

# 新北市私立辭修高級中學學生生活作息表

中華民國 111 年 8 月 29 日校務會議通過

時 間	作 息 內 容
06:25~06:50	晨喚住宿同學盥洗及整理寢室內務
06:50~07:00	住宿同學離開寢室進餐廳
07:00~08:10	住宿生餐廳享用早餐，通勤生搭乘校車或由家長接送陸續到校
07:15~07:30	各班教室打掃與校園環境整理
07:30~08:10	晨間活動-晨讀或升旗(07:30 前集合完畢) 1. 週一全校集合升旗、服儀檢查 2. 週二~五學生安排運用或配合其他活動
08:10~12:00	開始一天的學習課程-上午 4 節課
12:00~12:25	餐廳享用午餐(部分班級於教室用餐)，12 時 10 分應於教室用餐
12:25~12:40	飯飽後，稍事整理教室與校園環境
12:40~13:15	午間休息 35 分鐘，充足活力
13:20~16:10	開始下午課程-下午 3 節課
16:20~18:10	1. 16:20~17:10 學生課後加強輔導 2. 17:20~18:10 晚自習第 1 節
18:10~19:00	享用晚餐、打掃及自由活動(圖書館借閱書籍、操場散步……)，18 時 20 分前應於教室用餐
19:00~20:30	1. 19:00~19:40 晚自習第 2 節 2. 19:50~20:30 晚自習第 3 節 3. 各班實施晚自習，由導師或督課老師陪同於課堂寫功課、自修
20:30	國、高中部通勤生搭乘校車返家
20:40~21:20	住宿生實施第 4 節晚自習
21:20~22:30	住宿生結束晚自習返回宿舍，自行沐浴、靜態活動放鬆心情
22:30	住宿生熄燈、點名、就寢，同學依個人意願，申請至夜讀室衝刺
附註：	1、以上生活作息表列，非學習節數活動不列入出缺席紀錄。 2、在校作息或課業輔導時間，不得提前講授各該科目教學進度表所定之課程內容。 3、上午第一節上課前，不得對學生實施任何學業成績評量。 4、未參與非學習節數活動之同學，由學務處依正向輔導管教措施項目適於輔導。 5、課業輔導時間不得對學生實施列入學業成績計算之各式評量。 6、本作息表經校務會議通過後實施，修訂時亦同。