎懲制度於班級常規之行動研究》，臺南：國立臺南大學教育學系課程與教學碩士在職專班碩士論文，2017。
- 曾靜華：《桌上遊戲哆寶對國小英語低成就學童之字彙能力與學習態度之研究》，新北：華梵大學工業工程與經營資訊研究所碩士論文，2015。
- 游淑梅：《運用桌上遊戲複習英語字彙對提昇國小五年級學童英語拼字能力的效益研究》，臺北：國立臺北教育大學兒童英語教育學研究所碩士論文，2017。
- 黃千慈：《桌遊融入英語教學提升國小三年級學生學習動機與成效之行動研究》，屏東：國立屏東大學教育學研究所碩士論文，2019。
- 楊予情：《桌上遊戲融入教學對學生問題解決能力之研究-以臺北市某國中八年級生為例》，臺北：銘傳大學教育研究所碩士在職專班碩士論文，2018。
- 劉蕙翎、林儷蓉：〈高齡者對於不同桌遊類型課程之看法與滿意度研究〉，《休閒產業與健康促進學術研討會-SESSION A：銀髮族休閒與國際觀光議題》，2018，頁 5-14。
- 潘淑滿：《質性研究理論與應用》，臺北：心理出版社，2003。

蔡婉甄、鄭淑子、呂以榮、戴宏達：〈桌上遊戲對機構高齡者正向情緒及休閒參與影響之研究〉，《福祉科技與服務管理學刊》，第 7 卷，第 1 期，2019，頁 1-15。

蔡清田：《教育行動研究》，臺北市：五南出版社，2000。

鄭佳鈺：《設計桌上遊戲以改善識字困難學生學習表現之行動研究》，臺北：臺北市立大學學習與媒材設計學系課程與教學碩士學位班碩士論文，2015。

駱羿姣：《桌上遊戲教學對國小六年級學童英語字彙能力之影響》，臺北：臺北市立大學學習與媒材設計學系課程與教學碩士學位班碩士論文，2016。

蘇岱崙、楊煥式、李岳霞：《動手又動腦的遊戲式學習》，臺北：親子天下出版社，第 69 期，2015，頁 136-139。

二、 外文文獻

Cavanagh, S. "Playing games in class helps students grasp math." *Education Week*, vol. 27, 2008, pp.43-46.

Chiarello, F., & Castellano, M. G. "Board game and Board game design as learning tools for complex scientific concepts: Some experiences." *International Journal of Game-Based Learning*, vol. 6, no.2, 2016, pp.1-14.

Hinebaugh, J. P. *A board game education*. New York, NY: Rowman & Littlefield Education, 2009.

Keller, J. M. "Motivational design of instruction." In C. M. Reigeluth (ed.), *Instructional design theories and models: An overview of their current status*, Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum, 1983, pp.383-434.

Mayer, B., & Harris, C. *Libraries got game: Aligned learning through modern board games*. Chicago, IL: American Library Association, 2010.

Nancy, B. S. & Roberta, D. S. "Let the (Board) games begin: creative ways to enhance teaching and learning." *The Learning House*, vol. 89, no.6, 2016, pp.215-222.

Nutbeam, D. "Health promotion glossary." *Health Promotion International*, vol.13, no.4, 1999, pp.349-364.

Piaget, J. *Play, dreams and imitation in childhood*. NY: W.W. Norton & Co., 1962.

Richter, Alan. "Board game for managers." *Training and Development Journal*, vol.44, no.7, 1990, pp.95.

三、 網路資料

行政院衛生福利部：〈2025 衛生福利政策白皮書〉，《行政院衛生福利部》，2016，2019.6.30，網址〈<https://oliviawu.gitbooks.io/2025-whbook/content/>〉。

許榮哲、歐陽立中：《桌遊課：原來我玩的不只是桌遊，是人生》臺北：遠流出版事業股份有限公司，2016，2022.03.29，網址〈https://news.pchome.com.tw/features/20210426101803001952/t0_k1/living/books/20210521/index-62155606245143292009.html〉。

陳介宇、王沐嵐：〈臺灣桌上遊戲研究與文獻之回顧分析〉，2017，2019.7.30，網址〈<https://sites.google.com/site/taiwanbgstudy/home>〉。

瘋桌遊：〈瘋桌遊益智遊戲專賣〉，《遊戲百科》，2018，2019.7.19，網址〈<https://www.phantasia.tw/bg/dictionary>〉。

Abstract

The study investigated health promotion and elderly caring services via group-learning using board games and academic activities based on the concept of health promotion. The objective of this study aimed to understand whether incorporating board games into the classroom activities of health promotion would increase students' motivation for elderly caring services. The 28 sophomores who attended both the 16-hour "Board game design workshop" and the professional courses of "health promotion" participated in this study. In the first phase of the study, students attended the "Board game design workshop" to understand and experience different types of board games. In the second phase, students took "health promotion" course, from which they learned professional knowledge of health promotion, designed their own board games, and applied them to caring and service settings. Study subjects were also provided with the learning motivation scale for pre-test and post-test analysis. The results are: First, Combining board games with the "health promotion" course is helpful to the enhancement of learning motivation which reaches statistical significance. Second, Combining board games with the course helps students understand the knowledge and skills of "health promotion" and reach out for other health promotion information in advance. This means that the combination of board games and professional courses can effectively increase students' motivation for participating in the elderly caring services and provide them with a sense of satisfaction. This paper concludes that the study provides a useful reference for teachers and scholars who plan to combine board games with academic activities in the future.

Keywords: board game, the elderly, health promotion, caring service