

基隆市立暖暖高級中學學生在校作息時間及生活規定

111 年 5 月 24 日行政會議通過
111 年 6 月 30 日校務會議通過
113 年 6 月 28 日校務會議通過

一、目的：使學生專心致志、勤學向上，行為符合規範，建立優良校風。

二、依據：

(一)本校學生生活輔導實施計畫、基府教學參字第 1110112347 號函。

(二)本校學生獎懲要點。

(三)基隆市市立中小學學校午餐統一作業規定。

(四)基府教學參字第 1110112347 號函教育部主管高級中等學校學生在校作息時間規劃注意事項修正規定。

三、規定暨執行要項：

(一)到校及晨間活動

1. 全校規定

(1)全校集合活動日到校時間為上午 7 時整起，並應於上午 7：30 前抵達集合地點。

(2)晨間活動時間，請於教室內安靜晨讀或進行其他適當之學習活動，培養自主學習能力。或進行個人座位周邊及教室內外簡易環境清潔工作。

(3)晨間活動時間學生如有影響校園學習及安全等違規行為，得視其情節，採取適當且合乎比例原則之輔導或管教措施，如口頭糾正、列入日常生活表現紀錄、通知監護人協請處理、書面自省或靜坐反省等措施。

2. 國中部

每日到校時間為上午 7 時整起至上午 7 時 30 分止；晨間活動時間為上午 7 時 30 分起至上午 8 時整止。

3. 高中部

除全校集合活動日以外，到校時間為上午 7 時整起，並應於上午第一節上課前抵達上課地點。

(二)朝會

1. 朝會時間為每週四上午 7 時 30 分起至上午 8 時整止實施，共計 30 分鐘，若因天候不佳或臨時事故，由學務處統一廣播通知，原朝會時間即改為日常之晨間活動

2. 應著規定服裝(除當日有體育課之班級例外，但須擇日穿著制服)，全班於教室走廊集合，班長攜帶班級牌、副班長攜帶點名條；聞進行樂曲時班長開始迅速帶隊至集合地點集合，行進間保持安靜、注意安全；抵達集合地點後班長即應整理隊形、副班長確實點名並紀錄(解散後交回學務處)。

3. 典禮中要莊嚴，齊唱國(校)歌。

4. 進行頒獎、報告、晨操或生活儀態訓練等活動。

5. 回教室應依指定路線，隊形整齊肅靜循序前進。

6. 朝會為全校性重大集會，服裝儀容須合於規定並力求全班統一，因故未到應辦理請假手續，凡經學務處查察無故缺席者，視情節採取適當且合乎比例原則之輔導管教措施，如口頭糾正、列入日常生活表現紀錄、通知監護權人協請處理、書面自省或靜坐反省等措施。

(三)上課期間(依教務處公布之課表實施)

1. 學習節數每週三十五節，其中包括必修與選修課程、團體活動時間及彈性學習時間。

前項學習節數，每日排課以七節為原則，請依課表時間及科目學習課程，備妥學習教材、作業，於上課鐘響結束前快步進教室或至上課地點，準備上課。

2. 上課鐘響結束後 5 分鐘(正當事由除外，須有證明)仍未進教室或到指定地點上課者，登記

遲到；10 分鐘以上未進教室或到指定地點上課者以曠課論，並依校規議處。

3. 上課應振作精神，嚴守教室規則。
4. 任課老師進教室後由班長帶領全班同學齊喊老師好之口令；下課時齊喊「謝謝老師」。前述情形得由任課教師彈性實施之。
5. 上課期間，若因公事或不可抗拒之因素，需離席時，應向任課老師報備同意，方可離席；不得假借其他藉口擅自離席致影響學習活動，甚至躲至廁所抽菸、照鏡聊天或破壞校園安寧。違者，該時段除以曠課登記外，並視違規情節依校規論處。
6. 確實點名，並請導師聯繫缺曠同學確認假別，缺席者由副班長在晨間活動結束下課時至學務處登錄缺曠情形。
7. 服裝應按規定穿著整齊劃一，嚴禁不合格衣著。體育課在任課教師允許下，得著排汗衫，但須於下課前換回校定服裝。
8. 離開教室至其他地點上課時，班級幹部應督導值日生確實關鎖教室燈光電扇及門窗，以避免物品遺失（個人貴重物品請隨身保管）；凡未依規定關鎖者，當日實施生活輔導教育並扣班級生活競賽積點。
9. 未經同意不可擅入他班教室或空教室；經過教室走廊不可高聲喧嘩談笑。

(四)下課期間

1. 適度舒解身心、活動筋骨，但須以安全為第一考量。
2. 不吹口哨、不怪叫、不說粗鄙話，維護校園安寧及友善品質；不可於走廊及教室打鬧、追逐或玩球；禁止坐在窗台上及攀附教室外牆或走廊之欄杆，以免發生危險。
3. 不得有違反校規之不當行為。
4. 於上課前至指定上課地點準備上課。
5. 值日生整理清潔黑板或白板，完成下節課之準備。
6. 遇見師長須行禮、問好；進辦公室先報告，經允許方可進入。

(五)規律運動：每日運動至少 30 分鐘、每週運動達到 150 分鐘，培養健康身心體魄。

(六)午休(含午餐教育)

1. 全校學生除特殊原因並經申請核准外，應一律參加學校午餐。
2. 學生因病或特殊原因，得暫准不參加學校午餐，但應自行準備餐盒，在校與參加學校午餐之學生一同用膳，以利維持正常飲食。
3. 用畢餐盒應妥善收好並帶回家清洗，不得在校內之廁所、洗手台清洗，違者將登記並懲處。
4. 午餐教育時間（中午 12 時整起至中午 12 時 25 分止）同學應在教室內坐好安靜用餐，不得嬉戲、喧嘩或進行其他任何不當活動，展現良好用餐禮儀。
5. 餐後中午 12 時 25 分起至中午 12 時 35 分止為廚餘回收及班級環境整理時間，各班值日生（義工）需於中午 12 時 35 分前完成廚餘回收。
6. 午休實施前(中午 12 時 35 分前)，各班應完成環境整理工作，不得影響下午上課及相關班級衛生維護。
7. 餐後中午 12 時 35 分起至下午 1 時整止為午休時間，所有學生稍事休息、安靜午休，藉此提振下午上課之精神。
8. 午休時間不可至圖書館查閱資料書報、借閱圖書；不得藉故在教室外走動、喧嘩、遊戲及用餐等，因故不在教室由副班長註記在黑板上或點名單上。

(七)環境整潔時間

1. 環境整潔工作為環境衛生教育之一環，負責學生應於規定時間（第六節下課，下午 2 時 55 分起至下午 3 時 10 分止）內，迅速將教室內、外及公共區域確實打掃乾淨，因故請假時應

有工作代理人為之。

2. 從事環境整潔工作時，應隨時注意自身安全，並嚴禁打球嬉戲，以免危及自身或他人安全。

(八)放學

1. 放學時間，迅速整理書包及個人物品後安靜離開學校。

2. 放學時段，尚有其他班級正進行學習活動，應保持校園安寧，不得喧嘩、嬉戲，維持校園良好學習品質。

3. 導師未叮嚀留下之班級同學，為安全及人員掌控考量，應儘速離開學校。

4. 放學途中注意交通安全，遵守秩序、排隊上車，時以維護本校校譽為念。

5. 凡進行補救課程或留校夜讀同學，請準時至規定地點。

6. 下午 6 時以後需留校活動之學生，應有指導老師在場，以維護安全，爰應於當日下午 3 時前完成夜間(假日)留校申請(申請表單需指導老師簽署)，並送至學務處核備。

7. 下午 6 時後未申請留校活動之學生一律離開學校返家。

四、其他

(一)班級幹部、交通服務隊、校內糾察隊等同學協助執行班級事務之推動、校園安全維護之工作，認真執行勤務，達成使命，所有同學務必接受指導。

(二)全體同學確實遵守校規、努力向學，注意安全，快快樂樂來校，平平安安回家。

(三)校園僻靜，禁止逗留，清晨入校應結伴同行。

(四)同學應講求禮讓，發揮親愛精誠之精神，嚴禁毆鬥、口角等事，若有發生，立刻報告老師、教官處理。

(五)校外有特殊事故請立刻撥 24570572 或 24575534 轉 129 生輔組告知學校協助處理。

(六)上學及放學期間，禁上逗留校外商店；晨間時間、午休、上課時嚴禁逗留販賣機前。

(七)為培養學生養成勤勞整潔之好習慣，每位學生應維護校園環境整潔：

1. 按時完成指定之整潔工作。

2. 隨時保持生活環境整潔(如不亂丟紙屑等)。

3. 愛惜公物，不可以立可白、刀、筆等刻劃桌椅。

4. 依規定使用專科教室、體育館、廁所、飲水機等公共設施。

五、本規定經 校務會議通過陳校長核定實施；修訂時亦同。