

江宁高职校作息时间表
(1号教学楼)
2019年10月7日起执行

上 午	起 床	6:20
	早锻炼	6:30—6:55
	早饭.整理.打扫	6:55—7:10
	宿舍关门	7:10
	早自习	7:20—7:50
	第一节课	8:00—8:45
	第二节课	8:55—9:35
	课间操	9:35—10:15
	第三节课	10:15—11:00
	第四节课	11:10—11:55
中 午	中 饭	11:55
	午 休(教室)	12:40—13:20
	预 备	13:25
下 午	第五节课	13:30—14:15
	第六节课	14:25—15:10
	眼保健操	15:20—15:25
	第七节课	15:25—16:10
	第八节课	16:20—17:05
	宿舍开门	17:10
	晚 饭	17:10
晚 上	宿舍关门	18:10
	第一节晚自习	18:20—19:10
	第二节晚自习	19:20—20:10
	第三节晚自习	20:20—21:00
	教室熄灯	21:10
	宿舍关门	21:30
	宿舍熄灯	22:00

江宁高职校作息时间表
(2号、3号教学楼/实训中心)
2019年10月7日起执行

上 午	起 床	6:20
	早锻炼	6:30—6:55
	早饭.整理.打扫	6:55—7:10
	宿舍关门	7:10
	早自习	7:20—7:50
	第一节课	8:00—8:45
	第二节课	8:55—9:35
	课间操	9:35—10:15
	第三节课	10:15—10:55
	第四节课	11:05—11:45
中 午	中 饭	11:45
	午 休(教室)	12:40—13:20
	预 备	13:25
下 午	第五节课	13:30—14:15
	第六节课	14:25—15:10
	眼保健操	15:20—15:25
	第七节课	15:25—16:10
	第八节课	16:20—17:05
	宿舍开门	17:10
	晚 饭	17:10
晚 上	宿舍关门	18:10
	第一节晚自习	18:20—19:10
	第二节晚自习	19:20—20:10
	第三节晚自习	20:20—21:00
	教室熄灯	21:10
	宿舍关门	21:30
	宿舍熄灯	22:00