

保良局莊啟程小學
2025 - 2026 學年
班別時間表

三年級 D 班

班主任：(唐)裕辰 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	LP 慰	英 慰	數 朗	中 唐	英 慰
2	9:00-9:35	LP 慰	中 唐	常 琴	常 琴	英 慰
3	9:35-10:10	中 唐	中 唐	英 慰	常 琴	音 娟
	10:10-10:25 (10:20預備鐘)	小息(一)				
4	10:25-11:00	小學ICT 譚	常 琴	中作 唐	英 慰	中 唐
5	11:00-11:35	常 琴	數 朗	中作 唐	英 慰	中 唐
	11:35-11:50 (11:45預備鐘)	小息(二)				
6	11:50-12:25	音 娟	體 豪	視 冼	體 豪	數 朗
7	12:25-:1:00	數 朗	普 區	視 冼	數 朗	常 琴
	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	英導/綜 慰	(週會/ 德育及公民教育)	數導/綜 朗	中導/綜 唐	(多元課) 1:55-2:55
9	2:55-3:25 (3:25預備鐘)	功輔 慰	功輔 按校方 編排	功輔 朗	功輔 唐	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)				