

附件1

非寄宿制义务教育学校作息时间表（参考版）

时段	内容		夏秋季时间	冬春季时间
早晨到校	小学	1-6年级错时到校	7: 40—8: 00	7: 40—8: 00
	初中	7-9年级错时到校	7: 20—7: 40	7: 20—7: 40
预备	小学学段		8: 10	8: 10
	初中学段		7: 50	7: 50
上午	小学	第一节课	8: 20—9: 00	8: 20—9: 00
		第二节课	9: 10—9: 50	9: 10—9: 50
		课间操·大课间	9: 50—10: 20	9: 50—10: 20
		第三节课	10: 20—10: 55	10: 20—10: 55
	初中	第四节课	11: 05—11: 40	11: 05—11: 40
		第一节课	8: 00—8: 45	8: 00—8: 45
		第二节课	8: 55—9: 40	8: 55—9: 40
		课间操·大课间	9: 40—10: 10	9: 40—10: 10
		第三节课	10: 10—10: 55	10: 10—10: 55
	第四节课		11: 05—11: 50	11: 05—11: 50
放学 (分年级错时)		小学: 11: 40—11: 50 初中: 11: 50—12: 00		
中午	午休		学生午休时间不少于1小时	
下午到校	小学	1-6年级错时入校	14: 30—14: 45	14: 00—14: 15
	初中	7-9年级错时入校	14: 20—14: 35	14: 00—14: 15
预备	小学学段		14: 50	14: 20
	初中学段		14: 40	14: 20
下午	小学	第五节课	15: 00—15: 40	14: 30—15: 10
		第六节课	15: 50—16: 30	15: 20—16: 00
	初中	第五节课	14: 50—15: 35	14: 30—15: 15
		第六节课	15: 45—16: 30	15: 25—16: 10
		眼保健操	16: 30—16: 40	16: 10—16: 20
	小学	第七节课	16: 40—17: 25	16: 20—17: 05
			16: 30—17: 00	16: 00—16: 30
	初中	大课间体育活动	17: 25—17: 55	17: 05—17: 35
	小学	课后服务	17: 00—18: 30	16: 30—18: 00
	初中		17: 55—18: 30	17: 35—18: 00
离校 (分年级错时)		离校时间夏秋季18: 30、冬春季18: 00, 初中离校时间可根据家长意愿夏秋季延时到19: 00、冬春季延时到18: 30。		
晚上	在家自习·活动·就寝		小学生在家晚自习时间不晚于21: 00, 睡眠时间不晚于21: 20; 初中生在家晚自习时间不晚于21: 20, 在校自习时间不晚于21: 00, 睡眠时间不晚于22: 00	