

善用学习时间以促进学生学习的建议

有研究指出有效运用学习时间（学时）是提升学生学习效能的其中一个重要条件。学时不单指学生在课室上课的时间，因为学生的学习可以于任何时空发生。学时包括课时（教师和学生上课的时间，但上课地点不限于课室）、上课以外的留校时间（例如小息、午膳、课后、开放日、考试日），以及校外时间，包括假期。因此，学校应整体规划及善用学生的学时，灵活弹性地编排时间表，为学生在课堂内外提供更多元化的学习经历，并培养他们的自主学习能力和态度，从而令他们获得最大的学习效益。以下是一些可达到上述目标的建议方法：

为学生创造更多的空间

➤ 课程调适及优化学习时间

- 参照课程发展议会各学习领域课程指引或科目课程指引的建议，进行校本课程调适，以减少课程内容上的重迭。
- 调整上课时间表及检视各科目的课时比例，创造空间以进一步推动跨课程学习及全方位学习（如内地交流考察活动），以加强国民及国家安全教育、STEAM教育、媒体和数字素养等。
- 鼓励学生善用科技自主学习，教师可多用互动的教学模式，并提供足够的支援（如相关的政府或官方网页、视频、适合学生程度的简报或资料等），以及让学生有更多空间进行自主学习。
- 引导学生在周末和假期延伸多元化及有益身心的学习经历，例如阅读、服务学习、体育活动、探索社区及大自然、网上学习、参观博物馆、文化、艺术或科技展览等，让学生从中学懂自我规划和管理时间，并建立健康的生活模式，拓宽视野和思维。

➤ 检视评估政策及措施

- 发展以「促进学习的评估」和「作为学习的评估」为重点的学校评估政策，避免因频密的测考而窒碍学生的学习。
- 改变评估的惯常做法，减轻期终试的比重，将期终试安排在学年的稍后时段而非在六月上旬举行。
- 在小一上学期应以多元化评估代替测验和考试，整体考虑为小一学生延后或减少校内默书、测验和考试的频次、内容或范围，并采用灵活及有趣的评估模式代替，以创造空间，促进幼小衔接。
- 避免在考试期间或考试后缩短学生上课时间的安排（尤以小学及初中为然）。

- 避免安排过多时间于测考前进行预试及测考后誊改试卷。
- 提供细心策划的试后活动，以加强学生学习，例如：社区服务、与工作有关的经验、价值观教育计划和体艺活动等。

➤ 教师发展日及自订假期的编排

- 尽量安排教师发展日于星期六举行，以免影响学生的学习时间。教师专业发展日不可作上学日数计算。
- 检讨学校在自订假期方面的惯常做法，考虑减少其日数。

➤ 弹性编排时间表，以延展及丰富学生的学习经历

- 在全年或不同学期的时间表内安排更多的双连课节、45至55分钟的延长课节，或编排长短不同的课节，以便提供多元化的学习经历，配合不同的学习需要和学习目标。
- 按校本情况和需要，考虑各级采用不同的模式安排弹性课时。
- 灵活运用课时，创造空间以安排全方位学习、STEAM学习活动、跨课程阅读、主题式学习及跨科专题研习等。
- 在午膳时间、上课前或下课后安排文娱艺术及体育活动（如音乐会、水墨画展、健体操、舞蹈及戏剧表演），以促进学生的全人发展。
- 安排特别时段，以便进行全校性活动、大组授课或同级编组活动。

课程发展议会在二零二四年编订的《小学教育课程指引》和二零一七年的《中学教育课程指引》列举了更多促进学生学习的建议，详情可参阅课程发展处网页（<https://www.edb.gov.hk/tc/curriculum-development/renewal/guides.html>）。

如需进一步查询，请致电 2892 5831 与课程发展处幼稚园及小学组或 2892 6403 与议会及中学组联络。

教育局
2026年