

2025学年第二学期作息时间表

作息时间表	
内 容	时 间
早锻炼（早操）	8:00——8:30
第一节	8:30——9:10
第二节	9:20——10:05 (10:00——10:05 眼保健操)
第三节	10:15——10:55
第四节	11:05——11:45
午间智力活动	12:30——12:50
第五节	12:50——13:30
第六节	13:40——14:20
大课间体育活动	14:20—14:50 (14:20——14:25眼保健操)
第七节	14:50—15:30
第八节	15:30——16:10
晚自修	18:30——20:30

临时作息时间表	
内 容	时 间
第一节	8:00——8:40
第二节	8:50——9:35 (9:30——9:35眼保健操)
第三节	9:45——10:25
第四节	10:35——11:15
第五节	11:25——12:05
第六节	12:50——13:30 (13:30——13:35眼保健操)
第七节	13:45——14:25
第八节	14:35——15:15
晚自修	18:30——20:30

附：常规会议安排

- 周一下午教研活动
- 周二下午班主任会
- 周五上午行政会、 下午教工大会/党员大会/乐动比赛

教务处
2026年2月27日