

臺北市立麗山高級中學 學生作息時間暨生活公約

91.10.25 陳校長核定實施

98.01.19 經校務會議通過後實施

107.01.19 經校務會議通過後實施

108.08.29 經校務會議通過後實施

111.01.20 經校務會議通過後實施

作息項目	時間	學生生活公約
全校晨間活動 (週二、週三、週四) 早修、朝會	07:30 -- 07:55	<p>第一條 在學習方面</p> <p>一、上課時用心聽講，不談笑、不做別事。</p> <p>二、自己作業自己做，不抄襲、不請代作。</p> <p>三、平時努力學業，考試時絕不作弊。</p> <p>四、自習課靜心自習，決不干擾他人。</p> <p>第二條 在整潔方面</p> <p>一、服裝儀容隨時保持整齊清潔。</p> <p>二、使用課桌椅隨時保持清潔，不任意塗鴉。</p> <p>三、責任區掃除確實打掃，並加強維護工作。</p> <p>四、絕不隨意拋棄垃圾，隨時發現隨時揀起。</p> <p>五、不隨地吐痰。</p> <p>六、不亂塗寫牆壁、門窗，黑板、桌椅。</p> <p>七、力行垃圾減量、分類，資源回收工作。</p> <p>第三條 在秩序方面</p> <p>一、遵守政府法令、學校校規。</p> <p>二、按時作息，不遲到、不早退。</p> <p>三、集合迅速敏捷、保持靜肅。</p> <p>四、排隊行進時不講話、不凌亂。</p> <p>五、出入公共場所不爭先恐後。</p> <p>六、行路時遵守交通規則。</p> <p>七、乘車排隊按照前後秩序上車。</p> <p>八、不參加非法的不良組織。</p> <p>第四條 在禮節方面</p> <p>一、遇到升旗或聽唱國歌，應立正致敬。</p> <p>二、師長有所詢問時，應誠懇答覆。</p> <p>三、向師長請教時，開始與完畢應有禮貌。</p> <p>四、路上遇見師長，應向師長行禮問好。</p> <p>五、車上遇見師長或老弱婦孺應讓座。</p> <p>六、進入辦公室應先呼報告。</p> <p>第五條 在服務方面</p> <p>一、值日生應切實注意教室及走廊的整潔。</p> <p>二、對指定服務工作應欣然接受，迅速去做。</p> <p>三、幹部同學要負責盡職。</p> <p>四、今日事今日畢。</p> <p>五、為團體服務應盡心竭力。</p> <p>六、熱心社會活動，為校爭光。</p>
自主晨間活動 (週一、週五)	07:30 -- 07:55	
學習節數 第一節	08:00 -- 08:50	
學習節數 第二節	09:00 -- 09:50	
環境維護	09:50 -- 10:10	
學習節數 第三節	10:10 -- 11:00	
學習節數 第四節	11:10 -- 12:00	
午餐	12:00 -- 12:30	
午休	12:30 -- 12:55	
學習節數 第五節	13:00 -- 13:50	
學習節數 第六節	14:00 -- 14:50	
學習節數 第七節	15:00 -- 15:50	

臺北市立麗山高級中學 學生作息時間實施要點

壹、依據：

- 一、教育部「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、臺北市政府教育局 108 年 1 月 14 日北市教中字第 1083006260 號函「臺北市高級中等學校學生在校作息時間規劃注意事項」。

貳、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需求，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。

參、節數：學習節數每週三十五節，包含必選修課程、團體活動時間及彈性學習時間，每日排課以七節為原則。其他早修、朝會、午餐、午休、環境清掃、課間活動等，非學習節數之時間及活動內容，納入本校作息時間暨生活公約規劃辦理。

肆、作息：

- 一、學生每日上學時間為 07：30 及放學時間 15：50；如因課程綱要調整、考試評量測驗、課業輔導重修、班級經營管理、課後社團活動、體育競賽活動、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。
- 二、為增進師生互動機會，以利班級經營及生活教育進行，訂於每週二、週三及週四 07：30 至 07：55 實施全校晨間活動，學生應出席參與。本時段除朝會或經申請核准之活動外，全體同學應於原班級教室內安靜早修或進行班級活動。
- 三、為維護學生身心健康，培養主動學習，每週一及週五 07:30 至 07：55 得由學生規劃自主晨間活動。
- 四、為了讓校務活動推展順利，得於週二全校晨間活動時間辦理「朝會」或於週五團體活動時間辦理「週會」，進行政策法令宣導、競賽頒獎贈獎、演講宣傳報告等全校或全年級集會活動。
- 五、每節課，上課鐘響後未進教室或指定地點得登記遲到，15 分鐘後未進教室或指定地點得登記曠課。
- 六、環境維護 09：50 至 10：10，本時段學生均應依照班級工作區域之打掃分配，確實進行內、外掃區環境清掃工作。
- 七、午休時間 12：30 至 12：55，本時段除經申請核准之活動外，全體同學應於原班級教室內安靜休息。
- 八、學校實施課業輔導，依「臺北市高級中學學習輔導實施要點」辦理。
- 九、為維護學生人身安全及校園安全，學生請避免於上午 07：00 前到校，超過 8:00 以後入校，應至門口警衛室刷卡或登記學籍資料，以利人員管制。下午 18：00 以後教學區(北、中、南棟教學大樓)關閉淨空，學生必須配合離開，若 18：00 後有留校參加活動之必要，必須依規定提早完成申請核准，留校期間必須有師長在場，以維護學生夜間人身安全。夜自習學生請在規定時間內至 K 書中心，並遵守 K 書中心管理辦法與留校自習實施要點規定。
- 十、學生於非學習節數活動之參與狀況，不列入出缺席紀錄；惟為維護學生在校安全，各時段(早修、午休、朝會)各班仍應實施點名登錄，學校可視學生到勤及學習狀況，採取適當之正向輔導管教措施。
- 十一、本要點經校務會議通過，陳校長核定後實施，修正時亦同。