|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 无锡市华庄中学  **2023-2024**学年作息时间表  （2023年9月4日起施行） | | |
| 午别 | 内容 | 时间 |
| 上午 | 第一节课 | 8:00~8:45 |
| 第二节课 | 8:55~9:40 |
| 大课间活动 | 9:40~10:10 |
| 第三节课 | 10:10~10:55 |
| 第四节课  (含眼保健操) | 11:05~11:55 |
| 午 休 | | |
| 下午 | 第五节课 | 13:20~14:05 |
| 第六节课  （含眼保健操） | 14:15~15:05 |
| 第七节课 | 15:15~16:00 |
| 体育锻炼 | 16:00~16:30 |
| 课后服务 | 16:30-18:30（七、八年级） | |
| 16:30-20:00（九年级） | |