

第1周

2024-2025 上学期 初一（5）班 班级课表						
节次	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	外语	体育与健康	语文	语文
课间	8:40~8:50					
第二节	08:50~09:30	校本课程	美术	外语	体育与健康	数学
大课间	9:30~10:05					
第三节（含眼保健操）	10:05~10:50	人工智能基础	语文	数学	美术	生物学
课间	10:50~11:00					
第四节	11:00~11:40	信息科技	数学	地理	道德与法治	外语
午间						
第五节	13:05~13:45	外语	道德与法治	校本课程	数学	地理
课间	13:45~13:55					
第六节（含眼保健操）	13:55~14:40	语文	历史	历史	音乐	体育与健康
课间	14:40~14:50					
第七节	14:50~15:30	数学	综合实践活动	语文	劳动	校本课程
课间	15:30~15:40					
第八节	15:40~16:20	课后服务	课后服务	语文	课后服务	课后服务
课后服务	16:20~17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务

第2周

2024-2025 上学期 初一（5）班 班级课表						
节次	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	外语	体育与健康	语文	语文
课间	8:40~8:50					
第二节	08:50~09:30	校本课程	美术	外语	体育与健康	数学
大课间	9:30~10:05					
第三节（含眼保健操）	10:05~10:50	人工智能基础	语文	数学	美术	生物学
课间	10:50~11:00					
第四节	11:00~11:40	信息科技	数学	地理	道德与法治	外语
午间						
第五节	13:05~13:45	外语	道德与法治	校本课程	数学	地理
课间	13:45~13:55					
第六节（含眼保健操）	13:55~14:40	语文	历史	历史	音乐	体育与健康
课间	14:40~14:50					
第七节	14:50~15:30	数学	综合实践活动	语文	劳动	校本课程
课间	15:30~15:40					
第八节	15:40~16:20	课后服务	课后服务	语文	课后服务	课后服务
课后服务	16:20~17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务

第3周

2024-2025 上学期 初一（5）班 班级课表						
节次	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	外语	体育与健康	语文	语文
课间	8:40~8:50					
第二节	08:50~09:30	校本课程	美术	外语	体育与健康	数学
大课间	9:30~10:05					
第三节（含眼保健操）	10:05~10:50	人工智能基础	语文	数学	美术	生物学
课间	10:50~11:00					
第四节	11:00~11:40	信息科技	数学	地理	道德与法治	外语
午间						
第五节	13:05~13:45	外语	道德与法治	校本课程	数学	地理
课间	13:45~13:55					
第六节（含眼保健操）	13:55~14:40	语文	历史	历史	音乐	体育与健康
课间	14:40~14:50					
第七节	14:50~15:30	数学	综合实践活动	语文	劳动	校本课程
课间	15:30~15:40					
第八节	15:40~16:20	课后服务	课后服务	语文	课后服务	课后服务
课后服务	16:20~17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务

第4周

2024-2025 上学期 初一（5）班 班级课表						
节次	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	外语	体育与健康	语文	语文
课间	8:40~8:50					
第二节	08:50~09:30	校本课程	美术	外语	体育与健康	数学
大课间	9:30~10:05					
第三节（含眼保健操）	10:05~10:50	人工智能基础	语文	数学	美术	生物学
课间	10:50~11:00					
第四节	11:00~11:40	信息科技	数学	地理	道德与法治	外语
午间						
第五节	13:05~13:45	外语	道德与法治	校本课程	数学	地理
课间	13:45~13:55					
第六节（含眼保健操）	13:55~14:40	语文	历史	历史	音乐	体育与健康
课间	14:40~14:50					
第七节	14:50~15:30	数学	综合实践活动	语文	劳动	校本课程
课间	15:30~15:40					
第八节	15:40~16:20	课后服务	课后服务	语文	课后服务	课后服务
课后服务	16:20~17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务

第5周

2024-2025 上学期 初一（5）班 班级课表						
节次	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	外语	体育与健康	语文	语文
课间	8:40~8:50					
第二节	08:50~09:30	校本课程	美术	外语	体育与健康	数学
大课间	9:30~10:05					
第三节（含眼保健操）	10:05~10:50	人工智能基础	语文	数学	美术	生物学
课间	10:50~11:00					
第四节	11:00~11:40	信息科技	数学	地理	道德与法治	外语
午间						
第五节	13:05~13:45	外语	道德与法治	校本课程	数学	地理
课间	13:45~13:55					
第六节（含眼保健操）	13:55~14:40	语文	历史	历史	音乐	体育与健康
课间	14:40~14:50					
第七节	14:50~15:30	数学	综合实践活动	语文	劳动	校本课程
课间	15:30~15:40					
第八节	15:40~16:20	课后服务	课后服务	语文	课后服务	课后服务
课后服务	16:20~17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务

第6周

2024-2025 上学期 初一（5）班 班级课表						
节次	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	外语	体育与健康	语文	语文
课间	8:40~8:50					
第二节	08:50~09:30	校本课程	美术	外语	体育与健康	数学
大课间	9:30~10:05					
第三节（含眼保健操）	10:05~10:50	人工智能基础	语文	数学	美术	生物学
课间	10:50~11:00					
第四节	11:00~11:40	信息科技	数学	地理	道德与法治	外语
午间						
第五节	13:05~13:45	外语	道德与法治	校本课程	数学	地理
课间	13:45~13:55					
第六节（含眼保健操）	13:55~14:40	语文	历史	历史	音乐	体育与健康
课间	14:40~14:50					
第七节	14:50~15:30	数学	综合实践活动	语文	劳动	校本课程
课间	15:30~15:40					
第八节	15:40~16:20	课后服务	课后服务	语文	课后服务	课后服务
课后服务	16:20~17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务

第7周

2024-2025 上学期 初一（5）班 班级课表						
节次	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	外语	体育与健康	语文	语文
课间	8:40~8:50					
第二节	08:50~09:30	校本课程	美术	外语	体育与健康	数学
大课间	9:30--10:05					
第三节（含眼保健操）	10:05~10:50	人工智能基础	语文	数学	美术	生物学
课间	10:50~11:00					
第四节	11:00~11:40	信息科技	数学	地理	道德与法治	外语
午间						
第五节	13:05~13:45	外语	道德与法治	校本课程	数学	地理
课间	13:45~13:55					
第六节（含眼保健操）	13:55~14:40	语文	历史	历史	音乐	体育与健康
课间	14:40~14:50					
第七节	14:50~15:30	数学	综合实践活动	语文	劳动	校本课程
课间	15:30~15:40					
第八节	15:40~16:20	课后服务	课后服务	语文	课后服务	课后服务
课后服务	16:20~17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务

## 第8周

2024-2025 上学期 初一（5）班 班级课表						
节次	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	外语	体育与健康	语文	语文
课间	8:40~8:50					
第二节	08:50~09:30	校本课程	美术	外语	体育与健康	数学
大课间	9:30~10:05					
第三节（含眼保健操）	10:05~10:50	人工智能基础	语文	数学	美术	生物学
课间	10:50~11:00					
第四节	11:00~11:40	信息科技	数学	地理	道德与法治	外语
午间						
第五节	13:05~13:45	外语	道德与法治	校本课程	数学	地理
课间	13:45~13:55					
第六节（含眼保健操）	13:55~14:40	语文	历史	历史	音乐	体育与健康
课间	14:40~14:50					
第七节	14:50~15:30	数学	综合实践活动	语文	劳动	校本课程
课间	15:30~15:40					
第八节	15:40~16:20	课后服务	课后服务	语文	课后服务	课后服务
课后服务	16:20~17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务



第9周

2024-2025 上学期 初一（5）班 班级课表								
节次	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	期中考试			语文		
课间	8:40~8:50							
第二节	08:50~09:30	校本课程						数学
大课间	9:30--10:05							
第三节（含眼保健操）	10:05~10:50	人工智能基础						生物学
课间	10:50~11:00							
第四节	11:00~11:40	信息科技						外语
午间								
第五节	13:05~13:45	外语						地理
课间	13:45~13:55							
第六节（含眼保健操）	13:55~14:40	语文						体育与健康
课间	14:40~14:50							
第七节	14:50~15:30	数学						校本课程
课间	15:30~15:40							
第八节	15:40~16:20	课后服务			课后服务			
课后服务	16:20~17:30	课后服务			课后服务			

第 10 周

2024-2025 上学期 初一（5）班 班级课表						
节次	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	外语	体育与健康	语文	语文
课间	8:40~8:50					
第二节	08:50~09:30	校本课程	美术	外语	体育与健康	数学
大课间	9:30~10:05					
第三节（含眼保健操）	10:05~10:50	人工智能基础	语文	数学	美术	生物学
课间	10:50~11:00					
第四节	11:00~11:40	信息科技	数学	地理	道德与法治	外语
午间						
第五节	13:05~13:45	外语	道德与法治	校本课程	数学	地理
课间	13:45~13:55					
第六节（含眼保健操）	13:55~14:40	语文	历史	历史	音乐	体育与健康
课间	14:40~14:50					
第七节	14:50~15:30	数学	综合实践活动	语文	劳动	校本课程
课间	15:30~15:40					
第八节	15:40~16:20	课后服务	课后服务	语文	课后服务	课后服务
课后服务	16:20~17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务

第 11 周

2024-2025 上学期 初一（5）班 班级课表							
节次	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		体育与健康	语文	语文	
课间	8:40~8:50						
第二节	08:50~09:30	校本课程		外语	体育与健康	数学	
大课间	9:30~10:05						
第三节（含眼保健操）	10:05~10:50	人工智能基础		数学	美术	生物学	
课间	10:50~11:00						
第四节	11:00~11:40	信息科技		地理	道德与法治	外语	
午间							
第五节	13:05~13:45	外语		秋季研学	校本课程	数学	地理
课间	13:45~13:55						
第六节（含眼保健操）	13:55~14:40	语文	历史	音乐	体育与健康		
课间	14:40~14:50						
第七节	14:50~15:30	数学	语文	劳动	校本课程		
课间	15:30~15:40						
第八节	15:40~16:20	课后服务	语文	课后服务	课后服务		
课后服务	16:20~17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务		

第 12 周

2024-2025 上学期 初一（5）班 班级课表						
节次	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	外语	体育与健康	语文	语文
课间	8:40~8:50					
第二节	08:50~09:30	校本课程	美术	外语	体育与健康	数学
大课间	9:30~10:05					
第三节（含眼保健操）	10:05~10:50	人工智能基础	语文	数学	美术	生物学
课间	10:50~11:00					
第四节	11:00~11:40	信息科技	数学	地理	道德与法治	外语
午间						
第五节	13:05~13:45	外语	道德与法治	校本课程	数学	地理
课间	13:45~13:55					
第六节（含眼保健操）	13:55~14:40	语文	历史	历史	音乐	体育与健康
课间	14:40~14:50					
第七节	14:50~15:30	数学	综合实践活动	语文	劳动	校本课程
课间	15:30~15:40					
第八节	15:40~16:20	课后服务	课后服务	语文	课后服务	课后服务
课后服务	16:20~17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务

第 13 周

2024-2025 上学期 初一（5）班 班级课表						
节次	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	外语	体育与健康	语文	语文
课间	8:40~8:50					
第二节	08:50~09:30	校本课程	美术	外语	体育与健康	数学
大课间	9:30~10:05					
第三节（含眼保健操）	10:05~10:50	人工智能基础	语文	数学	美术	生物学
课间	10:50~11:00					
第四节	11:00~11:40	信息科技	数学	地理	道德与法治	外语
午间						
第五节	13:05~13:45	外语	道德与法治	校本课程	数学	地理
课间	13:45~13:55					
第六节（含眼保健操）	13:55~14:40	语文	历史	历史	音乐	体育与健康
课间	14:40~14:50					
第七节	14:50~15:30	数学	综合实践活动	语文	劳动	校本课程
课间	15:30~15:40					
第八节	15:40~16:20	课后服务	课后服务	语文	课后服务	课后服务
课后服务	16:20~17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务

第 14 周

2024-2025 上学期 初一（5）班 班级课表						
节次	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	外语	体育与健康	语文	语文
课间	8:40~8:50					
第二节	08:50~09:30	校本课程	美术	外语	体育与健康	数学
大课间	9:30~10:05					
第三节（含眼保健操）	10:05~10:50	人工智能基础	语文	数学	美术	生物学
课间	10:50~11:00					
第四节	11:00~11:40	信息科技	数学	地理	道德与法治	外语
午间						
第五节	13:05~13:45	外语	道德与法治	校本课程	数学	地理
课间	13:45~13:55					
第六节（含眼保健操）	13:55~14:40	语文	历史	历史	音乐	体育与健康
课间	14:40~14:50					
第七节	14:50~15:30	数学	综合实践活动	语文	劳动	校本课程
课间	15:30~15:40					
第八节	15:40~16:20	课后服务	课后服务	语文	课后服务	课后服务
课后服务	16:20~17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务

第 15 周

2024-2025 上学期 初一（5）班 班级课表						
节次	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	外语	体育与健康	语文	语文
课间	8:40~8:50					
第二节	08:50~09:30	校本课程	美术	外语	体育与健康	数学
大课间	9:30~10:05					
第三节（含眼保健操）	10:05~10:50	人工智能基础	语文	数学	美术	生物学
课间	10:50~11:00					
第四节	11:00~11:40	信息科技	数学	地理	道德与法治	外语
午间						
第五节	13:05~13:45	外语	道德与法治	校本课程	数学	地理
课间	13:45~13:55					
第六节（含眼保健操）	13:55~14:40	语文	历史	历史	音乐	体育与健康
课间	14:40~14:50					
第七节	14:50~15:30	数学	综合实践活动	语文	劳动	校本课程
课间	15:30~15:40					
第八节	15:40~16:20	课后服务	课后服务	语文	课后服务	课后服务
课后服务	16:20~17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务

第 16 周

2024-2025 上学期 初一（5）班 班级课表						
节次	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	外语	体育与健康	语文	语文
课间	8:40~8:50					
第二节	08:50~09:30	校本课程	美术	外语	体育与健康	数学
大课间	9:30~10:05					
第三节（含眼保健操）	10:05~10:50	人工智能基础	语文	数学	美术	生物学
课间	10:50~11:00					
第四节	11:00~11:40	信息科技	数学	地理	道德与法治	外语
午间						
第五节	13:05~13:45	外语	道德与法治	校本课程	数学	地理
课间	13:45~13:55					
第六节（含眼保健操）	13:55~14:40	语文	历史	历史	音乐	体育与健康
课间	14:40~14:50					
第七节	14:50~15:30	数学	综合实践活动	语文	劳动	校本课程
课间	15:30~15:40					
第八节	15:40~16:20	课后服务	课后服务	语文	课后服务	课后服务
课后服务	16:20~17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务



第 17 周

2024-2025 上学期 初一（5）班 班级课表						
节次	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	外语	体育与健康	语文	语文
课间	8:40~8:50					
第二节	08:50~09:30	校本课程	美术	外语	体育与健康	数学
大课间	9:30~10:05					
第三节（含眼保健操）	10:05~10:50	人工智能基础	语文	数学	美术	生物学
课间	10:50~11:00					
第四节	11:00~11:40	信息科技	数学	地理	道德与法治	外语
午间						
第五节	13:05~13:45	外语	道德与法治	校本课程	数学	地理
课间	13:45~13:55					
第六节（含眼保健操）	13:55~14:40	语文	历史	历史	音乐	体育与健康
课间	14:40~14:50					
第七节	14:50~15:30	数学	综合实践活动	语文	劳动	校本课程
课间	15:30~15:40					
第八节	15:40~16:20	课后服务	课后服务	语文	课后服务	课后服务
课后服务	16:20~17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务

第 18 周

2024-2025 上学期 初一（5）班 班级课表						
节次	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	外语	体育与健康	语文	语文
课间	8:40~8:50					
第二节	08:50~09:30	校本课程	美术	外语	体育与健康	数学
大课间	9:30~10:05					
第三节（含眼保健操）	10:05~10:50	人工智能基础	语文	数学	美术	生物学
课间	10:50~11:00					
第四节	11:00~11:40	信息科技	数学	地理	道德与法治	外语
午间						
第五节	13:05~13:45	外语	道德与法治	校本课程	数学	地理
课间	13:45~13:55					
第六节（含眼保健操）	13:55~14:40	语文	历史	历史	音乐	体育与健康
课间	14:40~14:50					
第七节	14:50~15:30	数学	综合实践活动	语文	劳动	校本课程
课间	15:30~15:40					
第八节	15:40~16:20	课后服务	课后服务	语文	课后服务	课后服务
课后服务	16:20~17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务

第 19 周

2024-2025 上学期 初一（5）班 班级课表						
节次	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	期末考试			语文
课间	8:40~8:50					
第二节	08:50~09:30	校本课程				数学
大课间	9:30--10:05					
第三节（含眼保健操）	10:05~10:50	人工智能基础				生物学
课间	10:50~11:00					
第四节	11:00~11:40	信息科技				外语
午间						
第五节	13:05~13:45	外语				地理
课间	13:45~13:55					
第六节（含眼保健操）	13:55~14:40	语文				体育与健康
课间	14:40~14:50					
第七节	14:50~15:30	数学				校本课程
课间	15:30~15:40					
第八节	15:40~16:20	课后服务	课后服务			
课后服务	16:20~17:30	课后服务	课后服务			

第 20 周

2024-2025 上学期 初一（5）班 班级课表						
节次	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	外语	体育与健康	语文	语文
课间	8:40~8:50					
第二节	08:50~09:30	校本课程	美术	外语	体育与健康	数学
大课间	9:30~10:05					
第三节（含眼保健操）	10:05~10:50	人工智能基础	语文	数学	美术	生物学
课间	10:50~11:00					
第四节	11:00~11:40	信息科技	数学	地理	道德与法治	外语
午间						
第五节	13:05~13:45	外语	道德与法治	校本课程	数学	地理
课间	13:45~13:55					
第六节（含眼保健操）	13:55~14:40	语文	历史	历史	音乐	体育与健康
课间	14:40~14:50					
第七节	14:50~15:30	数学	综合实践活动	语文	劳动	校本课程
课间	15:30~15:40					
第八节	15:40~16:20	课后服务	课后服务	语文	课后服务	课后服务
课后服务	16:20~17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务