

# “195學日”的 計算方法與要求

文 | 由教育暨青年局教育研究暨教育改革輔助處提供

《**課**框》（全稱《本地學制  
正規教育課程框架》）於  
2014/2015學校年度起率先實施“195學日”  
的規定，其具體內容如下：

每個學校年度（指每年九月一日至  
翌年八月三十一日的期間），學校實  
際進行教育活動的總時間不得少於一  
百九十五學日。但小學教育六年級、初  
中教育三年級及高中教育三年級在遵守  
相應教育階段的課程發展準則及教育活  
動總時間的前提下，不受上述所指的學  
日數目限制。

## 什麼是教育活動？主要包括哪些 活動？

“教育活動”是指由學校按預定計劃組織  
的、教育者（即教師或導師）及學生共同參  
與的、旨在促進學生身心發展的活動。

具體可以包括：

**1. 教學活動：**是指教育者按照一定的教學目  
的及教學計劃，透過有關的教學內容及教學方  
法，指導學生學習知識，發展能力，養成良好  
的態度及價值觀的教育活動，主要包括課堂教  
學及考試或評核。

**2. 餘暇活動：**是指教學活動以外的另一類教育  
活動，旨在根據不同基礎的學生的需要，充分  
發展其潛能、個性及各種有益的興趣，促進其  
全人發展及自我實現。

**3. 其他教育活動：**是指教學活動及餘暇活動  
以外的教育活動。（例如：開學禮、結業禮、  
校運會、旅行日、國防教育營、藝術教育計  
劃……）

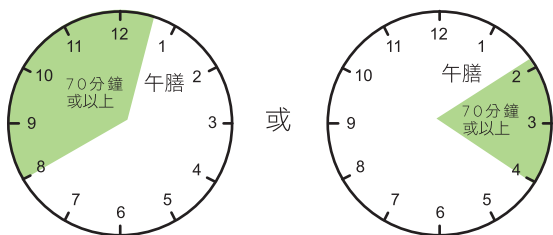
這裡要特別注意，《課框》所規定的教學活  
動、餘暇活動及其他教育活動，都是學生必須參

與的（即學生不可選擇不參加），且不額外收取費用的活動。舉例如學生自由參加，且須另外收費的午膳、督課等活動，均不計算入《課框》時間之內，當然也不計入“195學日”內。

### 怎樣計算“學日”？

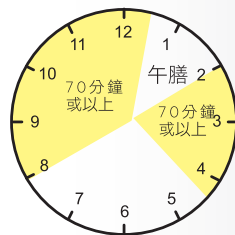
計算“學日”必須先清楚以下概念：

1. **“半學日”**：在午膳時間之前又或在午膳時間之後，提供不少於七十分鐘教育活動的，視為半學日。見圖一。



圖一：半學日示例（考試日、其他教育活動日除外）

2. **“一學日”**：在午膳時間之前和午膳時間之後，各提供不少於七十分鐘教育活動的，就是一學日。見圖二。



圖二：一學日示例（考試日、其他教育活動日除外）

“學日”的計算，必須注意以下兩種特別情況：

- (1) 在每學期末或每段末的考試或評核日，每個考試日均視作一學日。  
(即不論時間長短，均以一學日計算。)
- (2) 其他教育活動日在一日中達七十分鐘或以上者，視為一學日。  
(即不用考慮午膳前、後，一天內達70分或以上即計算為一學日。)

舉例如下表 1, 2, 3：

表 1：學校A每周一至周五進行常規的教育活動，上午8:10 - 12:00，下午 2:10 - 4:10。

月份	日期							事項	
	日	一	二	三	四	五	六	活動	學生假期
9月	1	2	3	4	5	6	7	2/9 開學禮 (10:00 - 11:30)	10/9 教師節 20/9 中秋節翌日
	8	9	10	11	12	13	14		
	15	16	17	18	19	20	21	3/9 正式上課	
	22	23	24	25	26	27	28		
	29	30							
本月份：教育活動19學日（教學活動18學日，其他教育活動1學日）									

表 2：學校B每周一至周五進行常規的教育活動，上午8:10 - 12:00，下午 2:10 - 4:10  
且在周六上午（9:00 - 11:00）進行餘暇活動。

月份	日期							事項	
	日	一	二	三	四	五	六	活動	學生假期
9月	1	2	3	4	5	6	7	2/9 開學禮 (10:00 - 11:30)	10/9 教師節 20/9 中秋節翌日
	8	9	10	11	12	13	14		
	15	16	17	18	19	20	21		
	22	23	24	25	26	27	28		
	29	30						3/9 正式上課	
本月份： 教育活動21學日（教學活動18學日，其他教育活動1學日，餘暇活動2學日） 說明：餘暇活動為 $4 \times 0.5 = 2$ 學日。									

表 3：學校C每周一至周五的上、下午，以及周六上午進行常規的教育活動，且周六  
也為常規的教學活動。上午8:10 - 12:00，下午 2:10 - 4:10。

月份	日期							事項	
	日	一	二	三	四	五	六	活動	學生假期
6月	1	2	3	4	5	6	7	9-14/6 期末考試 23/6 派發成績表	2/6 端午節 11/6 期末考試溫習日 (期末考試後，除個別 學生回校參與綵排活 動外，其他學生不用 回校。)
	8	9	10	11	12	13	14		
	15	16	17	18	19	20	21		
	22	23	24	25	26	27	28		
	29	30						25/6 畢業班補考 26/6 結業禮 (非畢業班學生參加) 30/6 畢業禮(畢業班學 生參加)	
本月份： 教育活動11.5學日（教學活動4.5學日，考試日5學日，其他教育活動2學日）									

- 註：1. 由於6月25日補考並非面向全體學生，故不予計算。  
2. 非畢業班學生參與6月26日活動，而畢業班學生參加6月30日活動，故對全體學生而言，合計為1學日。

**對於小學六年級，初中三年級及高中三年級而言，雖然可不用遵守“195學日”的規定，但有沒有其他具體的要求？**

小學教育六年級、初中教育三年級及高中教育三年級，必須在遵守相應教育階段的課程發展準則，以及教育活動總時間的前提下，才可以不遵守“195學日”的限制。

舉例而言，小學教育的課程計劃表對於小

學教育階段的各科目及餘暇活動的時間規定如表4：


小學六年級雖然不必遵守“195學日”的規定，但由於小學教育一至六年級的各科目總教學時間、餘暇活動總時間等已有規範；所以，小學六年級實際進行教育活動的日數，可通過表4所指時間的滿足而獲得保障，具體有關各科目課時的計算，可參閱本期另篇《課程計劃表的內容與落實。》

表4：小學教育課程計劃表

一至六年級					
	學習領域	科目	小學教育階段各科目的教學活動時間(分鐘)	每周的教學活動時間(分鐘)	小學教育階段的教學活動總時間(分鐘)
教學活動	語言與文學	第一語文(教學語文)	49920-83200	1080 至 1400	224640 至 291200
		第二語文	41600-58240		
	數學	數學	33280-49920		
	個人、社會與人文	品德與公民	不少於8320		
		常識	不少於33280		
	科學與科技	資訊科技	不少於8320		
	體育與健康	體育與健康	不少於16640		
	藝術	藝術	不少於33280		
	其他科目		0-66560		
餘暇活動		小學教育階段不得少於14240分鐘			
其他教育活動		教學活動及餘暇活動以外的教育活動			