

备注: 学习时间 (周一~周六), 休息 (周日中午以后), 周三/周四, 适当放松半天

9 月计划

5: 30-6: 20 开启新的一天

6: 30-7: 30 晨读——词汇课文

7: 30-8: 00 早餐

上午

8: 10-11: 10 法语

11: 20-11: 50 词汇辨析

(11: 50-13: 20 午餐 + 午休)

下午

13: 20-15: 50 翻写

16: 00-17: 00 改错

17: 10-17: 40 学习补充

(17: 40-18: 20 晚餐)

晚上

18: 30-20: 30 政治

20: 35-21: 35 阅读

21: 40-22: 00 学习补充

22: 00-22: 20 学习总结+上传打卡

回宿舍

22: 30-23: 00 学习复盘

23: 00-23: 30 放松+休息

备注: 学习时间 (周一~周六), 休息 (周日中午以后), 周三/周四, 适当放松半天