

六、作息時間表

時間	星期	一	二	三	四	五
7:00-7:30		早自習	戶外活動	早自習	戶外活動	早自習
7:30-7:50		整潔活動				
7:50-8:00		晨讀十分鐘				
8:00-8:30		教師晨會	導師時間	兒童朝會暨 語文發表	導師時間	宣導、公共區 域打掃、運動 健走、大隊接 力
8:40-9:20		第一節				
9:30-10:10		第二節				
10:25-11:05		第三節				
11:15-11:55		第四節				
11:55-12:30		午餐 收聽ICRT (News Lunchbox)				
12:30-13:00		午間靜息		12:30 放學 教師 進 修	午間靜息	
13:10-13:50		第五節			第五節	
14:00-14:40		第六節			第六節	
14:40-15:00		掃地			掃地	
15:00-15:40		第七節			第七節	
15:40		放學			放學	

1. 上午 7:30 班級活動開始。敬請要求小朋友養成準時上學不遲到的好習慣。
2. 星期一 8:00 至 8:30 舉行教師晨會；學生進行早自習或由教師安排練習指定課業。
3. ICRT英語學習廣播節目：於上課日午餐時間播出(國小12時15分至12時20分)，透過ICRT廣播平臺https://www.icrt.com.tw/news_lunchbox.php?&mlevel1=7&mlevel2=96
4. 中午午休 12:30 開始，學生一律進入教室準備休息。
5. 午休靜息規定如下：
 - (1)用餐完畢後做好午餐整潔與潔牙、漱口工作(每週二需含氣漱口)，鐘響後迅速回教室休息。
 - (2)午休時間請休息午睡、閉目養神；不可影響他人午休(聽從老師與糾察隊的指導)
6. 班級實施自主跑步活動時間：每日8:30-8:40