

分章六

有效益的課業

小學教育課程指引

課程發展議會編訂
香港特別行政區政府教育局公布，供學校採用
二零二四年

目錄

有效益的課業		頁數
本章是《小學教育課程指引》的其中一章，內容如下：		
6.1	本章目的	6-2
6.2	課業在學習、教學與評估循環中的作用	6-2
6.3	設計有效益的課業	6-3
6.4	課業質與量的平衡	6-11
6.5	對學生的指導與回饋	6-14
	6.5.1 指導	6-14
	6.5.2 回饋	6-14
6.6	制定和完善適切的校本課業政策	6-16
6.7	家長在課業方面擔當的角色	6-22
	參考資料	6-26

6

有效益的課業

6.1 本章目的

- 說明課業在促進學生學習方面的作用
- 闡明設計有效益課業的原則，建議如何兼顧課業的質與量及有效指導和回饋學生的課業
- 建議學校如何制定適切的校本課業政策，為學生創造空間以促進全人發展
- 說明家長在課業方面擔當的角色



思考問題

- 甚麼是課業？課業在學習、教學和評估中有甚麼作用？
- 甚麼類型的課業學生既樂意完成而對他們的學習有益處？
- 你清楚學校的課業（包括家課）政策嗎？你認為應怎樣完善這些校內政策為學生創造全人發展的空間？

6.2 課業在學習、教學與評估循環中的作用

在學生學習歷程中，教師會為學生設計不同的學習任務，讓學生循序漸進達至預期的學習目標，當中包括在課堂上由教師引導完成的不同形式課業；而讓學生在完成課堂前後自行完成的課業，在小學教育中泛稱為家課，亦屬於課業。教師為學生布置的各種課業中，不論是課堂上的課業、預習或作延伸的家課，都是學生學習經歷中不可或缺的重要環節。學生透過完成不同形式的課業，加深對課題的理解，建構知識，鞏固課堂所學，激發思考。課業的目的和質素較數量更為重要，而課業的數量與學業成績亦無確實關聯。學校及教師應善用有效益

的課業及推行適切的學校課業政策（包括家課政策），避免機械式的操練，以多元化課業，發揮課業的功能：

- 讓學生鞏固所學，加深對課題的理解，並為學習新課題作準備；激發學習興趣和動機，了解自己的學習進度及難點，啟發思考，培養他們的好奇心，以及積極、主動探索日常生活問題的態度，應用所學，延展學習，同時可讓學生學習承擔責任，建立自信及培養自主學習的能力。
- 讓教師評估學生在知識、技能、價值觀和態度各方面的表現，找出學生在學習上遇到的困難和可改善之處，提供適時回饋，並有效回饋課程的規劃與實施。
- 讓家長了解學校課程的要求、子女的學習進度和特質，從而作配合。

6.3 設計有效益的課業

在整個學與教過程中，教師按不同因素（如：課程和學習目標、學生的興趣、能力和需要等）運用適切的學與教策略〔可參閱分章四：有效益的學與教〕，為學生安排多元化的學習任務，而課業是最常見的學習任務之一。教師緊扣學習目標和其他學習活動，以學生整體學習時間（學時）的概念〔可參閱分章二：學校整體課程規劃——有機結合 自然連繫 多元策略 互相配合 課堂內外 全校參與〕，布置課堂內外的課業，讓課業達致促進學生學習的果效。優質的課業能有效促進學生高階思維能力，又能誘發他們對學習的內在動機和好奇心，積極主動完成不同的學習任務，甚至延展至課業以外的學習，激發他們訂立目標，追求卓越。課業模式的轉變亦至為重要，尤其是可進一步善用電子學習，以推動學習的評估和自主學習。

設計有效益的課業時，應注意下列各項原則：

- **目標明確**：配合課程指引和學校課程，按學生的能力和需要設計具明確學習目標的課業，避免無意義和機械式的操練或抄寫。
- **多樣化**：採用不同類型與方式的課業，照顧學生的多樣性。例如：一般紙筆課業、閱讀、實驗、探索活動、專題研習、資料搜集等，培養學生自主學習的習慣及能力，也可安排學生以口頭報告模式、簡報、短片製作或透過電子平台等方式展示學習成果。

- **具彈性**：根據學習目標、學生的背景、能力和興趣，靈活調節學生呈交課業的內容和模式。例如：設計分層課業予不同能力的學生；提供適當的學習提示；容許部分有特殊學習需要的學生以其他方式代替書寫，展現學習成果；安排學生分階段呈交課業，提供機會讓學生作自我評估和反思 [可參閱分章五第 5.3.2 節——深化與連繫「促進學習的評估」與「作為學習的評估」]，鼓勵他們不斷改進課業等。
- **富趣味和具挑戰性**：因應學生的前備知識和近側發展區間¹，為他們提供鷹架進行學習，並設計有益難度的課業 [可參閱分章七第 7.3.1 節「聚焦連繫課程目標與學生學習」]，引發學生對學習的興趣和內在動機，激發他們的潛能，讓學生享受整個學習過程和多作反思。
- **加強閱讀**：致力從小培養學生的閱讀素養，透過融入閱讀元素的課業設計，協助學生由「從閱讀中學習」推展至「跨課程閱讀」，為終身學習奠下良好的基礎。
- **重思維、協作**：課業設計應能幫助學生提升思維能力，提供空間讓學生綜合應用共通能力；或通過小組合作的課業，發展學生的溝通、協作與解難能力。
- **生活化及從「從做中學」**：教師可選取學生較熟悉的情境和主題，培養學生創意思維探究問題；亦可設計需學生動腦動手解決問題的課業，加強學生在日常生活中綜合運用不同學習領域的知識和解難能力。
- **合適的課業情境**：注意設定的課業情境與學習任務須能幫助學生邁向學習目標，例如：專題研習的主題必須能讓學生進行有意義的探究學習，以免學生完成研習後得出與學習目標沒有關聯的結論或甚至相反的學習成果。除了知識外，教師可應用不同課業情境發展學生的不同技能和培養他們正確的價值觀和態度，例如：學生在課業中學懂以除數平均分配糖果予朋友，教師可延伸到另一情境，當學生不能以除法平均分配生日蛋糕予家人時，引導學生從正確的價值觀如「孝順長輩」、「禮讓」等作為思考的面向去解決問題。
- **運用合適的學與教資源**：學與教資源不單須符合中央課程的宗旨和目標，資料亦須正確無誤、內容完整和客觀持平。社區和網上有多元化的學與教資源，教師須運用專業判斷，慎選合適和有質素的資源 [有關選用學與教資源的原則，可參閱分章七第 7.3.3 節「善用資源擴闊學生學習經歷」]。善用電子學習資源和平台、學習管理系統等，能推動促進學習的評估和學生自主學習，亦可打破空間的限制，發展他們學會學習以至自主學習的能力，讓學習更靈活，為學生釋放空間。

¹ 近側發展區間 (Zone of proximal development) 是指學生本身的能力所能達到的水平，與經別人給予協助下潛在可達到的水平，兩種水平之間的差距。

- **調節學習進度**：以課業協助學生計劃及調控自己的學習進度，培養良好的學習習慣和勤勞的態度。讓學生明白在進行專題研習或閱讀報告等學習任務時，可以計劃自己的學習進度，促進他們自我管理的能力。




家課與學生學習時間

- 有人認為家課是學生在家需要完成的課業，因此不宜讓他們在學校完成所有家課，影響他們在家學習的時間。你同意嗎？
 - ◆ 家課是學生學習歷程中的其中一個學習任務，而教師需按學生的能力和需要設計課業（包括家課），因此家課布置應以幫助學生達至學習目標為原則。
 - ◆ 家課和課堂學習是相互緊扣，不應受地點及時間所限。不論學生是否在家完成家課，也不會影響家課作為鞏固或延展學生學習的效能。事實上，全日制的上課時間讓教師能為在家課上遇到困難的學生提供指導，協助他們完成家課。
 - ◆ 學生的學習不再局限於校內或校外學習的二元劃分，教師應以學生整體學時的概念規劃課程、設計學習活動和任務，包括布置課業，以創造空間促進學生的均衡發展。
 - ◆ 學生的能力、興趣和需要都不盡相同，教師可多花心思設計多元化的課業，幫助學生達至學習目標。學校亦可透過不同方式擴闊學生和家長對家課的固有概念，讓他們相信教師能專業地安排學生的家課和學時（如：同一級別 / 班別有不同的家課布置以照顧學生多樣性、安排學生在家運用資訊科技學習等），並盡量配合教師的安排以達最佳的學習成效。


示例一：多樣化課業 — 「從做中學」課業

學校 A 在教授一年級人文科的主題「我的家人」時，在課堂上學習不同家庭成員和完成課業「家庭樹」。配合學校課程內容，教師設計多樣化和輕鬆的課業讓學生在家完成，如：「動手做」任務、繪畫、唱歌、記錄、親子任務、反思評價等，亦提供相關的閱讀資料，推動跨課程閱讀。家課讓學生透過富趣味及生活化的學習任務，了解自己在家庭中的角色和責任，學懂與家人和諧相處及分享關愛，建立學生的正確價值觀和培養他們的幸福感。



單元主題：家家有寶尋

家人小檔案




這是我的 _____。

她 / 他的生日： _____

她 / 他喜歡的食物：

她 / 他的興趣：



學習記錄

三 訪問 記錄 親子

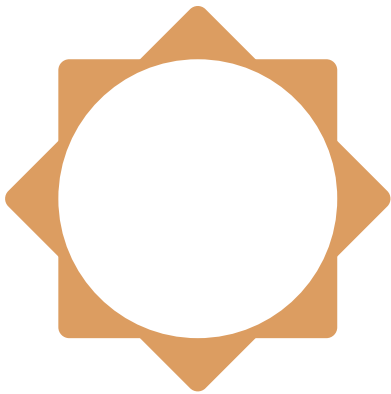
今天我能夠.....

分享訪問爸媽（照顧者）的內容

繪畫獎牌以表達對爸媽（照顧者）的欣賞

你的家人都很棒呢！

在獎牌上畫上對家人的讚美吧！



工作紙標示學生需進行的任務類型：要求學生進行「訪問」及「記錄」，屬「親子」活動。學生需要訪問家人，並記錄他們的個人資料。學生能學懂訪問的禮儀、態度和技巧，以及適當地記錄資料。學習任務亦能促進親子關係。

培養媒體和資訊素養

加強價值觀教育

示例一：多樣化課業 — 「從做中學」課業

單元主題：我愛我的家
家人愛我

學習記錄 四 今天我能夠.....
 說出表達愛的不同方法
 記錄家人怎樣愛自己

你的家人如何愛你？請圈出下面其中一種行動，並把當中的情景畫出來 / 貼出來。

學生需瀏覽教師提供的網站，與家人一起唱關於「愛家人」的兒歌，並以繪圖方式畫出家人愛自己的行為或表現。此學習任務不單促進親子關係，亦讓學生從學習任務中學懂觀察和反思，並以非文字（圖象）的方式顯示學習成果。

推動電子學習，培養
媒體和資訊素養

單元主題：我愛我的家
我會做家務

學習記錄 五 今天我能夠.....
 做簡單的家務
 在家實踐做家務並進行記錄

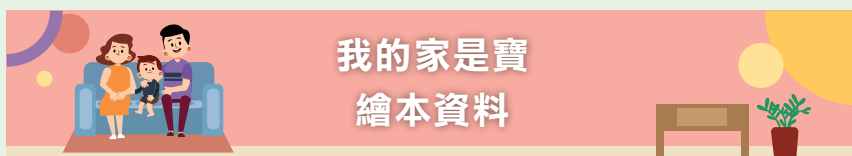
你覺得自己做以下這些家務的表現如何？試畫出☺代表做得很好
 ☹代表一般，○代表要繼續努力。

	收拾	掃地	抹枱面	其他
星期一				
星期二				
星期三				
星期四				
星期五				

學生需實踐自己在家中的角色和責任，透過做不同的家務（包括勞動任務），學生需記錄自己的行動，並為表現作出反思和自我評價。

配合首要培育的價值觀
和態度「勤勞」

示例一：多樣化課業 — 「從做中學」課業



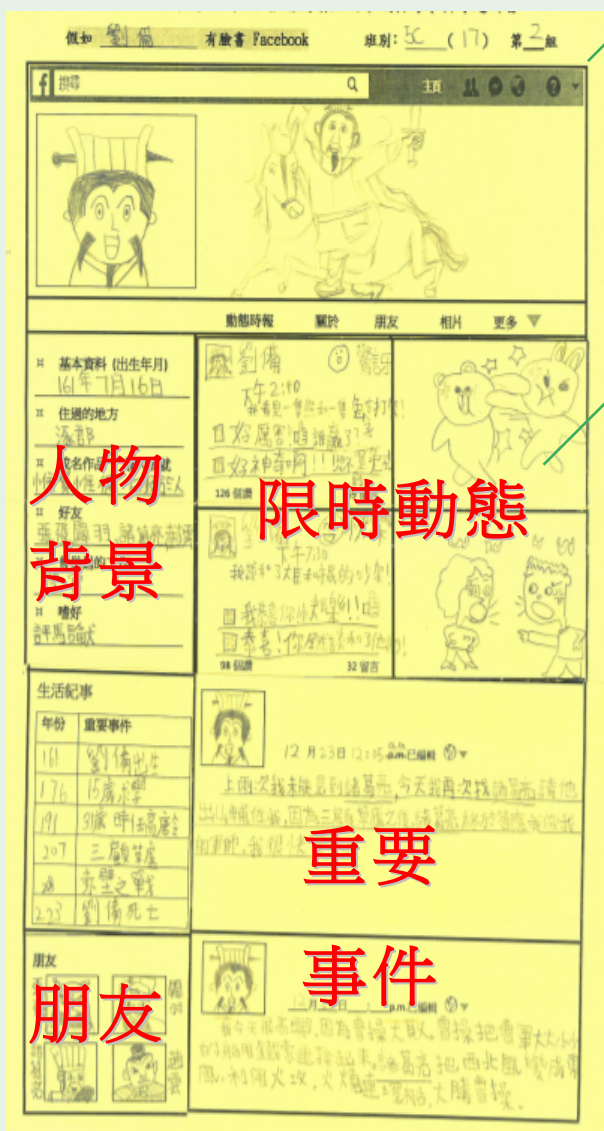
以下是在「我的家是實」中，學生閱讀過的繪本，歡迎家長與孩子在家共讀。

<p>書名：《各種各樣的家》 作者：瑪麗·霍夫曼 繪者：蘿絲·阿思契弗 譯者：黃筱茵 出版：維京</p>	 <p>簡介：隨著時代的變遷，一些家庭的形式也有轉變，同學之間有單親家庭、繼親家庭、甚至入住兒童之家等。家庭中的成員角色也越來越不一樣。故此，與學生討論以愛維繫的「家」單元前，讓學生對現實社會有所了解，同時學習尊重與接納自己與別人的不同。課堂間，我們只選讀了部分內容。故此，鼓勵家長與學生閱讀餘下部分。此書以雜誌模式展示，沒有故事情節，家長可藉圖畫與孩子展開有趣的對話。</p>
<p>書名：《朱家故事》 作者：安東尼布朗 繪者：安東尼布朗 譯者：漢聲雜誌 出版：英文漢聲 香港公共圖書館 索書號：JJ1705</p>	 <p>簡介：當媽媽碰到一家子全是「茶來伸手、飯來張口」的人時，怎麼辦呢？故事講述朱家一家太依賴朱媽媽的照顧，朱媽媽累透了，實行「出走」透透氣，沒有了全天候的照顧，家人才驚覺媽媽的辛勞。此書我們沒有在課堂間閱讀，鼓勵家長與孩子共讀，討論家務責任誰屬。</p>
<p>書名： 《爸爸，你愛我嗎？》 作者：史蒂芬·麥可·金 繪者：史蒂芬·麥可·金 譯者：余治瑩 出版：三之三文化 香港公共圖書館 索書號：JJ2486</p>	 <p>簡介：有一個男人，他有一個兒子，兒子很愛他，他也愛兒子，但他卻整天著迷於收集及設計各種盒子。他的兒子及鄰舍也不明白他。幸好，最後他找到了對兒子表達愛的方法。此書我們沒有在課堂間閱讀，但推薦家長與孩子共讀。尤其父親一向比較內斂，如果父親能與孩子一起閱讀會更好，可以讓孩子更明白原來愛有不同的表達方式，都是同樣值得珍惜與感謝的。</p>

透過提供與主題相關的閱讀資料，鼓勵學生在課堂以外進行跨課程閱讀，培養自主學習的態度。

示例二：跨學科專題研習

學校 B 以小學人文科學習範疇「國家與我」作為跨學科專題研習的主軸，在課程統籌主任帶領下，透過跨科協作，整合和重新設計中文科、人文科和圖書課的課程內容，設計多樣化而富趣味的學習任務，誘發學生的內在學習動機，讓他們透過跨課程閱讀、運用資訊科技等不同學習模式，認識中國重要歷史人物及事蹟，培養他們對民族和國家的歸屬感，欣賞國家悠久的歷史及文化，提升他們的國民身份認同。



教師可同時教導學生不要沉迷社交媒體及處理當中資訊時應有的正確知識、技能和態度。

連繫價值觀教育與媒體和資訊素養

推動跨課程閱讀

學生完成有關中國重要歷史人物和事件的課堂學習後，他們可自由揀選自己喜歡的歷史人物作延伸閱讀，並為該歷史人物設計一個社交平台專頁。學生需要透過閱讀主題圖書或在互聯網上找尋相關的歷史資料，整理後以不同形式展示學習成果。除了史實外，學生亦可在專頁的「限時動態」中發揮創意，為歷史人物創作一件虛構的趣聞軼事，讓學習任務增添趣味。

誘發學習動機

示例二：跨學科專題研習



學生完成專頁後，他們將作品上載到網上學習平台，一方面讓他們展示學習成果，另一方面讓其他年級學生投票挑選最喜愛的歷史人物專頁，營造體認中華文化的氛圍，並讓學生肯定自己的學習成果。

培養學生國民身份認同

示例三：善用電子學習平台

學校 C 利用學校的電子學習平台安排課業，並善用互聯網學習材料如有關語文、科學或歷史的學習短片或體藝節目等，布置多元化的課業包括演繹寓言故事、進行體適能挑戰、製作音樂影片或概念圖，讓學生自行選擇喜歡的方式展示學習成果。教師和同儕亦透過學習平台互相欣賞、鼓勵和評鑑，促進學生自我反思及追求卓越，培養自主學習的精神和能力。



反思與行動

- 你學校的課業在設計上有何特點？怎樣才能進一步改進課業的設計，誘發學生內在的學習動機，幫助學生學得更好？
- 搜集各科不同類型的課業設計，當中有哪些既富趣味、具挑戰性，又能啟發學生的學習動機和興趣？

6.4 課業質與量的平衡

課業的質比量更為重要，而當中的家課絕對不應過量，更不應是無意義和機械式的操練或抄寫。學校應安排多元化、適量而有效益的家課，給予學生充足的時間和空間，使他們樂意完成之餘，甚至誘發他們的內在學習動機，延展學習。為此，學校須整體規劃和定期檢視課業政策，確保課業的設計和安排能配合課程目標。課業形式愈趨多樣化，包括工作紙、預習、做筆記、資料搜集、閱讀報告、口頭練習、剪報、藝術創作等，學校須訂定機制如何持續優化課業質素，提醒教師總結過往經驗，兼顧質與量的平衡，運用專業知識作判斷，因應學習目標統籌課業的安排，盡量減少內容重複的課業，和適切減省整體課業的數量，以更有效鞏固和促進學生的學習。

示例四：優化課業設計，豐富學習經歷

學校 D 以往教授一年級英文科課題「顏色」時，教師會設計一張印有不同物件的工作紙作為家課，然後讓學生在家自己填上喜歡的顏色，並寫下一句英文句子作描述，教師在批改工作紙時評估學生的表現。



學生在課堂進行「以實物或圖片作演說 (Show and tell)」

在共同備課會議中，有教師提議在課堂引入輕鬆的學習任務結合不同課業，令整個學習經歷更有趣，學生更有動機學習。

教師每星期邀請不同學生在英文課進行「以實物或圖片作演說 (Show and tell)」的活動，融入了上述工作紙的內容。教師請學生在家裡找三件不同顏色的物件作為演說道具，並以準備課堂的演說作為家課，代替以往的工作紙。上課時，教師邀請不同學生作演說，介紹手上的物件。其他同學需留心聆聽及評估演說者的內容是否正確，並在教師帶領下給予回饋。當學生熟習演說的模式和內容後，教師利用小組學習，請學生把自己的物品與小組成員交換，並輪流在小組進行演說。最後每位學生需以英文句子寫下手上其他組員的物件，完成寫作後在小組作同儕互評，在課堂完結前交給教師作評估。

完成整個學習活動後，教師發現透過整合不同學習任務和課業設計，更能從不同範疇（聽、說、讀和寫）整體檢視學生學習成效，學生的學習表現亦較以往積極主動，亦能減省學生在家完成課業的時間。



想一想：家課的質與量和學習效能

在一個網上討論平台的小學家長群組，有以下的對話：

家長 A：「我兒子的學校真好，每天也最少有八項家課，他每晚都花很多時間在做家課，我不用擔心他躲懶，也不用替他溫習。但有時他也會抗拒做家課，要我督促他呢。」



想一想：家課的質與量和學習效能

家長 B：「我兒子的家課量不多，又沒有任何補充練習，他每天很快便完成家課。他花很多時間在自己感興趣的課題，有一次他完成中文課讀者劇場的劇本後，對中國不同朝代的人和事都很感興趣，便自己在網上找資料來看，又嚷著要我陪他到圖書館借閱圖書。雖然我起初有點懷疑他學的東西沒有用，但現在我很高興他找到感興趣的課題，而且更主動學習呢。」

家長 C：「你們不認為家課多或少，並不等於是否學得好嗎？我認為保持身心健康才可確保日後能繼續好好學習，所以我不會另外購買補充練習給女兒。平日有空閒時間我會和她一起在家做運動，這樣身心才能保持健康呢！」

你對以上的家長討論有甚麼看法？試從課業的質與量平衡、為學生創造空間、學生的學習效能和學習動機幾方面思考以上學校的家課安排。

- 家課量的多寡與學生學習效能或學業成績沒有確實的關聯，設計有效益的課業才能提升學生的整體學習成效。
- 課業的質比量重要，學校和教師要取得兩者的平衡，才能達到課業促進學生學習的效能和引發他們的學習動機。



反思與行動

- 有部分家長認為學校需要在長假期為學生每天安排家課，以免子女變得「懶散」；亦有家長認為長假期是讓子女好好休息的重要時間，學校不應為學生布置任何家課。
- 學校在布置長假期課業時，應按校情、學生和家長的不同需要作專業考慮，一方面需要照顧學生的學習，另一方面要確保學生有足夠的休息和個人成長的空間。
- 你學校會如何檢視長假期家課的安排，達至課業質與量的平衡？

6.5 對學生的指導與回饋

6.5.1 指導

- 教師需讓學生知道課業和家課的意義和目的，以及明白學校對課業的要求。有教師會與學生作討論，協助他們訂定期望自己達到的目標。
- 教師安排課業時，須提供充分的指導及說明，為學生的學習提供鷹架，讓學生清晰教師的要求和明白完成課業的方法。有教師會在課堂完結前，讓學生完成部分家課，亦有學校於時間表內設導修課，指導有需要的學生完成部分甚至所有家課，創造空間。
- 學校應設法鼓勵學生完成家課及讓家長知道他們在輔導子女家課時的參與及配合程度。若有學生經常不能完成家課，學校及教師應了解其背後的原因，並主動與家長協商，共同尋求解決方案。
- 學校應配合學生需要，提供不同支援，例如：「同儕互助計劃」、「大哥哥大姐姐計劃」；為有學習困難或未能跟上學習進度的學生，提供家課調適；在放學後設家課輔導小組等，都能有效支援有需要的學生。

6.5.2 回饋

- 教師應適時給予學生具體而具建設性的回饋，除了分數和等級外，也可多用評語以提供具體清晰的回饋。此外，亦可利用網上平台提供學習回饋，幫助他們懂得如何改進自己的學習表現，提升學習成效。
- 教師應給予針對性的回饋，評語應避免過於籠統空泛或嚴苛。
- 教師應訂定合適的批改準則，特別在學生書寫方面，在字形結構上並無錯誤的情況下，避免過於偏執或嚴苛。
- 教師應多勉勵及讚賞學生，肯定學生為學習而付出的努力，鼓勵他們養成勤勞的習慣，學習解難及發揮創意，並建立自信。

[有關課業的批改，可參閱分章五的附錄三「適切批改」]

- 同儕回饋可使學生學習如何評價自己及他人努力的成果，亦有助培養他們的同理心，能欣賞他人與接納不同意見的正面態度。

- 教師應鼓勵學生自評，了解自己的不足，從而調節學習計劃和策略，增強對學習的擁有感。
- 設計學習任務時可考慮讓家長參與回饋。家長的肯定及支持，可激勵學生奮發進取，並促進親子關係。
- 多方面的回饋有助推動「作為學習的評估」，讓學生在課業以至整個學習經歷中不斷求進，追求卓越。

[有關回饋和同儕及自評的部分，可參閱分章五第 5.3.2 節——深化與連繫「促進學習的評估」與「作為學習的評估」及其附錄四「優質回饋」]



想一想：優質的回饋

你認為以下的教師回饋能符合上述哪些主導原則？這些回饋能怎樣具體地幫助學生有效學習？

- 「我很喜歡你的文章『香港公園遊記』！你能善用步移法描寫參觀經過，對景點的描寫很仔細，讓讀者留下深刻印象。我很期待下次閱讀你的文章呢！繼續努力！」
- “Good effort! Your story is easy to understand. You may use dialogues to make it more interesting. It is encouraging to know that you have checked your writing before handing it to me.”
- 「你這次用了分割法去計算這個多邊形的面積，你認為用填補法會否更合適？試試看！」
- 「你跑步時有擺動雙手，做得很好！但切記不要以腳跟着地，這樣很容易會傷到關節及韌帶。細心看看我的示範，再試試看。」



反思與行動

- 就課業指導方面，你的學校可以如何因應學生的不同需要或多樣性，進一步加強學習支援？
- 你的學生通常在課業上遇到甚麼困難？學校如何幫助學生解決困難，學得更好？
- 教師在批改課業時，有否對應課業的學習目標和學生能力，從專業的角度訂定恰當的課業要求，避免過於嚴苛？
- 教師在給予回饋時，有否靈活地運用鼓勵及讚賞，增加學生持續改進的動力？

6.6 制定和完善適切的校本課業政策

學校須定期檢視校本課業(包括家課)政策，因應學生及課程發展的需要，整體調整課業的布置和模式；並應就課業的質量、設計、類型及均衡性，安排教師作專業交流。

當中有關校本家課政策的安排，學校亦應與不同持份者包括教師、家長、輔導人員或教育心理學家及學生充分溝通，聆聽他們的意見。制定、檢視和持續優化校本家課政策時，應注意以下事項：

- 須主動為學生創造空間，促進他們的全人發展；必須考慮家課質與量的平衡，讓學生在課後有餘暇參加有益身心的社群或課外活動，發展個人興趣，以及有充足的休息和睡眠時間，建立活躍健康的生活方式。
- 善用假期促進自主學習，安排學生在長假期完成適量的自學任務(如：閱讀、參加體育活動、網上學習、參觀考察)，以代替傳統的書寫課業及補充練習，甚至盡量減少安排課業，讓學生善用假期充分休息或發展個人興趣，以免他們在假期內因忙於完成課業而缺乏閒暇及舒展身心的時間。
- 課業設計應能達到學校課程的目標，如：培養學生閱讀習慣及責任承擔；同時須配合不同年級學生的需要，如：初小早期(尤其是剛升上小一的學生)應盡量安排簡單的家課，較高層次的研習技巧可在高年級循序漸進地滲入家課，讓學生逐步掌握。

- 學校應按校情及學生的需要，靈活編排時間表，並盡量在下午安排導修時段，讓學生能在教師指導下完成部分家課，以照顧學生的多樣性。在未有安排導修時段的上課日，學校應酌情減少當天的課業量，以創造空間讓學生享受餘暇休息及進行體藝活動等，促進他們身心均衡發展。
- 學校須注意家課的布置和安排，包括制定校本協調機制，適當協調各科在不同班級的家課分配，如：安排班主任與科任教師商議同一時段的家課量或繳交家課的日期，以免學生的家課過量，並監察執行和成效，為學生創造更大空間，以推動全人發展。
- 學校應在學年初，向家長及學生詳細解釋家課政策及具體實施安排，並將有關政策上載到學校網頁，供家長及公眾查閱。學校亦須定期（每學年至少一次）通過不同渠道（如：情意及社交表現評估套件（APASO）和家長日等恆常的接觸），蒐集持份者（包括教師、學生、家長）的意見，以檢視及優化校本評估及課業政策，並因應校情、學生和家庭背景訂定相應的策略，支援有需要的學生和家長。
- 學校宜經常與家長溝通，幫助他們明白家課的目的，說明家課的質比量更為重要，以取得他們的理解及配合。當學生在完成家課方面出現問題時，學校或教師應盡早通知家長，以便找出解決方法。

6

以下是一些推行校本家課政策可能遇到的情況及可行做法：

情景	可行做法
教師在批改家課時發現部分學生沒有完成整份家課，把困難的部分留空。	學生對該課題可能未完全掌握或由於其他因素（如：缺乏家庭支援等），令他們未能完成家課。學校可安排導修課讓學生向教師提問及完成大部分家課，或鼓勵教師在課堂騰出部分時間講解及讓學生試做較困難的部分。
有部分學生家庭的社經地位較低，未能在學業和學習資源上支援學生學習。	學校須注意學生的背景，可在課業設計上作調整，避免過多需要不同資源才能完成的課業（如：需額外購買電子器材、網上帳戶等），或提供課後支援予有需要學生（如：向學生借用器材、開放學校電腦室和圖書館、功課輔導班等），以及盡量減少需要家長協助下才能完成的課業。教師亦應主動了解個別學生需要，提供適切的支援。
家長發現部分日子家課太多或集中同一天遞交，如恰巧遇上默書或測驗，擔心子女沒有足夠時間溫習。	<p>學校可從家課政策著手，提醒教師避免集中於同一天（如：周五、假期或測驗前）布置大量家課，並鼓勵教師靈活處理學生呈交家課的日期。部分學校會訂明在測驗周不布置家課，減輕家長和學生在學業上的擔憂。</p> <p>學校亦可在家課政策中委任教師每天協調家課量或家課遞交日期，例如：安排班主任每天在導修課時段整體檢視當天的家課布置，因應實際需要為學生調配家課，為學生創造空間，完成課堂後由班主任通知相關科任教師。</p> <p>學校宜設立不同渠道，與家長保持緊密溝通，讓家長在有需要時向學校反映意見並尋求支援。</p>

學校應參閱教育局通告第 18/2015 號家課與測驗指引——不操不忙 有效學習：

<https://applications.edb.gov.hk/circular/upload/EDBC/EDBC15018C.pdf>



示例五：優化校本課業政策

學校 E 訂定清晰的課業政策，包括課業的目的、設計和布置課業的原則和建議、課業的種類等，並於學期初透過校務會議讓全體教師知悉，以及列載於學校的教師手冊內供教師參閱及執行。學校亦在學年初向家長和學生詳細解釋學校課業政策，特別讓他們明白家課的目的，促進學生學習。

學校持續優化校本課業政策，一年三次定期於家長日後的一星期，進行學生家課安排的統計，亦會抽樣與小部分學生進行面談，了解他們做家課的想法（如：喜歡做甚麼類型的家課、遇到甚麼困難等），並把有關分析及記錄於學校會議向全體老師報告，好讓老師把握及了解學生做家課現況，從而作出跟進及調整。

為照顧學生的多樣性，學校設有機制照顧個別在家課遇到困難的學生，提供小組 / 個別的家課支援。如有需要，學校人員如：科任教師、科主任 / 課程統籌主任、教育心理學家等，會就個別學生的情況與家長進行會議，提供專業的意見，尋求不同的方案包括個人化的家課調適、減少部分書寫家課或容許更多時間讓學生完成家課等，以有效支援個別學生。



反思與行動

- 你的學校如何為教師訂定課業設計和布置原則？怎樣進一步幫助教師在課業設計的質與量取得平衡？
- 你的學校為各級學生每天布置的家課量適當嗎？不同科目的教師可如何互相協調，以確保給學生的家課量不會過多，讓他們有足夠空間休息、享受家庭生活，以及進行體藝活動？
- 為照顧學生的不同學習進度，有學校會因應學生的實際需要，在與家長充分溝通下，以個別模式處理。你認為這做法值得借鑑嗎？

示例六：優質課業分享會

學校 F 的課程統籌主任因應三年發展計劃中的關注事項「進一步提升學生的創意思維」，與科主任商討透過下列措施促進教師設計更優質的課業：

- 在分級科目會議，級統籌教師帶領同級教師討論、檢視，揀選一至兩份該學期有關「發展學生創意思維」的優質課業設計，並於科目會議中分享設計理念和學生作品。
- 在科目會議，科主任按小一至小六級統籌教師分享課業設計，引導所有科任教師討論及反思優質課業設計（尤其是創意思維）的元素，並據此檢視及優化課業的縱向規劃和連繫，確保課業配合學生的學習能力和需要。
- 在課程發展會議，安排時段讓各科主任向全校教師分享兩份（第一學習階段和第二學習階段各一份）優質課業。透過學校課程領導的帶領，讓教師一方面了解學校不同科目課業設計的理念和發展步伐，落實和完善校本課業政策，另一方面開拓他們的視野，促進專業成長。



處理學生家課壓力的迷思

有人認為現時部分小學生放學後可能要花很多時間才能完成家課，導致他們感到壓力。所以有意見認為應實施一些減輕小學生作業負擔的措施包括小一、二年級劃一取消書寫家課，為不同年級學生設家課時數上限、安排所有教師作課後支援等。另外有意見認為香港應參照其他國家／地區的措施，為全港學校劃一訂定學生每天做家課的最高時數，或規定學校安排「無家課日」等，便能減輕他們的學習壓力。你認為可行嗎？

- 學校普遍認同家課在學與教的過程有其正面的教育功用，不應簡單地將家課等同學習壓力。
- 家課量並非主要及唯一的因素影響學生完成家課所需的時間，而影響學生對於家課會否感到壓力的背後涉及不同因素，包括學生能力或家庭支援方式不同等。學校可為有需要學生提供學習支援，幫助他們解決家課疑難。
- 其他國家／地區的課程架構、教學和評估政策的制定，均建基於其獨有的社會文化、背景及經濟等因素；香港亦不例外，故不應簡單比較不同地方的處理方式或直接套用。
- 如為學校訂定家課「一刀切」的硬指標，難以為不同學習需要的學生帶來有效益的學習，因此並不合適。學校和教師應訂定和執行適切的校本課業政策，按校本情況和學生的學習需要作專業決定。事實上，部分學校會收集學生做家課的數據和資料，配合學校課程和學與教現況的檢視，訂定合適的校本家課時數供教師參考。如個別學生有學習困難，應與家長保持良好的溝通，彈性安排課業。

為協助學校訂立切實可行的目標及採取具體的行動落實促進學生身心健康的措施，教育局鼓勵全港公營學校及直資學校參加《4Rs 精神健康約章》（《約章》），由2024/25 學年起貫徹執行《約章》內各項推廣學生精神健康的措施，包括訂定適切的校本課業政策，平衡課業的質和量。

詳情請參閱教育局通函第 60 /2024 號「校園 · 好精神」《4Rs 精神健康約章》及《4Rs 精神健康約章》專頁。

6.7 家長在課業方面擔當的角色

學生主要在家中完成家課，學校必須讓家長明白，他們在幫助學生培養良好習慣和學習技能方面，扮演著一定的角色。校方應透過不同渠道與家長保持溝通，例如：家長教師會、家長晚會、家長日、通告、學校網頁資訊及流動通訊應用程式群組等，向他們建議各種指導子女完成家課的方法及所擔當的角色。

- 學校應幫助家長明白家課的學習目標和學習重點；提醒家長不應過分協助子女完成家課，或過分仔細檢查家課並要求他們反覆修改至「完美無瑕」，以培養子女從小懂得承擔學習責任及盡力做好的態度，以及明白「自強不息」的道理。
- 家長對子女應有合理的期望和要求，多了解子女的困難及需要，以便適時尋求支援；也要多關心子女，多欣賞及肯定他們的努力。當子女遇到挫折，應予以接納和鼓勵。
- 家長要讓子女有充足時間休息和進行課餘活動，例如：閱讀、運動、遊藝等，適度地為子女創造「留白」的生活空間，讓他們作自主的安排，發展多元潛能，讓他們身心均得到全面和均衡的發展。
- 家長應善用不同的溝通渠道，與教師保持連繫，並透過教師給學生的家課回饋，多了解子女的長處及短處，從而協助他們自主學習並作出改善，進一步發揮所長。如遇到困難，家長可與學校主動溝通，尋求解決方法。
- 家長可在家協助子女認識個人在學習及自我照顧方面的責任，並培養自我管理的能力。例如：家長可提醒子女善用手冊內的「家課日誌」（見圖 6.1），先計劃做各項家課的先後次序，完成每項家課後加上標示，再依照家課日誌及上課時間表自行收拾書包，以培養子女的責任感及時間管理技巧，亦有助於子女減輕書包重量，建立健康的生活方式。

手冊家課日誌

日期：四月八日

(星期 三)

科目	家課		
中文	作業 (十二)	②	✓
English	Writing	①	✓
數學	作業 Ex10	③	✓
	明天帶一種容器實物或圖片		
人文	明天不用帶作業		
其他	明天帶木顏色		
	依家課冊及時間表收拾書包		✓
	學生簽署：		
家長及 教師通訊		家長 簽署	

學生在家課冊上分別以數字及符號標示處理家課的先後次序及已完成的項目。

學生依家課冊及上課時間表自行收拾書包，完成後於手冊上標示及簽署。

圖 6.1 手冊內的「家課日誌」

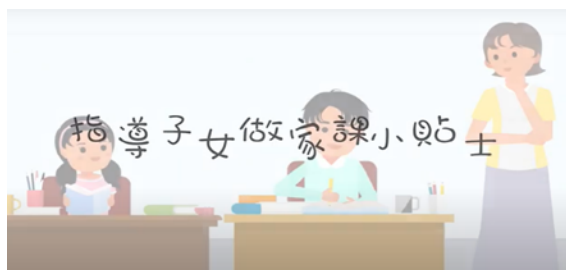
教育多媒體影片：不操不忙 [按此[超連結](#)到影片]

透過短片讓教師和家長思考家課的質與量和為學生「留白」的重要性。



- 家長可參考家長智 Net 影片：「指導子女做家課小貼士」，配合學校的家課安排，促進子女的學習，發展潛能，並協助子女從小養成良好的學習習慣及承擔責任。

家長智 Net 影片：指導子女做家課小貼士 [按此[超連結](#)到影片]
影片中會提供指導子女做家課的小貼士，讓家長能夠支援小朋友做家課。



- 家長可參考《如何協助子女減輕書包重量》單張，培養子女收拾書包的習慣，以提升子女的自我管理能力，同時也能避免書包過重。

家長單張：《如何協助子女減輕書包重量？》

[按此[超連結](#)到家長單張]

就減輕書包重量提供一些可行的建議，供家長參考。



教育多媒體影片：書包也減肥 [按此[超連結](#)到影片]

透過短片介紹過重的書包對學童健康帶來的不良影響，以及學童背書包時要注意的地方和選擇書包的要点；並提出家長及學校可通力合作，減輕學童書包重量。





反思與行動

- 就課業政策方面，你的學校有何改進學生學習的新建議措施？
- 教師、家長及學生各方應怎樣合作，才能幫助學生藉課業促進學習果效？

參考資料

教育局 (2015)。教育局通告第 18/2015 號家課與測驗指引——不操不忙 有效學習。香港：教育局。取自 <https://applications.edb.gov.hk/circular/upload/EDBC/EDBC15018C.pdf>

中華人民共和國中央人民政府 (2021 年 7 月 24 日)。中共中央辦公廳國務院辦公廳印發《關於進一步減輕義務教育階段學生作業負擔和校外培訓負擔的意見》。取自 http://big5.www.gov.cn/gate/big5/www.gov.cn/zhengce/2021-07/24/content_5627132.htm

相關網址

Supporting Children at the Primary Level to Learn English Effectively

https://www.edb.gov.hk/en/curriculum-development/kla/eng-edu/references-resources/parents_tips.html

所列參考資料非遍舉無遺，以上只列出部分，以供讀者參考。