

长乐区华阳中学作息时间表

(2025年9月1日执行)

	节次	预备铃	时 间	备注
上午	预备		7:15	
	班级管理		7:15 --- 7:50	
	第一节	7:57	8:00 --- 8:45	
	第二节	8:52	8:55 --- 9:40	
	课间操		9:40 --- 10:10	
	第三节	10:07	10:10 --- 10:55	
	眼保健操		10:55 --- 11:05	
	第四节	11:05	11:08 --- 11:53	
	午间体育锻炼		12:00 --- 12:30	
	午托	12:32	12:35 --- 13:35	
	第五节	13:57	14:00 --- 14:45	
下午	眼保健操		14:45 --- 15:00	
	第六节	14:57	15:00 --- 15:45	
	第七节	15:52	15:55 --- 16:40	
	课后服务2节	16:47	16:50 --- 17:30	
		17:33	17:35 --- 18:15	
	第一节	18:45	18:50 --- 19:35	
课后延时服务	第二节	19:42	19:45 --- 20:30	