

长汀一中 2022 届高一年段疫情期间停课不停学作息时间及课程表 2022年2月8日开始执行

长汀一中 2022 届高一疫情期作息时间表

晨读	7:30-7:55	
上	8:00-8:45	第一节
	8:55-9:40	第二节
	9:40-10:00	休息
午	10:00-10:45	第三节
	10:55-11:40	第四节
中	11:55	午 饭
午	12:20-2:15	午 休
	2:25	值 备
下	2:30-3:15	第一节
	3:25-4:10	第二节
午	4:20-5:10	第三节
晚	6:50-7:50	第一节
	8:00-9:00	第二节
上	9:10-10:00	第三节

长汀一中 2022 届高一疫情期课程表

午别	日期	周一、三、五	周二、四、六
早晨		语文	英语
1		数学	语文
2		语文	数学
上午		课间休息	
3		英语	地理
4		历史	英语
中午		午 休	
1		生物	政治
下午	2	化学	物理
3		体育锻炼	
晚上	1		
2		针对各自情况自行安排	
3			