高等教育 16 週制對課程設計與學習成效之影響

成力庚
國立台灣科技大學企業管理學系副教授

一、前言

近年來，高等教育中縮短學期週數的趨勢引發廣泛討論。傳統上，台灣的大學普遍採用 18 週的學期以符合法規要求。然而，國際上許多頂尖大學每學期的上課週數多介於 12 至 16 週之間。為與國際學制接軌並便利學生跨國交流，部分臺灣大學近年率先爭取將每學期授課週數由 18 週縮減至 16 週，並獲教育部核准實施（教育部國際及兩岸教育司, 2024）。此項改革預期能提升教學效率，並為學生提供更多參與課外學習經驗的機會，同時減少學期與國際校曆接軌上的困難。

學界對學期縮短的影響亦展開初步探討。部分研究指出，在總授課時數不變的前提下，縮短課程週數不僅未降低學生通過率與學業表現，反而有助於提高課程成功率（Spurling, 2001）。例如，Sheldon 與 Durdella（2010）比較傳統學期與加速課程的知識保留情形，結果顯示學生對知識的內化與保留並未因課程壓縮而顯著降低。在臺灣本地，幾所大學於 COVID-19 疫情期間試行「16+2 週」彈性學期後進行調查，結果顯示超過六成學生與八成教師支持縮短上課週數（中央社, 2023）。

二、對課程設計的影響

（一）課程內容與結構調整

由 18 週縮減至 16 週，若教師僅單純壓縮原有教案，極可能導致「趕進度」情形：課程內容要麼被刪減，要麼以更快速度授完，從而壓縮學生吸收與內化知識的時間，並減少師生間的互動機會。因此，大學教師在 16 週制下需精選教材內容、去蕪存菁，聚焦於核心概念與技能，以避免過多瑣碎知識占用寶貴上課時間。此外，課程規劃者可考慮將重疊主題進行整合，提升課程內容的凝聚性與整體性，確保在縮短週數的情況下仍能達成必要的學習目標。

（二）授課時數與教學方式轉變

為彌補週數縮減帶來的挑戰，許多大學採取「16+彈性授課」模式，即在 16 週面授課程外，再搭配若干小時的彈性教學活動，以滿足預期的授課內容。教師在課程設計時被鼓勵融合多元教學方式，如線上同步或非同步教學、校外參訪、實作實習或課後自學等，累計 4 至 6 小時作為補充教學時間。此外，部分教師將部分講授內容預製成影片或線上教材，供學生課前預習，進而在課堂上集中進行

討論、實作或案例分析，落實翻轉教室理念，以提升教學效能。

（三）評量方式與進度安排

縮短學期亦促使教師重新規劃評量時程與方式。在 16 週制下，期中與期末考間的時間間隔明顯縮短，期中考被迫分散於較短時間內完成，使得各項教學活動與評量安排更顯緊湊。為減輕學生壓力並獲取更全面的學習回饋，教師可考慮增加形成性評量的比例，如小考、作業、專題報告等，藉此降低期末考試的權重，並能在短教學週期內及時調整教學策略。

三、對學習成效的影響

（一）學習成果與學業表現

縮短學期對學生學習成效的影響並非全然負面。有研究指出，在總授課時數不變的情況下，學生在較短學期的課程中往往能獲得較高的通過率或平均成績（Spurling, 2001）。例如 Sheldon 與 Durdella（2010）針對非傳統學習者的研究亦指出，集中壓縮的課程能顯著提高這些學生的表現。學習節奏加快或促使學生保持較高的專注與動機，減少拖延與倦怠現象，從而在高密度學習環境中取得較佳成績（Spurling, 2001）。

（二）學習壓力與體驗

然而，縮短學期也使學生面臨每週課業量增加與自主學習要求提高的挑戰。例如，學生多半會擔心，為趕進度，教師可能刪減部分內容或壓縮難以掌握的重點，進而影響學習品質（Pourbagher et al., 2021; Hsu & Goldsmith, 2021）。雖然在 16 週期間感受到較大壓力，但由於期末考提前結束，長期承受壓力的時間縮短，反而能較早從緊張學習中解脫。因此，縮短學期對學生心理及學習體驗的影響呈現雙面效應：一方面，高強度學習節奏可能引發疲勞與焦慮；另一方面，縮短總歷時亦可避免長期高壓所帶來的負面影響（Pourbagher et al., 2021; Hsu & Goldsmith, 2021）。

（三）深度學習與知識內化

知識內化通常需要反覆思考與時間沈澱，16 週制可能壓縮學生消化知識的間隙，進而對深度學習形成挑戰。對於內容複雜或需要反覆練習的課程，縮短緩衝期可能影響學習成效。由此可見，最終學習成效在很大程度上取決於教師如何引導學生進行課後鞏固，以及學生自身的學習習慣與動機。正如過去研究發現，

學生的學習動機、態度與投入才是影響成敗的關鍵（Singh et al., 2022; Anuyahong & Pengnate, 2023）。若能善用因縮短而節省的彈性時間進行延伸閱讀、研究或實習，16 週制甚至有助於培養學生更強的自主學習能力，進而提升長期學習成效。

四、實務應用建議

面對教學週數縮減的趨勢，大學教師與課程設計者應主動調整策略，以確保教學品質與學習成效。具體建議包括：

（一）整合規畫課程內容與

採用成果導向的課程設計（backward design），明確界定課程核心學習目標，據此篩選與組織教材內容，刪除重複或次要主題，確保學生能在 16 週內聚焦於關鍵知識。

（二）運用翻轉教學與主動學習

採用翻轉教室模式，將基礎知識傳遞部分前移至課前自學，並在課堂上透過討論、案例分析與實作等活動加強知識應用。研究顯示，此模式有助於提升學生參與度及短期學業表現（Jensen et al., 2015; Gopalan & Klann, 2017）。

（三）推行混合式學習與彈性教學週

善用線上學習平台及數位資源，實現混合式教學。可將部分課程單元改為線上自學，同時規劃「彈性教學週」（如 16+2 模式），提供學生專題研究、校外實習等機會，以彌補週數縮減所造成的不足。

（四）調整評量策略與學習支援

建議增加形成性評量比例（例如小考、作業、專題報告），降低期末考試比重，並縮短評量回饋周期，藉此及時調整教學策略。同時，學校可加強學習諮詢與輔導，並舉辦時間管理與學習技巧工作坊，協助學生適應高強度的學習節奏。

五、結論與展望

綜上所述，將教學週數由 18 週縮減至 16 週並非單純的「減法」，而是一項涉及課程重組、教學策略轉變與評量調整的系統性改革。現有研究顯示，在總授課時數維持不變的前提下，縮短學期未必會降低學習成效，反而在適當的課程與

教學調整下，可能提升學生的學習動力與自主學習能力。然而，若缺乏有效配套措施，課程趕進與評量安排緊湊的問題仍可能對學生造成壓力，影響深度學習與知識內化。展望未來，高等教育機構應順應此一改革趨勢，不斷探索與調整適應16 週制的新策略，並定期評估其實施成效，以期在提升教學效率的同時，創造更具彈性與創新的學習環境。

參考文獻

■ 教育部國際及兩岸教育司（2024）。大學學期18周縮短16周 教部：國際教育接軌。取自https://news.ipcf.org.tw/150209

■ 中央社（2023）。台北大學申請1學期上課16週獲准113學年實施。聯合新聞網。取自https://udn.com/news/story/6928/7351873

■ Anuyahong, B. and Pengnate, W. (2023). Developing a new approach to teaching english vocabulary using mnemonics and memory techniques. *International Journal of Research Publication and Reviews, 4*(4), 3100-3106. https://doi.org/10.55248/gengpi.4.423.35573

■ Gopalan, C. and Klann, M. C. (2017). The effect of flipped teaching combined with modified team-based learning on student performance in physiology. *Advances in Physiology Education, 41*(3), 363-367. https://doi.org/10.1152/advan.00179.2016

■ Hsu, J. L., & Goldsmith, G. R. (2021). Instructor strategies to alleviate stress and anxiety among college and university STEM students. *CBE—Life Sciences Education, 20*(1), es1.

■ Jensen, J. L., Kummer, T. A., & Godoy, P. D. d. M. (2015). Improvements from a flipped classroom may simply be the fruits of active learning. *CBE—Life Sciences Education, 14*(1), ar5. https://doi.org/10.1187/cbe.14-08-0129

■ Pourbagher, S., Azemati, H. R., & Saleh Sedgh Pour, B. (2020). Classroom wall color: a multiple variance analysis on social stress and concentration in learning environments. *International Journal of Educational Management, 35*(1), 189-200.

■ Sheldon, C. Q., & Durdella, N. (2010). Success rates for students taking compressed and regular length developmental courses in the community college. *Journal of College Teaching & Learning, 7*(2), 1－8.

■ Singh, M., James, P., Paul, H., & Bolar, K. (2022). Impact of cognitive-behavioral motivation on student engagement. *Heliyon, 8*(7), e09843. https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2022.e09843

■ Spurling, S. (2001). *The influence of term length on student success*. Peralta Community College District Office of Institutional Research.