



臺北市立忠孝國民中學

Taipei Municipal Zhongxiao Junior High School

# 新生始業輔導手冊



手冊下載 QR code

網址：<https://reurl.cc/pydv9Q>



臺北市立忠孝國民中學新生始業輔導手冊簽收回條

班級：      座號：      姓名：

學生家長簽名：      109 年 8 月    日

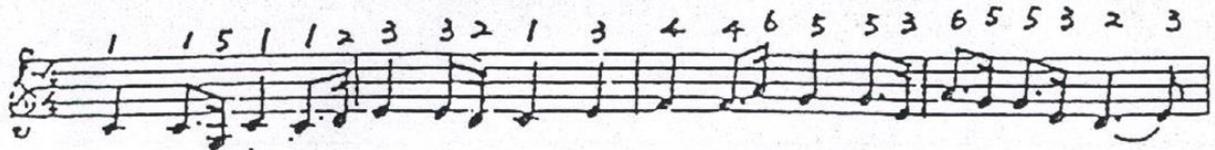
# 目錄

一、校長的期許	p. 03
二、課程表	p. 04
三、學校逃生平面圖	p. 06
四、處室組織業務簡介	p. 07
五、朝會集合隊形	p. 08
六、臺北市國民中學學生成績評量補充規定	p. 09
七、改過銷過	p. 12
八、學生請假規則、學生遲到處理辦法	p. 13
九、新生服裝燙印班別姓名注意事項	p. 14
十、服裝儀容檢查實施要點	p. 15
十一、垃圾分類、資源回收實施辦法	p. 16
十二、忠孝國民中學服務學習實施計畫	p. 17
十三、忠孝國中國民中學課間活動實施辦法	p. 18

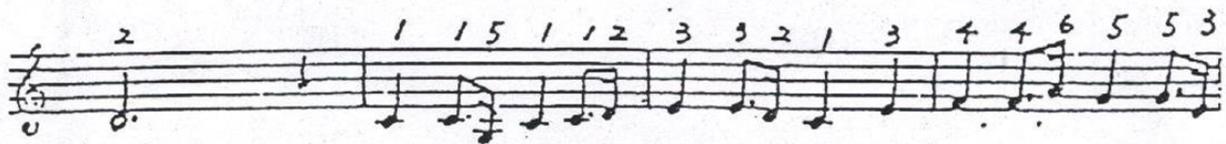
♩ = 132 Al legro  
活潑·有精神

# 忠孝國中校歌

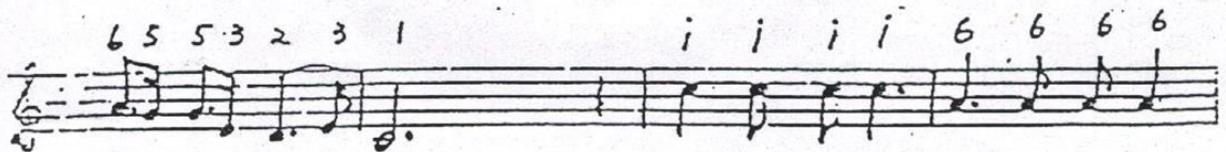
作詞：林忠廉  
作曲：周宏室



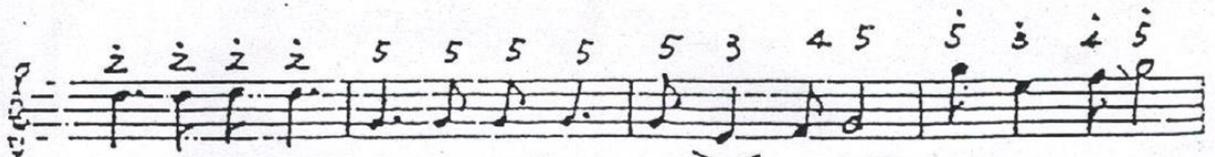
忠 孝 國 中 好 學 生 壯 志 凌 雲 親 愛 精



誠 勤 學 實 踐 効 法 先 聖 校 史 輝 煌



繼 承 道 統 報 効 國 家 前 程 光 明



歌 聲 歡 欣 光 輝 隆 盛 忠 孝



忠 孝 校 運 昌 隆

# 校長的期許~精彩忠孝 精進好學

歡迎大家加入忠孝國中的大家庭，國中是一個嶄新的學習階段，目的是要為下一階段的學習奠定基礎。十二年國教已全面啟動，本校以學生學習為主軸，因應學生的個別差異，秉持教育信念，強化學習目標，在溫馨的忠孝學園中，老師們多元靈活運用各種教學策略，給予同學優質的課程學習，也希望同學們能把握任何學習試探、找尋自己興趣、培養專長能力的機會，建立良好的人際關係，讓自己的國中生活充實美滿。

同學們是父母心中的無價之寶，我們亦會以為視生如子，把忠孝的學子當作自己孩子般疼惜與引導。「給學生國中三年美好的人生風景。」這句話在「忠孝 - 忠於事、孝於親」的基礎之下，建構出「責任榮譽、服務卓越、真誠感恩、尊重關愛」四個願景。校長謹提三項期勉，企盼各位能體會並實踐：

## 一、自我管理，主動學習

人之天賦或有差異，一天卻都是公平的 24 小時。如何善用時間，提升學習效率，有賴做好自我管理。國中時期正是從「他律」到「自律」的關鍵時期，自律就是要自我管理，也就是要對自己的學習、行為、態度負責。

## 二、多元探索，成就自我

學校課程中的各學科，都應該要有基本的涉獵，不可偏廢。希望大家能把握每個學習機會，能夠積極參與、多元探索，才能發現自己，成就自我。

## 三、求知慎行，盡己合群

學習要有成效，態度與習慣的培養很重要。合群就是要培養團隊合作及協調溝通的能力以及挫折忍耐力，才能以積極樂觀的正向態度去面對人生、關懷社會，成為好公民。

忠孝國中是一所充滿活力、擁有豐富學習資源的學校。校長始終相信：學校要能提供學習的舞台，學生會有無限的創意展現。謹以徐志摩翻譯英國詩人 William Blake「一沙一世界，一花一天堂。無限掌中置，剎那成永恆。」此詩句祝福同學們：認真投入忠孝生活，順利開展學習生活。

校長 郭姿秀

# 臺北市立忠孝國民中學 109 學年度新生始業輔導課程表

- ◎ 新生訓練服裝：8/20(四)穿著國小運動服，8/21(五)穿著國中運動服。
- ◎ 攜帶物品：筆、筆記本、水壺、零錢、衛生用品。
- ◎ 教室位置及課程表將公告於川堂。
- ◎ 8/20(四)領取完學校服裝如需更換，請於 8/21(三)12：05-12：35 攜帶要更換的衣服至川堂。
- ◎ 課程如有變動，以現場公告為主。

※ 日期：109 年 8 月 20 日（星期四）

節次	時間	課程內容	地點	主持人	備註
	07：30   08：20	新鮮人集合 —傳承時間 1.清點出席人數。 2.環境介紹。 3.認識校歌	各班教室	教育班長	1.新生 7:30 先至穿堂集合 2.教育班長 7:30 於學務處走廊集合 3.導師 7:30 於校史室→導師會議、各處室聯席報告
一	08：30   09：15	海上燈塔 —導師時間	各班教室	各班導師	1.安排座位 2.編排集合隊型 3.發個人專長調查表 4.同學自我介紹 5.選舉班級幹部 6.分配打掃工作 7.清點教室掃具 ◎ 合作社安排至川堂領取制服：09:00—09:30
二	09：25   10：10				
三	10：25   11：10	稍息立正站好 —儀態訓練	活動中心	學務處	1.10：25 前至活動中心集合完畢 2.編排全年級集合隊形 3.儀態訓練及基本教練 生教組—陳亭予組長
四	11：20   12：05	春風化雨 —開訓典禮 1.校長勉勵 2.處室工作報告	活動中心	校長 各處室	1.11：20 至活動中心集合完畢 2.11：20-11：35 校長勉勵 3.11：35-12：05 各處室報告 (每處室約 6 分鐘)

# 臺北市立忠孝國民中學 109 學年度新生始業輔導課程表

◎ 新生訓練服裝：8/20(二)穿著國小夏季運動服，8/21(三)穿著國中夏季運動服。

※ 日期：109 年 8 月 21 日（星期五）

節次	時間	課程內容	地點	主持人	備註
	07 : 30   08 : 20	同心協力 ——環境整理	各班掃區	導師	
一	08 : 30   09 : 15	愛的叮嚀 ——導師時間	各班教室	導師	◎ 請導師協助將以下表格送各處室： 1.班級通訊錄 2.個人專長調查表 3.班級幹部、座位表 →以上表格送學務處 4.緊急聯絡卡、健康記錄卡 →以上卡片送健康中心
二	09 : 25   10 : 10	循規蹈矩 ——生活教育講習 弦歌琅琅 ——校歌教唱 校園巡禮 ——學習環境介紹	活動中心	學務處	1.09：25-09：50 衛生組—宋秀珠組長 2.日常生活常規說明 生教組—陳亭予組長
三	10 : 25   11 : 10	乾淨有勁 1.環境教育(25 分鐘) 2.體育組業務介紹 (20 分鐘)	活動中心	學務處	1.10：25-10：45 體育組—蔡玄俊組長 2.校歌練唱及驗收 訓育組—黃杏娥組長 2.校園介紹 教育班長、學務處各組組長
四	11 : 20   12 : 05	課業外的精彩 ——服務學習與社團 忠孝知多少 ——學習單驗收 結訓典禮	活動中心	學務處	1.11：20-11：50 服務學習與社團介紹 訓育組—黃杏娥組長 2.11：50-11：55 學習單驗收 訓育組—黃杏娥組長 3.11：55-12：05 結訓典禮 校長勉勵

◎ 七年級各班導師名單：

班級	701	702	703
導師	李亞倩老師	呂慧娟老師	羅于茜老師
班級	704	705	706
導師	何志生老師	江長山老師	劉彥伸老師

# 臺北市立忠孝國民中學逃生平面圖

106.11  
網路處製

經度:東經121度30分34.3秒  
緯度:北緯25度03分04.2秒

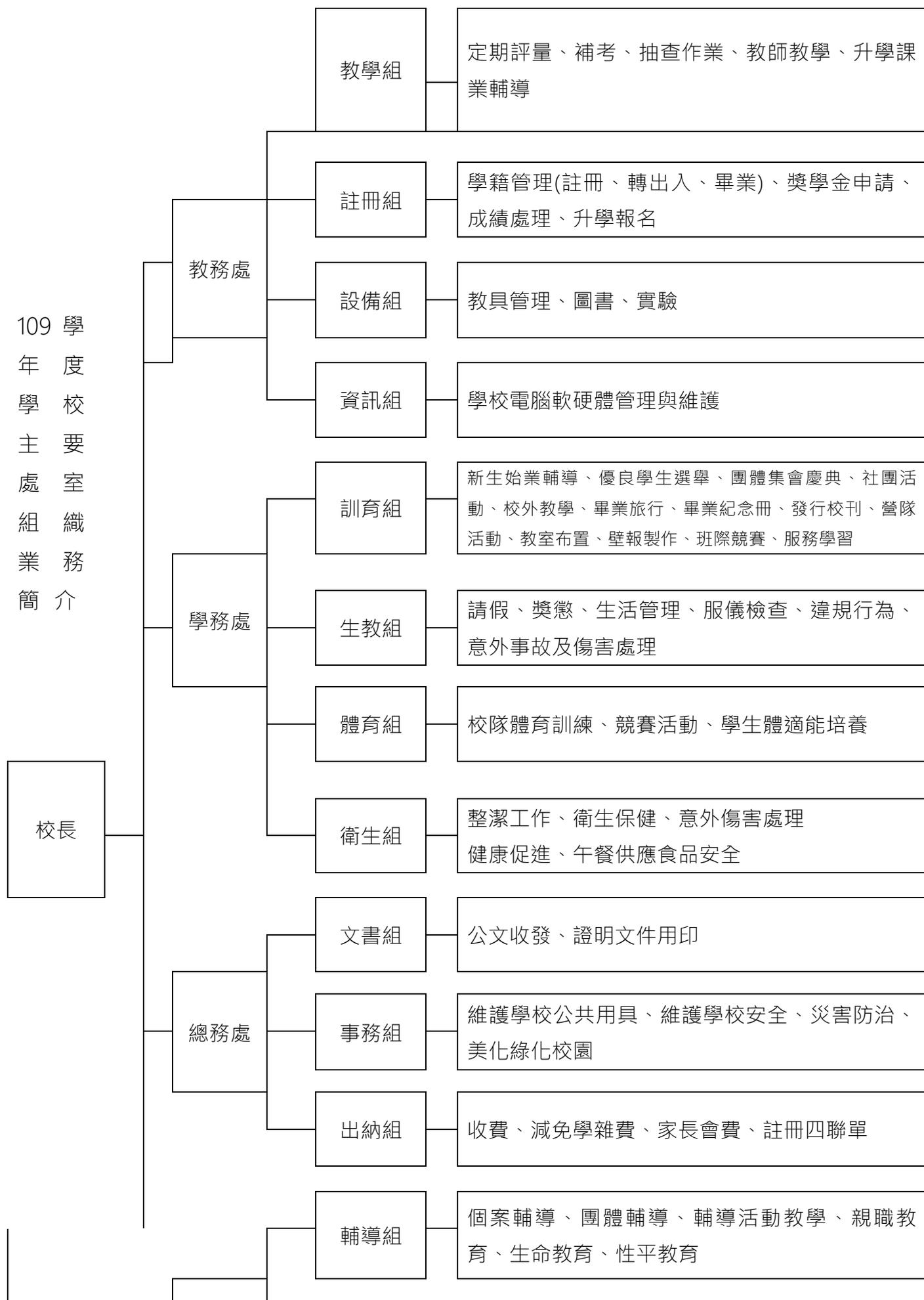
## 臺北市大同區忠孝國中-校園防災地圖(地震災害)



<b>防災資訊</b>	
<b>災害通報單位</b>	教育部校安中心 02-33437855 02-33437856 臺北市教育局 02-28826200 臺北市府災害應變中心 02-87863119
<b>警消醫療單位</b>	臺北市市府警察局大同分局 02-25577262 臺北市教育局 02-25582105 臺北市府府災害應變中心 02-25523234
<b>緊急避難處所</b>	玉泉公園避難收容處所 電話：02-25850192 地址：台北市大同區西學北路28號
<b>標示</b>	避難內院線 樓梯避難 樓梯避難(老人) (CO2) 避難外院線

<b>設施</b>	室內避難處所	室外避難處所	急救站	滅火器	消防栓
	指揮中心	物資儲備點	救援器材放置點	通訊設備放置點	人車轉運集結點
<b>特定災害資訊</b>	安全死角	地震災害潛勢區	水災潛勢區	坡地災害潛勢區	火災潛勢區

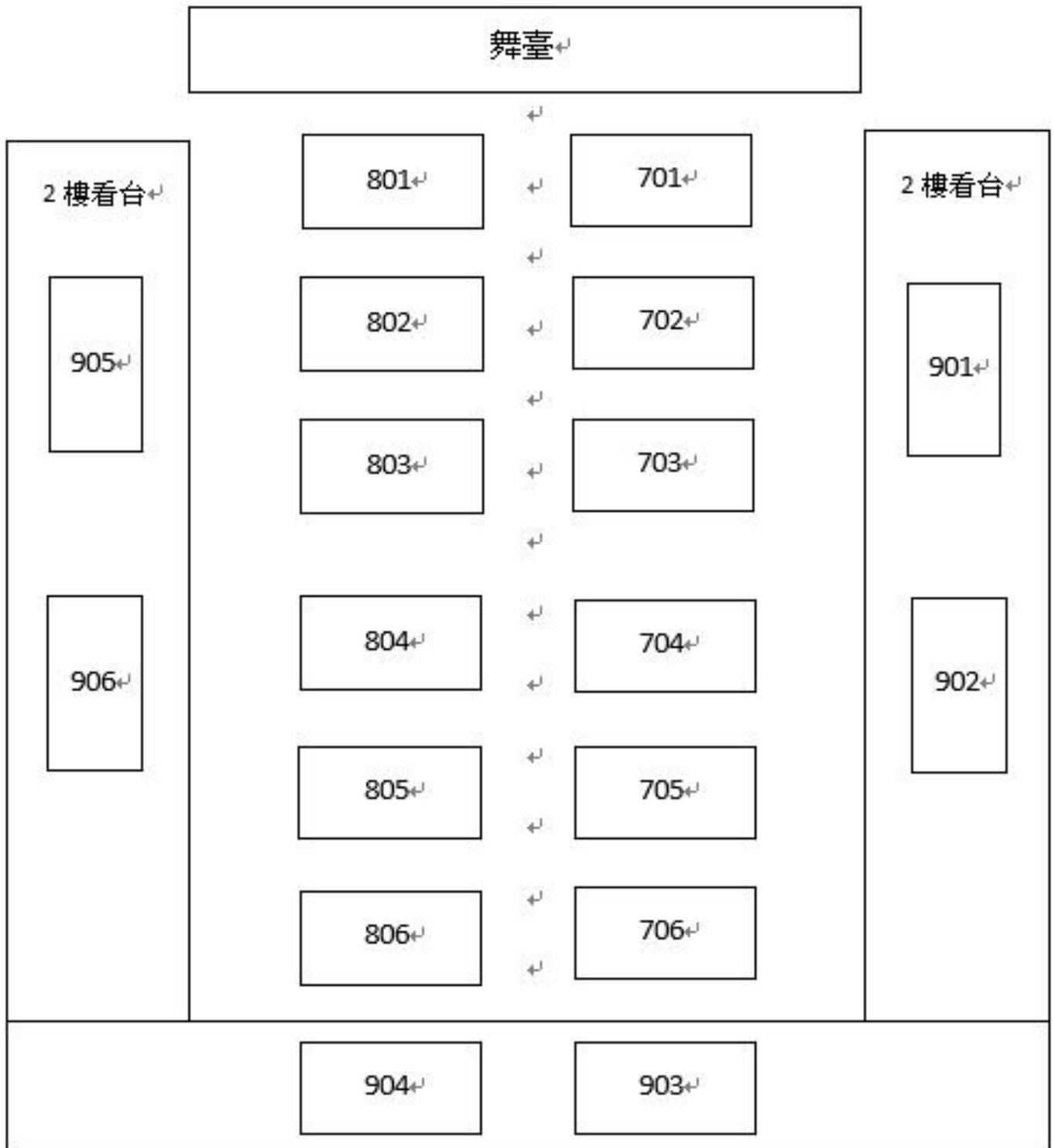
109 學  
年 度  
學 校  
主 要  
處 室  
組 織  
業 務  
簡 介





## 109 學年度 週、朝會集合位置圖

### 活動中心



1、→ 集合隊形：每一排面皆為 7 人(不含班長、副班長)

2、→ 班與班的間隔一大步(各班排頭(班長)對齊班級標籤)

3、→ 星期一：全年級集會。

4、→ 星期四：7、8 年級集會。若為單一年級集會時，4 5 6 班級則向前排至其一年

## 臺北市國民中學學生成績評量補充規定

一、本補充規定依國民教育法第十三條第一項、國民小學及國民中學學生成績評量準則第五條和第十一條第二項規定及臺北市國民教育階段身心障礙資源班運作原則第五條訂定之。

二、國民中學學生（以下簡稱學生）成績評量原則依國民小學及國民中學學生成績評量準則（以下簡稱成績評量準則）第四條規定辦理。其中形成性評量，指教師教學過程中，為了解學生學習情形，所進行之評量；總結性評量，指教師於教學活動結束後，為了解學生學習成就所進行之評量；診斷性評量，指診斷學生學習、情緒或人際關係困難，作為個別輔導與補救教學依據所進行之評量；安置性評量，指依據學生之學習表現與需求，評估特殊性向能力，提供適切安置所進行之評量。

三、評量應依領域學習課程、彈性學習課程及日常生活表現分別評量。

領域學習課程評量依各學習領域辦理，分為語文、數學、社會、自然科學、藝術、綜合活動、科技、健康與體育等八領域。

四、領域學習課程評量應兼顧平時評量及定期評量，並依下列各款規定辦理

(一) 定期評量成績與平時評量成績各占學期成績百分之四十及百分之六十。

(二) 定期評量，每學期至多三次；由各學習領域課程小組擬定評量方式、實施日期及送教務處彙辦，並經課程發展委員會審議通過後，於每學期初公布。平時評量之次數及時間，由教師審酌教學需求自定之。

(三) 學校教師應共同參與擬定與修正各項定期評量與平時評量之實施原則。定期評量應由各學習領域教師組成命題與審題小組，建立命題與審題機制，並兼顧評量內容之難易度與鑑別度，及遵守迴避原則，以維護評量之合理性、專業性、診斷性、公平性及保密性，以促進學生學習表現。

(四) 平時評量之實施，應依下列原則辦理

1. 應符合教學目標，採取彈性、多元評量方式辦理，紙筆測驗應符合最小化原則。

2. 應利用課堂時間實施，個別狀況之補行評量則例外。提早到校之學生，學校應輔導學生自主學習，不得強制抄寫、寫練習卷或實施考試。

(五) 領域學習課程之學期總平均成績，為各領域學習課程之學期成績乘以各該領域每週學習節數，所得總和再以每週領域學習課程總節數除之。依評量方法之性質以等第、數量或質性文字描述記錄之。

五、 彈性學習課程 含特殊需求領域課程 評量應以平時評量為原則並得視需要實施定期評量。其評量方法之性質得以等第、數量或質性文字描述記錄之。

六、 日常生活表現以平時評量為原則 依行為事實記錄，並酌予提供具體建議，不作綜合性評價及等第轉換。

七、學校辦理學生定期評量時，對於准假缺考者，應於銷假後立即補行評量，並於學期成績結算前完成。無故缺考者，不得補行評量，其成績以零分計算。補行評量成績以實得分數計算為原則。

前項修正自一零八年八月一日施行，適用全年級學生。

八、學生成績評量紀錄，學校應分別於實施定期評量及學期結束後，以書面通知父母或監護人及學生。

九、學校應組成學生成績評量輔導小組，審查第三點之評量紀錄，並研議及審查學生成績評量之相關事宜。學生成績評量輔導小組由教務主任召集，置委員五人至十七人，由學校行政人員代表、教師(會)代表、家長會代表及特教家長代表組成。其設置要點應經由校務會議通過。

學生成績評量輔導小組應於每學期針對各領域學習課程及彈性學習課程未達及格標準學生名單召開會議，視需要邀請原任課教師、未達及格標準學生及學生家長出席會議，共同研擬學習輔導與補救措施。各領域學習課程及彈性學習課程之學習輔導與補救措施得包含過程性之適性輔導、參加相關補救教學，或依需要建立補行評量機制。

日常生活表現評量紀錄，經學生成績評量輔導小組評定為需輔導者，學校應進行專案輔導。

十、學生符合下列情形者，准予畢業，學校應發給畢業證書

(一) 學習期間扣除學校核可之公、喪、病假，上課總出席率至少達三分之二以上，且經獎懲抵銷後，未滿三大過。

(二) 八大學習領域有四大學習領域以上，其各學習領域之畢業總平均成績，均達丙等以上。

十一、學生修業期滿，成績不符規定者，學校應發給修業證明書。

十二、身心障礙學生安置資源班其在學習領域學習課程及其成績評量方式如下

(一) 平時評量

資源班平時評量結果，作為學生原班該科平時成績，外加課程與原課程之平時成績依授課節數平均計算為原則。

(二) 定期評量

定期評量方式應於個別化教育計畫會議決議，如未採用原班試卷，其成績由資源班教師評量並核給資源班成績證明，其原班成績應透過學校特殊教育推行委員會審議通過後辦理。

學生有評量調整需求者，需先於個別化教育計畫中完成評量調整之擬定，並送學校特殊教育推行委員會審議通過。

十三、參加技藝教育課程之學生其領域學期成績按抽離式技藝教育課程每週節數占對應之學習課程每週排定節數之比率計算。

十四、學生英文成績證明書其等第與分數之轉換如下

(一)A：八十分以上

(二)B：七十至七十九分

(三)C：六十至六十九分

(四)D：零至五十九分

有關加權學業平均 GPA 計算公式(取至小數點後第 2 位)定義如下：

$GPA=[\text{加總}(\text{單科學期成績積點} \times \text{學習節數})]/\text{總節數}$ 。

十五、本補充規定自一百零八年八月一日以後入學之學生適用，一百零八年八月一日以前入學之學生依原規定辦理。

## 臺北市立忠孝國民中學學生懲罰存記暨改過銷過實施要點

壹、本要點依臺北市國民中學學生獎懲準則第十五條規定訂定之。

貳、本要點適用對象為本校在學學生。

參、本要點所稱提案人，指申請人之班級導師、原懲戒教師、訓導處生教組長或輔導室組長。

肆、學生辦理懲罰存記依下列規定辦理：

- 一、凡違反校規之學生（不含特別處置），有誠意悔改者，經提案人同意後自行填妥申請表（如附表一），經導師、原懲戒教師與該班任課教師附署（警告一人附署，小過二人附署，大過三人附署），於懲處未公布前向訓導處或原懲戒教師提出申請。
- 二、核准權責為申請表之表列人員，且需全數通過。
- 三、學生在考察期間（警告一個月、小過二個月、大過五個月）確實悔改者，同意註銷。
- 四、學生在考察期間違反任何校規者，應予加重處罰，取消懲罰存記資格。

伍、學生辦理改過銷過依下列規定辦理：

- 一、凡受懲罰紀錄之學生，有誠意悔改，且在考察期間未再違反任何校規者，需先自行填妥申請表（如附表一），並經導師、原懲戒教師及該班任課教師附署（警告一人附署，小過二人附署，大過三人附署。）
- 二、警告須經申請生效日起一個月以上之考察，小過須經二個月以上之考察，大過須經一學期以上之考察。但九年級下學期公布之懲罰，得斟酌實際情況處理之。
- 三、考察期滿，附署人應於「考察記要」欄內述明違規行為改進之事實。
- 四、為鼓勵學生積極改過銷過，凡於考察期間能每日填寫日常考核表（如附表二）者，得縮短考察期間二分之一（警告二週、小過一個月、大過二個半月）。

五、核准權責為申請表之表列人員，且需全數通過；大過之改過銷過並需經學生獎懲委員會決議通過始生效。

陸、本實施要點經校務會議通過後實施，修正時亦同。

**\*附註：申請單請至學務處領取。**

## 臺北市立忠孝國民中學學生請假規則

- 一、學生因病或不得已事故得請病假或事假。
  - 二、請假手續：由學生或家長至學務處填妥假單後，送請導師核轉學務處處理。
  - 三、學生在家如因病或因事請假者，須由家長來校辦理或先以電話請假(通知導師或學務處)，並於三日內補辦請假手續。
  - 四、事假因事先預知，應於事先辦理請假手續；病假自病癒到校之當日起算三日內補辦請假手續，逾期以曠課論處。
  - 五、學生因病請假兩日以上者，需檢附就醫證明，否則不予准假。
  - 六、學生在校因事或因病請假者，須經導師，或健康中心護士證明，始可准假回家，返校時將家長簽章後之假單，送交生活教育組，完成請假手續。
  - 七、學生請假核准權限，導師有一日，生活教育組長三日(以內)，訓導主任六日(以內)，校長六日以上之核假權。
  - 八、定期評量期間除喪假或本人患病外概不得請假，考試期間請病假須附公立醫院證明書，並會教務處辦理補考事宜。
  - 九、學生因公請假須經老師證明，學務處核准者得作為公假。
  - 十、學生因直系血親尊親屬喪亡者得請喪假。
  - 十一、學生請假及缺曠課每學期不得超過上課總時數三分之一。
  - 十二、本規則經校長核示後實施，修正時亦同。
- \*附註：請假單、外出單請至學務處領取。**

## 臺北市立忠孝國民中學學生遲到處理辦法

- 一、學生應於早上07：30分以前到校參與整潔工作，07：30以後到校者，記遲到一次。

二、遲到時間分二個時段：

07：30~07：45 累計五次遲到者，記警告一次；

07：45 以後到校累計三次遲到者，記警告一次。

三、早自習開始後到校者必須先至學務處報到，經學務處教師同意始准入班上課。

四、凡遲到學生，當日應按照各班班規，由導師處罰及通知家長。

五、一週內遲到兩次（含）以上的學生，視遲到情節由學務處酌情處罰之。

六、本辦法陳請 校長核示後實施，未盡事宜得另行修正之。

## 臺北市立忠孝國中 109 學年度新生服裝燙印班別姓名 注意事項

一、限用**藍色**燙印名條，一條 10 元，於合作社購買。

二、冬季外套和背心，亦需燙印班級名條。(注意: 名牌燙完之後，四週要縫，以免掉落)

三、名條燙印於 LOGO 上方，式樣如下圖：（數字為班級）

(一) 夏季、冬季制服襯衫：

2 李大明



(二) 夏季運動服上衣：

2 李大明



(三) 冬季運動服上衣：

2 李大明



(四) 冬季外套：

2 李大明



## 臺北市立忠孝國民中學服裝儀容檢查實施要點

103年4月17日修訂

- 1、 每次定期評量後擇期舉行全校服裝儀容檢查，平常由行政人員或老師們隨時抽查。
- 2、 服裝儀容不合規定，先以口頭勸導，經勸導未能立即改善或未依規定時間複檢者，按學生獎懲實施要點處置。

參、服裝儀容規定：

### 一、頭髮：

- 1、以整潔、衛生、健康、經濟為考量，不染、不燙、不亂、不怪、露出五官為原則，並適合學生身份，女生頭髮過肩要綁起來。
- 2、頭髮必須修剪整齊，不可塗抹髮膠、髮油、髮膏、定型液或其它足以改變髮形的物品。

### 二、服裝：

- 1、依學校規定穿著運動服或制服上學，並隨時保持整齊清潔和完整。
- 2、運動服與制服不可隨意相互搭配穿著。
- 3、穿著冬季運動服、制服時，上衣的下襬不可露出於外套。
- 4、穿著外套時，拉鍊必須拉至校徽以上，且不得穿學長姐所留下之黑色外套。
- 5、本校學生須穿著運動鞋，顏色不拘。
- 6、穿著目視可見之襪子，顏色不拘。
- 7、「校慶紀念衫」由各班導師統一規定全班穿著。
- 8、除非另有通知，否則不可穿著或攜帶便服到學校。

### 三、書包：

- 1、顏色為深藍色、有臺北市忠孝國中之校徽圖案。
- 2、不可改變其形狀或顏色，且不可以塗鴉或佩掛任何配件。
- 3、書包長度以對齊腰間為原則，不可過長或挾在腋下。

#### 四、儀容：

- 1、定期修剪指甲，不可彩繪及塗指甲油。
- 2、不可戴瞳孔放大片或有色隱形眼鏡。
- 3、為保持學生清純形象，不可化妝，並且嚴禁配戴一切飾物，如：耳環、鼻環、舌環、項鍊、戒指、手環、腳環等。
- 肆、本實施要點經服裝委員會通過並陳請 校長核定後公佈實施；修正時亦同

## 109 學年度垃圾分類、資源回收實施辦法

### (1) 回收桶擺放位置

後 門	一般 (收費)垃圾	A 寶特瓶 塑膠瓶	B 鐵鋁罐	C 廢紙類	D 紙餐盒 鋁箔包	E 其他類 至回收室 再分類	掃具 收納 櫃
	已護貝的 紙、 傘布、陶瓷	代收類 清洗、疊好	清洗踩扁	紙箱需 拆開+攤平	代收類 清洗後再丟 瀝乾水份	光碟、廢電 池、玻璃 雨傘骨架	

### (2) 資源回收分類

# 垃圾處理辦法



- (3) 時間、地點：每週二、五下午打掃時間。
- (4) 一般垃圾:須使用專用垃圾袋，**確實壓緊、打包、打結**後丟於綠色垃圾子母車。
  - a.內掃區：每學期發放 33 公升垃圾袋 20 個，用畢不補發。
  - b.外掃區：裝滿丟棄後，負責幹部至學務處登記領取專用垃圾袋。
- (5) 樹枝落葉：至導師室後方拿取麻布袋，裝滿落葉後送至落葉堆肥處置區。  
(只裝落葉；禁碎石、雜物、垃圾、回收物)
- (6) 廚餘：中午用餐後，所有食物類垃圾倒入桶餐回收桶，由餐廚廠商回收。
- (7)

## 臺北市立忠孝國民中學服務學習實施計畫

101.08.29 校務會議修正通過

### 一、依據

依臺北市政府教育局 101 年 8 月 17 日北市教中字第 10140376300 號函。

### 二、目的

- (一)增進學生關心自己、關懷生活環境及參與公共事務的意願與熱忱。
- (二)輔導學生認識生命的意義，培養多元價值觀，啟發學生人文關懷的精神。
- (三)提供學生回饋學校、鄰里、社區及社會，從生活體驗中，落實五育均衡的

全人教育。

三、對象：本校學生。

#### 四、服務範圍

(一)學校各處室提供之校內服務性活動。

(二)本校學生社團經校方核可辦理之非政治性、商業性、營利性服務學習活動。

(三)政府立案之人民團體、法人、服務機關(構)辦理之服務學習活動。

#### 五、實施方式

(一)每位學生每學期至少服務 6 小時。

(二)學生每次參加服務活動，均應取得服務主辦單位或服務對象(承辦人)之證明章記。

(三)校內服務學習活動，必須活動前至學務處申請，並由指導老師協同指導，以確保其教育意義及活動之正當性及安全性。

(四)參加校外服務學習時，於 5 日前至學務處提出申請，申請前須取得家長之同意，並於申請時一併附上家長同意書。

#### 六、認證方式

(一)校內各行政單位之服務學習時數，由各單位組長或主任簽章證明。

(二)校內之全校性活動之服務時數，由主辦單位組長或主任簽章證明。

(三)教師或學生社團安排之服務活動，由主辦教師、社團指導老師或服務對象(承辦人)簽章並由單位主管證明。

#### 七、考核與獎勵

(一)每位學生每學期至少服務 6 小時。

(二)由教師或業務單位安排之服務學習者，於活動結束後，由教師或業務單位(承辦人)將「學生服務學習證明」，送交學務處訓育組查核。(若為校外團體申請者，由申請人將「學生服務學習證明」，送交學務處訓育組查核。)

(三)若為個別服務學習者，於每學期結束前，由各班班長收齊「學生服務學習證明」，送交學務處訓育組查核。

(四)每學期服務時數達 20 小時以上者，學務處發給獎狀以茲鼓勵；表現優異者，擇優予以嘉獎表揚。

(五)學生參與服務學習之表現，得列為本校學生各項推薦之參考要項。

八、本實施要點經校務會議通過，教育局備查後實施，修訂時亦同。

## 忠孝國中國民中學課間活動實施辦法

一、依據：臺北市教育局 99 年 2 月 12 日北市教體字地 09932614500 號、95 年 9 月 7 日教體字第 09596397400 號及 104 年 1 月 14 日北市教體字第 10430836000 號函訂頒。

二、目的：培養學生對運動的興趣，增進健康、促進身心健全發展，提供學生多元校園活動，帶動校園清新、活力、健康之團隊朝氣，並增進學生對團體的向心力。

三、參加對象：本校七、八、九年級全體學生。

四、活動時間：109 學年，每日朝會後及第二節下課（10:10-10:25）、其他下課時間及每日放學時間。

五、活動內容：活動規劃以操場慢走或慢跑為主，也可從事球類運動，但獎勵部份以慢走慢跑為主，以導師認定為優先。

六、活動地點：本校操場。

七、獎勵：

（一）學生部分

1.100 圈以上小功兩支。

2.90-99 圈小功一支。

3.70-89 圈嘉獎兩支。

4.69-30 圈嘉獎一支。

（二）教師部分

1.班級學生期末統計人數有三分之一以上達 100 圈，導師記嘉獎兩次。

2.班級學生期末統計人數有二分之一以上達 40 圈，導師記嘉獎一次。

八、其他規定：

1.活動期間學生需注意自己及他人安全，如果在活動期間感覺不舒服，請立即停止運動。請健走同學走操場外圈，以保持內道跑步同學的使用權利。

2.活動時間除每日第二節下課時間外，皆可利用放學下課時間完成。

3.當日完跑後認證可以請導師、任課體育老師、體育組長進行認證，認證表如附件。

4.40 圈以上即可進行送至學務處體育組進行認證獎勵。

5.教師及學生敘獎，分為上下學期分別敘獎。

6.其餘未盡事宜將另行規定補充之。

九、本辦法陳請校長核准後實施，修正時亦同。