

七、全校學生每日作息時間表（＊請清楚標示各年級放學時間）

● 學校作息時間表 —低年級(共 24 節)

星期 時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
07:45~08:00	整潔活動	整潔活動	整潔活動	整潔活動	整潔活動
08:00~08:30	朝會升旗	早閱讀	健康操	導師時間	導師時間
08:30~08:40	休息時間	休息時間	休息時間	休息時間	休息時間
08:40~09:20	第一節	第一節	第一節	第一節	第一節
09:20~09:30	休息時間	休息時間	休息時間	休息時間	休息時間
09:30~10:10	第二節	第二節	第二節	第二節	第二節
10:10~10:30	課間活動	課間活動	課間活動	課間活動	課間活動
10:30~11:10	第三節	第三節	第三節	第三節	第三節
11:10~11:20	休息時間	休息時間	休息時間	休息時間	休息時間
11:20~12:00	第四節	第四節	第四節	第四節	第四節
12:00~12:40	午餐	午餐	午餐	午餐	午餐
12:40~13:20	放學	午休	放學	午休	放學
13:20~13:30		休息時間	休息時間	休息時間	
13:30~14:10		第五節	教師進修	第五節	
14:10~14:20		放學	教師進修	休息時間	
14:20~15:00			教師進修	第六節	
15:00~15:10			教師進修	休息時間	
15:10~15:50				第七節	
15:50~				放學	

備註：請依據「本縣國民中小學學生在校時間實施原則」辦理。

● 學校作息時間表 - 中年級(共 31 節)

星期 時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
07:45~08:00	整潔活動	整潔活動	整潔活動	整潔活動	整潔活動
08:00~08:30	朝會升旗	早閱讀	健康操	導師時間	導師時間
08:30~08:40	休息時間	休息時間	休息時間	休息時間	休息時間
08:40~09:20	第一節	第一節	第一節	第一節	第一節
09:20~09:30	休息時間	休息時間	休息時間	休息時間	休息時間
09:30~10:10	第二節	第二節	第二節	第二節	第二節
10:10~10:30	課間活動	課間活動	課間活動	課間活動	課間活動
10:30~11:10	第三節	第三節	第三節	第三節	第三節
11:10~11:20	休息時間	休息時間	休息時間	休息時間	休息時間
11:20~12:00	第四節	第四節	第四節	第四節	第四節
12:00~12:40	午餐	午餐	午餐	午餐	午餐
12:40~13:20	午休	午休	放學	午休	午休
13:20~13:30	休息時間	休息時間	休息時間	休息時間	休息時間
13:30~14:10	第五節	第五節	教師進修	第五節	第五節
14:10~14:20	休息時間	休息時間	教師進修	休息時間	休息時間
14:20~15:00	第六節	第六節	教師進修	第六節	第六節
15:00~15:10	休息時間	休息時間	教師進修	休息時間	休息時間
15:10~15:50	放學	第七節		第七節	第七節
15:50~		放學		放學	放學

● 學校作息時間表 –高年級(共 32 節)

星期 時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
07:45~08:00	整潔活動	整潔活動	整潔活動	整潔活動	整潔活動
08:00~08:30	朝會升旗	早閱讀	健康操	導師時間	導師時間
08:30~08:40	休息時間	休息時間	休息時間	休息時間	休息時間
08:40~09:20	第一節	第一節	第一節	第一節	第一節
09:20~09:30	休息時間	休息時間	休息時間	休息時間	休息時間
09:30~10:10	第二節	第二節	第二節	第二節	第二節
10:10~10:30	課間活動	課間活動	課間活動	課間活動	課間活動
10:30~11:10	第三節	第三節	第三節	第三節	第三節
11:10~11:20	休息時間	休息時間	休息時間	休息時間	休息時間
11:20~12:00	第四節	第四節	第四節	第四節	第四節
12:00~12:40	午餐	午餐	午餐	午餐	午餐
12:40~13:20	午休	午休	放學	午休	午休
13:20~13:30	休息時間	休息時間	休息時間	休息時間	休息時間
13:30~14:10	第五節	第五節	教師進修	第五節	第五節
14:10~14:20	休息時間	休息時間	教師進修	休息時間	休息時間
14:20~15:00	第六節	第六節	教師進修	第六節	第六節
15:00~15:10	休息時間	休息時間	教師進修	休息時間	休息時間
15:10~15:50	第七節	第七節		第七節	第七節
15:50~	放學	放學		放學	放學