

保良局莊啟程小學
2026 - 2027 學年
學生班別時間表

三年級 C 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	普通話	常識	數學	數學	常識	
2	9:00-9:35	中文	數學	常識	常識	視藝	
3	9:35-10:10	英文	中文	常識	體育	視藝	
	10:10-10:25 (10:20預備鐘)	小息(一)					
4	10:25-11:00	音樂	英LP	英文	中文	英文	
5	11:00-11:35	小學ICT/編程	英LP	英文	中文	數學	
	11:35-11:50 (11:45預備鐘)	小息(二)					
6	11:50-12:25	數學	音樂	中文	英文	中文作文	
7	12:25-:1:00	常識	體育	中文	英文	中文作文	
	1:00-1:30	午膳					
	1:30-1:40	午讀					午息 1:30-1:55 (1:50預備鐘)
	1:40-2:10 (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	功輔 按校方 編排	功課輔導	功課輔導	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)					