

2025／2026年度全日授課時間表

班別：3B

班主任：鄭倩梅

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 鄭倩梅	英國語文 鄭倩梅		英國語文 鄭倩梅	常識 郭富權	常識 郭富權
2	8:55 - 9:30	英國語文 鄭倩梅	視覺藝術 張雅姿		英國語文 鄭倩梅	英國語文 鄭倩梅	英國語文 鄭倩梅 SHARON
3	9:30 - 10:05	數學 鄭家豪	視覺藝術 張雅姿		數學 鄭家豪	英國語文 鄭倩梅	音樂 鄧詠恩
10:05 - 10:20		眼部及呼吸操 / 小息					
4	10:20 - 10:55	常識 郭富權	@中文 鄭賽華	#數學 鄭家豪	普通話 鄭賽華	數學 鄭家豪	中國語文 鄭賽華
5	10:55 - 11:30	常識 郭富權	數學 鄭家豪		音樂 鄧詠恩	數學 鄭家豪	中國語文 鄭賽華
11:30 - 11:50		小 息					
6	11:50 - 12:25	中國語文 鄭賽華	中國語文 鄭賽華		中國語文 鄭賽華	中國語文 鄭賽華	體育 郭富權
7	12:25 - 1:00	體育 郭富權	常識 郭富權		中國語文 鄭賽華	中國語文 鄭賽華	數學 鄭家豪
1:00 - 2:00		午 膳					
8	2:00 - 2:35	德育及公民教育 / 班級經營 / 自理及成長課 鄭倩梅	I.T. 張雅姿		週會/多元活動 (下午2:45放學)	科學 郭富權	普通話 鄭賽華
9	2:35 - 3:20	導修課 郭富權	@I.T. 張雅姿	#聖經 鄭倩梅		導修課 鄭倩梅	導修課 鄭賽華

*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