

宜蘭縣羅東鎮竹林國民小學 109 學年度

一年忠班 班級課表(導師：陳怡伶)

節次\星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
導師時間 08:00~08:20					
第一節 08:30~09:10	國語 陳怡伶	彈性 (國際禮儀) 陳慧昀	生活(音樂) 馮幼琳	數學 陳怡伶	生活 陳怡伶
第二節 09:20~10:00	數學 陳怡伶	國語 陳怡伶	數學 陳怡伶	國語 陳怡伶	數學 陳怡伶
樂活時間 10:00~10:30					
第三節 10:30~11:10	彈性 (語文延伸) 陳怡伶	國語 陳怡伶	國語 陳怡伶	彈性 (國際禮儀) 陳慧昀	國語 陳怡伶
第四節 11:20~12:00	健康 蔡孟耘	體育 陳岱麟	生活 陳怡伶	本土語言 劉惠情	體育 陳岱麟
午休時間 12:00~13:20					
第五節 13:30~14:10		生活 (視覺藝術) 陳怡伶			
第六節 14:20~15:00		生活 陳怡伶			
整潔活動 15:00~15:20					
第七節 15:20~16:00		生活 陳怡伶			

彈性

(語文延伸)=>可使用圖書館

宜蘭縣羅東鎮竹林國民小學 109 學年度

一年孝班 班級課表(導師：李寶惠)

節次\星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
導師時間 08:00~08:20					
第一節 08:30~09:10	國語 李寶惠	國語 李寶惠	國語 李寶惠	國語 李寶惠	國語 李寶惠
第二節 09:20~10:00	彈性 (語文延伸) 李寶惠	體育 陳岱麟	生活(音樂) 馮幼琳	彈性 (國際禮儀) 游蕙禎	國語 李寶惠
樂活時間 10:00~10:30					
第三節 10:30~11:10	健康 蔡孟耘	彈性 (國際禮儀) 游蕙禎	數學 李寶惠	泰雅語 本土語言 劉惠情	體育 陳岱麟
第四節 11:20~12:00	數學 李寶惠	數學 李寶惠	生活 李寶惠	數學 李寶惠	生活 李寶惠
午休時間 12:00~13:20					
第五節 13:30~14:10		生活 (視覺藝術) 李寶惠			
第六節 14:20~15:00		生活 李寶惠			
整潔活動 15:00~15:20					
第七節 15:20~16:00		生活 李寶惠			

宜蘭縣羅東鎮竹林國民小學 109 學年度

一年仁班 班級課表(導師：黃齡儀)

節次\星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
導師時間 08:00~08:20					
第一節 08:30~09:10	國語 黃齡儀	彈性 (語文延伸) 黃齡儀	國語 黃齡儀	國語 黃齡儀	國語 黃齡儀
第二節 09:20~10:00	本土語言 劉惠情	彈性 (國際禮儀) 游蕙禎	數學 黃齡儀	健康 蔡孟耘	體育 陳岱麟
樂活時間 10:00~10:30					
第三節 10:30~11:10	數學 黃齡儀	國語 黃齡儀	生活(音樂) 馮幼琳	彈性 (國際禮儀) 游蕙禎	國語 黃齡儀
第四節 11:20~12:00	生活 黃齡儀	數學 黃齡儀	體育 陳岱麟	生活 黃齡儀	數學 黃齡儀
午休時間 12:00~13:20					
第五節 13:30~14:10		生活 (視覺藝術) 黃齡儀			
第六節 14:20~15:00		生活 黃齡儀			
整潔活動 15:00~15:20					
第七節 15:20~16:00		生活 黃齡儀			

宜蘭縣羅東鎮竹林國民小學 109 學年度

一年愛班 班級課表(導師：楊雅純)

節次\星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
導師時間 08:00~08:20					
第一節 08:30~09:10	國語 楊雅純	體育 陳岱麟	彈性 (語文延伸) 楊雅純	數學 楊雅純	體育 陳岱麟
第二節 09:20~10:00	數學 楊雅純	國語 楊雅純	數學 楊雅純	國語 楊雅純	數學 楊雅純
樂活時間 10:00~10:30					
第三節 10:30~11:10	本土語言 劉惠情	國語 楊雅純	國語 楊雅純	健康 蔡孟耘	國語 楊雅純
第四節 11:20~12:00	生活 楊雅純	彈性 (國際禮儀) 游蕙禎	生活(音樂) 馮幼琳	彈性 (國際禮儀) 游蕙禎	生活 楊雅純
午休時間 12:00~13:20					
第五節 13:30~14:10		生活 (視覺藝術) 楊雅純			
第六節 14:20~15:00		生活 楊雅純			
整潔活動 15:00~15:20					
第七節 15:20~16:00		生活 楊雅純			

宜蘭縣羅東鎮竹林國民小學 109 學年度

二年忠班 班級課表(導師：陳姝秀)

節次\星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
導師時間 08:00~08:20					
第一節 08:30~09:10	國語 陳姝秀	生活(音樂) 馮幼琳	本土語言 劉玟毅	數學 陳姝秀	彈性 (國際禮儀) 陳慧昀
第二節 09:20~10:00	數學 陳姝秀	國語 陳姝秀	數學 陳姝秀	國語 陳姝秀	數學 陳姝秀
樂活時間 10:00~10:30					
第三節 10:30~11:10	體育 陳岱麟	國語 陳姝秀	國語 陳姝秀	體育 陳岱麟	國語 陳姝秀
第四節 11:20~12:00	彈性 (國際禮儀) 陳慧昀	生活 (視覺藝術) 張文賢	彈性 (語文延伸) 陳姝秀	生活 陳姝秀	生活 陳姝秀
午休時間 12:00~13:20					
第五節 13:30~14:10		健康 陳姝秀			
第六節 14:20~15:00		生活 陳姝秀			
整潔活動 15:00~15:20					
第七節 15:20~16:00		生活 陳姝秀			

宜蘭縣羅東鎮竹林國民小學 109 學年度

二年孝班 班級課表(導師：羅玉潔)

節次\星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
導師時間 08:00~08:20					
第一節 08:30~09:10	本土語言 劉玟毅	國語 羅玉潔	彈性 (國際禮儀) 陳慧昀	國語 羅玉潔	國語 羅玉潔
第二節 09:20~10:00	國語 羅玉潔	生活(音樂) 馮幼琳	彈性 (語文延伸) 羅玉潔	體育 陳岱麟	彈性 (國際禮儀) 陳慧昀
樂活時間 10:00~10:30					
第三節 10:30~11:10	數學 羅玉潔	生活 (視覺藝術) 張文賢	體育 陳岱麟	數學 羅玉潔	數學 羅玉潔
第四節 11:20~12:00	健康 羅玉潔	數學 羅玉潔	國語 羅玉潔	生活 羅玉潔	生活 羅玉潔
午休時間 12:00~13:20					
第五節 13:30~14:10		國語 羅玉潔			
第六節 14:20~15:00		生活 羅玉潔			
整潔活動 15:00~15:20					
第七節 15:20~16:00		生活 羅玉潔			

宜蘭縣羅東鎮竹林國民小學 109 學年度

二年仁班 班級課表(導師：李彩瑤)

節次\星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
導師時間 08:00~08:20					
第一節 08:30~09:10	國語 李彩瑤	國語 李彩瑤	國語 李彩瑤	國語 李彩瑤	國語 李彩瑤
第二節 09:20~10:00	彈性 (國際禮儀) 陳慧昀	本土語言 劉玟毅	體育 陳岱麟	國語 李彩瑤	生活(音樂) 馮幼琳
樂活時間 10:00~10:30					
第三節 10:30~11:10	數學 李彩瑤	彈性 (語文延伸) 李彩瑤	生活 (視覺藝術) 張文賢	數學 李彩瑤	彈性 (國際禮儀) 陳慧昀
第四節 11:20~12:00	生活 李彩瑤	數學 李彩瑤	數學 李彩瑤	體育 陳岱麟	生活 李彩瑤
午休時間 12:00~13:20					
第五節 13:30~14:10		健康 李彩瑤			
第六節 14:20~15:00		生活 李彩瑤			
整潔活動 15:00~15:20					
第七節 15:20~16:00		生活 李彩瑤			

宜蘭縣羅東鎮竹林國民小學 109 學年度

二年愛班 班級課表(導師：龔淑女)

節次\星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
導師時間 08:00~08:20					
第一節 08:30~09:10	國語 龔淑女	本土語言 劉玟毅	體育 陳岱麟	數學 龔淑女	生活(音樂) 馮幼琳
第二節 09:20~10:00	數學 龔淑女	國語 龔淑女	數學 龔淑女	國語 龔淑女	數學 龔淑女
樂活時間 10:00~10:30					
第三節 10:30~11:10	彈性 (國際禮儀) 陳慧昀	國語 龔淑女	國語 龔淑女	生活 龔淑女	國語 龔淑女
第四節 11:20~12:00	體育 陳岱麟	彈性 (語文延伸) 龔淑女	生活 (視覺藝術) 張文賢	彈性 (國際禮儀) 陳慧昀	生活 龔淑女
午休時間 12:00~13:20					
第五節 13:30~14:10		健康 龔淑女			
第六節 14:20~15:00		生活 龔淑女			
整潔活動 15:00~15:20					
第七節 15:20~16:00		生活 龔淑女			

宜蘭縣羅東鎮竹林國民小學 109 學年度(上)

三年忠班 班級課表(導師：林龍基)

節次\星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
導師時間 08:00~08:20					
第一節 08:30~09:10	社會 林龍基	國語 林龍基	國語 林龍基	數學 林龍基	國語 林龍基
第二節 09:20~10:00	健康 盧睿明	數學 林龍基	體育 周鴻淙	體育 周鴻淙	數學 林龍基
樂活時間 10:00~10:30					
第三節 10:30~11:10	國語 林龍基	自然 與生活科技 盧睿明	自然 與生活科技 盧睿明	表演藝術 陳姿婷	音樂 馮幼琳
第四節 11:20~12:00	視覺藝術 張文賢	自然 與生活科技 盧睿明	彈性(英語) 陳慧昀	國語 林龍基	本土語言 劉惠情
午休時間 12:00~13:20					
第五節 13:30~14:10	彈性學習 林龍基	社會 林龍基		社會 林龍基	
第六節 14:20~15:00	英語 陳慧昀	綜合活動 林龍基		彈性 (語文延伸) 林龍基	
整潔活動 15:00~15:20					
第七節 15:20~16:00	資訊 融入彈性 游蕙禎	綜合活動 林龍基		綜合活動 林龍基	

宜蘭縣羅東鎮竹林國民小學 109 學年度

三年孝班 班級課表(導師：柯智雯)

節次\星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
導師時間 08:00~08:20					
第一節 08:30~09:10	國語 柯智雯	體育 周鴻淙	國語 柯智雯	數學 柯智雯	健康 盧睿明
第二節 09:20~10:00	體育 周鴻淙	視覺藝術 張文賢	自然 與生活科技 盧睿明	彈性 (語文延伸) 柯智雯	數學 柯智雯
樂活時間 10:00~10:30					
第三節 10:30~11:10	資訊 融入彈性 游蕙禎	彈性(英語) 陳慧昀	數學 柯智雯	國語 柯智雯	國語 柯智雯
第四節 11:20~12:00	本土語言 劉惠情	國語 柯智雯	社會 柯智雯	表演藝術 陳姿婷	音樂 馮幼琳
午休時間 12:00~13:20					
第五節 13:30~14:10	彈性學習 柯智雯	社會 柯智雯		英語 陳慧昀	
第六節 14:20~15:00	自然 與生活科技 盧睿明	綜合活動 柯智雯		社會 柯智雯	
整潔活動 15:00~15:20					
第七節 15:20~16:00	自然 與生活科技 盧睿明	綜合活動 柯智雯		綜合活動 柯智雯	

宜蘭縣羅東鎮竹林國民小學 109 學年度

三年仁班 班級課表(導師：陳翠霞)

節次\星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
導師時間 08:00~08:20					
第一節 08:30~09:10	音樂 馮幼琳	國語 陳翠霞	國語 陳翠霞	數學 陳翠霞	國語 陳翠霞
第二節 09:20~10:00	資訊 融入彈性 游蕙禎	數學 陳翠霞	視覺藝術 張文賢	表演藝術 陳姿婷	數學 陳翠霞
樂活時間 10:00~10:30					
第三節 10:30~11:10	國語 陳翠霞	自然 與生活科技 吳振宇	彈性(英語) 陳慧昀	綜合活動 陳翠霞 泰雅語	本土語言 劉惠情
第四節 11:20~12:00	體育 盧睿明	自然 與生活科技 吳振宇	自然 與生活科技 吳振宇	國語 陳翠霞	體育 盧睿明
午休時間 12:00~13:20					
第五節 13:30~14:10	彈性學習 陳翠霞	社會 陳翠霞		社會 陳翠霞	
第六節 14:20~15:00	彈性 (語文延伸) 陳翠霞	綜合活動 陳翠霞		英語 陳慧昀	
整潔活動 15:00~15:20					
第七節 15:20~16:00	社會 陳翠霞	綜合活動 陳翠霞		健康 盧睿明	

宜蘭縣羅東鎮竹林國民小學 109 學年度

三年愛班 班級課表(導師：吳之辰)

節次\星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
導師時間 08:00~08:20					
第一節 08:30~09:10	國語 吳之辰	社會 余家甄	國語 吳之辰	數學 吳之辰	本土語言 劉惠情
第二節 09:20~10:00	音樂 馮幼琳	國語 吳之辰	社會 余家甄	社會 余家甄	數學 吳之辰
樂活時間 10:00~10:30					
第三節 10:30~11:10	視覺藝術 張文賢	表演藝術 陳姿婷	數學 吳之辰	自然 與生活科技 吳振宇	國語 吳之辰
第四節 11:20~12:00	彈性 (語文延伸) 吳之辰	英語 陳慧昀	體育 盧睿明	自然 與生活科技 吳振宇	彈性(英語) 陳慧昀
午休時間 12:00~13:20					
第五節 13:30~14:10	彈性學習 吳之辰	綜合活動 吳之辰		體育 盧睿明	
第六節 14:20~15:00	資訊 融入彈性 游蕙禎	綜合活動 吳之辰		國語 吳之辰	
整潔活動 15:00~15:20					
第七節 15:20~16:00	自然 與生活科技 吳振宇	綜合活動 吳之辰		健康 吳之辰	

宜蘭縣羅東鎮竹林國民小學 109 學年度

三年信班 班級課表(導師：丁彥丰)

節次\星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
導師時間 08:00~08:20					
第一節 08:30~09:10	體育 盧睿明	國語 丁彥丰	自然 與生活科技 吳振宇	數學 丁彥丰	自然 與生活科技 吳振宇
第二節 09:20~10:00	視覺藝術 張文賢	表演藝術 陳姿婷	自然 與生活科技 吳振宇	本土語言 劉惠情	數學 丁彥丰
樂活時間 10:00~10:30					
第三節 10:30~11:10	音樂 馮幼琳	數學 丁彥丰	國語 丁彥丰	國語 丁彥丰	健康 盧睿明
第四節 11:20~12:00	資訊 融入彈性 游蕙禎	社會 丁彥丰	社會 丁彥丰	彈性 (語文延伸) 丁彥丰	國語 丁彥丰
午休時間 12:00~13:20					
第五節 13:30~14:10	彈性學習 丁彥丰	綜合活動 丁彥丰		社會 丁彥丰	
第六節 14:20~15:00	國語 丁彥丰	綜合活動 丁彥丰		體育 盧睿明	
整潔活動 15:00~15:20					
第七節 15:20~16:00	彈性(英語) 陳慧昀	綜合活動 丁彥丰		英語 陳慧昀	

宜蘭縣羅東鎮竹林國民小學 109 學年度

四年忠班 班級課表(導師：石百文)

節次\星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
導師時間 08:00~08:20					
第一節 08:30~09:10	數學 石百文	國語 石百文	表演藝術 陳姿婷	體育 呂韋杭	國語 石百文
第二節 09:20~10:00	健康 陳岱麟	體育 呂韋杭	國語 石百文	數學 石百文	數學 石百文
樂活時間 10:00~10:30					
第三節 10:30~11:10	彈性(英語) 劉玟毅	英語 劉玟毅	視覺藝術 葉玫吟	資訊融入彈性 韋昇	社會 石百文
第四節 11:20~12:00	國語 石百文	音樂 張玉菁	綜合 石百文	國語 石百文	本土語言 連延芳 阿美語
午休時間 12:00~13:20					
第五節 13:30~14:10	彈性學習 石百文	社會 石百文		自然與生活科技 吳振宇	
第六節 14:20~15:00	自然與生活科技 吳振宇	綜合活動 石百文		自然與生活科技 吳振宇	
整潔活動 15:00~15:20					
第七節 15:20~16:00	社會 石百文	綜合活動 石百文		彈性 (語文延伸) 石百文	

宜蘭縣羅東鎮竹林國民小學 109 學年度

四年孝班 班級課表(導師：曾鴻麟)

節次\星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
導師時間 08:00~08:20					
第一節 08:30~09:10	數學 曾鴻麟	自然與生活科技 吳振宇	國語 曾鴻麟	彈性 (語文延伸) 曾鴻麟	國語 曾鴻麟
第二節 09:20~10:00	英語 劉玟毅	自然與生活科技 吳振宇	表演藝術 陳姿婷	數學 曾鴻麟	數學 曾鴻麟
樂活時間 10:00~10:30					
第三節 10:30~11:10	體育 呂韋杭	體育 呂韋杭	綜合活動 曾鴻麟	國語 曾鴻麟	本土語言 連延芳
第四節 11:20~12:00	音樂 張玉菁	國語 曾鴻麟	視覺藝術 葉玫吟	彈性(英語) 劉玟毅	社會 曾鴻麟
午休時間 12:00~13:20					
第五節 13:30~14:10	彈性學習 曾鴻麟	社會 曾鴻麟		健康 陳岱麟	
第六節 14:20~15:00	國語 曾鴻麟	綜合活動 曾鴻麟		資訊融入彈性 韋昇	
整潔活動 15:00~15:20					
第七節 15:20~16:00	社會 曾鴻麟	綜合活動 曾鴻麟		自然與生活科技 吳振宇	

宜蘭縣羅東鎮竹林國民小學 109 學年度

四年仁班 班級課表(導師：林孟儒)

節次\星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
導師時間 08:00~08:20					
第一節 08:30~09:10	數學 林孟儒	體育 呂韋杭	體育 呂韋杭	資訊融入彈性 韋昇	國語 林孟儒
第二節 09:20~10:00	自然與生活科技 吳振宇	數學 林孟儒	國語 林孟儒	數學 林孟儒	彈性 (語文延伸) 林孟儒
樂活時間 10:00~10:30					
第三節 10:30~11:10	國語 林孟儒	健康 陳岱麟	表演藝術 陳姿婷	本土語言 連延芳 泰雅語	自然與生活科技 吳振宇
第四節 11:20~12:00	英語 劉玟毅	國語 林孟儒	彈性(英語) 劉玟毅	國語 林孟儒	自然與生活科技 吳振宇
午休時間 12:00~13:20					
第五節 13:30~14:10	彈性學習 林孟儒	社會 林孟儒		社會 林孟儒	
第六節 14:20~15:00	視覺藝術 張文賢	綜合活動 林孟儒		音樂 張玉菁	
整潔活動 15:00~15:20					
第七節 15:20~16:00	社會 林孟儒	綜合活動 林孟儒		綜合 林孟儒	

宜蘭縣羅東鎮竹林國民小學 109 學年度

四年愛班 班級課表(導師：薛翔文)

節次\星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
導師時間 08:00~08:20					
第一節 08:30~09:10	數學 薛翔文	國語 薛翔文	國語 薛翔文	彈性(英語) 劉玟毅	國語 薛翔文
第二節 09:20~10:00	國語 薛翔文	本土語言 連延芳	數學 薛翔文	數學 薛翔文	自然與生活科技 吳振宇
樂活時間 10:00~10:30					
第三節 10:30~11:10	自然與生活科技 吳振宇	音樂 張玉菁	體育 呂韋杭	綜合 薛翔文 泰雅語	體育 呂韋杭
第四節 11:20~12:00	自然與生活科技 吳振宇	英語 劉玟毅	表演藝術 陳姿婷	國語 薛翔文	社會 薛翔文
午休時間 12:00~13:20					
第五節 13:30~14:10	彈性學習 薛翔文	社會 薛翔文		彈性 (語文延伸) 薛翔文	
第六節 14:20~15:00	社會 薛翔文	綜合活動 薛翔文		健康 陳岱麟	
整潔活動 15:00~15:20					
第七節 15:20~16:00	視覺藝術 張文賢	綜合活動 薛翔文		資訊融入彈性 韋昇	

宜蘭縣羅東鎮竹林國民小學 109 學年度

五年忠班 班級課表(導師：楊佳穎)

節次\星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
導師時間 08:00~08:20					
第一節 08:30~09:10	體育 呂韋杭	視覺藝術 葉玫吟	國語 楊佳穎	國語 楊佳穎	國語 楊佳穎
第二節 09:20~10:00	國語 楊佳穎	國語 楊佳穎	數學 楊佳穎	音樂 馮幼琳	體育 呂韋杭
樂活時間 10:00~10:30					
第三節 10:30~11:10	自然 與生活科技 林鶴松	社會 陳姿蓉	社會 陳姿蓉	彈性學習 楊佳穎 泰雅語	彈性 (語文延伸) 楊佳穎
第四節 11:20~12:00	數學 楊佳穎	國語 楊佳穎	資訊 融入彈性 陳金助	健康 林惠群	表演藝術 陳姿婷
午休時間 12:00~13:20					
第五節 13:30~14:10	彈性學習 楊佳穎	綜合活動 楊佳穎		數學 楊佳穎	數學 楊佳穎
第六節 14:20~15:00	彈性(英語) 謝曲依	綜合活動 楊佳穎		本土語言 劉玟毅	自然 與生活科技 林鶴松
整潔活動 15:00~15:20					
第七節 15:20~16:00	社會 陳姿蓉	綜合活動 楊佳穎		英語 謝曲依	自然 與生活科技 林鶴松

宜蘭縣羅東鎮竹林國民小學 109 學年度

五年孝班 班級課表(導師：林怡君)

節次\星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
導師時間 08:00~08:20					
第一節 08:30~09:10	國語 林怡君	數學 林怡君	國語 林怡君	音樂 馮幼琳	數學 林怡君
第二節 09:20~10:00	健康 林惠群	社會 陳姿蓉	彈性學習 林怡君	英語 謝曲依	國語 林怡君
樂活時間 10:00~10:30					
第三節 10:30~11:10	數學 林怡君	視覺藝術 葉玫吟	資訊 融入彈性 陳金助	數學 林怡君	表演藝術 陳姿婷
第四節 11:20~12:00	自然 與生活科技 林鶴松	國語 林怡君	社會 陳姿蓉	國語 林怡君	國語 林怡君
午休時間 12:00~13:20					
第五節 13:30~14:10	體育 呂韋杭	綜合 林怡君		自然 與生活科技 林鶴松	體育 呂韋杭
第六節 14:20~15:00	社會 陳姿蓉	綜合活動 林怡君		自然 與生活科技 林鶴松	彈性 (語文延伸) 林怡君
整潔活動 15:00~15:20					
第七節 15:20~16:00	彈性(英語) 謝曲依	綜合活動 林怡君		本土語言 劉玟毅	彈性學習 林怡君

宜蘭縣羅東鎮竹林國民小學 109 學年度

五年仁班 班級課表(導師：葉聰哲)

節次\星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
導師時間 08:00~08:20					
第一節 08:30~09:10	國語 葉聰哲	國語 葉聰哲	資訊 融入彈性 陳金助	國語 葉聰哲	體育 呂韋杭
第二節 09:20~10:00	數學 葉聰哲	視覺藝術 葉玫吟	國語 葉聰哲	國語 葉聰哲	表演藝術 陳姿婷
樂活時間 10:00~10:30					
第三節 10:30~11:10	社會 陳姿蓉	健康 葉聰哲	數學 葉聰哲	音樂 張玉菁	自然 與生活科技 林鶴松
第四節 11:20~12:00	彈性(英語) 謝曲依	社會 陳姿蓉	體育 呂韋杭	彈性學習 葉聰哲	國語 葉聰哲
午休時間 12:00~13:20					
第五節 13:30~14:10	彈性學習 葉聰哲	綜合活動 葉聰哲		數學 葉聰哲	數學 葉聰哲
第六節 14:20~15:00	自然 與生活科技 林鶴松	綜合活動 葉聰哲		英語 謝曲依	本土語言 劉玟毅
整潔活動 15:00~15:20					
第七節 15:20~16:00	自然 與生活科技 林鶴松	綜合活動 葉聰哲		社會 陳姿蓉	彈性 (語文延伸) 葉聰哲

宜蘭縣羅東鎮竹林國民小學 109 學年度

五年愛班 班級課表(導師：林佳君)

節次\星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
導師時間 08:00~08:20					
第一節 08:30~09:10	國語 林佳君	社會 陳姿蓉	國語 林佳君	國語 林佳君	表演藝術 陳姿婷
第二節 09:20~10:00	數學 林佳君	資訊 融入彈性 陳金助	英語 謝曲依	社會 陳姿蓉	自然 與生活科技 林鶴松
樂活時間 10:00~10:30					
第三節 10:30~11:10	彈性(英語) 謝曲依	國語 林佳君	自然 與生活科技 林鶴松	綜合 林佳君 泰雅語	國語 林佳君
第四節 11:20~12:00	社會 陳姿蓉	視覺藝術 葉玫吟	自然 與生活科技 林鶴松	音樂 張玉菁	本土語言 劉玟毅 阿美語
午休時間 12:00~13:20					
第五節 13:30~14:10	資優班有課 國語 林佳君	資優班有課 數學 林佳君		數學 林佳君	數學 林佳君
第六節 14:20~15:00	專項訓練 林佳君	資優班有課 健康 林佳君		專項訓練 林佳君	專項訓練 林佳君
整潔活動 15:00~15:20					
第七節 15:20~16:00	專項訓練 呂韋杭	資優班有課 體育 林佳君		專項訓練 呂韋杭	專項訓練 呂韋杭

宜蘭縣羅東鎮竹林國民小學 109 學年度

六年忠班 班級課表(導師：郭淑娟)

節次\星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
導師時間 08:00~08:20					
第一節 08:30~09:10	數學 郭淑娟	數學 郭淑娟	國語 郭淑娟	國語 郭淑娟	數學 郭淑娟
第二節 09:20~10:00	國語 郭淑娟	國語 郭淑娟	國語 郭淑娟	數學 郭淑娟	健康 游弘毅
樂活時間 10:00~10:30					
第三節 10:30~11:10	彈性(英語) 林惠群	社會 余家甄	自然 與生活科技 陳孟君	體育 周鴻淙	社會 余家甄
第四節 11:20~12:00	體育 周鴻淙	表演藝術 陳姿婷	自然 與生活科技 陳孟君	資訊 融入彈性 陳金助	彈性學習 郭淑娟 阿美語
午休時間 12:00~13:20					
第五節 13:30~14:10	彈性學習 郭淑娟	彈性 (語文延伸) 郭淑娟		本土語言 劉玟毅	國語 郭淑娟
第六節 14:20~15:00	社會 余家甄	綜合活動 郭淑娟		英語 林惠群	綜合活動 郭淑娟
整潔活動 15:00~15:20					
第七節 15:20~16:00	自然 與生活科技 陳孟君	綜合活動 郭淑娟		音樂 張玉菁	視覺藝術 葉玫吟

宜蘭縣羅東鎮竹林國民小學 109 學年度

六年孝班 班級課表(導師：張慧姬)

節次\星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
導師時間 08:00~08:20					
第一節 08:30~09:10	數學 張慧姬	數學 張慧姬	國語 張慧姬	國語 張慧姬	數學 張慧姬
第二節 09:20~10:00	國語 張慧姬	國語 張慧姬	國語 張慧姬	數學 張慧姬	本土語言 劉玟毅
樂活時間 10:00~10:30					
第三節 10:30~11:10	表演藝術 陳姿婷	資訊 融入彈性 陳金助	社會 余家甄	彈性 (語文延伸) 張慧姬	自然 與生活科技 薛賀舟
第四節 11:20~12:00	社會 余家甄	體育 周鴻淙	彈性(英語) 林惠群	體育 周鴻淙	自然 與生活科技 薛賀舟
午休時間 12:00~13:20					
第五節 13:30~14:10	彈性學習 張慧姬	彈性學習 張慧姬		音樂 張玉菁	國語 張慧姬
第六節 14:20~15:00	自然 與生活科技 薛賀舟	綜合活動 張慧姬		社會 余家甄	視覺藝術 葉攻吟
整潔活動 15:00~15:20					
第七節 15:20~16:00	健康 游弘毅	綜合活動 張慧姬		英語 林惠群	綜合活動 張慧姬

宜蘭縣羅東鎮竹林國民小學 109 學年度

六年仁班 班級課表(導師：莊勝翔)

節次\星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
導師時間 08:00~08:20					
第一節 08:30~09:10	數學 莊勝翔	數學 莊勝翔	國語 莊勝翔	體育 周鴻淙	數學 莊勝翔
第二節 09:20~10:00	表演藝術 陳姿婷	自然 與生活科技 薛賀舟	資訊 融入彈性 陳金助	數學 莊勝翔	綜合活動 莊勝翔
樂活時間 10:00~10:30					
第三節 10:30~11:10	國語 莊勝翔	體育 周鴻淙	彈性 (語文延伸) 莊勝翔	彈性(英語) 林惠群	本土語言 劉玟毅
第四節 11:20~12:00	彈性學習 莊勝翔	社會 余家甄	國語 莊勝翔	健康 游弘毅	社會 余家甄
午休時間 12:00~13:20					
第五節 13:30~14:10	彈性學習 莊勝翔	國語 莊勝翔		社會 余家甄	國語 莊勝翔
第六節 14:20~15:00	英語 林惠群	綜合活動 莊勝翔		國語 莊勝翔	自然 與生活科技 薛賀舟
整潔活動 15:00~15:20					
第七節 15:20~16:00	音樂 張玉菁	綜合活動 莊勝翔		視覺藝術 葉玫吟	自然 與生活科技 薛賀舟

宜蘭縣羅東鎮竹林國民小學 109 學年度

六年愛班 班級課表(導師：李學義)

節次\星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
導師時間 08:00~08:20					
第一節 08:30~09:10	數學 李學義	數學 李學義	國語 李學義	國語 李學義	數學 李學義
第二節 09:20~10:00	國語 李學義	國語 李學義	國語 李學義	數學 李學義	自然 與生活科技 薛賀舟
樂活時間 10:00~10:30					
第三節 10:30~11:10	社會 余家甄	英語 林惠群	體育 周鴻淙	自然 與生活科技 薛賀舟	健康 游弘毅
第四節 11:20~12:00	表演藝術 陳姿婷	資訊 融入彈性 陳金助	社會 余家甄	自然 與生活科技 薛賀舟	彈性 (語文延伸) 李學義
午休時間 12:00~13:20					
第五節 13:30~14:10	彈性學習 李學義	彈性學習 李學義		體育 周鴻淙	國語 李學義
第六節 14:20~15:00	音樂 張玉菁	綜合活動 李學義		視覺藝術 葉玫吟	社會 余家甄
整潔活動 15:00~15:20					
第七節 15:20~16:00	彈性(英語) 林惠群	綜合活動 李學義		綜合活動 李學義	本土語言 劉玟毅

宜蘭縣羅東鎮竹林國民小學 109 學年度

六年信班 班級課表(導師：簡文哲)

節次\星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
導師時間 08:00~08:20					
第一節 08:30~09:10	表演藝術 陳姿婷	資訊 融入彈性 陳金助	自然 與生活科技 薛賀舟	國語 簡文哲	視覺藝術 葉玫吟
第二節 09:20~10:00	社會 余家甄	國語 簡文哲	自然 與生活科技 薛賀舟	數學 簡文哲	國語 簡文哲
樂活時間 10:00~10:30					
第三節 10:30~11:10	國語 簡文哲	自然 與生活科技 薛賀舟	英語 林惠群	本土語言 劉玟毅	國語 簡文哲
第四節 11:20~12:00	數學 簡文哲	彈性(英語) 林惠群	數學 簡文哲	社會 余家甄	綜合活動 簡文哲 阿美語
午休時間 12:00~13:20					
第五節 13:30~14:10	音樂 張玉菁	數學 簡文哲		國語 簡文哲	社會 余家甄
第六節 14:20~15:00	專項訓練 呂韋杭	健康 簡文哲		專項訓練 呂韋杭	專項訓練 呂韋杭
整潔活動 15:00~15:20					
第七節 15:20~16:00	專項訓練 簡文哲	體育 簡文哲		專項訓練 簡文哲	專項訓練 簡文哲

109 學年度資優資源班課表 賴盈如老師

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
早自習 07:50~08:30	三年級 人文 (孝愛)	三年級 人文 (忠仁信) (減課)	六年級 獨立研究 (減課)	五年級 人文 (減課)	四年級 人文 (減課)
第一節 08:30~09:10	三年級 人文 (孝愛)	三年級 人文 (忠仁信)	六年級 獨立研究 (減課)	五年級 人文 (減課)	四年級 人文 (減課)
第二節 09:20~10:00					
課間活動 10:00~10:30					
第三節 10:30~11:10					
第四節 11:20~12:00					
午餐時間 12:00~12:40					
午休時間 12:40~13:20	五六年級 團體課程 4Q 達人	五年級 專題研究			六年級 人文
第五節 13:30~14:10	五六年級 團體課程 4Q 達人	五年級 專題研究			六年級 人文
第六節 14:20~15:00		三~六年級 創造力 課程			
打掃 15:00~15:20					
第七節 15:20~16:00		三~六年級 創造力 課程			
放學 16:00					

109 學年度資優資源班課表 李宗和老師

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
早自習 07:50~08:30	四年級 數理	六年級 (忠仁) 數理 (減課)	六年級 獨立研究 (減課)	三年級 數理	六年級 (孝愛) 數理
第一節 08:30~09:10	四年級 數理	六年級 (忠仁) 數理 (減課)	六年級 獨立研究 (減課)	三年級 數理	六年級 (孝愛) 數理
第二節 09:20~10:00				四年級 資訊課程	三年級 資訊課程
課間活動 10:00~10:30					
第三節 10:30~11:10					
第四節 11:20~12:00					
午餐時間 12:00~12:40					
午休時間 12:40~13:20	三四年級 團體課程 4Q 達人	五年級 專題研究		六年級 資訊課程	五年級 數理
第五節 13:30~14:10	三四年級 團體課程 4Q 達人	五年級 專題研究		五年級 資訊課程	五年級 數理
第六節 14:20~15:00		三~六年級 創造力 課程			
打掃 15:00~15:20					
第七節 15:20~16:00		三~六年級 創造力 課程			
放學 16:00					