

高雄市苓雅區中正國民小學一周作息時間表

午 別	科目 時間		星 期	一	二	三	四	五
上   午	7:45-8:00		15	整 潔 活 動				
	8:00-8:20		20	教師員工晨會、升旗、早操				
	8:20-8:40		20	導 師 時 間				
	1	8:45-9:25	40	第一節上課				
	2	9:35-10:15	40	第二節上課				
	課間 活動	10:15-10:30	15	健身操活動、視力保健時間				
	3	10:30-11:10	40	第三節上課				
4	11:20-12:00	40	第四節上課					
	12:00-12:30		30	午 餐				
下   午	12:30-13:20		50	午 間 靜 息				
	13:20-13:35		15	整 潔 活 動				
	5	13:40-14:20	40	三 四 五 六 年 級 上 課	全 校 上 課	教 師 進 修	三 四 五 六 年 級 上 課	五 六 年 級 上 課
	6	14:30-15:10	40					
	7	15:20-16:00	40					
	16:00~~		放 學 賦 歸					