2025学年第一学期高二班级课表(第1周)

班级	高二	<1>	班主任	陈月	自明			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	创新	校本课程	英语	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	自习	语文	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	数学			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	英语	艺术	等级性科目走班	英语			
第五节 11:25-12:05	自习	自习	英语	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	体育	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

2025学年第一学期高二班级课表(第2周)

班级	高二	<1>	班主任	陈月	自明			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	创新	校本课程	英语	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	自习	语文	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	数学			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	英语	艺术	等级性科目走班	英语			
第五节 11:25-12:05	自习	自习	英语	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	体育	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第3周)

班级	高二	<1>	班主任	陈月	自明			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	创新	校本课程	英语	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	自习	语文	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	数学			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	英语	艺术	等级性科目走班	英语			
第五节 11:25-12:05	自习	自习	英语	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	体育	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

2025学年第一学期高二班级课表(第4周)

班级	高二	<1>	班主任	陈月	自明			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	创新	校本课程	英语	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	自习	语文	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	数学			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	英语	艺术	等级性科目走班	英语			
第五节 11:25-12:05	自习	自习	英语	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	体育	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第5周)

班级	高二	<1>	班主任	陈月	自明			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	创新	校本课程	英语	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	自习	语文	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	数学			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	英语	艺术	等级性科目走班	英语			
第五节 11:25-12:05	自习	自习	英语	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	体育	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

2025学年第一学期高二班级课表(第6周)

班级	高二	<1>	班主任	陈月	自明			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	创新	校本课程	英语	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	自习	语文	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	数学			
	眼保健操							
第四节 10:35-11:15	数学	英语	艺术	等级性科目走班	英语			
第五节 11:25-12:05	自习	自习	英语	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	体育	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第7周)

班级	高二	<1>	班主任	陈月	自明			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	创新	校本课程	英语	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	自习	语文	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	数学			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	英语	艺术	等级性科目走班	英语			
第五节 11:25-12:05	自习	自习	英语	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	体育	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

2025学年第一学期高二班级课表(第8周)

班级	高二	<1>	班主任	陈月	自明			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	创新	校本课程	英语	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	自习	语文	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	数学			
	眼保健操							
第四节 10:35-11:15	数学	英语	艺术	等级性科目走班	英语			
第五节 11:25-12:05	自习	自习	英语	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	体育	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第9周)

2025学年第一学期高二班级课表(第9周)								
班级	高二	<1>	班主任	陈启明				
	周一	周二	周三	周四	周五			
		学	农					

2025学年第一学期高二班级课表(第10周)

班级	高二	<1>	班主任	陈月	自明				
	周一	周二	周三	周四	周五				
第一节 8:00-8:40	校本课程	创新	校本课程	英语	语文				
第二节 8:50-9:30	自习	语文	自习	语文	自习				
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	数学				
	眼保健操								
第四节 10:35-11:15	数学	英语	艺术	等级性科目走班	英语				
第五节 11:25-12:05	自习	自习	英语	等级性科目走班	合格性科目走班				
		午餐	午休						
第六节 13:10-13:50	语文	体育	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班				
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班				
大课间(含眼保健操)									
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会				
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康					

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第11周)

班级	高二	<1>	班主任	陈师	自明			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程				语文			
第二节 8:50-9:30	自习		期		自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康				数学			
眼保健操								
第四节 10:35-11:15	数学		英语					
第五节 11:25-12:05	自习		中		合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文		- V -		合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班		考		合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班		班会					
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班		试					

2025学年第一学期高二班级课表(第12周)

班级	高二	<1>	班主任	陈月	自明			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	创新	校本课程	英语	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	自习	语文	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	数学			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	英语	艺术	等级性科目走班	英语			
第五节 11:25-12:05	自习	自习	英语	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	体育	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第13周)

班级	高二	<1>	班主任	陈月	自明			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	创新	校本课程	英语	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	自习	语文	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	数学			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	英语	艺术	等级性科目走班	英语			
第五节 11:25-12:05	自习	自习	英语	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	体育	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

2025学年第一学期高二班级课表(第14周)

班级	高二	<1>	班主任	陈月	自明				
	周一	周二	周三	周四	周五				
第一节 8:00-8:40	校本课程	创新	校本课程	英语	语文				
第二节 8:50-9:30	自习	语文	自习	语文	自习				
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	数学				
	眼保健操								
第四节 10:35-11:15	数学	英语	艺术	等级性科目走班	英语				
第五节 11:25-12:05	自习	自习	英语	等级性科目走班	合格性科目走班				
		午餐	午休						
第六节 13:10-13:50	语文	体育	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班				
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班				
	大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会				
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康					

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第15周)

班级	高二	<1>	班主任	陈月	自明			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	创新	校本课程	英语	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	自习	语文	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	数学			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	英语	艺术	等级性科目走班	英语			
第五节 11:25-12:05	自习	自习	英语	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	体育	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

2025学年第一学期高二班级课表(第16周)

班级	高二	<1>	班主任	陈月	自明				
	周一	周二	周三	周四	周五				
第一节 8:00-8:40	校本课程	创新	校本课程	英语	语文				
第二节 8:50-9:30	自习	语文	自习	语文	自习				
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	数学				
		眼保	健操						
第四节 10:35-11:15	数学	英语	艺术	等级性科目走班	英语				
第五节 11:25-12:05	自习	自习	英语	等级性科目走班	合格性科目走班				
		午餐	午休						
第六节 13:10-13:50	语文	体育	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班				
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班				
	大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会				
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康					

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第17周)

班级	高二	<1>	班主任	陈月	自明			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	创新	校本课程	英语	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	自习	语文	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	数学			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	英语	艺术	等级性科目走班	英语			
第五节 11:25-12:05	自习	自习	英语	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	体育	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

2025学年第一学期高二班级课表(第18周)

班级	高二	<1>	班主任	陈月	自明				
	周一	周二	周三	周四	周五				
第一节 8:00-8:40	校本课程	创新	校本课程	英语	语文				
第二节 8:50-9:30	自习	语文	自习	语文	自习				
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	数学				
		眼保	健操						
第四节 10:35-11:15	数学	英语	艺术	等级性科目走班	英语				
第五节 11:25-12:05	自习	自习	英语	等级性科目走班	合格性科目走班				
		午餐	午休						
第六节 13:10-13:50	语文	体育	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班				
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班				
	大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会				
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康					

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第19周)

班级	高二	<1>	班主任	陈月	自明			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	创新	校本课程	英语	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	自习	语文	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	数学			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	英语	艺术	等级性科目走班	英语			
第五节 11:25-12:05	自习	自习	英语	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	体育	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

2025学年第一学期高二班级课表(第20周)

班级	高二	<1>	班主任	陈月	自明				
	周一	周二	周三	周四	周五				
第一节 8:00-8:40	校本课程	创新	校本课程	英语	语文				
第二节 8:50-9:30	自习	语文	自习	语文	自习				
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	数学				
	眼保健操								
第四节 10:35-11:15	数学	英语	艺术	等级性科目走班	英语				
第五节 11:25-12:05	自习	自习	英语	等级性科目走班	合格性科目走班				
		午餐	午休						
第六节 13:10-13:50	语文	体育	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班				
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班				
	大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会				
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康					

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第21周)

班级	高二	<1>	班主任	陈月	自明		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	校本课程				语文		
第二节 8:50-9:30	自习		自习				
第三节 9:40-10:20	体育与健康			数学			
眼保健操							
第四节 10:35-11:15	数学						
第五节 11:25-12:05	自习		末	合格性科目走班			
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	语文		- V -		合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班		考		合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班		\ D		班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班		试				

2025学年第一学期高二班级课表(第22周)

-1.4-	.						
班级	高二	<1>	班主任	陈月	自明		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节							
8:00-8:40							
第二节			校				
8:50-9:30			100				
第三节							
9:40-10:20							
		眼保	健操				
第四节							
10:35-11:15			本				
第五节			4				
11:25-12:05							
		午餐	午休				
第六节							
13:10-13:50			课				
第七节			IX.				
14:00-14:40							
	大课间(含眼保健操)						
第八节							
15:10-15:50			程				
第九节			1土				
16:00-16:40							

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第1周)

班级	高二	<2>	班主任	徐』	E明		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	数学	数学	校本课程	语文	英语		
第二节 8:50-9:30	自习	英语	自习	英语	数学		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	艺术	等级性科目走班	语文		
		眼保	健操				
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	数学	等级性科目走班	自习		
第五节 11:25-12:05	语文	创新	英语	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	自习	体育	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)			

2025学年第一学期高二班级课表(第2周)

班级	高二	<2>	班主任	徐』	区明			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	数学	校本课程	语文	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	英语	自习	英语	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	艺术	等级性科目走班	语文			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	数学	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	语文	创新	英语	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	体育	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第3周)

班级	高二	<2>	班主任	徐弘	区明			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	数学	校本课程	语文	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	英语	自习	英语	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	艺术	等级性科目走班	语文			
	眼保健操							
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	数学	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	语文	创新	英语	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	体育	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

2025学年第一学期高二班级课表(第4周)

班级	高二	<2>	班主任	徐弘	区明			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	数学	校本课程	语文	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	英语	自习	英语	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	艺术	等级性科目走班	语文			
	眼保健操							
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	数学	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	语文	创新	英语	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	体育	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第5周)

班级	高二	<2>	班主任	徐弘	区明			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	数学	校本课程	语文	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	英语	自习	英语	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	艺术	等级性科目走班	语文			
	眼保健操							
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	数学	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	语文	创新	英语	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	体育	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

2025学年第一学期高二班级课表(第6周)

班级	高二	<2>	班主任	徐弘	区明			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	数学	校本课程	语文	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	英语	自习	英语	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	艺术	等级性科目走班	语文			
	眼保健操							
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	数学	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	语文	创新	英语	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	体育	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第7周)

班级	高二	<2>	班主任	徐』	E明			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	数学	校本课程	语文	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	英语	自习	英语	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	艺术	等级性科目走班	语文			
	眼保健操							
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	数学	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	语文	创新	英语	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	体育	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

2025学年第一学期高二班级课表(第8周)

班级	高二	<2>	班主任	徐』	区明			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	数学	校本课程	语文	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	英语	自习	英语	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	艺术	等级性科目走班	语文			
	眼保健操							
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	数学	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	语文	创新	英语	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	体育	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第9周)

ī=	<2>	班主任	徐〗	E明
<u> </u>	周二	周三	周四	周五
	学	农		
		一周二		一 周二 周四

2025学年第一学期高二班级课表(第10周)

班级	高二	<2>	班主任	徐弘	区明			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	数学	校本课程	语文	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	英语	自习	英语	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	艺术	等级性科目走班	语文			
	眼保健操							
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	数学	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	语文	创新	英语	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	体育	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第11周)

班级	高二	<2>	班主任	徐立	区明		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	数学				英语		
第二节 8:50-9:30	自习		期		数学		
第三节 9:40-10:20	体育与健康				语文		
眼保健操							
第四节 10:35-11:15	校本课程		自习				
第五节 11:25-12:05	语文		合格性科目走班				
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	自习		- 1 Z-		合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班		考				
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班		<i></i>		班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班		试				

2025学年第一学期高二班级课表(第12周)

班级	高二	<2>	班主任	徐弘	区明			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	数学	校本课程	语文	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	英语	自习	英语	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	艺术	等级性科目走班	语文			
	眼保健操							
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	数学	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	语文	创新	英语	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	体育	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第13周)

班级	高二	<2>	班主任	徐弘	区明			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	数学	校本课程	语文	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	英语	自习	英语	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	艺术	等级性科目走班	语文			
	眼保健操							
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	数学	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	语文	创新	英语	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	体育	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

2025学年第一学期高二班级课表(第14周)

班级	高二	<2>	班主任	徐』	区明			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	数学	校本课程	语文	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	英语	自习	英语	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	艺术	等级性科目走班	语文			
	眼保健操							
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	数学	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	语文	创新	英语	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	体育	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第15周)

班级	高二	<2>	班主任	徐』	区明			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	数学	校本课程	语文	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	英语	自习	英语	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	艺术	等级性科目走班	语文			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	数学	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	语文	创新	英语	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	体育	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

2025学年第一学期高二班级课表(第16周)

班级	高二	<2>	班主任	徐弘	区明			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	数学	校本课程	语文	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	英语	自习	英语	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	艺术	等级性科目走班	语文			
	眼保健操							
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	数学	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	语文	创新	英语	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	体育	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第17周)

班级	高二	<2>	班主任	徐弘	区明			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	数学	校本课程	语文	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	英语	自习	英语	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	艺术	等级性科目走班	语文			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	数学	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	语文	创新	英语	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	体育	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

2025学年第一学期高二班级课表(第18周)

班级	高二	<2>	班主任	徐弘	区明			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	数学	校本课程	语文	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	英语	自习	英语	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	艺术	等级性科目走班	语文			
	眼保健操							
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	数学	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	语文	创新	英语	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	体育	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第19周)

班级	高二	<2>	班主任	徐』	区明			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	数学	校本课程	语文	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	英语	自习	英语	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	艺术	等级性科目走班	语文			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	数学	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	语文	创新	英语	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	体育	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

2025学年第一学期高二班级课表(第20周)

班级	高二	<2>	班主任	徐弘	区明			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	数学	校本课程	语文	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	英语	自习	英语	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	艺术	等级性科目走班	语文			
	眼保健操							
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	数学	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	语文	创新	英语	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	体育	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第21周)

高二 班级 <2> 班主任 徐亚明 周一 周二 周三 周四 周五 第一节 数学 英语 8:00-8:40 第二节 期 数学 自习 8:50-9:30 第三节 体育与健康 语文 9:40-10:20 眼保健操 第四节 校本课程 自习 10:35-11:15 末 第五节 语文 合格性科目走班 11:25-12:05 午餐午休 第六节 自习 合格性科目走班 13:10-13:50 考 第七节 合格性科目走班 等级性科目走班 14:00-14:40 大课间(含眼保健操) 第八节 等级性科目走班 班会 15:10-15:50 试 第九节 等级性科目走班 16:00-16:40

2025学年第一学期高二班级课表(第22周)

班级	高二	<2>	班主任	徐飞	 区明		
1,,		_	·/=== [E				
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节							
8:00-8:40							
第二节			校				
8:50-9:30			12				
第三节							
9:40-10:20							
		眼保	健操				
第四节							
10:35-11:15			本				
第五节			4				
11:25-12:05							
		午餐	午休				
第六节							
13:10-13:50			课				
第七节			承				
14:00-14:40							
	大课间(含眼保健操)						
第八节							
15:10-15:50			程				
第九节			7.土				
16:00-16:40							

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第1周)

班级	高二	<3>	班主任	艾明	尧云			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	体育	创新	英语	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	英语	语文	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	数学			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	艺术	校本课程	等级性科目走班	英语			
第五节 11:25-12:05	自习	英语	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	自习	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

2025学年第一学期高二班级课表(第2周)

班级	高二	<3>	班主任	艾明	尧云				
	周一	周二	周三	周四	周五				
第一节 8:00-8:40	校本课程	体育	创新	英语	语文				
第二节 8:50-9:30	自习	语文	英语	语文	自习				
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	数学				
	眼保健操								
第四节 10:35-11:15	数学	艺术	校本课程	等级性科目走班	英语				
第五节 11:25-12:05	自习	英语	自习	等级性科目走班	合格性科目走班				
		午餐	午休	-					
第六节 13:10-13:50	语文	自习	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班				
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班				
	大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会				
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)					

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第3周)

班级	高二	<3>	班主任	艾明	尧云			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	体育	创新	英语	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	英语	语文	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	数学			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	艺术	校本课程	等级性科目走班	英语			
第五节 11:25-12:05	自习	英语	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	自习	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

2025学年第一学期高二班级课表(第4周)

班级	高二	<3>	班主任	艾明	尧云			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	体育	创新	英语	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	英语	语文	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	数学			
	眼保健操							
第四节 10:35-11:15	数学	艺术	校本课程	等级性科目走班	英语			
第五节 11:25-12:05	自习	英语	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	自习	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第5周)

班级	高二	<3>	班主任	艾明	尧云				
	周一	周二	周三	周四	周五				
第一节 8:00-8:40	校本课程	体育	创新	英语	语文				
第二节 8:50-9:30	自习	语文	英语	语文	自习				
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	数学				
	眼保健操								
第四节 10:35-11:15	数学	艺术	校本课程	等级性科目走班	英语				
第五节 11:25-12:05	自习	英语	自习	等级性科目走班	合格性科目走班				
		午餐	午休						
第六节 13:10-13:50	语文	自习	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班				
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班				
大课间(含眼保健操)									
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会				
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)					

2025学年第一学期高二班级课表(第6周)

班级	高二	<3>	班主任	艾明	尧云				
	周一	周二	周三	周四	周五				
第一节 8:00-8:40	校本课程	体育	创新	英语	语文				
第二节 8:50-9:30	自习	语文	英语	语文	自习				
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	数学				
		眼保	健操						
第四节 10:35-11:15	数学	艺术	校本课程	等级性科目走班	英语				
第五节 11:25-12:05	自习	英语	自习	等级性科目走班	合格性科目走班				
		午餐	午休						
第六节 13:10-13:50	语文	自习	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班				
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班				
	大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会				
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)					

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第7周)

班级	高二	<3>	班主任	艾明	尧云			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	体育	创新	英语	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	英语	语文	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	数学			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	艺术	校本课程	等级性科目走班	英语			
第五节 11:25-12:05	自习	英语	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	自习	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

2025学年第一学期高二班级课表(第8周)

班级	高二	<3>	班主任	艾明	尧云				
	周一	周二	周三	周四	周五				
第一节 8:00-8:40	校本课程	体育	创新	英语	语文				
第二节 8:50-9:30	自习	语文	英语	语文	自习				
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	数学				
	眼保健操								
第四节 10:35-11:15	数学	艺术	校本课程	等级性科目走班	英语				
第五节 11:25-12:05	自习	英语	自习	等级性科目走班	合格性科目走班				
		午餐	午休						
第六节 13:10-13:50	语文	自习	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班				
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班				
大课间(含眼保健操)									
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会				
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)					

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第9周)

班级	高二	<3>	班主任	艾明	尧云			
	周一	周二	周三	周四	周五			
		学	农					

2025学年第一学期高二班级课表(第10周)

班级	高二	<3>	班主任	艾明	尧云			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	体育	创新	英语	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	英语	语文	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	数学			
	眼保健操							
第四节 10:35-11:15	数学	艺术	校本课程	等级性科目走班	英语			
第五节 11:25-12:05	自习	英语	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	自习	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第11周)

班级	高二	<3>	班主任	艾明	尧云				
	周一	周二	周三	周四	周五				
第一节 8:00-8:40	校本课程				语文				
第二节 8:50-9:30	自习		期						
第三节 9:40-10:20	体育与健康		数学						
	眼保健操								
第四节 10:35-11:15	数学		英语						
第五节 11:25-12:05	自习		中						
		午餐	午休						
第六节 13:10-13:50	语文		考		合格性科目走班				
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班		<i>与</i>		合格性科目走班				
大课间(含眼保健操)									
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班		_						
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班		试						

2025学年第一学期高二班级课表(第12周)

班级	高二	<3>	班主任	艾晓云					
	周一	周二	周三	周四	周五				
第一节 8:00-8:40	校本课程	体育	创新	英语	语文				
第二节 8:50-9:30	自习	语文	英语	语文	自习				
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	数学				
	眼保健操								
第四节 10:35-11:15	数学	艺术	校本课程	等级性科目走班	英语				
第五节 11:25-12:05	自习	英语	自习	等级性科目走班	合格性科目走班				
		午餐	午休						
第六节 13:10-13:50	语文	自习	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班				
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班				
大课间(含眼保健操)									
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会				
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)					

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第13周)

班级	高二	<3>	班主任	艾明	尧云			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	体育	创新	英语	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	英语	语文	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	数学			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	艺术	校本课程	等级性科目走班	英语			
第五节 11:25-12:05	自习	英语	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	自习	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

2025学年第一学期高二班级课表(第14周)

班级	高二	<3>	班主任	艾明	尧云			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	体育	创新	英语	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	英语	语文	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	数学			
	眼保健操							
第四节 10:35-11:15	数学	艺术	校本课程	等级性科目走班	英语			
第五节 11:25-12:05	自习	英语	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	自习	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第15周)

班级	高二	<3>	班主任	艾明	尧云			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	体育	创新	英语	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	英语	语文	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	数学			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	艺术	校本课程	等级性科目走班	英语			
第五节 11:25-12:05	自习	英语	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	自习	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

2025学年第一学期高二班级课表(第16周)

班级	高二	<3>	班主任	艾明	尧云				
	周一	周二	周三	周四	周五				
第一节 8:00-8:40	校本课程	体育	创新	英语	语文				
第二节 8:50-9:30	自习	语文	英语	语文	自习				
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	数学				
	眼保健操								
第四节 10:35-11:15	数学	艺术	校本课程	等级性科目走班	英语				
第五节 11:25-12:05	自习	英语	自习	等级性科目走班	合格性科目走班				
		午餐	午休						
第六节 13:10-13:50	语文	自习	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班				
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班				
大课间(含眼保健操)									
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会				
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)					

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第17周)

班级	高二	<3>	班主任	艾明	尧云			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	体育	创新	英语	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	英语	语文	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	数学			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	艺术	校本课程	等级性科目走班	英语			
第五节 11:25-12:05	自习	英语	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	自习	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

2025学年第一学期高二班级课表(第18周)

班级	高二	<3>	班主任	艾晓云			
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	校本课程	体育	创新	英语	语文		
第二节 8:50-9:30	自习	语文	英语	语文	自习		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	数学		
	眼保健操						
第四节 10:35-11:15	数学	艺术	校本课程	等级性科目走班	英语		
第五节 11:25-12:05	自习	英语	自习	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	语文	自习	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)			

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第19周)

班级	高二	<3>	班主任	艾明	尧云	
	周一	周二	周三	周四	周五	
第一节 8:00-8:40	校本课程	体育	创新	英语	语文	
第二节 8:50-9:30	自习	语文	英语	语文	自习	
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	数学	
		眼保	健操			
第四节 10:35-11:15	数学	艺术	校本课程	等级性科目走班	英语	
第五节 11:25-12:05	自习	英语	自习	等级性科目走班	合格性科目走班	
		午餐	午休			
第六节 13:10-13:50	语文	自习	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班	
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班	
大课间(含眼保健操)						
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会	
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)		

2025学年第一学期高二班级课表(第20周)

班级	高二	<3>	班主任	艾晓云			
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	校本课程	体育	创新	英语	语文		
第二节 8:50-9:30	自习	语文	英语	语文	自习		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	数学		
	眼保健操						
第四节 10:35-11:15	数学	艺术	校本课程	等级性科目走班	英语		
第五节 11:25-12:05	自习	英语	自习	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	语文	自习	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)			

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第21周)

班级 高二 <3> 班主任 艾晓云 周一 周二 周三 周四 周五 第一节 校本课程 语文 8:00-8:40 第二节 期 自习 自习 8:50-9:30 第三节 体育与健康 数学 9:40-10:20 眼保健操 第四节 数学 英语 10:35-11:15 末 第五节 自习 合格性科目走班 11:25-12:05 午餐午休 第六节 语文 合格性科目走班 13:10-13:50 考 第七节 合格性科目走班 等级性科目走班 14:00-14:40 大课间(含眼保健操) 第八节 班会 等级性科目走班 15:10-15:50 试 第九节 等级性科目走班 16:00-16:40

2025学年第一学期高二班级课表(第22周)

班级	高二	<3>	班主任	艾晓云	
	周一	周二	周三	周四	周五
第一节 8:00-8:40					
第二节 8:50-9:30			校		
第三节 9:40-10:20					
眼保健操					
第四节 10:35-11:15 第五节 11:25-12:05		本			
		午餐	午休		
第六节 13:10-13:50 第七节 14:00-14:40			课		
大课间(含眼保健操)					
第八节 15:10-15:50 第九节 16:00-16:40			程		

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第1周)

班级	高二	<4>	班主任	周知	印非		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	数学	英语	数学	语文	语文		
第二节 8:50-9:30	自习	自习	艺术	英语	自习		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	创新	英语	等级性科目走班	英语		
	眼保健操						
第四节 10:35-11:15	语文	体育	校本课程	等级性科目走班	数学		
第五节 11:25-12:05	校本课程	数学	自习	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	自习	语文	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康			

2025学年第一学期高二班级课表(第2周)

班级	高二	<4>	班主任	周知	和非		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	数学	英语	数学	语文	语文		
第二节 8:50-9:30	自习	自习	艺术	英语	自习		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	创新	英语	等级性科目走班	英语		
	眼保健操						
第四节 10:35-11:15	语文	体育	校本课程	等级性科目走班	数学		
第五节 11:25-12:05	校本课程	数学	自习	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	自习	语文	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康			

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第3周)

班级	高二	<4>	班主任	周知	和非		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	数学	英语	数学	语文	语文		
第二节 8:50-9:30	自习	自习	艺术	英语	自习		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	创新	英语	等级性科目走班	英语		
	眼保健操						
第四节 10:35-11:15	语文	体育	校本课程	等级性科目走班	数学		
第五节 11:25-12:05	校本课程	数学	自习	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	自习	语文	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康			

2025学年第一学期高二班级课表(第4周)

班级	高二	<4>	班主任	周知	印非		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	数学	英语	数学	语文	语文		
第二节 8:50-9:30	自习	自习	艺术	英语	自习		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	创新	英语	等级性科目走班	英语		
	眼保健操						
第四节 10:35-11:15	语文	体育	校本课程	等级性科目走班	数学		
第五节 11:25-12:05	校本课程	数学	自习	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	自习	语文	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康			

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第5周)

班级	高二	<4>	班主任	周知	印非		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	数学	英语	数学	语文	语文		
第二节 8:50-9:30	自习	自习	艺术	英语	自习		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	创新	英语	等级性科目走班	英语		
	眼保健操						
第四节 10:35-11:15	语文	体育	校本课程	等级性科目走班	数学		
第五节 11:25-12:05	校本课程	数学	自习	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	自习	语文	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康			

2025学年第一学期高二班级课表(第6周)

班级	高二	<4>	班主任	周知	和非		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	数学	英语	数学	语文	语文		
第二节 8:50-9:30	自习	自习	艺术	英语	自习		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	创新	英语	等级性科目走班	英语		
	眼保健操						
第四节 10:35-11:15	语文	体育	校本课程	等级性科目走班	数学		
第五节 11:25-12:05	校本课程	数学	自习	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	自习	语文	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康			

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第7周)

班级	高二	<4>	班主任	周知	和非			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	英语	数学	语文	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	自习	艺术	英语	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	创新	英语	等级性科目走班	英语			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	语文	体育	校本课程	等级性科目走班	数学			
第五节 11:25-12:05	校本课程	数学	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	语文	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

2025学年第一学期高二班级课表(第8周)

班级	高二	<4>	班主任	周知	印非				
	周一	周二	周三	周四	周五				
第一节 8:00-8:40	数学	英语	数学	语文	语文				
第二节 8:50-9:30	自习	自习	艺术	英语	自习				
第三节 9:40-10:20	体育与健康	创新	英语	等级性科目走班	英语				
		眼保	健操						
第四节 10:35-11:15	语文	体育	校本课程	等级性科目走班	数学				
第五节 11:25-12:05	校本课程	数学	自习	等级性科目走班	合格性科目走班				
		午餐	午休						
第六节 13:10-13:50	自习	语文	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班				
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班				
	大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会				
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康					

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第9周)

班级	高二	<4>	班主任	周知	扣非		
	周一	周二	周三	周四	周五		
		学	农				
		·					

2025学年第一学期高二班级课表(第10周)

班级	高二	<4>	班主任	周知	印非				
	周一	周二	周三	周四	周五				
第一节 8:00-8:40	数学	英语	数学	语文	语文				
第二节 8:50-9:30	自习	自习	艺术	英语	自习				
第三节 9:40-10:20	体育与健康	创新	英语	等级性科目走班	英语				
		眼保							
第四节 10:35-11:15	语文	体育	校本课程	等级性科目走班	数学				
第五节 11:25-12:05	校本课程	数学	自习	等级性科目走班	合格性科目走班				
		午餐	午休						
第六节 13:10-13:50	自习	语文	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班				
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班				
	大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会				
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康					

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第11周)

班级	高二	<4>	班主任	周9	和非		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	数学				语文		
第二节 8:50-9:30	自习		期		自习		
第三节 9:40-10:20	体育与健康				英语		
		眼保	健操				
第四节 10:35-11:15	语文		数学				
第五节 11:25-12:05	校本课程		中				
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	自习		考		合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班		与		合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班		4-2		班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班		试				

2025学年第一学期高二班级课表(第12周)

班级	高二	<4>	班主任	周夕	和非				
	周一	周二	周三	周四	周五				
第一节 8:00-8:40	数学	英语	数学	语文	语文				
第二节 8:50-9:30	自习	自习	艺术	英语	自习				
第三节 9:40-10:20	体育与健康	创新	英语	等级性科目走班	英语				
		眼保	健操						
第四节 10:35-11:15	语文	体育	校本课程	等级性科目走班	数学				
第五节 11:25-12:05	校本课程	数学	自习	等级性科目走班	合格性科目走班				
		午餐	午休						
第六节 13:10-13:50	自习	语文	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班				
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班				
	大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会				
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康					

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第13周)

班级	高二	<4>	班主任	周知	和非			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	英语	数学	语文	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	自习	艺术	英语	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	创新	英语	等级性科目走班	英语			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	语文	体育	校本课程	等级性科目走班	数学			
第五节 11:25-12:05	校本课程	数学	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	语文	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

2025学年第一学期高二班级课表(第14周)

班级	高二	<4>	班主任	周知	印非				
	周一	周二	周三	周四	周五				
第一节 8:00-8:40	数学	英语	数学	语文	语文				
第二节 8:50-9:30	自习	自习	艺术	英语	自习				
第三节 9:40-10:20	体育与健康	创新	英语	等级性科目走班	英语				
		眼保	健操						
第四节 10:35-11:15	语文	体育	校本课程	等级性科目走班	数学				
第五节 11:25-12:05	校本课程	数学	自习	等级性科目走班	合格性科目走班				
		午餐	午休						
第六节 13:10-13:50	自习	语文	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班				
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班				
	大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会				
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康					

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第15周)

班级	高二	<4>	班主任	周知	和非			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	英语	数学	语文	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	自习	艺术	英语	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	创新	英语	等级性科目走班	英语			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	语文	体育	校本课程	等级性科目走班	数学			
第五节 11:25-12:05	校本课程	数学	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	语文	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

2025学年第一学期高二班级课表(第16周)

班级	高二	<4>	班主任	周知	和非		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	数学	英语	数学	语文	语文		
第二节 8:50-9:30	自习	自习	艺术	英语	自习		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	创新	英语	等级性科目走班	英语		
		眼保					
第四节 10:35-11:15	语文	体育	校本课程	等级性科目走班	数学		
第五节 11:25-12:05	校本课程	数学	自习	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	自习	语文	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康			

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第17周)

班级	高二	<4>	班主任	周知	和非		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	数学	英语	数学	语文	语文		
第二节 8:50-9:30	自习	自习	艺术	英语	自习		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	创新	英语	等级性科目走班	英语		
		眼保	健操				
第四节 10:35-11:15	语文	体育	校本课程	等级性科目走班	数学		
第五节 11:25-12:05	校本课程	数学	自习	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	自习	语文	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康			

2025学年第一学期高二班级课表(第18周)

班级	高二	<4>	班主任	周知	和非		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	数学	英语	数学	语文	语文		
第二节 8:50-9:30	自习	自习	艺术	英语	自习		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	创新	英语	等级性科目走班	英语		
		眼保					
第四节 10:35-11:15	语文	体育	校本课程	等级性科目走班	数学		
第五节 11:25-12:05	校本课程	数学	自习	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	自习	语文	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康			

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第19周)

班级	高二	<4>	班主任	周知	和非			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	英语	数学	语文	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	自习	艺术	英语	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	创新	英语	等级性科目走班	英语			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	语文	体育	校本课程	等级性科目走班	数学			
第五节 11:25-12:05	校本课程	数学	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	语文	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

2025学年第一学期高二班级课表(第20周)

班级	高二	<4>	班主任	周知	和非			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	英语	数学	语文	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	自习	艺术	英语	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	创新	英语	等级性科目走班	英语			
		眼保						
第四节 10:35-11:15	语文	体育	校本课程	等级性科目走班	数学			
第五节 11:25-12:05	校本课程	数学	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	语文	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第21周)

班级 高二 <4> 班主任 周知非 周一 周二 周三 周四 周五 第一节 数学 语文 8:00-8:40 第二节 期 自习 自习 8:50-9:30 第三节 体育与健康 英语 9:40-10:20 眼保健操 第四节 数学 语文 10:35-11:15 末 第五节 校本课程 合格性科目走班 11:25-12:05 午餐午休 第六节 自习 合格性科目走班 13:10-13:50 考 第七节 合格性科目走班 等级性科目走班 14:00-14:40 大课间(含眼保健操) 第八节 班会 等级性科目走班 15:10-15:50 试 第九节 等级性科目走班 16:00-16:40

2025学年第一学期高二班级课表(第22周)

班级	高二	<4>	班主任	周知非				
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节8:00-8:40								
第二节8:50-9:30			校					
第三节 9:40-10:20								
		眼保	健操					
第四节								
10:35-11:15			本					
第五节			7					
11:25-12:05								
		午餐	午休					
第六节								
13:10-13:50			课					
第七节								
14:00-14:40								
	大课间(含眼保健操)							
第八节								
15:10-15:50			程					
第九节			1五					
16:00-16:40								

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第1周)

班级	高二	<5>	班主任	王	磊		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	数学	创新	艺术	语文	语文		
第二节 8:50-9:30	自习	英语	数学	英语	自习		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	英语	等级性科目走班	英语		
		眼保	健操				
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	校本课程	等级性科目走班	数学		
第五节 11:25-12:05	语文	数学	自习	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	自习	体育	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)			

2025学年第一学期高二班级课表(第2周)

班级	高二	<5>	班主任	王	磊		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	数学	创新	艺术	语文	语文		
第二节 8:50-9:30	自习	英语	数学	英语	自习		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	英语	等级性科目走班	英语		
		眼保	健操				
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	校本课程	等级性科目走班	数学		
第五节 11:25-12:05	语文	数学	自习	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	自习	体育	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)			

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第3周)

班级	高二	<5>	班主任	王	磊		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	数学	创新	艺术	语文	语文		
第二节 8:50-9:30	自习	英语	数学	英语	自习		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	英语	等级性科目走班	英语		
		眼保	健操				
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	校本课程	等级性科目走班	数学		
第五节 11:25-12:05	语文	数学	自习	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	自习	体育	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)			

2025学年第一学期高二班级课表(第4周)

班级	高二	<5>	班主任	王	磊			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	创新	艺术	语文	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	英语	数学	英语	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	英语	等级性科目走班	英语			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	校本课程	等级性科目走班	数学			
第五节 11:25-12:05	语文	数学	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	体育	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
	大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第5周)

班级	高二	<5>	班主任	王	磊		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	数学	创新	艺术	语文	语文		
第二节 8:50-9:30	自习	英语	数学	英语	自习		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	英语	等级性科目走班	英语		
		眼保	健操				
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	校本课程	等级性科目走班	数学		
第五节 11:25-12:05	语文	数学	自习	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	自习	体育	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)			

2025学年第一学期高二班级课表(第6周)

班级	高二	<5>	班主任	王	磊			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	创新	艺术	语文	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	英语	数学	英语	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	英语	等级性科目走班	英语			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	校本课程	等级性科目走班	数学			
第五节 11:25-12:05	语文	数学	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	体育	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第7周)

班级	高二	<5>	班主任	王	磊			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	创新	艺术	语文	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	英语	数学	英语	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	英语	等级性科目走班	英语			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	校本课程	等级性科目走班	数学			
第五节 11:25-12:05	语文	数学	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	体育	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

2025学年第一学期高二班级课表(第8周)

班级	高二	<5>	班主任	王	磊		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	数学	创新	艺术	语文	语文		
第二节 8:50-9:30	自习	英语	数学	英语	自习		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	英语	等级性科目走班	英语		
		眼保	健操				
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	校本课程	等级性科目走班	数学		
第五节 11:25-12:05	语文	数学	自习	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	自习	体育	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)			

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第9周)

2025学年第一学期高二班级课表(第9周)						
班级	高二	<5>	班主任	王	磊	
	周一	周二	周三	周四	周五	
		344	. 			
		学	X.			

2025学年第一学期高二班级课表(第10周)

班级	高二	<5>	班主任	王	磊		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	数学	创新	艺术	语文	语文		
第二节 8:50-9:30	自习	英语	数学	英语	自习		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	英语	等级性科目走班	英语		
		眼保					
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	校本课程	等级性科目走班	数学		
第五节 11:25-12:05	语文	数学	自习	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	自习	体育	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)			

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第11周)

班级	高二	<5>	班主任	王	磊		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	数学				语文		
第二节 8:50-9:30	自习		自习				
第三节 9:40-10:20	体育与健康				英语		
		眼保	健操				
第四节 10:35-11:15	校本课程		数学				
第五节 11:25-12:05	语文		中	合格性科目走班			
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	自习		-1 Z-		合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班		考		合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班		4_1		班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班		试				

2025学年第一学期高二班级课表(第12周)

班级	高二	<5>	班主任	王	磊			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	创新	艺术	语文	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	英语	数学	英语	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	英语	等级性科目走班	英语			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	校本课程	等级性科目走班	数学			
第五节 11:25-12:05	语文	数学	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	体育	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
	大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第13周)

班级	高二	<5>	班主任	王	磊			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	创新	艺术	语文	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	英语	数学	英语	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	英语	等级性科目走班	英语			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	校本课程	等级性科目走班	数学			
第五节 11:25-12:05	语文	数学	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	体育	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

2025学年第一学期高二班级课表(第14周)

班级	高二	<5>	班主任	王	磊				
	周一	周二	周三	周四	周五				
第一节 8:00-8:40	数学	创新	艺术	语文	语文				
第二节 8:50-9:30	自习	英语	数学	英语	自习				
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	英语	等级性科目走班	英语				
		眼保	健操						
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	校本课程	等级性科目走班	数学				
第五节 11:25-12:05	语文	数学	自习	等级性科目走班	合格性科目走班				
		午餐	午休						
第六节 13:10-13:50	自习	体育	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班				
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班				
	大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会				
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)					

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第15周)

班级	高二	<5>	班主任	王	磊			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	创新	艺术	语文	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	英语	数学	英语	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	英语	等级性科目走班	英语			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	校本课程	等级性科目走班	数学			
第五节 11:25-12:05	语文	数学	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	体育	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

2025学年第一学期高二班级课表(第16周)

班级	高二	<5>	班主任	王	磊				
	周一	周二	周三	周四	周五				
第一节 8:00-8:40	数学	创新	艺术	语文	语文				
第二节 8:50-9:30	自习	英语	数学	英语	自习				
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	英语	等级性科目走班	英语				
		眼保	健操						
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	校本课程	等级性科目走班	数学				
第五节 11:25-12:05	语文	数学	自习	等级性科目走班	合格性科目走班				
		午餐	午休						
第六节 13:10-13:50	自习	体育	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班				
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班				
	大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会				
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)					

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第17周)

班级	高二	<5>	班主任	王	磊			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	创新	艺术	语文	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	英语	数学	英语	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	英语	等级性科目走班	英语			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	校本课程	等级性科目走班	数学			
第五节 11:25-12:05	语文	数学	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	体育	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

2025学年第一学期高二班级课表(第18周)

班级	高二	<5>	班主任	王	磊			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	创新	艺术	语文	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	英语	数学	英语	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	英语	等级性科目走班	英语			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	校本课程	等级性科目走班	数学			
第五节 11:25-12:05	语文	数学	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	体育	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
	大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第19周)

班级	高二	<5>	班主任	王	磊			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	创新	艺术	语文	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	英语	数学	英语	自习			
第二节	体育与健康	自习	英语	等级性科目走班	英语			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	校本课程	等级性科目走班	数学			
第五节 11:25-12:05	语文	数学	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	体育	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

2025学年第一学期高二班级课表(第20周)

班级	高二	<5>	班主任	王	磊			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	创新	艺术	语文	语文			
第二节 8:50-9:30	自习	英语	数学	英语	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	英语	等级性科目走班	英语			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	校本课程	等级性科目走班	数学			
第五节 11:25-12:05	语文	数学	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	体育	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
	大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第21周)

高二 班级 <5> 班主任 王磊 周一 周二 周三 周四 周五 第一节 数学 语文 8:00-8:40 第二节 期 自习 自习 8:50-9:30 第三节 体育与健康 英语 9:40-10:20 眼保健操 第四节 校本课程 数学 10:35-11:15 末 第五节 语文 合格性科目走班 11:25-12:05 午餐午休 第六节 自习 合格性科目走班 13:10-13:50 考 第七节 合格性科目走班 等级性科目走班 14:00-14:40 大课间(含眼保健操) 第八节 等级性科目走班 班会 15:10-15:50 试 第九节 等级性科目走班 16:00-16:40

2025学年第一学期高二班级课表(第22周)

班级	高二	<5>	班主任	王	磊				
	周一	周二	周三	周四	周五				
第一节 8:00-8:40									
第二节 8:50-9:30			校						
第三节 9:40-10:20									
		眼保	健操						
第四节 10:35-11:15 第五节 11:25-12:05		本							
	<u>-11.23 12.031</u> 午餐午休								
第六节 13:10-13:50 第七节 14:00-14:40			课						
	大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50 第九节 16:00-16:40			程						

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第1周)

班级	高二	<6>	班主任	张焚	查涵			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	英语	校本课程	英语	数学			
第二节 8:50-9:30	自习	自习	自习	语文	英语			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	语文	英语	等级性科目走班	语文			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	校本课程	数学	创新	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	体育	数学	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	艺术	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

2025学年第一学期高二班级课表(第2周)

班级	高二	<6>	班主任	张奖	查涵			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	英语	校本课程	英语	数学			
第二节 8:50-9:30	自习	自习	自习	语文	英语			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	语文	英语	等级性科目走班	语文			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	校本课程	数学	创新	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	体育	数学	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	艺术	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
	大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第3周)

班级	高二	<6>	班主任	张丸	查涵		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	数学	英语	校本课程	英语	数学		
第二节 8:50-9:30	自习	自习	自习	语文	英语		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	语文	英语	等级性科目走班	语文		
		眼保	健操				
第四节 10:35-11:15	校本课程	数学	创新	等级性科目走班	自习		
第五节 11:25-12:05	自习	体育	数学	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	语文	艺术	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康			

2025学年第一学期高二班级课表(第4周)

班级	高二	<6>	班主任	张梦	陸涵		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	数学	英语	校本课程	英语	数学		
第二节 8:50-9:30	自习	自习	自习	语文	英语		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	语文	英语	等级性科目走班	语文		
		眼保					
第四节 10:35-11:15	校本课程	数学	创新	等级性科目走班	自习		
第五节 11:25-12:05	自习	体育	数学	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	语文	艺术	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康			

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第5周)

班级	高二	<6>	班主任	张丸	查涵			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	英语	校本课程	英语	数学			
第二节 8:50-9:30	自习	自习	自习	语文	英语			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	语文	英语	等级性科目走班	语文			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	校本课程	数学	创新	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	体育	数学	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	艺术	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

2025学年第一学期高二班级课表(第6周)

班级	高二	<6>	班主任	张奖	查涵			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	英语	校本课程	英语	数学			
第二节 8:50-9:30	自习	自习	自习	语文	英语			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	语文	英语	等级性科目走班	语文			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	校本课程	数学	创新	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	体育	数学	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	艺术	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
	大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第7周)

班级	高二	<6>	班主任	张丸	查涵			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	英语	校本课程	英语	数学			
第二节 8:50-9:30	自习	自习	自习	语文	英语			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	语文	英语	等级性科目走班	语文			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	校本课程	数学	创新	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	体育	数学	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	艺术	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

2025学年第一学期高二班级课表(第8周)

班级	高二	<6>	班主任	张久	 陸涵		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	数学	英语	校本课程	英语	数学		
第二节 8:50-9:30	自习	自习	自习	语文	英语		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	语文	英语	等级性科目走班	语文		
		眼保	健操				
第四节 10:35-11:15	校本课程	数学	创新	等级性科目走班	自习		
第五节 11:25-12:05	自习	体育	数学	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	语文	艺术	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康			

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第9周)

2025学年第一学期高二班级课表(第9周)							
班级	高二	<6>	班主任	张梦	查涵		
	周一	周二	周三	周四	周五		
		学	农				
		·	••				

2025学年第一学期高二班级课表(第10周)

班级	高二	<6>	班主任	张纯	查涵			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	英语	校本课程	英语	数学			
第二节 8:50-9:30	自习	自习	自习	语文	英语			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	语文	英语	等级性科目走班	语文			
	眼保健操							
第四节 10:35-11:15	校本课程	数学	创新	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	体育	数学	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	艺术	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第11周)

班级	高二	<6>	班主任	张纯	查涵		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	数学				数学		
第二节 8:50-9:30	自习		英语				
第三节 9:40-10:20	体育与健康		期 _ 				
		眼保	健操				
第四节 10:35-11:15	校本课程						
第五节 11:25-12:05	自习		中	合格性科目走班			
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	语文		-tv.		合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班		考		合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班) B		班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班		试				

2025学年第一学期高二班级课表(第12周)

班级	高二	<6>	班主任	张纯	查涵				
	周一	周二	周三	周四	周五				
第一节 8:00-8:40	数学	英语	校本课程	英语	数学				
第二节 8:50-9:30	自习	自习	自习	语文	英语				
第三节 9:40-10:20	体育与健康	语文	英语	等级性科目走班	语文				
	眼保健操								
第四节 10:35-11:15	校本课程	数学	创新	等级性科目走班	自习				
第五节 11:25-12:05	自习	体育	数学	等级性科目走班	合格性科目走班				
		午餐	午休						
第六节 13:10-13:50	语文	艺术	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班				
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班				
大课间(含眼保健操)									
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会				
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康					

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第13周)

班级	高二	<6>	班主任	张焚	查涵			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	英语	校本课程	英语	数学			
第二节 8:50-9:30	自习	自习	自习	语文	英语			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	语文	英语	等级性科目走班	语文			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	校本课程	数学	创新	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	体育	数学	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	艺术	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

2025学年第一学期高二班级课表(第14周)

班级	高二	<6>	班主任	张纯	查涵				
	周一	周二	周三	周四	周五				
第一节 8:00-8:40	数学	英语	校本课程	英语	数学				
第二节 8:50-9:30	自习	自习	自习	语文	英语				
第三节 9:40-10:20	体育与健康	语文	英语	等级性科目走班	语文				
	眼保健操								
第四节 10:35-11:15	校本课程	数学	创新	等级性科目走班	自习				
第五节 11:25-12:05	自习	体育	数学	等级性科目走班	合格性科目走班				
		午餐	午休						
第六节 13:10-13:50	语文	艺术	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班				
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班				
	大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会				
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康					

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第15周)

班级	高二	<6>	班主任	张丸	查涵			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	英语	校本课程	英语	数学			
第二节 8:50-9:30	自习	自习	自习	语文	英语			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	语文	英语	等级性科目走班	语文			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	校本课程	数学	创新	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	体育	数学	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	艺术	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

2025学年第一学期高二班级课表(第16周)

班级	高二	<6>	班主任	张类	查涵				
	周一	周二	周三	周四	周五				
第一节 8:00-8:40	数学	英语	校本课程	英语	数学				
第二节 8:50-9:30	自习	自习	自习	语文	英语				
第三节 9:40-10:20	体育与健康	语文	英语	等级性科目走班	语文				
		眼保	健操						
第四节 10:35-11:15	校本课程	数学	创新	等级性科目走班	自习				
第五节 11:25-12:05	自习	体育	数学	等级性科目走班	合格性科目走班				
		午餐	午休						
第六节 13:10-13:50	语文	艺术	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班				
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班				
	大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会				
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康					

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第17周)

班级	高二	<6>	班主任	张丸	查涵			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	英语	校本课程	英语	数学			
第二节 8:50-9:30	自习	自习	自习	语文	英语			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	语文	英语	等级性科目走班	语文			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	校本课程	数学	创新	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	体育	数学	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	艺术	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

2025学年第一学期高二班级课表(第18周)

班级	高二	<6>	班主任	张纯	查涵				
	周一	周二	周三	周四	周五				
第一节 8:00-8:40	数学	英语	校本课程	英语	数学				
第二节 8:50-9:30	自习	自习	自习	语文	英语				
第三节 9:40-10:20	体育与健康	语文	英语	等级性科目走班	语文				
	眼保健操								
第四节 10:35-11:15	校本课程	数学	创新	等级性科目走班	自习				
第五节 11:25-12:05	自习	体育	数学	等级性科目走班	合格性科目走班				
		午餐	午休						
第六节 13:10-13:50	语文	艺术	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班				
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班				
	大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会				
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康					

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第19周)

班级	高二	<6>	班主任	张丸	查涵			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	英语	校本课程	英语	数学			
第二节 8:50-9:30	自习	自习	自习	语文	英语			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	语文	英语	等级性科目走班	语文			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	校本课程	数学	创新	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	体育	数学	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	艺术	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

2025学年第一学期高二班级课表(第20周)

班级	高二	<6>	班主任	张纯	查涵				
	周一	周二	周三	周四	周五				
第一节 8:00-8:40	数学	英语	校本课程	英语	数学				
第二节 8:50-9:30	自习	自习	自习	语文	英语				
第三节 9:40-10:20	体育与健康	语文	英语	等级性科目走班	语文				
	眼保健操								
第四节 10:35-11:15	校本课程	数学	创新	等级性科目走班	自习				
第五节 11:25-12:05	自习	体育	数学	等级性科目走班	合格性科目走班				
		午餐	午休						
第六节 13:10-13:50	语文	艺术	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班				
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班				
	大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会				
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康					

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第21周)

班级	高二	<6>	班主任	张李	查涵		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	数学				数学		
第二节 8:50-9:30	自习		英语				
第三节 9:40-10:20	体育与健康			语文			
	眼保健操						
第四节 10:35-11:15	校本课程		自习				
第五节 11:25-12:05	自习		末	合格性科目走班			
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	语文		考		合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班		与		合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班		<i></i>		班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班		试				

2025学年第一学期高二班级课表(第22周)

rie /r	·		rin) le	→1	±1. >→		
班级	高二	<6>	班主任	张列	陸涵		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节							
8:00-8:40							
第二节			校				
8:50-9:30			100				
第三节							
9:40-10:20							
		眼保	健操				
第四节							
10:35-11:15			本				
第五节			4				
11:25-12:05							
		午餐	午休				
第六节							
13:10-13:50			课				
第七节			i K				
14:00-14:40							
	大课间(含眼保健操)						
第八节							
15:10-15:50			程				
第九节			7.土				
16:00-16:40							

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第1周)

班级	高二	<7>	班主任	胡玮	月胤			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	艺术	校本课程	语文	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	自习	英语	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	语文			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	体育	英语	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	英语	创新	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	自习	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

2025学年第一学期高二班级课表(第2周)

班级	高二	<7>	班主任	胡玛	月胤				
	周一	周二	周三	周四	周五				
第一节 8:00-8:40	校本课程	艺术	校本课程	语文	英语				
第二节 8:50-9:30	自习	语文	自习	英语	数学				
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	语文				
	眼保健操								
第四节 10:35-11:15	数学	体育	英语	等级性科目走班	自习				
第五节 11:25-12:05	自习	英语	创新	等级性科目走班	合格性科目走班				
		午餐	午休						
第六节 13:10-13:50	语文	自习	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班				
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班				
	大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会				
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)					

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第3周)

班级	高二	<7>	班主任	胡玥胤				
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	艺术	校本课程	语文	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	自习	英语	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	语文			
	眼保健操							
第四节 10:35-11:15	数学	体育	英语	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	英语	创新	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	自习	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

2025学年第一学期高二班级课表(第4周)

班级	高二	<7>	班主任	胡玛	月胤		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	校本课程	艺术	校本课程	语文	英语		
第二节 8:50-9:30	自习	语文	自习	英语	数学		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	语文		
	眼保健操						
第四节 10:35-11:15	数学	体育	英语	等级性科目走班	自习		
第五节 11:25-12:05	自习	英语	创新	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	语文	自习	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)			

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第5周)

班级	高二	<7>	班主任	胡玥胤			
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	校本课程	艺术	校本课程	语文	英语		
第二节 8:50-9:30	自习	语文	自习	英语	数学		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	语文		
	眼保健操						
第四节 10:35-11:15	数学	体育	英语	等级性科目走班	自习		
第五节 11:25-12:05	自习	英语	创新	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	语文	自习	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)			

2025学年第一学期高二班级课表(第6周)

班级	高二	<7>	班主任	胡玮	月胤		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	校本课程	艺术	校本课程	语文	英语		
第二节 8:50-9:30	自习	语文	自习	英语	数学		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	语文		
	眼保健操						
第四节 10:35-11:15	数学	体育	英语	等级性科目走班	自习		
第五节 11:25-12:05	自习	英语	创新	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	语文	自习	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)			

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第7周)

班级	高二	<7>	班主任	胡玥胤				
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	艺术	校本课程	语文	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	自习	英语	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	语文			
	眼保健操							
第四节 10:35-11:15	数学	体育	英语	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	英语	创新	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	自习	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

2025学年第一学期高二班级课表(第8周)

班级	高二	<7>	班主任	胡玥胤			
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	校本课程	艺术	校本课程	语文	英语		
第二节 8:50-9:30	自习	语文	自习	英语	数学		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	语文		
	眼保健操						
第四节 10:35-11:15	数学	体育	英语	等级性科目走班	自习		
第五节 11:25-12:05	自习	英语	创新	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	语文	自习	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)			

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第9周)

2025学年第一学期高二班级课表(第9周)						
班级	高二	<7>	班主任	胡玮	月胤	
	周一	周二	周三	周四	周五	
		学	₩			
		4	N			

2025学年第一学期高二班级课表(第10周)

班级	高二	<7>	班主任	胡玥胤			
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	校本课程	艺术	校本课程	语文	英语		
第二节 8:50-9:30	自习	语文	自习	英语	数学		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	语文		
	眼保健操						
第四节 10:35-11:15	数学	体育	英语	等级性科目走班	自习		
第五节 11:25-12:05	自习	英语	创新	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	语文	自习	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)			

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第11周)

班级	高二	<7>	班主任	胡玥胤		
	周一	周二	周三	周四	周五	
第一节 8:00-8:40	校本课程				英语	
第二节 8:50-9:30	自习		期			
第三节 9:40-10:20	体育与健康				语文	
眼保健操						
第四节 10:35-11:15	数学		自习			
第五节 11:25-12:05	自习		合格性科目走班			
		午餐	午休			
第六节 13:10-13:50	1- 1- 기-					
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班		合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)						
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班		班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班		试			

2025学年第一学期高二班级课表(第12周)

班级	高二	<7>	班主任	胡玥胤			
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	校本课程	艺术	校本课程	语文	英语		
第二节 8:50-9:30	自习	语文	自习	英语	数学		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	语文		
	眼保健操						
第四节 10:35-11:15	数学	体育	英语	等级性科目走班	自习		
第五节 11:25-12:05	自习	英语	创新	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	语文	自习	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)			

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第13周)

班级	高二	<7>	班主任	胡玮	月胤			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	艺术	校本课程	语文	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	自习	英语	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	语文			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	体育	英语	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	英语	创新	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	自习	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

2025学年第一学期高二班级课表(第14周)

班级	高二	<7>	班主任	胡玛	月胤			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	艺术	校本课程	语文	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	自习	英语	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	语文			
	眼保健操							
第四节 10:35-11:15	数学	体育	英语	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	英语	创新	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	自习	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第15周)

班级	高二	<7>	班主任	胡玑	月胤			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	艺术	校本课程	语文	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	自习	英语	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	语文			
	眼保健操							
第四节 10:35-11:15	数学	体育	英语	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	英语	创新	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	自习	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

2025学年第一学期高二班级课表(第16周)

班级	高二	<7>	班主任	胡玮	月胤			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	艺术	校本课程	语文	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	自习	英语	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	语文			
	眼保健操							
第四节 10:35-11:15	数学	体育	英语	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	英语	创新	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	自习	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第17周)

班级	高二	<7>	班主任	胡玮	月胤			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	艺术	校本课程	语文	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	自习	英语	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	语文			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	体育	英语	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	英语	创新	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	自习	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

2025学年第一学期高二班级课表(第18周)

班级	高二	<7>	班主任	胡玮	月胤			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	艺术	校本课程	语文	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	自习	英语	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	语文			
	眼保健操							
第四节 10:35-11:15	数学	体育	英语	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	英语	创新	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	自习	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第19周)

班级	高二	<7>	班主任	胡玮	月胤			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	艺术	校本课程	语文	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	自习	英语	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	语文			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	体育	英语	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	英语	创新	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	自习	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

2025学年第一学期高二班级课表(第20周)

班级	高二	<7>	班主任	胡玮	月胤			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	艺术	校本课程	语文	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	自习	英语	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	语文			
	眼保健操							
第四节 10:35-11:15	数学	体育	英语	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	英语	创新	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	自习	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第21周)

高二 班级 <7> 班主任 胡玥胤 周一 周二 周三 周四 周五 第一节 校本课程 英语 8:00-8:40 第二节 期 数学 自习 8:50-9:30 第三节 体育与健康 语文 9:40-10:20 眼保健操 第四节 数学 自习 10:35-11:15 末 第五节 自习 合格性科目走班 11:25-12:05 午餐午休 第六节 语文 合格性科目走班 13:10-13:50 考 第七节 合格性科目走班 等级性科目走班 14:00-14:40 大课间(含眼保健操) 第八节 等级性科目走班 班会 15:10-15:50 试 第九节 等级性科目走班 16:00-16:40

2025学年第一学期高二班级课表(第22周)

班级	高二	<7>	班主任	胡玉	—————— 月胤			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40								
第二节 8:50-9:30			校					
第三节 9:40-10:20								
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15 第五节 11:25-12:05			本					
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50 第七节 14:00-14:40		课						
	大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50 第九节 16:00-16:40			程					

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第1周)

班级	高二	<8>	班主任	张	园			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	数学	数学	英语	语文			
第二节 8:50-9:30	语文	英语	创新	语文	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	英语	等级性科目走班	数学			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	语文	校本课程	等级性科目走班	英语			
第五节 11:25-12:05	自习	体育	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	艺术	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

2025学年第一学期高二班级课表(第2周)

班级	高二	<8>	班主任	张	园			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	数学	数学	英语	语文			
第二节 8:50-9:30	语文	英语	创新	语文	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	英语	等级性科目走班	数学			
	眼保健操							
第四节 10:35-11:15	数学	语文	校本课程	等级性科目走班	英语			
第五节 11:25-12:05	自习	体育	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	艺术	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第3周)

班级	高二	<8>	班主任	张	园			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	数学	数学	英语	语文			
第二节 8:50-9:30	语文	英语	创新	语文	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	英语	等级性科目走班	数学			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	语文	校本课程	等级性科目走班	英语			
第五节 11:25-12:05	自习	体育	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	艺术	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

2025学年第一学期高二班级课表(第4周)

班级	高二	<8>	班主任	张	园			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	数学	数学	英语	语文			
第二节 8:50-9:30	语文	英语	创新	语文	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	英语	等级性科目走班	数学			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	语文	校本课程	等级性科目走班	英语			
第五节 11:25-12:05	自习	体育	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	艺术	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
	大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第5周)

班级	高二	<8>	班主任	张	园		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	校本课程	数学	数学	英语	语文		
第二节 8:50-9:30	语文	英语	创新	语文	自习		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	英语	等级性科目走班	数学		
		眼保	健操				
第四节 10:35-11:15	数学	语文	校本课程	等级性科目走班	英语		
第五节 11:25-12:05	自习	体育	自习	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	自习	艺术	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)			

2025学年第一学期高二班级课表(第6周)

班级	高二	<8>	班主任	张	园			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	数学	数学	英语	语文			
第二节 8:50-9:30	语文	英语	创新	语文	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	英语	等级性科目走班	数学			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	语文	校本课程	等级性科目走班	英语			
第五节 11:25-12:05	自习	体育	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	艺术	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第7周)

班级	高二	<8>	班主任	张	园			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	数学	数学	英语	语文			
第二节 8:50-9:30	语文	英语	创新	语文	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	英语	等级性科目走班	数学			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	语文	校本课程	等级性科目走班	英语			
第五节 11:25-12:05	自习	体育	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	艺术	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

2025学年第一学期高二班级课表(第8周)

班级	高二	<8>	班主任	张	园			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	数学	数学	英语	语文			
第二节 8:50-9:30	语文	英语	创新	语文	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	英语	等级性科目走班	数学			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	语文	校本课程	等级性科目走班	英语			
第五节 11:25-12:05	自习	体育	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	艺术	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第9周)

2025字平第一字期尚 _一 班级保衣(第9周)						
班级	高二	<8>	班主任	张	园	
	周一	周二	周三	周四	周五	
		学	☆			
		· J				

2025学年第一学期高二班级课表(第10周)

班级	高二	<8>	班主任	张	园				
	周一	周二	周三	周四	周五				
第一节 8:00-8:40	校本课程	数学	数学	英语	语文				
第二节 8:50-9:30	语文	英语	创新	语文	自习				
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	英语	等级性科目走班	数学				
	眼保健操								
第四节 10:35-11:15	数学	语文	校本课程	等级性科目走班	英语				
第五节 11:25-12:05	自习	体育	自习	等级性科目走班	合格性科目走班				
		午餐	午休						
第六节 13:10-13:50	自习	艺术	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班				
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班				
	大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会				
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)					

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第11周)

班级	高二	<8>	班主任	张	园		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	校本课程				语文		
第二节 8:50-9:30	语文		期				
第三节 9:40-10:20	体育与健康		数学				
		眼保	健操				
第四节 10:35-11:15	数学		英语				
第五节 11:25-12:05	自习		中		合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	自习		- 1 Z-		合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班		考		合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班		<i>,</i> _ <i>t</i>		班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班		试				

2025学年第一学期高二班级课表(第12周)

班级	高二	<8>	班主任	张	园			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	数学	数学	英语	语文			
第二节 8:50-9:30	语文	英语	创新	语文	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	英语	等级性科目走班	数学			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	语文	校本课程	等级性科目走班	英语			
第五节 11:25-12:05	自习	体育	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	艺术	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第13周)

班级	高二	<8>	班主任	张	园		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	校本课程	数学	数学	英语	语文		
第二节 8:50-9:30	语文	英语	创新	语文	自习		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	英语	等级性科目走班	数学		
		眼保	健操				
第四节 10:35-11:15	数学	语文	校本课程	等级性科目走班	英语		
第五节 11:25-12:05	自习	体育	自习	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	自习	艺术	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)			

2025学年第一学期高二班级课表(第14周)

班级	高二	<8>	班主任	张	园			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	数学	数学	英语	语文			
第二节 8:50-9:30	语文	英语	创新	语文	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	英语	等级性科目走班	数学			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	语文	校本课程	等级性科目走班	英语			
第五节 11:25-12:05	自习	体育	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	艺术	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第15周)

班级	高二	<8>	班主任	张	园			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	数学	数学	英语	语文			
第二节 8:50-9:30	语文	英语	创新	语文	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	英语	等级性科目走班	数学			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	语文	校本课程	等级性科目走班	英语			
第五节 11:25-12:05	自习	体育	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	艺术	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

2025学年第一学期高二班级课表(第16周)

班级	高二	<8>	班主任	张	园		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	校本课程	数学	数学	英语	语文		
第二节 8:50-9:30	语文	英语	创新	语文	自习		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	英语	等级性科目走班	数学		
		眼保	健操				
第四节 10:35-11:15	数学	语文	校本课程	等级性科目走班	英语		
第五节 11:25-12:05	自习	体育	自习	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	自习	艺术	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)			

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第17周)

班级	高二	<8>	班主任	张	园		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	校本课程	数学	数学	英语	语文		
第二节 8:50-9:30	语文	英语	创新	语文	自习		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	英语	等级性科目走班	数学		
		眼保	健操				
第四节 10:35-11:15	数学	语文	校本课程	等级性科目走班	英语		
第五节 11:25-12:05	自习	体育	自习	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	自习	艺术	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)			

2025学年第一学期高二班级课表(第18周)

班级	高二	<8>	班主任	张	园		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	校本课程	数学	数学	英语	语文		
第二节 8:50-9:30	语文	英语	创新	语文	自习		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	英语	等级性科目走班	数学		
		眼保	健操				
第四节 10:35-11:15	数学	语文	校本课程	等级性科目走班	英语		
第五节 11:25-12:05	自习	体育	自习	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	自习	艺术	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)			

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第19周)

班级	高二	<8>	班主任	张	园		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	校本课程	数学	数学	英语	语文		
第二节 8:50-9:30	语文	英语	创新	语文	自习		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	英语	等级性科目走班	数学		
		眼保	健操				
第四节 10:35-11:15	数学	语文	校本课程	等级性科目走班	英语		
第五节 11:25-12:05	自习	体育	自习	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	自习	艺术	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)			

2025学年第一学期高二班级课表(第20周)

班级	高二	<8>	班主任	张	园			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	数学	数学	英语	语文			
第二节 8:50-9:30	语文	英语	创新	语文	自习			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	自习	英语	等级性科目走班	数学			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	语文	校本课程	等级性科目走班	英语			
第五节 11:25-12:05	自习	体育	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	自习	艺术	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	合格性科目走班			
	大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	校本课程	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	(长课时)				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第21周)

班级 高二 <8> 班主任 张园 周一 周二 周三 周四 周五 第一节 校本课程 语文 8:00-8:40 第二节 语文 期 自习 8:50-9:30 第三节 数学 体育与健康 9:40-10:20 眼保健操 第四节 数学 英语 10:35-11:15 末 第五节 自习 合格性科目走班 11:25-12:05 午餐午休 第六节 自习 合格性科目走班 13:10-13:50 考 第七节 等级性科目走班 合格性科目走班 14:00-14:40 大课间(含眼保健操) 第八节 等级性科目走班 班会 15:10-15:50 试 第九节 等级性科目走班 16:00-16:40

2025学年第一学期高二班级课表(第22周)

班级	高二	<8>	班主任	张	:园		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40							
第二节 8:50-9:30			校				
第三节 9:40-10:20							
0.10 10.20		眼保健操					
第四节							
10:35-11:15			本				
第五节			7				
11:25-12:05							
		午餐	午休				
第六节							
13:10-13:50			课				
第七节							
14:00-14:40							
	大课间(含眼保健操)						
第八节							
15:10-15:50			程				
第九节			11-				
16:00-16:40							

2025学年第一学期高二班级课表(第1周)

班级	高二	<9>	班主任	陆	胤			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	体育	艺术	语文	数学			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	英语	英语	英语			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	语文			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	英语	校本课程	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	自习	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	创新	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

2025学年第一学期高二班级课表(第2周)

班级	高二	<9>	班主任	陆	胤		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	校本课程	体育	艺术	语文	数学		
第二节 8:50-9:30	自习	语文	英语	英语	英语		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	语文		
		眼保	健操				
第四节 10:35-11:15	数学	英语	校本课程	等级性科目走班	自习		
第五节 11:25-12:05	自习	自习	自习	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	语文	创新	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康			

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第3周)

班级	高二	<9>	班主任	陆	胤			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	体育	艺术	语文	数学			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	英语	英语	英语			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	语文			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	英语	校本课程	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	自习	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	创新	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

2025学年第一学期高二班级课表(第4周)

班级	高二	<9>	班主任	陆	胤				
	周一	周二	周三	周四	周五				
第一节 8:00-8:40	校本课程	体育	艺术	语文	数学				
第二节 8:50-9:30	自习	语文	英语	英语	英语				
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	语文				
		眼保	健操						
第四节 10:35-11:15	数学	英语	校本课程	等级性科目走班	自习				
第五节 11:25-12:05	自习	自习	自习	等级性科目走班	合格性科目走班				
		午餐	午休						
第六节 13:10-13:50	语文	创新	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班				
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班				
	大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会				
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康					

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第5周)

班级	高二	<9>	班主任	陆	胤		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	校本课程	体育	艺术	语文	数学		
第二节 8:50-9:30	自习	语文	英语	英语	英语		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	语文		
		眼保	健操				
第四节 10:35-11:15	数学	英语	校本课程	等级性科目走班	自习		
第五节 11:25-12:05	自习	自习	自习	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	语文	创新	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康			

2025学年第一学期高二班级课表(第6周)

班级	高二	<9>	班主任	陆	胤			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	体育	艺术	语文	数学			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	英语	英语	英语			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	语文			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	英语	校本课程	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	自习	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	创新	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第7周)

班级	高二	<9>	班主任	陆	胤			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	体育	艺术	语文	数学			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	英语	英语	英语			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	语文			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	英语	校本课程	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	自习	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	创新	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

2025学年第一学期高二班级课表(第8周)

班级	高二	<9>	班主任	陆	胤			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	体育	艺术	语文	数学			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	英语	英语	英语			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	语文			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	英语	校本课程	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	自习	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	创新	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第9周)

2025学年第一学期高二班级课表(第9周)							
班级	高二	<9>	班主任	陆胤			
	周一	周二	周三	周四	周五		
		学	农				

2025学年第一学期高二班级课表(第10周)

班级	高二	<9>	班主任	陆	胤			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	体育	艺术	语文	数学			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	英语	英语	英语			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	语文			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	英语	校本课程	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	自习	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	创新	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

备注: 如有调整, 以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第11周)

班级	高二	<9>	班主任	陆	胤			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程				数学			
第二节 8:50-9:30	自习		英语					
第三节 9:40-10:20	体育与健康			语文				
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学		自习					
第五节 11:25-12:05	自习		中					
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文		-1 Z-		合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班		考		合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班							
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班		试					

2025学年第一学期高二班级课表(第12周)

班级	高二	<9>	班主任	陆	胤			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	体育	艺术	语文	数学			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	英语	英语	英语			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	语文			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	英语	校本课程	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	自习	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	创新	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

备注: 如有调整, 以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第13周)

班级	高二	<9>	班主任	陆	胤			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	体育	艺术	语文	数学			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	英语	英语	英语			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	语文			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	英语	校本课程	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	自习	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	创新	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

2025学年第一学期高二班级课表(第14周)

班级	高二	<9>	班主任	陆	胤		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	校本课程	体育	艺术	语文	数学		
第二节 8:50-9:30	自习	语文	英语	英语	英语		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	语文		
		眼保	健操				
第四节 10:35-11:15	数学	英语	校本课程	等级性科目走班	自习		
第五节 11:25-12:05	自习	自习	自习	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	语文	创新	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康			

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第15周)

班级	高二	<9>	班主任	陆	胤			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	体育	艺术	语文	数学			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	英语	英语	英语			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	语文			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	英语	校本课程	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	自习	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	创新	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

2025学年第一学期高二班级课表(第16周)

班级	高二	<9>	班主任	陆	胤		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	校本课程	体育	艺术	语文	数学		
第二节 8:50-9:30	自习	语文	英语	英语	英语		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	语文		
		眼保	健操				
第四节 10:35-11:15	数学	英语	校本课程	等级性科目走班	自习		
第五节 11:25-12:05	自习	自习	自习	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	语文	创新	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康			

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第17周)

班级	高二	<9>	班主任	陆	胤			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	体育	艺术	语文	数学			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	英语	英语	英语			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	语文			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	英语	校本课程	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	自习	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	创新	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

2025学年第一学期高二班级课表(第18周)

班级	高二	<9>	班主任	陆	胤			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	体育	艺术	语文	数学			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	英语	英语	英语			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	语文			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	数学	英语	校本课程	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	自习	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	创新	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第19周)

班级	高二	<9>	班主任	陆	胤		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	校本课程	体育	艺术	语文	数学		
第二节 8:50-9:30	自习	语文	英语	英语	英语		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	语文		
		眼保	健操				
第四节 10:35-11:15	数学	英语	校本课程	等级性科目走班	自习		
第五节 11:25-12:05	自习	自习	自习	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	语文	创新	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康			

2025学年第一学期高二班级课表(第20周)

班级	高二	<9>	班主任	陆	胤			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	校本课程	体育	艺术	语文	数学			
第二节 8:50-9:30	自习	语文	英语	英语	英语			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	数学	等级性科目走班	语文			
	眼保健操							
第四节 10:35-11:15	数学	英语	校本课程	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	自习	自习	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	创新	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
	大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第21周)

班级 高二 <9> 班主任 陆胤 周一 周二 周三 周四 周五 第一节 校本课程 数学 8:00-8:40 第二节 期 英语 自习 8:50-9:30 第三节 体育与健康 语文 9:40-10:20 眼保健操 第四节 数学 自习 10:35-11:15 末 第五节 自习 合格性科目走班 11:25-12:05 午餐午休 第六节 语文 合格性科目走班 13:10-13:50 考 第七节 合格性科目走班 等级性科目走班 14:00-14:40 大课间(含眼保健操) 第八节 等级性科目走班 班会 15:10-15:50 试 第九节 等级性科目走班 16:00-16:40

2025学年第一学期高二班级课表(第22周)

班级	高二	<9>	班主任	陆	胤		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40							
第二节 8:50-9:30			校				
第三节 9:40-10:20							
0.10 10.20		眼保	健操				
第四节							
10:35-11:15			本				
第五节			4				
11:25-12:05							
		午餐	午休				
第六节							
13:10-13:50			课				
第七节			VK.				
14:00-14:40							
	大课间(含眼保健操)						
第八节							
15:10-15:50			程				
第九节			7土				
16:00-16:40							

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第1周)

班级	高二	<10>	班主任	高立	江洋			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	英语	校本课程	英语	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	自习	自习	语文	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	英语	等级性科目走班	语文			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	数学	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	创新	艺术	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	体育	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
	大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

2025学年第一学期高二班级课表(第2周)

班级	高二	<10>	班主任	高」	立洋			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	英语	校本课程	英语	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	自习	自习	语文	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	英语	等级性科目走班	语文			
	眼保健操							
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	数学	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	创新	艺术	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	体育	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
	大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

备注: 如有调整, 以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第3周)

班级	高二	<10>	班主任	高立	江洋		
	周一	周二	周三	周四	周五		
第一节 8:00-8:40	数学	英语	校本课程	英语	英语		
第二节 8:50-9:30	自习	自习	自习	语文	数学		
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	英语	等级性科目走班	语文		
		眼保	健操				
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	数学	等级性科目走班	自习		
第五节 11:25-12:05	自习	创新	艺术	等级性科目走班	合格性科目走班		
		午餐	午休				
第六节 13:10-13:50	语文	体育	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班		
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班		
大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会		
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康			

2025学年第一学期高二班级课表(第4周)

班级	高二	<10>	班主任	高立	江洋				
	周一	周二	周三	周四	周五				
第一节 8:00-8:40	数学	英语	校本课程	英语	英语				
第二节 8:50-9:30	自习	自习	自习	语文	数学				
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	英语	等级性科目走班	语文				
		眼保	健操						
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	数学	等级性科目走班	自习				
第五节 11:25-12:05	自习	创新	艺术	等级性科目走班	合格性科目走班				
		午餐	午休						
第六节 13:10-13:50	语文	体育	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班				
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班				
	大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会				
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康					

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第5周)

班级	高二	<10>	班主任	高立	江洋				
	周一	周二	周三	周四	周五				
第一节 8:00-8:40	数学	英语	校本课程	英语	英语				
第二节 8:50-9:30	自习	自习	自习	语文	数学				
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	英语	等级性科目走班	语文				
	眼保健操								
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	数学	等级性科目走班	自习				
第五节 11:25-12:05	自习	创新	艺术	等级性科目走班	合格性科目走班				
		午餐	午休						
第六节 13:10-13:50	语文	体育	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班				
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班				
	大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会				
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康					

2025学年第一学期高二班级课表(第6周)

班级	高二	<10>	班主任	高」	江洋			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	英语	校本课程	英语	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	自习	自习	语文	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	英语	等级性科目走班	语文			
	眼保健操							
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	数学	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	创新	艺术	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	体育	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
	大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第7周)

班级	高二	<10>	班主任	高立	江洋				
	周一	周二	周三	周四	周五				
第一节 8:00-8:40	数学	英语	校本课程	英语	英语				
第二节 8:50-9:30	自习	自习	自习	语文	数学				
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	英语	等级性科目走班	语文				
	眼保健操								
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	数学	等级性科目走班	自习				
第五节 11:25-12:05	自习	创新	艺术	等级性科目走班	合格性科目走班				
		午餐	午休						
第六节 13:10-13:50	语文	体育	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班				
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班				
	大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会				
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康					

2025学年第一学期高二班级课表(第8周)

班级	高二	<10>	班主任	高立	江洋				
	周一	周二	周三	周四	周五				
第一节 8:00-8:40	数学	英语	校本课程	英语	英语				
第二节 8:50-9:30	自习	自习	自习	语文	数学				
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	英语	等级性科目走班	语文				
		眼保	健操						
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	数学	等级性科目走班	自习				
第五节 11:25-12:05	自习	创新	艺术	等级性科目走班	合格性科目走班				
		午餐	午休						
第六节 13:10-13:50	语文	体育	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班				
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班				
	大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会				
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康					

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第9周)

	2025学年第一学期高二班级课表(第9周)					
高二	<10>	班主任	高立	江洋		
周一	周二	周三	周四	周五		
	学	农				
		周一 周二		周一 周二 周三 周四		

2025学年第一学期高二班级课表(第10周)

班级	高二	<10>	班主任	高立	江洋				
	周一	周二	周三	周四	周五				
第一节 8:00-8:40	数学	英语	校本课程	英语	英语				
第二节 8:50-9:30	自习	自习	自习	语文	数学				
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	英语	等级性科目走班	语文				
		眼保	健操						
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	数学	等级性科目走班	自习				
第五节 11:25-12:05	自习	创新	艺术	等级性科目走班	合格性科目走班				
		午餐	午休						
第六节 13:10-13:50	语文	体育	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班				
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班				
	大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会				
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康					

备注: 如有调整, 以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第11周)

班级	高二	<10>	班主任	高	立洋				
	周一	周二	周三	周四	周五				
第一节 8:00-8:40	数学				英语				
第二节 8:50-9:30	自习		数学						
第三节 9:40-10:20	体育与健康		语文						
		眼保	健操						
第四节 10:35-11:15	校本课程		自习						
第五节 11:25-12:05	自习		合格性科目走班						
		午餐	午休						
第六节 13:10-13:50	语文		考		合格性科目走班				
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班		与		合格性科目走班				
	大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班		<i>,</i> _ <i>t</i>		班会				
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班		试						

2025学年第一学期高二班级课表(第12周)

班级	高二	<10>	班主任	高立	 注			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	英语	校本课程	英语	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	自习	自习	语文	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	英语	等级性科目走班	语文			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	数学	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	创新	艺术	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	体育	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
	大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

备注: 如有调整, 以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第13周)

班级	高二	<10>	班主任	高立	江洋			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	英语	校本课程	英语	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	自习	自习	语文	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	英语	等级性科目走班	语文			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	数学	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	创新	艺术	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	体育	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

2025学年第一学期高二班级课表(第14周)

班级	高二	<10>	班主任	高」	立洋				
	周一	周二	周三	周四	周五				
第一节 8:00-8:40	数学	英语	校本课程	英语	英语				
第二节 8:50-9:30	自习	自习	自习	语文	数学				
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	英语	等级性科目走班	语文				
		眼保	健操						
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	数学	等级性科目走班	自习				
第五节 11:25-12:05	自习	创新	艺术	等级性科目走班	合格性科目走班				
		午餐	午休						
第六节 13:10-13:50	语文	体育	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班				
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班				
	大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会				
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康					

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第15周)

班级	高二	<10>	班主任	高立	江洋			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	英语	校本课程	英语	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	自习	自习	语文	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	英语	等级性科目走班	语文			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	数学	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	创新	艺术	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	体育	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

2025学年第一学期高二班级课表(第16周)

班级	高二	<10>	班主任	高」	立洋			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	英语	校本课程	英语	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	自习	自习	语文	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	英语	等级性科目走班	语文			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	数学	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	创新	艺术	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	体育	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
	大课间(含眼保健操)							
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第17周)

班级	高二	<10>	班主任	高立	江洋			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	英语	校本课程	英语	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	自习	自习	语文	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	英语	等级性科目走班	语文			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	数学	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	创新	艺术	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	体育	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

2025学年第一学期高二班级课表(第18周)

班级	高二	<10>	班主任	高」	立洋				
	周一	周二	周三	周四	周五				
第一节 8:00-8:40	数学	英语	校本课程	英语	英语				
第二节 8:50-9:30	自习	自习	自习	语文	数学				
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	英语	等级性科目走班	语文				
		眼保	健操						
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	数学	等级性科目走班	自习				
第五节 11:25-12:05	自习	创新	艺术	等级性科目走班	合格性科目走班				
		午餐	午休						
第六节 13:10-13:50	语文	体育	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班				
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班				
	大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会				
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康					

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第19周)

班级	高二	<10>	班主任	高立	江洋			
	周一	周二	周三	周四	周五			
第一节 8:00-8:40	数学	英语	校本课程	英语	英语			
第二节 8:50-9:30	自习	自习	自习	语文	数学			
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	英语	等级性科目走班	语文			
		眼保	健操					
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	数学	等级性科目走班	自习			
第五节 11:25-12:05	自习	创新	艺术	等级性科目走班	合格性科目走班			
		午餐	午休					
第六节 13:10-13:50	语文	体育	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班			
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班			
大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会			
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康				

2025学年第一学期高二班级课表(第20周)

班级	高二	<10>	班主任	高立	江洋				
	周一	周二	周三	周四	周五				
第一节 8:00-8:40	数学	英语	校本课程	英语	英语				
第二节 8:50-9:30	自习	自习	自习	语文	数学				
第三节 9:40-10:20	体育与健康	数学	英语	等级性科目走班	语文				
		眼保	健操						
第四节 10:35-11:15	校本课程	语文	数学	等级性科目走班	自习				
第五节 11:25-12:05	自习	创新	艺术	等级性科目走班	合格性科目走班				
		午餐	午休						
第六节 13:10-13:50	语文	体育	等级性科目走班	校本课程	合格性科目走班				
第七节 14:00-14:40	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	(长课时)	合格性科目走班				
	大课间(含眼保健操)								
第八节 15:10-15:50	等级性科目走班	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	班会				
第九节 16:00-16:40	等级性科目走班	等级性科目走班	体育与健康	体育与健康					

备注: 如有调整,以实际情况为准

2025学年第一学期高二班级课表(第21周)

高二 班级 <10> 班主任 高立洋 周一 周二 周三 周四 周五 第一节 数学 英语 8:00-8:40 第二节 期 数学 自习 8:50-9:30 第三节 体育与健康 语文 9:40-10:20 眼保健操 第四节 校本课程 自习 10:35-11:15 末 第五节 自习 合格性科目走班 11:25-12:05 午餐午休 第六节 语文 合格性科目走班 13:10-13:50 考 第七节 合格性科目走班 等级性科目走班 14:00-14:40 大课间(含眼保健操) 第八节 等级性科目走班 班会 15:10-15:50 试 第九节 等级性科目走班 16:00-16:40

2025学年第一学期高二班级课表(第22周)

班级	高二	<10>	班主任	高」	江洋
	周一	周二	周三	周四	周五
第一节					
8:00-8:40 第二节					
8:50-9:30			校		
第三节					
9:40-10:20					
		眼保	健操		
第四节					
10:35-11:15			本		
第五节			•		
11:25-12:05					
		午 餐 ————	午休 		
第六节					
13:10-13:50 第七节			课		
14:00-14:40					
		大课间(含	眼保健操)		
第八节					
15:10-15:50			40		
第九节			程		
16:00-16:40					

备注: 如有调整,以实际情况为准