

【上課時間】

一、時間表安排原則：

1. 讓學生在靈、德、智、體、群、美六育上均衡發展。
2. 按教育局建議各學習領域課時比例，訂定各學科課節。

二、具體安排：

1. 上課時間為 8:10-3:30，每節課 35 或 45 分鐘，主要為學科課堂。下午主要為成長課、閱讀課、周會或德育及公民教育課、聖經課、團契及綜合課。
2. 設生命成長課，以正向教育課程培育學生的生命成長，而閱讀課是讓學生掌握閱讀策略，培養閱讀習慣。
3. 星期五設綜合課，著重發展學生多元潛能，內容包括體藝活動、拔尖活動、創意活動及興趣小組等。
4. 星期一至星期四均設自學時段，學生可做家課、進行預習或延伸學習，遇有疑難，可向教師發問。
5. 第一輪校車於下午 3:30 接送學生放學，星期五則為下午 2:15。
6. 放學後設收費課外活動、增潤或輔導小組活動、功課輔導班、校隊訓練等，參加活動學生可於下午 5:00 乘坐第二輪校車回家，星期五則不設第二輪校車服務。
7. 考試前一週及考試週課後活動將會暫停。

2025至2026年度 學生上課時間表

節次	時間	分鐘	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	
	8:10-8:25	15	個人分享+ 課室蜜語	初小：禮堂早會 高小：個人分享+ 課室蜜語	早讀 (DEAR TIME)	高小：禮堂早會 初小：個人分享+ 課室蜜語	升旗禮 及早操 (禮堂/廣播同時進行)	
	8:25-8:35	10	班務	班務	班務	班務	班務	
1	8:35-9:10	35	學科	學科	學科	學科	學科	
2	9:10-9:45	35	學科	學科	學科	學科	學科	
3	9:45-10:20	35	學科	學科	學科	學科	學科	
	10:20-10:40	20	動感小息一					
4	10:40-11:25	45	學科	學科	學科	學科	學科	
5	11:25-12:00	35	學科	學科	學科	學科	學科	
6	12:00-12:35	35	學科	學科	學科	學科	學科	
	12:35-1:00	25	午膳					
	1:00-1:25	25	動感小息二					
7	1:25-2:10	45	學科	學科	學科	生命實踐	綜合課 (1:25-2:15)	
	2:10-2:20	10	小息三					
8	2:20-2:55	35	全人發展	自學時段	心靈成長	學科	放學 (2:15) (只有一輪校車) 教師專業發展 (2:15後) 2:15-4:00 校隊訓練、 增潤或輔導小組、 收費課外活動	
9	2:55-3:30	35	自學時段	Power-up Tuesday	自學時段	自學時段		
	3:30		放學(第一輪校車)					
	3:30-5:00		校隊訓練、增潤或輔導小組、收費課外活動					
	5:00		放學(第二輪校車)					