

班級經營計畫

三年敬班 導師 郭柔辰

班級現況	本班為高三第三班群，全班人數 36 人。
班級經營理念	● 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。 ● 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。 ● 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。
生活常規要求	● 擇己所愛：做自己的抉擇人，培養獨立思考的能力，練習為自己選擇，並喜歡自己做的事。 ● 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。 ● 時間管理：分配自己於學科與課外活動的時間運用。 ● 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。
師生關係	● 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。 ● 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。
家長參與及配合事項	1. 請假：依照學校規定程序辦理外，務必請家長或學生事先以line或電話知會導師，亦提醒學生儘早銷假 2. 請家長協助閱讀與簽名校務和班務相關事宜 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 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 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。

班級 重要行事	【校內重要測驗】 1.第一次期中考：10/13（二）、10/14（三） 2.第二次期中考：11/24（二）、11/15（三）（國英不考！） 3.期末考：12/30（三）、12/31（四） 4.藝能科期末考：12/11（五） 【學校重要行事】 1.大隊接力：10/30（五）、11/6（五）、11/13（五） 2.校慶：12/5（六）（12/7（一）補假） 3.高三家長甄選入學線上說明會：12/11（五）18:30 4.休業式：1/20（三） 5.學期補考：1/29（五） 【高三重要升學考試】 1.第一次英語聽力測驗：10/17（六） 2.第二次英語聽力測驗：12/12（六） 3.學科能力測驗：1/22（五）～1/24（日） 4.分科測驗：7/10（六）、7/11（日） 【學測模擬考】 1.第一次模擬考：9/2（三）、9/3（四） 2.第二次模擬考：10/28（三）、10/29（四） 3.第三次模擬考：12/8（二）、12/9（三）
聯絡方式	● 因全班學生有教師的Line，家長有Line社群，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。 ● 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www.csghs.tp.edu.tw，請隨時留意最新公告與訊息。 ● 學校總機：2507-3148；教官室電話2507-3148 分機301-306，請假分機307-309。