

重庆人文科技学院党政办公室文件

重人科办〔2025〕59号

重庆人文科技学院党政办公室 关于调整全校教职工作息时间的通知

全校各单位、全体教职工：

为切实缓解学校教职工通勤压力，适配教职工实际生活需求，进一步提升教职工幸福感和认同感，经学校2025年第10次校务会研究决定，调整全校教职工作息时间。现将具体工作安排通知如下：

一、作息时间调整及实施

（一）行政管理人员

1. 上午：由原 8:00—12:00 调整为 8:30—12:00
2. 下午：由原 14:30—17:30 调整为 14:00—17:30

行政管理人员作息时间调整自2025年10月20日（星期一）

起正式执行，原作息时间表同步废止。周末、法定节假日等前一天，下午工作时间不做调整，为 13:30—15:30。

（二）教师

1. 上午：由原 8:00—12:20 调整为 8:30—11:55
2. 下午：由原 14:30—17:55 调整为 14:00—18:15
3. 晚上：19:00—21:25 不变

教师作息时间表调整自 2025—2026 学年第二学期起执行，原作息时间表同步废止。周末、法定节假日等前一天，下午上课时间不变，为 13:30。具体调整详见附件《重庆人文科技学院作息时间表》（教学）

二、相关工作要求

（一）严格纪律要求。全体教职工需严格遵守调整后的作息时间表，按时到岗离岗，不得无故迟到、早退。

（二）保障工作有序。各二级单位要做好工作衔接，避免因作息调整出现工作断档、降低服务质量的情况；教师应提前规划，保障课堂教学质量，确保教学秩序平稳。

特此通知

附件：重庆人文科技学院作息时间表（教学）

重庆人文科技学院党政办公室

2025 年 10 月 15 日

附件

重庆人文科技学院作息时间表（教学）

重庆人文科技学院作息时间表 2025-2026 学年第二学期执行				
时 段	具体活动	全 年		
上午	预 备	8:15		
	第一节	8:30	--	9:15
	第二节	9:20	--	10:05
	第三节	10:20	--	11:05
	第四节	11:10	--	11:55
下午	第一节	14:00	--	14:45
	第二节	14:50	--	15:35
	第三节	15:40	--	16:25
	第四节	16:40	--	17:25
	第五节	17:30	--	18:15
备注：周末、法定节假日等前一天，下午第一节课从 13:30 开始上课				
晚上	第一节	19:00	--	19:45
	第二节	19:50	--	20:35
	第三节	20:40	--	21:25
	熄 灯	22:30		

