

提案：臺北市西湖實驗國民中學 112 學年度第 1 次校務會議提案表（提案：學務處）

案由 112 年臺北市西湖實驗國民中學生活作息表，提請審議。

原定 7:30-7:45 整潔時間，因下列原因調整時段：

一、本校非學區內學生多，交通時間花費長，遠道證 7:45 到校，校園、班級整潔人力吃緊。

二、校園廣大，只有中午 15 分鐘整潔時間不足，加上現今國中階段學生整潔習慣仍在建立中，需要花費時間及心力督導。

三、維護乾淨良好的學習環境，持續培養學生服務及利人利己之互助精神。

為持續培養學生健康、互動、共好的精神與為自己、社會及環境負責任態度，持續推動整潔教育擬將作息時間規劃如下：

早自習 7:35-8:10、早自習下課 8:10-8:20、第一節 8:20-9:05、下課 9:05-9:10、打掃時間 9:10-9:25（後續作息不影響）。

說明

校務會議  
提案  
學務處案  
之 1  
調整  
作息時間

原有作息表

7:30	打掃時間
7:45	/彈性自主學習
7:45	早自習
8:20	/朝會
8:20	早自習下課
8:30	第 1 節
9:15	第 1 節下課
9:25	第 2 節
10:10	

因應保留晨間/上午打掃  
調整作息表

7:35	早自習
8:10	/朝會
8:10	早自習下課
8:20	第 1 節
9:05	第 1 節下課
9:10	打掃時間
9:25	第 2 節
10:10	

早自習提前  
10分鐘

第 2 節起，與  
原作息相同

- 導師 7:35 到校督促學生自習 (原 7:30 到校督促打掃)
- 朝會提前 10 分鐘開始
- 週一三五到校時間改為 7:35 (延後 5 分鐘)
- 週二四安排彈性自主學習時間提到到校時間改為 8:10 (提前 10 分鐘)
- 遠道學生，週一三五到校時間較無彈性 (原來是用打掃時間交換)
- 安排第 1 節 5 分鐘的下課，教師可以有緩衝時間
- 體育班晨間打掃時間為週一二四五 (週三因遇專訓時段不打掃)
- 晨間打掃不得影響第 2 節上課，未完成部分可在中午打掃完成 (12:30-12:45)

辦法

規劃 112 學年度第 1 學期開始打掃時間調整如說明。

決議

投票表決結果：

通過 票，不通過 票，無意見 票

## 臺北市西湖實驗國民中學學生作息時間表（草案）

時間	週一	週二	週三	週四	週五	說明
7：35-8：10	朝會 (全校)		早自習時間		SH150 朝會 (7.8 年級)	週五 SH150 朝會，隔週辦理
8：20-9：05	第一節					週一第一節由學務處安排 領導力班週會課程
9：10-9：25	晨間打掃					
9：25-10：10	第二節					
10：20-11：05	第三節					
11：15-12：00	第四節					
12：00-12：30	午餐時間					
12：30-12：45	中午打掃					
12：45-13：20	午休時間					
13：30-14：15	第五節					
14：25-15：10	第六節					
15：20-16：05	第七節					
16：15-17：00	第八節					課後輔導，自由參加

### 依據：

1. 本表依據教育部103年11月頒布《十二年國民基本教育課程綱要總綱》及108年03月14日北市教中字第1083024858號函「臺北市國民中學學生在校作息時間規劃注意事項」辦理。
2. 本表依據臺北市教育局110年9月24日北市教中字第11030892172號函進行檢視，並於111年1月20日校務會議通過後實施。

# 111 學年度臺北市西湖實驗國民中學學生作息時間表

時間	週一	週二	週三	週四	週五	說明
7:30-7:45	晨間打掃	自主學習 活動	晨間打掃	自主學習 活動	晨間打掃	
7:45-8:20	朝會 (全校)		早自習時 間		SH150 朝會 (7.8 年級)	週五 SH150 朝會，隔週辦理
8:30-9:15	第一節					週一第一節由學務處安排 領導力班週會課程
9:25-10:10	第二節					
10:20-11:05	第三節					
11:15-12:00	第四節					
12:00-12:30	午餐時間					
12:30-12:45	打掃時間					
12:45-13:20	午休時間					
13:30-14:15	第五節					
14:25-15:10	第六節					
15:20-16:05	第七節					
16:15-17:00	第八節					課後輔導，自由參加

## 依據:

1. 本表依據教育部103年11月頒布《十二年國民基本教育課程綱要總綱》及108年03月14日北市教中字第1083024858號函「臺北市國民中學學生在校作息時間規劃注意事項」辦理。
2. 本表依據臺北市教育局110年9月24日北市教中字第11030892172號函進行檢視，並於111年1月20日校務會議通過後實施。