

# 新竹縣立六家高級中學學生在校作息時間實施要點

111 年 12 月 12 日主管會議通過

112 年 1 月 18 日校務會議通過，112 年 8 月 1 日開始實施

- 一、依據：教育部民國 103 年 11 月頒布之「十二年國民基本教育課程綱要總綱」(以下簡稱總綱)以及教育部民國 111 年 03 月 07 日臺教授國部字第 1110026379A 號函「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」(以下簡稱教育部高中作息要點)。
- 二、目的：為維護學生身心健康發展，衡酌其成長生理需求，以健全身心發展和強調主動學習以提升學習品質，並考量學校條件、社區特性以及學生安全等因素訂定本要點。
- 三、學習時間與非學習時間規劃：依據總綱規定，學生每週的學習節數為 35 節，包含必修、選修、團體活動以及彈性學習時間。其他非學習時間結束之活動有：早讀、朝會、自主學習時間、午餐、午休、下課時間、課業輔導、選手培(集)訓以及環境清掃與維護等，規劃如下：
  - (一)早讀：週一至週五 07：30~08：00
    1. 於本校國中部實施，國中部同學均須在 7：30 前到校參加早讀，7：30 以後到校者登記早讀遲到，7:40 以後到校者登記早讀曠課，並掌握出缺席人數。
    2. 各班導師請於早讀時間到教室輔導同學。
    3. 早讀時以個人自習為主，上課或問題討論以不影響別班早讀為宜，並遵守各班規範。
  - (二)朝會：週三 07：35~08：00
    1. 於本校國中部實施。
    2. 如遇考試當週則暫停實施。
  - (三)自主學習時間：週一至週五 07：30~08：00
    1. 於本校高中部實施。
    2. 高中部學生得於此時間於教室內自行運用學習，但不得影響到其他班級。
  - (四)學習時間：依照附表所示，每天七節。
    1. 依照上課鐘響進行作息，上課鐘聲響畢前須進入教室安靜坐好，等候上課教師進班。
    2. 上課鐘聲響畢得登記為遲到。
    3. 上課鐘聲響畢十分鐘後即登記為曠課。
    4. 上述(二)、(三)若因教師有緊急需求需要臨時晤談，可出示相關證明，不以遲到曠課登記。
  - (五)午餐：週一至週五 12：00~12：30
    1. 午餐時間全體學生一律在校內用餐，不得外出。
    2. 遇有特殊情事需外出者，按規定填寫外出單，並於三日內完成請假手續。
    3. 不得打球或運動。
    4. 各班負責之同學，請在 12：30 前將餐車推回餐廳並注意音量，以免影響其他同學午休之權益。
  - (六)午休：週一至週五 12：30~13：00
    1. 午休時間全體學生一律在教室內安靜休息。
    2. 各班導師請至教室督導同學休息並確實掌握出缺席人數。
    3. 遇有特殊情事需外出者，按規定填寫外出單，並於三日內完成請假手續。
    4. 若有社團活動、學校代表隊培(集)訓等活動，請依規定進行公假申請。
  - (七)下課時間：依照本要點附表所列
    1. 請依照鐘聲作息，務必於鐘聲響畢前回到教室準備上課。
    2. 請勿在教學區域(教室、走廊以及川堂等)從事運動以及高風險的行為。
    3. 請勿在操場從事危險的運動。
  - (八)課業輔導：(高中部)週一至週五 16：05~16：55 /(國中部)週一至週五 16：05~16：50
    1. 由任課老師安排相關學習活動，並以教室內之學習活動為優先。
  - (九)環境清掃與維護：週一至週五 08：55~09：10 以及 14：55~15：10
    1. 全體學生皆須依據衛生組以及班級導師分配之打掃區域進行環境清掃與維護。
    2. 請各班導師協助督導工作。
  - (十)選手培(集)訓等其餘活動依照相關處室單位之權責辦理。

- 四、在校作息時間規劃如附表，如因班級經營、課後社團活動、學校代表隊培(集)訓、學校重大活動、課業輔導、晚自習、補強性教學、學習扶助以及其他特殊需求，在學生安全無虞之前提下，得調整部分上學、放學時間。
- 五、為維護校園安全，學生早上須盡量於 7 時 15 分後到校，並於 17 時 30 分前離校。
- 六、本校人員將依規定時間進行校園淨空，依規定申請留校、晚自習、補強性教學以及學習扶助等學生，請準時至指定地點就位進行活動。
- 七、學生於非學習節數活動之參與狀況，不列入出缺席紀錄，但基於維護學生在校安全，並視學生學習情節，得採取適當之正向輔導管教措施。
- 八、本要點經校務會議通過，陳校長核定後實施，修正時亦同。

附表、學生在校作息時間規劃表

| 時間/星期 |             |     | 一               | 二  | 三     | 四  | 五  |
|-------|-------------|-----|-----------------|----|-------|----|----|
|       | 07：30~08：00 | 高中部 | 自主學習時間          |    |       |    |    |
|       |             | 國中部 | 早讀              | 早讀 | 早讀/朝會 | 早讀 | 早讀 |
|       | 08：00~08：05 |     | 下課時間            |    |       |    |    |
| 1     | 08：05~08：55 |     | 第一節學習時間         |    |       |    |    |
|       | 08：55~09：10 |     | 環境清掃與維護         |    |       |    |    |
| 2     | 09：10~10：00 |     | 第二節學習時間         |    |       |    |    |
|       | 10：00~10：10 |     | 下課時間            |    |       |    |    |
| 3     | 10：10~11：00 |     | 第三節學習時間         |    |       |    |    |
|       | 11：00~11：10 |     | 下課時間            |    |       |    |    |
| 4     | 11：10~12：00 |     | 第四節學習時間         |    |       |    |    |
|       | 12：00~12：30 |     | 午餐              |    |       |    |    |
|       | 12：30~13：00 |     | 午休              |    |       |    |    |
|       | 13：00~13：05 |     | 下課時間            |    |       |    |    |
| 5     | 13：05~13：55 |     | 第五節學習時間         |    |       |    |    |
|       | 13：55~14：05 |     | 下課時間            |    |       |    |    |
| 6     | 14：05~14：55 |     | 第六節學習時間         |    |       |    |    |
|       | 14：55~15：10 |     | 環境清掃與維護         |    |       |    |    |
| 7     | 15：10~16：00 |     | 第七節學習時間         |    |       |    |    |
|       | 16：00~16：05 |     | 下課時間            |    |       |    |    |
| 8     | 16：05~16：55 | 高中部 | 課業輔導<br>選手培(集)訓 |    |       |    |    |
|       | 16：05~16：50 | 國中部 |                 |    |       |    |    |