

# 110 學年度臺北市私立華興高級中學暑假生活須知（如因疫情有異動將於學校網站公告最新訊息）

110 年 6 月 29 日

各位家長及同學好：

因應新冠肺炎第三級警戒，全國學校停課至 7 月 2 日，為了協助學生在停課及暑假期間均能有「豐富的學習」以及「自律的生活」，本校依據教育局來文訂定「本校暑假期間學生學習及生活作息規劃指引」（公告於學校網站，請務必詳閱），讓親師生一起努力，共同為安全、健康、充實的暑假而努力，下列事項請務必詳讀與遵守：

- 一、暑假自 **110 年 7 月 3 日（六）起至 8 月 31 日（二）止**，請妥善規劃並完成暑假作業。
- 二、暑期銜接營實施方案視疫情狀況調整，將於 7 月 12 日（一）定案公告。
- 三、**9 月 1 日（三）開學（正式上課），上午 07:10 前到校**，全校師生統一穿著**粉紅色系上衣實施友善校園週一反霸凌宣誓**；隔週實施服儀檢查，**頭髮不可染、燙及蓄留怪異髮型，不得戴耳環（以戴透明耳棒代替）等**，當日因故無法到校者，請於註冊前完成請假程序，並於返校後持相關證明完成補（銷）假手續，無故未到者依校規辦理。  
**<住校生於 8 月 31 日（二）晚上 19:00-21:00 進住宿舍，當日晚餐請自理>。**
- 四、今年暑假因疫情因素，暫不安排各班返校打掃，視疫情狀況再行調整通知。
- 五、暑假補考時間請以註冊組公告日期及方式為準。
- 六、暑假期間，同學們有任何困難需協助者，請來電學務處：學校總機：02-28316834 轉 233（學生事務組），學校校安 E-mail: [sue19741974@hhhs.tp.edu.tw](mailto:sue19741974@hhhs.tp.edu.tw)；另教育局校安專線電話：(02)27252751、0800024099 或市府專線 1999 轉 6444。
- 七、網路沉迷防制：提醒家長注意孩子的上網時間及行為並慎選電子遊戲，避免產生價值錯亂，更須與孩子共同制訂上網公約及培養正確的網路使用態度與習慣。規律的作息，正常的飲食、積極的學習與健康的娛樂是豐富暑假生活的要件。
- 八、請勿「無照騎乘機車」，並遵守交通規則，切記平安才是回家唯一的路；外出應稟告父母，逾時晚歸需先電告平安。
- 九、請勿涉足不正當場所，例如網路電玩店、網咖、舞廳、撞球場、夜店、交友中心、PUB 等場所，避免產生人身安全問題。臺北市規定 15 歲以下之青少年無父、母、法定監護人陪同或無學校出具證明及未滿 18 歲之人，於夜間 11 時至翌日 8 時，禁止進入資訊休閒業（網咖）營業場所，另新北市禁止 18 歲以下人員進入資訊休閒業（網咖）營業場所。
- 十、為避免學生因對毒品危害及濫用藥物認知不足而好奇誤用，提醒家長關心學生校內、外交友及學習狀況，暑假期間應保持正常及規律生活作息，不依賴藥物提神，非醫師處方藥物不要輕易使用，拒絕成癮物質；參加聚會活動時，務必提高警覺並且不隨意接受陌生人的物品及飲料，守法自律、做正確的選擇才能隔絕受同儕及校外人士引誘。
- 十一、請勿到溪流、湖泊或無救生員之海邊、游泳池戲水；請勿深夜結伴出遊、飆車；不濫用藥品、不吸菸（電子菸）、不喝酒、不賭博；暑假期間，請勿燃放炮竹等從事危險之活動或遊戲，居家請留意瓦斯、水電、門窗安全，須注意一氧化碳中毒防範。若有登山之計畫，請先至學務處學生事務組登記並呈送登山計畫。
- 十二、幫派慣用利誘及威脅方式滲入校園，誘拐年幼無知的學生作奸犯科、違紀犯法。聰明的你千萬別被利誘而悔不當初；教育局防治幫派暨反毒專線電話：(02)23459595、0800024099 或市府專線 1999。
- 十三、如需工讀，請慎選工作性質與環境，並注意工讀安全，謹防人財兩失，記住 **7 不 3 要原則**（『不繳錢、不購買、不飲用、不辦卡、不隨意簽約、不非法工作、證件不離身』及『要陪同、要確定、要存疑』），強化學生打工之警覺心。教育部校安中心網頁設有「學生工讀安全資訊網相關資訊」，連結行政院勞工委員會「全國就業 e 網」<http://www.ejob.com.tw>，亦可免費撥打諮詢專線：0800-777-888。
- 十四、近來詐騙集團常使用假網路拍賣、ATM 解除分期付款及假交友等方式實施詐騙，學生族群因涉世未深，不熟悉詐騙手法而成為被害之高風險群，請同學留意。機靈反詐騙，守法不犯罪，善用各種救援通聯網路，如警察 110、消防 119、家暴 113、反詐騙 165、教育部校安中心(02)33437855、33437856 及國教署校安中心(04)23302810、23398421 之 24 小時服務專線，並請同學具備應有素養，避免以惡作劇心態撥打相關求助電話造成社會資源浪費。
- 十五、役齡男子申請二階段軍事訓練宣導資料已公告於學校網站，高三同學可至學校網站或內政部役政署網站查詢，  
重點如下：旨揭役男應連續接受二階段常備兵役軍事訓練，但就讀大專校院期間，得依其志願，於就讀大學第一學年或五專第三學年當年十一月十五日前向戶籍地（鄉、鎮、市、區）公所申請於大學第一學年、第二學年或五專第三學年、第四學年暑假，接受二階段常備兵役軍事訓練。
- 十六、「暑假期間學生學習及生活作息規劃指引」（如附件）已公告於學校網站，請家長及學生務必詳閱。

# 110 學年度臺北市私立華興高級中學「暑假期間學生學習及生活作息規劃指引」

110 年 6 月 29 日

## 壹、落實各項防疫作為

- 一、請落實勤洗手、注意呼吸道衛生與咳嗽禮節；在家吃飯儘量不要共餐、碗筷不要共用；保護自己也保護家人。
- 二、應避免外出，不參加室內 5 人以上、室外 10 人以上之家庭聚會(同住者不計)和社交聚會，避免不必要移動、活動或集會。
- 三、請家長關心子女健康，落實自我健康監測，如出現發燒、咳嗽或過敏性流鼻水等呼吸道症狀，應主動通知學校並儘速就醫。

## 貳、輔導學生規劃自律的暑期生活

- 一、提醒學生在暑假期間要維持正常作息，並做好防疫作為，同時要規劃好個人學習的進度與內容，補強課業學習，以利新學期課程的銜接。
- 二、學生每日可彈性規劃室內體能運動、課業複習（如數學及邏輯訓練、英語口說，或針對停課期間課程複習安排等）、個人興趣培養（如下棋、閱讀、繪畫等）或獨立生活技能、做家事（如簡易烹飪、家務整潔等）及合於防疫需求的家庭時間和休息。
- 三、為避免學生長時間用眼傷害視力，暑假期間應請家長提醒學生遵循「3010 原則」（用眼 30 分鐘、休息 10 分鐘），並儘量於晚間 9 時後減少電子資訊設備之使用，以規律作息。

## 參、引導學生自主學習不中斷

- 一、指導學生規劃暑假生活，設計個別化學習目標。暑假作業以孩子為主體，自主規劃、自主學習為主，期能讓學生「設計屬於自己的暑假作業」，從而培養獨立思考、自我反省及主動學習之能力。
- 二、依據各領域、科別屬性引導學生思考及規劃自主學習計畫，其內容可包含學習成果彙整與反思、學科延伸學習、專業知能與技術精進等面向，上述內容以在家學習與進行為原則。
- 三、指導學生善用臺北酷課雲資源，透過完整的線上自主學習模式及相關配套措施，以 On0 互動管理平臺搭配國小到高中各學層共計 11,284 部線上教學影片、43,821 道線上題庫、21 種電子線上資料庫及學生學習歷程檔案系統等資源，提供學生進行課前預習、課中學習、課後複習。教育局將於 110 年 7 月 5 日至 110 年 8 月 24 日期間，辦理臺北酷課雲暑假線上直播課程活動，提供適合各學層多元學習課程，鼓勵學生假期線上自主學習風氣。另外鼓勵多加利用教育局彙整之「公私協力線上學習資源大補帖」資源（網址：<https://ppt.cc/fjq2mx>）。
- 四、為保障學生暑假期間都能夠在家自學，請家長確認學生線上學習所需網路與協助載具實際情況，有不足請立即向學校反映。
- 五、教師自訂自主學習獎勵機制，並將自主學習優秀作品於適當時機或採線上方式進行成果發表，協助學生彙整並豐富自身學習歷程檔案。

## 肆、防疫期間關懷輔導不間斷

- 一、家長適時掌握孩子身體狀況，確認孩子有照顧者陪同，倘有孩子確診，請學生或家長主動通報學校，以利相關協助，另針對身心障礙學生請學校特教個管教師持續關心學生暑假期間之情緒行為及身心健康，並引導家長有效陪伴。
- 二、對學生關懷不間斷，持續注意學校學生有無受虐、性侵害、兒少未獲妥善照顧(脆弱家庭)、家庭暴力等事件發生，學校人員若知悉有上開情形，應立即辦理通報。
- 三、利用學校網站、學校官方臉書或班級通訊軟體群組等管道，讓家長及學生清楚知道向學校求助的窗口，倘學生有特殊輔導需求，無法透過遠端協助，經學校評估確有實體輔導的必要性存在，在能確保學生及教職員防疫安全的情況下，學校應提供學生到校輔導或諮商之協助。到校人員應落實防疫，全程佩戴口罩，並落實室內社交距離等強化防疫措施。
- 四、透過多元方式，如錄製宣導影片或透過 google meet 線上會議等，與家長及學生進行線上生涯輔導與志願選填指導。
- 五、學校教師運用線上及多元方式，提供學生選課及升學輔導諮詢，並請家長提醒學生留意各項招生、志願選填及報到期程等，以維護學生權益。
- 六、暑假期間課程事宜，已於學校網站首頁設立專區說明課程資訊(例如:補考與重補修、暑期輔導課程及學藝活動、新生課程介紹與選課)，請家長提醒學生留意相關期程，避免學生因資訊傳達不全損害學習權益。

## 伍、加強防詐騙宣導，強化學生自我安全保護

- 一、學生於暑假期間若發生各類意外事件，請運用學校校園安全聯繫電話請求協助。提醒學生勿點選不明簡訊網址，避免手機中毒，被當成跳板而四處散發簡訊，使歹徒有機可乘。並建立安全使用智慧型手機的觀念，於使用網路聊天 APP(如 Line)時，請慎防及提高警覺，切勿洩漏帳號與密碼，避免成為詐騙受害者。
- 二、避免學生淪為詐騙車手而觸法；同時提醒家長應多留意孩子交友狀況及異常行為或物品，避免淪為詐騙集團推手。
- 三、台北市科技教育網建置有資訊素養與倫理第 4 版教材專區，提供上網禮儀、資訊安全及網路成癮、網路詐騙、網路霸凌、網路性剝削預防等相關課程教材，請學生多加利用，據以充實自我資訊素養。
- 四、學生於暑假期間若發生各類意外事件，請運用學校校園安全聯繫電話請求協助(請參閱暑假生活須知)。