

# 徐州华顿国际学校2017年秋冬季作息时间表

(10月1日起执行)

午别	节次	起止时间	备注
早上	起床	6:10	
	早锻炼	6:30---6:50	
	早餐	小学一、二年级：6:50；其它年级：7:10	
	晨读	7:30---8:10	
上午	第一节	7:30---8:10	
	课间操	8:20---9:00	
	第二节	9:00---9:20	周一升旗仪式
	第三节	10:15---10:55	
	眼保健操	10:55---11:00	
	第四节	11:10---11:50	
	午餐	小学一、二年级：11:10；其它年级：11:50	
	午休	12:30---12:50	
	下午	第五节	13:00---13:40
第六节		13:50---14:30	
眼保健操		14:30---14:35	
第七节		14:45---15:25	
第八节		15:35---16:15	
课外活动		16:20---16:50 (小学) 16:20---17:00 (中学)	
晚上		晚餐	小学一、二年级：17:00；其它年级：17:20
	晚自习一	17:45---18:30	
	晚自习二	18:40---19:25	
	晚自习三	19:35---20:20	
	晚自习四	20:30---21:20	
	就寝	21:50	
	熄灯	22:00	