

滨海校区 2023 年春季学期学生作息时间表

作息		时间
上午	早自习	7：30——7：50
	第一节课	8：00——8：45
	第二节课	8：55——9：40
	大课间	9：40——9：55
	第三节课	9：55——10：40
	第四节课	10：50——11：35
	第五节课	14：20——15：05
下午	第六节课	15：15——16：00
	大课间	16：00——16：15
	第七节课	16：15——17：00
	第八节课	17：10——17：55
晚上	第九节课	19：00——19：45
	第十节课	19：55——20：40
	第十一节课	20：50——21：35
	准备就寝	22：30
	熄灯	23：00

（45 分钟/节，10-15 分钟课间休息）