



无锡市芦庄实验小学作息时间表

(2025 年秋学期起执行)

午别	内容	时间
上午	第一节	8: 20—9: 00
	第二节	9: 15—9: 55
	体育大课间	9: 55—10: 25
	第三节	10: 25—11: 05
	眼保健操	11: 15—11: 20
	第四节	11: 20—12: 00
午间休息		12: 00—13: 10
下午	第五节	13: 20—14: 00
	眼保健操	14: 10—14: 15
	第六节	14: 15—14: 55
	体育大课间	14: 55—15: 25
课后服务		15: 25 开始