**无锡市东绛第二实验学校作息时间表**

**(2023年9月4日起执行)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **上**  **午**  **（3小时30分钟）** | **第一节** | **8:20—9:00** |
| **第二节** | **9:10—9:50** |
| **大课间活动** | **9:50—10:20** |
| **第三节** | **10:20—11:00** |
| **第四节**  **(含眼保健操)** | **11:10—11:55** |
| 午 休 | | |
| **下**  **午**  **（2小时30分钟）** | **午会** | **13:10—13:20** |
| **第五节** | **13:25—14:05** |
| **第六节**  **(含眼保健操)** | **14:15—15:00** |
| **第七节** | **15:10—15:40** |