**常州市新北区龙虎塘实验小学2019-2020学年度作息时间表**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 周一 | 上午 | 周二至周五 |  |
| 内 容 | 时间安排 | 时间安排 | 内 容 |  |
| 国旗童声 | 8:10—8:35 | 8:00—8:10 | 晨会 |  |
| 第一节课 | 8:45—9:25 | 8:15—8:55 | 第一节课 |  |
| 第二节课（含眼保健操） | 9:35—10:20 | 9:05—9:50 | 第二节课（含眼保健操） |  |
| 10:00—10:40 | 第三节课 |  |
| 第三节课 | 10:30—11:10 | 10:50—11:10 | 小课 |  |
|  |  |
| 龙娃玩转午间 | 11:50—12:10 |  | 11:50—12:10 | 龙娃玩转午间 |  |
| 室内自主活动 | 12:10—12:50 | 12:10—12:50 | 室内自主活动 |  |
|  |  |
| 第四节课（含眼保健操） | 13:00—13:45 | 下午 | 13:00—13:45 | 第四节课（含眼保健操） |  |
| 第五节课 | 13:55—14:35 | 13:55—14:35 | 第五节课 |  |
| 第六节课诗意校本课程 | 14:45—15:35 | 14:45—15:20 | 第六节课 |  |
| 15:20—15:50 | 阳光活动 |  |

备注：

1. 整班放学时间：

周一 整班放学时间：一、二年级：15:40 三、四年级：15:50 五、六年级：16:00

周二至周五整班放学时间：一、二年级：16:10 三、四年级：16:20 五、六年级：16:30

1. 周一校本培训开始时间：16:20
2. 教师上班时间：7:40，下班时间：夏令时17:00，冬令时（10月1日起）16:40

常州市新北区龙虎塘实验小学

2019年9月