

课 程 表

班级：七1

班主任：王旸

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08:00-08:40	生物学	道德与法治	数学	体育与健康	英语
课间	08:40-08:50	课间				
第二节	08:50-09:30	体育与健康	英语	英语	语文	语文
大课间活动	09:30-10:00	大课间活动				
眼保健操	10:00-10:05	眼保健操				
第三节	10:05-10:45	地理	语文	地理	历史	数学
课间	10:45-10:55	课间				
第四节	10:55-11:35	校本课程	劳动	语文	英语	体育与健康
课间	11:35-13:00	课间				
第五节	13:00-13:40	历史	信息科技	校本课程	生物学	班团队活动
课间	13:40-13:50	课间				
眼保健操	13:50-13:55	眼保健操				
第六节	13:55-14:35	语文	人工智能基础	道德与法治	数学	语文
课间	14:35-14:45	课间				
第七节	14:45-15:25	数学	数学	美术	综合实践活动	音乐
课间	15:25-15:35	课间				
第八节	15:35-16:15					校本课程
课后服务	15:35-16:15	第一时段：作业辅导				
	16:30-17:30	第二时段：个性拓展				

备注：第7周秋季社会实践，第9周教学质量检测，第19周教学质量检测。

课 程 表

班级：七2

班主任：冯康净

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08:00-08:40	道德与法治	英语	语文	语文	数学
课间	08:40-08:50	课间				
第二节	08:50-09:30	语文	生物学	道德与法治	地理	英语
大课间活动	09:30-10:00	大课间活动				
眼保健操	10:00-10:05	眼保健操				
第三节	10:05-10:45	历史	劳动	数学	数学	信息科技
课间	10:45-10:55	课间				
第四节	10:55-11:35	体育与健康	音乐	校本课程	体育与健康	人工智能基础
课间	11:35-13:00	课间				
第五节	13:00-13:40	英语	地理	校本课程	美术	班团队活动
课间	13:40-13:50	课间				
眼保健操	13:50-13:55	眼保健操				
第六节	13:55-14:35	语文	数学	生物学	英语	体育与健康
课间	14:35-14:45	课间				
第七节	14:45-15:25	数学	语文	历史	综合实践活动	语文
课间	15:25-15:35	课间				
第八节	15:35-16:15					校本课程
课后服务	15:35-16:15	第一时段：作业辅导				
	16:30-17:30	第二时段：个性拓展				

备注：第7周秋季社会实践，第9周教学质量检测，第19周教学质量检测。

课 程 表

班级：七3

班主任：李选伟

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08:00-08:40	数学	历史	语文	语文	数学
课间	08:40-08:50	课间				
第二节	08:50-09:30	地理	音乐	数学	体育与健康	英语
大课间活动	09:30-10:00	大课间活动				
眼保健操	10:00-10:05	眼保健操				
第三节	10:05-10:45	生物学	英语	英语	劳动	语文
课间	10:45-10:55	课间				
第四节	10:55-11:35	道德与法治	语文	历史	校本课程	体育与健康
课间	11:35-13:00	课间				
第五节	13:00-13:40	英语	数学	校本课程	数学	班团队活动
课间	13:40-13:50	课间				
眼保健操	13:50-13:55	眼保健操				
第六节	13:55-14:35	语文	语文	人工智能基础	道德与法治	美术
课间	14:35-14:45	课间				
第七节	14:45-15:25	体育与健康	地理	信息科技	综合实践活动	生物学
课间	15:25-15:35	课间				
第八节	15:35-16:15					校本课程
课后服务	15:35-16:15	第一时段：作业辅导				
	16:30-17:30	第二时段：个性拓展				

备注：第7周秋季社会实践，第9周教学质量检测，第19周教学质量检测。

课 程 表

班级：七4

班主任：顾力超

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08:00-08:40	语文	劳动	历史	地理	道德与法治
课间	08:40-08:50	课间				
第二节	08:50-09:30	数学	数学	数学	英语	语文
大课间活动	09:30-10:00	大课间活动				
眼保健操	10:00-10:05	眼保健操				
第三节	10:05-10:45	校本课程	地理	生物学	语文	体育与健康
课间	10:45-10:55	课间				
第四节	10:55-11:35	体育与健康	道德与法治	英语	体育与健康	历史
课间	11:35-13:00	课间				
第五节	13:00-13:40	信息科技	语文	校本课程	音乐	班团队活动
课间	13:40-13:50	课间				
眼保健操	13:50-13:55	眼保健操				
第六节	13:55-14:35	人工智能基础	英语	美术	数学	数学
课间	14:35-14:45	课间				
第七节	14:45-15:25	语文	生物学	语文	综合实践活动	英语
课间	15:25-15:35	课间				
第八节	15:35-16:15					校本课程
课后服务	15:35-16:15	第一时段：作业辅导				
	16:30-17:30	第二时段：个性拓展				

备注：第7周秋季社会实践，第9周教学质量检测，第19周教学质量检测。

课 程 表

班级：七5

班主任：张芳

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08:00-08:40	语文	数学	数学	体育与健康	校本课程
课间	08:40-08:50	课间				
第二节	08:50-09:30	劳动	地理	语文	语文	地理
大课间活动	09:30-10:00	大课间活动				
眼保健操	10:00-10:05	眼保健操				
第三节	10:05-10:45	道德与法治	语文	英语	信息科技	数学
课间	10:45-10:55	课间				
第四节	10:55-11:35	美术	历史	音乐	人工智能基础	体育与健康
课间	11:35-13:00	课间				
第五节	13:00-13:40	英语	英语	校本课程	英语	班团队活动
课间	13:40-13:50	课间				
眼保健操	13:50-13:55	眼保健操				
第六节	13:55-14:35	数学	生物学	历史	数学	语文
课间	14:35-14:45	课间				
第七节	14:45-15:25	体育与健康	语文	生物学	综合实践劳动	道德与法治
课间	15:25-15:35	课间				
第八节	15:35-16:15					校本课程
课后服务	15:35-16:15	第一时段：作业辅导				
	16:30-17:30	第二时段：个性拓展				

备注：第7周秋季社会实践，第9周教学质量检测，第19周教学质量检测。

课 程 表

班级：七6

班主任：陈波

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08:00-08:40	英语	语文	生物学	历史	体育与健康
课间	08:40-08:50	课间				
第二节	08:50-09:30	语文	道德与法治	音乐	英语	数学
大课间活动	09:30-10:00	大课间活动				
眼保健操	10:00-10:05	眼保健操				
第三节	10:05-10:45	美术	信息科技	数学	语文	语文
课间	10:45-10:55	课间				
第四节	10:55-11:35	体育与健康	人工智能基础	英语	体育与健康	校本课程
课间	11:35-13:00	课间				
第五节	13:00-13:40	劳动	数学	校本课程	数学	班团队活动
课间	13:40-13:50	课间				
眼保健操	13:50-13:55	眼保健操				
第六节	13:55-14:35	地理	历史	语文	生物学	道德与法治
课间	14:35-14:45	课间				
第七节	14:45-15:25	数学	英语	语文	综合实践活动	地理
课间	15:25-15:35	课间				
第八节	15:35-16:15					校本课程
课后服务	15:35-16:15	第一时段：作业辅导				
	16:30-17:30	第二时段：个性拓展				

备注：第7周秋季社会实践，第9周教学质量检测，第19周教学质量检测。