

台北市立內湖高工 114 學年度第 1 學期學校日班級經營計劃表

班 級	門服二忠	導 師：高婕芸									
類 別	重 要 內 容		備 註								
個 人 教 育 理 念	用專業和耐心，陪孩子走一段路。										
班 級 經 營 目 標	正常化、規律化、獨立化 健康身心、肯定自我、互助共好、自動自發、自我負責、有同理心										
作 息 與 常 規	<div><div>每日流程</div><table><thead><tr><th>時間</th><th>需要完成的事情</th></tr></thead><tbody><tr><td>早自習 07:40~08:00</td><td>進教室後 1. 和家長報平安後，繳交手機。 2. 開窗、電扇。 3. 交聯絡本、作業。 4. 桌椅對齊、檢查座位附近有沒有垃圾。 5. 負責外掃區、走廊打掃的同學____，主動檢查有沒有垃圾。 6. 準備65元，完成訂便當。</td></tr><tr><td>中午 11:45~13:05</td><td>11:40 值日生抬便當 11:45~12:20 用肥皂洗手、用餐 12:20 還碗、洗餐具、擦桌面、刷牙 12:20~12:35 值日生還碗、領回餐具卡、倒廚餘、洗廚餘桶 12:35~13:05 午休時間</td></tr><tr><td>打掃時間、導師時間 15:50~16:20</td><td>15:50~16:10 打掃時間、值日生倒垃圾 16:10~16:20 導師時間、檢查聯絡本 16:20 領回手機、放學</td></tr></tbody></table></div>		時間	需要完成的事情	早自習 07:40~08:00	進教室後 1. 和家長報平安後，繳交手機。 2. 開窗、電扇。 3. 交聯絡本、作業。 4. 桌椅對齊、檢查座位附近有沒有垃圾。 5. 負責外掃區、走廊打掃的同學____，主動檢查有沒有垃圾。 6. 準備65元，完成訂便當。	中午 11:45~13:05	11:40 值日生抬便當 11:45~12:20 用肥皂洗手、用餐 12:20 還碗、洗餐具、擦桌面、刷牙 12:20~12:35 值日生還碗、領回餐具卡、倒廚餘、洗廚餘桶 12:35~13:05 午休時間	打掃時間、導師時間 15:50~16:20	15:50~16:10 打掃時間、值日生倒垃圾 16:10~16:20 導師時間、檢查聯絡本 16:20 領回手機、放學	
時間	需要完成的事情										
早自習 07:40~08:00	進教室後 1. 和家長報平安後，繳交手機。 2. 開窗、電扇。 3. 交聯絡本、作業。 4. 桌椅對齊、檢查座位附近有沒有垃圾。 5. 負責外掃區、走廊打掃的同學____，主動檢查有沒有垃圾。 6. 準備65元，完成訂便當。										
中午 11:45~13:05	11:40 值日生抬便當 11:45~12:20 用肥皂洗手、用餐 12:20 還碗、洗餐具、擦桌面、刷牙 12:20~12:35 值日生還碗、領回餐具卡、倒廚餘、洗廚餘桶 12:35~13:05 午休時間										
打掃時間、導師時間 15:50~16:20	15:50~16:10 打掃時間、值日生倒垃圾 16:10~16:20 導師時間、檢查聯絡本 16:20 領回手機、放學										
重 要 行 事 與活動	<div>9月份</div> <div>• 9/27(六)~9/29(一) 教師節連假</div> <div>10月份</div> <div>• 10/4(六)~10/6(一) 中秋節連假 • 10/10(五)~10/12(日) 國慶連假 • 10/13(一) 第一次期中考週 • 10/24 (五)~10/26(日) 光復節連假</div> <div>11月份</div> <div>• 11/24(一) 第二次期中考週 • 11/26(三) 中午放學，下午自主學習</div>										

## 12月份

- 12/25(四) 行憲紀念日放假

## 1月份

- 1/1(四) 元旦放假
- 1/12(一) 期末考週
- 1/15(四) 中午放學，下午自主學習
- 1/20(二) 休業式，1000放學
- 1/21(三)~1/23(五)，補上2/11(三)~2/13(五)的課
- 1/24(六) 寒假開始



### 爸爸媽媽可以協助與支持的是.....

回家練習	回家練習	情意
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 每份作業皆會說明範圍，<b>寫作業前先複習</b>。</li> <li>• 確實完成：<b>圈關鍵字</b>、檢查有無漏寫的地方。</li> <li>• 請家長<b>協助批改</b>/孩子自己改。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 讓孩子<b>確實訂正</b>：錯誤題目把正確的答案用螢光筆畫起來加深印象。</li> <li>• 小考時，不及格的同學隔天重考，考到及格為止。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>肯定與鼓勵孩子</b>，理解考證照的不容易。</li> <li>• 慶祝每個小進步。</li> </ul>



家長  
配合  
事項

### 爸爸媽媽可以協助與支持的是.....

技能	職場禮儀	情意
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 每週二實習後，與孩子<b>討論今日狀況</b>，並記錄於今日的實習日誌上。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>禮貌禮貌禮貌</b></li> <li>• 笑容</li> <li>• 注意音量</li> <li>• 情緒要穩定</li> <li>• 指令要服從</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 鼓勵與肯定</li> <li>• 分享自身工作經驗與甘苦。</li> <li>• 強調工作態度的重要性。</li> </ul>

同事相處

主動詢問

準時

認真踏實

每周僅實習一天，  
著重工作習慣與  
態度的養成

班級管理 方式	同作息與常規	
曠缺獎懲 與成績查 詢	請上校務行政系統查詢。	
親 師 聯 絡 方 式	聯絡簿、LINE、辦公室電話	
其他		