

臺北市立南湖高級中等學校學生在校作息時間規範

107年6月28日校務會議修訂

111年6月30日校務會議修訂

- 一、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，訂定本校學生在校作息時間相關規定，以健全學生身心發展，強調主動學習，提升學習品質。
- 二、依據：臺北市政府教育局 111 年 6 月 13 日北市教中字第 1113058060 號函。
- 三、規範要點：
 - (一)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、朝會升旗、午餐、午休、環境清掃、課間活動等為非學習節數之時間及活動內容。
 - (二)學生每日上學時間為第一節課前及放學時間 16：00；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。
 - (三)為增進師生互動機會，以利班級經營及生活教育進行，訂於每週四上午 7：30 至 8：00 實施全校性晨間活動；為維護學生身心健康，培養主動學習，每週一、週二、週三及週五上午 7：30 至 8：00 由班級自主規劃晨間活動。
 - (四)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。
 - (五)實施課業輔導，依教育部「高級中等學校課業輔導實施要點」規定辦理。
- 四、本規範依循民主參與之程序，與學生代表、教師及家長代表充分溝通後，經校務會議通過實施。

臺北市立南湖高級中學在校生活作息表

時間		星期	一	二	三	四	五
上午	晨間活動 班級 自主規劃	0730 0800	班級 自主規劃	班級 自主規劃	班級 自主規劃	晨間活動	班級 自主規劃
	第一節	0810 0900	學習節數	學習節數	學習節數	學習節數	學習節數
	第二節	0910 1000	學習節數	學習節數	學習節數	學習節數	學習節數
	第三節	1010 1100	學習節數	學習節數	學習節數	學習節數	學習節數
	第四節	1110 1200	學習節數	學習節數	學習節數	學習節數	學習節數
	午餐 時間	1200 1230	學生用餐	學生用餐	學生用餐	學生用餐	學生用餐
中午	午休 時間	1230 1255	班級自習午 休	班級自習 午休	班級自習 午休	班級自習 午休	班級自習 午休
下午	第五節	1300 1350	學習節數	學習節數	學習節數	學習節數	學習節數
	第六節	1400 1450	學習節數	學習節數	學習節數	學習節數	學習節數
	打掃 時間	1450 1510	校園 環境整潔	校園 環境整潔	校園 環境整潔	校園 環境整潔	校園 環境整潔
	第七節	1510 1600	學習節數	學習節數	學習節數	學習節數	學習節數
	第八節	1610 1700	輔導課	輔導課	輔導課	輔導課	輔導課