

周次	時間	年級	動息場地	活動
逢單周	小息一	一年級	操場/雨天操場	跳繩、彩虹球、呼拉圈
	小息二	二年級	圖書館、 操場/雨天操場	借閱圖書、 跳繩、彩虹球、呼拉圈
	小息三	三年級	圖書館、 操場/雨天操場	借閱圖書、 跳繩、彩虹球、呼拉圈
逢雙周	小息一	四年級	圖書館、 禮堂(周五7/F籃球場)	借閱圖書 禮堂：乒乓球、跳繩 7/F籃球場：羽毛球、籃球
	小息二	五年級	圖書館、 禮堂(周五7/F籃球場)	借閱圖書 禮堂：乒乓球、跳繩 7/F籃球場：羽毛球、籃球
	小息三	六年級	圖書館、 禮堂(周五7/F籃球場)	借閱圖書 禮堂：乒乓球、跳繩 7/F籃球場：羽毛球、籃球