

宜春学院作息时间表

作息時間	具體安排
起床	6:30
早操	6:50
早餐	7:10
早讀	7:30
預備上課	7:50
第一節課	8:00—8:45
第二節課	8:55—9:40
課間	9:40—10:00
第三節課	10:00—10:45
第四節課	10:55—11:40
預備上課	13:50
第五節課	14:00—14:45
第六節課	14:55—15:40
課間	15:40—16:00
第七節課	16:00—16:45
第八節課	16:55—17:40
預備上課	18:50
第九節	19:00—19:45
第十節	19:55—20:40
教室熄燈	22:00
寢室熄燈	23:00

注：行政人員作息時間參照市政府工作人員作息時間安排執行，即

上午 8:00-12:00，下午 14:30-17:30。