

保良局莊啟程小學
2025 - 2026 學年
班別時間表

四年級 A 班

班主任： 陳(奇)恩 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	數 奇	科 達	中作 區	數 奇	中 區
2	9:00-9:35	中 區	英 呂	中作 區	體 元	視 洗
3	9:35-10:10	中 區	英 呂	數 奇	中 區	視 洗
	10:10-10:25 (10:20預備鐘)	小息(一)				
4	10:25-11:00	英 呂	中 區	LP 呂	科 達	小學ICT 達
5	11:00-11:35	音 娟	中 區	LP 呂	科 達	數 奇
	11:35-11:50 (11:45預備鐘)	小息(二)				
6	11:50-12:25	體 元	數 奇	人 韓	英 呂	英 呂
7	12:25-1:00	人 韓	普 唐	人 韓	音 娟	英 呂
	1:00-1:30	午膳				
	1:30-1:45	午讀				
	1:45-2:10 (2:05預備鐘)	午息				
8	2:10-2:55	中導/綜 區	(週會/ 德育及公民教育)	英導/綜 呂	數導/綜 奇	(多元課) 1:55-2:55
9	2:55-3:25 (3:25預備鐘)	功輔 區	功輔 按校方 編排	功輔 呂	功輔 奇	班主任課 2:55-3:00 分級放學 (預備鐘2:55)
	3:25-3:30	班主任課	班主任課	班主任課	班主任課	
	3:30	分級放學(3:25預備鐘)				