

臺北市立中崙高級中學學生生活規範

106年6月30日校務會議通過

壹、目的：

生活教育在於促進學生衣、食、住、行各方面日常生活，養成愛整潔、懂禮貌、守規律的生活習慣，並增進學生的法治觀念，進而培養學生具有現代公民素養及樂觀進取的健全人格。

貳、規範內容：

一、上學：

1. 早晨七時三十分前到校，服裝整齊，儀容端莊。
2. 在校期間應穿著學校制服、運動服或經審核通過之班服、社服，嚴禁打赤膊、赤腳、穿拖鞋、涼鞋。
3. 遵守交通規則，注意行路安全。
4. 電梯請優先禮讓師長、來賓及行動不便的同學使用。為促進身心健康，請同學多走樓梯。
5. 晨間打掃：每天 8:00 時至 08:10 完成內外掃區打掃完畢。
6. 入校後一律進教室早讀以培養讀書風氣。
7. 每日到校後至放學前，非經准假不得外出。
8. 每日到校應先登錄數位學生證之到校時間(刷卡)。
9. 學校全面禁菸、嚴禁藥物濫用及喝含有酒精之飲料。
10. 禁止攜帶任何違禁品（例如槍彈刀械、炮竹、兵器玩具、打火機及其他學校認定之器具。）
11. 禁止任何類型之賭博行為。
12. 嚴禁互相推擠、肢體衝突和丟擲物品。
13. 非運動場所嚴禁拍球、玩滑板(車)。
14. 禁止任何交易買賣之營利行為。
15. 學生個人 3C 產品嚴禁於校內充電(充電專區除外)

二、早自習：

1. 同學自七時三十分請安靜進行晨間閱讀或班級活動。
2. 早自習時間不得無故離開座位、大聲喧嘩、聊天及從事社團活動。
3. 早自習不得使用 3C 產品。

三、朝會：

1. 七時三十分，由班長集合全班在教室前走廊排隊，並指揮帶隊迅速前往集合地點。
2. 班級到達集合地點後，由班長負責整隊，副班長協助點名，無故未參加者，依校規辦法懲處。
3. 朝會期間請專心聽講，不得聊天及閱讀書報及使用 3C 產品。

四、上課：

1. 上課鐘響，一律用快步進教室，依位就坐，超過五分鐘未進教室以遲到登記，十五分鐘後以曠課登記（如有特殊原因，可於課後向任課老師報告後，由任課老師簽註銷後更正）。
2. 上課時要專心聽講，遵守任課教師規定，未經任課教師同意不得任意離開座位及教室。
3. 上課時不得閱讀授課以外之書刊或打電話、玩手機、禁止飲食及使用和上課無關之電子器材及用具。
4. 除體育課當節課可攜帶運動服裝更換外，其他時間一律穿著學校制服、運動服或經審核通過之班服、社服。
5. 非體育課期間、未經申請同意不得至體育場活動，以確保運動安全及避免影響體育課班級。
6. 上外堂課時，應提前於上課前到達指定位置，不得藉故遲到。
7. 自習課視同正課，同學不得擅自離開座位或教室。

五、下課：

1. 教室及走廊嚴禁玩球或追逐打鬧、奔跑等活動，以免碰撞受傷，亦不可攀附或坐臥走廊、花臺和樓梯欄杆，以策安全。
2. 地下室、頂樓等校園死角地非經允許不可逗留。

3. 下課至合作社購物不可超過上課時間。

六、午餐：

1. 禁止訂購外食及飲料。
2. 用餐地點應於教室或餐廳內，不走動不大聲。飯後餐盒請分類回收，並將果皮骨刺殘鏽飯粒倒入指定廚餘桶內，不可隨地丟棄。
3. 飯前要洗手，飯後要漱口。
4. 至餐廳或合作社採購午餐時，請依序排隊，保持良好秩序。
5. 禁止於圍牆邊接收外送餐點、飲料。

七、午休：

1. 為維持校園寧靜，充沛學生下午上課之精神以及身體保健，全校中午一律實施午休。
2. 中午十二時三十五分至十三時為午休時間。
3. 學生 12:30 分預備鐘聲響時，所有室外活動即停止，立即進教室自息午休。
12:35 分所有同學教室就位完畢，教室內保持安靜，不得談笑聊天。如係自習者不得發聲妨礙他人。
4. 午休時間教室關閉電燈，以節約能源。
5. 中午午休前學生應進入教室座位，除經報備獲准之活動外，不得離開教室，無故未到者一律以校規懲處。
6. 午休時不得使用 3C 產品。

八、放學打掃：

1. 每天第六節（下午三時至三時二十分）下課時間為打掃時間，打掃時間禁止打球及其他活動。
2. 全班同學均需打掃，經檢查不合格未見改善者，實施愛校服務。
3. 同學如非緊急必要狀況，請先禮讓廁所打掃班級進行打掃。
4. 應落實垃圾分類及廚餘回收工作，不可任意丟棄。
5. 第七節鐘響時，同學應盡速回教室上課，放學後再進行未完成之打掃工作。

九、放學：

1. 放學後，同學應排好桌椅，關閉燈光、冷氣、門窗上鎖後完成刷卡，始得離校。
2. 放學後，請儘速回家，不得在教學區逗留。如有活動，請先徵求家長同意並於 18:30 分前離校。
3. 穿越馬路應遵守交通規則。
4. 禁止進入不正當場所。

十、晚自習

1. 依本校晚自習相關辦法辦理。

十一、禮節：

1. 同學之間彼此尊重，相互禮讓，嚴禁任何霸凌行為。
2. 不可暱稱師長姓名，凡向師長受領或陳送物件時應以雙手接送。
3. 遇見師長或來賓時應微笑輕聲問候並注意禮貌。
4. 講話請輕聲細語、嚴禁不雅言語及動作，不可頂撞師長。
5. 進出辦公室請保持安靜，注意禮節，避免干擾其他老師。
6. 注意禮讓，不要忘記說「請！」「謝謝！」「對不起！」。

十二、服裝儀容：

◆ 規定細則：

1. 夏季：一律穿著學校制服、運動服或經審核通過之班服、社服。
2. 冬季：考量個人狀況，若穿著學校校服或學校的運動服仍無法保暖時，可外加冬季外套，如遇中央氣象局發佈寒流或低溫特報得外加保暖衣物。
3. 全部上衣及冬季外套均照規定繡學號
4. 校服需經常洗滌整燙，保持清潔。

十三、其他：不得觸犯獎懲實施要點有關規定。

十四、學生在校期間均適用全數規範。

十五、學生在校期間作息時間依臺北市立中崙高級中學學生在校作息時間實施要點(草案)辦理(如附件)

十六、本規定經學生生活規範會議討論，提校務會議通過後實施；修正時亦同。

臺北市立中崙高級中學學生在校作息時間實施要點(草案)

中華民國 106 年 5 月 31 日生活規範會議通過

第一條 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》之規定及 105 年 12 月 1 日臺教授國字第 1050142381 號函及 106 年○月○日北市教中字第○○號函之行政指導，訂定本實施要點。

第二條 為維護學生身心健康發展、主動學習及提升學習品質，兼顧學校條件、社區特性及社會期待，在不影響學習節數原則下，規範本校學生在校作息時間。

第三條 學習節數每週三十五節，其中包含必選修課程、團體活動時間及彈性學習時間。其他非學習節數之活動例如：早修、朝會、午餐、午休、環境清掃、課間活動等。每日排課以七節為原則，如有特殊需求，經提報主管機關許可後實施。

第四條 學生每日上學、放學時間、在校作息時間，詳如下表；如因班級經營、課後社團活動、代表隊培(集)訓、學校重要活動、學生課業輔導、晚自習或其他特殊需求，在學生安全無虞前提下，本校得調整部分上、放學時間。

時 間	作 息 項 目	備 註
07：30 -- 08：00	早 修 朝 會	星期一 班級或學生自主規劃 星期二 高中部朝會、國七晨跑 星期三 國中部朝會、高中早自習 星期四 國八晨跑、高中早自習 星期五 班級或學生自主規劃 星期一、五 0800 前到校
08：10 -- 09：00	第 一 節	
09：10 -- 10：00	第 二 節	
10：10 -- 11：00	第 三 節	
11：10 -- 12：00	第 四 節	
12：00 -- 12：30 12：35-- 13：00	午 餐 午 休	午休時間應在教室安靜休息 如有相關學習活動須提出申請
13：10-- 14：00	第 五 節	
14：10 -- 15：00	第 六 節	
15：00 -- 15：20	環境整理	
15：20 -- 16：10	第 七 節	
16：20 -- 17：10	第 八 節	
說明一：超過五分鐘未進教室以遲到登記，十五分鐘後以曠課登記。 說明二：本草案僅由高中部先行實施，國中部暫緩實施		