福州经济技术开发区职业中专学校2025-2026学年第二学期（2026年4月1日起执行）

23级《体育与健康》总表

级	节	23学前五年专	23幼儿保育1	23幼儿保育2	23旅游	23物联网五年专	23物联网1	23物联网2	23增材	23冷链	23酒店	23会计	23电商商英	23美术1	23美术2	23电子	23汽美
周一	第一节																
	第二节																
	第三节																
	第四节																
	第五节																
	第六节																
	第七节																
	第八节																
	第九节																
周二	第一节																
	第二节																
	第三节	体育				体育											
	第四节																
	第五节																
	第六节																
	第七节																
	第八节																
	第九节																
周三	第一节																
	第二节																
	第三节																
	第四节	体育				体育											
	第五节																
	第六节																
	第七节																
	第八节																
	第九节																
周四	第一节																
	第二节																
	第三节																
	第四节																
	第五节																
	第六节																
	第七节																
	第八节																
	第九节																
周五	第一节																
	第二节																
	第三节																
	第四节																
	第五节																
	第六节																
	第七节																
	第八节																
	第九节																

福州经济技术开发区职业中专学校2025-2026学年第二学期（2026年4月1日起执行）

24级《体育与健康》总表

班级		2401物联网五年专	2402学前教育五年专	2403电子商务五年专	2404计算机	2404幼儿保育	2405计算机1	2406计算机2	2407物联网1	2408物联网2	2409会计	2410电子商务	2411电子	2411增材	2412酒店	2413旅游	2414平面美术1
周一	第二节																
	第三节										体育						
	第四节											体育					体育
	第五节			体育	体育	体育		体育					体育	体育			
	第六节	体育															
	第七节						体育		体育	体育							
	第八节																
	第九节																
周二	第一节																
	第二节																
	第三节																
	第四节																
	第五节																
	第六节															体育	
	第七节			体育													
	第八节																
	第九节																
周三	第一节																
	第二节																
	第三节																
	第四节														体育		
	第五节												体育	体育			
	第六节																
	第七节		体育				体育	体育									体育
	第八节																
	第九节																
周四	第一节																
	第二节																
	第三节											体育					
	第四节																
	第五节															体育	
	第六节														体育		
	第七节		体育		体育	体育			体育		体育						
	第八节																
	第九节																
周五	第一节																
	第二节																
	第三节									体育							
	第四节	体育															
	第五节																
	第六节																
	第七节																
	第八节																
	第九节																

福州经济技术开发区职业中专学校2025-2026学年第二学期（2026年4月1日起执行）

25级《体育与健康》总表

级	班	2501计算机网五年专	2502电子商务五年专	2503软件技术五年专	2504计算机1	2505计算机2	2506计算机3	2507物联网1	2508物联网2	2509会计	2510电子商务	2511酒店旅游	2512美术平面1	2513美术平面2	2514幼儿保育	2515汽车	2515电子
周一	第一节																
	第二节																
	第三节																
	第四节																
	第五节											体育					
	第六节						体育										
	第七节																
	第八节																
	第九节																
周二	第一节																
	第二节																
	第三节												体育				
	第四节			体育								体育					
	第五节													体育			
	第六节								体育								
	第七节				体育											体育	体育
	第八节																
	第九节																
周三	第一节																
	第二节																
	第三节												体育				
	第四节		体育		体育			体育									
	第五节									体育							
	第六节																
	第七节										体育			体育			
	第八节																
	第九节																
周四	第一节																
	第二节						体育		体育								
	第三节									体育							
	第四节	体育	体育														
	第五节					体育										体育	体育
	第六节																
	第七节										体育				体育		
	第八节																
	第九节																
周五	第一节																
	第二节			体育													
	第三节														体育		
	第四节	体育				体育		体育									
	第五节																
	第六节																
	第七节																
	第八节																
	第九节																

福州二十四中　　福州开发区职专

作息时间表

内　容	时　间
早上起床	7：00
上　午	
课前准备	7:30～8:00
第 一 节	8:00～8:45
第 二 节	8:55～9:40
大课间活动	9:40～10:10
第 三 节	10:10～10:55
眼保健操	10:55～11:05
第 四 节	11:10～11:55
清 校	12：00
下　午	
预 备	1:50
第 一 节	2:00～2:45
眼保健操	2:45～2:55
第 二 节	3:00～3:45
第 三 节	3:55～4:40
课后服务\体育锻炼	
4:50～6:20	
清 校	6：30
晚　上（职专）	
晚自修	7：00——8：30

注：升旗仪式在星期一课间操时间。

办公室

二０二五年九月一日