

木里中学高中部作息作息时间表

(本校作息、棠中网课作息，2023年8月31日发布)

时间段	节次	周一	周二至周五	周六	周日
起床		6:10			
洗漱		6:10-6:25			
集合整队		6:25-6:30			
早操		6:30-6:40			
早餐		第一轮(高三): 6:40-6:50			
		第二轮(高二): 6:50-7:00			
		第三轮(高一): 7:00-7:10			
早读		升旗	7:10-7:45	无	
上午	1	7:55-8:35		7:10-7:50	
	2	8:45-9:25		8:00-8:40	
	3	9:35-10:15		8:50-9:30	
	眼保健操 课间操	10:15-10:45		无课间操	
	4	10:45-11:25		9:50-10:30	
	5	11:35-12:15		10:40-11:20	
	6(周六)			11:30-12:10	
午饭、午休					
下午	6	14:30-15:10			
	眼保健操	15:10-15:25			
	7	15:25-16:05			
	8	16:15-16:55			
	9	17:05-17:45			
晚餐					
晚自习	10	19:00-19:40			19:00-19:50
	11	19:50-20:30			20:00-20:50
	12	20:40-21:30			21:00-21:50
	13	21:40-22:20			
	14	23:00 熄灯休息			

注：午餐、晚餐分时段就餐时间按学校通知执行；高三晚3、晚4作息由年级根据实际需要安排，报教导处备案。

木里中学高中部作息时间表

(成都七中网班作息, 2023年8月31日更新)

时间段	节次	周一	周二至周五		周六	周日
起床		6:10				
洗漱		6:10-6:25				
集合整队		6:25-6:30				
早操		6:30-6:40				
早餐		第一轮(高三): 6:40-6:50				
		第二轮(高二): 6:50-7:00				
		第三轮(高一): 7:00-7:10				
早读		升旗	7:10-7:45		无	
上午	1	8:10-8:50	7:55-8:35		7:10-7:50	
	2	9:00-9:40	8:45-9:25		8:00-8:40	
	3	9:50-10:30	9:35-10:15		8:50-9:30	
	眼保健操 课间操	无课间操	周二至周五: 10:15-10:40 周六:10:15-10:45		无课间操	
	4	10:40-11:20	10:40-11:20	10:45-11:25	9:50-10:30	
	5	11:30-12:10	11:30-12:10	11:35-12:15	10:40-11:20	
	6(周六)				11:30-12:10	
午餐、午休						
下午	6	眼保健操:14:00-14:05			14:30-15:10	
	眼保健操	第6节: 14:15-15:55			15:10-15:25	
	7	15:05-15:45			15:25-16:05	
	8	15:55-16:35			16:15-16:55	
	9	16:45-17:25			17:05-17:45	
晚餐						
晚自习	10	19:00-19:40				19:00-19:50
	11	19:50-20:30				20:00-20:50
	12	20:40-21:30				21:00-21:50
	13	21:40-22:20				
	14	23:00 熄灯休息				