

臺北市立內湖高級中學學生在校作息時間實施規定

109年6月17日行政會報討論

109年7月10日校務會議核定

- 壹、依據教育部105年12月1日臺教授國字第1050142381號函訂定「教育部主管高級中等學校學生在校作息時間規劃注意事項」辦理，為使本校學生學習更豐富多元，特訂定本規定。
- 貳、學校作息時間執行內容：
- 一、早自習
1. 實施時間：週二至週四上午7時30分至8時。
 2. 早自習前十分鐘：上午7時20分至7時30分開始校園清潔工作。
 3. 實施方式及內容：
 - (1) 各班導師依其班級經營可自行律定實施內容（如考試、閱讀、運動、掃除工作……等）。
 - (2) 同學個別自行安靜閱讀。
 4. 一般規定
 - (1) 早自習以各班導師律定實施內容為主，如無特定安排同學則自行安靜閱讀。
 - (2) 早自習如老師加、補課時，禁止飲食。
 - (3) 早自習禁止大聲喧嘩打電動玩具、棋類活動及一切違反獎懲規定之行為。
- 二、年級朝會集合
1. 實施時間：安排於班會時間，分年級辦理。
 2. 實施方式及內容：
 - (1) 集合年級學生至集會場所，學務處訂定年級朝會集合主題，進行相關重要事項宣導及各項學生成果發表展現。
 - (2) 頒發學生個人、班級、學校代表隊優良獎項或獻獎。
 3. 一般規定：於年級朝會集合前一個月公告時間，遇期中考、模擬考前一週暫停實施。無故不參加年級集合等集會活動者，將依據本校學生獎懲規定予以懲處。
- 三、午休
1. 實施時間：週一至週五中午12時30分至12時55分。
 2. 實施方式及內容：
 - (1) 原則以學生午休為主，如有特殊需求老師仍請依其班級經營自行律定實施內容。
 - (2) 學生自主管理：原則以午休為主，在不影響他人情形下，自行閱讀或以耳機收聽音樂等。
 3. 一般規定
 - (1) 午休以午睡為主，並保持教室安靜。
 - (2) 午休除必要之公勤外，所有活動均在教室內實施，不得離開教室。
 - (3) 午休禁止從事實施內容外之活動，大聲喧嘩、打電動玩具、棋類活動及一切違反獎懲規定之行為。
- 四、掃除時間
1. 實施時間：
 - (1) 週一至週五下午13時50分至14時10分。
 - (2) 其他因應活動增加掃除時間，學務處另訂公告之。
 2. 實施方式及內容：
 - (1) 校園環境整潔：每日校園環境整潔，包括教室、辦公室、廁所及運動場所，尤其校園各角落、空地等。

(2) 環境整潔衛生：修剪校園花草、花圃垃圾、環境衛生及設備器材放置整齊。

(3) 資源回收：落實垃圾分類，做好環保及垃圾減量工作。

3. 一般規定：如個人或班級未落實掃除工作，將依據本校學生獎懲規定予以懲處。

參、學校學生作息時間表如附表：

節次	時間
晨間活動	07:30~08:00
下課	08:00~08:10
第一節	08:10~09:00
下課	09:00~09:10
第二節	09:10~10:00
下課	10:00~10:10
第三節	10:10~11:00
下課	11:00~11:10
第四節	11:10~12:00
用餐時間	12:00~12:30
午休時間	12:30~12:55
下課	12:55~13:00
第五節	13:00~13:50
打掃時間	13:50~14:10
第六節	14:10~15:00
下課	15:00~15:10
第七節	15:10~16:00
下課	16:00~16:10
第八節(課業輔導)	16:10~17:00

肆、為增進師生互動機會，以利班級經營及生活教育進行，各班得於上午第一節開始上課以前，實施非學習節數之活動；為維護學生身心健康，培養主動學習，每週至少應安排二日(週一及週五)，由學生自主規劃運用並決定是否參加。

伍、學生於非學習節數活動之參與狀況，不得列入出缺席紀錄；但得視其情節，採取適當之正向輔導管教措施。

陸、本規定如有未盡事宜得另行補充修訂。

柒、本規定經校務會議通過，陳奉校長核准、教育局備查後實施，修訂時亦同。