常州市浦前中心小学作息时间

2025.02

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 上午 | **内 容** | **时间安排** |
| 第一节课 | 8:20-9:00 |
| 大课间（升旗仪式） | 9:00-9:30 |
| 第二节课 | 9:30-10:10 |
| 课间休息（含眼保健操） | 10:10-10:25 |
| 第三节课 | 10:25—11:05 |
| 第四节课（短课） | 11:20—11:40 |
| 午餐、室外活动、午休 | 11:40-12:50 |
| 下午 | 第五节课 | 13:00—13:40 |
| 课间休息（含眼保健操） | 13:40-13:55 |
| 第六节课 | 13:55—14:35 |
| 大课间 | 14:35—15:05 |
| 夕会 | 15:05-15:15（一二年级15:15放学） |
| 第七节课 | 15:15-15:55（三到六年级15:55放学） |
| 课后服务第一时段 | 一二年级15:15-15:55三到六年级15:55-16:35 |
| 课后服务第二时段 | 一二年级16:05-16:45三到六年级16:45-17:25 |