

2022 学年度第一学期

## 徐汇校区作息时间表（试行）

课节	作息时间	
	开始	结束
起床	6: 00	
洗漱	6: 00	6: 15
早锻炼	6: 15	6: 45
早餐	6: 15	7: 35
第一节	8:00	8:40
第二节	8:50	9:30
核酸检测	9:30	10:25
第三节	10:25	11:05
第四节	11:15	11:55
午餐	11: 55	12: 45
第五节	12: 45	13: 25
眼操	13: 35	13: 40
第六节	13: 40	14: 20
第七节	14: 30	15: 10
第八节	15: 15	15: 55
第九节	16: 00	16: 40
晚自修第一节	18: 00	18: 55
晚自修第二节	19: 05	20: 00
教学楼熄灯	21: 00	
宿舍楼熄灯	21: 30	

- 因疫情防控，当前作息时间为试行方案。
- 适用班级：  
徐汇校区所有班级。

2022 学年度第一学期

## 闵行校区作息时间表（试行）

课节	开始	结束
起床	6: 00	
洗漱	6: 00	6: 30
早餐	6: 30	7: 15
走读生到校时间	7: 30	
核酸检测	7: 30	8: 20
第一节	8:30	9: 10
第二节	9:20	10: 00
第三节	10:10	10:50
第四节	11:00	11: 40
午餐	11: 40	12: 40
第五节	13: 25	14: 05
眼操	14: 15	14: 20
第六节	14: 20	15: 00
第七节	15: 10	15: 50
第八节	15: 55	16: 35
晚自修第一节	18: 00	18: 55
晚自修第二节	19: 05	20: 00
教学楼熄灯	21: 00	
宿舍楼熄灯	21: 30	

- 因疫情防控，当前作息时间为试行方案。
- 适用班级：  
闵行校区所有班级。