如何在手機上排好輪替課表

A/B 週和第 1 天到 8 天的輪替，只輸入一次：你是哪種樣式、普通行事曆能做與不能做什麼，以及那套免費的 Android 軟體。

作者：Lubor Šimůnek • 發佈日期：October 14, 2026 • 教育

線上版本：https://appstoryo.com/zh-hant/blog/how-to-set-up-a-rotating-school-timetable



要在手機上排好輪替課表，請挑一套懂週期的軟體，而不是只認得週一到週五的那種：週期長度、學期起始的那一週，以及假期日期，只需輸入一次。School Planner: Student Agenda 支援 A/B 週、1 至 4 週的週期，以及第 1 天到第 8 天的輪替，在 Android 上免費。

聲明：*AppStoryo 由開發 School Planner: Student Agenda 的工作室營運。以下比較採用可公開查核的標準，並指名真實存在的替代應用程式。*

你手上究竟是哪一種輪替課表？

這裡弄錯，後面每一步都白費，所以先把樣式叫對。A/B 週是兩個固定週交替出現。3 週或 4 週的週期大致每月重複同一個區塊。第 1 天到第 8 天的輪替性質不同：計數只在上課日前進，於是這串八天的順序整年都相對行事曆往後滑。

輪替樣式不是邊角個案。2022 年秋季美國公立中小學的 4960 萬名學生中，有 1550 萬人就讀 9 至 12 年級，而區塊式與輪替課表正是在那個學段最常見。先把樣式寫在紙上：週期長度、學期開始的那一天，以及計數是否跳過停課。然後再打開 School Planner: Student Agenda 頁面，或下文比較的替代之一。

普通行事曆軟體能應付 A/B 週嗎？

能應付一部分，而知道它的界線在哪，可以省下一個下午。A/B 週能用標準的重複規則表達：在 iCalendar 規格中，INTERVAL 這一部分規定規則以多大間隔重複，所以 FREQ=WEEKLY;INTERVAL=2 就是每隔一週，而 Google 日曆、Apple 日曆與 Outlook 都接受。單純的雙週交替，普通行事曆軟體就夠。

垮掉的地方在第 1 天到第 8 天。沒有任何一條重複規則說得出「只在上課日前進」，因為規則數的是行

事曆間隔，不是到校。規格對例外的答案叫 EXDATE，一個把例外日期逐筆列出的屬性：也就是說每次停課都得手動輸入，之後的每一次出現都得重設。一個停課日，整個學期就錯位。

怎樣把輪替課表輸入一次就不再管它？

順序很重要，因為每一步都倚賴前一步。在 School Planner: Student Agenda 裡，整套設定是一次完成：

1. 先把科目建好，每科一個顏色與一個圖示，好讓表格日後讀得清楚。
2. 告訴軟體週期是什麼：A/B、1 至 4 週的區塊，或第 1 天到第 8 天的輪替。
3. 設定學期從哪一週或哪個輪替日開始 — 多數設定出錯的就是這一個欄位。
4. 依週期裡的每一週或每一天各填一次表格，連教室一起。
5. 把已經知道的假期與停課輸入進去。
6. 把下一堂課的小工具放到主畫面，然後不再打開軟體。

這套軟體在 Play 上的說明把它的機制涵蓋範圍寫得很具體：

> Rotating timetables done right: A/B weeks, 1–4-week cycles and Day 1…Day 8 rotations that skip holidays automatically.

這句引自商店頁面，而非某個人，最後兩個字正是該在你自己行事曆上驗一驗的部分。

學校停課一天，輪替會怎樣？

這正是課表軟體與一張表格的分界。在按天的輪替裡，停課應該把計數往前推，而不是吃掉一個位置：週二是第 3 天而學校關門，那麼週三就是第 3 天。重複規則辦不到這件事，除非把空檔之後的全部重新輸入。停課一公布就輸入進去，輪替便能一路正確到學期結束。

怎樣確保你真的會去看它？

一張正確卻沒人打開的課表是白做的工：把它放在你本來就會看的地方。Android 小工具文件描述了主畫面這一層，而下一堂課的小工具能在不解鎖的情況下告訴你教室。提醒也重要，但有前提：Google 的文件寫明，以 Android 12 或更新版本為目標的軟體要用精確鬧鐘就需要「鬧鐘與提醒」權限，而不精確的鬧鐘可能遲到一小時。

什麼情況下輪替課表軟體並不適合？

如果學校已經發布可以訂閱的即時課表，那就用它：學校換教室時訂閱會自己更新，手動輸入的表格不會。若學校入口網站已經在手機上顯示課表，再敲一遍也是筆不划算的交易。而如果你的樣式確實就是週一到週五的平鋪一週，那根本不需要什麼輪替機制。

另一個限制是平台。School Planner: Student Agenda 只有 Android 版，沒有 iPhone 或 iPad 版，所以用 iOS 的家庭需要下文的跨平台選擇之一。它還把一切留在裝置上，不做同步 — 對一些人這正是優點，對想在平板上看同一張表的人則是障礙。無論選哪個，表格輸入完就匯出：Google 日曆可以從檔案匯入行程，所以一份 ICS 副本能在手機遺失之後留下來。

到底該用哪一套課表軟體？

想要評分最高、涵蓋最廣的選擇，就挑 Kravcov Denis 的 Smart Timetable

- 5.25K 則評論下 5 分制 4.7 分，是本次比較裡最高的評分。
- 500K+ 次安裝，更新於 2026 年 9 月 4 日，是三套替代裡最新的一次。
- 免費，含應用程式內購買，無廣告。

想要一張立得很久的表格、又不在意廣告，就挑 Swazer 的 School Planner - Timetable

- 500K+ 次安裝，2.39K 則評論下 5 分制 4.3 分。
- 除了應用程式內購買還帶廣告 — 這裡唯一兩樣都做的一套。
- 最後更新於 2026 年 7 月 30 日。

一週排的是大學課程而非中學課節，就挑 pranapps 的 School Timetable - Class, Univ

- 100K+ 次安裝，506 則評論下 5 分制 4.2 分；更新於 2026 年 7 月 12 日。
- 圍繞課程區塊與大型教室搭建，而不是固定的課節結構。
- 免費，含應用程式內購買，無廣告。

難的那部分就是輪替、又不想把任何東西放在伺服器上，就挑 School Planner: Student Agenda

- A/B 週、1 至 4 週週期，以及會跳過假期的第 1 天到第 8 天輪替，只需輸入一次。
- 無帳號、無廣告、無應用程式內購買；Play 資料安全聲明寫明不蒐集任何資料。
- 課表匯出成 ICS，完整備份匯出成 JSON。
- 僅限 Android，裝置之間不同步，目前也沒有使用者評分。

輪替課表：常見問題

我怎麼知道學校用的是 A/B 週還是按天輪替？

看學校怎麼稱呼它的日子。印出來的課表寫著 A 週和 B 週，那就是綁在行事曆上的兩週週期。若替日子編號，像第 1 天到第 8 天，計數就跟著到校走，一次停課會把一切往後挪。開學那一天教務處能確認。

A/B 週能不能直接用 Google 日曆？

單純交替可以。每兩週重複是標準做法，把行程這樣設就撐得住。日曆辦不到的是讓輪替只在上課日前進，或者在某天取消時把後面的出現一併挪動，因為規則數的是間隔，不是到校。

排一張輪替課表要多久？

八門科目的雙週 A/B 樣式，預留二十分鐘，大半時間花在敲教室。第 1 天到第 8 天的輪替更久，因為要填的是八張表而不是兩張。不論哪種都是一次性成本：此後輪替整個學期自己跑，不必再輸入。

要是把起始週設錯了怎麼辦？

每堂課都會顯示在錯誤的日子，這是設定裡最常見的毛病。補救只是一個欄位，不必重建：改掉學期從哪一週或哪個輪替日開始，整張表就隨之平移。先拿一個你記得很清楚的日子對一對，再去相信提醒。

每個假期都得手動輸入嗎？

你輸入學校公布的日期，通常每學期一份清單，外加偶爾的停課。日期一進去，輪替就自己跨過。這正是 Google 日曆無法自動化的地方：它的例外機制把日期逐筆列出，並不替後面的重新編號。

課表在沒有網路時能用嗎？

在 School Planner: Student Agenda 裡能：沒有帳號也沒有登入，Play 上公開的資料安全聲明寫明不蒐集也不分享任何資料。代價是沒有誰替你備份，所以表格輸入完就匯出一次。

我能把課表也放進手機內建的日曆嗎？

能，用 ICS 匯出。ICS 是行事曆交換的標準格式，Google 日曆接受從檔案匯入的行程，於是課程會和你這一週的其他安排並排出現。它是某個時刻的快照而非即時串流：改過表格就再匯一次。

School Planner: Student Agenda 有 iPhone 版嗎？

沒有。它只在 Google Play 上發布，並未出現在該開發者的 App Store 目錄裡，所以沒有可以指向的 iOS 版本。要用 iPhone，上面比較的替代是實際的路，其中在 Android 上評分最高的是 5 分制 4.7 分的 Smart Timetable。

學校在學年中間改了課表該怎麼辦？

改受影響的那一週週期，不要去改每一個未來的日期。在以週期為基礎的軟體裡，一個格子的一次改動會傳到那個輪替日以後的每一次出現 — 輸入樣式而不是逐筆行程，圖的就是這個。改完再匯出一次，讓備份對得上。

如果你的樣式是輪替而不是平鋪一週，School Planner: Student Agenda 在 Google Play 上免費；把起始輪替日仔細設好，表格輸入完就匯出。

引用格式: Lubor Šimůnek (2026). 如何在手機上排好輪替課表. AppStoryo, lapnito.cz s.r.o..
https://appstoryo.com/zh-hant/blog/how-to-set-up-a-rotating-school-timetable
© 2026 lapnito.cz s.r.o.