



马尾区教师进修学校附属小学
2025-2026 学年第二学期作息时间表
(2026 年 2 月 26 日起执行)

上 午

值班教师到岗.....7:30 (开校门)
全体教师上班.....8:00
第 一 节.....8:20—9:00
大课间活动.....9:00—9:30
第 二 节.....9:30—10:10
课 间 活 动.....10:10—10:25 (含眼保健操)
第 三 节10:25—11:05
(错峰放学时间: 11:00 一至二年级放学; 11:10 三至六年级放学)
清 校.....11:30

下 午

值班教师到岗1:30 (开校门)
第 一 节.....2:00—2:40
课 间 活 动.....2:40—2:55 (含眼保健操)
第 二 节.....2:55—3:35
课 间 活 动.....3:35—3:50
第 三 节.....3:50—4:30
课后体育锻炼.....4:30—5:10
清 校.....5:30

备注:

- (1) 一、二年级学生周一下午上三节课, 放学后进行体育锻炼, 其余下午都是两节课。
- (2) 三至六年级周二、周四、周五当天无体育课班级参加课后体锻, 其余班级正常放学。
- (3) 三至六年级周三下午第二、三节课连上, 时间为 2:55—3:55。