

臺東縣均一高級中等學校

107 學年度高中部十年級獨招入學

「課程試讀體驗活動」行前通知

- 一、 報到日期：107/5/26(六) 上午 08 點 10 分至 09 點 00 分
- 二、 報到地點：均一高級中等學校 10 年 A 班教室 (台東市中興路 2 段 366 巷 36 號)
- 三、 注意事項：
 1. 本次試讀體驗收費收據將於試讀營當日報到時間發放。
 2. 所有學生須全程參與活動及住宿生活，並遵守相關生活輔導須知；如有學生擅自離隊、缺課，或因個人行為不當而嚴重違反活動規定者，為安全起見，本校將通知家長處理，並得保留決定學生退出試讀的權利。
 3. 若有特殊疾病或用藥者，請於報到時提具醫生診斷或書面詳細說明，並自備用藥，以便協助與處置。倘有校方無法照料者，為維護學生安全，本校將立即通知家長帶回照顧。
 4. 建議學生於活動期間，請勿攜帶貴重物品，如：手機、電子產品及過多零用錢...等等，以免造成遺失、損壞、借用糾紛...等問題。
 5. 課程試讀活動期間，所拍攝之活動畫面與照片及學生團體創作之作品，均為本校無償使用及保留。
 6. 進入校園，請勿攜帶手搖杯飲料。

四、 學生務必攜帶之物品：

上課及住宿生活用品
<input type="checkbox"/> 健保卡。
<input type="checkbox"/> 文具用品(小書包或提袋、鉛筆(盒)、橡皮擦、尺.....)。
<input type="checkbox"/> 環保小水壺(裝飲用水用)與餐具(筷子、不銹鋼碗)。
<input type="checkbox"/> 個人常用特殊藥品，如感冒藥、腸胃藥等。
<input type="checkbox"/> 少量零用金與電話卡。
<input type="checkbox"/> 個人夜自習閱讀所需書籍。
<input type="checkbox"/> 盥洗用具(牙刷、牙膏、洗面乳、毛巾)。
<input type="checkbox"/> 換洗衣物一套 (T-Shirt 至少一件)。
<input type="checkbox"/> 洗澡用拖鞋、球鞋或任何方便於戶外活動的鞋款。
*學校備有完整且乾淨的寢具與被品供學生就寢使用，如尚需其他物品請自行攜帶。

五、 家長接送學生時間：

5/26(六)	1. 上午 08:10-09:00 本校 10 年 A 班教室門口報到 2. 下午 17:30 日間課程結束後至宿舍用餐並留宿
5/27(日)	1. 上午 07:30 用完早餐後自宿舍移動至教室 2. 中午 12:00 活動結束後，請家長來校接送學生

六、 家長面談時間：**親愛的家長，您好：**

感謝您的支持與認同，為讓您了解並認同本校教育理念，也讓我們更深入了解您的孩子，煩請務必撥冗參加此次家長面談，以免影響孩子入學權益。若有特殊因素無法於該時段來面談，煩請事先告知(089-223301#206 註冊組武老師)，經校方同意後，另安排面談時間。家長面談時間表如下頁。

107 學年度十年級新生家長面談時間表

時 間		05/26 (六)-	
08:10-10:10	08:10-09:00	全體報到	
	09:00-10:10	導師時間 & 家長面談開始	
		面談室一 英文閱覽室	面談室二 中文閱覽室
5/26(六) 上午場	09:00~10:20	台中 洪○蓉 南投 林○森 新竹 陳○辰 台北 郭○瑋 台北 盧○宏、盧○蕻	宜蘭 陳○ 桃園 林○峰 彰化 梁○煊 台北 林○昂 台北 李○恩 台北 洪○懿
	10:30~12:00	台北 蔡○恩 台北 倪○ 淡水 張○元 台南 胡○馨 花蓮 曾○瑄 高雄 莊○玟	永和 彭○毓 台中 趙○旋 新北 歐○盈 台南 林○晟 高雄 盧○蕻 花蓮 鄭○禾
5/26(六) 下午場	13:30~14:50	屏東 仇○恩 池上 廖○斌 成功 賴○齊	台東 朱○菱 台東 達○安 台東 黃○靜
	15:00-16:30		

*煩請該時段面談之家長於「家長休息區」等待。(設於本校多功能教室一)

*需進一步協助或諮詢請洽本校教務處招生小組☎089-223301#201、202、206

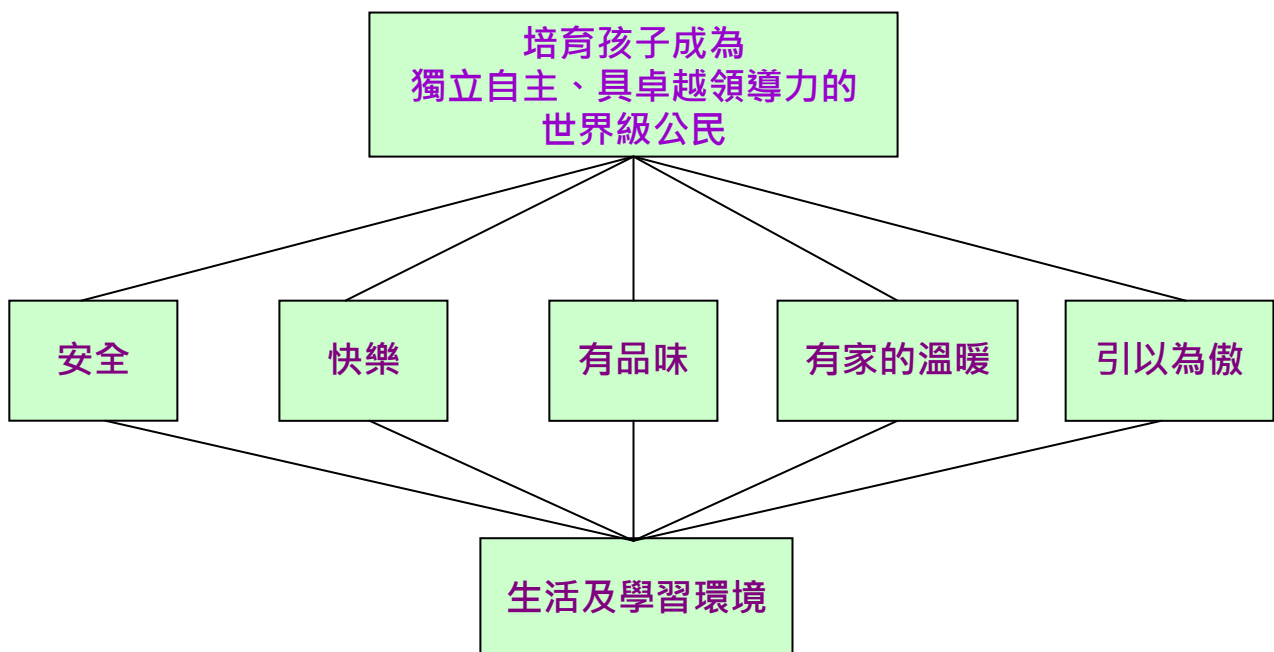
107 學年度高中部試讀營 課程表

節次	時間	5/26(六)		節次	時間	5/27(日)	
		海風班				海風班	
		10A 教室				10A 教室	
導師 馨緯、華禎老師							
1	08:10-09:00	1.學生報到 導師(教室門口) 2.發放(1)家長面談時間表 (2)繳費收據 教務處		07:30-08:10		資料填寫 輔導室、導師	
				1	08:10-09:40	生命探索 睿哲老師	
2	09:10-10:00	導師時間 (家長面談)校長、舒主任		2			
3	10:10-11:00	國文 思廷老師		3	10:00-11:30	音樂舞蹈 育慶/婕茹老師	
4	11:10-12:00	數學 婉瑜老師		4			
12:00-13:10		午餐、午休 導師		11:30-12:00 導師時間 12:00 放學		導師 導師學務處	
5	13:20-14:50	英文與國際連結 英文團隊		上課地點： (1) 國文、英文、數學：10A 教室 (2) 生命探索：操場及風雨球場 (3) 烘焙課：女生宿舍一樓 (4) 音樂舞蹈：音樂教室 用餐地點： 女生宿舍一樓餐廳 家長面談： (1) 面談室一：英文閱覽室 (2) 面談室二：中文閱覽室 (3) 休息室：多功能教室一			
6		英文與國際連結 英文團隊					
7	15:00-16:05	英文分組教學檢測 英文團隊					
16:05-16:30		整理打掃 導師					
8	16:40-17:30	烘焙課 詩涵老師					
宿舍時間	17:40-17:50	餐廳禮儀 教官					
	17:50-18:20	晚餐、打掃 宿舍老師					
	18:30-20:00	烘焙課 詩涵老師					
	20:00-20:30	宿舍生活我最罩 教官					
	20:30-21:40	盥洗、打電話 宿舍老師					

台東均一高中宿舍規範與說明

一、均一宿舍生活願景

充分發揮領導力教育之精神，激勵、帶領孩子共同創造一個安全、快樂、有品味、有家的溫暖、讓孩子引以為傲的生活及學習環境，培育均一的孩子成為獨立自主、具有卓越領導力的世界級公民。



我們期待每一個均一的學生都是自己的領導者，

擁有良好的品格，找到自信的泉源。

住宿生活中讓孩子學習自己動手，練習時間管理，循序漸進實踐自我領導，進而養成自律、主動的習慣，在團體生活裡也懂得體諒他人、和諧互助。

教學內容

宿舍提供孩子從生活中學習自己動手做的每一個機會，無論是鋪床、洗衣、打掃、整理內務、彩繪牆面、布置交誼廳的共同空間，都由老師帶領一起共同完成，讓住宿的學生學會彼此尊重的生活能力。為使均一的學生能夠獲得充分的關照與學習，宿舍生活中也安排舉辦慶生及節慶相關活動，藉由活動凝聚師生間彼此情誼，讓均一住宿的孩子在校也能享受家一般的溫暖。

生活學習

引導住宿的孩子透過共同討論、製作生活的公約，同時由孩子們推選樓長、副樓長、寢室長，分工又合作，互相提醒每一位同學能遵守生活規範與確實整理內務，真正學習獨立自主的團體生活。

我們的願景

杜威說：「生活與工作即是教育，做中學，學著做，做著用。」均一也相信「做中學」，讓孩子學到「帶得走的能力」，我們特別規劃讓孩子從宿舍生活技能與常規訓練中學習自我領導、團隊合作的能力。

二、生活規範

一、一般規範

- (一) 主動依編定的房間及床位住宿，成為自己的領導人。
- (二) 發揮雙贏思維，愛惜公物、維持內務整齊及清潔，為彼此營造安全、有品味的居住環境。
- (三) 宿舍內維持室內音量，創造優秀生活品質。
- (四) 使用浴廁先敲門，尊重他人，也讓自己受到尊重。
- (五) 使用火鍋、電磁爐及微波爐等高耗能電器用品易釀成災害，請確實保護自己、保

護他人。

- (六) 使(借)用他人物品，事先、主動告知當事人，並取得同意。
- (七) 賭博、抽煙、飲酒、打電玩、閱覽不良書刊等行為嚴重戕害身心，務請遠離。
- (八) 晾曬衣物至陽台，方便、通風又美觀。
- (九) 為維繫身心健康，熄燈時間為晚上 10 點，準時就寢，才能儲備明天的活力。
- (十) 為尊重室友隱私及生活空間，進入他人寢室或邀請同學進入寢室前，務必徵得室友同意。交談請至交誼廳。
- (十一) 住宿學生上課時間欲回宿舍，請先徵求導師及樓層導師同意。
- (十二) 充份展現自我管理能力，全力協助自治幹部，維護樓層優秀生活品質。
- (十三) 離開寢室、宿舍，衣著整齊、合宜。
- (十四) 尊重他人、營造安全健康的環境，私人寵物不帶進宿舍。
- (十五) 為彼此尊重，男/女同學在各自的樓層活動。
- (十六) 零食、飲料請至交誼廳食用，並自行處理垃圾、做好分類工作。
- (十七) 就寢時間過後，需要夜讀的同學經樓層導師同意，可至一樓自習。
- (十八) 為健全宿舍生活，同學間不進行金錢交易或借貸行為。
- (十九) 各樓層師生共同承擔公共區域清潔工作，攜手打造優秀住宿環境。

二、內務檢查

- (一) 為充分發揮自我管理能力，各寢室請以檢查表自我檢查，並由樓長協助確認。
- (二) 為保障夜間如廁及重大災害逃生時的安全，公共區域請完全淨空。

三、外出及請假

- (一) 親友要事來訪請先告知樓層導師。
- (二) 外出請事先告知樓層導師、完成請假手續。
- (三) 收假無法準時返回宿舍或經家長同意隔日返校者，請於收假當日 18 時 30 分前主動以電話向樓層導師請假。

四、手機使用規範

- (一) 返校入宿後請主動將手機、MP3、MP4 等 3C 產品，交由樓層導師保管 (送進樓層「養機場」)。
- (二) 週一至週四晚間 21:00-21:30，由手機保管領導人自樓層導師房間取出使用。
- (三) 手機請於使用完畢後置於樓層導師房間充電。

五、夜點及零食之食用時機

- (一) 男、女宿統一於 21:00-21:30 時分於各自 Living Room 食用。
- (二) 個人零食統一交由導層導師保管，於自主時間向導師領取、至 Living Room 食用，並做好清潔及垃圾分類工作。

六、獎懲

發生以下行為，應辦理退宿並依學校規定處置：

- (一) 不假外出或未依規定返回宿舍。
- (二) 違反男女分際情事或擅自進入男(女)生宿舍或浴廁。
- (三) 竊取他人財物或蓄意破壞公物。
- (四) 未能聽從樓層導師或值班生活老師指導，行為粗暴、態度惡劣、口出穢言或其他嚴重行為缺失。

四、作息時間

居住在公共團體生活當中，要建立制度規範，讓每個住在一起的老師和學生都能感到舒服且受到尊重，以下是住宿生活安排中重要的事項：

平日作息

	06:30	起床	
	06:50-07:20	早餐(移動至教學區)	
	08:15	宿舍關閉-(保全設定)	
	17:45	宿舍開放	
	18:00	晚餐	
	18:45-20:15	功課預習複習時間(夜間課程、專題製作)	
	20:15-20:45	自助學習時間	自由時間 (盥洗/休息)
	20:50-21:10	生活導師集合住宿生時間	
	21:00-21:30	自由時間(手機使用/夜點/盥洗)	
	21:30-22:00	宿舍環境打掃	自由時間 (盥洗/休息)
	22:00	寢室熄燈	
	22:00~	(課業輔導時間)執行未完成之宿舍工作	
	22:30	所有住宿生就寢-(保全設定)	