

长乐区实验小学作息时间表

(2025-2026 学年第一学期)

上 午

导辅师到校	7: 40
校门开放	7: 50
经典诵读	8:20—8:30
第一节	8:35—9:15
大课间活动（周一含升旗）	9:15—9:45
第二节（含眼保健操）	9:45—10:30
第三节	10:45—11:25
未参加课后服务学生清校	11:45

午间看管便利性服务

午餐	11:40—12:10
午间看管便利性服务	12:20—13:30

下 午

导辅师到校	13:20
校门开放	13:30
第一节	14:00—14:40
第二节（含眼保健操）	14:55—15:40
第三节	15:55—16:35
未参加课后服务学生清校	16:55

晚间课后服务

第一节（1-2 年级）	15:55—16:35
第二节（1-6 年级）	16:45—17:25
家长接学生	17:30
清 校	17:45

备注：1. 请按学校规定的低、中、高年级错峰上学、放学时间段来接送孩子。

2. 一二年级周四下午上三节课，其他时间下午上两节课。

3. 晚间课后服务第二节课后，若学生有延时服务需求，由行政值班负责看护至清校时间。