

# 七年五班課表

級任老師：楊登元、賴韋茗

				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	生活輔導老師交接				級任時間	升旗	生活輔導老師交接				
上午	1	45	08:30 09:15	數學	抽背	自然	英語	國文	數學	國文	歷史	抽背	英語	第二外語	自然	
	2	45	09:25 10:10	國文	英語	英語	國文	第三外語	自然	國文	數學	第二外語	自然	數學	國文	
	3	45	10:20 11:05	歷史	數學	數學	第二外語	數學	自然	美術	自然	健康	國文	數學	英語	
	4	45	11:15 12:00	體育	第三外語	第二外語	數學	行事	體育	美術	第三外語	體育	第三外語	英語	班會	
中午		45	12:00 12:50	午餐(D2 餐廳)												
		40	12:50 13:30	午 休												
下午	5	45	13:40 14:25	地理	國文	社團	體育	自然	輔導	第二外語	資訊	國學	社團	書法	淨空返家	
	6	45	14:35 15:20	第二外語	音樂	社團	健康	英語	國文	音樂	資訊	英語	社團	書法		
	7	45	15:35 16:20	自習	自然	國文	數學	公民	團體活動	英語	英語	國文	數學	國文		
		20	16:20 16:40	點心、打掃時間												
	8	45	16:40 17:25	英語	輔導	禪修	自習	國學	團體活動	地理	英語	數學	禪修	公民		
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												