

台州科技职业学院作息时间表

	10月1日-次年4月30日	5月1日-9月30日
起床	6：30-6:40	6：30-6:40
早操	6：40-7：10	6：40-7：10
早餐	7：10	7：10
早读	7：30-7：50	7：30-7：50
预备	7：50	7：50
第一节	8：00-8：45	8：00-8：45
第二节	8：50-9：35	8：50-9：35
第三节	9：55-10：40	9：55-10：40
第四节	10：45-11：30	10：45-11：30
中餐	11：30	11：30
预备	13：20	13：50
第五节	13：30-14：15	14：00-14：45
第六节	14：20-15：05	14：55-15：35
第七节	15：25-16：10	15：55-16：40
第八节	16：15-17：00	16：45-17：30
晚饭	17：00	17：30
预备	18：20	18：20
晚自修	18：30-19：15（第九节）	18：30-19：15（第九节）
	19：25-20：10（第十节）	19：25-20：10（第十节）
	20：20-21：05（第十一节）	20：20-21：05（第十一节）
熄灯	22：30	22：30
行政上班	上午：8：00-11：30	上午：8：00-11：30
	下午：13：30-16：30	下午：14：00-17：00

说明：1. 每月第一个星期一早上 7:00 升旗，领导讲话。

2. 星期二晚上 7:00 开始为教职工政治业务学习时间。

3. 每周五、六晚上，熄灯推迟半小时。

4. 本表自 2015 年 10 月 1 日起执行。