

一、晨起

1、按时起床、洗漱、吃早饭。

住校生按学校规定时间起床，路途较远的通校同学，要根据家庭和学校之间的路程以及交通情况，定好起床时间。起床后，要将脸、手洗干净，头发梳整齐，还要整理好自己的房间。早饭要吃饱、吃好，以保证一上午有足够的精力和体力。

2、穿戴要整洁、朴素、大方。

男生不得留长发，女生不烫发，男女同学都不染发、不理怪异发型，不化妆、不戴首饰，不穿拖鞋入校；上体育课要穿运动服、运动鞋；校园内统一着校服。

3、整理好书包，带齐学习用品。

在前一天晚上作业做完以后，就要看看课程表，想想第二天要交什么作业，带什么学习用品，整理好书包再睡觉。早上出门要检查当天的学习用品是否带齐。

4、注意交通安全，不违章通行。

骑自行车的同学，要爱护好自己的交通工具，发现损坏，及时修好。不骑无车铃、无刹车、破损严重的自行车。车速不能太快，下雨下雪天更不能骑快车。骑车时注意力要集中，不听随身听，不要多人并排行，不得两人骑车追逐、拉扯，不得撒把骑车。不骑摩托车，不提倡骑高档自行车、电动车。超车要从左边，事先要打铃，转弯、变道要伸手示意。不强行超车，不突然转弯。车上书包、物品要放稳、放好，以免丢失；包带要束好，以免缠在车轮里或被其他车辆绊带。

乘公共汽车的同学要掌握好班次，遵守上下车秩序，主动购票或出示月票。要给老、幼、病、残、孕妇及老师长辈让路、让座。不要在车内旁若无人地高谈阔论、谈吐要文明高雅。要抓好扶手，头手不要伸出窗外。钱包、书包要随身放好，以防丢失或被盗。

二、进校

1、准时到校，不迟到、不早退。

按规定时间到校，因病因事不能到校，必须办好请假手续，或提前请假，或事后补假，请假条上必须有家长的签字。学生出校门须出示有班主任签字的假条。

2、学生在校园内一律不许骑自行车。出入校门要下车，自行车要按班级放整齐，车轮不要超过白线，车头向左摆，车子要锁好。

三、晨间卫生

值日生应提前到校开始当天的值日工作。室外卫生区要扫干净，垃圾倒入大垃圾箱，倒垃圾时应用扫帚压住纸屑、树叶，不能一路走一路撒。班级生活垃圾实行袋装化，平日的废弃物要存放在各自的方便袋或放至本班储藏间的垃圾桶内。下午第四节课后，各班值日生将储藏间内的垃圾桶拿至教室，集中收集本班垃圾，并于晚自习前将桶内垃圾倒入垃圾集中投放处，切忌将垃圾放进储藏间或洗手间。

四、晨读

一日之计在于晨。早晨到校后，应充分利用清晨时光读书。要做到提前有目的、有计划、有任务，努力提高晨读的效率和质量。

五、上课

1、上课预备铃响，即进入教室，找出本堂课需要的学习资料，认真复习，等待老师上课。

2、文明上课，注意礼仪。上课铃响，老师走上讲台，班长号令：“起立！”老师说：“同学们好！”同学齐声说：“老师好！”待老师说“请坐下”或“坐下！”后，方可坐下。下课钟响，待老师示意下课时，班长号令：“起立！”老师说：“同学们再见！”同学齐声说：“老师再见！”后方可离开座位。一般情况下，让老师先离开教室。有人听课，更应礼让于其他老师。课上要注意文明礼貌，发言要先举手，发表不同意见时，要注意有礼貌。上课不喝水，不吃零食，不睡觉，不听随身听等，不玩手机、发短信等，不看与学习无关的杂志，不喧哗、起哄。

3、上课时，坐姿要端正，看书写字、胸要离课桌一拳，眼要

离书一尺，不斜坐。上课要专心听讲，积极思维、踊跃发言。不做小动作，不随便说话，不做与学习无关的事，更不得以任何理由破坏课堂纪律，自习课上要保持安静，不大声讨论问题，不下位，不随意外出。书籍摆放高度不超过 20cm。

4、上体育课、音乐课、实验课、信息技术课等均应提前去所在地点，除遵守一般课堂必须遵守的纪律外，还应执行以上课程的有关规定，并注意安全。

5、教室里的多媒体设备，主要供教学用。班级管理员要认真负责，任何同学不得私自使用多媒体设备。屏幕投影灯价格高，寿命有限，应及时关闭。

6、教室是同学们学习的公共场所，要保持安静整洁。不准在教室内做与学习无关的事情，更不准大声喧哗影响他人。不准将钱或各种贵重物品带进甚至存放在教室。

六、课间

1、课间活动要文明、有序、安全。下课后，值日生要及时将黑板擦干净，同学们要走出教室休息、远眺，让眼睛放松一下。课间活动时，不得在教学区和走廊内玩球；楼上同学不得向楼下扔任何物品，更不得向楼下吐痰；不准跳摸班牌、门框；不准触摸电器设备；不做其它危险动作；上下楼梯不得拥挤、推拉；不追逐打闹，不得喧哗起哄、吹口哨。

2、做“两操”，整齐到位。做眼保健操时，要闭目静心，按音乐节拍、按动作要领认真做好。做课间操时，出操退操做到静快齐，做操时要认真、到位、有力度，跑操时要和班内其他同学步调一致。因病因事不参加课间操的同学要向班主任请假，出场退场要注意安全。

3、进办公室，要有礼貌。进办公室前，应先轻轻敲门或喊报告，得到老师允许才可进办公室，得到老师的帮助要说声“谢谢”。

七、午间

1、在食堂用午餐，不许将饭菜带入教室和宿舍。买饭要自觉排队，同学之间要相互礼让。用餐完毕，应将桌面丢下的饭菜收拾到

快餐盘里，将剩下的残渣倒入回收桶。不得将饭菜倒在饭桌上、水池里。提倡离校近的同学回家用餐休息，禁止到校外路边小摊买饭。

2、午饭后要适当休息。午饭后，可稍微在校园里散散步，但不许追逐、打闹、做危险游戏或从事任何体育活动，午休铃响后要到宿舍或教室休息。住宿生要午睡，不在宿舍里喧哗影响他人休息。

八、放学后

1、要认真独立及时完成作业。作业要认真独立完成，不抄袭，不拖拉，书写要工整，不使用修正液，以免影响自身健康和污染作业本、课桌、板壁。

2、搞好课外阅读，培养兴趣，发展特长。要养成到图书馆、阅览室广泛阅读的习惯，要积极参加学校社团活动和课外兴趣小组活动，扩大知识面，发展爱好特长。

3、同学之间，不要摆阔气，不乱花钱；不进营业性网吧；不看宣传色情、凶杀、迷信的书刊、录像；不玩游戏机，不打桌球；不吸烟、不喝酒，不赌博，不参加封建迷信邪教活动；教室、宿舍内禁止打球、打扑克。

4、爱护校舍、公物和绿化。不得攀折花木、践踏草坪；不得往人工湖内乱扔垃圾等；不得涂改黑板报、宣传栏；不得乱扔杂物；不得污损图书；借物要及时归还。凡用修正液或在桌面上乱刻乱写造成桌椅污损的，一律照价赔偿。如果故意破坏公物，不仅要赔偿经济损失，还要视情节轻重，给予必要的纪律处分。

5、要遵守公共秩序，注意公德，讲究文明。要与家人邻里和睦相处，积极关心和参与社区文明建设，乐于助人。不贪小便宜，不做偷窃、敲诈、抢劫等犯法的事情，一旦发现，将按校纪校规严肃处理，情节严重的，将移送公安部门处理。

6、放学后，不要在路上逗留，要及时回家，并遵守交通规则，注意人身及财物安全。寄宿生晚饭后，要按时回教室参加晚自习。做完作业后要整理好书包，准备好第二天的学习用品。要按时休息，保证第二天准时起床，精力充沛地投入新一天的学习生活。未经父

母同意，不得在外住宿，寄宿生未经班主任许可，不得回家休息，更不可将不住宿的同学和其他亲友带入宿舍住宿。