

# 班級經營計畫

二年敬班 導師 郭柔辰

班級現況	本班為高二第三班群，全班人數 38 人。
班級經營理念	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 保持同理與良善：能夠同理自己、他人及任何關係，真誠且良善的待己待人，練習主動釋出善意與溫柔。</li> <li>● 善盡角色的職責：能擔任好自己於課業、班級、社團等角色，妥善分配時間心力，以及壓力調節。</li> <li>● 團隊生活與榮譽：在團隊生活中守護共同默契與原則，以身為二敬的一份子感到溫暖友愛，共享團隊的榮譽，成為彼此的好夥伴。</li> </ul>
生活常規要求	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 擇己所愛：做自己的抉擇人，培養獨立思考的能力，練習為自己做選擇，並喜歡自己做的事。</li> <li>● 覺察情緒：關心自己的身心需求，找到情緒紓壓、理性思考的平衡點。</li> <li>● 時間管理：分配自己於學科與課外活動的時間運用。</li> <li>● 團隊共識：在安全舒適的氛圍中，表達自己的想法，透過多元的交流與溝通，建立班級共識。</li> </ul>
師生關係	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 相互尊重，同理傾聽：師生理解彼此的角色責任，盡心理解女孩的內在感受與情緒，並適時引導、給予建議。</li> <li>● 正向鼓勵，成為後盾：建立積極正面的互動模式，鼓勵女孩挑戰自我，做其堅強的後盾，成為女孩能安心做自己的依靠。</li> </ul>
家長參與及配合事項	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 請假：依照學校規定程序辦理外，務必事先以line或電話知會導師，亦提醒學生儘早銷假</li> <li>2. 請家長協助閱讀與簽名校務和班務相關事宜</li> <li>3. 多關注女孩的身心狀況，以及讀書、飲食、運動、課外活動、睡眠、交友、手機與零用錢使用等情形</li> <li>4. 支持女孩的興趣與專長，協助女孩壓力調節，能同理女孩的需求</li> <li>5. 有任何需要溝通或瞭解的事項，請直接以電話、Line 與導師聯繫，希望透過一對一直線的對談，更加了解家長與女孩的想法與需求，避免親師、師生之間透過轉傳而使事件複雜化，成為夥伴關係，一同陪伴孩子的青春。</li> </ol>

<p><b>班級 重要行事</b></p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 9/13(六)班級親師座談會</li> <li>2. 9/27(五)-9/29(日)教師節連假</li> <li>3. 10/04(五)-10/06(日)中秋節連假</li> <li>4. 10/10(五)-10/12(日)國慶日連假</li> <li>5. 10/14(二)-10/15(三)第一次期中考</li> <li>6. 10/24(五)-10/26(日)臺灣光復節連假</li> <li>7. 10/31(五)大隊接力預賽</li> <li>8. 11/07(五)大隊接力複賽</li> <li>9. 11/14(五)大隊接力決賽</li> <li>10. 11/25(二)-11/26(三)第二次期中考</li> <li>11. 12/06(六)校慶</li> <li>12. 12/08(一)校慶補假</li> <li>13. 12/11(四)壘球比賽</li> <li>14. 12/25(四)行憲紀念日放假</li> <li>15. 01/01(四)元旦放假</li> <li>16. 01/02(五)藝能科期末考</li> <li>17. 01/14(三)-01/16(五)期末考</li> <li>18. 01/20(二)休業式</li> <li>19. 01/20(二)-01/23(五)畢業旅行</li> </ol>
<p><b>聯絡方式</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 因全班學生與家長均有教師的Line，為避免導師因課務或會議未能及時掌握家長訊息，請家長直接利用line 留言，導師會儘速回覆。</li> <li>● 學校聯絡電話：(0) 2507-3148 分機753、754，如老師上課或開會，請留言以利回電。學校網址<a href="http://www.csghs.tp.edu.tw">www.csghs.tp.edu.tw</a>，請隨時留意最新公告與訊息。</li> <li>● 學校總機：2507-3148；教官室電話2507-3148 分機301-306，請假分機307-309。</li> </ul>