常州市新北区新华实验小学2020-2021学年第一学期作息时间表

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **夏令时间及安排** | **冬令时间及安排** |
| 早晨 | 错峰进班（四五六年级7：30之前，一二三年级7：40之前） | 错峰进班（四五六年级7：30之前，一二三年级7：40之前） |
| 上午 | 7：30─7：50 | 课前准备、教室卫生、晨检等 | 7：30─7：50 | 课前准备、教室卫生、晨检等 |
| 8：00─8：40 | 第一节课 | 8：00─8：40 | 第一节课 |
| 8：50─9：35 | 第二节课（含眼保健操） | 8：50─9：35 | 第二节课（含眼保健操） |
| 9：35—10：00 | 课间活动 | 9：35—10：00 | 课间活动 |
| 10：00─10：40 | 第三节课 | 10：00─10：40 | 第三节课 |
| 10：50─11：10 | 第四节课（短课） | 10：50─11：10 | 第四节课（短课） |
| 下午 | 11：10─11：50 | 午餐 | 11：10─11：40 | 午餐 |
| 12：00─12：50 | 午检、午间休息或自习 | 11：50─12：30 | 午检、午间休息或自习 |
| 13：10─13：55 | 第五节课（含眼保健操） | 13：00─13：45 | 第五节课（含眼保健操） |
| 13：55─14：15 | 课间活动 | 13：45─14：05 | 课间活动 |
| 14：15─14：55 | 第六节课 | 14：05─14：45 | 第六节课 |
| 15：05─15：45 | 第七节课 | 14：55─15：35 | 第七节课 |
| 15：50─16：00 | 夕会 | 15：40─15：50 | 夕会 |
| 16：10─16：40 | 错峰放学、辅导、（放学时间一二年级16：00，三四年级16:20，五六年级16：40） | 16：00—16：30 | 错峰放学、辅导、（放学时间一二年级16：00，三四年级16:10，五六年级16：30） |
| 17：00 | 教师办公、离校 | 16：40 | 教师办公、离校 |
| 备注：1、周一9：35举行升旗仪式（疫情期间暂不举行升旗仪式）；2、周一（夏令16：10）（冬令16：00）起进行教师业务或政治学习。 |