

马尾区教师进修学校附属小学
2026-2027 学年第一学期作息时间表
(2026 年 9 月 1 日起执行)

上 午

值班教师到岗	7:40 (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、四年级周二放学后进行课后体育锻炼; 五、六年级周五放学后进行课后体育锻炼, 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。