**青岛北京路小学作息时间表**

3-6年级：

|  |
| --- |
| **作 息 时 间 表** |
|  | **时 间** | **内 容** |
| **上****午** | **8：20** | **学生到校** |
| **8：30——9：10** | **第一节课** |
| **9：20——10：00** | **第二节课** |
| **10：00——10：30** | **大课间活动****（含眼操、课间操）** |
| **10：30——11：10** | **第三节课** |
| **11：20——12：00** | **第四节课** |
| **下****午** | **13：30——14：10** | **第五节课** |
| **14：10——14：15** | **眼操** |
| **14：25——15：05** | **第六节课** |
| **15：15——15：50** | **课外活动/实践探究****体育活动** |

|  |
| --- |
| **作 息 时 间 表** |
|  | **时 间** | **内 容** |
| **上****午** | **8：20** | **学生到校** |
| **8：30——9：10** | **第一节课** |
| **9：20——10：00** | **第二节课** |
| **10：00——10：30** | **大课间活动****（含眼操、课间操）** |
| **10：30——11：10** | **第三节课** |
| **11：20——12：00** | **第四节课** |
| **下****午** | **13：30——14：10** | **第五节课** |
| **14：10——14：15** | **眼操** |
| **14：25——15：05** | **第六节课** |
| **15：15——15：55** | **第七节课** |

1-2年级：