

花蓮縣縣立三民國中 112 學年度第 1 學期 游泳週

班級游泳總表

2023.09.11-2023.10.25

節次\星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
導師時間 07:50~08:20					
第一節 08:30~09:15					
第二節 09:25~10:10	七智 施國成				
第三節 10:20~11:05	七智 施國成	七仁 八智 林良諭 林韋伶			九仁 施國成
第四節 11:15~12:00		七仁 八智 林良諭 林韋伶			九仁 施國成
第五節 13:25~14:10	八仁 九智 林韋伶 施國成				
第六節 14:20~15:05	八仁 九智 林韋伶 施國成				
第七節 15:15~16:00					
第八節 16:10~16:55					

花蓮縣縣立三民國中 112 學年度第 1 學期 游泳週課表

七智 班級課表 (導師：賴柔均) 2023.09.11-2023.10.25

節次\星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
導師時間 07:50~08:20					
第一節 08:30~09:15	輔導活動 賴柔均	自然 施福隆	英語 何孝元	國文 高啟翔	資訊科技 賴柔均
第二節 09:25~10:10	健教 施國成	公民 林泰安	國文 高啟翔	地理 巫念涵	生活科技 賴柔均
第三節 10:20~11:05	體育 施國成	地理 巫念涵	數學 張依庭	家政 施國成	數學 張依庭
第四節 11:15~12:00	數學 張依庭	國文 高啟翔	自然 施福隆	數學 張依庭	國文 高啟翔
午餐+午休 12:00~13:15					
第五節 13:25~14:10	國文 高啟翔	英語 何孝元	班週 賴柔均	自然 施福隆	本土語 施國成
第六節 14:20~15:05	藝文 楊承懿	專題式學習 賴柔均 施福隆	社團	英語 何孝元	表演藝術 林良諭
第七節 15:15~16:00	藝文 楊承懿	專題式學習 賴柔均 施福隆	社團	公民 林泰安	英語 何孝元
第八節 16:10~16:55	英文輔導 何孝元	數學輔導 張依庭	社會自然輔導 林泰安 施福隆	國文輔導 高啟翔	

花蓮縣縣立三民國中 112 學年度第 1 學期 游泳週課表

七仁 班級課表 (導師：林良諭) 2023.09.11-2023.10.25

節次\星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
導師時間 07:50~08:20					
第一節 08:30~09:15	輔導活動 林良諭	地理 巫念涵	公民 林泰安	英語 何孝元	國文 高啟翔
第二節 09:25~10:10	國文 高啟翔	國文 高啟翔	英語 何孝元	藝文 楊承懿	自然 施福隆
第三節 10:20~11:05	自然 施福隆	藝文 楊承懿	數學 潘恩勤	英語 何孝元	數學 潘恩勤
第四節 11:15~12:00	數學 潘恩勤	體育 林良諭	國文 高啟翔	數學 潘恩勤	地理 巫念涵
午餐+午休 12:00~13:15					
第五節 13:25~14:10	資訊科技 賴柔均	自然 施福隆	班週 林良諭	國文 高啟翔	本土語
第六節 14:20~15:05	生活科技 賴柔均	體育專訓 林良諭 張志強	體育專訓 林良諭 張志強	體育專訓 林良諭 張志強	英語 何孝元
第七節 15:15~16:00	體育專訓 林良諭 張志強	體育專訓 林良諭 張志強	體育專訓 林良諭 張志強	體育專訓 林良諭 張志強	體育專訓 林良諭 張志強
第八節 16:10~16:55					

花蓮縣縣立三民國中 112 學年度第 1 學期 游泳週課表

八智 班級課表 (導師：吳虹瑾) 2023.09.11-2023.10.25

節次\星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
導師時間 07:50~08:20					
第一節 08:30~09:15	輔導活動 吳虹瑾	英語 何孝元	自然 施福隆	國文 吳虹瑾	英語 何孝元
第二節 09:25~10:10	數學 潘恩勤	國文 吳虹瑾	數學 潘恩勤	英語 何孝元	國文 吳虹瑾
第三節 10:20~11:05	英語 何孝元	健教 林韋伶	國文 吳虹瑾	數學 潘恩勤	自然 施福隆
第四節 11:15~12:00	國文 吳虹瑾	體育 林韋伶	歷史 林國楨	地理 巫念涵	數學 潘恩勤
午餐+午休 12:00~13:15					
第五節 13:25~14:10	自然 施福隆	藝文 楊承懿	班週 吳虹瑾	資訊科技 王瑱鴻	本土語 何孝元
第六節 14:20~15:05	表演藝術 林良諭	藝文 楊承懿	社團 林泰安	生活科技 王瑱鴻	專題式學習 賴柔均 施福隆
第七節 15:15~16:00	公民 林泰安	歷史 林國楨	社團 林泰安	家政 施國成	專題式學習 賴柔均 施福隆
第八節 16:10~16:55	國文輔導 吳虹瑾	數學輔導 潘恩勤	英文輔導 何孝元	社會自然輔導 林國楨 施福隆	

花蓮縣縣立三民國中 112 學年度第 1 學期 游泳週課表

八仁 班級課表 (導師：林韋伶) 2023.09.11-2023.10.25

節次\星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
導師時間 07:50~08:20					
第一節 08:30~09:15	輔導活動 林韋伶	資訊科技 王瑱鴻	國文 吳虹瑾	地理 巫念涵	歷史 林國楨
第二節 09:25~10:10	數學 陳昱澐	生活科技 王瑱鴻	數學 陳昱澐	國文 吳虹瑾	英語 何孝元
第三節 10:20~11:05	國文 吳虹瑾	國文 吳虹瑾	自然 施福隆	數學 陳昱澐	國文 吳虹瑾
第四節 11:15~12:00	英語 何孝元	自然 施福隆	英語 何孝元	自然 施福隆	數學 陳昱澐
午餐+午休 12:00~13:15					
第五節 13:25~14:10	藝文 楊承懿	歷史 林國楨	班週 林韋伶	英語 何孝元	本土語
第六節 14:20~15:05	體育 林韋伶	體育專訓 林韋伶	體育專訓 林韋伶	體育專訓 林韋伶	藝文 楊承懿
第七節 15:15~16:00	體育專訓 林韋伶	體育專訓 林韋伶	體育專訓 林韋伶	體育專訓 林韋伶	體育專訓 林韋伶
第八節 16:10~16:55					

花蓮縣縣立三民國中 112 學年度第 1 學期 游泳週課表

九智 班級課表 (導師：劉世銘) 2023.09.11-2023.10.25

節次\星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
導師時間 07:50~08:20					
第一節 08:30~09:15	輔導活動 劉世銘	英語 洪辰	數學 張依庭	國文 劉世銘	數學 張依庭
第二節 09:25~10:10	國文 劉世銘	國文 劉世銘	國文 劉世銘	數學 張依庭	歷史 林國楨
第三節 10:20~11:05	公民 林國楨	數學 張依庭	資訊科技 賴柔均	英語 洪辰	國文 劉世銘
第四節 11:15~12:00	自然 王瑱鴻	自然 王瑱鴻	生活科技 賴柔均	自然 王瑱鴻	歷史 林國楨
午餐+午休 12:00~13:15					
第五節 13:25~14:10	健教 施國成	家政 林韋伶	班週 劉世銘	藝文 楊承懿	本土語 林良諭
第六節 14:20~15:05	體育 施國成	表演藝術 何孝元	社團 施國成	專題式學習 賴柔均	英語 洪辰
第七節 15:15~16:00	英語 洪辰	藝文 楊承懿	社團 施國成	專題式學習 賴柔均	地理 巫念涵
第八節 16:10~16:55	英文輔導 洪辰	國文輔導 劉世銘	社會自然輔導 巫念涵 王瑱鴻	數學輔導 陳昱濤	

花蓮縣縣立三民國中 112 學年度第 1 學期 游泳週課表

九仁 班級課表 (導師：陳昱澐) 2023.09.11-2023.10.25

節次\星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
導師時間 07:50~08:20					
第一節 08:30~09:15	輔導活動 陳昱澐	國文 劉世銘	數學 陳昱澐	自然 王瑱鴻	數學 陳昱澐
第二節 09:25~10:10	公民 林國楨	英語 洪辰	自然 王瑱鴻	數學 陳昱澐	國文 劉世銘
第三節 10:20~11:05	英語 洪辰	數學 陳昱澐	國文 劉世銘	國文 劉世銘	體育 施國成
第四節 11:15~12:00	國文 劉世銘	歷史 林國楨	英語 洪辰	藝文 楊承懿	藝文 楊承懿
午餐+午休 12:00~13:15					
第五節 13:25~14:10	生活科技 陳昱澐	自然 王瑱鴻	班週 陳昱澐	英語 洪辰	本土語
第六節 14:20~15:05	資訊科技 陳昱澐	體育專訓 詹依燃	體育專訓 詹依燃	體育專訓 詹依燃	地理 巫念涵
第七節 15:15~16:00	體育專訓 詹依燃	體育專訓 詹依燃	體育專訓 詹依燃	體育專訓 詹依燃	體育專訓 詹依燃
第八節 16:10~16:55					