

臺南市 107 年度國小學生獨立研究競賽作品

作品名稱：學習時間安排之研究-
以臺南市○○國小為例

編號： (由承辦單位統一填寫)

摘要

本研究結合上課時數、課後補習、學習效率等要素，使用問卷調查的方式進行國小學童學習時間安排之研究。結果如下：

一、瞭解國小學童對於現行上課時數之看法。

學生希望早上能擁有充裕的時間，偏好 9 點上學。學生普遍希望能縮短上課時數，不認同上課時數越長越有競爭力。上課時數若縮短，會善用時間運動，或是把握時間多讀書、學習才藝。高年級學生雖然課業壓力較大，但生活作息大多正常。

二、探討課後補習、上課時數與學習成效之間的關聯性。

高年級學生大多有參加補習，普遍認為如果有補習該科成績就會進步。許多學生從一年級就開始補習，偏向補英文、數學，六年級學生由於升學壓力，參與國中先修班的人數較多。對於上課時數縮短會增加課後補習時間意見分歧，這也許是因為課後補習是由父母所安排。

三、探討國小學童對於學習成效之認知。

多數高年級學生在上課時會盡可能專注，六年級學生較重視課業成績，會熬夜準備考試。學生對於睡眠有強烈的需求，需要睡 7~8 小時甚至是睡到自然醒隔天才有好精神。學生普遍認為讀書的目的在求取知識，學習對自己是有用的，能設定學習目標，遇到疑難傾向請教師長或同學。大家普遍認為縮短上課時數可以增加學習成效。

壹、研究動機及目的

一、研究動機

五年級上學期資優班的獨立研究課程中，老師教我們認識各式各樣的研究方法，希望我們試著構思研究主題，我們想了很多題目，卻遲遲無法決定。

我們從新聞上看到學生在公共政策平台上提議要縮短上課時數，我們的身分是學生，上課時數的長短與我們息息相關，因此我們對這個議題非常感興趣。臺灣學生的平均上課時數很長，再加上課後補習的時間，我們當中有些人回到家都已經 8、9 點了，我們思索上課時數若改變會有甚麼影響？如果把上課時間縮短一點，上課會不會比較有效率呢？大家都在補習，補了習成績真的會比較好嗎？我們心中產生了這些疑問，對於學習時間安排這個主題想做更進一步的研究。

二、研究目的

1. 瞭解國小學童對於現行上課時數之看法。
2. 探討課後補習、上課時數與學習成效之間的關聯性。
3. 探討國小學童對於學習成效之認知。

貳、文獻探討

一、上課時數

臺灣許多民眾認為，學生的上課時數過長，有人就在國發會「公共政策網路參與平台」上提案，將「高中及國中小上課時間改為 9 點到 15 點」，並且已經達到連署標準的 5000 人，教育部必須在 2018 年 1 月 24 日前回應。提議者表示，台灣為全球上課時間最長的國家，一共為 10 小時，而學生卻因為上課時間過長、家長安排補習時間過長，造成學生 1 天只能睡 5 至 7 小時，導致學生去學校時無法專心學習，且未達到 1 天睡 9 至 10 小時之標準，影響小孩發育，希望能夠藉由縮短上課時數減輕學生的負擔。有人持反對意見，認為太早放學反而增加家長的困擾。上學時間延後，補習時間跟上床時間也延後，只會惡性循環(自由時報，2017)。

教育部國民及學前教育署組長韓春樹回應，因新課綱已訂定每週 35 節課，若朝 9 午 3 僅能上 25 節，足足少了 10 節會影響基本學力，且也無法配合一般家長上下班時間，此案日後可以再研究，但現階段不易調整，仍先維持現狀，國教署也鼓勵各校延後至 8 點上學(自由時報，2018)。

二、課後補習

(一)何謂課後補習

所謂的課後補習，是指國小學童於學校放學後所參加的學習活動，包括學科加強、學校課業輔導、各種才藝學習、體能活動訓練等。而本研究只針對課後補習中的課業補習班。課業補習班是指學童放學後到補習班接受學校教育中所教授科目的加強複習或加深加廣的補充。

(二)補習教育的意義

由於受到教育政策多變，造成更大的升學競爭壓力；全球性的經濟不景氣引發一職難求，失業率升高；少子化現象讓現代的父母竭盡所能的培育自己的孩子，希望孩子「贏在起跑點」。課業補習多發生在國小高年級階段，國小五、六年級的學生因為課業壓力逐漸繁重，加以部份家長多希望學童在進入國中前，已具備國中生的學習基礎和提早適應國中生活，所以會將高年級的學童送往「文理補習班」或「國中先修班」進行國中先修的課程，其次為才藝補習班。而家長讓子弟參加外與補習班之動機前三項目為因應未來升學的需要、學校課程太簡單，另外參加補習班來加強、及子女對外國語言有興趣。

鄭素美(2010)的研究結果指出，國小家長讓學童參加課後托育補習的根本動機是：在同儕競爭方面，為了提升孩子的基本能力，課後的加強學習實屬必要。在安全動機方面，兒童放學後到父母下班前這段時間亟需成熟大人的生活照顧，讓兒童生命中多了重要的他人，甚而給予必要的楷模學習的對象。在家庭因素方面，雙薪家庭父母無暇或無力輔導孩子的課業。在環境因素方面，家

長不希望孩子在課後放學這段寫作業的黃金時間接觸到不良場所或吸收不量知識。在課後托育機構中，兒童有機會和年齡相仿的同儕發展人際關係和親情撫慰的機會，促進社會行為的發展。

三、學習成效

學習成效一般而言，是指在學習的動作告一段落之後，對學習者實施各種類型的評量測驗，由評量測驗的結果便可了解到學習者對於學習內容的理解度多寡。除此之外，還包括了學習者本身的學習認知及經由學習後能應用於工作上的程度。也就是說，學習成效是衡量學習成果的指標，也是學習品質評估中最主要的項目之一，學習成效會受到學習者個人因素、學習型態、教材內容、教學、學習環境等因素的影響(林盈伶，2006)。

根據美國《TIME》雜誌報導，美國小兒科醫學會已呼籲全國中學，將上學的時間延到早上八點三十分以後，以便讓青少年有較充足的睡眠，避免睡眠不足造成的不良影響。若缺乏充足睡眠，將影響學習能力。睡眠不足的青少年，學習能力不佳，美國許多國、高中實施延後上學後，也證實學生曠課人數減少、專注力提高、成績也變好了。目前比較推崇的是英國孩子 9 點到校的上學時間，因為孩子現在每天 20 時 30 分上床睡覺，可以睡到隔天近 8 點自然醒，再慢慢準備去上課，這樣父母和孩子都可以睡得比較飽，精神也比較好，學習自然更有效率(親子天下，2015)。

參、研究過程與方法

一、研究架構

本研究之架構圖如圖 3-1 所示，工作項目有六大步驟，分述如下：

1. 確定研究主題：本次研究主題為「學習時間安排之研究」，以臺南市某國小高年級為例。
2. 蒐集相關文獻：本研究試著蒐集國小學童學習時間安排之相關文獻，分為上課時數、課後補習即及學習成效三部分。
3. 問卷調查：本研究針對本校高年級學生做問卷調查，共發出 273 份問卷，回收有效問卷 207 份，有效問卷回收率為 75.8%。
4. 整理調查結果：回收所有問卷後，集中人力，統計調查結果，繪製相關圖表。
5. 撰寫研究報告：針對問卷統計結果進行分析，配合研究目的，得到研究結論。
6. 成果發表：完成研究報告後，製作 PowerPoint 簡報檔，完整呈現研究結果。

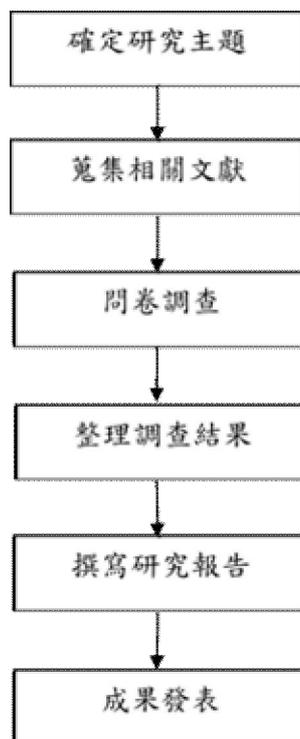


圖 3-1 研究架構圖

二、研究過程留影



1. 認真練習教師晨會發放問卷介紹詞



2. 戰戰兢兢的向老師介紹研究主題



3. 鼓起勇氣到高年級各班發放問卷圖



4. 大家同心協力，開始整理各班問卷



5. 看我們多認真整理問卷並登記結果



6. 整理手邊資料，努力撰寫研究報告

三、研究方法

以問卷調查方式研究，抽樣對象及研究工具說明如下：

1.研究對象：臺南市某國小五、六年級學生。

經過本校高年級教師同意協助，安排時間至五、六年級各班發放問卷，請同學幫忙填寫問卷。本研究總共發出 273 份問卷，回收有效問卷 207 份，回收率為 75.8%。

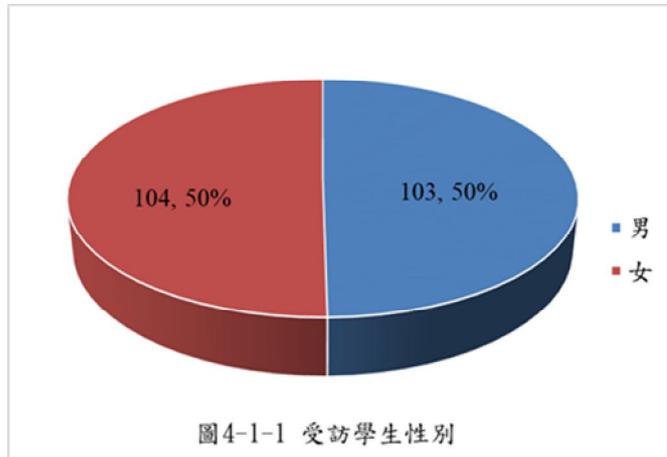
2.研究工具：

採用自編「國小學童學習時間安排之研究」問卷進行調查。問卷內容分為兩部分，第一部分為研究對象基本資料，第二部份為問卷內容，分為「對於現行上課時數之看法」、「課後補習、上課時數與學習成效」、「對於學習成效之認知」三部分。

肆、結果與討論

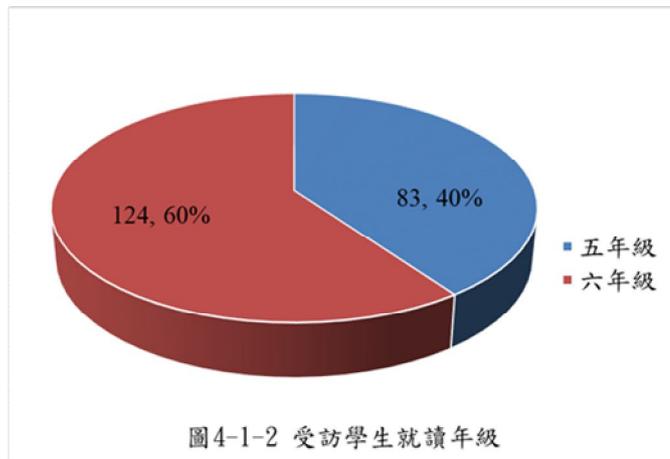
一、研究對象基本資料分析

1.性別：



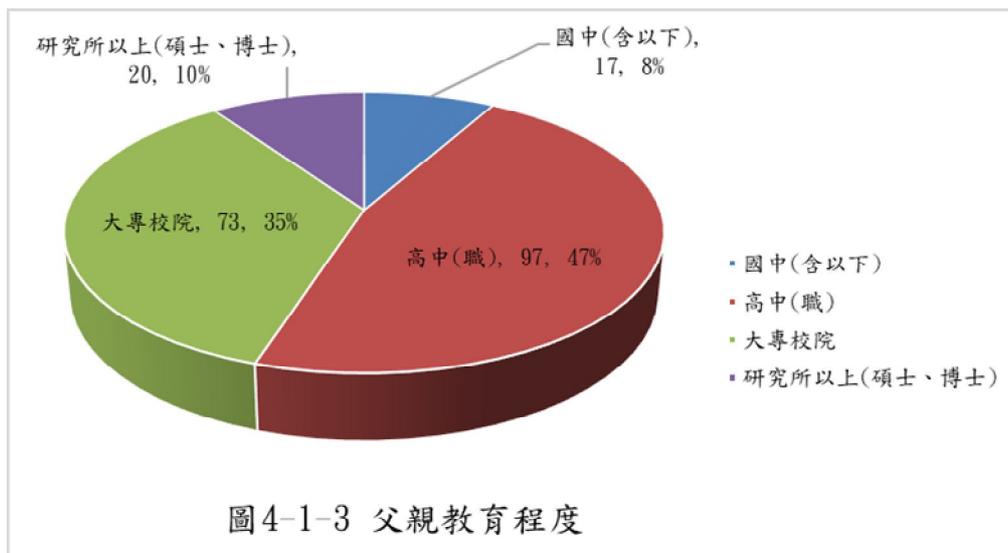
本研究對象中，男學生為 103 人(50%)，女學生為 104 人(50%)。

2.就讀年級：



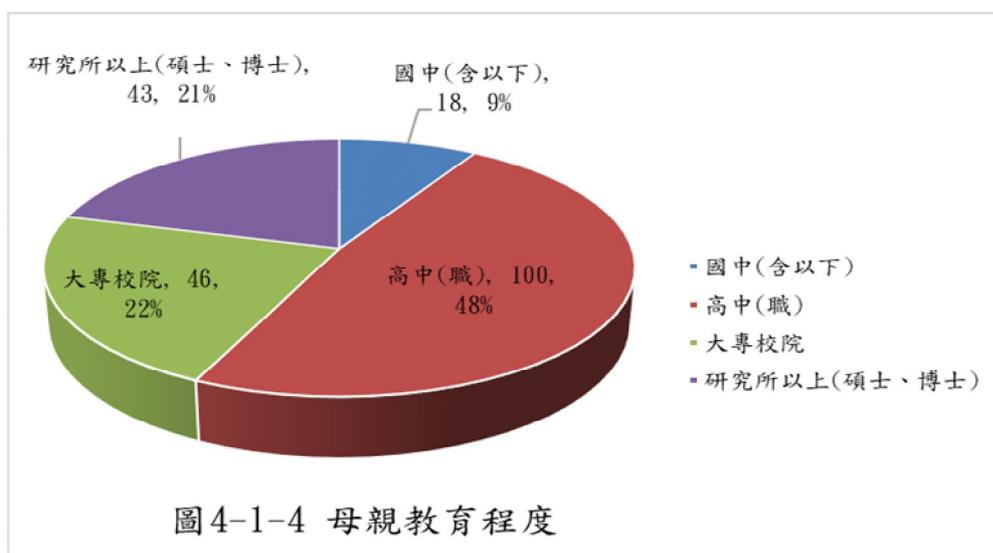
本研究對象中，就讀五年級者有 83 人(40%)，就讀六年級者有 124 人(60%)。

3. 父親教育程度：



教育程度在國中(含以下)者有 17 人(8%)，高中職有 97 人(47%)，大專院校有 73 人(35%)，研究所以上有 20 人(10%)。

4. 母親教育程度：

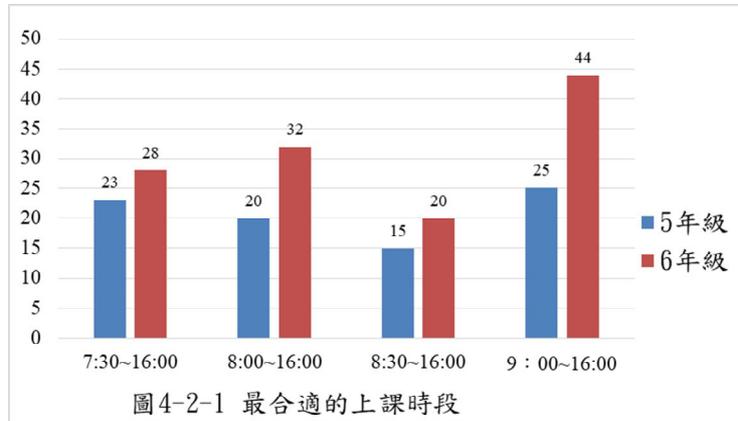


教育程度在國中(含以下)者有 18 人(9%)，高中職有 100 人(48%)，大專院校有 46 人(22%)，研究所以上有 43 人(21%)。

二、問卷內容分析

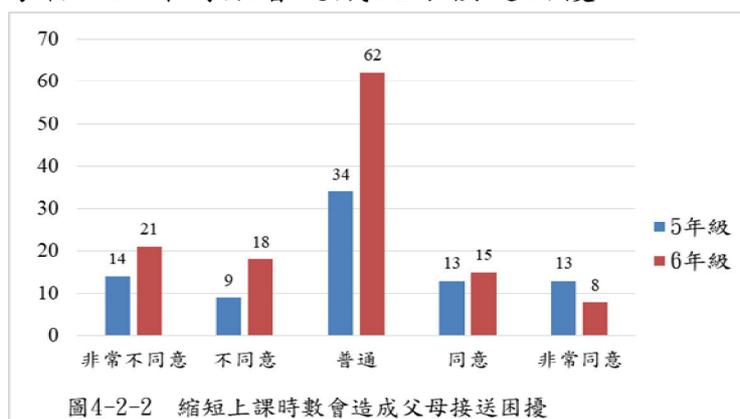
(一)國小學童對於現行上課時數之看法

1. 學生認為最合適的上課時段：



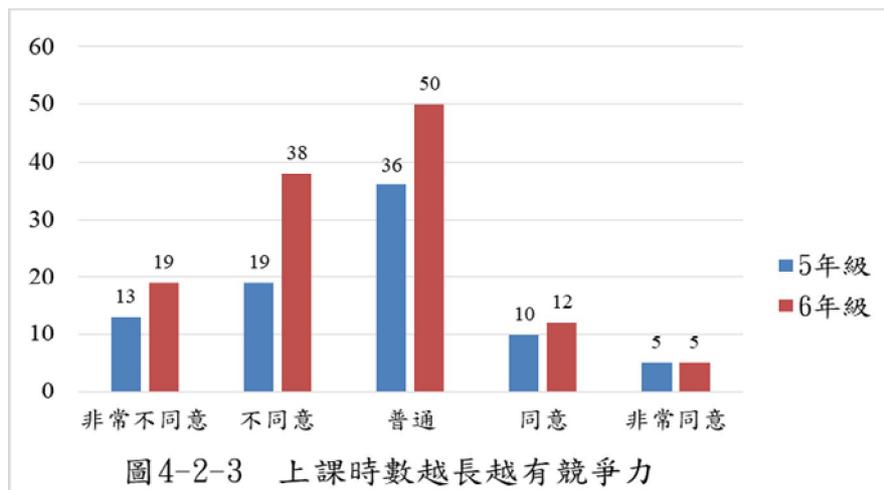
五、六年級學生皆偏向 9:00~16:00 上課，人數分別為 25 人(30%)、44 人(35%)。選擇 8:30~16:00 上課者最少，人數分別為 15 人(18%)、20 人(16%)。我們推論，學生希望早上能擁有充裕的時間，挑選 9 點上學，不然則依照原訂上課時間 7:30 或是 8:00，8:30 這個時間點反而不受青睞。

2. 學生認為縮短上課時數會造成父母接送困擾：



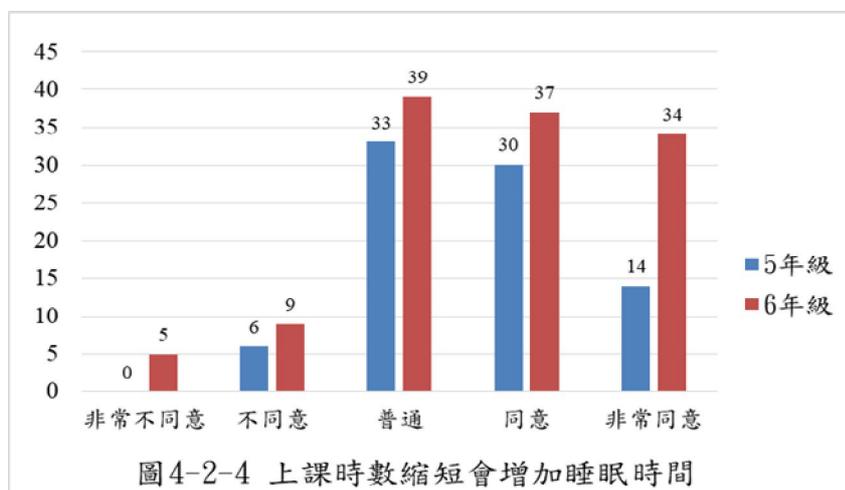
五、六年級學生皆偏向普通，分別有 34 人(41%)、62 人(50%)，其次皆為非常不同意，分別有 14 人(16.9%)、21 人(16.9%)。我們推論，學生普遍希望能縮短上課時數，對於父母接送問題反而沒有加以考慮。

3. 學生認為上課時數越長越有競爭力：



五、六年級學生的看法一致，皆偏向普通，分別有 36 人(43%)、 50 人(40%)，其次為不同意，分別有 19 人(23%)、38 人(31%)。我們推論，上課時數越長，學生的課業壓力不減反增，增加的課業壓力遠大於競爭力，因此對於這個問題，學生多抱持普通及不同意的看法。

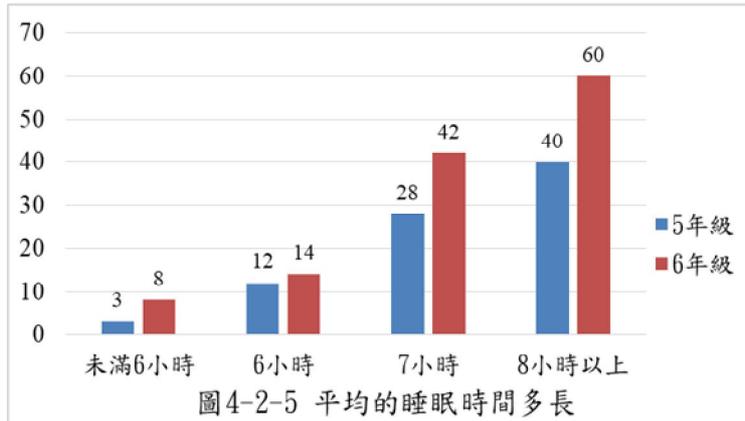
4. 學生認為上課時數縮短會增加睡眠時間：



五、六年級學生的看法一致，答案皆集中在普通、同意及非常同意。

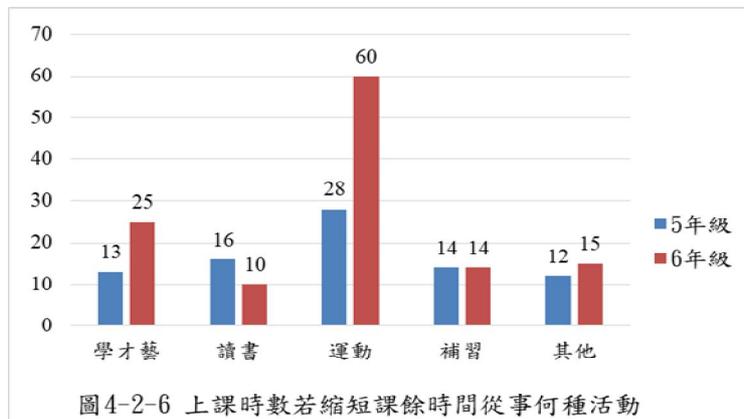
五、六年級學生選普通者最多，分別有 33 人(40%)、39 人(32%)，其次為同意，分別有 30 人(36%)、37 人(30%)。學生普遍同意縮短上課時數會增加睡眠時間，畢竟對高年級學生而言，善用時間休息是很重要的。

5. 學生平均的睡眠時間：



五、六年級學生的看法一致，答案皆集中在8小時以上及7小時這兩個選項。五、六年級學生選8小時以上最多，分別有40人(48%)、60人(48%)，其次為7小時，分別有28人(34%)、42人(34%)。我們推論，高年級學生雖然課業壓力較大，但生活作息大多正常，擁有充足的睡眠時間，這也許和我們位於都會區的邊陲有關。

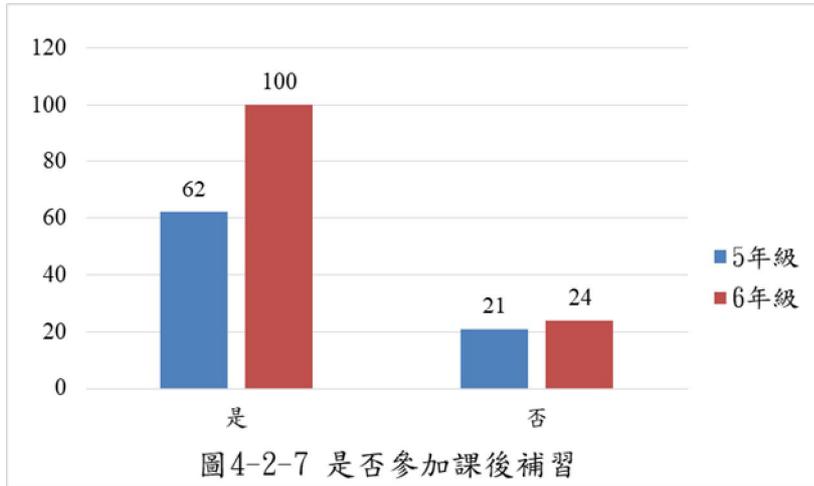
6. 上課時數若縮短，課餘從事何種活動：



五年級學生偏向運動，有28人(34%)，再者為讀書16人(19%)人。六年級學生偏向運動，有60人(49%)，再者為學才藝，有25人(20%)。高年級學生中有27人選擇從事其他活動，如聽音樂、睡覺、玩電動、畫畫、看課外書。我們推論，上課時數若縮短，學生們會善用課餘時間運動以鍛鍊身體，抑或是把握時間多讀書、學習才藝。

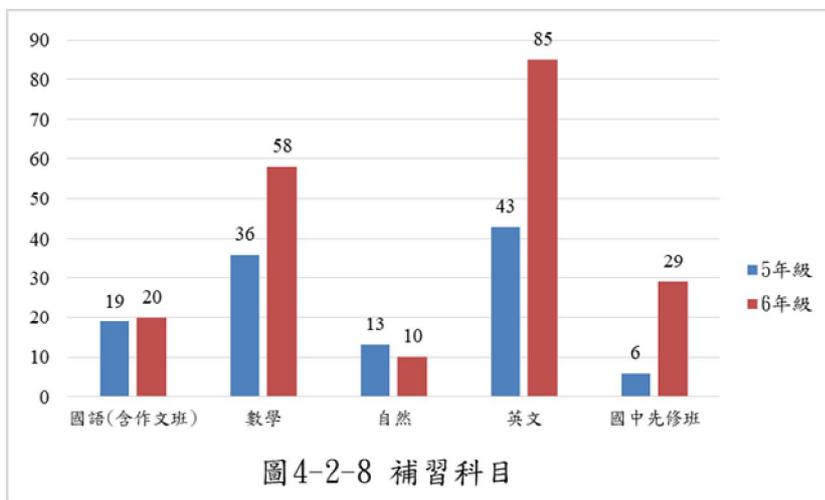
(二)課後補習、上課時數與學習成效之間的關聯性

1. 是否參加課後補習：



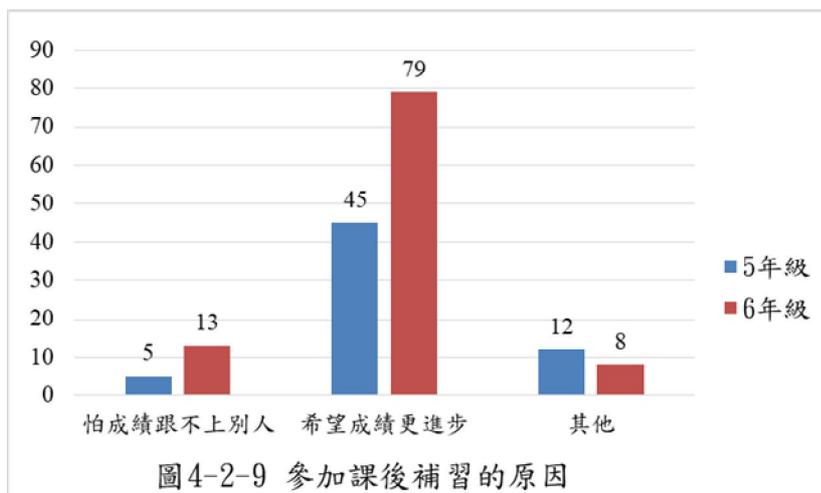
五、六年級學生的看法一致，大多有參加補習。五年級學生參加補習者有 62 人(75%)，六年級學生有 100 人(81%)。我們推論，六年級學生補習增加的比例極有可能是因為面臨升學壓力的緣故。

2. 補習科目：



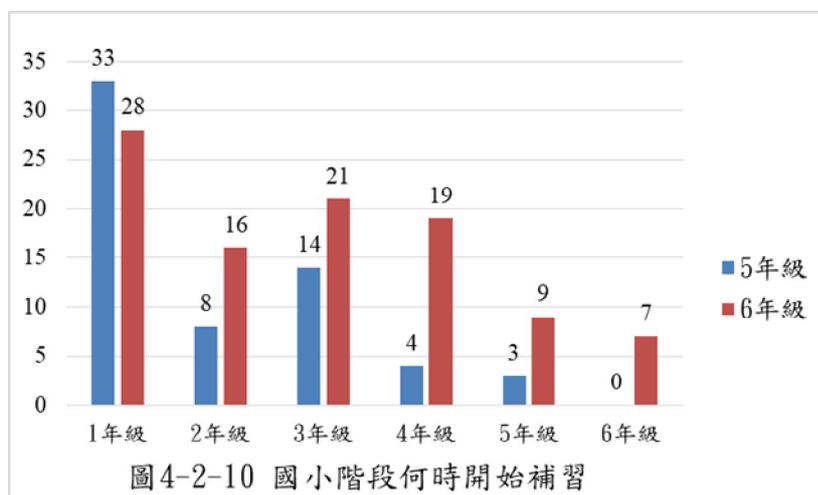
五、六年級學生皆偏向補英文，分別有 43 人、 85 人，其次為皆為數學，分別有 36 人、58 人。由補習的科目可看出大家偏向補英文、數學這兩門主科，六年級學生由於升學壓力，參與國中先修班的人數比五年級高出許多。

3. 參加課後補習的原因：



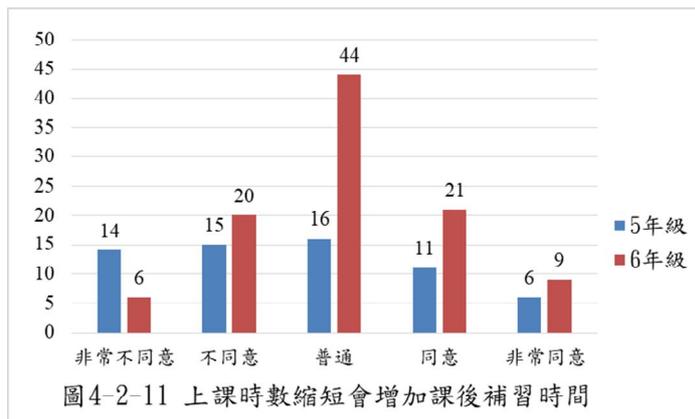
五、六年級學生皆偏向希望成績更進步，分別有 45 人(73%)、 79 人(79%)。高年級學生中有 20 人因其他原因補習，其中有 18 人是因為父母的緣故。由此可知，提升成績依然是大多數學生補習的主因，其中又蘊含了多少父母的期許。望子成龍望女成鳳的背後，父母得付出多少金錢，孩子得花費多少時間。

4. 國小階段何時開始補習：



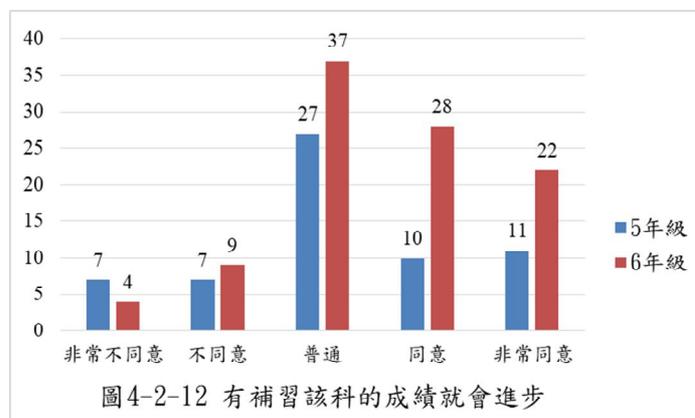
五、六年級學生皆從一年級開始補習居多，分別有 33 人(53%)、28 人(28%)，其次皆為三年級，分別有 14 人(23%)、21 人(21%)。由此可知，臺灣補習教育興盛，許多學生從一年級就開始上課學習、放學補習的日子。

5. 上課時數縮短，會增加課後補習的時間：



五年級學生偏向普通，有 16 人(26%)，其次為不同意，有 15 人(24%)。六年級學生偏向普通，有 44 人(44%)，其次為同意，有 21 人(21%)。由圖可知，高年級學生對此問題看法多集中在普通、同意與不同意。我們推論，學生對於上課時數縮短會增加課後補習時間意見分歧，也許這是因為課後補習是由父母所安排。

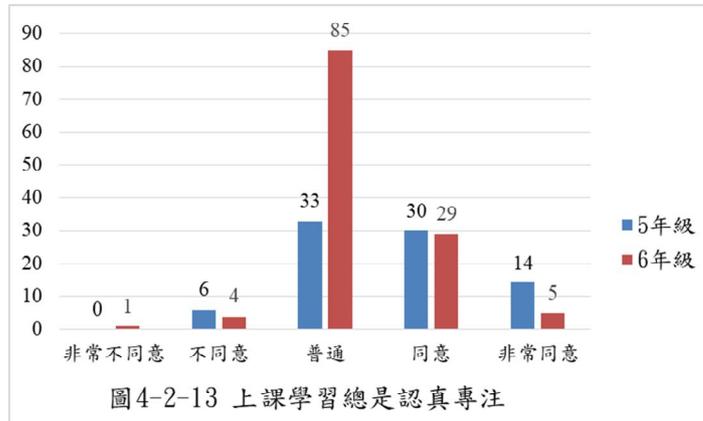
6. 如果有補習，該科的成績就會進步：



五年級學生偏向普通，有 27 人(44%)，其次為非常同意，有 11 人(18%)。六年級學生偏向普通，有 37 人(37%)，其次為同意，有 28 人(28%)。由圖可知，高年級學生對此問題看法多集中在普通、同意與非常同意。我們推論，高年級學生普遍認為補習該科成績就會進步。

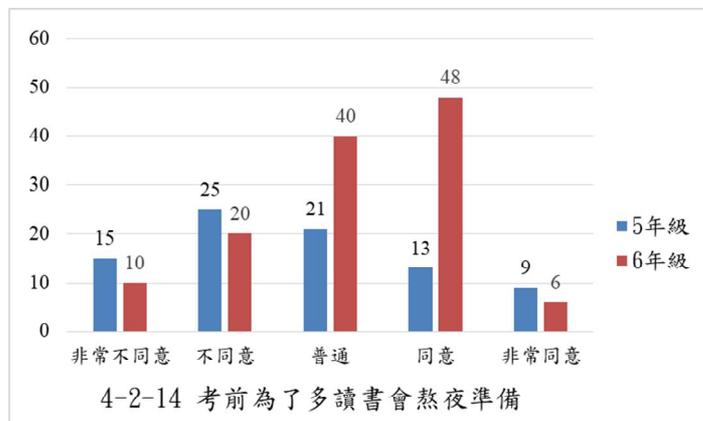
(三)上課時數與學習成效之間的關聯性

1. 上課學習總是認真專注：



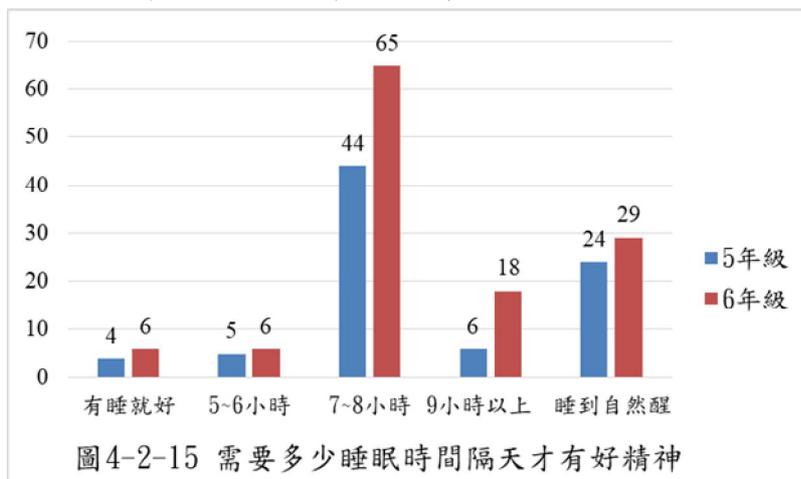
五、六年級學生看法一致，皆偏向普通，分別有 33 人(40%)、85 人(69%)，其次皆為同意，分別有 30 人(36%)、29 人(23%)。由圖可知，高年級學生對此問題看法多集中在普通、同意與非常同意。我們推論，多數學生在上課時會盡可能專注。

2. 考前為了多讀書會熬夜準備：



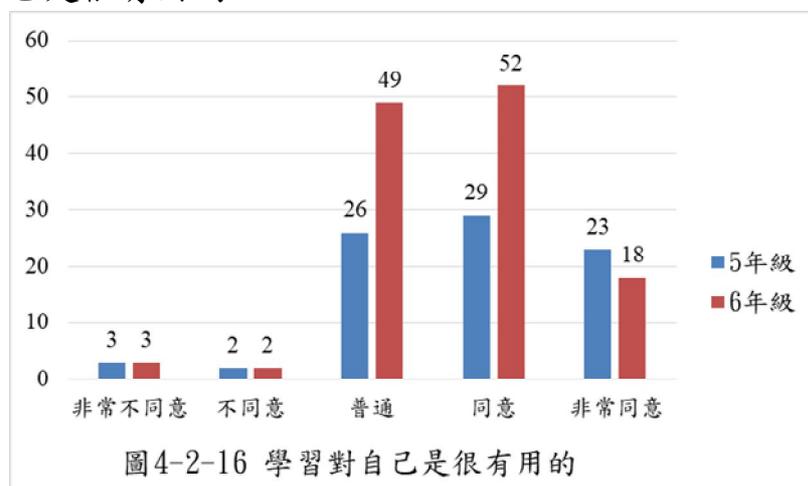
五年級學生偏向不同意，有 25 人(30%)，其次為普通，有 21 人(25%)。六年級學生偏向同意，有 48 人(39%)，其次為普通，有 40 人(32%)。由圖可知，高年級學生看法不一致，五年級學生偏向不熬夜準備，但六年級學生卻會熬夜準備。我們推論，這是由於六年級學生面臨升學壓力，較重視課業成績。

3. 需要多少睡眠時間隔天才有好精神：



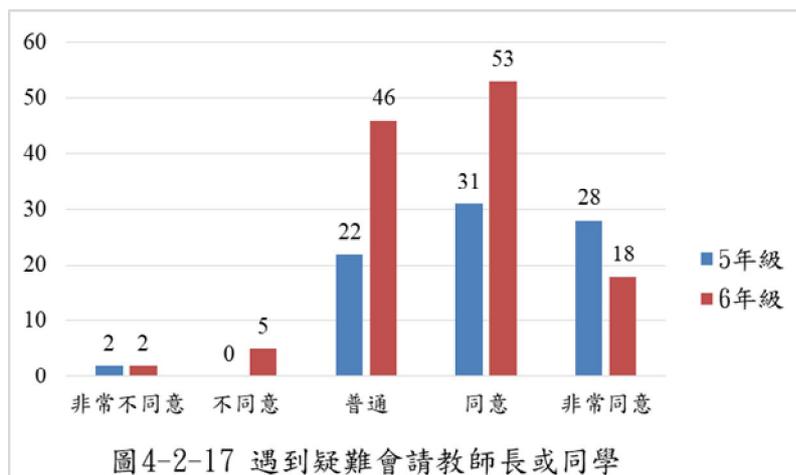
五、六年級學生皆偏向 7~8 小時，分別有 44 人(53%)、65 人(52%)，其次皆為睡到自然醒，分別有 24 人(29%)、29 人(23%)。我們推論，高年級學生雖然面臨課業壓力，但對於睡眠有強烈的需求，需要睡 7~8 小時甚至是睡到自然醒隔天才有好精神。

4. 學習對自己是很有用的：



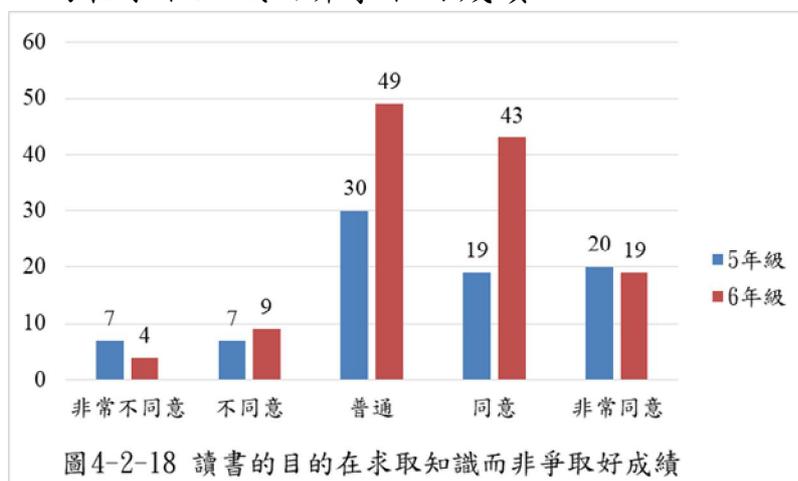
五、六年級學生的看法一致，皆偏向同意，分別有 29 人(35%)、52 人(42%)，其次皆為普通，分別有 26 人(31%)、49 人(39%)。由圖可知，高年級學生對此問題的看法多集中在同意、普通、非常同意。我們推論，雖然高年級學生課業壓力較重，仍普遍認為學習對自己是很有用的。

5. 遇到疑難會請教師長或同學：



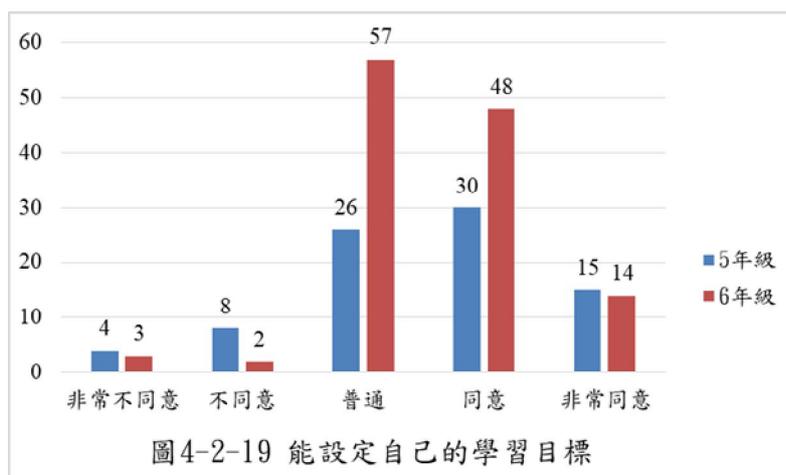
五年級學生偏向同意，有 31 人(37%)，其次為非常同意，有 28 人(34%)。六年級學生偏向同意，有 53 人(43%)，其次為普通，有 46 人(37%)。由圖可知，高年級學生對此問題的看法多集中在同意、普通、非常同意。我們推論，高年級學生遇到疑難傾向請教師長或同學。

6. 讀書的目的在求取知識而非爭取好成績：



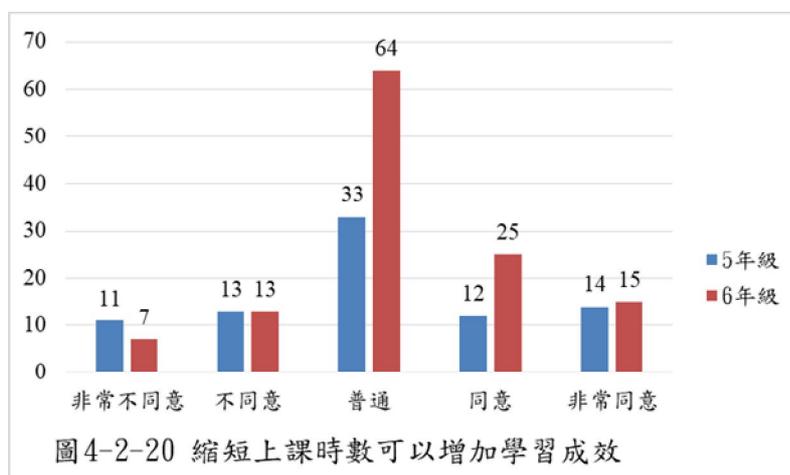
五年級學生偏向普通，有 30 人(36%)，其次為非常同意，有 20 人(24%)。六年級學生偏向普通，有 49 人(40%)，其次為同意，有 43 人(35%)。由圖可知，學生對此問題的看法多集中在普通、同意、非常同意。我們推論，高年級學生普遍認為讀書的目的在求取知識而非爭取好成績。

7. 能設定自己的學習目標：



五年級學生偏向同意，有 30 人(36%)，其次為普通，有 26 人(31%)。六年級學生偏向普通，有 57 人(46%)，其次為同意，有 48 人(39%)。由圖可知，高年級學生對此問題的看法多集中在普通、同意、非常同意。我們推論，高年級學生普遍認為能設定自己的學習目標。

8. 縮短上課時數可以增加學習成效：



五年級學生偏向普通，有 33 人(40%)，其次為非常同意，14 人(17%)。六年級學生偏向普通，有 64 人(52%)，其次為同意，有 25 人(20%)。由圖可知，高年級學生對此問題的看法多集中在普通、同意、非常同意。我們推論，高年級學生普遍認為縮短上課時數可以增加學習成效。

伍、結論與建議

一、結論

(一)瞭解國小學童對於現行上課時數之看法。

1. 學生希望早上能擁有充裕的時間，挑選早上 9 點上學。不然則是依照原訂上課時間 7:30 或是 8:00，8:30 這個時間點反而不受青睞。
2. 學生普遍希望能縮短上課時數，對於縮短上課時數是否造成家長接送問題反而沒有加以考慮。
3. 學生不認同上課時數越長越有競爭力。上課時數越長，學生的課業壓力不減反增，增加的課業壓力遠大於競爭力。
4. 學生普遍同意縮短上課時數會增加睡眠時間，畢竟對高年級學生而言，善用時間好好休息是很重要的。
5. 學生平均的睡眠時間集中在 8 小時以上及 7 小時這兩個選項。高年級學生雖然課業壓力較大，但生活作息大多正常，擁有充足的睡眠時間，這也許和我們地處臺南市區邊陲有關。
6. 上課時數若縮短，學生們會善用課餘時間運動以鍛鍊身體，抑或是把握時間多讀書、學習才藝。

(二)探討課後補習、上課時數與學習成效之間的關聯性。

1. 高年級學生大多有參加補習，五年級學生參加補習者有 75%，六年級學生有 81%。六年級學生補習增加的比例極有可能是因為面臨升學壓力之故。
2. 高年級學生偏向補英文、數學這兩門主科，六年級學生由於升學壓力，參

與國中先修班的人數比五年級高出許多。

3. 高年級學生參加課後補習的原因是希望成績更進步。提升成績依然是大多數學生補習的主因，其中又蘊含了多少父母的期許。望子成龍望女成鳳的背後，父母得付出多少金錢，孩子得花費多少時間。
4. 調查學生何時開始補習得知，臺灣補習教育興盛，有許多學生從一年級就開始上課學習、放學補習的日子。
5. 高年級學生對於上課時數縮短會增加課後補習時間意見分歧，也許這是因為課後補習是由父母所安排。
6. 高年級學生普遍認為如果有補習該科成績就會進步，這也呼應了學生參加課後補習的主因是希望成績更進步。。

(三)探討國小學童對於學習成效之認知。

1. 多數高年級學生在上課時會盡可能專注，好好扮演學生的角色。
2. 五年級學生偏向不熬夜準備考試，但六年級學生卻會熬夜準備。也許由於六年級學生面臨升學壓力，較重視課業成績。
3. 高年級學生雖然面臨課業壓力，但對於睡眠有強烈的需求，需要睡 7~8 小時甚至是睡到自然醒隔天才有好精神。
4. 高年級學生雖然課業壓力較重，但仍普遍認為學習對自己是很有用的。遇到疑難傾向請教師長或同學，懂得尋求解決之道。能設定自己的學習目標，普遍認為讀書的目的在求取知識而非爭取好成績。
5. 高年級學生普遍認為縮短上課時數可以增加學習成效。

二、建議

根據研究結果，我們提出以下幾點建議：

(一)延後上學時間，改為九點上學

延後上學時間，讓學生有充足的睡眠時間，不用早上匆匆起床趕著上學。

良好的睡眠是學習、健康與生活的基礎。學生睡得飽，精神才會好，心情愉快的情況下，學習反而更有效率。若是學生在校的時間佔據了生活中大半部分，因此犧牲了休閒與陪伴家人的時間，這是非常可惜的。

(二)保留孩子自主學習的空間

少子化現象讓現代的父母竭盡所能的培育自己的孩子，希望孩子「贏在起跑點」，累積未來的競爭優勢。國小五、六年級學生課業壓力逐漸繁重，家長在家庭經濟許可的情況下，安排學生補英文、數學，還有「國中先修班」諸如此類的補習科目。建議家長在安排課後補習的同時，考量孩子的時間、體力及補習的必要性，才不至於帶給學生太多的學習壓力。保留時間與空間讓孩子自主學習與摸索，培養他們獨立思考與解決問題的能力。

(三)課餘時間安排休閒活動

利用課餘時間安排休閒活動，從事運動、閱讀或是自己感興趣的活動。適當的運動有益健康，大量閱讀課外讀物能充實自我。適當的休閒活動不僅是為了放鬆，更是為了未來能走更長遠的路。

陸、參考文獻

林盈伶(2006)。人格特質、學習型態對學習成效之影響。朝陽科技大學企業管理系碩士論文。

鄭素美(2010)。台中縣國民小學學生課後補習之調查研究。靜宜大學管理碩士在職專班碩士論文。

自由時報(2017年11月25日)。上課時間「改9時-15時」連署通過 教育部明年初回應。取自 <http://news.ltn.com.tw/news/life/breakingnews/2264252>

自由時報(2018年1月23日)。國高中小上課時間改「朝9午3」？教育部回應了。取自 <http://news.ltn.com.tw/news/life/breakingnews/2320474>

親子天下(2015年9月1日)。延後上學,你贊成嗎?取自 <https://flipedu.parenting.com.tw/article/1478>

柒、附件

附件一 國小學童學習時間安排之研究問卷

親愛的同學：

您好！我們是○○國小五年級資優班的學生。以下是一份獨立研究問卷，想了解您對於國小學童學習時間安排的看法。答案沒有所謂的對與錯，請盡可能表達你心中的看法與感受。您所提供的寶貴意見，將作為本次獨立研究重要的參考資料。問卷中所填寫的資料，會完全保密，請放心作答。感謝您！

敬祝

身體健康 學業進步

指導老師：蘇○○

學生：許○○、鄭○○、王○○

一、個人基本資料

1. 性別

(1) 男 (2) 女

2. 就讀年級

(1) 國小五年級 (2) 國小六年級

3. 父親教育程度

(1) 國中(含以下) (2) 高中(職) (3) 大專院校 (4) 研究所以上(碩士、博士)

4. 母親教育程度

(1) 國中(含以下) (2) 高中(職) (3) 大專院校 (4) 研究所以上(碩士、博士)

二、問卷內容

(一) 對於現行上課時數之看法

1. 你認為下列哪個上課時段最合適？

(1) 7:30~16:00 (2) 8:00~16:00 (3) 8:30~16:00 (4) 9:00~16:00

2. 你認為如果把上課時數縮短會造成父母接送的困擾嗎？

(1) 非常不同意 (2) 不同意 (3) 普通 (4) 同意 (5) 非常同意

3. 你認為上課時數越長學生競爭力就越高嗎？

(1) 非常不同意 (2) 不同意 (3) 普通 (4) 同意 (5) 非常同意

4. 你認為上課時數縮短，會增加睡眠時間。

(1) 非常不同意 (2) 不同意 (3) 普通 (4) 同意 (5) 非常同意

5. 你平均的睡眠時間多長？

(1) 未滿 6 小時 (2) 6 小時 (3) 7 小時 (4) 8 小時以上(含 8 小時)

6. 若是上課時數縮短，你想在課餘時間做什麼？

(1) 學才藝 (2) 讀書 (3) 運動 (4) 補習 (5) 其他_____

(二)課後補習、上課時數與學習成效

1. 放學後是否有參加補習班？(選是請繼續填答，選否則跳過此大題)
 (1)是 (2)否
2. 補哪些項科目？(可複選)
 (1)國語(含作文班) (2)數學 (3)自然 (4)英文 (5)國中先修班
3. 為何要參加課後補習？
 (1)怕成績跟不上別人 (2)希望成績更進步 (3)其他：_____
4. 國小階段從什麼時候開始參加課後補習？
 (1)1年級 (2)2年級 (3)3年級 (4)4年級 (5)5年級 (6)6年級
5. 你認為上課時數縮短，會增加課後補習的時間。
 (1)非常不同意 (2)不同意 (3)普通 (4)同意 (5)非常同意
6. 你認為如果有補習，該科的成績就會進步。
 (1)非常不同意 (2)不同意 (3)普通 (4)同意 (5)非常同意

(三)對於學習成效之認知

1. 上課學習，你總是認真專注。
 (1)非常不同意 (2)不同意 (3)普通 (4)同意 (5)非常同意
2. 考前為了多讀書，你會熬夜準備。
 (1)非常不同意 (2)不同意 (3)普通 (4)同意 (5)非常同意
3. 你認為需要多少睡眠時間，隔天才會有好精神。
 (1)有睡就好 (2)5~6小時 (3)7~8小時 (4)9小時以上
 (5)睡到自然醒
4. 你認為學習對自己而言是很有用處的。
 (1)非常不同意 (2)不同意 (3)普通 (4)同意 (5)非常同意
5. 當你遇到疑難時，會去請教師長或同學。
 (1)非常不同意 (2)不同意 (3)普通 (4)同意 (5)非常同意
6. 你認為讀書的目的在求取知識而非爭取好成績。
 (1)非常不同意 (2)不同意 (3)普通 (4)同意 (5)非常同意
7. 你能夠設定自己的學習目標。
 (1)非常不同意 (2)不同意 (3)普通 (4)同意 (5)非常同意
8. 你認為縮短上課時數可以增加學習成效。
 (1)非常不同意 (2)不同意 (3)普通 (4)同意 (5)非常同意

問卷到此全部結束，請您再次確認沒有漏答任何一題，再一次感謝您的協助！

附件二 問卷統計表格

1. 你認為下列哪個上課時段最合適？

	7:30~16:00	8:00~16:00	8:30~16:00	9:00~16:00
5 年級	23	20	15	25
83	28%	24%	18%	30%
6 年級	28	32	20	44
124	23%	26%	16%	35%
全	59	58	35	55
207	28%	28%	17%	27%

2. 你認為如果把上課時數縮短會造成父母接送的困擾嗎？

	非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意
5 年級	14	9	34	13	13
83	17%	11%	41%	15%	16%
6 年級	21	18	62	15	8
124	17%	15%	50%	12%	6%
全	35	27	96	28	21
207	17%	13%	46%	14%	10%

3. 你認為上課時數越長學生競爭力就越高嗎？

	非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意
5 年級	13	19	36	10	5
83	16%	23%	43%	12%	6%
6 年級	19	38	50	12	5
124	15%	31%	40%	10%	4%
全	32	57	87	21	10
207	15%	28%	42%	10%	5%

4. 你認為上課時數縮短，會增加睡眠時間嗎？

	非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意
5 年級	0	6	33	30	14
83	0%	7%	40%	36%	17%
6 年級	5	9	39	37	34
124	4%	7%	32%	30%	27%
全	5	15	72	67	48
207	3%	7%	35%	32%	23%

5. 你平均的睡眠時間多長？

	未滿 6 小時	6 小時	7 小時	8 小時以上 (含 8 小時)
5 年級	3	12	28	40
83	4%	14%	34%	48%
6 年級	8	14	42	60
124	7%	11%	34%	48%
全	11	26	70	100
207	5%	13%	34%	48%

6. 若是上課時數縮短，你想在課餘時間做什麼？

	學才藝	讀書	運動	補習	其他
5 年級	13	16	28	14	12
83	16%	19%	34%	17%	14%
6 年級	25	10	60	14	15
124	20%	8%	49%	11%	12%
全	38	26	88	28	27
207	18%	13%	42%	14%	13%

7. 放學後是否有參加補習班？

	是	否
5 年級	62	21
83	75%	25%
6 年級	100	24
124	81%	19%
全	162	45
207	78%	22%

8. 補哪些項科目？(可複選)

	國語 (含作文班)	數學	自然	英文	國中先修班
5 年級	19	36	13	43	6
6 年級	20	58	10	85	29
全	33	86	33	117	32

9. 為何要參加課後補習？

	怕成績跟不上別人	希望成績更進步	其他
5 年級	5	45	12
62	8%	73%	19%
6 年級	13	79	8
100	13%	79%	8%
全	18	124	20
162	11%	77%	12%

10. 國小階段從什麼時候開始參加課後補習？

	1 年級	2 年級	3 年級	4 年級	5 年級	6 年級
5 年級	33	8	14	4	3	0
62	53%	13%	23%	6%	5%	0%
6 年級	28	16	21	19	9	7
100	28%	16%	21%	19%	9%	7%
全	61	24	35	23	12	7
162	38%	15%	22%	14%	7%	4%

11. 你認為上課時數縮短，會增加課後補習的時間。

	非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意
5 年級	14	15	16	11	6
62	22%	24%	26%	18%	10%
6 年級	6	20	44	21	9
100	6%	20%	44%	21%	9%
全	20	35	60	32	15
162	12%	22%	37%	20%	9%

12. 你認為如果有補習，該科的成績就會進步。

	非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意
5 年級	7	7	27	10	11
62	11%	11%	44%	16%	18%
6 年級	4	9	37	28	22
100	4%	9%	37%	28%	22%
全	11	16	64	38	33
162	7%	10%	40%	23%	20%

13. 上課學習，你總是認真專注。

	非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意
5 年級	0	6	33	30	14
83	0%	7%	40%	36%	17%
6 年級	1	4	85	29	5
124	1%	3%	69%	23%	4%
全	8	16	73	78	32
207	4%	8%	35%	38%	15%

14. 考前為了多讀書，你會熬夜準備。

	非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意
5 年級	15	25	21	13	9
83	18%	30%	25%	16%	11%
6 年級	10	20	40	48	6
124	8%	16%	32%	39%	5%
全	27	31	85	28	36
207	13%	15%	41%	14%	17%

15. 你認為需要多少睡眠時間，隔天才會有好精神。

	有睡就好	5~6 小時	7~8 小時	9 小時以上	睡到自然醒
5 年級	4	5	44	6	24
83	5%	6%	53%	7%	29%
6 年級	6	6	65	18	29
124	5%	5%	52%	15%	23%
全	10	11	108	24	54
207	5%	5%	52%	12%	26%

16. 你認為學習對自己而言是很有用處的。

	非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意
5 年級	3	2	26	29	23
83	4%	2%	31%	35%	28%
6 年級	3	2	49	52	18
124	2%	2%	39%	42%	15%
全	6	4	76	78	43
207	3%	2%	37%	37%	21%

17. 當你遇到疑難時，會去請教師長或同學。

	非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意
5 年級	2	0	22	31	28
83	2%	0%	27%	37%	34%
6 年級	2	5	46	53	18
124	2%	4%	37%	43%	14%
全	4	6	68	84	45
207	2%	3%	33%	40%	22%

18. 你認為讀書的目的在求取知識而非爭取好成績。

	非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意
5 年級	7	7	30	19	20
83	9%	8%	36%	23%	24%
6 年級	4	9	49	43	19
124	3%	7%	40%	35%	15%
全	11	16	79	61	40
207	5%	8%	38%	30%	19%

19. 你能夠設定自己的學習目標。

	非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意
5 年級	4	8	26	30	15
83	5%	10%	31%	36%	18%
6 年級	3	2	57	48	14
124	2%	2%	46%	39%	11%
全	8	10	83	78	28
207	4%	5%	40%	38%	13%

20. 你認為縮短上課時數可以增加學習成效。

	非常不同意	不同意	普通	同意	非常同意
5 年級	11	13	33	12	14
83	13%	16%	40%	14%	17%
6 年級	7	13	64	25	15
124	6%	10%	52%	20%	12%
全	18	26	96	37	30
207	9%	13%	46%	18%	14%