

# 2025／2026年度全日授課時間表

班別：1B

班主任：梁佩儀 劉海沛

| 節次 / 時間 / 科目 / 星期 |               |  | 一                                        |            | 二                     |                           | 三           |                       | 四           |            | 五           |            |  |
|-------------------|---------------|--|------------------------------------------|------------|-----------------------|---------------------------|-------------|-----------------------|-------------|------------|-------------|------------|--|
| 8:00 - 8:20       |               |  | 早會 / 早操 / 早讀 / 升旗禮 / 班主任課                |            |                       |                           |             |                       |             |            |             |            |  |
| 1                 | 8:20 - 8:55   |  | 英國語文<br>梁佩儀                              |            | @數學<br>劉海沛            | #自理及<br>成長課<br>梁佩儀<br>劉海沛 | 數學<br>劉海沛   |                       | 中國語文<br>黃艷儀 |            | 數學<br>劉海沛   |            |  |
| 2                 | 8:55 - 9:30   |  | 英國語文<br>梁佩儀                              |            | 數學<br>劉海沛             |                           | 體育<br>朱軒逸   |                       | 中國語文<br>黃艷儀 |            | 數學<br>劉海沛   |            |  |
| 3                 | 9:30 - 10:05  |  | 體育<br>朱軒逸                                |            | 音樂<br>鄧詠恩             |                           | 體育<br>朱軒逸   |                       | I.T.<br>陳瑩瑩 |            | 英國語文<br>梁佩儀 |            |  |
| 10:05 - 10:20     |               |  | 眼部及呼吸操 / 小息                              |            |                       |                           |             |                       |             |            |             |            |  |
| 4                 | 10:20 - 10:55 |  | 中國語文<br>黃艷儀                              |            | 人文<br>張雅姿             |                           | 英國語文<br>梁佩儀 |                       | 人文<br>張雅姿   |            | 中國語文<br>黃艷儀 |            |  |
| 5                 | 10:55 - 11:30 |  | 中國語文<br>黃艷儀                              |            | 中國語文<br>黃艷儀           |                           | 英國語文<br>梁佩儀 |                       | 數學<br>劉海沛   |            | 中國語文<br>黃艷儀 |            |  |
| 11:30 - 11:50     |               |  | 小 息                                      |            |                       |                           |             |                       |             |            |             |            |  |
| 6                 | 11:50 - 12:25 |  | @中文<br>黃艷儀                               | #聖經<br>黃艷儀 | 英國語文<br>梁佩儀<br>SHARON |                           | 中國語文<br>黃艷儀 |                       | 英國語文<br>梁佩儀 |            | 科學<br>張雅姿   |            |  |
| 7                 | 12:25 - 1:00  |  | 數學<br>劉海沛                                |            | 英國語文<br>梁佩儀<br>SHARON |                           | 中國語文<br>黃艷儀 |                       | 英國語文<br>梁佩儀 |            | 科學<br>張雅姿   |            |  |
| 1:00 - 2:00       |               |  | 午 膳                                      |            |                       |                           |             |                       |             |            |             |            |  |
| 8                 | 2:00 - 2:35   |  | 德育及公民教育 /<br>班級經營 /<br>自理及成長課<br>梁佩儀 劉海沛 |            |                       | 視覺藝術<br>梁佩儀               |             | 週會/多元活動<br>(下午2:45放學) |             | 音樂<br>鄧詠恩  |             | 普通話<br>杜漢成 |  |
| 9                 | 2:35 - 3:20   |  | 導修課<br>劉海沛                               |            |                       | 視覺藝術<br>梁佩儀               |             |                       |             | 導修課<br>黃艷儀 |             | 導修課<br>梁佩儀 |  |

\*備註：圖書課由科任老師因應課程個別安排，稍後通知。（圖書課科任：譚麗萍）

@單週上課

#雙週上課