時段,時間,活動內容

上午,8:00 - 9:00,做功課

,10:00 - 11:00

,11:00 - 12:00,玩電動

中午,12:00 - 13:00,吃午飯

下午,13:00 - 14:00,午休

,15:00 - 16:00,和朋友去公園玩

,17:00 - 18:00

晚上,19:00 - 20:00,吃晚飯

,20:00 - 21:00,洗碗和洗澡

,22:00,睡覺