

《香港智障人士參與社區體育運動研究》

調查結果發佈會

2021年1月17日

有關親切(TREATS)

親切成立於1979年，是一間以兒童**共融**為使命的慈善機構，致力為每一位兒童建立一個共融社會。我們透過教育、體驗和生活經歷，以互動的共融活動，讓不同能力和背景的兒童和青少年，互相學習、發揮所長。

香港智障人士參與社區體育運動研究調查

研究背景

身體活動有益健康的建議 (世界衛生組織, 2010)

	5 – 17 歲	18歲或以上
運動時間	每天最少累計60 分鐘	每周至少 150 分鐘
運動強度	中等至高強度	中等強度帶氧

參考: Global recommendations on physical activity for health, World Health Organization, 2010
<https://www.who.int/dietphysicalactivity/publications/9789241599979/en/>

香港殘疾人士體育發展顧問研究 (香港浸會大學, 2016)

- 受訪者中只有約**六成的殘疾成年人**定期參與體育 / 休閒活動。
- 40%智障的受訪者，在訪問前超過**半年未能每周做至少一次20分鐘**有出汗、或呼吸加速的體育休閒活動。

智障人士所參與的體育運動的機會比主流人士少

- 參加體育/休閒活動的機會**因學校而異**，並取決於學校的設施、距離公共場所的遠近、人力資源及學生的殘疾類型。
- 康文署學校體育推廣計劃所提供的體育/休閒課程在許多參與本研究的學校當中並不廣受歡迎

主流人士對智障人士缺乏認識和存有誤解

學校老師：

由於一些運動的**教練/指導員缺乏與殘疾人士工作的瞭解和認識**，也限制了學校持續開展這類活動。

智力障礙青少年參與休閒活動現況調查 (親切,2017)

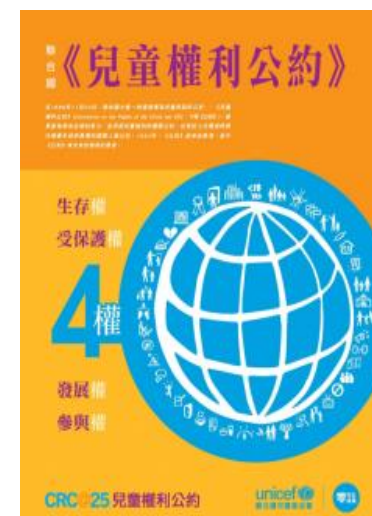
智障人士在參與休閒活動時受到排斥及歧視

- 35% 智障青少年參與休閒活動時有被排斥的感覺
- 81% 智障青少年參與休閒活動時曾受到不同形式的排斥行為
(包括言語攻擊、刻意避開、取笑、不友善眼神...)

參與體育活動的權利

✓ 殘疾人士有權平等地參與娛樂、休閒和體育活動。

✓ 每位兒童及青少年，不論能力及背景，
都可以自由參與及選擇自己喜愛的休閒及體育活動。



香港智障人士參與社區體育運動研究

調查目的



了解智障人士參與社區體育運動現況



探討和揭示智障人士參與社區體育運動時面對的困難及阻礙



了解社區人士對智障人士參與社區體育運動的看法和接納程度

香港智障人士參與社區體育運動研究調查

調查方法及形式

日期: 由2019年11月至2020年1月

第一部份：問卷調查

- 對象1：1101 名 16歲或以上社區人士
內容：對智障人士參與社區體育運動看法及態度
- 對象2：423 名 智障人士家長
內容：智障人士參與體育運動的現況
- 以保密和不記名方式進行

第二部份：深入訪問

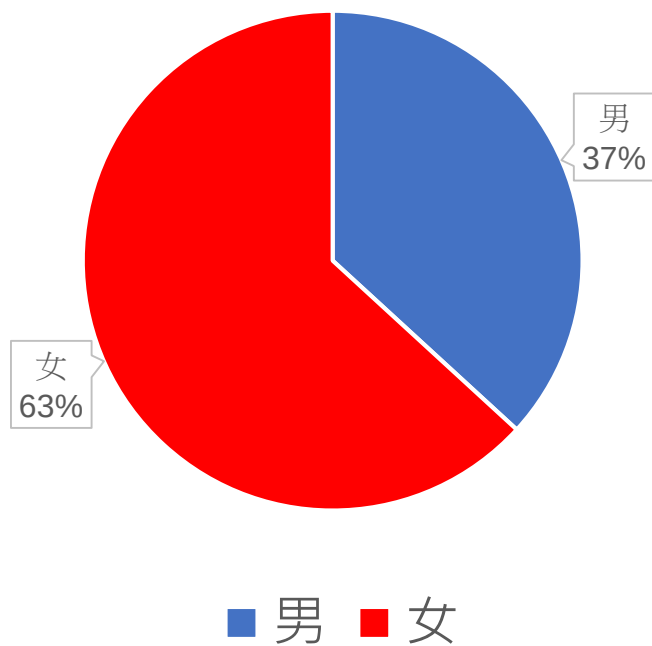
- 對象：10位 智障人士及其家長、特殊學校的老師、社工及體育運動教練
內容：深入了解智障人士參與社區體育運動的真實情況、困境及感受

香港智障人士參與社區體育運動研究調查

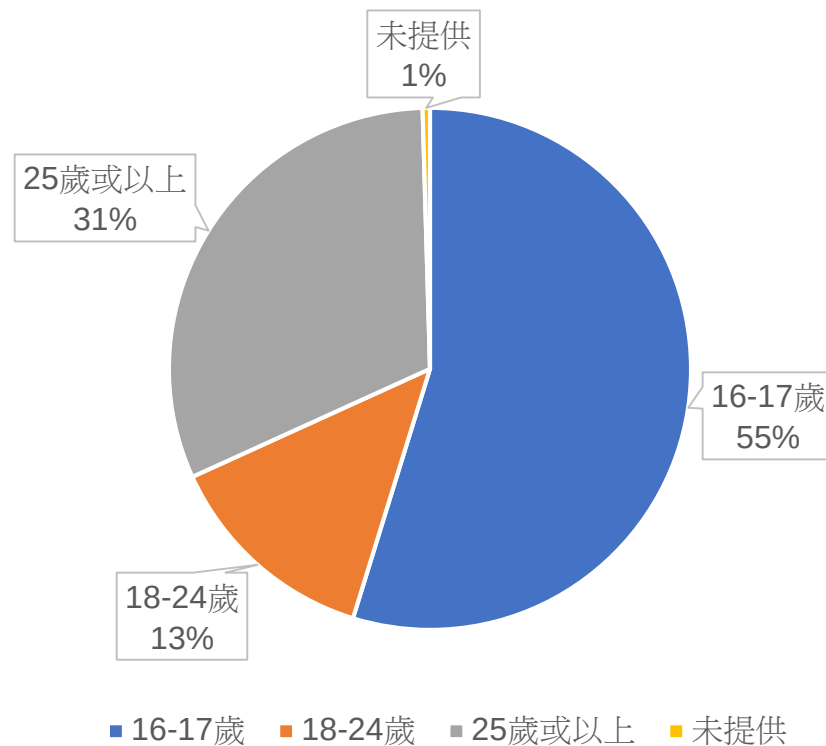
受訪者(社區人士)背景資料

總受訪人數：
1101名

性別比例



年齡比例

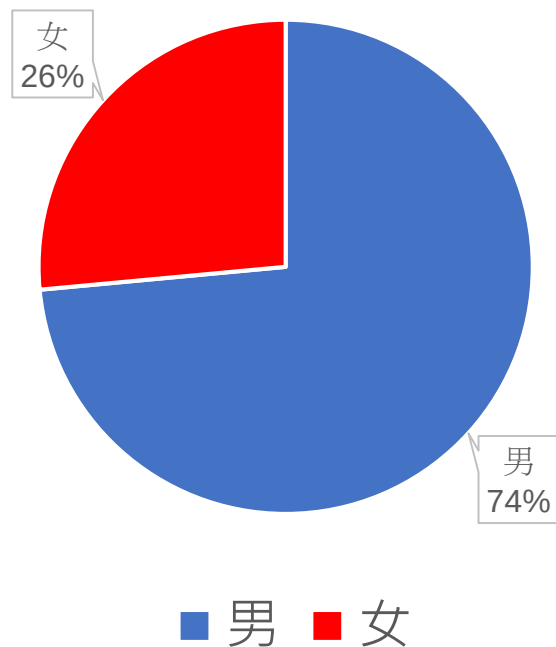


香港智障人士參與社區體育運動研究調查

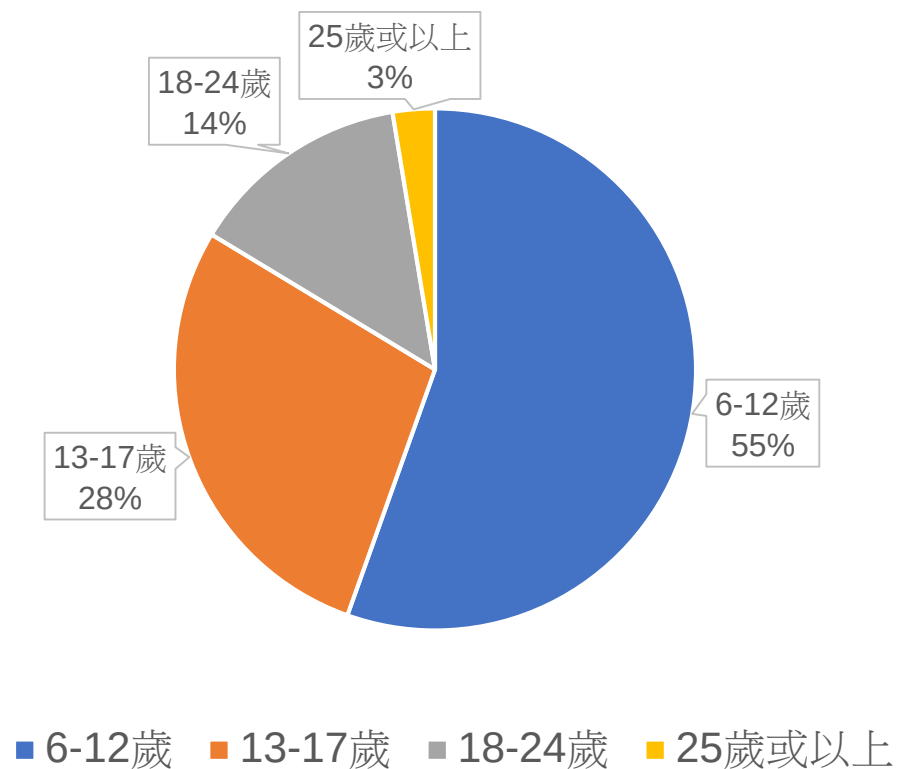
受訪者(智障人士家長其子女)背景資料

總受訪人數：
423名

子女性別比例



子女年齡比例



主要結果

數據發現四大關注點

關注點1.智障人士現時參與社區體育運動缺乏選擇，欠缺自主

關注點2.主流人士與智障人士缺乏接觸和一起參與體育運動的機會

關注點3.主流人士對智障人士缺乏認識，且存有誤解

關注點4.智障人士參與社區體育運動時，受到排斥及歧視

關注點1. 智障人士現時參與社區體育運動缺乏選擇，欠缺自主

1.1 智障人士參與體育運動不足

1.2 區內欠缺合適智障人士的運動設施

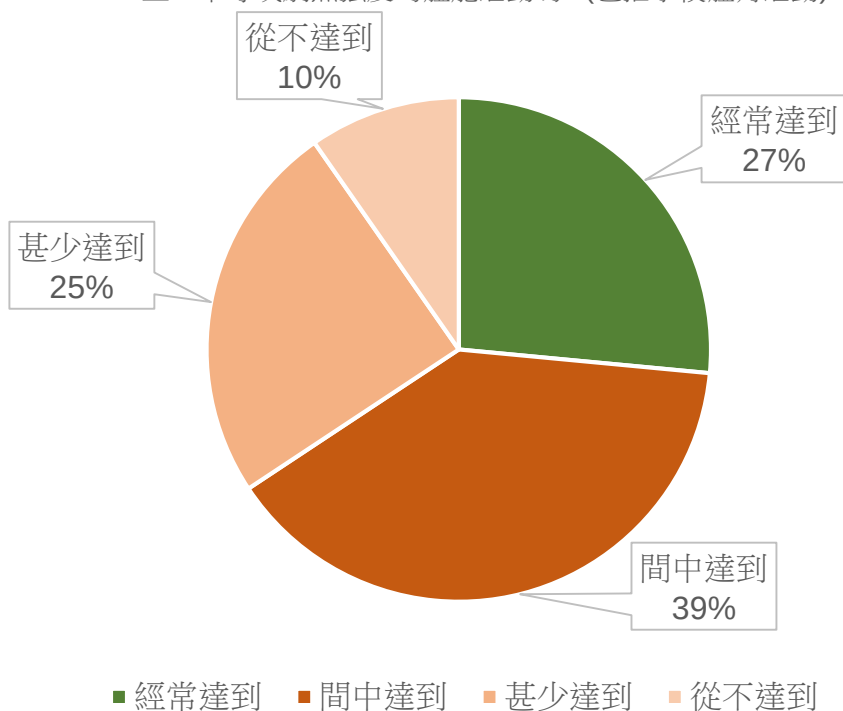
1.3 可供選擇的運動種類少及單一，並欠缺自主性

1.4 現時社區體育運動未能符合智障人士的能力及興趣

1.1 智障人士參與體育運動不足

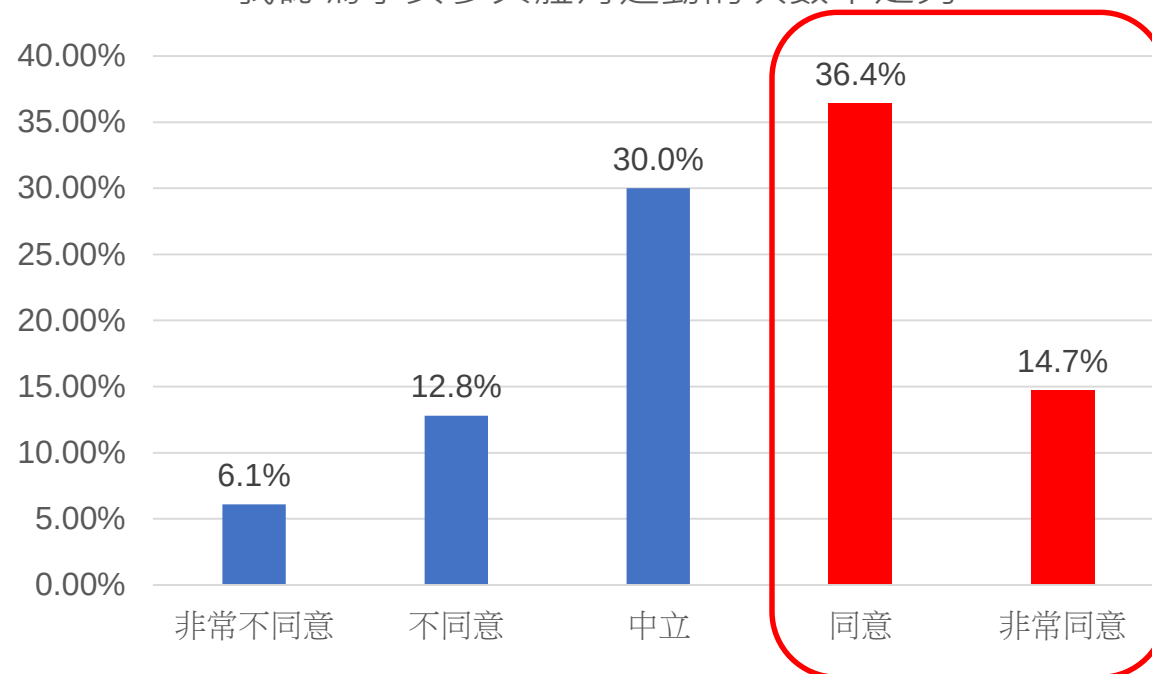
只有接近3成受訪家長表示其智障子女經常
達到足夠體育運動量

最近半年，子女每星期能夠有3天，每天最少累積 30分鐘或以上，中等或劇烈強度的體能活動嗎？(包括學校體育活動)



有50%受訪家長認為自己的子女運動次數不足夠

我認為子女參與體育運動的次數不足夠

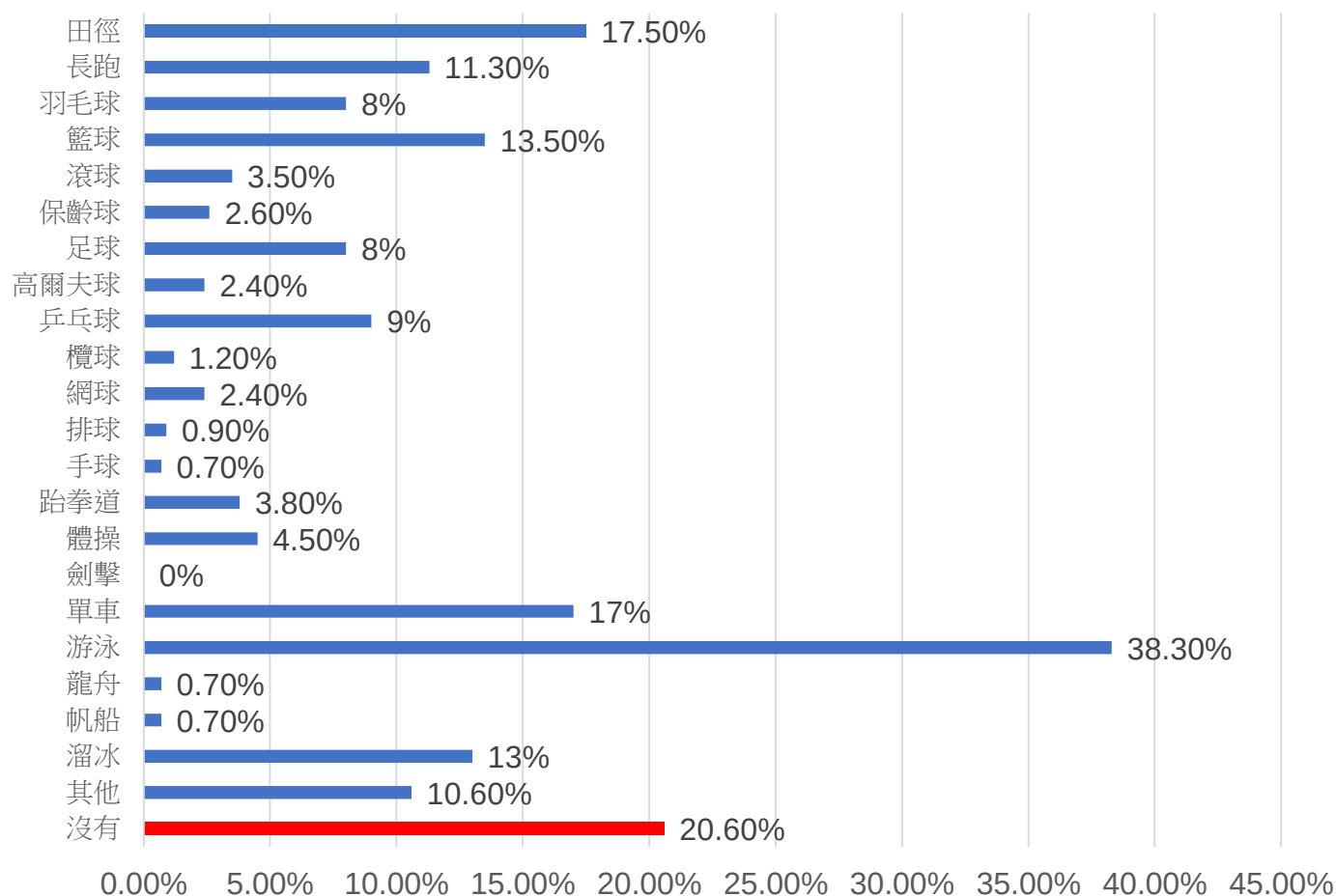


1.1 智障人士參與體育運動不足

有20%受訪家長表示子女
完全沒有參與任何運動 (最近半年)

現時智障人士參與的體育運動項目
較集中於游泳、田徑、單車等
個人項目運動

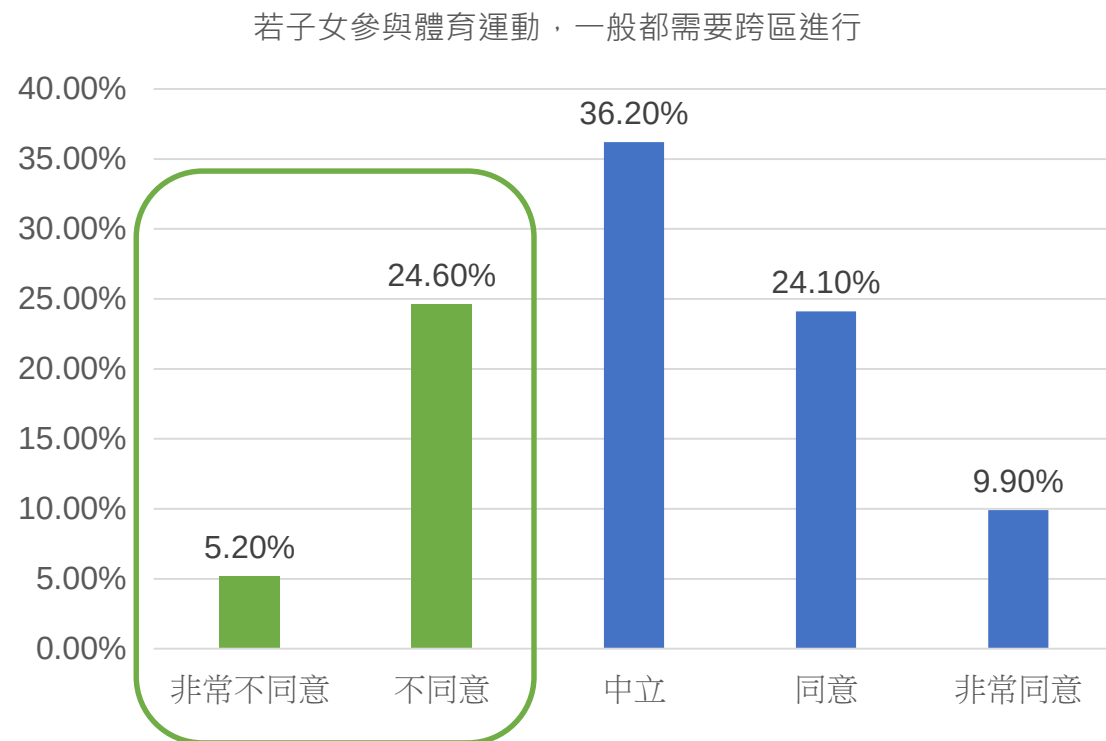
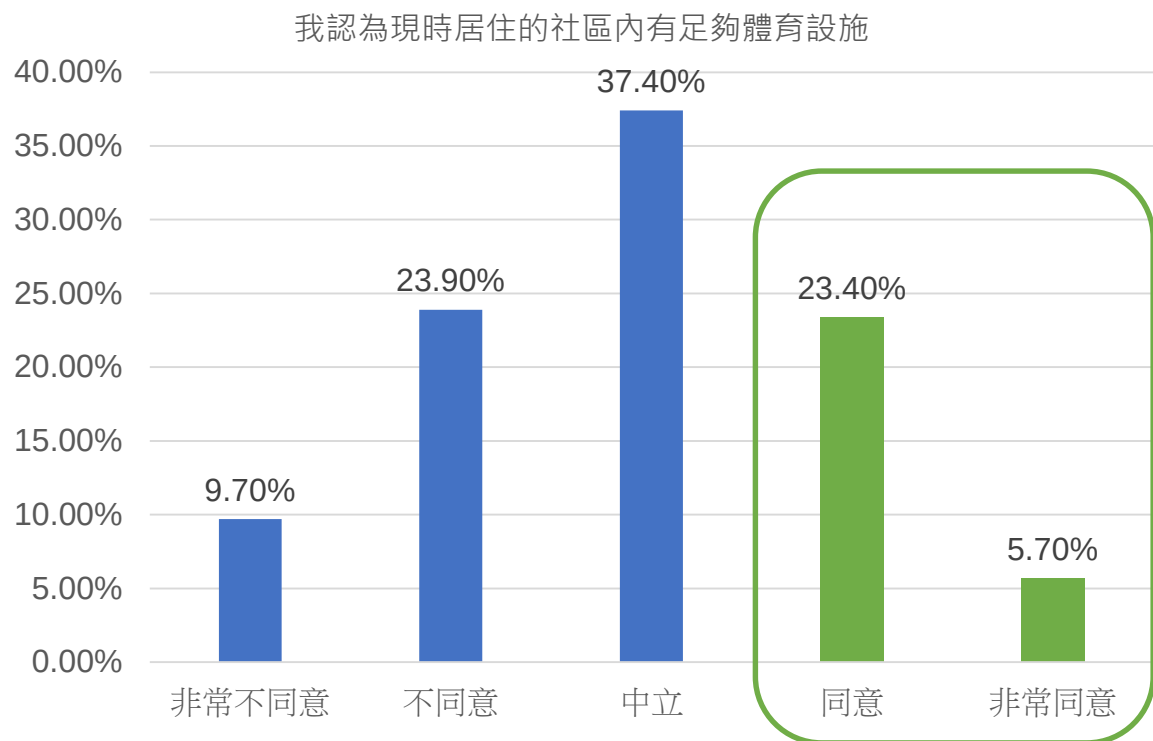
子女經常參與的運動包括



1.2區內欠缺合適智障人士的運動設施

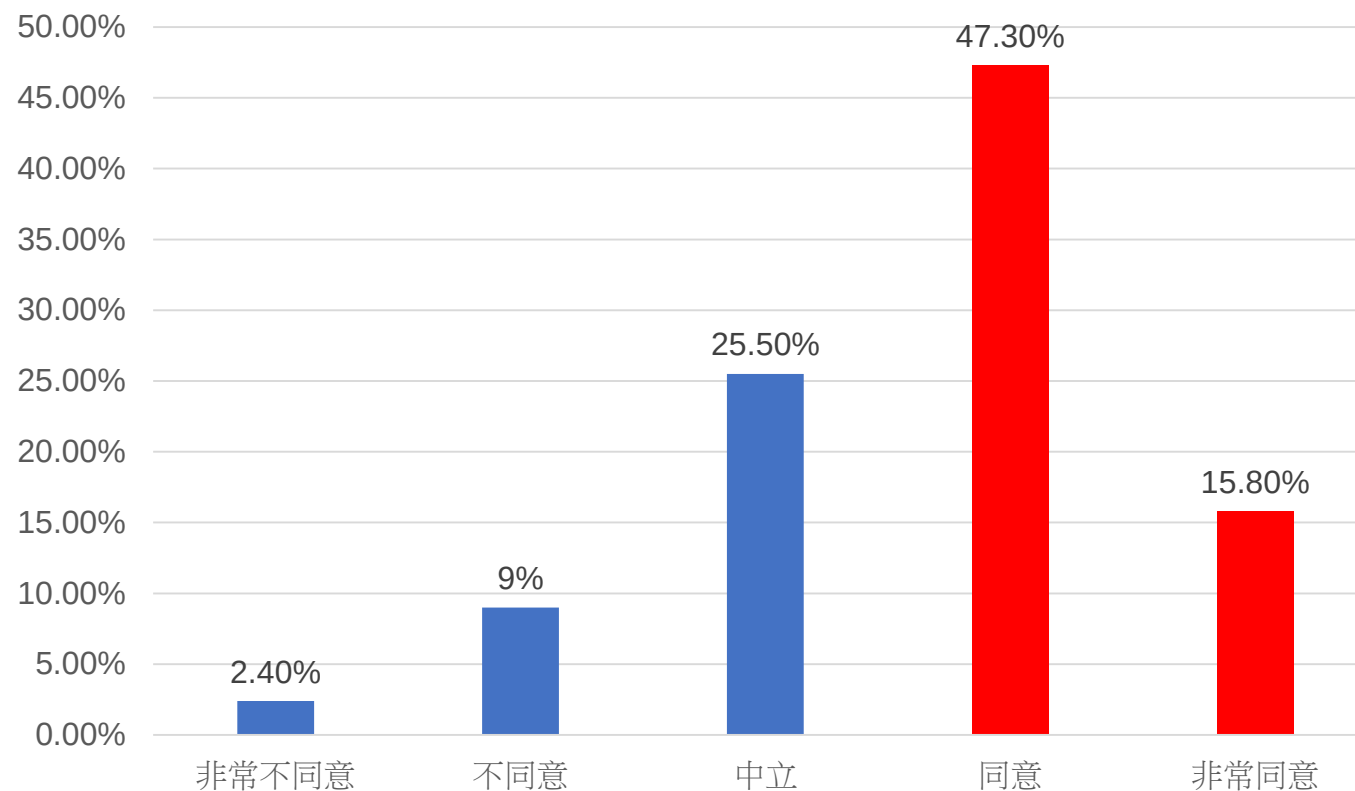
- 不足30%受訪智障人士家長表示區內有足夠體育設施

- 不足30%受訪家長表示智障子女可於區內進行體育運動



1.2區內欠缺合適智障人士的運動設施

如需經常乘坐交通工具才能到達運動場地，
會減低子女參與運動的動機

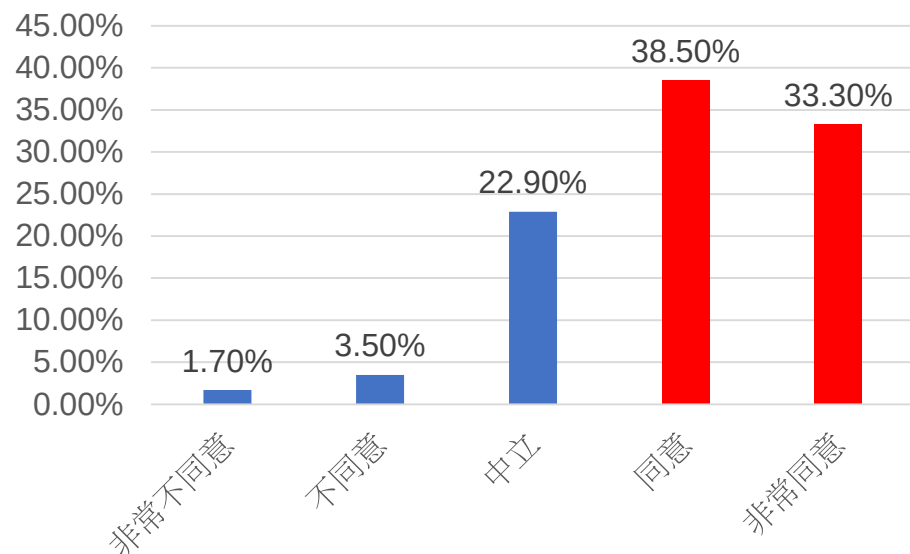


1.3可供選擇的運動種類少及單一，並欠缺自主性

超過70% 受訪智障人士家長表示：

現時社區提供給智障人士的體育運動種類太少和單一

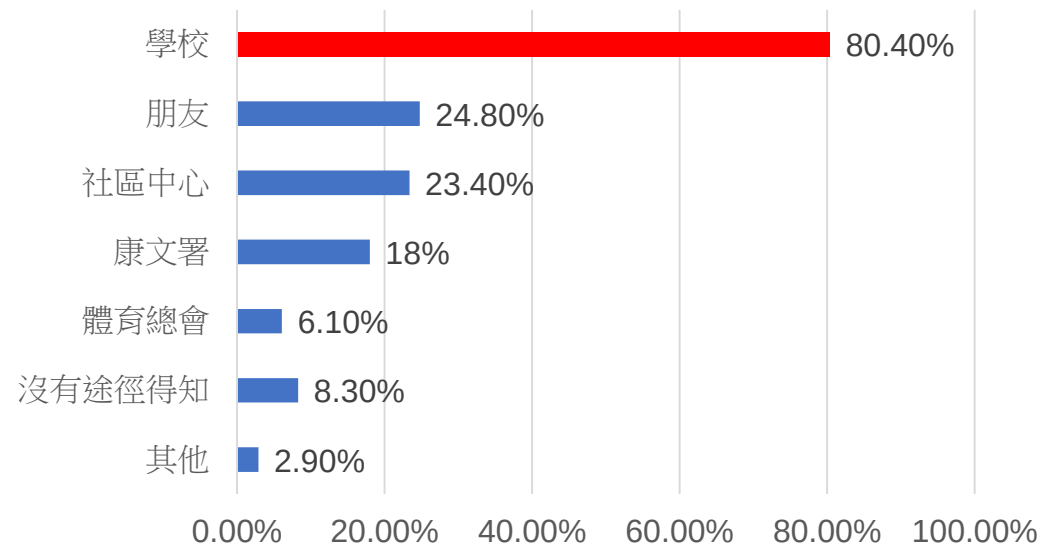
現時社區提供給智障人士的體育運動種類太少和單一



超過80% 受訪智障人士家長表示：

子女主要從學校得知參與體育運動的資訊，
能夠從其他途徑得知資訊則不足25%

子女從何得知參加體育運動的資訊



1.3可供選擇的運動種類少及單一，並欠缺自主性

社區的體育**資訊非常缺乏**，在學的同學很多活動都會**由學校安排**。對於已畢業的智障同學，坊間好少課程是特別為智障人士而設。

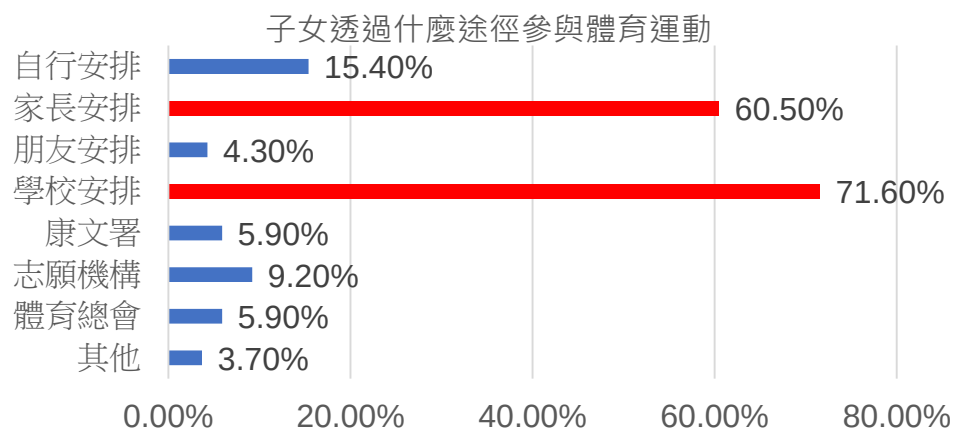


特殊學校老師

1.3可供選擇的運動種類少及單一，並欠缺自主性

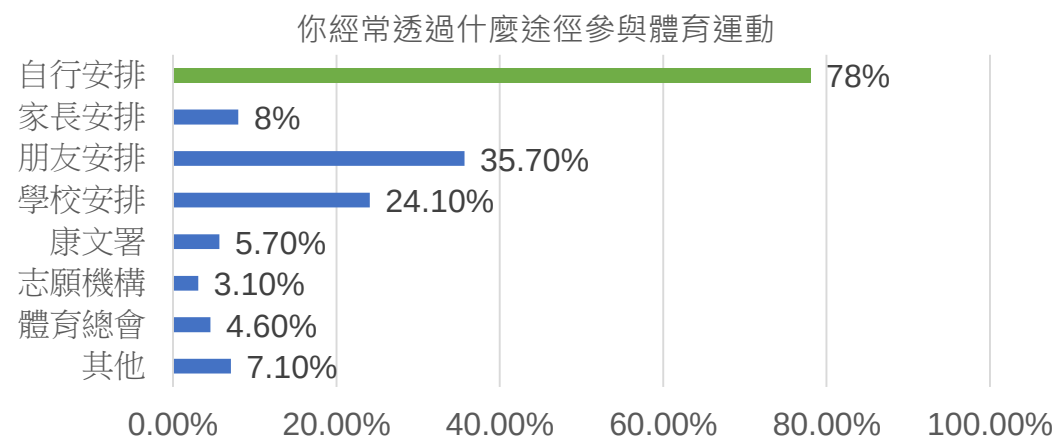
智障人士家長表示:

1. 超過70%及60%**主要由學校及家人安排**參與體育運動
2. **只有約15%**受訪家長表示子女參與體育運動**為自行安排**



公眾受訪者:

接近80%表示會**自行安排**體育活動

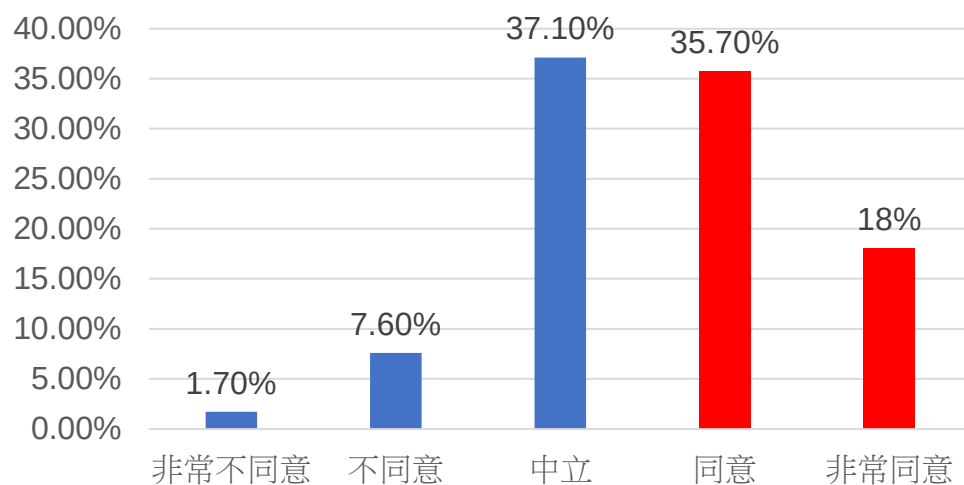


1.4現時社區體育運動未能符合智障人士的能力及興趣

接近55% 受訪智障人士家長表示:

現時社區提供給智障人士的體育運動種類**未能符合智障人士的興趣**

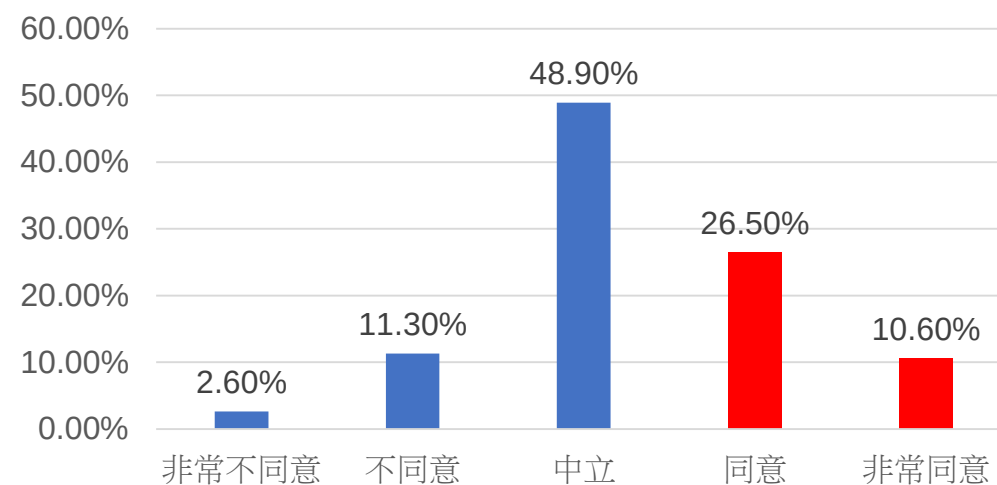
現時社區提供給智障人士的體育運動種類
未能符合智障人士的興趣



接近40%智障人士家長:

社區現時所提供的體育運動**不適合智障人士參與**

我認為社區現時所提供的體育運動不適合
智障人士參與



關注點2

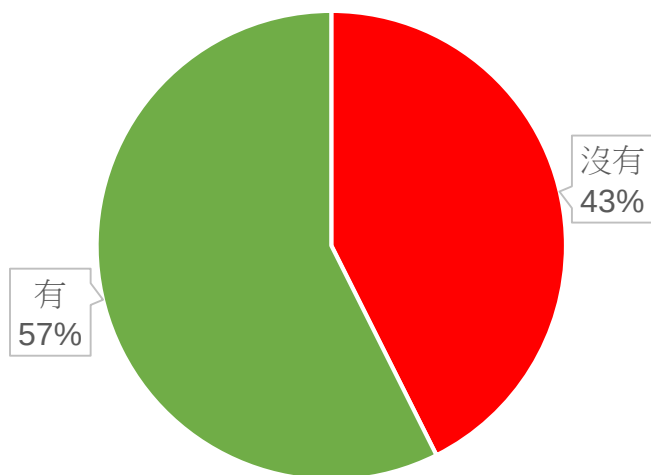
主流人士缺乏與智障人士接觸
和一起參與體育運動的機會

關注點2.主流人士缺乏與智障人士接觸和一起參與體育運動的機會

超過40%受訪公眾人士沒有接觸過智障人士

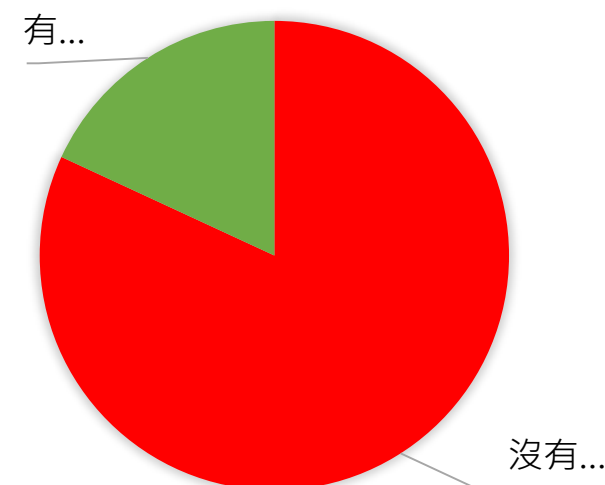
接觸過智障人士的公眾人士超過70%透過義工服務

我曾否接觸過智障人士?



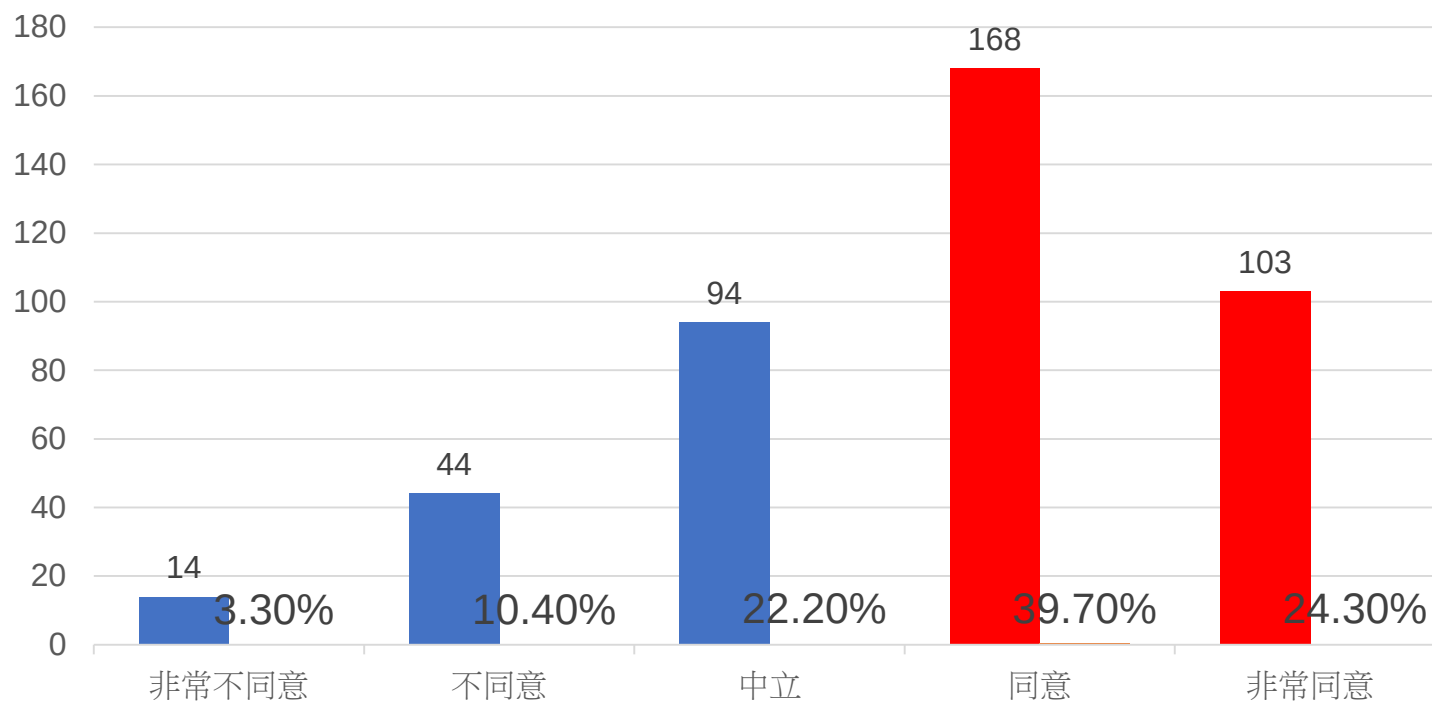
超過80%受訪公眾人士沒有試過與智障人士一起運動

我曾經與智障人士一起參與體育運動?



關注點2.主流人士缺乏與智障人士接觸和一起參與體育運動的機會

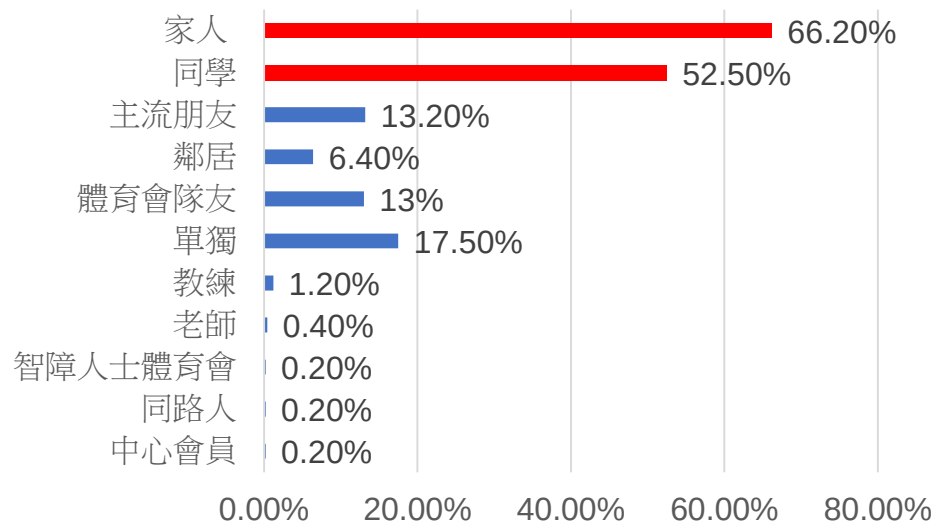
我的子女甚少與主流人士一起參與體育運動



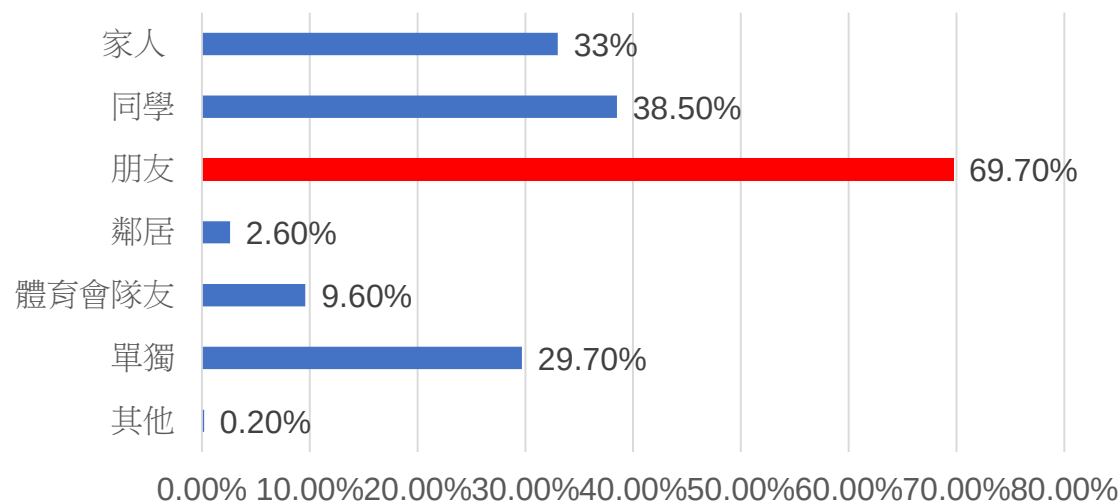
超過6成家長表示智障子女
甚少與主流人士一起參與運動

關注點2.主流人士缺乏與智障人士接觸和一起參與體育運動的機會

智障人士主要的運動伙伴包括



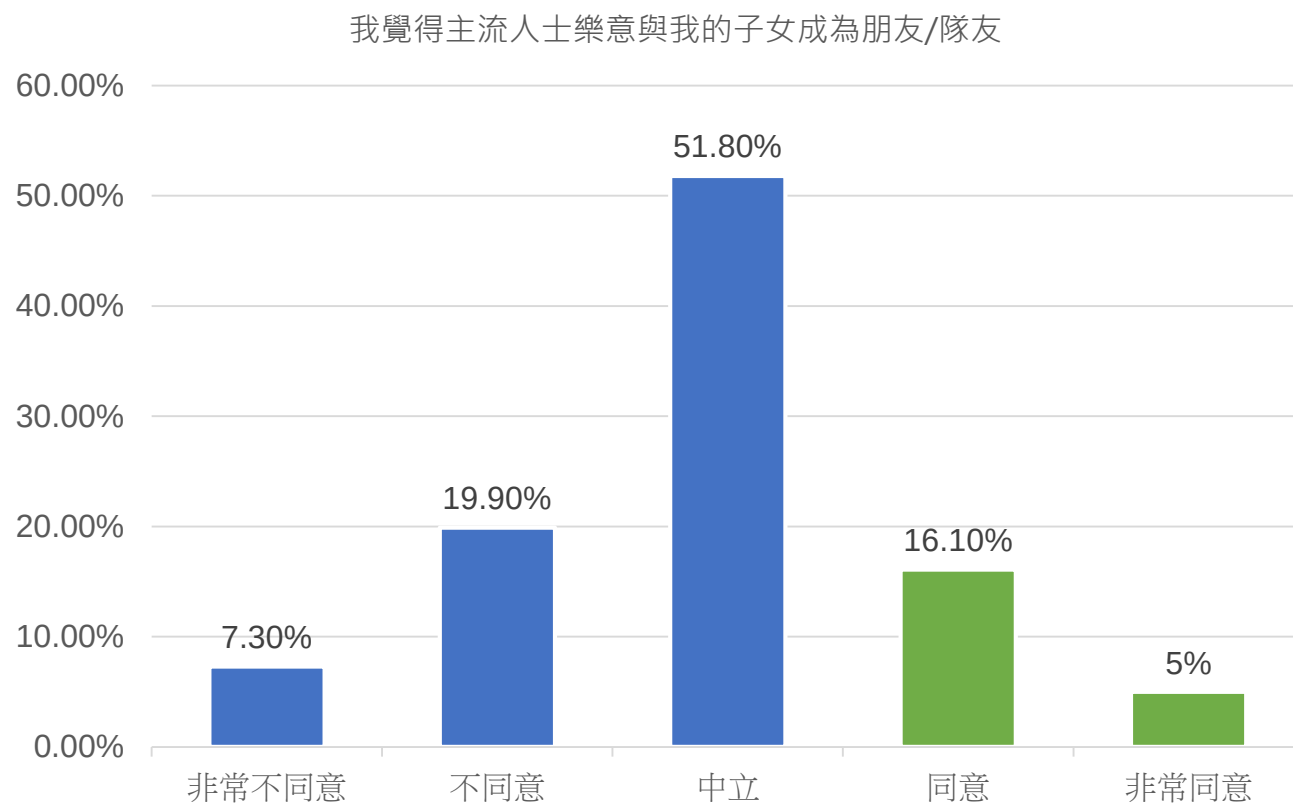
主流人士主要的運動伙伴包括



- 分別有約65%及接近55%的受訪家長表示智障子女主要與家人及同學一起運動，而17.5%受訪家長則表示子女單獨運動
- 只有不足15%受訪家長表示子女會與主流朋友一起運動

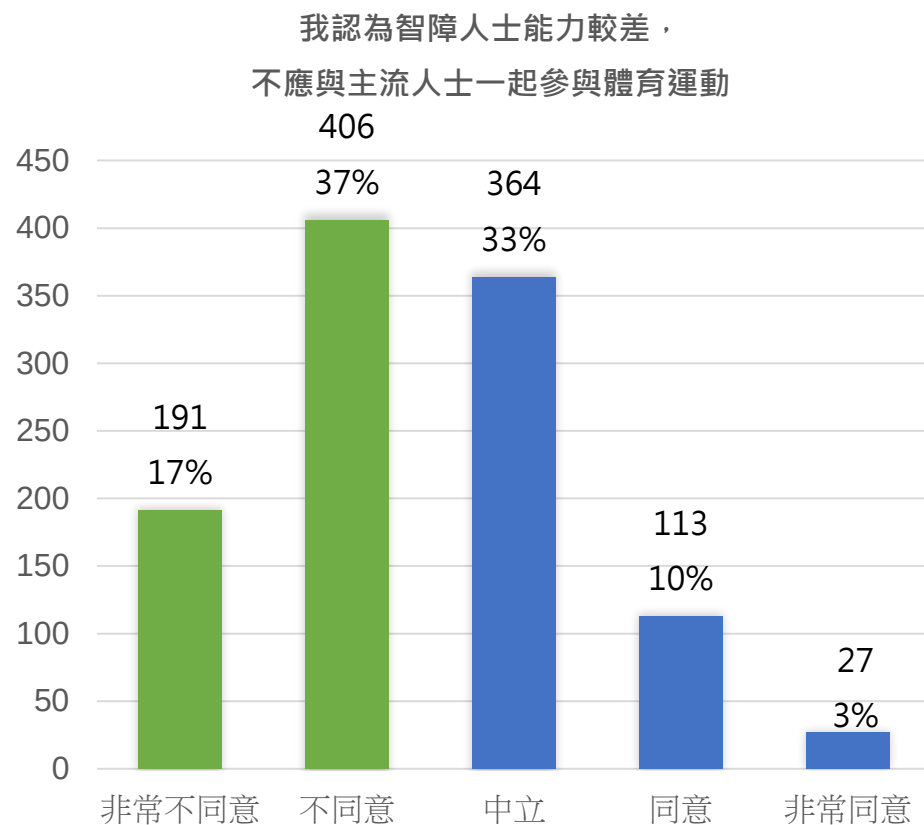
- 公眾：有接近70%的受訪者表示主要與朋友一起運動，而與同學、家人一起運動分別有38.5%及33%

關注點2.主流人士缺乏與智障人士接觸和一起參與體育運動的機會



只有20%智障人士家長認為
主流人士是樂意與他們的子女成為隊友/朋友

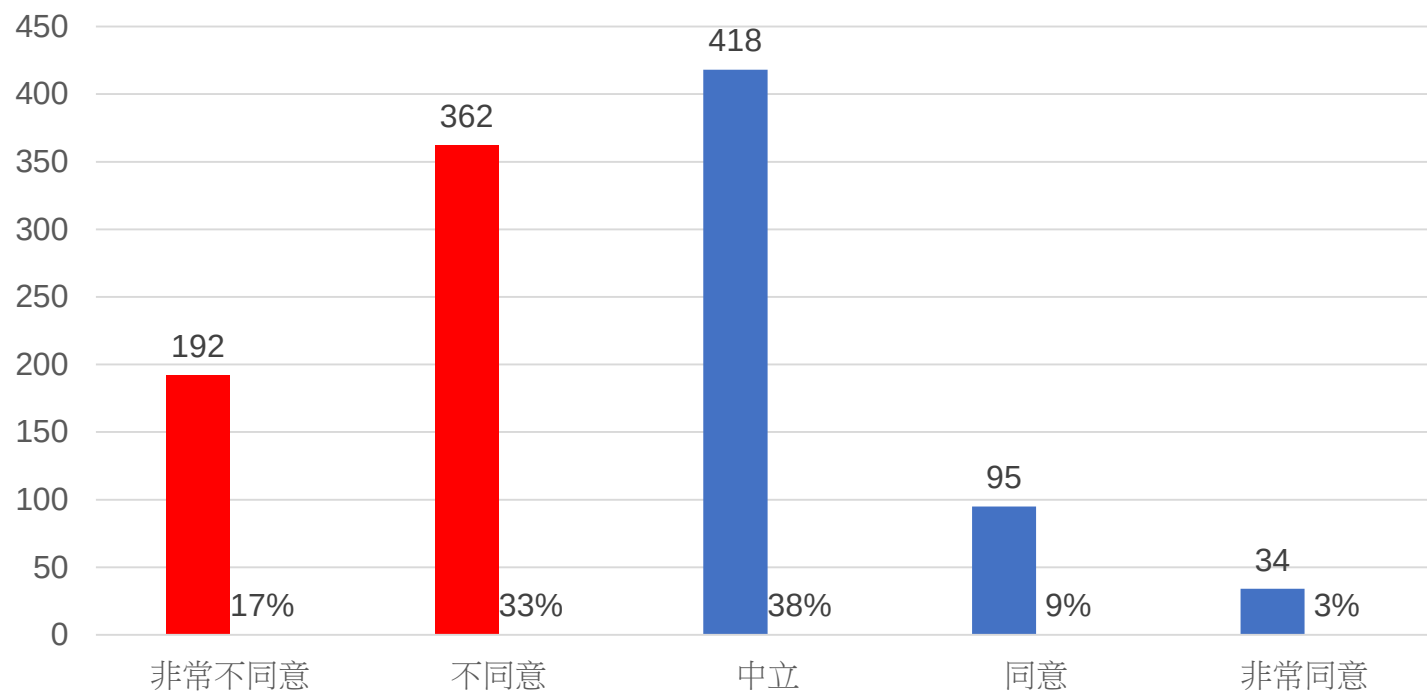
關注點2.主流人士缺乏與智障人士接觸和一起參與體育運動的機會



超過一半受訪公眾人士認為
智障人士應與主流人士一起參與體育運動，
亦表示願意與他們一起運動

關注點2.主流人士缺乏與智障人士接觸和一起參與體育運動的機會

我不願意與智障人士一起參與體育運動，
因為他們會阻礙學習進度



只有約一半公眾人士認為
與智障人士一起參與運動
不會阻礙學習進度

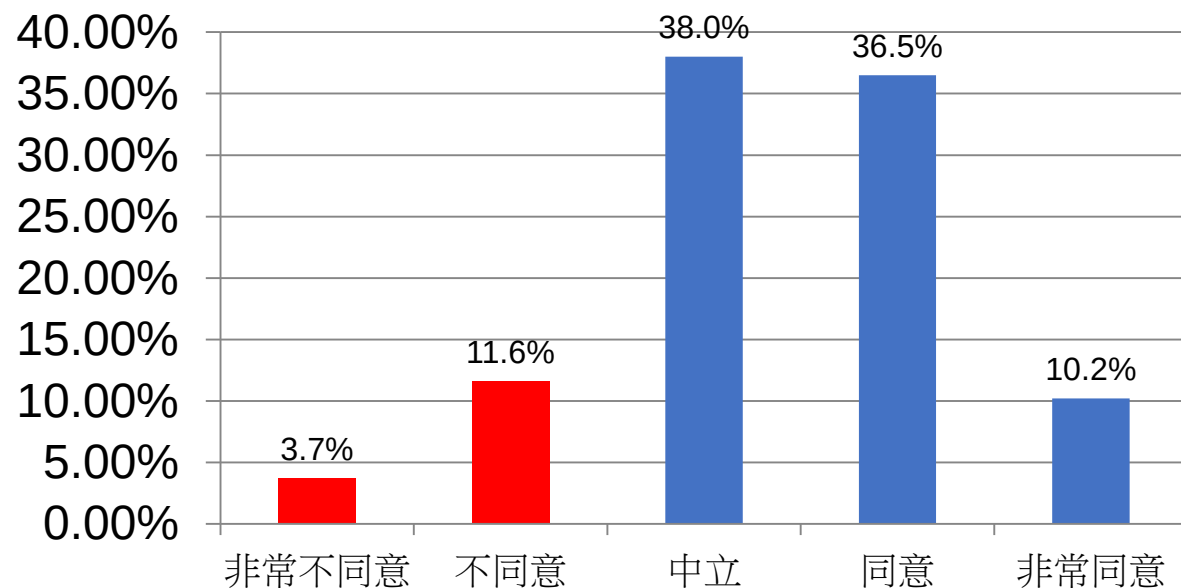
關注點3

主流人士對智障人士缺乏認識，
且存有誤解

關注點3. 主流人士對智障人士缺乏認識，且存有誤解

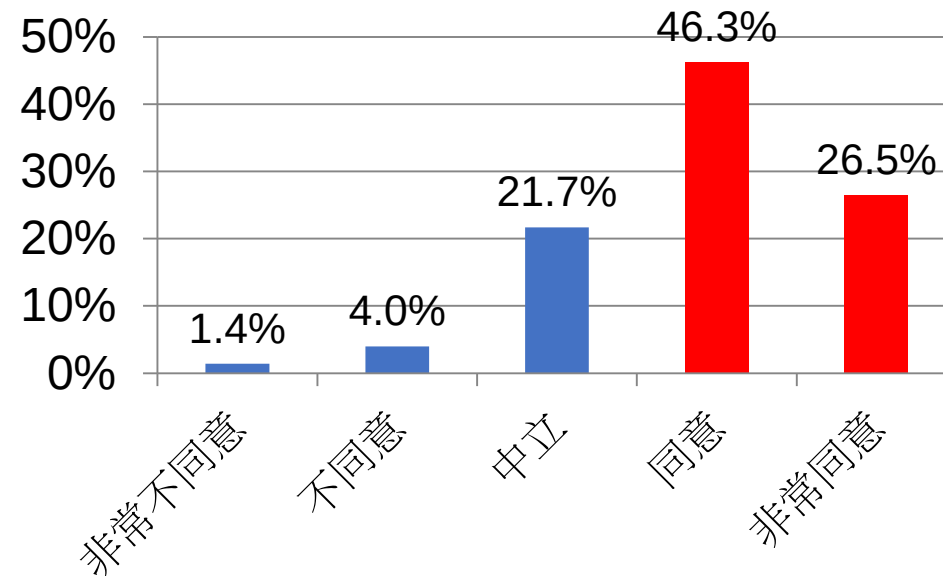
超過4成半人士不懂得與智障人士相處，
缺乏對他們的認識和了解

我覺得自己不懂得與智障人士相處，
缺乏對他們的認識和了解



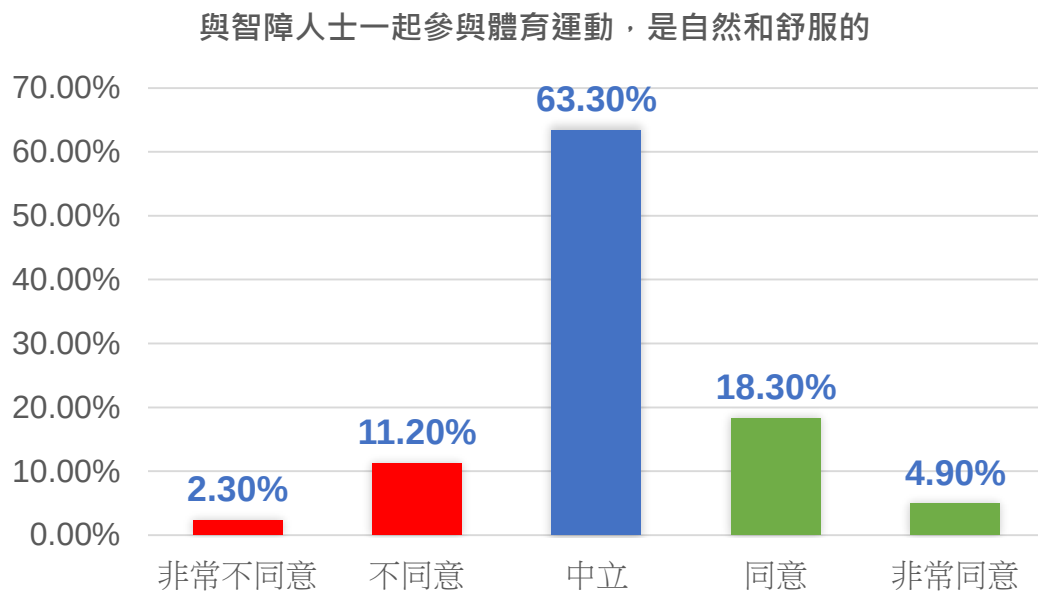
超過7成智障人士家長認為公眾人士
對智障人士並不認識，而且存有誤解

我覺得公眾人士對智障人士並不認識，
而且存有誤解

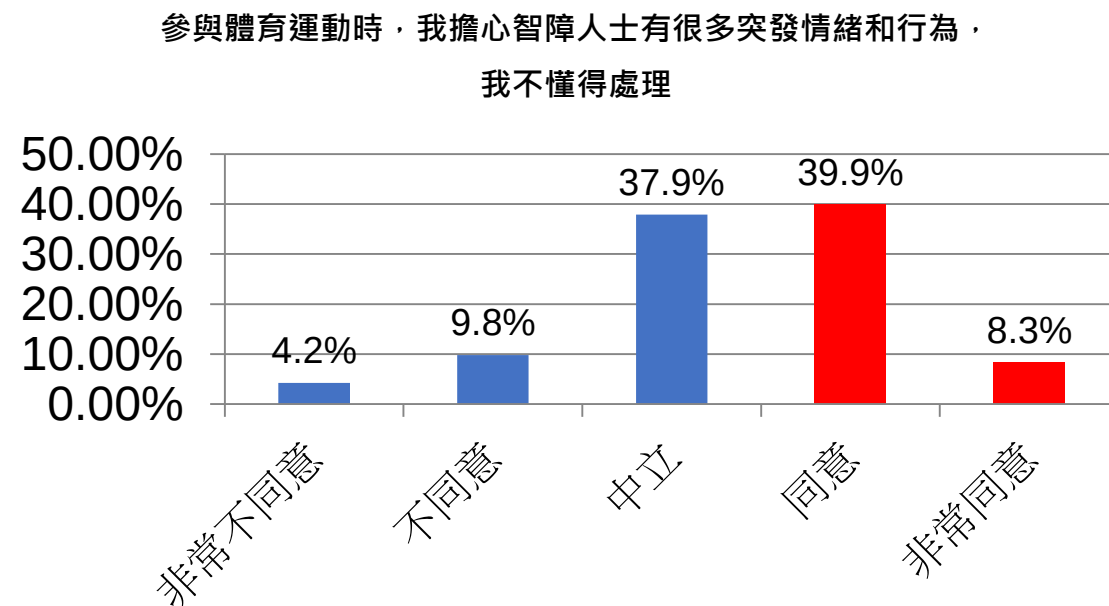


關注點3. 主流人士對智障人士缺乏認識，且存有誤解

只有**2成**受訪公眾人認為與智障人士一起參與體育運動
是自然和舒服的

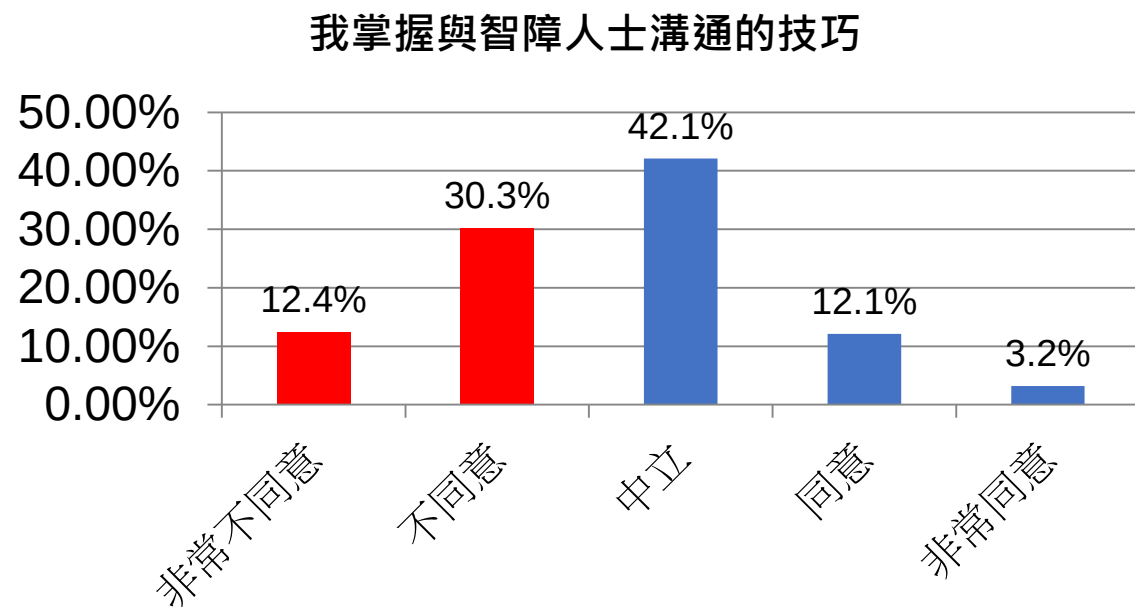


接近**一半**受訪公眾人士擔心**智障人士有突發情緒及行為**，
更不懂得如何處理

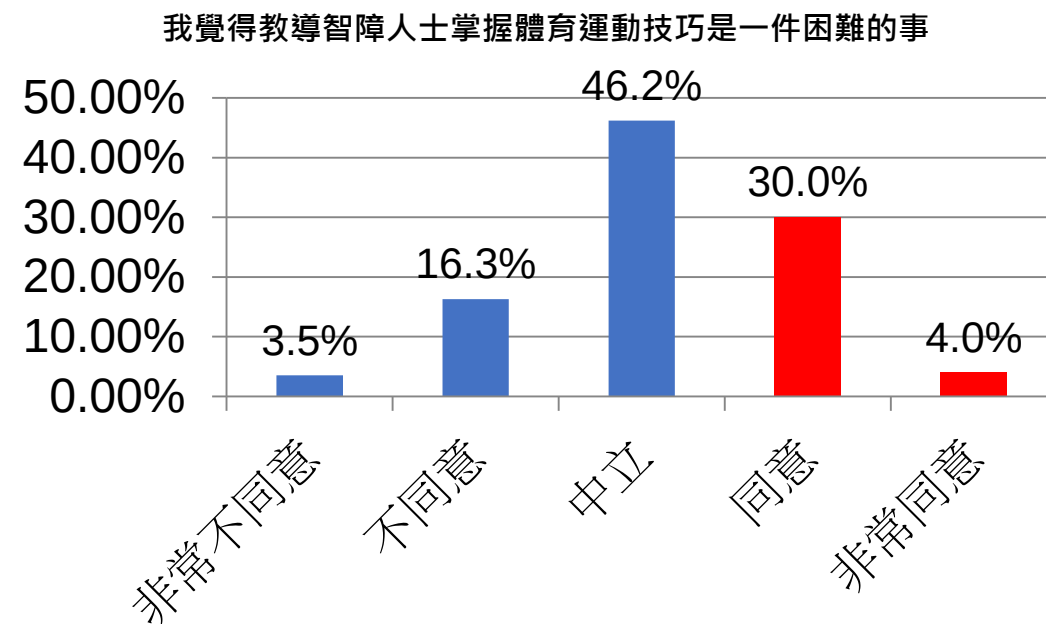


關注點3. 主流人士對智障人士缺乏認識，且存有誤解

超過4成受訪的公眾人士認為自己
未能掌握與智障人士溝通的技巧



接近35%受訪公眾人士認為
教導智障人士掌握體育運動技巧是件困難的事

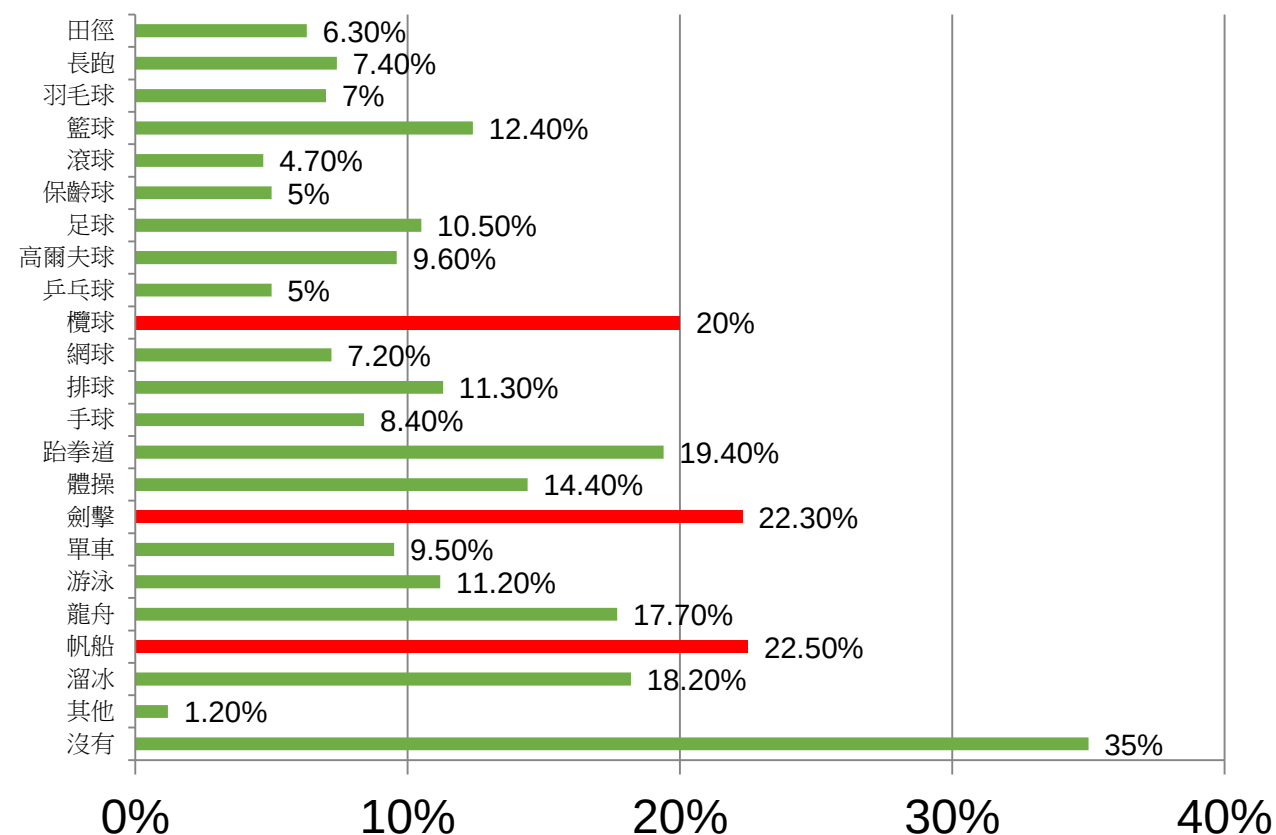


關注點3. 主流人士對智障人士缺乏認識，且存有誤解

公眾人士普遍認為一些高技術，體格要求高及帶有一定危險性的運動均不適合智障人士參與，例如：

1. 帆船 (22.5%)
2. 劍擊 (22.3%)
3. 欖球 (20%)

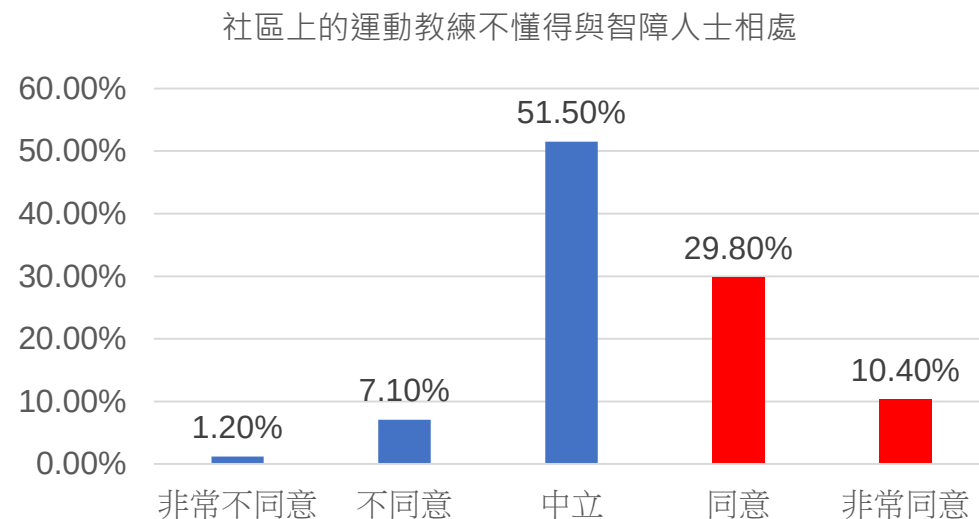
你認為以下哪些運動不適合智障人士參與



關注點3. 主流人士對智障人士缺乏認識，且存有誤解

超過40%受訪智障人士家長反映:

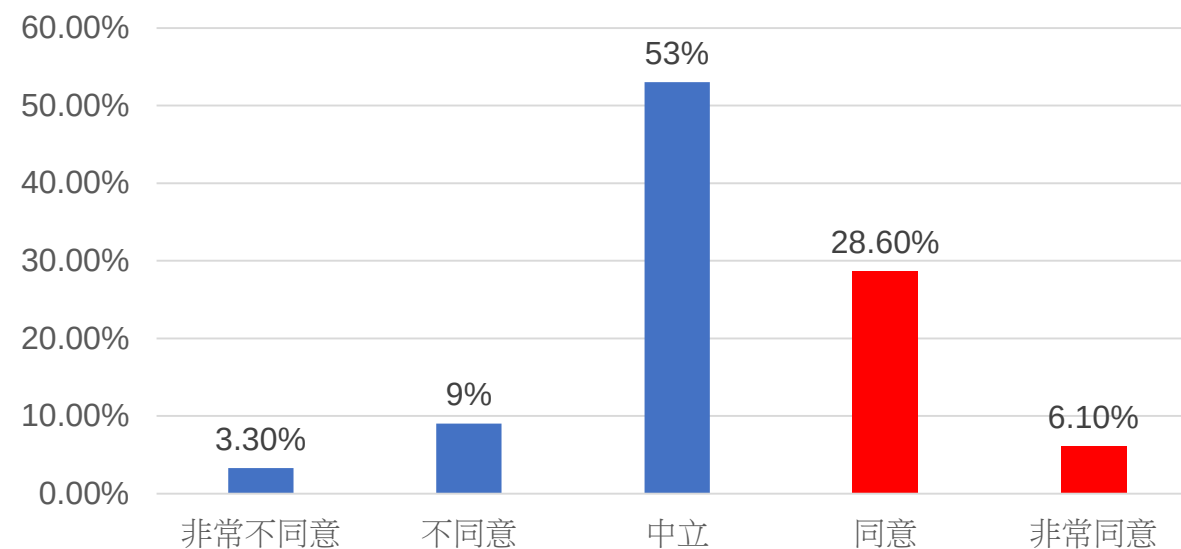
社區上的運動教練不懂得與智障人士相處



不足35%智障人士家長表示:

教練能夠根據子女的需要制定合適體育活動

大部分運動教練能夠根據子女的需要而制定合適子女能力的體育活動

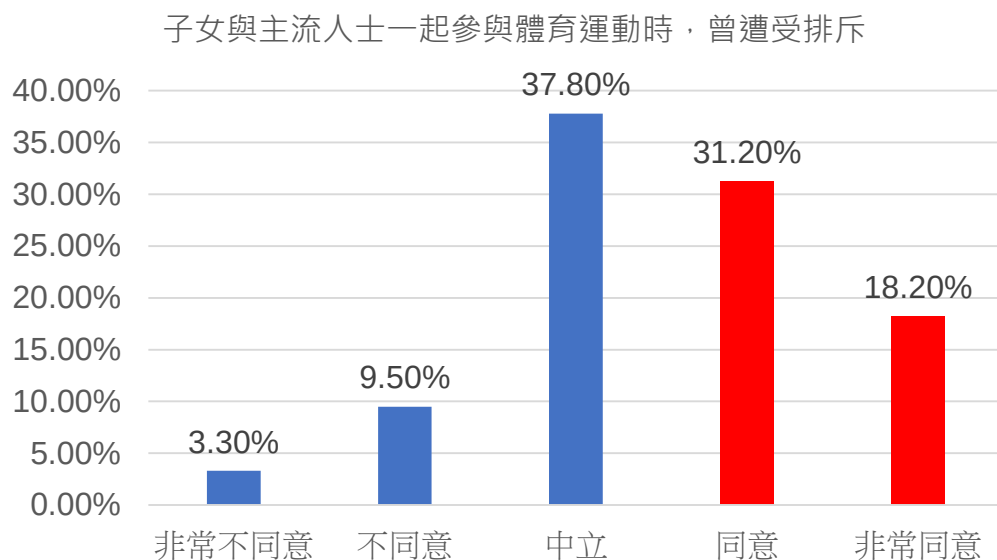


關注點4

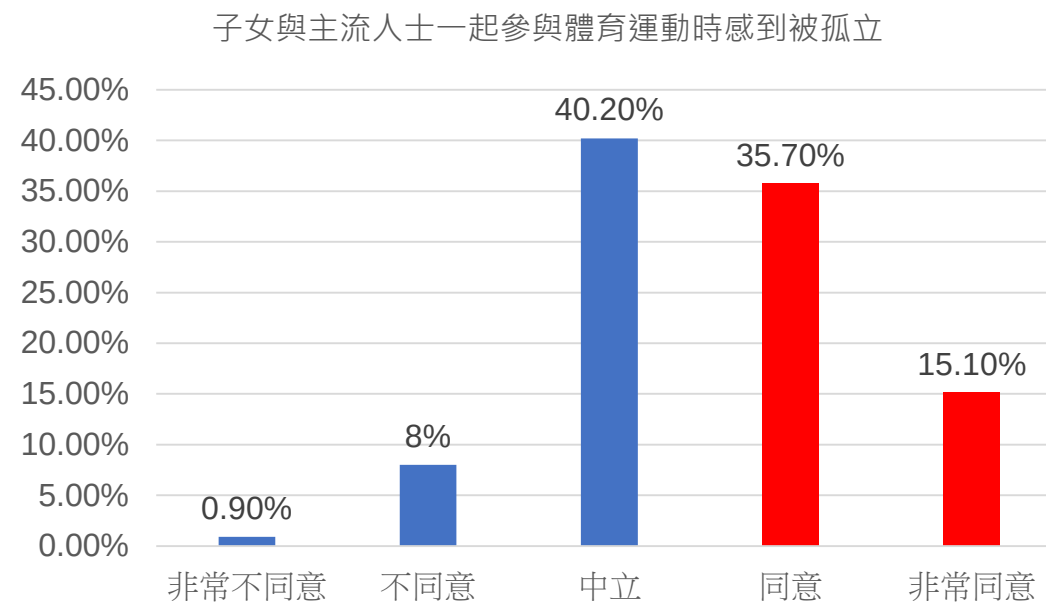
智障人士參與社區體育運動時，
受到排斥及歧視

關注點4.智障人士參與社區體育運動時，受到排斥及歧視

接近50%受訪智障人士家長表示，子女與主流人士一起參與體育運動時曾遭受排斥



超過50%受訪智障人士家長表示，子女與主流人士一起參與體育運動時感到被孤立



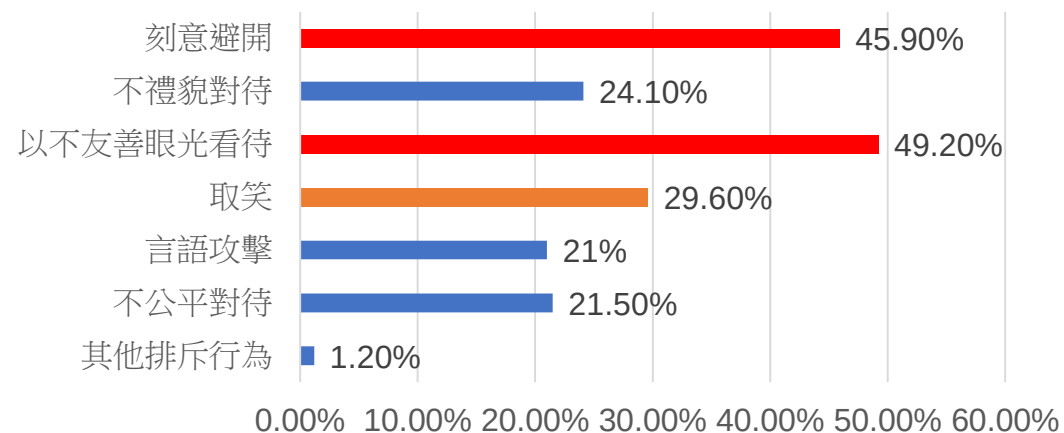
關注點4.智障人士參與社區體育運動時，受到排斥及歧視

智障人士在參與體育運動時曾經被主流人士：

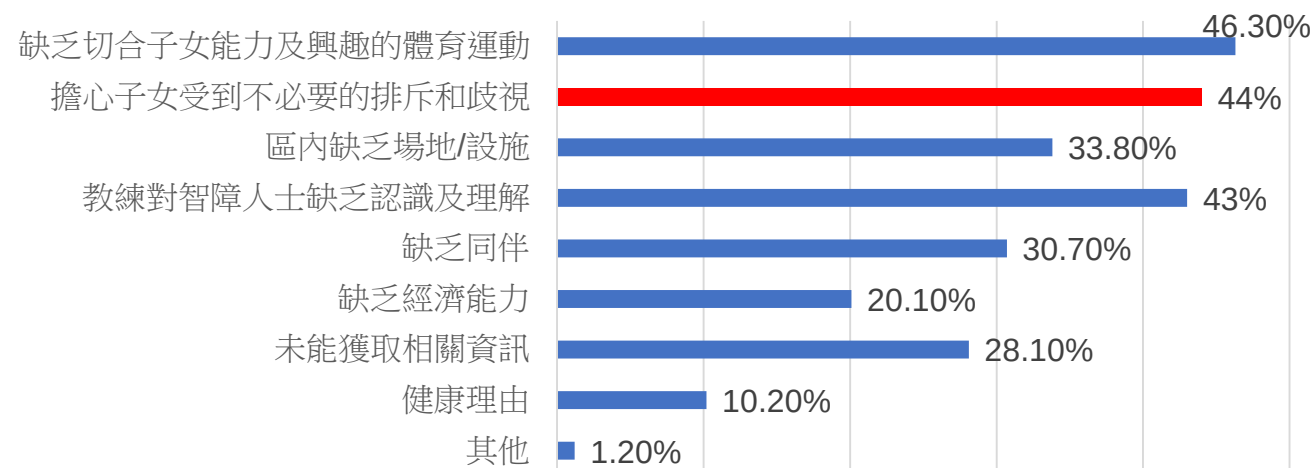
- 以不友善眼光看待、刻意避開分別佔接近50%
- 取笑佔接近30%

接近45%智障人士家長擔心其智障子女受到不必要的排斥及歧視，而阻礙子女參與體育運動

子女在參與體育運動時曾經被主流人士



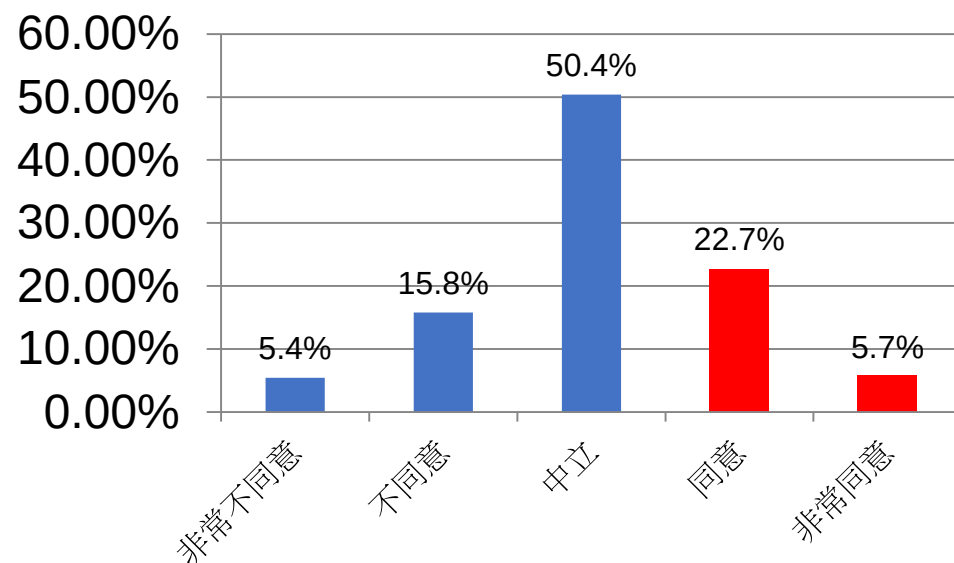
阻礙子女參與體育運動的因素包括



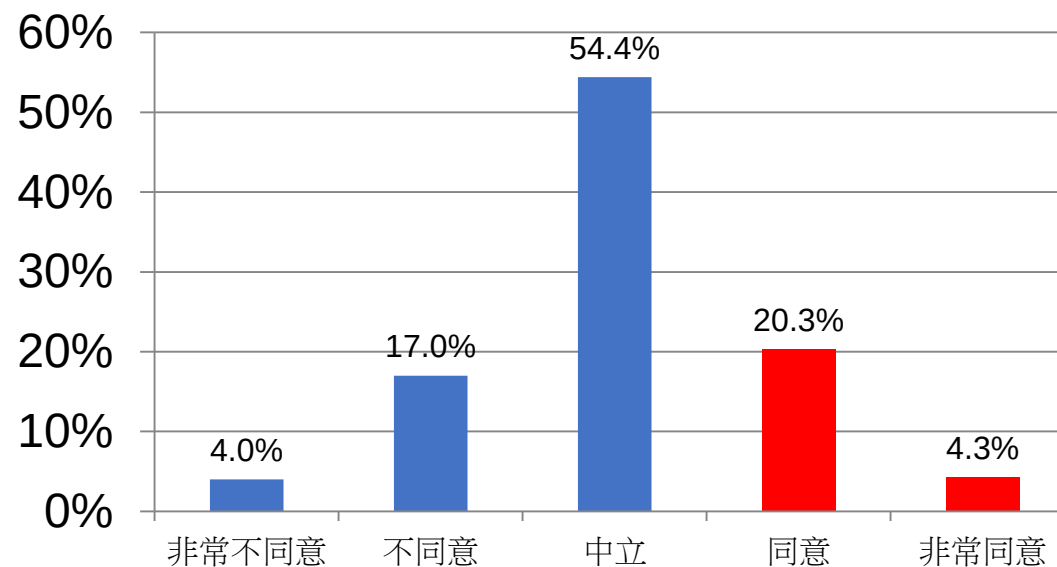
關注點4.智障人士參與社區體育運動時，受到排斥及歧視

只有約3成的家長認為主流人士接納與其智障子女一起參與體育運動
同時只有約3成家長認為在過往運動經驗中感到被接納

我認為主流人士願意接納與我的子女一起參與體育運動



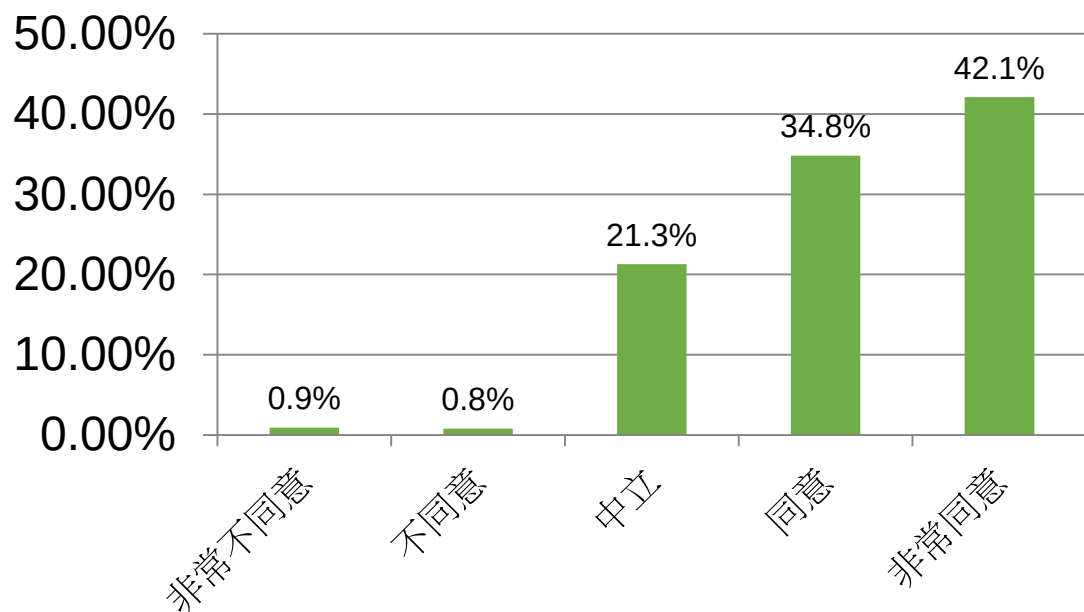
子女與主流人士一起參與體育運動時感到被接納



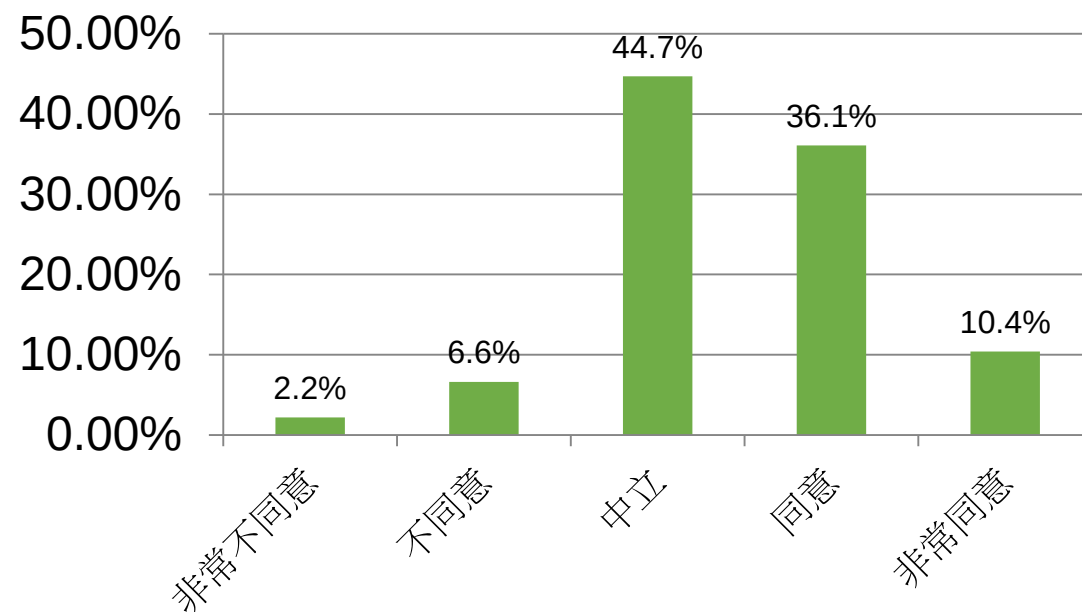
關注點4.智障人士參與社區體育運動時，受到排斥及歧視

即使公眾人士普遍對智障人士缺乏認識，**超過75%受訪人士認同智障人士為社會的一份子，有參與體育運動的權利；**同時，接近一半受訪人士希望多認識和了解智障人士

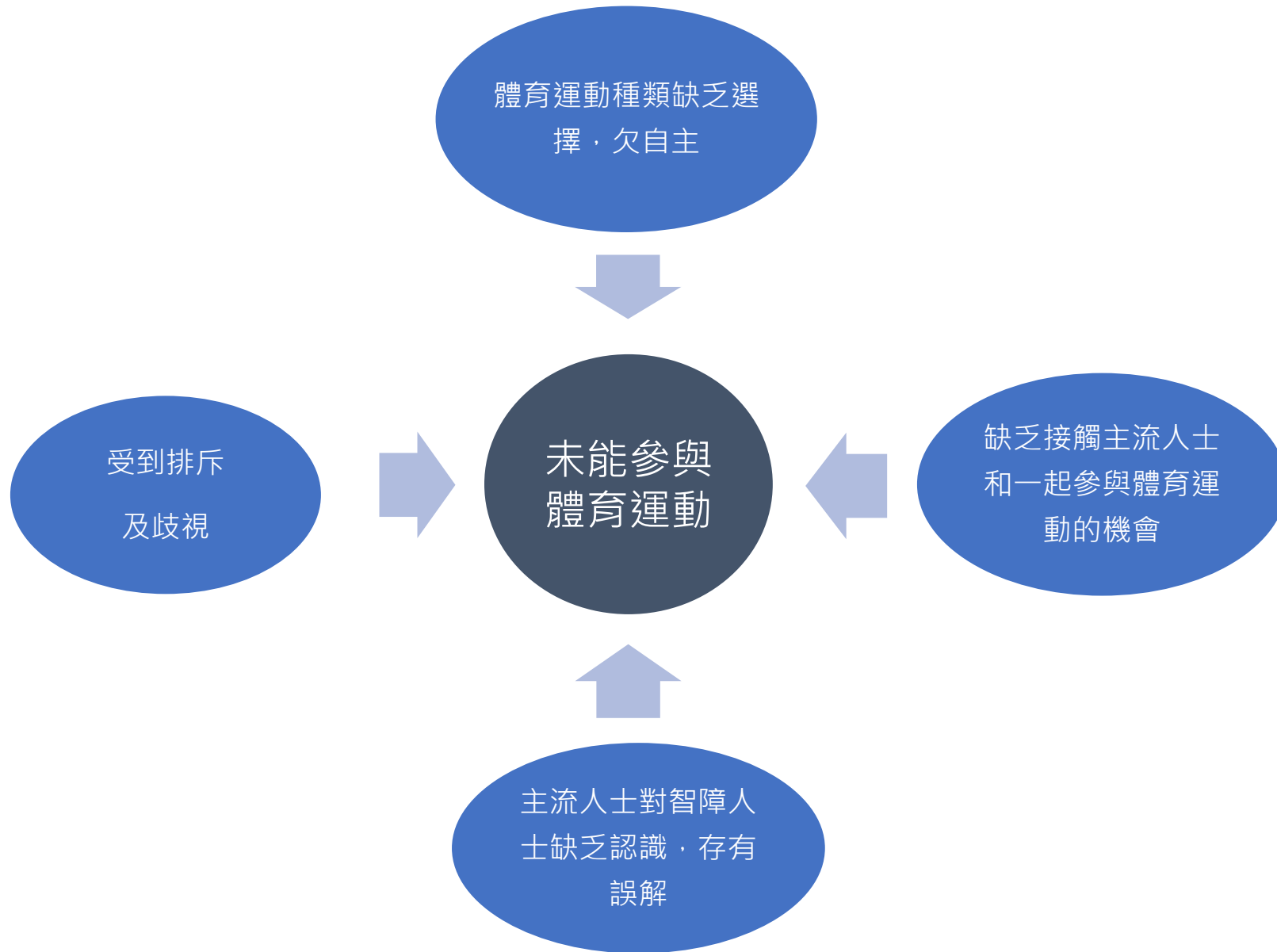
智障人士也是社會的一份子，有參與體育運動的權利



我希望可以多認識和了解智障人士



主要分析結果

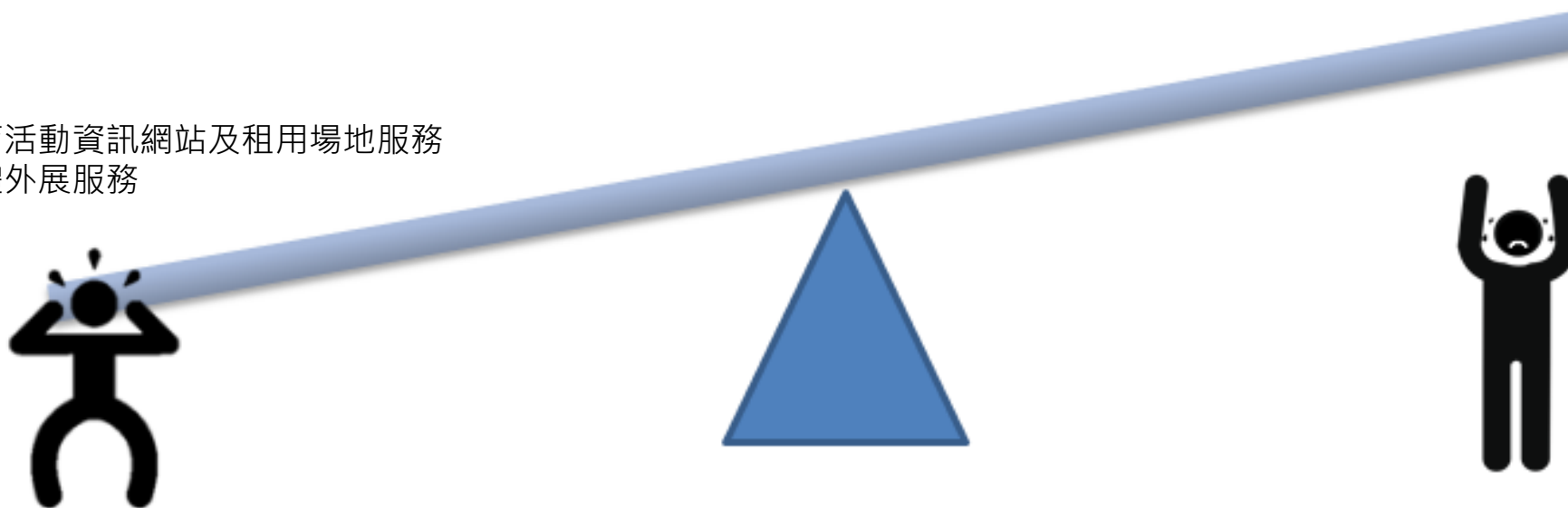


主要分析結果

縱觀現行支援殘疾人士參與社區體育運動的措施

- ✗ 提升公眾認識
- ✗ 改變定型觀念
- ✗ 消除誤解與偏見
- ✗ 親身接觸的機會
- ✗ 提供多元化及適切的社區體育運動

- ✓ 完善體育活動資訊網站及租用場地服務
- ✓ 推展康體外展服務



倡議



1. 改變公眾的誤解、偏見和歧視

- 將共融教育納入為學校課程
- 舉辦課外共融活動



透過媒體

- 分享智障人士的真實故事
- 展現才能



2. 增加主流人士與智障人士一起參與運動的機會

- 舉辦共融體驗運動，提供公眾與智障人士親身接觸的機會
- 促進主流人士與智障人士的認識，建立運動夥伴關係





The Centre for Inclusive Sport Studies in Madrid (Spain) : an example of research application in adapted and inclusive sports, Technical University of Madrid, 2011

Beinclusive – A Toolkit for Disability and Para-Sports, be-inclusive.eu, 2016

3. 提升教練對教授智障人士的專業知識

- 提供培訓及進修課程
- 舉辦體驗工作坊，給予運動教練教授智障人士的實習機會
- 設立專業認證及資歷架構



4. 增加合適智障人士參與的運動種類

- 設立運動體驗日予能障人士
- 提供更多適合不同能力人士參與的運動項目
- 智障人士能夠按着自己的需要及興趣，自主地選擇和參與社區體育運動



5. 加強宣傳及推廣

- 多運用更直接、有效的推廣及宣傳渠道
- 為團體提供實踐共融運動指引

10 principles from Activity Alliance

In October 2014, Activity Alliance released their Talk to Me report. This report outlines 10 principles that sports providers could follow to help make their sport or activity more appealing to disabled people.

The 10 principles

During research published in our Talk to Me report, disabled people told us:

Principle 1

My channels

Use communication channels that I already trust (eg social media, local media).



Principle 2

My locality

Travelling to get to activities can be a significant barrier for disabled people. Opportunities closer to home would be preferable.



Principle 6

Reassure me

Some disabled people fear standing out and need to be reassured that any activity we attend will be welcoming and suitable for our needs.



Principle 7

Include me

Some disabled people need to know we are good enough to take part. Providers should make sure that people with varying ability levels feel included in sessions.



Principle 3

Me, not my impairment

Many people do not identify with being disabled and are put off by advertising that focuses on disability.



Principle 8

Listen to me

Disabled people can be limited by impairment and should be able to discuss needs in a safe and private environment before starting an activity.



Principle 9

Welcome me

An unpleasant first experience can prevent anyone from taking part again. Ensure my first experience is enjoyable so I'm likely to return.



Principle 4

My values

Everyone has values. Understanding what my values are and linking an activity to these can make taking part more appealing.



Principle 5

My life story

As people grow older our values change. Keep me interested over time with new ideas.



Principle 10

Show me

Engage disabled people who are already involved in your activity to promote it to others.



Talk to Me, Principles in action
English Federation of Disability Sport, 2015