

嘉兴南洋职业技术学院作息时间表

早晨	6:30	起床、盥洗
	6:40—7:30	早操内务卫生
	7:30—8:00	早餐
上午	8:00—8:10	预备
	8:10—8:50	第一节课
	8:50—9:00	课间休息
	9:00—9:40	第二节课
	9:40—10:00	课间休息
	10:00—10:40	第三节课
	10:40—10:50	课间休息
	10:50—11:30	第四节课
中午	11:30—13:30	午休
下午	13:30—14:10	第五节课
	14:10—14:20	课间休息
	14:20—15:00	第六节课
	15:00—15:20	课间休息
	15:20—16:00	第七节课
	16:00—16:10	课间休息
	16:10—16:50	第八节课
晚间	18:30—20:00	晚自习
	22:30	熄灯就寝