

南华大学夏秋季作息时间表

夏秋季作息时间表从5月1日起执行，具体安排如下：

一、教职员工作息时间：

上午办公时间： 8：00～12：00

中午休息时间： 12：00～15：00

下午办公时间： 15：00～18：00

二、学生及教师上课时间：

项 目	作息时间	备 注
起 床	6：30	
早 锻 炼	7：00	
第一节课	8：00～8：45	
第二节课	8：55～9：40	
课 间 操	9：40～10：00	早晨第一次广播时间：
第三节课	10：00～10：45	6：30～7：00
第四节课	10：55～11：40	早晨第二次广播时间：
午餐 午休	11：40～15：00	7：45～7：55
第五节课	15：00～15：45	中午广播时间：
第六节课	15：55～16：40	12：00～12：30
课 间 操	16：40～17：00	下午第一次广播时间：
第七节课	17：00～17：45	14：45～14：55
第八节课	17：55～18：40	下午第二次广播时间：
第九节课	20：00～20：45	18：40～19：00
第十节课	20：55～21：40	
晚 自 习	20：00～22：00	
熄灯就寝	23：00	

南华大学秋冬季作息时间表

秋冬季作息时间表从10月1日起执行，具体安排如下：

一、教职员工作息时间：

上午办公时间： 8：00～12：00

中午休息时间： 12：00～14：30

下午办公时间： 14：30～17：30

二、学生及教师上课时间：

项目	作息时间	备注
起床	6：50	早锻炼广播时间： 6：50～7：20 中午广播时间： 12：00～12：30 下午第一次广播时间： 14：15～14：25 下午第二次广播时间： 18：10～18：40
早锻炼	7：20	
第一节课	8：20～9：05	
第二节课	9：15～10：00	
课间操	10：00～10：20	
第三节课	10：20～11：05	
第四节课	11：15～12：00	
第五节课	14：30～15：15	
第六节课	15：25～16：10	
课间操	16：10～16：30	
第七节课	16：30～17：15	
第八节课	17：25～18：10	
第九节课	19：30～20：15	
第十节课	20：25～21：10	
晚自习	19：30～22：00	
熄灯就寝	23：00	