

## 臺南市安平區西門實驗小學 113 學年度

## 低年級每週作息時間表

| 時 間         | 星期一                    | 星期二                  | 星期三                    | 星期四          | 星期五                  |
|-------------|------------------------|----------------------|------------------------|--------------|----------------------|
| 07:40~07:45 | 導師時間                   |                      |                        |              |                      |
| 07:45~08:05 | 掃 地 時 間                |                      |                        |              |                      |
| 08:05~08:40 | 朝 會                    | 教師晨會<br>影片宣導<br>晨光教學 | 兒童故事日                  | 班會時間<br>教育宣導 | 越野路跑<br>導師時間<br>(隔週) |
| 08:45~09:25 | 第 一 節                  |                      |                        |              |                      |
| 09:25~09:35 | 望 遠 凝 視                |                      |                        |              |                      |
| 09:35~10:15 | 第 二 節                  |                      |                        |              |                      |
| 10:15~10:35 | 一 人 一 運 動              |                      |                        |              |                      |
| 10:35~11:15 | 第 三 節                  |                      |                        |              |                      |
| 11:25~12:05 | 第 四 節                  |                      |                        |              |                      |
| 12:05~12:40 | 午 餐 時 間                |                      |                        |              |                      |
| 12:40~13:00 | 放<br><br><br><br><br>學 | 午讀時間                 | 放<br><br><br><br><br>學 |              |                      |
| 13:00~13:35 |                        | 午休時間                 |                        |              |                      |
| 13:40~14:20 |                        | 第 五 節                |                        |              |                      |
| 14:30~15:10 |                        | 第 六 節                |                        |              |                      |
| 15:20~16:00 |                        | 第 七 節                |                        |              |                      |
| 16:00       |                        | 降旗、放學                |                        |              |                      |

臺南市安平區西門實驗小學 113 學年度

中年級每週作息時間表

| 時 間         | 星期一       | 星期二                  | 星期三   | 星期四          | 星期五                  |
|-------------|-----------|----------------------|-------|--------------|----------------------|
| 07:40~07:45 | 導師時間      |                      |       |              |                      |
| 07:45~08:05 | 掃 地 時 間   |                      |       |              |                      |
| 08:05~08:40 | 朝 會       | 教師晨會<br>影片宣導<br>晨光教學 | 兒童故事日 | 班會時間<br>教育宣導 | 越野路跑<br>導師時間<br>(隔週) |
| 08:45~09:25 | 第 一 節     |                      |       |              |                      |
| 09:25~09:35 | 望 遠 凝 視   |                      |       |              |                      |
| 09:35~10:15 | 第 二 節     |                      |       |              |                      |
| 10:15~10:35 | 一 人 一 運 動 |                      |       |              |                      |
| 10:35~11:15 | 第 三 節     |                      |       |              |                      |
| 11:25~12:05 | 第 四 節     |                      |       |              |                      |
| 12:05~12:40 | 午 餐 時 間   |                      |       |              |                      |
| 12:40~13:00 | 午 讀 時 間   | 放<br>學               |       | 午 讀 時 間      | 放<br>學               |
| 13:00~13:35 | 午 休 時 間   |                      |       | 午 休 時 間      |                      |
| 13:40~14:20 | 第 五 節     |                      |       | 第 五 節        |                      |
| 14:30~15:10 | 第 六 節     |                      |       | 第 六 節        |                      |
| 15:20~16:00 | 第 七 節     |                      |       | 第 七 節        |                      |
| 16:00       | 降 旗、放 學   |                      |       | 降 旗、放 學      |                      |

## 臺南市安平區西門實驗小學 113 學年度

## 高年級每週作息時間表

| 時 間         | 星期一       | 星期二                  | 星期三   | 星期四          | 星期五                  |
|-------------|-----------|----------------------|-------|--------------|----------------------|
| 07:40~07:45 | 導師時間      |                      |       |              |                      |
| 07:45~08:05 | 掃 地 時 間   |                      |       |              |                      |
| 08:05~08:40 | 朝 會       | 教師晨會<br>影片宣導<br>晨光教學 | 兒童故事日 | 班會時間<br>教育宣導 | 越野路跑<br>導師時間<br>(隔週) |
| 08:45~09:25 | 第 一 節     |                      |       |              |                      |
| 09:25~09:35 | 望 遠 凝 視   |                      |       |              |                      |
| 09:35~10:15 | 第 二 節     |                      |       |              |                      |
| 10:15~10:35 | 一 人 一 運 動 |                      |       |              |                      |
| 10:35~11:15 | 第 三 節     |                      |       |              |                      |
| 11:25~12:05 | 第 四 節     |                      |       |              |                      |
| 12:05~12:40 | 午 餐 時 間   |                      |       |              |                      |
| 12:40~13:00 | 午 讀 時 間   | 放 學                  |       | 午 讀 時 間      |                      |
| 13:00~13:35 | 午 休 時 間   |                      |       | 午 休 時 間      |                      |
| 13:40~14:20 | 第 五 節     |                      |       | 第 五 節        |                      |
| 14:30~15:10 | 第 六 節     |                      |       | 第 六 節        |                      |
| 15:20~16:00 | 第 七 節     |                      |       | 第 七 節        |                      |
| 16:00       | 降 旗 、 放 學 |                      |       | 降 旗 、 放 學    |                      |