

臺南市私立慈濟高級中學線上教學授課時間調整說明

因應線上學習的實施讓教師與學生每天接觸3C產品的時間有過長之疑慮，為維護教師與學生的身心與視力健康，特補充說明線上教學部份措施如下：

1. 實施線上教學，每節課視訊時間宜占原實體課程之二分之一，最多不超過40分鐘為原則，其餘時間可採延伸閱讀、作業撰寫等多元學習方式進行。
2. 上課時間不做調整，縮短線上授課時間並可延長每節課之間的休息時間，以利師長與學生在課程之間能有充分的休息與準備。
3. 線上視訊課程作息時間建議調整如下：

課程	時間
第一節	08:20-09:00
第二節	09:20-10:00
第三節	10:20-11:00
第四節	11:20-12:00
午休	
第五節	13:15-13:55
第六節	14:15-14:55
第七節	15:20-16:00

4. 線上教學得以同步形式(直播授課、線上文字與直播混合)、非同步形式(預錄影片與直播、學習平臺等)或混成方式實施。

停課期間希望大家都能減少外出，共同防疫，同學們在家也能發揮自我管理之能力，正常作息與學習，停課不停學，讓我們一起努力度過疫情難關。

祝 健康平安

臺南市私立慈濟高中 教務處