

作息时间表

2022年11月7日起执行

项 目	诚明楼、双馨楼 (防疫期间)	计时	乐业楼 (防疫期间)	计时
起床	6:00-6:10			10
洗漱	6:10-6:25			15
早间活动	6:25-7:00			35
早饭	7:00-7:50	50	7:30-8:20	50
预备	7:50-8:00	10	8:20-8:30	10
第1大节	8:00-9:30	90	8:30-10:00	90
课间活动	9:30-10:00	30	10:00-10:30	30
第2大节	10:00-11:30	90	10:30-12:00	90
午饭午休	11:30--		12:00--	
各教学楼				
项 目	冬季 (10月1日起执行)	计时	夏季 (5月1日起执行)	计时
预备	14:20-14:30	10	14:50-15:00	10
第3节课	14:30-16:00	90	15:00-16:30	90
课间活动	16:00-16:30	30	16:30-17:00	30
第4大节 第二课堂活动	16:30-18:00	90	17:00-18:30	90
晚饭	18:00-19:30	90	18:30-19:30	60
第5大节 晚自习	19:30-21:00			90
熄灯	22:30			

注：总务处于每年5月1日、10月1日前对各教学楼铃声进行调整