

五. 全校學生每日作息表

屏東縣立麟洛國民中學 生活作息時間表

節次	時間	備註
上學	07：20 ～ 07：40	學生 7：40 前到校，7:40 以後進入校園者為遲到。
預備	07：40 ～ 07：45	準備一天上午作息狀態。
晨間活動	07：45 ～ 08：20 (請導師協助督導)	每週一:淨化環境 每週二:英聽 每週三:升旗/朝會 每週四:晨間運動 每週五:內省思靜 週一加強環境整理，週二~四晨間人為垃圾撿拾即可，請各班負責同學於 7:40 前執行完畢。
第一節	08：25 ～ 09：10	鐘響後 1 分鐘內進入教室。
休息	09：10 ～ 09：20	
第二節	09：20 ～ 10：05	
休息	10：05 ～ 10：15	
第三節	10：15 ～ 11：00	
休息	11：00 ～ 11：10	
第四節	11：10 ～ 11：55	
午餐時間 (含潔牙時間)	11：55 ～ 12：30	1. 11:55~12:05 同學至指定地點抬餐桶， 2. 12:05~12:25 所有同學一律在教室用餐， 3. 12:25~12:30 學餐後進行潔牙或漱口。 4. 12:30 前將餐桶及廚餘抬回至指定地點。
午 休	12：30 ～ 13：15	午休鐘響後即安靜至教室午休。 (每周五中午進行資源回收，遇特殊情況擇期辦理)
預備	13：15 ～ 13：20	準備一天下午作息狀態。
第五節	13：20 ～ 14：05	
打掃	14：05 ～ 14：20	教室內外、各辦公室內外及室外環境整理
第六節	14：20 ～ 15：05	
休息	15：05 ～ 15：15	
第七節	15：15 ～ 16：00	
休息	16：00 ～ 16：10	未參加課後輔導者 16:00 放學
第八節	16：10 ～ 16：55	
放學	16：55 ～ 17：05	同學們請於 10 分鐘內離校完畢。
備 註	112 年 8 月 29 日校務會議通過	