秋季作息时间表（本部）

 (自2022年9月1日起开始执行)

|  |  |
| --- | --- |
| **内 容** | **时 间** |
| 初一年级初二年级弹性入校 | 7:30-8:00 |
| 第二节课 | 8:10-8:50 |
| 大课间(周一升旗仪式) | 8:50-9:20 |
| 第二节课 | 9:20-10:00 |
| 第三节课 | 10:10-10:50 |
| 眼保健操 | 11:00-11:05 |
| 第四节课 | 11:05-11:45 |
| 午餐、休息 | 11:45-13:20 |
| 第五节课 | 13:30-14:10 |
| 眼保健操 | 14:20-14:25 |
| 第六节课 | 14:25-15:05 |
| 第七节课 | 15:15-15:55 |
| 大课间 | 15:55-16:25 |
| 课后服务1 | 16:30-17:10 |
| 课后服务2 | 17:20-18:00 |
| 校园清场 | 18：10 |

# 初三年级春季作息时间表

秋季作息时间表（东校区）

 (自2022年9月1日起开始执行)

|  |  |
| --- | --- |
| 通风 | 6：40起 |
| 弹性入校 | 7：30-8：00 |
| 大课间 | 8：00-8：30 |
| 第一节课 | 8：30-9：10 |
| 第二节课 | 9：20-10：00 |
| 第三节课 | 10：10-10：50 |
| 眼保健操 | 11：00-11：05 |
| 第四节课 | 11：05-11：45 |
| 午餐、测温、休息 | 11：45-13：20 |
| 第五节课 | 13：30-14：10 |
| 眼保健操 | 14：20-14：25 |
| 第六节课 | 14：25-15：05 |
| 第七节课 | 15：15-15：55 |
| 大课间 | 15：55-16：25 |
| 课后服务1 | 16：30-17：10 |
| 课后服务2 | 17：20-18：00 |
| 晚自习 | 18：30-20: 10 |