

- 重新编排每日课程时间表，一天只教导3至4个科目
- 鼓励采用符合廿一世纪学习的模块化 (Modular) 及学习与简化 (PdPc) 教学，以期在学校或课室完成评估活动，进而减少学生的家课
- 提供储物柜系统 (若情况允许)，以让学生存放无需带回家的书本或其他物件
- 时常与家教协会/家长进行双向讨论，以解决学生书包过重的问题
- 准备免费饮用水，学生无需从家里携带食水到校 (惟这有赖于校方与食堂业者或家协取得共识)
- 可以考虑具有上锁功能储物柜的特制桌子，取代放置于课室外的普通储物柜
- 定期检查学生书包的重量

教育部  
指南参考

- 向学生发出清楚指示，交代翌日上课须携带的书本或物品
- 把任何一个科目须使用的练习簿减至最少 (小学第二阶段学生，即四、五、六年级生)
- 劝导学生根据课程时间表及学习需求携带有关课本及物品
- 策划廿一世纪学习的活动，这些活动或练习尽可能在课堂进行，若来不及完成，这些活动或练习可在之后的课程再继续
- 鼓励学生把书本或其他物品储放在储物柜 (若储物柜安置于校园内)

學生

- 只携带课程时间表所需的课本及活动簿子
- 只携带学习所需要的物品
- 每天检查及整理书包，确定只需要的学习用品
- 把非家课所需的书本或学习用品存放在学校储物柜 (若校方有提供)
- 不鼓励使用有轮式书包 (beg beroda)，因为较重及给学生肩膀带来问题

家長

- 为孩子准备合适的书包
- 鼓励及引导孩子根据学校课程时间表整理书本及用品
- 培养孩子每天检查及整理书包的习惯
- 避免孩子携带过厚的书本 (如笔记本/漫画书/参考书)
- 引导孩子在等候车或学校集会时，把书包从肩膀卸下
- 每周一次整理孩子书包物品 (丢弃纸屑、取出不相关的用品或书本、替换已断裂的铅笔等)



## 重編課程 減輕書包

# 一天只教三四科

星洲日报  
2018年10月16日

特別  
報導

陳雲清

(檳城15日讯) 学生书包太重的课题争论多年，如今教育部经过研究后，推出克服学生书包太重的指南，包括要求校方重新编排每日课程时间表，以期一天只教导3至4个科目，藉此减少学生携带的课本及练习簿。

据了解，学校每日课程时间表一般上有5至6个科目。

副教育总监阿米努丁 (教育运作组) 在一封志期2018年9月12日的通令中，向各州教育局发出克服书包过重的指南。

### 指南列4部分携手克服

这份指南列为4个部分，分别是设定在学校管理、教师、学生及家长，以期各造携手克服这个“老问题”。

教育部指出，学生书包过重的课题常被挑起，也给家

长们带来担忧。而教育部秘书长及教育总监今年8月17日到学校监察，发现学生的书包，尤其是小学生的书包，依旧过重。

教育部认为，这是因为学生没有根据学校课程表携带日常所需的书本。

根据教育部于2017年的研究，发现书包过重是因为学生携带太多书本，包括超出教学所需的练习簿、私人读物、字典、漫画书、水瓶、食物、文具等，同时得携带校方规定的运动衣及相关特定衣服。

有关研究发现，若学生只根据日常课程时间表携带课本及练习簿，这些书本仅占书包总重量的28%。

虽然过去不少单位及教育界人士提出减轻书包重量的“良方”，然而书包太重的现象并未大幅度地获得纾缓。