

臺北市立瑠公國民中學學生在校作息時間規劃要點

114年8月25日校務會議通過

一、依據「十二年國民基本教育課程綱要總綱」；108年3月14日北市教中字第1083024858號函修正訂定。

二、目的：為維護學生身心健康發展，衡酌國民中學階段學生成長需求，並考量親師互動、生活教育及學生健康體適能之重要性，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、提升學習品質為目的。

三、學生到校時間：本校每日大門開放時間為上午07：00。

四、學生在校作息實施方式時間表

節	時間/星期	一	二	三	四	五
	07:30~08:10	朝會(全校)、自主學習、晨讀、自主學習、晨運				
	08:10~08:20	環境整理時間				
1	08:20~09:05					
2	09:15~10:00					
3	10:20~11:05					
4	11:15~12:00					
	12:00~12:45	午餐饗宴時間與環境整理時間				
5	13:25~14:10					
6	14:20~15:05					
7	15:15~16:00					
8	16:10~16:55					

註：作息時間可依學校實際需求彈性調整

五、作息時間規劃要點訂定原則：

- (一) 學校訂定學生上學及放學時間，得考量學區交通狀況、社區特性、學生需求與學校條件作適當調整，並應兼顧學生安全。
- (二) 依總綱之規定，學習節數每日排課以七節為原則，每週三十五節，其中包含領域學習節數及彈性學習節數。
- (三) 朝會升旗、午餐、午休、環境清掃、課間活動及導師時間等非學

習節數之時間及活動內容，由學校依作息時間規劃辦理。

- (四) 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，每週以不超過二日為原則；為維護學生身心健康，培養主動學習，每週至少應安排二日自主學習活動。
- (五) 學校規劃學生作息時間，上午第一節開始上課以前以安排學生自主學習、晨運、晨讀、晨社、導師時間、學校集會等學習活動為原則。
- (六) 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。
- (七) 學校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。
- (八) 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。
- (九) 學校實施課業輔導，依「臺北市公私立國民中學課後學習輔導實施要點」規定辦理。
- (十) 學校於假日辦理半天、全天之全校性活動，應經學校課程發展委員會通過，明訂於學校行事曆中，並於學校日向家長說明，俾家長妥為因應。活動辦理完竣，學校應於一週內辦理全校師生補假半天、全天亦須以書面通知家長，於補假當日安排學生自行學習並指導學生注意居家安全。

六、本要點經校務會議通過後實施。