

2025学年第一学期

年级：高一年级

课程		星期	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午	01	7: 10-7: 30	晨会、早自习	晨会、早自习	晨会、早自习	晨会、早自习	晨会、早自习
	02	7: 30-8: 00	体育锻炼	体育锻炼	体育锻炼	体育锻炼	体育锻炼
	03	8: 00-8: 40	英语	数学	英语	语文	数学
	04	8: 50-9: 30	数学	历史	数学	信息科技	语文
	05	9: 40-10: 20	语文	物理	语文	信息科技	英语
	06	10: 30-10: 35	眼保健操	眼保健操	眼保健操	眼保健操	眼保健操
	07	10: 35-11: 15	语文	英语	化学	英语	历史
下午	01	13: 20-14: 00	物理	体育与健康	物理	体育与健康	思想政治
	02	14: 10-14: 15	眼保健操	眼保健操	眼保健操	眼保健操	眼保健操
	03	14: 15-14: 55	通用技术	生命科学	体育与健康	数学	化学
	04	15: 05-15: 45	化学	语文	思想政治	生命科学	劳动
	05	15: 55-16: 35	地理	地理	艺术	地理	班会
	06	16: 40-17: 20	体育活动	社团活动	体育活动	社团活动	
晚上	01	18: 45-19: 40	晚自习	晚自习	晚自习	晚自习	
	02	19: 50-20: 45	晚自习	晚自习	晚自习	晚自习	