上海市同凯中学2025学年第一学期周课表

（六年级 1 班级）

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 时间 | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
| 第一节 | 8:00-8:40 | 数学 | 科学 | 英语 | 语文 | 语文 |
| 大课间 | 8:40-9:10 |  |  |  |  |  |
| 第二节 | 9:15-9:55 | 地理 | 体育与健康 | 数学 | 人工智能基础 | 数学 |
| 课间/眼保健操 | 9:55-10:10 |  |  |  |  |  |
| 第三节 | 10:10-10:50 | 英语 | 数学 | 地理 | 校本课程 | 校本课程 |
| 课间 | 10:50-11:00 |  |  |  |  |  |
| 第四节 | 11:00-11:40 | 体育与健康 | 语文 | 音乐 | 音乐 | 校本课程 |
| 午休/午会/专题教育 | 12:00-12:50 |  |  |  |  |  |
| 第五节 | 13:00-13:40 | 语文 | 英语 | 语文 | 数学 | 班团队活动 |
| 课间 | 13:40-13:50 |  |  |  |  |  |
| 第六节 | 13:50-14:30 | 道德与法治 | 校本课程 | 道德与法治 | 科学 | 语文 |
| 课间/眼保健操 | 14:30-14:45 |  |  |  |  |  |
| 第七节 | 14:45-15:25 | 美术 | 校本课程 | 劳动 | 体育与健康 | 校本课程 |
| 课间 | 15:25-15:35 |  |  |  |  |  |
| 第八节 | 15:35-16:15 |  | 课后服务 | 校本课程 | 课后服务 | 课后服务 |
| 课间 | 16:15-16:25 |  |  |  |  |  |
| 课后服务 | 16:25-17:30 |  | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 |

（六年级 2 班级）

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 时间 | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
| 第一节 | 8:00-8:40 | 英语 | 数学 | 校本课程 | 语文 | 英语 |
| 大课间 | 8:40-9:10 |  |  |  |  |  |
| 第二节 | 9:15-9:55 | 劳动 | 语文 | 校本课程 | 数学 | 音乐 |
| 课间/眼保健操 | 9:55-10:10 |  |  |  |  |  |
| 第三节 | 10:10-10:50 | 体育与健康 | 体育与健康 | 语文 | 地理 | 校本课程 |
| 课间 | 10:50-11:00 |  |  |  |  |  |
| 第四节 | 11:00-11:40 | 数学 | 英语 | 数学 | 人工智能基础 | 语文 |
| 午休/午会/专题教育 | 12:00-12:50 |  |  |  |  |  |
| 第五节 | 13:00-13:40 | 校本课程 | 美术 | 语文 | 校本课程 | 班团队活动 |
| 课间 | 13:40-13:50 |  |  |  |  |  |
| 第六节 | 13:50-14:30 | 科学 | 地理 | 音乐 | 体育与健康 | 数学 |
| 课间/眼保健操 | 14:30-14:45 |  |  |  |  |  |
| 第七节 | 14:45-15:25 | 语文 | 道德与法治 | 道德与法治 | 科学 | 课后服务 |
| 课间 | 15:25-15:35 |  |  |  |  |  |
| 第八节 | 15:35-16:15 |  | 课后服务 | 课后服务 | 校本课程 | 课后服务 |
| 课间 | 16:15-16:25 |  |  |  |  |  |
| 课后服务 | 16:25-17:30 |  | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 |

（六年级 3 班级）

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 时间 | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
| 第一节 | 8:00-8:40 | 英语 | 语文 | 数学 | 道德与法治 | 英语 |
| 大课间 | 8:40-9:10 |  |  |  |  |  |
| 第二节 | 9:15-9:55 | 数学 | 科学 | 人工智能基础 | 科学 | 语文 |
| 课间/眼保健操 | 9:55-10:10 |  |  |  |  |  |
| 第三节 | 10:10-10:50 | 音乐 | 英语 | 语文 | 数学 | 校本课程 |
| 课间 | 10:50-11:00 |  |  |  |  |  |
| 第四节 | 11:00-11:40 | 语文 | 体育与健康 | 校本课程 | 地理 | 数学 |
| 午休/午会/专题教育 | 12:00-12:50 |  |  |  |  |  |
| 第五节 | 13:00-13:40 | 劳动 | 数学 | 地理 | 校本课程 | 班团队活动 |
| 课间 | 13:40-13:50 |  |  |  |  |  |
| 第六节 | 13:50-14:30 | 校本课程 | 校本课程 | 语文 | 语文 | 道德与法治 |
| 课间/眼保健操 | 14:30-14:45 |  |  |  |  |  |
| 第七节 | 14:45-15:25 | 体育与健康 | 美术 | 音乐 | 体育与健康 | 课后服务 |
| 课间 | 15:25-15:35 |  |  |  |  |  |
| 第八节 | 15:35-16:15 |  | 课后服务 | 校本课程 | 课后服务 | 课后服务 |
| 课间 | 16:15-16:25 |  |  |  |  |  |
| 课后服务 | 16:25-17:30 |  | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 |

（六年级 4 班级）

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 时间 | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
| 第一节 | 8:00-8:40 | 英语 | 英语 | 数学 | 语文 | 道德与法治 |
| 大课间 | 8:40-9:10 |  |  |  |  |  |
| 第二节 | 9:15-9:55 | 数学 | 体育与健康 | 美术 | 数学 | 语文 |
| 课间/眼保健操 | 9:55-10:10 |  |  |  |  |  |
| 第三节 | 10:10-10:50 | 体育与健康 | 语文 | 英语 | 音乐 | 校本课程 |
| 课间 | 10:50-11:00 |  |  |  |  |  |
| 第四节 | 11:00-11:40 | 科学 | 数学 | 地理 | 劳技 | 校本课程 |
| 午休/午会/专题教育 | 12:00-12:50 |  |  |  |  |  |
| 第五节 | 13:00-13:40 | 地理 | 校本课程 | 语文 | 校本课程 | 班团队活动 |
| 课间 | 13:40-13:50 |  |  |  |  |  |
| 第六节 | 13:50-14:30 | 语文 | 道德与法治 | 校本课程 | 体育与健康 | 数学 |
| 课间/眼保健操 | 14:30-14:45 |  |  |  |  |  |
| 第七节 | 14:45-15:25 | 音乐 | 人工智能基础 | 科学 | 语文 | 课后服务 |
| 课间 | 15:25-15:35 |  |  |  |  |  |
| 第八节 | 15:35-16:15 |  | 课后服务 | 课后服务 | 校本课程 | 课后服务 |
| 课间 | 16:15-16:25 |  |  |  |  |  |
| 课后服务 | 16:25-17:30 |  | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 |

（六年级 5 班级）

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 时间 | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
| 第一节 | 8:00-8:40 | 数学 | 语文 | 音乐 | 英语 | 数学 |
| 大课间 | 8:40-9:10 |  |  |  |  |  |
| 第二节 | 9:15-9:55 | 科学 | 数学 | 科学 | 语文 | 校本课程 |
| 课间/眼保健操 | 9:55-10:10 |  |  |  |  |  |
| 第三节 | 10:10-10:50 | 英语 | 英语 | 数学 | 人工智能基础 | 道德与法治 |
| 课间 | 10:50-11:00 |  |  |  |  |  |
| 第四节 | 11:00-11:40 | 语文 | 校本课程 | 校本课程 | 体育与健康 | 语文 |
| 午休/午会/专题教育 | 12:00-12:50 |  |  |  |  |  |
| 第五节 | 13:00-13:40 | 音乐 | 道德与法治 | 体育与健康 | 数学 | 班团队活动 |
| 课间 | 13:40-13:50 |  |  |  |  |  |
| 第六节 | 13:50-14:30 | 体育与健康 | 地理 | 语文 | 劳动 | 校本课程 |
| 课间/眼保健操 | 14:30-14:45 |  |  |  |  |  |
| 第七节 | 14:45-15:25 | 语文 | 写字 | 地理 | 美术 | 课后服务 |
| 课间 | 15:25-15:35 |  |  |  |  |  |
| 第八节 | 15:35-16:15 |  | 课后服务 | 校本课程 | 课后服务 | 课后服务 |
| 课间 | 16:15-16:25 |  |  |  |  |  |
| 课后服务 | 16:25-17:30 |  | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 |

（六年级 6 班级）

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 时间 | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
| 第一节 | 8:00-8:40 | 语文 | 数学 | 英语 | 数学 | 语文 |
| 大课间 | 8:40-9:10 |  |  |  |  |  |
| 第二节 | 9:15-9:55 | 道德与法治 | 科学 | 劳动 | 英语 | 校本课程 |
| 课间/眼保健操 | 9:55-10:10 |  |  |  |  |  |
| 第三节 | 10:10-10:50 | 英语 | 语文 | 数学 | 地理 | 校本课程 |
| 课间 | 10:50-11:00 |  |  |  |  |  |
| 第四节 | 11:00-11:40 | 数学 | 校本课程 | 体育与健康 | 语文 | 音乐 |
| 午休/午会/专题教育 | 12:00-12:50 |  |  |  |  |  |
| 第五节 | 13:00-13:40 | 体育与健康 | 英语 | 语文 | 体育与健康 | 班团队活动 |
| 课间 | 13:40-13:50 |  |  |  |  |  |
| 第六节 | 13:50-14:30 | 地理 | 人工智能基础 | 科学 | 美术 | 数学 |
| 课间/眼保健操 | 14:30-14:45 |  |  |  |  |  |
| 第七节 | 14:45-15:25 | 校本课程 | 道德与法治 | 校本课程 | 语文 | 课后服务 |
| 课间 | 15:25-15:35 |  |  |  |  |  |
| 第八节 | 15:35-16:15 |  | 课后服务 | 音乐 | 课后服务 | 课后服务 |
| 课间 | 16:15-16:25 |  |  |  |  |  |
| 课后服务 | 16:25-17:30 |  | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 2025学年六年级第一学期活动安排 | | | | | |
|  | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
| 第1周 |  |  |  |  |  |
| 第2周 |  |  |  |  |  |
| 第3周 |  |  |  |  |  |
| 第4周 |  |  |  |  |  |
| 第5周 |  |  | 运动会 |  |  |
| 第6周 |  |  |  |  |  |
| 第7周 |  |  |  |  | 社会实践活动 |
| 第8周 |  |  |  |  |  |
| 第9周 |  |  |  |  |  |
| 第10周 |  |  |  |  |  |
| 第11周 |  |  | 质量检测 | 质量检测 |  |
| 第12周 |  |  |  |  |  |
| 第13周 |  |  |  |  |  |
| 第14周 |  |  |  |  |  |
| 第15周 |  |  |  |  |  |
| 第16周 |  |  |  |  |  |
| 第17周 |  |  |  |  |  |
| 第18周 |  |  |  |  |  |
| 第19周 |  |  |  |  |  |
| 第20周 |  |  |  |  |  |
| 第21周 |  |  | 质量检测 | 质量检测 |  |
| 第22周 |  |  |  |  |  |

（七年级 1 班级）

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 时间 | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
| 第一节 | 8:00-8:40 | 数学 | 语文 | 数学 | 英语 | 道德与法治 |
| 大课间 | 8:40-9:10 |  |  |  |  |  |
| 第二节 | 9:15-9:55 | 地理 | 校本课程 | 语文 | 历史 | 数学 |
| 课间/眼保健操 | 9:55-10:10 |  |  |  |  |  |
| 第三节 | 10:10-10:50 | 语文 | 英语 | 英语 | 地理 | 语文 |
| 课间 | 10:50-11:00 |  |  |  |  |  |
| 第四节 | 11:00-11:40 | 英语 | 数学 | 人工智能基础 | 美术 | 校本课程 |
| 午休/午会/专题教育 | 12:00-12:50 |  |  |  |  |  |
| 第五节 | 13:00-13:40 | 美术 | 历史 | 体育与健康 | 体育与健康 | 班团队活动 |
| 课间 | 13:40-13:50 |  |  |  |  |  |
| 第六节 | 13:50-14:30 | 劳动 | 生物学 | 生物学 | 语文 | 校本课程 |
| 课间/眼保健操 | 14:30-14:45 |  |  |  |  |  |
| 第七节 | 14:45-15:25 | 体育与健康 | 道德与法治 | 语文 | 数学 | 课后服务 |
| 课间 | 15:25-15:35 |  |  |  |  |  |
| 第八节 | 15:35-16:15 |  | 课后服务 | 音乐 | 课后服务 | 课后服务 |
| 课间 | 16:15-16:25 |  |  |  |  |  |
| 课后服务 | 16:25-17:30 |  | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 |

（七年级 2班级）

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 时间 | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
| 第一节 | 8:00-8:40 | 语文 | 数学 | 道德与法治 | 语文 | 语文 |
| 大课间 | 8:40-9:10 |  |  |  |  |  |
| 第二节 | 9:15-9:55 | 美术 | 校本课程 | 英语 | 英语 | 数学 |
| 课间/眼保健操 | 9:55-10:10 |  |  |  |  |  |
| 第三节 | 10:10-10:50 | 英语 | 语文 | 美术 | 体育与健康 | 校本课程 |
| 课间 | 10:50-11:00 |  |  |  |  |  |
| 第四节 | 11:00-11:40 | 数学 | 地理 | 数学 | 数学 | 校本课程 |
| 午休/午会/专题教育 | 12:00-12:50 |  |  |  |  |  |
| 第五节 | 13:00-13:40 | 地理 | 道德与法治 | 语文 | 劳动 | 班团队活动 |
| 课间 | 13:40-13:50 |  |  |  |  |  |
| 第六节 | 13:50-14:30 | 体育与健康 | 历史 | 音乐 | 语文 | 英语 |
| 课间/眼保健操 | 14:30-14:45 |  |  |  |  |  |
| 第七节 | 14:45-15:25 | 生物学 | 生物学 | 体育与健康 | 人工智能基础 | 课后服务 |
| 课间 | 15:25-15:35 |  |  |  |  |  |
| 第八节 | 15:35-16:15 |  | 课后服务 | 历史 | 课后服务 | 课后服务 |
| 课间 | 16:15-16:25 |  |  |  |  |  |
| 课后服务 | 16:25-17:30 |  | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 |

（七年级 3班级）

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 时间 | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
| 第一节 | 8:00-8:40 | 英语 | 语文 | 数学 | 数学 | 英语 |
| 大课间 | 8:40-9:10 |  |  |  |  |  |
| 第二节 | 9:15-9:55 | 语文 | 生物学 | 音乐 | 语文 | 美术 |
| 课间/眼保健操 | 9:55-10:10 |  |  |  |  |  |
| 第三节 | 10:10-10:50 | 地理 | 人工智能基础 | 英语听说 | 英语 | 体活 |
| 课间 | 10:50-11:00 |  |  |  |  |  |
| 第四节 | 11:00-11:40 | 数学 | 体育与健康 | 语文 | 道德与法治 | 数学 |
| 午休/午会/专题教育 | 12:00-12:50 |  |  |  |  |  |
| 第五节 | 13:00-13:40 | 体育与健康 | 劳动 | 历史 | 校本课程 | 班团队活动 |
| 课间 | 13:40-13:50 |  |  |  |  |  |
| 第六节 | 13:50-14:30 | 道德与法治 | 数学 | 语文 | 地理 | 语文 |
| 课间/眼保健操 | 14:30-14:45 |  |  |  |  |  |
| 第七节 | 14:45-15:25 | 英语 | 历史 | 生物学 | 体育与健康 | 课后服务 |
| 课间 | 15:25-15:35 |  |  |  |  |  |
| 第八节 | 15:35-16:15 |  | 美术 | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 |
| 课间 | 16:15-16:25 |  |  |  |  |  |
| 课后服务 | 16:25-17:30 |  | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 |

（七年级 4班级）

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 时间 | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
| 第一节 | 8:00-8:40 | 英语 | 体育与健康 | 英语 | 语文 | 语文 |
| 大课间 | 8:40-9:10 |  |  |  |  |  |
| 第二节 | 9:15-9:55 | 数学 | 英语 | 数学 | 生物学 | 地理 |
| 课间/眼保健操 | 9:55-10:10 |  |  |  |  |  |
| 第三节 | 10:10-10:50 | 美术 | 语文 | 道德与法治 | 数学 | 校本课程 |
| 课间 | 10:50-11:00 |  |  |  |  |  |
| 第四节 | 11:00-11:40 | 体育与健康 | 人工智能基础 | 语文 | 英语 | 数学 |
| 午休/午会/专题教育 | 12:00-12:50 |  |  |  |  |  |
| 第五节 | 13:00-13:40 | 语文 | 数学 | 生物学 | 美术 | 班团队活动 |
| 课间 | 13:40-13:50 |  |  |  |  |  |
| 第六节 | 13:50-14:30 | 历史 | 道德与法治 | 劳动 | 体育与健康 | 校本课程 |
| 课间/眼保健操 | 14:30-14:45 |  |  |  |  |  |
| 第七节 | 14:45-15:25 | 音乐 | 地理 | 历史 | 语文 | 课后服务 |
| 课间 | 15:25-15:35 |  |  |  |  |  |
| 第八节 | 15:35-16:15 |  | 课后服务 | 校本课程 | 课后服务 | 课后服务 |
| 课间 | 16:15-16:25 |  |  |  |  |  |
| 课后服务 | 16:25-17:30 |  | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 |

（七年级 5班级）

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 时间 | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
| 第一节 | 8:00-8:40 | 语文 | 数学 | 英语 | 语文 | 英语 |
| 大课间 | 8:40-9:10 |  |  |  |  |  |
| 第二节 | 9:15-9:55 | 数学 | 体育与健康 | 历史 | 美术 | 语文 |
| 课间/眼保健操 | 9:55-10:10 |  |  |  |  |  |
| 第三节 | 10:10-10:50 | 英语 | 语文 | 数学 | 英语 | 生物学 |
| 课间 | 10:50-11:00 |  |  |  |  |  |
| 第四节 | 11:00-11:40 | 体育与健康 | 道德与法治 | 美术 | 数学 | 体活 |
| 午休/午会/专题教育 | 12:00-12:50 |  |  |  |  |  |
| 第五节 | 13:00-13:40 | 道德与法治 | 校本课程 | 劳动 | 体育与健康 | 班团队活动 |
| 课间 | 13:40-13:50 |  |  |  |  |  |
| 第六节 | 13:50-14:30 | 音乐 | 地理 | 语文 | 校本课程 | 数学 |
| 课间/眼保健操 | 14:30-14:45 |  |  |  |  |  |
| 第七节 | 14:45-15:25 | 生物学 | 历史 | 地理 | 语文 | 课后服务 |
| 课间 | 15:25-15:35 |  |  |  |  |  |
| 第八节 | 15:35-16:15 |  | 课后服务 | 课后服务 | 人工智能基础 | 课后服务 |
| 课间 | 16:15-16:25 |  |  |  |  |  |
| 课后服务 | 16:25-17:30 |  | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 |

（七年级 6班级）

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 时间 | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
| 第一节 | 8:00-8:40 | 英语 | 数学 | 语文 | 历史 | 英语 |
| 大课间 | 8:40-9:10 |  |  |  |  |  |
| 第二节 | 9:15-9:55 | 人工智能基础 | 美术 | 数学 | 道德与法治 | 数学 |
| 课间/眼保健操 | 9:55-10:10 |  |  |  |  |  |
| 第三节 | 10:10-10:50 | 体育与健康 | 语文 | 生物学 | 英语 | 语文 |
| 课间 | 10:50-11:00 |  |  |  |  |  |
| 第四节 | 11:00-11:40 | 语文 | 体育与健康 | 校本课程 | 数学 | 校本课程 |
| 午休/午会/专题教育 | 12:00-12:50 |  |  |  |  |  |
| 第五节 | 13:00-13:40 | 数学 | 英语 | 音乐 | 语文 | 班团队活动 |
| 课间 | 13:40-13:50 |  |  |  |  |  |
| 第六节 | 13:50-14:30 | 美术 | 历史 | 地理 | 体育与健康 | 地理 |
| 课间/眼保健操 | 14:30-14:45 |  |  |  |  |  |
| 第七节 | 14:45-15:25 | 道德与法治 | 校本课程 | 语文 | 劳动 | 课后服务 |
| 课间 | 15:25-15:35 |  |  |  |  |  |
| 第八节 | 15:35-16:15 |  | 生物学 | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 |
| 课间 | 16:15-16:25 |  |  |  |  |  |
| 课后服务 | 16:25-17:30 |  | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 2025学年七年级第一学期活动安排 | | | | | |
|  | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
| 第1周 |  |  |  |  |  |
| 第2周 |  |  |  |  |  |
| 第3周 |  |  |  |  |  |
| 第4周 |  |  |  |  |  |
| 第5周 |  |  | 运动会 |  |  |
| 第6周 |  |  |  |  |  |
| 第7周 |  |  |  |  | 社会实践活动 |
| 第8周 |  |  |  |  |  |
| 第9周 |  |  |  |  |  |
| 第10周 |  |  |  |  |  |
| 第11周 |  |  | 质量检测 | 质量检测 |  |
| 第12周 |  |  |  |  |  |
| 第13周 |  |  |  |  |  |
| 第14周 |  |  |  |  |  |
| 第15周 |  |  |  |  |  |
| 第16周 |  |  |  |  |  |
| 第17周 |  |  |  |  |  |
| 第18周 |  |  |  |  |  |
| 第19周 |  |  |  |  |  |
| 第20周 |  |  |  |  |  |
| 第21周 |  |  | 质量检测 | 质量检测 |  |
| 第22周 |  |  |  |  |  |

（八年级 1班级）

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 时间 | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
| 第一节 | 8:00-8:40 | 英语 | 语文 | 数学 | 数学 | 英语 |
| 大课间 | 8:40-9:10 |  |  |  |  |  |
| 第二节 | 9:15-9:55 | 数学 | 英语 | 历史 | 语文 | 语文 |
| 课间/眼保健操 | 9:55-10:10 |  |  |  |  |  |
| 第三节 | 10:10-10:50 | 物理 | 校本课程 | 信息技术 | 生物学 | 数学 |
| 课间 | 10:50-11:00 |  |  |  |  |  |
| 第四节 | 11:00-11:40 | 化学 | 音乐 | 英语 | 物理 | 校本课程 |
| 午休/午会/专题教育 | 12:00-12:50 |  |  |  |  |  |
| 第五节 | 13:00-13:40 | 生物学 | 数学 | 语文 | 校本课程 | 班团队活动 |
| 课间 | 13:40-13:50 |  |  |  |  |  |
| 第六节 | 13:50-14:30 | 语文 | 物理 | 体育与健康 | 体育与健康 | 历史 |
| 课间/眼保健操 | 14:30-14:45 |  |  |  |  |  |
| 第七节 | 14:45-15:25 | 体育与健康 | 道德与法治 | 化学 | 美术 | 道德与法治 |
| 课间 | 15:25-15:35 |  |  |  |  |  |
| 第八节 | 15:35-16:15 |  | 课后服务 | 劳动 | 课后服务 | 课后服务 |
| 课间 | 16:15-16:25 |  |  |  |  |  |
| 课后服务 | 16:25-17:30 |  | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 |

（八年级 2班级）

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 时间 | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
| 第一节 | 8:00-8:40 | 语文 | 英语 | 数学 | 数学 | 语文 |
| 大课间 | 8:40-9:10 |  |  |  |  |  |
| 第二节 | 9:15-9:55 | 体育与健康 | 数学 | 英语 | 语文 | 英语 |
| 课间/眼保健操 | 9:55-10:10 |  |  |  |  |  |
| 第三节 | 10:10-10:50 | 生物学 | 校本课程 | 体育与健康 | 体育与健康 | 生物学 |
| 课间 | 10:50-11:00 |  |  |  |  |  |
| 第四节 | 11:00-11:40 | 英语 | 语文 | 道德与法治 | 化学 | 校本课程 |
| 午休/午会/专题教育 | 12:00-12:50 |  |  |  |  |  |
| 第五节 | 13:00-13:40 | 历史 | 化学 | 语文 | 信息技术 | 班团队活动 |
| 课间 | 13:40-13:50 |  |  |  |  |  |
| 第六节 | 13:50-14:30 | 数学 | 物理 | 历史 | 音乐 | 数学 |
| 课间/眼保健操 | 14:30-14:45 |  |  |  |  |  |
| 第七节 | 14:45-15:25 | 物理 | 美术 | 物理 | 校本课程 | 劳动 |
| 课间 | 15:25-15:35 |  |  |  |  |  |
| 第八节 | 15:35-16:15 |  | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 | 道德与法治 |
| 课间 | 16:15-16:25 |  |  |  |  |  |
| 课后服务 | 16:25-17:30 |  | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 |

（八年级 3班级）

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 时间 | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
| 第一节 | 8:00-8:40 | 英语 | 数学 | 英语 | 语文 | 英语 |
| 大课间 | 8:40-9:10 |  |  |  |  |  |
| 第二节 | 9:15-9:55 | 数学 | 语文 | 数学 | 英语 | 数学 |
| 课间/眼保健操 | 9:55-10:10 |  |  |  |  |  |
| 第三节 | 10:10-10:50 | 物理 | 校本课程 | 物理 | 化学 | 校本课程 |
| 课间 | 10:50-11:00 |  |  |  |  |  |
| 第四节 | 11:00-11:40 | 生物学 | 历史 | 美术 | 体育与健康 | 语文 |
| 午休/午会/专题教育 | 12:00-12:50 |  |  |  |  |  |
| 第五节 | 13:00-13:40 | 道德与法治 | 校本课程 | 生物学 | 数学 | 班团队活动 |
| 课间 | 13:40-13:50 |  |  |  |  |  |
| 第六节 | 13:50-14:30 | 语文 | 化学 | 体育与健康 | 信息技术 | 物理 |
| 课间/眼保健操 | 14:30-14:45 |  |  |  |  |  |
| 第七节 | 14:45-15:25 | 体育与健康 | 劳动 | 语文 | 音乐 | 历史 |
| 课间 | 15:25-15:35 |  |  |  |  |  |
| 第八节 | 15:35-16:15 |  | 课后服务 | 道德与法治 | 课后服务 | 课后服务 |
| 课间 | 16:15-16:25 |  |  |  |  |  |
| 课后服务 | 16:25-17:30 |  | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 |

（八年级 4班级）

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 时间 | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
| 第一节 | 8:00-8:40 | 数学 | 语文 | 英语 | 信息技术 | 生物学 |
| 大课间 | 8:40-9:10 |  |  |  |  |  |
| 第二节 | 9:15-9:55 | 英语 | 数学 | 语文 | 数学 | 英语 |
| 课间/眼保健操 | 9:55-10:10 |  |  |  |  |  |
| 第三节 | 10:10-10:50 | 语文 | 校本课程 | 物理 | 英语 | 物理 |
| 课间 | 10:50-11:00 |  |  |  |  |  |
| 第四节 | 11:00-11:40 | 道德与法治 | 美术 | 数学 | 历史 | 语文 |
| 午休/午会/专题教育 | 12:00-12:50 |  |  |  |  |  |
| 第五节 | 13:00-13:40 | 语文 | 校本课程 | 体育与健康 | 音乐 | 班团队活动 |
| 课间 | 13:40-13:50 |  |  |  |  |  |
| 第六节 | 13:50-14:30 | 体育与健康 | 物理 | 道德与法治 | 语文 | 化学 |
| 课间/眼保健操 | 14:30-14:45 |  |  |  |  |  |
| 第七节 | 14:45-15:25 | 劳动 | 化学 | 历史 | 体育与健康 | 数学 |
| 课间 | 15:25-15:35 |  |  |  |  |  |
| 第八节 | 15:35-16:15 |  | 课后服务 | 生物学 | 课后服务 | 课后服务 |
| 课间 | 16:15-16:25 |  |  |  |  |  |
| 课后服务 | 16:25-17:30 |  | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 |

（八年级 5班级）

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 时间 | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
| 第一节 | 8:00-8:40 | 语文 | 英语 | 数学 | 美术 | 语文 |
| 大课间 | 8:40-9:10 |  |  |  |  |  |
| 第二节 | 9:15-9:55 | 数学 | 语文 | 语文 | 数学 | 校本课程 |
| 课间/眼保健操 | 9:55-10:10 |  |  |  |  |  |
| 第三节 | 10:10-10:50 | 英语 | 历史 | 英语 | 道德与法治 | 数学 |
| 课间 | 10:50-11:00 |  |  |  |  |  |
| 第四节 | 11:00-11:40 | 生物学 | 体育与健康 | 生物学 | 音乐 | 英语 |
| 午休/午会/专题教育 | 12:00-12:50 |  |  |  |  |  |
| 第五节 | 13:00-13:40 | 体育与健康 | 物理 | 校本课程 | 语文 | 班团队活动 |
| 课间 | 13:40-13:50 |  |  |  |  |  |
| 第六节 | 13:50-14:30 | 化学 | 数学 | 化学 | 校本课程 | 道德与法治 |
| 课间/眼保健操 | 14:30-14:45 |  |  |  |  |  |
| 第七节 | 14:45-15:25 | 物理 | 信息技术 | 物理 | 体育与健康 | 劳动 |
| 课间 | 15:25-15:35 |  |  |  |  |  |
| 第八节 | 15:35-16:15 |  | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 | 历史 |
| 课间 | 16:15-16:25 |  |  |  |  |  |
| 课后服务 | 16:25-17:30 |  | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 |

（八年级 6班级）

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 时间 | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
| 第一节 | 8:00-8:40 | 语文 | 数学 | 语文 | 英语 | 数学 |
| 大课间 | 8:40-9:10 |  |  |  |  |  |
| 第二节 | 9:15-9:55 | 英语 | 体育与健康 | 数学 | 物理 | 校本课程 |
| 课间/眼保健操 | 9:55-10:10 |  |  |  |  |  |
| 第三节 | 10:10-10:50 | 信息技术 | 语文 | 物理 | 生物学 | 道德与法治 |
| 课间 | 10:50-11:00 |  |  |  |  |  |
| 第四节 | 11:00-11:40 | 数学 | 音乐 | 英语 | 语文 | 英语 |
| 午休/午会/专题教育 | 12:00-12:50 |  |  |  |  |  |
| 第五节 | 13:00-13:40 | 物理 | 校本课程 | 体活 | 数学 | 班团队活动 |
| 课间 | 13:40-13:50 |  |  |  |  |  |
| 第六节 | 13:50-14:30 | 体育与健康 | 道德与法治 | 历史 | 校本课程 | 劳动 |
| 课间/眼保健操 | 14:30-14:45 |  |  |  |  |  |
| 第七节 | 14:45-15:25 | 生物学 | 历史 | 化学 | 美术 | 语文 |
| 课间 | 15:25-15:35 |  |  |  |  |  |
| 第八节 | 15:35-16:15 |  | 课后服务 | 课后服务 | 体育与健康 | 历史 |
| 课间 | 16:15-16:25 |  |  |  |  |  |
| 课后服务 | 16:25-17:30 |  | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 | 课后服务 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 2025学年八年级第一学期活动安排 | | | | | |
|  | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
| 第1周 |  |  |  |  |  |
| 第2周 |  |  |  |  |  |
| 第3周 |  |  |  |  |  |
| 第4周 |  |  |  |  |  |
| 第5周 |  |  | 运动会 |  |  |
| 第6周 |  |  |  |  |  |
| 第7周 |  |  |  |  | 社会实践活动 |
| 第8周 |  |  |  |  |  |
| 第9周 |  |  |  |  |  |
| 第10周 |  |  |  |  |  |
| 第11周 |  |  | 质量检测 | 质量检测 |  |
| 第12周 |  |  |  |  |  |
| 第13周 |  |  |  |  |  |
| 第14周 |  |  |  |  |  |
| 第15周 |  |  |  |  |  |
| 第16周 |  |  |  |  |  |
| 第17周 |  |  |  |  |  |
| 第18周 |  |  |  |  |  |
| 第19周 |  |  |  |  |  |
| 第20周 |  |  |  |  |  |
| 第21周 |  |  | 质量检测 | 质量检测 |  |
| 第22周 |  |  |  |  |  |