

臺北市立至善國民中學學生在校作息時間規劃要點

113年8月30日校務會議通過

一、依據「十二年國民基本教育課程綱要總綱」；108年3月14日北市教中字第1083024858號函修正訂定。

二、目的：為維護學生身心健康發展，衡酌國民中學階段學生成長需求，並考量親師互動、生活教育及學生健康體適能之重要性，學校訂定學生在校作息時間相關規定時，應以健全身心發展、強調主動學習、提升學習品質為目的。

三、學生到離校時間：上學時間 07：20~08：00，上學時間校門口有交通導護值勤，請勿過早到校，避免危安事件發生，並請勿惡意遲到規避課程；放學後除導師留校外，不得逗留教學區，並於放學之前應將座椅整齊的靠向課桌，關妥教室門窗，關閉教室所有電源。。

四、學生在校作息實施方式時間表：

時間/星期	一	二	三	四	五
08:00~08:30	導師時間(含朝會、晨讀、自主學習、SH150等)				
08:35~09:20		第1節課			
09:20~09:30		整潔活動			
09:30~10:15		第2節課			
10:25~11:10		第3節課			
11:20~12:05		第4節課			
12:05~12:35		午餐時間			
12:35~13:10		午休			
13:15~14:00		第5節課			
14:10~14:55		第6節課			
14:55~15:10		整潔活動			
15:10~15:55		第7節課			
16:10~16:55		第8節輔導課			

註：全校朝會時間為星期二、星期五舉行，集合時間原則上為08:00，地點於活動中心。

五、上課、下課：

- (一) 上課鈴聲一響，全體同學應安靜就上課座位或地點完畢，拿出課本預習。上課影響秩序者，班長及風紀股長應勸導糾正。
- (二) 下課鈴聲未響且任課老師未宣布下課前，不得擅自離開教室座位：下課時間不在走廊、教室內打球、追逐、嬉戲。
- (三) 外堂課應於上課前即至定點集合，並攜帶應備之文具、課本。
- (四) 依編定座位就位，不宜擅自更動。
- (五) 上課鐘響務須在1分鐘內進入教室，勿在教室外逗留。超過1分鐘進入教室者應視為遲到，同一課程連續3次遲到，以曠課1次紀錄。
- (六) 上課時，不閱讀與該課無關之書籍或進行無關的活動，不伏案大睡，注意坐姿之端正。
- (七) 專心聽課，尊重老師和同學之教學權益。
- (八) 桌面上不放置與課程無關之物品。

六、打掃：

- (一) 上午9:20~9:30、14:55~15:10為打掃時間，全體同學應確實認真完成打掃工作。

七、午餐、午睡規則：

- (一) 應要在教室用餐，並保持教室整潔。午餐時間，禁止攜帶任何食物、飲料至教室外食用。
- (二) 午餐後應妥善處理廚餘、飲料包裝，午休鐘響後，應盡速進入教室午休，不得任意走動。
- (三) 在學校蒸飯者，第2節上課前放置到蒸飯箱。
- (四) 午睡：12:35全體同學進入教室安靜午休，值日生打掃及整理教室環境清潔應於午休前儘速完成，午休時間全體同學在自己座位休息，一切工作暫停、安靜小睡。

八、請假與外出：

- (一) 請假分公假、病假、事假及喪假(限直系親屬)等 4 種。
- (二) 請假手續：應先填妥請假單，經家長簽章及附證明文件送請導師簽證後再送學務處辦理，方為有效，否則以曠課論。
- (三) 因緊急事故不能到校者，必須由家長親自電話告知導師或學務處，電話：2841-1350 轉 31、32，俟返校時要於三日內補辦請假手續，逾時以曠課登記。
- (四) 學生來校後，除因病或緊急事件外，一律不得請假外出，如須外出應先到學務處填請假單經導師簽准，再至學務處核准並與家長確認後始得外出，事後仍須完成請假手續，否則以曠課論。
- (五) 生理女性學生因生理日致就學有困難者，每月得請生理假 1 日。

九、本要點經校務會議通過後實施。