

备注：上午有事-采用下午方案；下午有事-采用上午方案；全天无大事-学习到晚饭期间（尽量多做些）

6月回校临时安排（6.20-6.25）

6: 30-7: 00 开启新的一天

7: 00-7: 30 早餐（前往图书馆）

上午方案

任务①+②+③

7: 40-9: 40 专四专八词汇（1-1.5h）+法语课文

9: 50-10: 50 《专八改错》（华研）

10: 50-11: 20 《英汉翻译》one lesson

11: 30-12: 30 午餐

下午方案

任务④+⑤

13: 30-15: 50 法语课程（不提前结束，尽可能多学）

16: 00-17: 00 外刊精读/每日翻译（隔开）

17: 10-18: 00 晚餐

晚上方案

18: 00-23: 00 自由时间

（白天若有任务未完成，晚上先完成再自由调整）

在完全空闲的时间段内，严格按照每个时间段的学习时长，提前完成则继续加任务量，让23-25当天的任务量减少些；

在有事的时间段内，则灵活安排任务，保证进度不拖即可；

在晚上的自由时间段里，不做超额任务，只补做未完成的基础任务，把寝室等相关事情处理好，然后好好休息；

完全无事就听法语课，当天的任务顺序可以灵活调整，任务①固定在上午

备注：上午有事-采用下午方案；下午有事-采用上午方案；全天无大事-学习到晚饭期间（尽量多做些）