

# 贺兰县第七小学夏季作息时间表



| 时 间                                  | 内 容      |
|--------------------------------------|----------|
| 8: 10——8: 20                         | 晨 检      |
| 8: 20——9: 00                         | 第一节课     |
| 9: 00——9: 05                         | (眼保健操)   |
| 9: 15——9: 55                         | 第二节课     |
| 9: 55——10: 25                        | (大课间活动)  |
| 10: 25——11: 05                       | 第三节课     |
| 11: 15——11: 55                       | 第四节课     |
| 一年级 11:50—11:55<br>二至六年级 11:55—12:00 | 错时错峰放学   |
| 午 休                                  |          |
| 14: 35——14: 45                       | 午 检      |
| 14: 45——15: 25                       | 第一节课     |
| 15: 25——15: 30                       | (眼保健操)   |
| 15: 35——16: 15                       | 第二节课     |
| 16: 20——17: 20                       | 课后延时服务 1 |
| 17: 30——18: 30                       | 课后延时服务 2 |
| 18: 40                               | 静 校      |

注：1.夏季作息时间表从5月1日至9月30日。

2.课后延时服务：1小时课业辅导(阅读指导)，1小时兴趣培养(舞蹈、篮球、轮滑、绘画、竖笛等)；不参加课后延时服务的孩子下午第二节课后由家长接回家。