

# 臺中市立神岡工業高級中等學校學生在校作息時間規劃實施辦法

111 年 6 月 29 日經由校務會議決議通過

## 壹、依據：

教育部 111 年 3 月 7 日臺教授國部字第 1110026379 號函訂正「教育部高級中等學校學生在校作息時間規劃注意事項」(111 年 8 月 1 日生效)。

## 貳、目的：

為維護學生身心發展健全、尊重學生休息及休閒權利，並考量學校條件、社區特性、校園安全、交通狀況、家庭需求等因素，以提升學生自主規劃學習能力、強化主動學習、提升學習品質為主要目的，並兼顧師生互動、班級經營及生活教育需求，訂定本要點。

## 參、作息時間：

### 一、學習節數：

依「十二年國民基本教育課程綱要總綱」規定，學習節數每週三十五節，每日排課七節，其中包括必修與選修課程、團體活動時間及彈性學習時間。

### 二、其他非學習節數活動規劃如下：

1. 國中部：每週一～五 07:25～07:40，由導師督導學生進行環境清掃，07:40～08:10 早自習。  
高中部：每週一、五 07:50～08:10，由導師督導學生進行自主學習活動（環境清掃），此時未能到班者，不列入出缺席紀錄。
2. 國中部朝會：每週二 07:40～08:10 時，實施朝會升旗，07:25 以前入校，如遇下雨則暫停實施，改為早自習。  
高中部朝會：每週二 07:40～08:10 時，實施朝會升旗，07:30 入校，如遇下雨則暫停實施，改為學生自主學習。
3. 高中部：每週三、四上午第一節正式上課前，彈性自主學習活動，如：圖書館閱讀、在教室自主學習等，以強化學生主動學習，自主管理之能力，促進身心健康發展。

4. 團體活動:依訓育組規劃於每週三 14：10~16：00 時實施。

5. 午餐:12:10-12:40 時，全校學生於各班班級內用餐。

6. 午休:12:40-13:05 時，除經申請核准的活動外，全體學生應於  
室內安靜休息。

7. 國中部作息安排詳如下表：

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
7:25 ~ 7:40	環境清掃	環境清掃	環境清掃	環境清掃	環境清掃
7:40 ~ 8:10	早自習	早自習	朝會	早自習	早自習
8:20 ~ 9:10	學習節數 第 1 節	學習節數 第 1 節	學習節數 第 1 節	學習節數 第 1 節	學習節數 第 1 節
9:20 ~ 10:10	學習節數 第 2 節	學習節數 第 2 節	學習節數 第 2 節	學習節數 第 2 節	學習節數 第 2 節
10:20 ~ 11:10	學習節數 第 3 節	學習節數 第 3 節	學習節數 第 3 節	學習節數 第 3 節	學習節數 第 3 節
11:20 ~ 12:10	學習節數 第 4 節	學習節數 第 4 節	學習節數 第 4 節	學習節數 第 4 節	學習節數 第 4 節
13:10 ~ 14:00	學習節數 第 5 節	學習節數 第 5 節	學習節數 第 5 節	學習節數 第 5 節	學習節數 第 5 節
14:10 ~ 15:00	學習節數 第 6 節	學習節數 第 6 節	學習節數 第 6 節	學習節數 第 6 節	學習節數 第 6 節
15:10 ~ 16:00	學習節數 第 7 節	學習節數 第 7 節	學習節數 第 7 節	學習節數 第 7 節	學習節數 第 7 節

8. 高中部作息安排詳如下表：

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
自主晨間活動	7:50 ~ 8:10 自主學習活動 (環境清掃)	7:30~7:40 自主學習活動(環境清掃) 7:40~8:10 朝會	8:20 以前 自主學習活動(如：圖書館閱讀(8:10開館)、在教室自主學習等)	8:20 以前 自主學習活動(如：圖書館閱讀(8:10開館)、在教室自主學習等)	7:50 ~ 8:10 自主學習活動 (環境清掃)
8:20 ~ 9:10	學習節數 第 1 節	學習節數 第 1 節	學習節數 第 1 節	學習節數 第 1 節	學習節數 第 1 節
9:20 ~ 10:10	學習節數 第 2 節	學習節數 第 2 節	學習節數 第 2 節	學習節數 第 2 節	學習節數 第 2 節
10:20 ~ 11:10	學習節數 第 3 節	學習節數 第 3 節	學習節數 第 3 節	學習節數 第 3 節	學習節數 第 3 節
11:20 ~ 12:10	學習節數 第 4 節	學習節數 第 4 節	學習節數 第 4 節	學習節數 第 4 節	學習節數 第 4 節
13:10 ~ 14:00	學習節數 第 5 節	學習節數 第 5 節	學習節數 第 5 節	學習節數 第 5 節	學習節數 第 5 節
14:10 ~ 15:00	學習節數 第 6 節	學習節數 第 6 節	學習節數 第 6 節	學習節數 第 6 節	學習節數 第 6 節
15:10 ~ 16:00	學習節數 第 7 節	學習節數 第 7 節	學習節數 第 7 節	學習節數 第 7 節	學習節數 第 7 節

肆、一般規定：

一、學生自主學習之活動範圍限定在修福樓（實習工廠除外）、圖書資訊中心（8：10 開館）及各班教室，不得以任何理由留在各場館。

二、學生每日在校作息如因班級經營、課後社團活動、各項(集)訓、學校重要活動、學生課業輔導或其他特殊需求，在學生安全無虞前提下，得調整部分上、放學時間。

三、學生於第一節開始上課以前抵達上課地點即可；另於非學習節數活動之參與狀況，不列入出缺席紀錄、不實施任何學業成績評量。惟基於維護學生在校安全，並視學生學習情節，採取適當且合

乎比例原則之正向、一般輔導及管教措施(口頭糾正、列入日常生活表現紀錄、通知監護人協同處理、書面自省或靜坐反省)。

四、為維護學生安全，請學生依上、放學時間作息，若有因個人或家庭因素無法配合者，須提出免自主學習申請，以利管理學生準時於規定地點就位。

伍、本辦法經校務會議通過，陳請校長核定後公布實施，修正時亦同。