合肥剑桥学校作息时间表

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 起床 | | | 6:00 | 生活老师 | |
| 早锻炼 | | | 6:20 | 生活老师、体育老师、班主任 | |
| 早餐 | | | 6:40 | 生活老师 | |
| **锁寝室门** | | | **7:05** | 生活老师 | |
| 早读 | | | 7:10---7:40 | 课任老师、班主任 | |
| 预备 | | | 7:47 | 班主任 | |
| 第1节 | | | 7:50---8:35 | 课任老师 | |
| 第2节 | | | 8:45---9:30 | 课任老师 | |
| 课间操 | | | 9:30---9:50 | 体育老师、班主任 | |
| 第3节 | | | 9:50---10:35 | 课任老师 | |
| 第4节 | | | 10:45---11:30 | 课任老师 | |
| 护送走读生离校 | | | 11:30---11:40 | 行政值班老师 | |
| 午餐 | | | 11:20 | 生活老师；班主任 | |
| 预备 | | | 11:55 |  | |
| 午休 | | | 12:05---13:30 | 生活老师；班主任 | |
| **锁寝室门** | | | **13:40/12:15** | 生活老师 | |
| 预备 | | | 大：13:50/12:20小：13:57/12:27 | **（注：周一至周五，周日/周六，下同）** | |
| 第5节 | | | 14:00---14:45/12:30---13:15 | 课任老师 | |
| 第6节 | | | 14:55---15:40/13:25---14:10 | 课任老师 | |
| 眼保健操 | | | 15:40---15:45/周六取消 | 班主任 | |
| 第7节 | | | 15:55---16:40/14:20---15:05 | 课任老师 | |
| 第8节 | | | 16:50---17:35/15:15---16:00 | 课任老师 | |
| 晚餐 | | | 17:35---18:00 | 生活老师；班主任 | |
| **课外活动** | | | 18:00---18:40 | 学生活动/全体教师会/班主任会 | |
| **锁寝室门** | | | **18:40** | 生活老师 | |
| 预备 | | | 大：18:40 小：18:47 | 班主任 | |
| 晚训 | | | 18:50---19:00 | 班主任 | |
| 晚1 | | | 19:00---19:50 | 课任老师 | |
| 晚2 | | | 20:00---20:50 | 课任老师（高一高二走读生离校） | |
| 晚3 | | | 21:00---21:50 | 高一、二班主任，高三课任老师 | |
| 晚4 | | | 22:00---22:50（高三） | 高三课任老师 | |
| **高一、高二教室熄灯** | | | **21:55** | 班主任 | |
| **高一、二锁寝室门** | | | **22:20** | 生活老师 | |
| 高一/二熄 灯 | | 教室 | **21:55** | 班主任 | |
| **寝室** | **22:20** | 生活老师、班主任 |
| 高三熄灯 | **教室** | | **22:50** | 授课老师 |
| **寝室** | | **23:10** | 生活老师、班主任 |

**注：1、本时间表自2021年8月25日起执行。**