

保良局莊啟程小學
2023 - 2024 學年
學生上課時間表

三年級 D 班

班主任： (姚)蔓菁 老師

節次	時間	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	
	8:00-8:20	中央宣佈 班主任課	早會/ 班主任課	啟程早晨 班主任課	啟程早晨 班主任課	早會/ 班主任課	
	8:20-8:25	靜心時間		靜心時間	靜心時間		
1	8:25-9:00	中文	中文	數學	中文	常識	
2	9:00-9:35	中文	中文	中文作文	音樂	普通話	
3	9:35-10:10	數學	常識	中文作文	體育	中文	
	10:10-10:25 (10:20預備鐘)	小息(一)					
4	10:25-11:00	音樂	數學	英文	數學	英LP	
5	11:00-11:35	體育	英文	英文	圖書	英LP	
	11:35-11:50 (11:45預備鐘)	小息(二)					
6	11:50-12:25	英文	視藝	常識	英文	普通電腦	
7	12:25-:1:00	普通話	視藝	常識	英文	數學	
	1:00-1:30	午膳					
	1:30-1:45	午讀					午息 1:30-1:55 (1:50預備鐘)
	1:45-2:10 (2:05預備鐘)	午息					
8	2:10-2:55	綜合/英導	(週會/ 德育及公民教育)	綜合/數導	綜合/中導	(多元課) 1:55-2:55	
9	2:55-3:25 (3:25預備鐘)	功課輔導	功課輔導	功課輔導	功課輔導	班主任課 2:55-3:00 (預備鐘2:55)	