

七年一班課表

級任老師：黃郁婷、蘇毓智

				非 淨 空 週							淨 空 週					
午別	節次	分鐘數	星期 時間	一	二	三	四	五	六	日	一	二	三	四	五	
晨間		70	06:30 07:40	起床、盥洗、整理內務、早餐(D2 餐廳)												
		10	07:40 07:50	級任時間	級任時間	級任時間、級任老師與生活輔導老師交接						級任時間	級任時間	級任時間、級任老師與生活輔導老師交接		
		30	07:50 08:20	級任時間	升旗	級任時間、級任老師與生活輔導老師交接						級任時間	升旗	級任時間、級任老師與生活輔導老師交接		
上午	45	45	08:30 09:15	自然	抽背	地理	數學	英語	國文	英語	數學	抽背	數學	第二外語	國文	
	45	45	09:25 10:10	數學	國文	自然	公民	第三外語	國文	英語	公民	第二外語	地理	國學	英語	
	45	45	10:20 11:05	英語	自習	國文	第二外語	自然	資訊	國文	輔導	自然	自然	英語	數學	
	45	45	11:15 12:00	歷史	第三外語	第二外語	國學	行事	資訊	國文	第三外語	英語	第三外語	數學	班會	
中午	45		12:00 12:50	午餐(D2 餐廳)												
	40		12:50 13:30	午 休												
下午	45	45	13:40 14:25	國文	輔導	社團	數學	書法	數學	第二外語	國文	美術	社團	音樂	淨空返家	
	45	45	14:35 15:20	第二外語	英語	社團	英語	書法	自然	自習	英語	美術	社團	歷史		
	45	45	15:35 16:20	健康	數學	數學	音樂	數學	團體活動	體育	體育	數學	國文	自然		
	20	30	16:20 16:40	點心、打掃時間												
	45	80	16:40 17:25	體育	體育	英語	禪修	國文	團體活動	健康	自然	國文	英語	禪修		
夜間		70	18:10 19:20	級任老師與生活輔導老師交接、盥洗、晚餐(D2 餐廳)												
		60	19:20 20:20	溫 習 、 進 修				藝文活動	溫習進修	藝文活動	溫 習 、 進 修					
		45	20:25 21:10	溫 習 、 進 修				藝文活動	溫習進修	藝文活動	溫 習 、 進 修					
		10	21:10 21:20	夜間點心												
		70	21:20 22:30	盥洗、家族時間、好覺到天明												