

# 一中心小学作息时间表

2019. 9

## 上 午

7: 30	教师值班
7: 50	教师上班
8: 10~8: 35	大课间活动
8: 45~9: 25	第一节课
9: 35~10: 15	第二节课
10: 25~11: 10	第三节课（含眼保健操）

## 下 午

1: 00~1: 40	第四节课
1: 50~2: 35	第五节课（含眼保健操）
2: 45~2: 50	课间操
2: 50~3: 30	第六节课
3: 40~4: 00	课外兴趣活动
3: 40	低年级放学
4: 00	中、高年级放学
4: 30	教师下班

注：周三下午放学时间：低年级 2: 00 放学

中、高年级 3: 40 放学