

第1周

2025-2026 下学期 初二 (6) 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	道德与法治	物理	历史	语文	外语
大课间	8:40~9:15					
第二节	09:15~09:55	语文	体育与健康	化学	生物学	综合实践活动
课间	9:55~10:05					
第三节 (含眼保健操)	10:05 ~10:50	体育与健康	数学	外语	道德与法治	体育与健康
课间	10:50 ~11:00					
第四节	11:00 ~11:40	物理	外语	数学	体育与健康	数学
午餐	11:40~12:05					
午会	12:05~12:35					
午间活动	12:35~13:05					
第五节	13:05 ~13:45	化学	双: 美术 单: 劳动	语文	外语	物理
课间	13:45 ~13:55					
第六节 (含眼保健操)	13:55 ~14:40	历史	双: 美术 单: 劳动	音乐	数学	语文
课间	14:40 ~14:50					
第七节	14:50 ~15:30	生物学	语文	道德与法治	信息技术	校本课程
大课间	15:30 ~16:00					
课后服务1	16:00 ~16:40	数学	课后服务	课后服务	课后服务	
课后服务2	16:50 ~17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	

第2周

2025-2026 下学期 初二 (6) 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	道德与法治	物理	历史	语文	外语
大课间	8:40~9:15					
第二节	09:15~09:55	语文	体育与健康	化学	生物学	综合实践活动
课间	9:55~10:05					
第三节 (含眼保健操)	10:05 ~10:50	体育与健康	数学	外语	道德与法治	体育与健康
课间	10:50 ~11:00					
第四节	11:00 ~11:40	物理	外语	数学	体育与健康	数学
午餐	11:40~12:05					
午会	12:05~12:35					
午间活动	12:35~13:05					
第五节	13:05 ~13:45	化学	双: 美术 单: 劳动	语文	外语	物理
课间	13:45 ~13:55					
第六节 (含眼保健操)	13:55 ~14:40	历史	双: 美术 单: 劳动	音乐	数学	语文
课间	14:40 ~14:50					
第七节	14:50 ~15:30	生物学	语文	道德与法治	信息技术	校本课程
大课间	15:30 ~16:00					
课后服务1	16:00 ~16:40	数学	课后服务	课后服务	课后服务	
课后服务2	16:50 ~17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	

第3周

2025-2026 下学期 初二 (6) 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	道德与法治	物理	历史	语文	外语
大课间	8:40~9:15					
第二节	09:15~09:55	语文	体育与健康	化学	生物学	综合实践活动
课间	9:55~10:05					
第三节 (含眼保健操)	10:05 ~10:50	体育与健康	数学	外语	道德与法治	体育与健康
课间	10:50 ~11:00					
第四节	11:00 ~11:40	物理	外语	数学	体育与健康	数学
午餐	11:40~12:05					
午会	12:05~12:35					
午间活动	12:35~13:05					
第五节	13:05 ~13:45	化学	双: 美术 单: 劳动	语文	外语	物理
课间	13:45 ~13:55					
第六节 (含眼保健操)	13:55 ~14:40	历史	双: 美术 单: 劳动	音乐	数学	语文
课间	14:40 ~14:50					
第七节	14:50 ~15:30	生物学	语文	道德与法治	信息技术	校本课程
大课间	15:30 ~16:00					
课后服务1	16:00 ~16:40	数学	课后服务	课后服务	课后服务	
课后服务2	16:50 ~17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	

第4周

2025-2026 下学期 初二 (6) 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	道德与法治	物理	历史	语文	外语
大课间	8:40~9:15					
第二节	09:15~09:55	语文	体育与健康	化学	生物学	综合实践活动
课间	9:55~10:05					
第三节 (含眼保健操)	10:05 ~10:50	体育与健康	数学	外语	道德与法治	体育与健康
课间	10:50 ~11:00					
第四节	11:00 ~11:40	物理	外语	数学	体育与健康	数学
午餐	11:40~12:05					
午会	12:05~12:35					
午间活动	12:35~13:05					
第五节	13:05 ~13:45	化学	双: 美术 单: 劳动	语文	外语	物理
课间	13:45 ~13:55					
第六节 (含眼保健操)	13:55 ~14:40	历史	双: 美术 单: 劳动	音乐	数学	语文
课间	14:40 ~14:50					
第七节	14:50 ~15:30	生物学	语文	道德与法治	信息技术	校本课程
大课间	15:30 ~16:00					
课后服务1	16:00 ~16:40	数学	课后服务	课后服务	课后服务	
课后服务2	16:50 ~17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	

第5周

2025-2026 下学期 初二 (6) 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	道德与法治	物理	历史	语文	外语
大课间	8:40~9:15					
第二节	09:15~09:55	语文	体育与健康	化学	生物学	综合实践活动
课间	9:55~10:05					
第三节 (含眼保健操)	10:05 ~10:50	体育与健康	数学	外语	道德与法治	体育与健康
课间	10:50 ~11:00					
第四节	11:00 ~11:40	物理	外语	数学	体育与健康	数学
午餐	11:40~12:05					
午会	12:05~12:35					
午间活动	12:35~13:05					
第五节	13:05 ~13:45	化学	双: 美术 单: 劳动	语文	外语	物理
课间	13:45 ~13:55					
第六节 (含眼保健操)	13:55 ~14:40	历史	双: 美术 单: 劳动	音乐	数学	语文
课间	14:40 ~14:50					
第七节	14:50 ~15:30	生物学	语文	道德与法治	信息技术	校本课程
大课间	15:30 ~16:00					
课后服务1	16:00 ~16:40	数学	课后服务	课后服务	课后服务	
课后服务2	16:50 ~17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	

第6周

2025-2026 下学期 初二 (6) 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	清明节放假	物理	历史	语文	外语
大课间	8:40~9:15					
第二节	09:15~09:55		体育与健康	化学	生物学	综合实践活动
课间	9:55--10:05					
第三节 (含眼保健操)	10:05 ~10:50		数学	外语	道德与法治	体育与健康
课间	10:50 ~11:00					
第四节	11:00 ~11:40		外语	数学	体育与健康	数学
午餐	11:40~12:05					
午会	12:05~12:35					
午间活动	12:35~13:05					
第五节	13:05 ~13:45		双: 美术 单: 劳动	语文	外语	物理
课间	13:45 ~13:55					
第六节 (含眼保健操)	13:55 ~14:40		双: 美术 单: 劳动	音乐	数学	语文
课间	14:40 ~14:50					
第七节	14:50 ~15:30		语文	道德与法治	信息技术	校本课程
大课间	15:30 ~16:00					
课后服务1	16:00 ~16:40		课后服务	课后服务	课后服务	
课后服务2	16:50 ~17:30		课后服务	课后服务	课后服务	

第7周

2025-2026 下学期 初二 (6) 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	道德与法治	物理	历史	语文	外语
大课间	8:40~9:15					
第二节	09:15~09:55	语文	体育与健康	化学	生物学	综合实践活动
课间	9:55~10:05					
第三节 (含眼保健操)	10:05 ~10:50	体育与健康	数学	外语	道德与法治	体育与健康
课间	10:50 ~11:00					
第四节	11:00 ~11:40	物理	外语	数学	体育与健康	数学
午餐	11:40~12:05					
午会	12:05~12:35					
午间活动	12:35~13:05					
第五节	13:05 ~13:45	化学	双: 美术 单: 劳动	语文	外语	物理
课间	13:45 ~13:55					
第六节 (含眼保健操)	13:55 ~14:40	历史	双: 美术 单: 劳动	音乐	数学	语文
课间	14:40 ~14:50					
第七节	14:50 ~15:30	生物学	语文	道德与法治	信息技术	校本课程
大课间	15:30 ~16:00					
课后服务1	16:00 ~16:40	数学	课后服务	课后服务	课后服务	
课后服务2	16:50 ~17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	

第8周

2025-2026 下学期 初二 (6) 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	期中考试			语文	外语
大课间	8:40~9:15					
第二节	09:15~09:55				生物学	综合实践活动
课间	9:55~10:05					
第三节 (含眼保健操)	10:05 ~10:50				道德与法治	体育与健康
课间	10:50 ~11:00					
第四节	11:00 ~11:40				体育与健康	数学
午餐	11:40~12:05					
午会	12:05~12:35					
午间活动	12:35~13:05					
第五节	13:05 ~13:45				外语	物理
课间	13:45 ~13:55					
第六节 (含眼保健操)	13:55 ~14:40				数学	语文
课间	14:40 ~14:50					
第七节	14:50 ~15:30				信息技术	校本课程
大课间	15:30 ~16:00					
课后服务1	16:00 ~16:40				课后服务	
课后服务2	16:50 ~17:30				课后服务	

2025-2026 下学期 初二 (6) 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	道德与法治	物理	历史	语文	劳动节放假
大课间	8:40~9:15					
第二节	09:15~09:55	语文	体育与健康	化学	生物学	
课间	9:55~10:05					
第三节 (含眼保健操)	10:05 ~10:50	体育与健康	数学	外语	道德与法治	
课间	10:50 ~11:00					
第四节	11:00 ~11:40	物理	外语	数学	体育与健康	
午餐	11:40~12:05					
午会	12:05~12:35					
午间活动	12:35~13:05					
第五节	13:05 ~13:45	化学	双: 美术 单: 劳动	语文	外语	
课间	13:45 ~13:55					
第六节 (含眼保健操)	13:55 ~14:40	历史	双: 美术 单: 劳动	音乐	数学	
课间	14:40 ~14:50					
第七节	14:50 ~15:30	生物学	语文	道德与法治	信息技术	
大课间	15:30 ~16:00					
课后服务1	16:00 ~16:40	数学	课后服务	课后服务	课后服务	
课后服务2	16:50 ~17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	

2025-2026 下学期 初二 (6) 班 班级课表								
节次	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六	
第一节	08:00 ~08:40	劳动节放假		历史	语文	外语	上课	
大课间	8:40~9:15							
第二节	09:15~09:55			化学	生物学	综合实践活动		
课间	9:55--10:05							
第三节 (含眼保健操)	10:05 ~10:50			外语	道德与法治	体育与健康		
课间	10:50 ~11:00							
第四节	11:00 ~11:40			数学	体育与健康	数学		
午餐	11:40~12:05							
午会	12:05~12:35							
午间活动	12:35~13:05							
第五节	13:05 ~13:45			语文	外语	物理		上课
课间	13:45 ~13:55							
第六节 (含眼保健操)	13:55 ~14:40			音乐	数学	语文		
课间	14:40 ~14:50							
第七节	14:50 ~15:30			道德与法治	信息技术	校本课程		
大课间	15:30 ~16:00							
课后服务1	16:00 ~16:40	课后服务	课后服务					
课后服务2	16:50 ~17:30	课后服务	课后服务					

第 11 周

2025-2026 下学期 初二 (6) 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	道德与法治	物理	历史	语文	外语
大课间	8:40~9:15					
第二节	09:15~09:55	语文	体育与健康	化学	生物学	综合实践活动
课间	9:55~10:05					
第三节 (含眼保健操)	10:05 ~10:50	体育与健康	数学	外语	道德与法治	体育与健康
课间	10:50 ~11:00					
第四节	11:00 ~11:40	物理	外语	数学	体育与健康	数学
午餐	11:40~12:05					
午会	12:05~12:35					
午间活动	12:35~13:05					
第五节	13:05 ~13:45	化学	双: 美术 单: 劳动	语文	外语	物理
课间	13:45 ~13:55					
第六节 (含眼保健操)	13:55 ~14:40	历史	双: 美术 单: 劳动	音乐	数学	语文
课间	14:40 ~14:50					
第七节	14:50 ~15:30	生物学	语文	道德与法治	信息技术	校本课程
大课间	15:30 ~16:00					
课后服务1	16:00 ~16:40	数学	课后服务	课后服务	课后服务	
课后服务2	16:50 ~17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	

第 12 周

2025-2026 下学期 初二 (6) 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	道德与法治	物理	历史	语文	外语
大课间	8:40~9:15					
第二节	09:15~09:55	语文	体育与健康	化学	生物学	综合实践活动
课间	9:55~10:05					
第三节 (含眼保健操)	10:05 ~10:50	体育与健康	数学	外语	道德与法治	体育与健康
课间	10:50 ~11:00					
第四节	11:00 ~11:40	物理	外语	数学	体育与健康	数学
午餐	11:40~12:05					
午会	12:05~12:35					
午间活动	12:35~13:05					
第五节	13:05 ~13:45	化学	双: 美术 单: 劳动	语文	外语	物理
课间	13:45 ~13:55					
第六节 (含眼保健操)	13:55 ~14:40	历史	双: 美术 单: 劳动	音乐	数学	语文
课间	14:40 ~14:50					
第七节	14:50 ~15:30	生物学	语文	道德与法治	信息技术	校本课程
大课间	15:30 ~16:00					
课后服务1	16:00 ~16:40	数学	课后服务	课后服务	课后服务	
课后服务2	16:50 ~17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	

第 13 周

2025-2026 下学期 初二 (6) 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	道德与法治	物理	历史	语文	外语
大课间	8:40~9:15					
第二节	09:15~09:55	语文	体育与健康	化学	生物学	综合实践活动
课间	9:55~10:05					
第三节 (含眼保健操)	10:05 ~10:50	体育与健康	数学	外语	道德与法治	体育与健康
课间	10:50 ~11:00					
第四节	11:00 ~11:40	物理	外语	数学	体育与健康	数学
午餐	11:40~12:05					
午会	12:05~12:35					
午间活动	12:35~13:05					
第五节	13:05 ~13:45	化学	双: 美术 单: 劳动	语文	外语	物理
课间	13:45 ~13:55					
第六节 (含眼保健操)	13:55 ~14:40	历史	双: 美术 单: 劳动	音乐	数学	语文
课间	14:40 ~14:50					
第七节	14:50 ~15:30	生物学	语文	道德与法治	信息技术	校本课程
大课间	15:30 ~16:00					
课后服务1	16:00 ~16:40	数学	课后服务	课后服务	课后服务	
课后服务2	16:50 ~17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	

第 14 周

2025-2026 下学期 初二 (6) 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	道德与法治	物理	历史	语文	外语
大课间	8:40~9:15					
第二节	09:15~09:55	语文	体育与健康	化学	生物学	综合实践活动
课间	9:55~10:05					
第三节 (含眼保健操)	10:05 ~10:50	体育与健康	数学	外语	道德与法治	体育与健康
课间	10:50 ~11:00					
第四节	11:00 ~11:40	物理	外语	数学	体育与健康	数学
午餐	11:40~12:05					
午会	12:05~12:35					
午间活动	12:35~13:05					
第五节	13:05 ~13:45	化学	双: 美术 单: 劳动	语文	外语	物理
课间	13:45 ~13:55					
第六节 (含眼保健操)	13:55 ~14:40	历史	双: 美术 单: 劳动	音乐	数学	语文
课间	14:40 ~14:50					
第七节	14:50 ~15:30	生物学	语文	道德与法治	信息技术	校本课程
大课间	15:30 ~16:00					
课后服务1	16:00 ~16:40	数学	课后服务	课后服务	课后服务	
课后服务2	16:50 ~17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	

2025-2026 下学期 初二 (6) 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	道德与法治	物理	历史	语文	外语
大课间	8:40~9:15					
第二节	09:15~09:55	语文	体育与健康	化学	生物学	综合实践活动
课间	9:55~10:05					
第三节 (含眼保健操)	10:05 ~10:50	体育与健康	数学	外语	道德与法治	体育与健康
课间	10:50 ~11:00					
第四节	11:00 ~11:40	物理	外语	数学	体育与健康	数学
午餐	11:40~12:05					
午会	12:05~12:35					
午间活动	12:35~13:05					
第五节	13:05 ~13:45	化学	双: 美术 单: 劳动	语文	外语	物理
课间	13:45 ~13:55					
第六节 (含眼保健操)	13:55 ~14:40	历史	双: 美术 单: 劳动	音乐	数学	语文
课间	14:40 ~14:50					
第七节	14:50 ~15:30	生物学	语文	道德与法治	信息技术	校本课程
大课间	15:30 ~16:00					
课后服务1	16:00 ~16:40	数学	课后服务	课后服务	课后服务	
课后服务2	16:50 ~17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	

2025-2026 下学期 初二 (6) 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	道德与法治	期末考试	期末考试	期末考试	端午放假
大课间	8:40~9:15					
第二节	09:15~09:55	语文				
课间	9:55~10:05					
第三节 (含眼保健操)	10:05 ~10:50	体育与健康				
课间	10:50 ~11:00					
第四节	11:00 ~11:40	物理				
午餐	11:40~12:05					
午会	12:05~12:35					
午间活动	12:35~13:05					
第五节	13:05 ~13:45	化学				
课间	13:45 ~13:55					
第六节 (含眼保健操)	13:55 ~14:40	历史				
课间	14:40 ~14:50					
第七节	14:50 ~15:30	生物学				
大课间	15:30 ~16:00					
课后服务1	16:00 ~16:40	数学				
课后服务2	16:50 ~17:30	课后服务				

第 17 周

2025-2026 下学期 初二 (6) 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	道德与法治	物理	历史	语文	外语
大课间	8:40~9:15					
第二节	09:15~09:55	语文	体育与健康	化学	生物学	综合实践活动
课间	9:55~10:05					
第三节 (含眼保健操)	10:05 ~10:50	体育与健康	数学	外语	道德与法治	体育与健康
课间	10:50 ~11:00					
第四节	11:00 ~11:40	物理	外语	数学	体育与健康	数学
午餐	11:40~12:05					
午会	12:05~12:35					
午间活动	12:35~13:05					
第五节	13:05 ~13:45	化学	双: 美术 单: 劳动	语文	外语	物理
课间	13:45 ~13:55					
第六节 (含眼保健操)	13:55 ~14:40	历史	双: 美术 单: 劳动	音乐	数学	语文
课间	14:40 ~14:50					
第七节	14:50 ~15:30	生物学	语文	道德与法治	信息技术	校本课程
大课间	15:30 ~16:00					
课后服务1	16:00 ~16:40	数学	课后服务	课后服务	课后服务	
课后服务2	16:50 ~17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	

第 18 周

2025-2026 下学期 初二 (6) 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	道德与法治	物理	历史	语文	外语
大课间	8:40~9:15					
第二节	09:15~09:55	语文	体育与健康	化学	生物学	综合实践活动
课间	9:55~10:05					
第三节 (含眼保健操)	10:05 ~10:50	体育与健康	数学	外语	道德与法治	体育与健康
课间	10:50 ~11:00					
第四节	11:00 ~11:40	物理	外语	数学	体育与健康	数学
午餐	11:40~12:05					
午会	12:05~12:35					
午间活动	12:35~13:05					
第五节	13:05 ~13:45	化学	双: 美术 单: 劳动	语文	外语	物理
课间	13:45 ~13:55					
第六节 (含眼保健操)	13:55 ~14:40	历史	双: 美术 单: 劳动	音乐	数学	语文
课间	14:40 ~14:50					
第七节	14:50 ~15:30	生物学	语文	道德与法治	信息技术	校本课程
大课间	15:30 ~16:00					
课后服务1	16:00 ~16:40	数学	课后服务	课后服务	课后服务	
课后服务2	16:50 ~17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	