

福州市马尾第二实验小学

福州市马尾第二实验小学 2026-2027 学年作息时间表

上午：

早读： 8:20——8:30

第一节： 8:35——9:15 课间活动（含眼保健操）： 9:15——9:30

第二节： 9:30——10:10

大课间： 10:10——10:45（含课间休息 5 分钟）

第三节： 10:45——11:25

每日安全提醒： 11:25——11:30

下午：

第一节： 14:00——14:40 课间活动（含眼保健操）： 14:40——14:55

第二节： 14:55——15:35 课间活动： 15:35——15:50

第三节： 15:50——16:30

福州市马尾第二实验小学

2026 年 8 月 31 日





课 程 表

2026-2027学年第一学期

福州市马尾第二实验小学

体育与健康

星期一		星期二		星期三		星期四		星期五	
上午	8:20~8:30 第1节	早读							
	9:15~9:30 第2节	课间活动（含眼保健操）							
		体育与健康2 一年4班 体育与健康1 一年6班 体育与健康2 一年8班 体育与健康1 二年7班 体育与健康1 三年1班 体育与健康1 三年4班 体育与健康1 四年2班 体育与健康1 四年6班		体育与健康1 一年3班 体育与健康1 一年7班 体育与健康1 二年4班 体育与健康1 三年8班		体育与健康1 一年1班 体育与健康1 二年1班 体育与健康1 二年6班			
	10:10~10:40 10:40~10:45 第3节	体育与健康1 一年2班 体育与健康1 二年4班 体育与健康1 二年7班 体育与健康1 三年3班 体育与健康1 四年2班 体育与健康1 四年9班 体育与健康1 五年8班		体育与健康2 一年1班 体育与健康1 一年3班 体育与健康1 一年7班 体育与健康1 二年2班 体育与健康1 二年5班 体育与健康1 三年2班 体育与健康1 三年6班 体育与健康1 四年5班 体育与健康1 五年1班 体育与健康2 五年8班 体育与健康1 六年1班		体育与健康1 一年6班 体育与健康1 二年2班 体育与健康1 二年6班 体育与健康1 二年8班 体育与健康1 四年1班 体育与健康1 五年1班 体育与健康2 六年2班		体育与健康1 一年2班 体育与健康2 一年3班 体育与健康1 一年8班 体育与健康1 二年2班 体育与健康1 二年8班 体育与健康1 三年5班 体育与健康1 四年4班 体育与健康1 六年1班	
	10:45~11:25							体育与健康2 二年1班 体育与健康2 二年5班	
下午	第4节	体育与健康1 一年4班 体育与健康2 二年6班 体育与健康1 二年8班 体育与健康1 三年2班 体育与健康1 四年4班 体育与健康2 四年6班 体育与健康2 四年8班 体育与健康1 五年5班 体育与健康1 六年3班		体育与健康1 一年1班 体育与健康1 一年5班 体育与健康1 二年1班 体育与健康1 二年5班 体育与健康1 三年3班 体育与健康2 四年4班 体育与健康2 四年5班 体育与健康1 四年10班 体育与健康1 五年4班		体育与健康1 一年5班 体育与健康1 三年8班 体育与健康1 四年7班 体育与健康1 五年6班		体育与健康1 一年4班 体育与健康1 一年7班 体育与健康2 二年2班 体育与健康2 二年3班 体育与健康1 二年4班 体育与健康1 三年2班 体育与健康1 三年7班 体育与健康2 四年3班 体育与健康2 五年4班 体育与健康1 五年5班 体育与健康1 六年2班	
	14:40~14:55	课间活动（含眼保健操）							
	第5节	体育与健康1 一年3班 体育与健康1 一年6班 体育与健康1 二年3班 体育与健康1 四年3班 体育与健康2 五年2班 体育与健康2 五年6班 体育与健康1 六年2班		体育与健康1 一年2班 体育与健康1 二年3班 体育与健康1 二年8班 体育与健康1 三年4班 体育与健康1 三年7班 体育与健康1 四年9班 体育与健康2 五年5班		体育与健康1 一年4班 体育与健康2 一年6班 体育与健康2 一年7班 体育与健康1 二年3班 体育与健康2 二年4班 体育与健康1 二年5班 体育与健康2 二年7班 体育与健康1 三年7班 体育与健康1 四年5班 体育与健康2 四年10班 体育与健康1 五年3班 体育与健康2 五年7班		体育与健康1 一年1班 体育与健康2 一年2班 体育与健康1 一年5班 体育与健康1 一年8班 体育与健康1 二年6班 体育与健康1 二年7班 体育与健康1 三年1班 体育与健康1 四年1班 体育与健康2 四年2班 体育与健康2 四年7班 体育与健康1 五年2班 体育与健康1 五年8班 体育与健康2 六年3班	
	15:35~15:50	课间活动							
	第6节	体育与健康1 三年1班 体育与健康1 三年5班 体育与健康2 四年1班 体育与健康1 四年7班 体育与健康1 四年10班 体育与健康1 五年3班 体育与健康1 五年7班 体育与健康2 六年1班		体育与健康1 三年3班 体育与健康1 三年5班 体育与健康2 五年3班 体育与健康1 五年4班 体育与健康1 五年7班 体育与健康1 六年3班		体育与健康1 三年4班 体育与健康1 三年6班 体育与健康1 四年3班 体育与健康1 四年6班 体育与健康1 四年8班 体育与健康2 四年9班 体育与健康1 五年2班		体育与健康1 三年4班 体育与健康1 三年6班 体育与健康1 四年6班 体育与健康2 五年1班	
	15:50~16:30								