

私立普台國民中小學九十六學年度第二學期 一年一班 課程作息表

午別	節次	時間	一	二	三	四	五	六	日	一	二	三	四	五	
晨間		07:50--08:20	級任時間	升旗朝會	級任時間	升旗朝會	級任時間	早餐		級任時間	升旗朝會	級任時間	升旗朝會	級任時間	
上午	1	08:30--09:15	禪修	國語	國語	國語	國語	級任	健康	禪修	國語	國語	國語	生活	
	2	09:25--10:10	國語	國語	數學	數學	英語	團體活動	健康	國語	數學	國語	數學	英語	
	3	10:20--11:05	數學	生活	英語	法語	綜合	團體活動	國學	法語	國學	英語	美勞	綜合	
	4	11:15--12:00	生活	數學	閱讀	生活	綜合	團體活動	國學	數學	法語	數學	美勞	級任	
午間	12:00--12:50		午餐												
	12:50--13:30		午休												
下午	5	13:40--14:25	體育	才藝	生活	音樂	法語	生活	音樂	體育	才藝	田園	綜合	淨空返家	
	6	14:35--15:20	體育	才藝	生活	英語	閱讀	美勞	生活	體育	才藝	田園	英語		
	15:20--16:00		點心時間/打掃時間												
	7	16:00--17:00	課業輔導	課業輔導	課業輔導	課業輔導	課業輔導	美勞		課業輔導	課業輔導	課業輔導	課業輔導		
	17:00--17:30		交接時間						交接時間		交接時間				
夜間	17:30--21:00		家族活動、晚餐、盥洗、藝文活動												
	21:00--21:20		就寢												
	21:30--06:30		好覺到天明												