红都学校学生宿舍一日常规

一、起床：

1. 原则上按规定时间起床，有早起不能开室内灯，并且刷牙、洗脸等活动时不能影响他人休息；
2. 洗漱完毕，牙杯把手统一朝外，牙刷头统一朝上和牙膏同一方向放在面对杯子的右边；脸盘、桶、成线，毛巾上下要齐平，不得绞在一起，可有序重叠。
3. 整理好自己的床上用品，按要求叠好被子，按规定方向；床上除被子、枕头外，不得有其余物品；
4. 整理好自己的箱子等物品，要求在自己的位置上摆放整齐、不杂乱；
5. 上、下层同学的鞋子统一摆在自己的床位下面，要求：上层同学在上下楼梯方向，下层同学在另一个方向，稍朝里约10cm，以从床上面简直看不见鞋子为标准，鞋跟统一朝里面。
6. 节约用冷、热水，不得浪费，保持地面干燥整洁，不产生新的垃圾；
7. 如遇停水，及时关闭用水开关，以免上水后，无人关水造成浪费；
8. 出门时要穿运动鞋，最后一人要关灯、关电扇、空调，并轻关门。

二、用餐

1. 铃声响后洗手及时、有序排队打饭，不挑食；
2. 少取多次，做到节约不浪费；
3. 吃饭时不说话，或小声说话，不得影响他人；
4. 如遇打翻饭菜，要及时清扫干净，吃饱后要及时清理桌面上的垃圾；
5. 洗盘、汤匙要做到一倒、二冲、三洗、四清，并按秩序放好；
6. 不得无故不吃饭或吃饭迟到；

三、午休

1. 午休铃响，全部进入寝室，不得随意进出、走动，保持安静；
2. 脱悼外套，打开被子，按规定方向睡觉；
3. 睡不着同学，可看书、可静养，但不得讲话与影响他人休息；
4. 午休结束铃响，不得大声起哄与说话；
5. 按照起床要求规定整理好内务、打扫干净，最后一个人要关水、关电、方可离开寝室；

洗澡

1. 及时、定时洗澡、洗头、换衣；
2. 洗澡时不玩水、嬉水，不弄湿宿舍地面；
3. 及时洗衣、洗鞋，自己洗时不打扰他人，需要生活老师洗的，要遵从生活老师安排，放在指定地点；
4. 收衣服时，要及时，不得乱收、乱放，悼在地上要及时捡起来，如遇收衣错误要及时归还给生活老师或同学；
5. 用完的洗发水、香皂、沫浴露等物品要按规定统一从高到低顺序同一方向摆好；

四、睡觉

1. 下晚自习后及时排队按指定路线回寝室，不得在教室里长时间逗留；
2. 回寝室时不要大声喧哗、追追打打；
3. 每天记得早、晚刷牙、洗脸，相关物品用后归还原处；
4. 夏天及时洗澡、冲凉，冬天要求泡脚；
5. 睡觉前要上厕所，要站在蹲坑上面，尿入便池内
6. 睡觉时要脱悼外套，并整理好，放在自己的床尾，以备明天早晨穿戴；
7. 除要盖的被子、明天要穿的外套及书籍外，床上一律不得有其余物品；
8. 睡觉时，不得二位同学睡一张床；
9. 熄灯铃响后，及时关灯，停止一切其它活动，不得讲话并保持安静睡觉；

五、其它

1. 男不留长发，女同学不戴多余首饰，不穿奇装异服；
2. 离校或离开宿舍要向老师请假并说再见；
3. 不得私自使用电器等物品，晚上睡觉要拨悼任何充电设施；
4. 不得带违禁品及有害刀具等进入校园。

 瑞金市私立红都学校