

提案：臺北市立西湖國民中學 112 學年度第 2 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。
說明	<p>原定 7:30-7:45 整潔時間，因下列原因調整時段：</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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。</p> <p>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圖：</p> <p>說明如下：</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. 7:45 到校，可改善大學區通學較耗時間的問題</li> <li>2. 融入早自習包入晨掃 10 分的優點</li> <li>3. 晨掃-九年級免掃，七八年級可自主，以教室區為主</li> <li>4. 如果可能，午休時間原 35 分鐘，如調整成 30 分鐘，第 5.6.7.8 節都可提前，第 7 節則可 16:00 放學</li> <li>5. 以最小變動調整，如果試行，可以減少學生適應時間</li> <li>6. 禮拜五社團可評估改到禮拜三第 7.8 節，第 6 節可評估週會時間</li> </ol>
辦法	規劃 112 學年度第 2 學期開始打掃時間調整如說明。
決議	<p>投票表決結果：</p> <p>通過 29 票，不通過 0 票</p>

# 臺北市西湖實驗國民中學學生作息時間表（草案2）

時間	週一	週二	週三	週四	週五	說明
7：35-8：10	朝會 (全校)	彈性自主 學習活動	晨掃 (7:45-7:55) 早自習時間	彈性自主 學習活動	SH150 朝會 (7.8 年級) 晨掃 (7:45-7:55) 早自習時間	❖ 週五 SH150 朝會，隔 週辦理 ❖ 九年級免晨掃 ❖ 七八年級晨掃各班自 主
8：20-9：05	第一節					
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 潔牙時間(12:25-12:30)					午餐時間 25 分鐘 潔牙時間 5 分鐘
12：30-12：45	打掃時間					打掃時間 15 分
12：45-13：20	午休時間					午休時間 35 分鐘 若改為 30 分鐘 第 7 節可 16:00 下課
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／社團， 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113年1月23日校務會議通過後實施。