

福州市亭江中学作息时间表

(2026年9月1日起实施)

时 间		备 注	
上	7:25—7:50（高中寄宿）	课前准备	
	7:30—7:50（初中部）	课前准备	
	8:00（上课铃）—8:45（下课铃）	第一节	
	9:00（上课铃）—9:45（下课铃）	第二节	
午	9:45—10:15	课间操、眼保健操	
	10:15（上课铃）—11:00（下课铃）	第三节	
	11:15（上课铃）—12:00（下课铃）	第四节	
下	14:00（上课铃）—14:45（下课铃）	第五节	
	15:00（上课铃）—15:45（下课铃）	第六节	
	15:45—16:00	（大课间、眼保健操）	
午	16:00（上课铃）—16:45（下课铃）	第七节	
	17:00（上课铃）—17:45（下课铃）	高 中	第八节
	17:55（音乐）—18:30（初中跑操）	初中课后服务	第九节

福州市亭江中学

2026年8月30日