

福州市云龙小学2026-2027学年度《第一学期》体育课程安排总表(2026.8.31)

星期	星期一						星期二						星期三						星期四						星期五					
午别	上午			下午			上午			下午			上午			下午			上午			下午			上午			下午		
节数	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6	1	2	3	4	5	6
一年级					体育 朱熹										体育 陈丽								体育 朱熹				体育 谢城鑫			
二年级					体育 叶颖华				体育 朱熹							体育 朱熹						体育 叶颖华								
三年级						体育 叶莺彬					体育 鲍心雨				体育 鲍心雨															
四年级						体育 叶君秀											体育 叶君秀					体育 叶君秀								
五年级						体育 鲍心雨												体育 陈频芳		体育 陈频芳										
六年级						体育 冯孝礼			体育 冯孝礼															体育 冯孝 弓						
教研安排：语文、道法（周二上午），数学、科学（周四上午），英语、技能科（周五上午）																														
地方与校本课程：环保安全禁毒心理，海西，劳动，队活动；综合实践活动课程：科学，书法，信息技术																														



作息时间表

午别	时间	活动内容
上午	8:00-8:20	师生进校
	8:20-9:00	第一节
	9:00-9:30	大课间
	9:30-9:35	眼保健操
	9:35-10:15	第二节
	10:30-11:10	第三节
	11:20	清校
下午	14:00-14:40	第四节
	14:55-15:00	眼保健操
	15:00-15:40	第五节
	15:55-16:35	第六节
	16:35-17:05 17:15	大课间 清校