

花蓮縣立宜昌國民中學 115 學年度新生訓練通知單

各位親愛的新生及新生家長您好

歡迎您加入宜昌國中的大家庭，你準備好進入國中生活了嗎？別擔心！學校安排了新生訓練活動來協助同學適應國中生活，一天的課程讓你了解國中的作息與注意事項，請詳細閱讀下列資訊，並準備好自己，期待你的加入。
宜昌國中歡迎您

一、重要事項提醒與攜帶物品檢核表

到校時間：8 月 25 日（星期二）**上午 07：50**

- 學習必備用品：☐背書包 ☐餐具 ☐環保水杯 ☐文具 ☐衛生紙 ☐個人物品
- 照片繳交：近期 **一寸** 照片 4 張
- 午餐餐費：當日便當費 100 元，請攜帶餐費及環保餐具到校。
- 服儀整潔：需著夏季制服（短袖襯衫+長褲），制服上衣請務必繡好學號並注意服裝儀容整齊清潔。

二、注意事項

1. 新生請於 7 點 50 分前到校。
2. 由隊輔同學支援活動與導師事務。
3. 若有需請假在家，請主動聯繫導師，或撥打學校電話 03-8520803-302。
4. 若當日午餐有**素食**需求，亦請提前告知，以便先行準備。

三、新生始業輔導課程表

項次	時間	課程名稱	活動內容	實施場地	主持人	備註
1	07:50	報到	點名、收手機、交照片、用餐調查	各班教室	各班導師	隊輔
2	08:00-09:05	導師時間	認識導師、認識同學	各班教室	各班導師	隊輔
		班級編隊	由高至矮，每列 7 人，3-4 列			
3	09:15-09:30	禮儀訓練	編排升旗隊形 基本儀態訓練	活動中心	學務處	
4	09:30-10:00	開訓典禮	頒發新生健促見面禮 認識宜昌大家庭	活動中心	梁仲志校長	
5	10:00-10:20		下課休息			
6	10:20-11:05	校園 衛生教育	1. 整潔工作與掃具使用 2. 垃圾減量與資源回收	活動中心	學務處	
7	11:05-11:15		下課休息			
8	11:15-11:50	朝會練習	基本儀態訓練、校歌教唱	活動中心	學務處	隊輔
9	12:00-13:15	午餐及午休	吃午餐、午休時間	各班教室	各班導師	隊輔

10	13:25-13:50	校園巡禮	認識校園空間與環境	校園	各班導師	隊輔
11	14:00-14:50	處室介紹 學務規程	1. 各處室簡介 2. 成績考查辦法 3. 學生生活常規	活動中心	各處室團隊	
12	14:50-15:00	社團簡介	社團簡介、選社說明	活動中心	學務處	
13	15:00-16:00	導師時間	班務處理 (學生介紹、遴選幹部、編排座位、 資料填寫、導師叮嚀注意事項)	各班教室	各班導師	隊輔
14	16:00	放學	放學	校門口	學務處	