

2025学年第一学期华亭学校七年级1班周课表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20~9:00	语文	外语	语文	道德与法治	外语
课间	9:00~9:10					
第二节	9:10~9:50	数学	数学	校本课程	数学	语文
大课间	9:50~10:20					
第三节	10:20~11:05 (含眼保健操)	外语	艺术·美术	历史	语文	人工智能基础
课间	11:05~11:15					
第四节	11:15~11:55	历史	语文	数学	外语	数学
午休	11:55~13:00					
第五节	13:00~13:40	班团队活动	地理	体育与健康	体育与健康	地理
课间	13:40~13:50					
第六节	13:50~14:35 (含眼保健操)	道德与法治	生物学	生物学	语文	艺术·美术
课间	14:35~14:45					
第七节	14:45~15:25	校本课程	劳动	信息科技	综合实践活动	
大课间	15:25~15:50					
第八节	15:50~16:30		体育与健康	艺术·音乐		
课后服务		15:50~18:00	16:30~18:00	16:30~18:00	15:50~18:00	15:50~18:00

备注:

1.秋季研学活动安排在第9周。

2.一节体育与健康利用周一第七节校本课程开展。

3.一节体育活动利用周二至周五五大课间活动时间累计满40分钟实施。

4.学校周一、周四、周五提供三个时段的课后服务：第一时段：15:50-16:30，第二时段：16:30-17:30，第三时段：17:30-18:00.学生可根据实际，自主参与。

5.周二、周三第八节课，按照课程计划要求安排课务，提供二、三时段的课后服务：第二时段：16:30-17:30，第三时段：17:30-18:00.学生可根据实际，自主参与。

2025学年第一学期华亭学校七年级2班周课表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20~9:00	外语	数学	数学	外语	语文
课间	9:00~9:10					
第二节	9:10~9:50	数学	语文	语文	地理	校本课程
大课间	9:50~10:20					
第三节	10:20~11:05 (含眼保健操)	语文	人工智能基础	外语	数学	历史
课间	11:05~11:15					
第四节	11:15~11:55	道德与法治	外语	地理	语文	数学
午休	11:55~13:00					
第五节	13:00~13:40	班团队活动	体育与健康	信息科技	生物学	艺术·美术
课间	13:40~13:50					
第六节	13:50~14:35 (含眼保健操)	历史	劳动	体育与健康	体育与健康	校本课程
课间	14:35~14:45					
第七节	14:45~15:25	生物学	语文	艺术·美术	道德与法治	
大课间	15:25~15:50					
第八节	15:50~16:30		艺术·音乐	综合实践活动		
课后服务		15:50~18:00	16:30~18:00	16:30~18:00	15:50~18:00	15:50~18:00

备注：
1.秋季研学活动安排在第9 周。
2.一节体育与健康利用周三第六节校本课程开展。
3.一节体育活动利用周二至周五大课间活动时间累计满40分钟实施。
4.学校周一、周四、周五提供三个时段的课后服务：第一时段：15:50-16:30，第二时段：16:30-17:30，第三时段：17:30-18:00.学生可根据实际，自主参与。
5.周二、周三第八节课，按照课程计划要求安排课务，提供二、三时段的课后服务：第二时段：16:30-17:30，第三时段：17:30-18:00.学生可根据实际，自主参与。