

2024学年第1学期 七年级(01)班							备注	
节次	时间段	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五		
第一节	8:00-8:40	道德与法治	语文	人工智能基础	语文	语文		10月12日秋季研学 10月16日校秋季运动会 11月6日、7日、8日期中调研 12月20日安全实训 12月26日下午迎新文艺汇演 1月8日、9日、10日期末调研
	8:40-8:50	课间						
第二节	8:50-9:30	生物学	数学	语文	体育与健康	外语		
	9:30-10:00	体育大课间						
	10:00-10:05	眼保健操						
第三节	10:05-10:45	外语	体育与健康	历史	语文	生物学		
	10:45-10:55	课间						
第四节	10:55-11:35	数学	信息科技	外语	劳动	数学		
	11:35-12:30	午休						
	12:30-12:45	午会						
	12:45-13:00	心理体操						
第五节	13:00-13:40	艺术(音乐)	艺术(美术)	校本课程	道德与法治	体育与健康		
	13:40-13:50	课间						
第六节	13:50-14:30	语文	校本课程	数学	外语	校本课程		
	14:30-14:40	课间						
	14:40-14:45	眼保健操						
第七节	14:45-15:25	历史	地理	地理	数学	课后服务 14:45-15:45		
	15:25-15:35	课间						
第八节	15:35-16:15	艺术(美术)	综合实践活动	课后服务	课后服务			
	16:15-16:30	大课间						
第九节	16:30-17:30	课后服务						

2024学年第1学期 七年级(02)班							备注	
节次	时间段	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五		
第一节	8:00-8:40	校本课程	校本课程	语文	信息科技	外语		10月12日秋季研学 10月16日校秋季运动会 11月6日、7日、8日期中调研 12月20日安全实训 12月26日下午迎新文艺汇演 1月8日、9日、10日期末调研
	8:40-8:50	课间						
第二节	8:50-9:30	历史	生物学	外语	数学	体育与健康		
	9:30-10:00	体育大课间						
	10:00-10:05	眼保健操						
第三节	10:05-10:45	人工智能基础	数学	数学	体育与健康	艺术(音乐)		
	10:45-10:55	课间						
第四节	10:55-11:35	数学	体育与健康	历史	语文	语文		
	11:35-12:30	午休						
	12:30-12:45	午会						
	12:45-13:00	心理体操						
第五节	13:00-13:40	外语	道德与法治	生物学	外语	数学		
	13:40-13:50	课间						
第六节	13:50-14:30	艺术(美术)	地理	地理	道德与法治	校本课程		
	14:30-14:40	课间						
	14:40-14:45	眼保健操						
第七节	14:45-15:25	语文	语文	语文	劳动	课后服务 14:45-15:45		
	15:25-15:35	课间						
第八节	15:35-16:15	课后服务	综合实践活动	艺术(美术)	课后服务			
	16:15-16:30	大课间						
第九节	16:30-17:30	课后服务						

2024学年第1学期 七年级(03)班							备注	
节次	时间段	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五		
第一节	8:00-8:40	语文	校本课程	生物学	语文	体育与健康		10月12日秋季研学
	8:40-8:50	课间						
第二节	8:50-9:30	艺术(音乐)	体育与健康	数学	艺术(美术)	外语		10月16日校秋季运动会
	9:30-10:00	体育大课间						
	10:00-10:05	眼保健操						11月6日、7日、8日期中调研
第三节	10:05-10:45	道德与法治	人工智能基础	校本课程	外语	语文		
	10:45-10:55	课间						12月20日安全实训
第四节	10:55-11:35	劳动	数学	外语	体育与健康	数学		
	11:35-12:30	午休						12月26日下午迎新文艺汇演
	12:30-12:45	午会						
	12:45-13:00	心理体操						1月8日、9日、10日期末调研
第五节	13:00-13:40	外语	地理	地理	生物学	历史		
	13:40-13:50	课间						
第六节	13:50-14:30	数学	历史	语文	信息技术	校本课程		
	14:30-14:40	课间						
	14:40-14:45	眼保健操						
第七节	14:45-15:25	语文	语文	道德与法治	数学	课后服务 14:45-15:45		
	15:25-15:35	课间						
第八节	15:35-16:15	艺术(美术)	综合实践活动	课后服务	课后服务			
	16:15-16:30	大课间						
第九节	16:30-17:30	课后服务						

2024学年第1学期 七年级(04)班							备注	
节次	时间段	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五		
第一节	8:00-8:40	外语	数学	生物学	地理	语文		10月12日秋季研学
	8:40-8:50	课间						
第二节	8:50-9:30	校本课程	体育与健康	历史	语文	数学		10月16日校秋季运动会
	9:30-10:00	体育大课间						
	10:00-10:05	眼保健操						11月6日、7日、8日期中调研
第三节	10:05-10:45	语文	道德与法治	外语	艺术(音乐)	体育与健康		
	10:45-10:55	课间						12月20日安全实训
第四节	10:55-11:35	数学	校本课程	地理	语文	外语		
	11:35-12:30	午休						12月26日下午迎新文艺汇演
	12:30-12:45	午会						
	12:45-13:00	心理体操						1月8日、9日、10日期末调研
第五节	13:00-13:40	艺术(美术)	生物学	道德与法治	外语	人工智能基础		
	13:40-13:50	课间						
第六节	13:50-14:30	劳动	语文	数学	体育与健康	校本课程		
	14:30-14:40	课间						
	14:40-14:45	眼保健操						
第七节	14:45-15:25	信息技术	历史	语文	数学	课后服务 14:45-15:45		
	15:25-15:35	课间						
第八节	15:35-16:15	课后服务	综合实践活动	艺术(美术)	课后服务			
	16:15-16:30	大课间						
第九节	16:30-17:30	课后服务						

2024学年第1学期 七年级(05)班							备注	
节次	时间段	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	外语	体育与健康	数学		10月12日秋季研学
	8:40-8:50	课间						
第二节	8:50-9:30	人工智能基础	艺术(美术)	艺术(音乐)	语文	地理		10月16日校秋季运动会
	9:30-10:00	体育大课间						
	10:00-10:05	眼保健操						11月6日、7日、8日期中调研
第三节	10:05-10:45	历史	校本课程	数学	道德与法治	体育与健康		
	10:45-10:55	课间						12月20日安全实训
第四节	10:55-11:35	地理	生物学	校本课程	历史	语文		
	11:35-12:30	午休						12月26日下午迎新文艺汇演
	12:30-12:45	午会						
	12:45-13:00	心理体操						1月8日、9日、10日期末调研
第五节	13:00-13:40	数学	语文	语文	信息科技	外语		
	13:40-13:50	课间						
第六节	13:50-14:30	外语	道德与法治	语文	数学	校本课程		
	14:30-14:40	课间						
	14:40-14:45	眼保健操						
第七节	14:45-15:25	劳动	体育与健康	生物学	外语	课后服务 14:45-15:45		
	15:25-15:35	课间						
第八节	15:35-16:15	艺术(美术)	综合实践活动	课后服务	课后服务			
	16:15-16:30	大课间						
第九节	16:30-17:30	课后服务						

2024学年第1学期 七年级(06)班							备注	
节次	时间段	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五		
第一节	8:00-8:40	语文	地理	外语	艺术(美术)	数学		10月12日秋季研学
	8:40-8:50	课间						
第二节	8:50-9:30	语文	校本课程	生物学	数学	外语		10月16日校秋季运动会
	9:30-10:00	体育大课间						
	10:00-10:05	眼保健操						11月6日、7日、8日期中调研
第三节	10:05-10:45	校本课程	数学	数学	语文	语文		
	10:45-10:55	课间						12月20日安全实训
第四节	10:55-11:35	生物学	道德与法治	信息科技	人工智能基础	体育与健康		
	11:35-12:30	午休						12月26日下午迎新文艺汇演
	12:30-12:45	午会						
	12:45-13:00	心理体操						1月8日、9日、10日期末调研
第五节	13:00-13:40	数学	语文	道德与法治	体育与健康	历史		
	13:40-13:50	课间						
第六节	13:50-14:30	外语	体育与健康	劳动	外语	校本课程		
	14:30-14:40	课间						
	14:40-14:45	眼保健操						
第七节	14:45-15:25	艺术(音乐)	历史	语文	地理	课后服务 14:45-15:45		
	15:25-15:35	课间						
第八节	15:35-16:15	课后服务	综合实践活动	艺术(美术)	课后服务			
	16:15-16:30	大课间						
第九节	16:30-17:30	课后服务						

2024学年第1学期 七年级(07)班							备注	
节次	时间段	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五		
第一节	8:00-8:40	生物学	体育与健康	数学	数学	数学		10月12日秋季研学
	8:40-8:50	课间						
第二节	8:50-9:30	历史	数学	艺术(美术)	生物学	地理		10月16日校秋季运动会
	9:30-10:00	体育大课间						
	10:00-10:05	眼保健操						11月6日、7日、8日期中调研
第三节	10:05-10:45	艺术(音乐)	校本课程	外语	语文	语文		
	10:45-10:55	课间						12月20日安全实训
第四节	10:55-11:35	语文	历史	地理	道德与法治	外语		
	11:35-12:30	午休						12月26日下午迎新文艺汇演
	12:30-12:45	午会						
	12:45-13:00	心理体操						
第五节	13:00-13:40	人工智能基础	语文	语文	外语	体育与健康		1月8日、9日、10日期末调研
	13:40-13:50	课间						
第六节	13:50-14:30	数学	语文	校本课程	体育与健康	校本课程		
	14:30-14:40	课间						
	14:40-14:45	眼保健操						
第七节	14:45-15:25	外语	道德与法治	劳动	信息科技	课后服务 14:45-15:45		
	15:25-15:35	课间						
第八节	15:35-16:15	艺术(美术)	综合实践活动	课后服务	课后服务			
	16:15-16:30	大课间						
第九节	16:30-17:30	课后服务						

2024学年第1学期 七年级(08)班							备注	
节次	时间段	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五		
第一节	8:00-8:40	地理	语文	艺术(美术)	语文	语文		10月12日秋季研学
	8:40-8:50	课间						
第二节	8:50-9:30	语文	信息科技	历史	道德与法治	外语		10月16日校秋季运动会
	9:30-10:00	体育大课间						
	10:00-10:05	眼保健操						11月6日、7日、8日期中调研
第三节	10:05-10:45	外语	体育与健康	外语	数学	数学		
	10:45-10:55	课间						12月20日安全实训
第四节	10:55-11:35	校本课程	数学	生物学	体育与健康	体育与健康		
	11:35-12:30	午休						12月26日下午迎新文艺汇演
	12:30-12:45	午会						
	12:45-13:00	心理体操						
第五节	13:00-13:40	数学	校本课程	数学	劳动	地理		1月8日、9日、10日期末调研
	13:40-13:50	课间						
第六节	13:50-14:30	人工智能基础	生物学	道德与法治	外语	校本课程		
	14:30-14:40	课间						
	14:40-14:45	眼保健操						
第七节	14:45-15:25	历史	语文	语文	艺术(音乐)	课后服务 14:45-15:45		
	15:25-15:35	课间						
第八节	15:35-16:15	课后服务	综合实践活动	艺术(美术)	课后服务			
	16:15-16:30	大课间						
第九节	16:30-17:30	课后服务						

2024学年第1学期 七年级(09)班							备注	
节次	时间段	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五		
第一节	8:00-8:40	艺术(音乐)	数学	数学	道德与法治	信息科技		10月12日秋季研学 10月16日校秋季运动会 11月6日、7日、8日期中调研 12月20日安全实训 12月26日下午迎新文艺汇演 1月8日、9日、10日期末调研
	8:40-8:50	课间						
第二节	8:50-9:30	历史	语文	外语	体育与健康	数学		
	9:30-10:00	体育大课间						
	10:00-10:05	眼保健操						
第三节	10:05-10:45	数学	地理	地理	语文	外语		
	10:45-10:55	课间						
第四节	10:55-11:35	道德与法治	校本课程	生物学	数学	语文		
	11:35-12:30	午休						
	12:30-12:45	午会						
	12:45-13:00	心理体操						
第五节	13:00-13:40	劳动	体育与健康	校本课程	艺术(美术)	体育与健康		
	13:40-13:50	课间						
第六节	13:50-14:30	外语	语文	历史	生物学	校本课程		
	14:30-14:40	课间						
	14:40-14:45	眼保健操						
第七节	14:45-15:25	语文	人工智能基础	语文	外语	课后服务 14:45-15:45		
	15:25-15:35	课间						
第八节	15:35-16:15	艺术(美术)	综合实践活动	课后服务	课后服务			
	16:15-16:30	大课间						
第九节	16:30-17:30	课后服务						

2024学年第1学期 七年级(10)班							备注	
节次	时间段	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五		
第一节	8:00-8:40	校本课程	数学	生物学	外语	体育与健康		10月12日秋季研学 10月16日校秋季运动会 11月6日、7日、8日期中调研 12月20日安全实训 12月26日下午迎新文艺汇演 1月8日、9日、10日期末调研
	8:40-8:50	课间						
第二节	8:50-9:30	数学	道德与法治	劳动	道德与法治	信息科技		
	9:30-10:00	体育大课间						
	10:00-10:05	眼保健操						
第三节	10:05-10:45	艺术(美术)	艺术(音乐)	人工智能基础	语文	数学		
	10:45-10:55	课间						
第四节	10:55-11:35	生物学	语文	外语	历史	语文		
	11:35-12:30	午休						
	12:30-12:45	午会						
	12:45-13:00	心理体操						
第五节	13:00-13:40	外语	体育与健康	数学	体育与健康	外语		
	13:40-13:50	课间						
第六节	13:50-14:30	历史	校本课程	地理	地理	校本课程		
	14:30-14:40	课间						
	14:40-14:45	眼保健操						
第七节	14:45-15:25	语文	语文	语文	数学	课后服务 14:45-15:45		
	15:25-15:35	课间						
第八节	15:35-16:15	课后服务	综合实践活动	艺术(美术)	课后服务			
	16:15-16:30	大课间						
第九节	16:30-17:30	课后服务						

2024学年第1学期 七年级(11)班							备注 10月12日秋季研学 10月16日校秋季运动会 11月6日、7日、8日期中调研 12月20日安全实训 12月26日下午迎新文艺汇演 1月8日、9日、10日期末调研
节次	时间段	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	艺术(音乐)	体育与健康	语文	
	8:40-8:50	课间					
第二节	8:50-9:30	语文	校本课程	人工智能基础	生物学	体育与健康	
	9:30-10:00	体育大课间					
第三节	10:00-10:05	眼保健操					
	10:05-10:45	劳动	生物学	校本课程	历史	数学	
第四节	10:45-10:55	课间					
	10:55-11:35	道德与法治	道德与法治	外语	语文	信息科技	
第五节	11:35-12:30	午休					
	12:30-12:45	午会					
第六节	12:45-13:00	心理体操					
	13:00-13:40	历史	语文	语文	数学	外语	
第七节	13:40-13:50	课间					
	13:50-14:30	外语	地理	地理	艺术(美术)	校本课程	
第八节	14:30-14:40	课间					
	14:40-14:45	眼保健操					
第九节	14:45-15:25	数学	体育与健康	数学	外语	课后服务 14:45-15:45	
	15:25-15:35	课间					
第十节	15:35-16:15	艺术(美术)	综合实践活动	课后服务	课后服务		
	16:15-16:30	大课间					
第十一节	16:30-17:30	课后服务					

2024学年第1学期 七年级(12)班							备注 10月12日秋季研学 10月16日校秋季运动会 11月6日、7日、8日期中调研 12月20日安全实训 12月26日下午迎新文艺汇演 1月8日、9日、10日期末调研
节次	时间段	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	
第一节	8:00-8:40	艺术(美术)	语文	外语	历史	外语	
	8:40-8:50	课间					
第二节	8:50-9:30	校本课程	体育与健康	语文	语文	数学	
	9:30-10:00	体育大课间					
第三节	10:00-10:05	眼保健操					
	10:05-10:45	道德与法治	生物学	劳动	体育与健康	信息科技	
第四节	10:45-10:55	课间					
	10:55-11:35	语文	数学	语文	地理	体育与健康	
第五节	11:35-12:30	午休					
	12:30-12:45	午会					
第六节	12:45-13:00	心理体操					
	13:00-13:40	数学	历史	地理	道德与法治	语文	
第七节	13:40-13:50	课间					
	13:50-14:30	艺术(音乐)	人工智能基础	生物学	数学	校本课程	
第八节	14:30-14:40	课间					
	14:40-14:45	眼保健操					
第九节	14:45-15:25	外语	校本课程	数学	外语	课后服务 14:45-15:45	
	15:25-15:35	课间					
第十节	15:35-16:15	课后服务	综合实践活动	艺术(美术)	课后服务		
	16:15-16:30	大课间					
第十一节	16:30-17:30	课后服务					

2024学年第1学期 七年级(13)班							备注	
节次	时间段	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五		
第一节	8:00-8:40	道德与法治	数学	外语	数学	语文		10月12日秋季研学
	8:40-8:50	课间						
第二节	8:50-9:30	外语	语文	生物学	人工智能基础	体育与健康		10月16日校秋季运动会
	9:30-10:00	体育大课间						
	10:00-10:05	眼保健操						11月6日、7日、8日期中调研
第三节	10:05-10:45	语文	历史	艺术(美术)	地理	外语		
	10:45-10:55	课间						12月20日安全实训
第四节	10:55-11:35	信息科技	体育与健康	数学	语文	数学		
	11:35-12:30	午休						12月26日下午迎新文艺汇演
	12:30-12:45	午会						
	12:45-13:00	心理体操						1月8日、9日、10日期末调研
第五节	13:00-13:40	语文	校本课程	地理	外语	劳动		
	13:40-13:50	课间						
第六节	13:50-14:30	数学	道德与法治	语文	体育与健康	校本课程		
	14:30-14:40	课间						
	14:40-14:45	眼保健操						
第七节	14:45-15:25	历史	艺术(音乐)	校本课程	生物学	课后服务 14:45-15:45		
	15:25-15:35	课间						
第八节	15:35-16:15	艺术(美术)	综合实践活动	课后服务	课后服务			
	16:15-16:30	大课间						
第九节	16:30-17:30	课后服务						

2024学年第1学期 七年级(14)班							备注	
节次	时间段	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五		
第一节	8:00-8:40	生物学	体育与健康	语文	外语	数学		10月12日秋季研学
	8:40-8:50	课间						
第二节	8:50-9:30	地理	数学	地理	语文	道德与法治		10月16日校秋季运动会
	9:30-10:00	体育大课间						
	10:00-10:05	眼保健操						11月6日、7日、8日期中调研
第三节	10:05-10:45	历史	艺术(美术)	外语	信息科技	体育与健康		
	10:45-10:55	课间						12月20日安全实训
第四节	10:55-11:35	校本课程	语文	历史	数学	外语		
	11:35-12:30	午休						12月26日下午迎新文艺汇演
	12:30-12:45	午会						
	12:45-13:00	心理体操						1月8日、9日、10日期末调研
第五节	13:00-13:40	外语	人工智能基础	语文	体育与健康	语文		
	13:40-13:50	课间						
第六节	13:50-14:30	数学	艺术(音乐)	生物学	劳动	校本课程		
	14:30-14:40	课间						
	14:40-14:45	眼保健操						
第七节	14:45-15:25	语文	校本课程	数学	道德与法治	课后服务 14:45-15:45		
	15:25-15:35	课间						
第八节	15:35-16:15	课后服务	综合实践活动	艺术(美术)	课后服务			
	16:15-16:30	大课间						
第九节	16:30-17:30	课后服务						

电话：63450508\*2611