

莱芜职业技术学院作息时间表（试行）

项目及节次		作息時間
上午	起 床	6:30
	早 自 习	7:20—8:00
	预 备	8:20
	第 一 节	8:30—9:10
	第 二 节	9:10—9:50
	课间休息	9:50—10:10
	第 三 节	10:10—10:50
	第 四 节	10:50—11:30
下午	午 饭	11:40—12:40
	午 休	12:40—14:10
	预 备	14:20
	第 五 节	14:30—15:10
	第 六 节	15:10—15:50
	课间休息	15:50—16:10
	第 七 节	16:10—16:50
	第 八 节	16:50—17:30
晚上	第 九 节	19:00—19:40
	第 十 节	19:40—20:20