

2025学年第二学期

晒课表

学校名称（公章）：上海市青浦高级中学

校长（签名）：蒋伟良

责任督学（签名）：钱海珍 陆京伟

日期：2026.02.24

上海市青浦高级中学 高一年级 1班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	生物学	信息科技	物理	语文	数学
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	语文	英语	英语	历史	生物学
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	数学	历史	体育与健康	数学	英语
课间	10: 45—10: 55					
第四节	10: 55—11: 35	数学	思想政治	体育与健康	英语	语文
午间微运动	11: 35—11: 55					
午间	11: 55—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	体育与健康	语文	化学	物理/化学	信息科技
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10		地理	数学	思想政治	体育活动
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	综合实践活动	物理	地理	英语	班团队活动
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	化学	技术与工程	心理	艺术（音乐）	

注：第十七周安排社会实践活动，第九周、第十六周安排期中、期末考试，以上安排如有变化，以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高一年级 2班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	数学	历史	英语	英语	语文
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	语文	数学	物理	数学	英语
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	英语	生物学	体育与健康	语文	信息科技
课间	10: 45—10: 55					
第四节	10: 55—11: 35	思想政治	化学	体育与健康	历史	数学
午间微运动	11: 35—11: 55					
午间	11: 55—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	体育与健康	心理	数学	英语	技术与工程
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10		物理	地理	思想政治	体育活动
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	综合实践活动	地理	艺术（音乐）	物理/化学	班团队活动
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	信息科技	语文	化学	生物学	

注：第十七周安排社会实践活动，第九周、第十六周安排期中、期末考试，以上安排如有变化，以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高一年级 3班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	数学	思想政治	英语	语文	技术与工程
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	历史	英语	物理	生物学	英语
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	数学	数学	体育与健康	物理/化学	语文
课间	10: 45—10: 55					
第四节	10: 55—11: 35	英语	化学	体育与健康	地理	数学
午间微运动	11: 35—11: 55					
午间	11: 55—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	体育与健康	物理	信息科技	艺术（音乐）	心理
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10		语文	语文	英语	体育活动
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	综合实践活动	生物学	历史	数学	班团队活动
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	地理	信息科技	化学	思想政治	

注：第十七周安排社会实践活动，第九周、第十六周安排期中、期末考试，以上安排如有变化，以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高一年级 4班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	思想政治	化学	物理	历史	语文
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	数学	地理	英语	地理	物理/化学
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	数学	数学	体育与健康	语文	数学
课间	10: 45—10: 55					
第四节	10: 55—11: 35	语文	英语	体育与健康	英语	生物学
午间微运动	11: 35—11: 55					
午间	11: 55—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	体育与健康	信息科技	技术与工程	数学	英语
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10		英语	语文	化学	体育活动
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	综合实践活动	历史	心理	艺术（音乐）	班团队活动
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	生物学	物理	信息科技	思想政治	

注：第十七周安排社会实践活动，第九周、第十六周安排期中、期末考试，以上安排如有变化，以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高一年级 5班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	英语	数学	物理/化学	历史	语文
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	化学	生物学	英语	生物学	英语
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	数学	技术与工程	体育与健康	心理	信息科技
课间	10: 45—10: 55					
第四节	10: 55—11: 35	英语	地理	体育与健康	语文	数学
午间微运动	11: 35—11: 55					
午间	11: 55—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	体育与健康	历史	语文	化学	地理
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10		信息科技	艺术（音乐）	英语	体育活动
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	综合实践活动	物理	思想政治	物理	班团队活动
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	思想政治	语文	数学	数学	

注：第十七周安排社会实践活动，第九周、第十六周安排期中、期末考试，以上安排如有变化，以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高一年级 6班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	英语	物理	英语	地理	语文
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	语文	英语	历史	信息科技	英语
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	思想政治	数学	体育与健康	数学	物理/化学
课间	10: 45—10: 55					
第四节	10: 55—11: 35	数学	化学	体育与健康	语文	数学
午间微运动	11: 35—11: 55					
午间	11: 55—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	体育与健康	语文	艺术（音乐）	英语	历史
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10		地理	数学	物理	体育活动
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	综合实践活动	生物学	信息科技	生物学	班团队活动
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	化学	心理	思想政治	技术与工程	

注：第十七周安排社会实践活动，第九周、第十六周安排期中、期末考试，以上安排如有变化，以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高一年级 7班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	思想政治	数学	英语	艺术（音乐）	历史
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	数学	历史	生物学	思想政治	语文
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	语文	体育与健康	数学	物理	英语
课间	10: 45—10: 55					
第四节	10: 55—11: 35	英语	体育与健康	心理	语文	数学
午间微运动	11: 35—11: 55					
午间	11: 55—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	物理/化学	英语	信息科技	数学	化学
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10	信息科技	生物学	化学	英语	体育活动
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	综合实践活动	语文	地理	体育与健康	班团队活动
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	地理	物理	技术与工程		

注：第十七周安排社会实践活动，第九周、第十六周安排期中、期末考试，以上安排如有变化，以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高一年级 8班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	物理/化学	思想政治	英语	语文	物理
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	英语	数学	生物学	英语	数学
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	语文	体育与健康	技术与工程	数学	英语
课间	10: 45—10: 55					
第四节	10: 55—11: 35	数学	体育与健康	地理	信息科技	语文
午间微运动	11: 35—11: 55					
午间	11: 55—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	地理	语文	历史	英语	化学
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10	心理	物理	化学	艺术（音乐）	体育活动
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	综合实践活动	历史	数学	体育与健康	班团队活动
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	生物学	信息科技	思想政治		

注：第十七周安排社会实践活动，第九周、第十六周安排期中、期末考试，以上安排如有变化，以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高一年级 9班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	信息科技	生物学	艺术（音乐）	英语	英语
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	化学	数学	英语	地理	思想政治
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	语文	体育与健康	物理/化学	化学	数学
课间	10: 45—10: 55					
第四节	10: 55—11: 35	数学	体育与健康	生物学	语文	英语
午间微运动	11: 35—11: 55					
午间	11: 55—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	地理	物理	思想政治	物理	语文
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10	数学	技术与工程	信息科技	数学	体育活动
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	综合实践活动	英语	语文	体育与健康	班团队活动
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	心理	历史	历史		

注：第十七周安排社会实践活动，第九周、第十六周安排期中、期末考试，以上安排如有变化，以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高一年级 10班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	英语	信息科技	化学	数学	语文
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	数学	数学	思想政治	英语	英语
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	化学	体育与健康	英语	语文	生物学
课间	10: 45—10: 55					
第四节	10: 55—11: 35	心理	体育与健康	语文	信息科技	数学
午间微运动	11: 35—11: 55					
午间	11: 55—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	物理	生物学	地理	思想政治	历史
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10	历史	英语	技术与工程	物理/化学	体育活动
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	综合实践活动	地理	数学	体育与健康	班团队活动
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	语文	物理	艺术（音乐）		

注：第十七周安排社会实践活动，第九周、第十六周安排期中、期末考试，以上安排如有变化，以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高一年级 11班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	生物学	物理	英语	数学	语文
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	英语	数学	思想政治	语文	数学
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	数学	体育与健康	化学	英语	英语
课间	10: 45—10: 55					
第四节	10: 55—11: 35	语文	体育与健康	生物学	历史	艺术（音乐）
午间微运动	11: 35—11: 55					
午间	11: 55—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	物理/化学	英语	地理	物理	思想政治
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10	历史	信息科技	语文	化学	体育活动
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	综合实践活动	心理	技术与工程	体育与健康	班团队活动
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	数学	地理	信息科技		

注：第十七周安排社会实践活动，第九周、第十六周安排期中、期末考试，以上安排如有变化，以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高一年级 12班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	化学	技术与工程	英语	信息科技	物理/化学
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	语文	数学	数学	语文	数学
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	生物学	体育与健康	历史	化学	英语
课间	10: 45—10: 55					
第四节	10: 55—11: 35	英语	体育与健康	物理	数学	语文
午间微运动	11: 35—11: 55					
午间	11: 55—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	艺术（音乐）	语文	心理	生物学	思想政治
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10	地理	物理	数学	英语	体育活动
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	综合实践活动	英语	思想政治	体育与健康	班团队活动
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	信息科技	历史	地理		

注：第十七周安排社会实践活动，第九周、第十六周安排期中、期末考试，以上安排如有变化，以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高一年级 13班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	地理	数学	化学	心理	英语
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	英语	英语	英语	数学	数学
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	物理/化学	体育与健康	数学	语文	化学
课间	10: 45—10: 55					
第四节	10: 55—11: 35	语文	体育与健康	艺术（音乐）	英语	思想政治
午间微运动	11: 35—11: 55					
午间	11: 55—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	数学	技术与工程	思想政治	物理	语文
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10	信息科技	物理	历史	生物学	体育活动
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	综合实践活动	信息科技	语文	体育与健康	班团队活动
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	历史	生物学	地理		

注：第十七周安排社会实践活动，第九周、第十六周安排期中、期末考试，以上安排如有变化，以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高二年级 1班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	等级A课程	数学	等级B课程	心理	等级C课程
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	英语	等级C课程	语文	数学	数学
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	体育与健康	数学	英语	等级B课程	语文
课间	10: 45—11: 05					
第四节	11: 05—11: 45		语文	等级A课程	语文	英语
午间	11: 45—12: 20					
午间微运动	12: 20—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	语文	艺术（美术）	数学	英语	等级B课程
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10	数学	英语	语文	英语	班团队活动
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	等级B课程	技术与工程	体育与健康	等级C课程	体育活动
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	等级C课程	等级A课程		等级A课程	

注：第十七周安排社会实践活动，第九周、第十六周安排期中、期末考试，以上安排如有变化，以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高二年级 2班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	等级A课程	语文	等级B课程	英语	等级C课程
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	语文	等级C课程	数学	技术与工程	数学
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	体育与健康	语文	英语	等级B课程	语文
课间	10: 45—11: 05					
第四节	11: 05—11: 45		数学	等级A课程	语文	英语
午间	11: 45—12: 20					
午间微运动	12: 20—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	数学	心理	数学	英语	等级B课程
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10	英语	艺术（美术）	语文	数学	班团队活动
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	等级B课程	英语	体育与健康	等级C课程	体育活动
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	等级C课程	等级A课程		等级A课程	

注：第十七周安排社会实践活动，第九周、第十六周安排期中、期末考试，以上安排如有变化，以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高二年级 3班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	等级A课程	数学	等级B课程	语文	等级C课程
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	数学	等级C课程	英语	英语	语文
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	体育与健康	数学	语文	等级B课程	英语
课间	10: 45—11: 05					
第四节	11: 05—11: 45		英语	等级A课程	心理	数学
午间	11: 45—12: 20					
午间微运动	12: 20—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	艺术（美术）	语文	语文	数学	等级B课程
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10	语文	技术与工程	数学	英语	班团队活动
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	等级B课程	英语	体育与健康	等级C课程	体育活动
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	等级C课程	等级A课程		等级A课程	

注：第十七周安排社会实践活动，第九周、第十六周安排期中、期末考试，以上安排如有变化，以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高二年级 4班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	等级A课程	英语	等级B课程	语文	等级C课程
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	数学	等级C课程	英语	艺术（美术）	数学
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	体育与健康	技术与工程	英语	等级B课程	英语
课间	10: 45—11: 05					
第四节	11: 05—11: 45		数学	等级A课程	语文	语文
午间	11: 45—12: 20					
午间微运动	12: 20—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	英语	语文	数学	数学	等级B课程
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10	语文	心理	数学	英语	班团队活动
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	等级B课程	语文	体育与健康	等级C课程	体育活动
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	等级C课程	等级A课程		等级A课程	

注：第十七周安排社会实践活动，第九周、第十六周安排期中、期末考试，以上安排如有变化，以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高二年级 5班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	等级A课程	数学	等级B课程	英语	等级C课程
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	英语	等级C课程	语文	语文	语文
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	体育与健康	数学	英语	等级B课程	数学
课间	10: 45—11: 05					
第四节	11: 05—11: 45		语文	等级A课程	技术与工程	英语
午间	11: 45—12: 20					
午间微运动	12: 20—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	数学	语文	数学	英语	等级B课程
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10	语文	英语	心理	数学	班团队活动
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	等级B课程	艺术（美术）	体育与健康	等级C课程	体育活动
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	等级C课程	等级A课程		等级A课程	

注：第十七周安排社会实践活动，第九周、第十六周安排期中、期末考试，以上安排如有变化，以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高二年级 6班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	等级A课程	心理	等级B课程	英语	等级C课程
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	数学	等级C课程	数学	语文	数学
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	体育与健康	数学	英语	等级B课程	英语
课间	10: 45—11: 05					
第四节	11: 05—11: 45		语文	等级A课程	艺术（美术）	语文
午间	11: 45—12: 20					
午间微运动	12: 20—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	数学	技术与工程	语文	英语	等级B课程
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10	语文	英语	语文	数学	班团队活动
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	等级B课程	英语	体育与健康	等级C课程	体育活动
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	等级C课程	等级A课程		等级A课程	

注：第十七周安排社会实践活动，第九周、第十六周安排期中、期末考试，以上安排如有变化，以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高二年级 7班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	等级A课程	数学	等级B课程	英语	等级C课程
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	语文	等级C课程	英语	语文	英语
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	技术与工程	艺术（美术）	语文	等级B课程	语文
课间	10: 45—11: 05					
第四节	11: 05—11: 45	英语	英语	等级A课程	数学	数学
午间	11: 45—12: 20					
午间微运动	12: 20—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	语文	体育与健康	心理	体育与健康	等级B课程
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10	数学		数学		班团队活动
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	等级B课程	英语	语文	等级C课程	体育活动
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	等级C课程	等级A课程	数学	等级A课程	

注：第十七周安排社会实践活动，第九周、第十六周安排期中、期末考试，以上安排如有变化，以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高二年级 8班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	等级A课程	语文	等级B课程	数学	等级C课程
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	英语	等级C课程	英语	语文	语文
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	数学	英语	数学	等级B课程	英语
课间	10: 45—11: 05					
第四节	11: 05—11: 45	语文	数学	等级A课程	英语	数学
午间	11: 45—12: 20					
午间微运动	12: 20—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	技术与工程	体育与健康	数学	体育与健康	等级B课程
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10	英语		语文		班团队活动
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	等级B课程	心理	语文	等级C课程	体育活动
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	等级C课程	等级A课程	艺术（美术）	等级A课程	

注：第十七周安排社会实践活动，第九周、第十六周安排期中、期末考试，以上安排如有变化，以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高二年级 9班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	等级A课程	数学	等级B课程	语文	等级C课程
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	技术与工程	等级C课程	英语	数学	语文
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	英语	数学	语文	等级B课程	数学
课间	10: 45—11: 05					
第四节	11: 05—11: 45	数学	英语	等级A课程	英语	英语
午间	11: 45—12: 20					
午间微运动	12: 20—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	语文	体育与健康	语文	体育与健康	等级B课程
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10	英语		艺术（美术）		班团队活动
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	等级B课程	语文	数学	等级C课程	体育活动
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	等级C课程	等级A课程	心理	等级A课程	

注：第十七周安排社会实践活动，第九周、第十六周安排期中、期末考试，以上安排如有变化，以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高二年级 10班 课程表						
	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	等级A课程	英语	等级B课程	英语	等级C课程
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	语文	等级C课程	语文	语文	英语
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	数学	数学	英语	等级B课程	数学
课间	10: 45—11: 05					
第四节	11: 05—11: 45	英语	心理	等级A课程	数学	语文
午间	11: 45—12: 20					
午间微运动	12: 20—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	语文	体育与健康	语文	体育与健康	等级B课程
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10	数学		技术与工程		班团队活动
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	等级B课程	英语	艺术（美术）	等级C课程	体育活动
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	等级C课程	等级A课程	数学	等级A课程	

注：第十七周安排社会实践活动，第九周、第十六周安排期中、期末考试，以上安排如有变化，以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高二年级 11班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	等级A课程	英语	等级B课程	数学	等级C课程
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	数学	等级C课程	英语	英语	英语
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	语文	数学	艺术（美术）	等级B课程	数学
课间	10: 45—11: 05					
第四节	11: 05—11: 45	数学	英语	等级A课程	语文	语文
午间	11: 45—12: 20					
午间微运动	12: 20—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	英语	体育与健康	数学	体育与健康	等级B课程
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10	心理		语文		班团队活动
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	等级B课程	语文	技术与工程	等级C课程	体育活动
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	等级C课程	等级A课程	语文	等级A课程	

注：第十七周安排社会实践活动，第九周、第十六周安排期中、期末考试，以上安排如有变化，以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高二年级 12班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	等级A课程	语文	等级B课程	英语	等级C课程
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	数学	等级C课程	数学	数学	语文
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	语文	语文	英语	等级B课程	英语
课间	10: 45—11: 05					
第四节	11: 05—11: 45	数学	英语	等级A课程	语文	数学
午间	11: 45—12: 20					
午间微运动	12: 20—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	英语	体育与健康	技术与工程	体育与健康	等级B课程
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10	艺术（美术）		数学		班团队活动
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	等级B课程	英语	心理	等级C课程	体育活动
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	等级C课程	等级A课程	语文	等级A课程	

注：第十七周安排社会实践活动，第九周、第十六周安排期中、期末考试，以上安排如有变化，以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高二年级 13班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	等级A课程	英语	等级B课程	语文	等级C课程
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	英语	等级C课程	英语	数学	语文
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	数学	语文	数学	等级B课程	数学
课间	10: 45—11: 05					
第四节	11: 05—11: 45	语文	数学	等级A课程	英语	英语
午间	11: 45—12: 20					
午间微运动	12: 20—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	心理	体育与健康	艺术（美术）	体育与健康	等级B课程
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10	英语		语文		班团队活动
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	等级B课程	语文	数学	等级C课程	体育活动
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	等级C课程	等级A课程	技术与工程	等级A课程	

注：第十七周安排社会实践活动，第九周、第十六周安排期中、期末考试，以上安排如有变化，以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高三年级 1班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	等级A课程	等级B课程	等级B课程	等级A课程	英语
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	语文	体育与健康	数学	英语	语文
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	等级B课程	等级C课程	英语	数学	等级C课程
课间	10: 45—10: 55					
第四节	10: 55—11: 35	体育与健康	数学	等级A课程	语文	体育活动
午间	11: 35—12: 20					
午间微运动	12: 20—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	英语	语文	语文	等级C课程	等级A课程
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10	等级C课程	英语	体育与健康	体育与健康	数学
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	数学	等级A课程	等级C课程	自主学习	等级B课程
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	英语练习	语文练习	数学练习	班团队活动	

注：5月加三科目等级考试，6月语数外高考，区二模考试时间以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高三年级 2班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	等级A课程	等级B课程	等级B课程	等级A课程	数学
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	数学	数学	语文	语文	语文
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	等级B课程	等级C课程	英语	英语	等级C课程
课间	10: 45—10: 55					
第四节	10: 55—11: 35	英语	语文	等级A课程	体育与健康	体育活动
午间	11: 35—12: 20					
午间微运动	12: 20—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	语文	体育与健康	体育与健康	等级C课程	等级A课程
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10	等级C课程	英语	数学	数学	英语
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	体育与健康	等级A课程	等级C课程	自主学习	等级B课程
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	英语练习	语文练习	数学练习	班团队活动	

注：5月加三科目等级考试，6月语数外高考，区二模考试时间以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高三年级 3班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	等级A课程	等级B课程	等级B课程	等级A课程	英语
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	语文	英语	英语	语文	数学
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	等级B课程	等级C课程	语文	数学	等级C课程
课间	10: 45—10: 55					
第四节	10: 55—11: 35	体育与健康	数学	等级A课程	体育与健康	体育活动
午间	11: 35—12: 20					
午间微运动	12: 20—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	英语	体育与健康	数学	等级C课程	等级A课程
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10	等级C课程	语文	体育与健康	英语	语文
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	数学	等级A课程	等级C课程	自主学习	等级B课程
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	英语练习	语文练习	数学练习	班团队活动	

注：5月加三科目等级考试，6月语数外高考，区二模考试时间以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高三年级 4班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	等级A课程	等级B课程	等级B课程	等级A课程	数学
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	语文	数学	体育与健康	数学	英语
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	等级B课程	等级C课程	英语	语文	等级C课程
课间	10: 45—10: 55					
第四节	10: 55—11: 35	英语	语文	等级A课程	自主学习	体育活动
午间	11: 35—12: 20					
午间微运动	12: 20—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	数学	英语	语文	等级C课程	等级A课程
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10	等级C课程	体育与健康	数学	体育与健康	语文
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	体育与健康	等级A课程	等级C课程	英语	等级B课程
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	英语练习	语文练习	数学练习	班团队活动	

注：5月加三科目等级考试，6月语数外高考，区二模考试时间以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高三年级 5班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	等级A课程	等级B课程	等级B课程	等级A课程	语文
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	数学	体育与健康	英语	语文	英语
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	等级B课程	等级C课程	语文	数学	等级C课程
课间	10: 45—10: 55					
第四节	10: 55—11: 35	英语	数学	等级A课程	体育与健康	体育活动
午间	11: 35—12: 20					
午间微运动	12: 20—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	体育与健康	英语	数学	等级C课程	等级A课程
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10	等级C课程	语文	体育与健康	自主学习	数学
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	语文	等级A课程	等级C课程	英语	等级B课程
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	英语练习	语文练习	数学练习	班团队活动	

注：5月加三科目等级考试，6月语数外高考，区二模考试时间以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高三年级 6班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	等级A课程	等级B课程	等级B课程	等级A课程	英语
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	语文	数学	体育与健康	数学	语文
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	等级B课程	等级C课程	英语	英语	等级C课程
课间	10: 45—10: 55					
第四节	10: 55—11: 35	数学	体育与健康	等级A课程	语文	体育活动
午间	11: 35—12: 20					
午间微运动	12: 20—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	英语	语文	数学	等级C课程	等级A课程
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10	等级C课程	英语	语文	自主学习	数学
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	体育与健康	等级A课程	等级C课程	体育与健康	等级B课程
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	英语练习	语文练习	数学练习	班团队活动	

注：5月加三科目等级考试，6月语数外高考，区二模考试时间以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高三年级 7班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	等级A课程	等级B课程	等级B课程	等级A课程	数学
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	语文	数学	英语	语文	英语
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	等级B课程	等级C课程	数学	体育与健康	等级C课程
课间	10: 45—10: 55					
第四节	10: 55—11: 35	英语	语文	等级A课程	自主学习	体育活动
午间	11: 35—12: 20					
午间微运动	12: 20—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	数学	英语	体育与健康	等级C课程	等级A课程
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10	等级C课程	体育与健康	语文	数学	语文
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	体育与健康	等级A课程	等级C课程	英语	等级B课程
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	英语练习	语文练习	数学练习	班团队活动	

注：5月加三科目等级考试，6月语数外高考，区二模考试时间以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高三年级 8班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	等级A课程	等级B课程	等级B课程	等级A课程	英语
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	数学	语文	体育与健康	数学	语文
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	等级B课程	等级C课程	英语	英语	等级C课程
课间	10: 45—10: 55					
第四节	10: 55—11: 35	体育与健康	数学	等级A课程	语文	体育活动
午间	11: 35—12: 20					
午间微运动	12: 20—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	英语	体育与健康	数学	等级C课程	等级A课程
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10	等级C课程	英语	语文	体育与健康	数学
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	语文	等级A课程	等级C课程	自主学习	等级B课程
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	英语练习	语文练习	数学练习	班团队活动	

注：5月加三科目等级考试，6月语数外高考，区二模考试时间以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高三年级 9班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	等级A课程	等级B课程	等级B课程	等级A课程	语文
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	数学	体育与健康	英语	语文	英语
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	等级B课程	等级C课程	语文	数学	等级C课程
课间	10: 45—10: 55					
第四节	10: 55—11: 35	英语	数学	等级A课程	体育与健康	体育活动
午间	11: 35—12: 20					
午间微运动	12: 20—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	体育与健康	英语	数学	等级C课程	等级A课程
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10	等级C课程	语文	体育与健康	自主学习	数学
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	语文	等级A课程	等级C课程	英语	等级B课程
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	英语练习	语文练习	数学练习	班团队活动	

注：5月加三科目等级考试，6月语数外高考，区二模考试时间以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高三年级 10班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	等级A课程	等级B课程	等级B课程	等级A课程	英语
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	英语	数学	体育与健康	数学	语文
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	等级B课程	等级C课程	英语	语文	等级C课程
课间	10: 45—10: 55					
第四节	10: 55—11: 35	数学	体育与健康	等级A课程	自主学习	体育活动
午间	11: 35—12: 20					
午间微运动	12: 20—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	语文	语文	数学	等级C课程	等级A课程
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10	等级C课程	英语	语文	英语	数学
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	体育与健康	等级A课程	等级C课程	体育与健康	等级B课程
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	英语练习	语文练习	数学练习	班团队活动	

注：5月加三科目等级考试，6月语数外高考，区二模考试时间以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高三年级 11班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	等级A课程	等级B课程	等级B课程	等级A课程	数学
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	语文	数学	语文	语文	英语
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	等级B课程	等级C课程	英语	数学	等级C课程
课间	10: 45—10: 55					
第四节	10: 55—11: 35	英语	体育与健康	等级A课程	英语	体育活动
午间	11: 35—12: 20					
午间微运动	12: 20—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	数学	语文	数学	等级C课程	等级A课程
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10	等级C课程	英语	体育与健康	自主学习	语文
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	体育与健康	等级A课程	等级C课程	体育与健康	等级B课程
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	英语练习	语文练习	数学练习	班团队活动	

注：5月加三科目等级考试，6月语数外高考，区二模考试时间以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高三年级 12班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	等级A课程	等级B课程	等级B课程	等级A课程	数学
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	英语	数学	体育与健康	数学	语文
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	等级B课程	等级C课程	英语	语文	等级C课程
课间	10: 45—10: 55					
第四节	10: 55—11: 35	体育与健康	英语	等级A课程	体育与健康	体育活动
午间	11: 35—12: 20					
午间微运动	12: 20—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	数学	体育与健康	数学	等级C课程	等级A课程
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10	等级C课程	语文	语文	自主学习	英语
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	语文	等级A课程	等级C课程	英语	等级B课程
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	英语练习	语文练习	数学练习	班团队活动	

注：5月加三科目等级考试，6月语数外高考，区二模考试时间以具体通知为准。

上海市青浦高级中学 高三年级 13班 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 00—8: 40	等级A课程	等级B课程	等级B课程	等级A课程	英语
课间	8: 40—8: 50					
第二节	8: 50—9: 30	英语	语文	英语	数学	数学
大课间1	9: 30—10: 00					
眼保健操	10: 00—10: 05					
第三节	10: 05—10: 45	等级B课程	等级C课程	体育与健康	语文	等级C课程
课间	10: 45—10: 55					
第四节	10: 55—11: 35	语文	数学	等级A课程	自主学习	体育活动
午间	11: 35—12: 20					
午间微运动	12: 20—12: 40					
第五节	12: 40—13: 20	体育与健康	英语	语文	等级C课程	等级A课程
课间	13: 20—13: 30					
第六节	13: 30—14: 10	等级C课程	体育与健康	数学	体育与健康	语文
大课间2	14: 10—14: 40					
眼保健操	14: 40—14: 45					
第七节	14: 45—15: 25	数学	等级A课程	等级C课程	英语	等级B课程
课间	15: 25—15: 35					
第八节	15: 35—16: 15	英语练习	语文练习	数学练习	班团队活动	

注：5月加三科目等级考试，6月语数外高考，区二模考试时间以具体通知为准。