高雄市前峯國小110學年度全校一週作息時間表

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 星期  節次 | | 一 | 二 | 三 | 四 | | 五 |
| 7:15~7:40 | 上學時間 | | | | | | |
| 7:40~7:55 | 環境整理時間 | | | | | | |
| 8:00~8:25 |  | 晨讀10分鐘  體能活動 | 教師晨會 | 升旗  教育宣導 | 晨讀10分鐘  體能活動 | | 晨讀10分鐘  體能活動 |
| 8:30~9:10 | 1 |  |  |  |  | |  |
| 9:20~10:00 | 2 |  |  |  |  | |  |
| 10:10~10:50 | 3 |  |  |  |  | |  |
| 10:50-11:10 | 課間體能活動時間 | | | | | | |
| 11:10:11:50 | 4 |  |  |  |  | |  |
| 11:50~12:30 |  | 午餐時間 | 午餐時間 | 午餐時間 | 午餐時間 | 午餐時間 | |
| 12:30~13:20 |  | 午間靜息  低年級放學（12:30） | 午間靜息 | 全校放學（12:30） | 午間靜息  低年級放學（12:30） | | 午間靜息  中低年級放學（12:30） |
| 13:30~14:10 | 5 |  | 低年級  全日課 | 教師進修 |  | |  |
| 14:20~15:00 | 6 |  | 低年級  全日課 |  | |  |
| 15:00~15:20 | 整潔活動 | | | 整潔活動 | | |
| 15:20~16:00 | 7 |  | 低年級  全日課 |  | |  |
| 16:00 |  | 中高年級  放學 | 全校放學 | 中高年級 放學 | | 高年級  放學 |

【備註】

1.每週一、四、五8:00~8:10實施晨讀十分鐘。  
2.每週一、四、五8:10~8:25實施健康體能活動。