

臺中市立長億高級中學學生在校作息時間規劃實施要點

112 年 8 月 29 日校務會議修正通過

114 年 8 月 29 日校務會議修正通過

115 年 6 月 30 日校務會議修正通過

一、依據：

- (一)教育部111年3月7日臺教授國部字第1110026379A號函修正「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」
- (二)111年8月23日中市教學字第1110071555號函「高級中等學校訂定學生在校作息時間相關規定之審核意見表」

二、目的：

為維護學生身心健康發展，衡酌高級中等學校階段學生成長生理需求，健全身心發展、強調主動學習、提升學習品質為目的。

三、規劃原則：

- (一)依據學生需求、學校條件、社區特性及社會期待，並考量校園安全、交通狀況及家庭需求等因素，訂定學生在校作息時間相關規定。
- (二)依總綱之規定，學習節數每週三十五節，其中包含必選修課程、團體活動時間及彈性學習時間。其他非學習節數之時間及活動內容，由學校依本注意事項納入作息時間規劃辦理。前項學習節數，每日排課以七節為原則，學校如有特殊需求，應提報教育局許可後實施。
- (三)學校得訂定學生每日上學及放學時間；如因班級經營、課後社團活動、代表隊培(集)訓、學校重要活動或其他特殊需求，在學生安全無虞前提下，學校得調整部分上、放學時間。
- (四)學生如因個人或家庭特殊因素，提早上學或延遲放學時，學校應本維護學生安全之責，提供適當安置場所或相關措施。
- (五)為增進師生互動機會，以利班級經營及生活教育進行，學校得於上午第一節開始上課以前，實施非學習節數之活動，其中屬全校集合之活動，每週至多一日為原則；為維護學生身心健康，培養主動學習，每週得安排部分日數，由學生自主規劃運用並決定是否參加。
- (六)學生於非學習節數活動之參與狀況，不得列入高級中等學校學生學習評量辦法之德行評量項目；但得視其情節，採取適當之正向輔導管教措施。
- (七)學校實施課業輔導，依「臺中市公立高級中等學校課業輔導及學藝活動實施要點」規定辦理，前項課業輔導，不得提前講授各該科目教學進度表所定之課程內容，且不得對學生實施列入學業成績計算之評量。
- (八)學校訂定學生在校作息時間時，應依循民主參與之程序，與學生、教師及家長充分溝通，經校務會議通過後實施。

四、規劃要點：

- (一)本校各學習階段上放學時間依下表一、二所列時間實施為原則，如因課業輔導、班級經營、課後社團活動、代表隊培(集)訓、學校重要活動或其他特殊需求，在學生安全無虞前提下，學校得調整部分上放學時間，並依實際需要異動並通知學生外，其餘時間均維持不變。
- (二)本校各學習階段於每日上午第一節開始上課以前，將安排全校性集合活動及學生自主學習，其時間如表一、表二、表三所列。

(表一)各學期階段【上學】時間表

上學時間	學生自主學習	
	星期一、星期二、星期三、星期四、星期五	
	7:30~8:10分前到校	08:10上課

(表二)各學期階段【放學】時間表

放學時間	未上輔導課放學時間	課業輔導放學時間
	下午3點55分放學	下午4:50放學

(表三)臺中市立長億高級中等學校學生作息時間表

星期 / 節次	一	二	三	四	五
07:30~08:00	自主學習	自主學習	自主學習	自主學習	自主學習
08:00~08:10	學習準備時間	學習準備時間	學習準備時間	學習準備時間	學習準備時間
08:10~09:00	第1節	第1節	第1節	第1節	第1節
09:10~10:00	第2節	第2節	第2節	第2節	第2節
10:10~11:00	第3節	第3節	第3節	第3節	第3節
11:10~12:00	第4節	第4節	第4節	第4節	第4節
12:00~12:30	午餐	午餐	午餐	午餐	午餐
12:30~12:55	午休	午休	午休	午休	午休
13:00~13:50	第5節	第5節	第5節	第5節	第5節
14:00~14:50	第6節	第6節	第6節	第6節	第6節
14:50~15:05	打掃時間	打掃時間	打掃時間	打掃時間	打掃時間
15:05~15:55	第7節	第7節	第7節	第7節	第7節
16:00~16:50	第8節 課業輔導課	第8節 課業輔導課	第8節 課業輔導課	第8節 課業輔導課	第8節 課業輔導課

五、注意事項

(一)到校：

1. 每週一、週二、週三、週四、週五08:10正式上課，上課鐘響後應於上課地點就位完畢，十分鐘以內到位者為遲到，超過十分鐘則以曠課登記。
2. 在校園內，考量校園安寧與學生安全等，學生自主學習時間一律於班級教室進行，保持安靜，不得使用手機、其他3C產品。

(二)午休：

1. 午休時間無相關證明，一律於教室內休息。
2. 如接受補考、課後輔導、公差或愛校服務由相關單位或老師開立證明單，供副班長登錄。
3. 不得使用手機、其他3C產品、從事與課業無關之休閒活動或進行球類運動。

(三)學生於非學習節數活動之參與狀況，本校不列入缺席紀錄，但得視其情節，採取適當之正向輔導管教措施。

(四)08:00-08:10為學習準備時間，班級可實施環境整理、學習用品準備、靜心、導師運用等事項。

(五)每月導師會報於午休時間召開，學生應在教室午休勿干擾其他班級之休息。

(六)本注意事項未規定者，依「十二年國民基本教育課程綱要總綱」及相關法令規定辦理。

六、本要點如需補充或修訂，經校務會議通過後實施，修正時亦同。