

小學教育課程先導計劃

學生上課及作息時間_學校範例二

時間 (每節課 40 分鐘)	星期	一	二	三	四	五
7:40 – 8:15	學生進校					
8:15 – 8:30	早檢及早讀 早操(每日 15')每天一個年級					
8:30 – 9:10	第一節					
	小休(10')					
9:20 – 10:00	第二節					
	小休(5')					
10:05 – 10:45	第三節					
	小休(10')					
10:55 – 11:35	第四節					
	小休(5')					
11:40 – 12:20	第五節					
12:20 – 14:00	午 膳					
週一至週四： 下 午						
13:30 – 13:55	學生進校					
14 : 00—14 : 40	第六節					
	小休(10')					
14 : 50—15:05	眼保健操					
15 : 05—15 : 45	第七節					
	小休(10')					
15 : 55—16 : 35	督課					
16 : 35	放學					

週五： 下 午	
13:30 – 13:55	學生進校
14：00—14：40	第六節
	小休(10')
14：50—15:05	眼保健操
15：05—15：45	督課
15：50—17：00	餘暇活動
17：00	放學

備註： 1.每週教學 34 節，另加一節周會課，70 分鐘餘暇活動。