

湖南信息学院

湘信院通〔2022〕15号

关于印发春季作息时间的通知

各处室部委（中心）、二级学院、附属幼儿园：

根据教育教学规律、结合学校实际，现将《湖南信息学院春季作息时间》印发，请遵照执行。

附件：湖南信息学院春季作息时间

湖南信息学院

2022年2月16日

附件

湖南信息学院春季作息时间表

(2022年2月16日起执行)

起床:	6 : 30	
洗漱:	6 : 30	—— 6 : 50
早餐:	7 : 00	—— 7 : 20
晨练早读:	7 : 30	—— 8 : 00
预备:	8 : 00	
第一节:	8 : 20	—— 9 : 05
第二节:	9 : 15	—— 10 : 00
第三节:	10 : 20	—— 11 : 05
第四节:	11 : 15	—— 12 : 00
中餐:	12 : 00	—— 13 : 00
预备:	13 : 40	
第五节:	14 : 00	—— 14 : 45
第六节:	14 : 55	—— 15 : 40
第七节:	15 : 50	—— 16 : 35
第八节:	16 : 45	—— 17 : 30
晚餐:	18 : 00	
预备:	18 : 40	
晚自习:	19 : 00	—— 21 : 00
就寝熄灯:	22 : 30	

- 说明:
- 1.由广播站统一司号时间为 6:30; 8:00; 13:40; 18:40; 22:30。
 - 2.机关工作人员上下班时间: 上午 8:00—12:00 下午 14:00—17:30。
 - 3.下午校车发车时间: 17:45。