

第1周

2025-2026 下学期 高三 (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	校本课程	校本课程	语文	历史(等级), 生物学(等级)	数学
大课间	8:40~9:15					
第二节	09:15~09:55	体育与健康	校本课程	校本课程	英语	校本课程
课间	9:55~10:05					
第三节 (含眼保健操)	10:05 ~10:50	地理(等级)	体育与健康	校本课程	校本课程	语文
课间	10:50 ~11:00					
第四节	11:00 ~11:40	数学	校本课程	体育与健康	校本课程	校本课程
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	校本课程	思想政治(等级)	历史(等级), 生物学(等级)	校本课程	地理(等级)
课间	13:45 ~13:55					
第六节 (含眼保健操)	13:55 ~14:40	英语	数学	思想政治(等级)	校本课程	校本课程
课间	14:40 ~14:50					
第七节	14:50 ~15:30	校本课程	校本课程	校本课程	体育与健康	校本课程
大课间	15:30 ~16:00					
第八节	16:00 ~16:40	校本课程		校本课程	校本课程	

第2周

2025-2026 下学期 高三 (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	校本课程	校本课程	语文	历史(等级), 生物学(等级)	数学
大课间	8:40~9:15					
第二节	09:15~09:55	体育与健康	校本课程	校本课程	英语	校本课程
课间	9:55~10:05					
第三节 (含眼保健操)	10:05 ~10:50	地理(等级)	体育与健康	校本课程	校本课程	语文
课间	10:50 ~11:00					
第四节	11:00 ~11:40	数学	校本课程	体育与健康	校本课程	校本课程
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	校本课程	思想政治(等级)	历史(等级), 生物学(等级)	校本课程	地理(等级)
课间	13:45 ~13:55					
第六节 (含眼保健操)	13:55 ~14:40	英语	数学	思想政治(等级)	校本课程	校本课程
课间	14:40 ~14:50					
第七节	14:50 ~15:30	校本课程	校本课程	校本课程	体育与健康	校本课程
大课间	15:30 ~16:00					
第八节	16:00 ~16:40	校本课程		校本课程	校本课程	

第3周

2025-2026 下学期 高三 (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	校本课程	校本课程	语文	历史(等级), 生物学(等级)	数学
大课间	8:40~9:15					
第二节	09:15~09:55	体育与健康	校本课程	校本课程	英语	校本课程
课间	9:55~10:05					
第三节 (含眼保健操)	10:05 ~10:50	地理(等级)	体育与健康	校本课程	校本课程	语文
课间	10:50 ~11:00					
第四节	11:00 ~11:40	数学	校本课程	体育与健康	校本课程	校本课程
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	校本课程	思想政治(等级)	历史(等级), 生物学(等级)	校本课程	地理(等级)
课间	13:45 ~13:55					
第六节 (含眼保健操)	13:55 ~14:40	英语	数学	思想政治(等级)	校本课程	校本课程
课间	14:40 ~14:50					
第七节	14:50 ~15:30	校本课程	校本课程	校本课程	体育与健康	校本课程
大课间	15:30 ~16:00					
第八节	16:00 ~16:40	校本课程		校本课程	校本课程	

第4周

2025-2026 下学期 高三 (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	校本课程	校本课程	语文	历史(等级), 生物学(等级)	数学
大课间	8:40~9:15					
第二节	09:15~09:55	体育与健康	校本课程	校本课程	英语	校本课程
课间	9:55~10:05					
第三节 (含眼保健操)	10:05 ~10:50	地理(等级)	体育与健康	校本课程	校本课程	语文
课间	10:50 ~11:00					
第四节	11:00 ~11:40	数学	校本课程	体育与健康	校本课程	校本课程
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	校本课程	思想政治(等级)	历史(等级), 生物学(等级)	校本课程	地理(等级)
课间	13:45 ~13:55					
第六节 (含眼保健操)	13:55 ~14:40	英语	数学	思想政治(等级)	校本课程	校本课程
课间	14:40 ~14:50					
第七节	14:50 ~15:30	校本课程	校本课程	校本课程	体育与健康	校本课程
大课间	15:30 ~16:00					
第八节	16:00 ~16:40	校本课程		校本课程	校本课程	

第 5 周

2025-2026 下学期 高三 (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	校本课程	校本课程	语文	历史(等级), 生物学(等级)	数学
大课间	8:40~9:15					
第二节	09:15~09:55	体育与健康	校本课程	校本课程	英语	校本课程
课间	9:55~10:05					
第三节 (含眼保健操)	10:05 ~10:50	地理(等级)	体育与健康	校本课程	校本课程	语文
课间	10:50 ~11:00					
第四节	11:00 ~11:40	数学	校本课程	体育与健康	校本课程	校本课程
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	校本课程	思想政治(等级)	历史(等级), 生物学(等级)	校本课程	地理(等级)
课间	13:45 ~13:55					
第六节 (含眼保健操)	13:55 ~14:40	英语	数学	思想政治(等级)	校本课程	校本课程
课间	14:40 ~14:50					
第七节	14:50 ~15:30	校本课程	校本课程	校本课程	体育与健康	校本课程
大课间	15:30 ~16:00					
第八节	16:00 ~16:40	校本课程		校本课程	校本课程	

第6周

2025-2026 下学期 高三 (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	清明节放假	校本课程	高三等级考	历史(等级), 生物学(等级)	数学	
大课间	8:40~9:15						
第二节	09:15~09:55		校本课程		英语	校本课程	
课间	9:55~10:05						
第三节 (含眼保健操)	10:05 ~10:50		体育与健康		校本课程	语文	
课间	10:50 ~11:00						
第四节	11:00 ~11:40		校本课程		校本课程	校本课程	
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		思想政治(等级)		校本课程	地理(等级)	
课间	13:45 ~13:55						
第六节 (含眼保健操)	13:55 ~14:40		数学		校本课程	校本课程	
课间	14:40 ~14:50						
第七节	14:50 ~15:30		校本课程		体育与健康	校本课程	
大课间	15:30 ~16:00						
第八节	16:00 ~16:40			校本课程			

第7周

2025-2026 下学期 高三 (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	校本课程	高三 二模		历史(等级), 生物学(等级)	数学
大课间	8:40~9:15					
第二节	09:15~09:55	体育与健康			英语	校本课程
课间	9:55~10:05					
第三节 (含眼保健操)	10:05 ~10:50	地理(等级)			校本课程	语文
课间	10:50 ~11:00					
第四节	11:00 ~11:40	数学			校本课程	校本课程
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	校本课程			校本课程	地理(等级)
课间	13:45 ~13:55					
第六节 (含眼保健操)	13:55 ~14:40	英语			校本课程	校本课程
课间	14:40 ~14:50					
第七节	14:50 ~15:30	校本课程			体育与健康	校本课程
大课间	15:30 ~16:00					
第八节	16:00 ~16:40	校本课程			校本课程	

第8周

2025-2026 下学期 高三 (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	校本课程	校本课程	语文	历史(等级), 生物学(等级)	数学
大课间	8:40~9:15					
第二节	09:15~09:55	体育与健康	校本课程	校本课程	英语	校本课程
课间	9:55~10:05					
第三节 (含眼保健操)	10:05 ~10:50	地理(等级)	体育与健康	校本课程	校本课程	语文
课间	10:50 ~11:00					
第四节	11:00 ~11:40	数学	校本课程	体育与健康	校本课程	校本课程
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	校本课程	思想政治(等级)	历史(等级), 生物学(等级)	校本课程	地理(等级)
课间	13:45 ~13:55					
第六节 (含眼保健操)	13:55 ~14:40	英语	数学	思想政治(等级)	校本课程	校本课程
课间	14:40 ~14:50					
第七节	14:50 ~15:30	校本课程	校本课程	校本课程	体育与健康	校本课程
大课间	15:30 ~16:00					
第八节	16:00 ~16:40	校本课程		校本课程	校本课程	

2025-2026 下学期 高三 (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	校本课程	校本课程	语文	历史(等级), 生物学(等级)	劳动节放假
大课间	8:40~9:15					
第二节	09:15~09:55	体育与健康	校本课程	校本课程	英语	
课间	9:55~10:05					
第三节 (含眼保健操)	10:05 ~10:50	地理(等级)	体育与健康	校本课程	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	校本课程	
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	校本课程	思想政治(等级)	历史(等级), 生物学(等级)	校本课程	
课间	13:45 ~13:55					
第六节 (含眼保健操)	13:55 ~14:40	英语	数学	思想政治(等级)	校本课程	
课间	14:40 ~14:50					
第七节	14:50 ~15:30	校本课程	校本课程	校本课程	体育与健康	
大课间	15:30 ~16:00					
第八节	16:00 ~16:40	校本课程		校本课程	校本课程	

第 10 周

2025-2026 下学期 高三 (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	星期六	
第一节	08:00 ~08:40	劳动节放假		语文	历史(等级), 生物学(等级)	数学	上课	
大课间	8:40~9:15							
第二节	09:15~09:55		校本课程	英语	校本课程			
课间	9:55--10:05							
第三节 (含眼保健操)	10:05 ~10:50		校本课程	校本课程	语文			
课间	10:50 ~11:00							
第四节	11:00 ~11:40		体育与健康	校本课程	校本课程			
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				历史(等级), 生物学(等级)	校本课程	地理(等级)	上课
课间	13:45 ~13:55							
第六节 (含眼保健操)	13:55 ~14:40		思想政治(等级)	校本课程	校本课程			
课间	14:40 ~14:50							
第七节	14:50 ~15:30		校本课程	体育与健康	校本课程			
大课间	15:30 ~16:00							
第八节	16:00 ~16:40	校本课程	校本课程					

第 11 周

2025-2026 下学期 高三 (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	校本课程	校本课程	语文	历史(等级), 生物学(等级)	数学
大课间	8:40~9:15					
第二节	09:15~09:55	体育与健康	校本课程	校本课程	英语	校本课程
课间	9:55~10:05					
第三节 (含眼保健操)	10:05 ~10:50	地理(等级)	体育与健康	校本课程	校本课程	语文
课间	10:50 ~11:00					
第四节	11:00 ~11:40	数学	校本课程	体育与健康	校本课程	校本课程
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	校本课程	思想政治(等级)	历史(等级), 生物学(等级)	校本课程	地理(等级)
课间	13:45 ~13:55					
第六节 (含眼保健操)	13:55 ~14:40	英语	数学	思想政治(等级)	校本课程	校本课程
课间	14:40 ~14:50					
第七节	14:50 ~15:30	校本课程	校本课程	校本课程	体育与健康	校本课程
大课间	15:30 ~16:00					
第八节	16:00 ~16:40	校本课程		校本课程	校本课程	

第 12 周

2025-2026 下学期 高三 (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	校本课程	校本课程	语文	历史(等级), 生物学(等级)	数学
大课间	8:40~9:15					
第二节	09:15~09:55	体育与健康	校本课程	校本课程	英语	校本课程
课间	9:55~10:05					
第三节 (含眼保健操)	10:05 ~10:50	地理(等级)	体育与健康	校本课程	校本课程	语文
课间	10:50 ~11:00					
第四节	11:00 ~11:40	数学	校本课程	体育与健康	校本课程	校本课程
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	校本课程	思想政治(等级)	历史(等级), 生物学(等级)	校本课程	地理(等级)
课间	13:45 ~13:55					
第六节 (含眼保健操)	13:55 ~14:40	英语	数学	思想政治(等级)	校本课程	校本课程
课间	14:40 ~14:50					
第七节	14:50 ~15:30	校本课程	校本课程	校本课程	体育与健康	校本课程
大课间	15:30 ~16:00					
第八节	16:00 ~16:40	校本课程		校本课程	校本课程	

2025-2026 下学期 高三 (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	校本课程	校本课程	语文	历史(等级), 生物学(等级)	数学
大课间	8:40~9:15					
第二节	09:15~09:55	体育与健康	校本课程	校本课程	英语	校本课程
课间	9:55~10:05					
第三节 (含眼保健操)	10:05 ~10:50	地理(等级)	体育与健康	校本课程	校本课程	语文
课间	10:50 ~11:00					
第四节	11:00 ~11:40	数学	校本课程	体育与健康	校本课程	校本课程
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	校本课程	思想政治(等级)	历史(等级), 生物学(等级)	校本课程	地理(等级)
课间	13:45 ~13:55					
第六节 (含眼保健操)	13:55 ~14:40	英语	数学	思想政治(等级)	校本课程	校本课程
课间	14:40 ~14:50					
第七节	14:50 ~15:30	校本课程	校本课程	校本课程	体育与健康	校本课程
大课间	15:30 ~16:00					
第八节	16:00 ~16:40	校本课程		校本课程	校本课程	

第 14 周

2025-2026 下学期 高三 (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	校本课程	校本课程	语文	历史(等级), 生物学(等级)	数学
大课间	8:40~9:15					
第二节	09:15~09:55	体育与健康	校本课程	校本课程	英语	校本课程
课间	9:55~10:05					
第三节 (含眼保健操)	10:05 ~10:50	地理(等级)	体育与健康	校本课程	校本课程	语文
课间	10:50 ~11:00					
第四节	11:00 ~11:40	数学	校本课程	体育与健康	校本课程	校本课程
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	校本课程	思想政治(等级)	历史(等级), 生物学(等级)	校本课程	地理(等级)
课间	13:45 ~13:55					
第六节 (含眼保健操)	13:55 ~14:40	英语	数学	思想政治(等级)	校本课程	校本课程
课间	14:40 ~14:50					
第七节	14:50 ~15:30	校本课程	校本课程	校本课程	体育与健康	校本课程
大课间	15:30 ~16:00					
第八节	16:00 ~16:40	校本课程		校本课程	校本课程	

第 15 周

2025-2026 下学期 高三 (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	校本课程	校本课程	语文	历史(等级), 生物学(等级)	数学
大课间	8:40~9:15					
第二节	09:15~09:55	体育与健康	校本课程	校本课程	英语	校本课程
课间	9:55~10:05					
第三节 (含眼保健操)	10:05 ~10:50	地理(等级)	体育与健康	校本课程	校本课程	语文
课间	10:50 ~11:00					
第四节	11:00 ~11:40	数学	校本课程	体育与健康	校本课程	校本课程
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	校本课程	思想政治(等级)	历史(等级), 生物学(等级)	校本课程	地理(等级)
课间	13:45 ~13:55					
第六节 (含眼保健操)	13:55 ~14:40	英语	数学	思想政治(等级)	校本课程	校本课程
课间	14:40 ~14:50					
第七节	14:50 ~15:30	校本课程	校本课程	校本课程	体育与健康	校本课程
大课间	15:30 ~16:00					
第八节	16:00 ~16:40	校本课程		校本课程	校本课程	

第 16 周

2025-2026 下学期 高三 (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	校本课程	校本课程	语文	历史(等级), 生物学(等级)	数学
大课间	8:40~9:15					
第二节	09:15~09:55	体育与健康	校本课程	校本课程	英语	校本课程
课间	9:55~10:05					
第三节 (含眼保健操)	10:05 ~10:50	地理(等级)	体育与健康	校本课程	校本课程	语文
课间	10:50 ~11:00					
第四节	11:00 ~11:40	数学	校本课程	体育与健康	校本课程	校本课程
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	校本课程	思想政治(等级)	历史(等级), 生物学(等级)	校本课程	地理(等级)
课间	13:45 ~13:55					
第六节 (含眼保健操)	13:55 ~14:40	英语	数学	思想政治(等级)	校本课程	校本课程
课间	14:40 ~14:50					
第七节	14:50 ~15:30	校本课程	校本课程	校本课程	体育与健康	校本课程
大课间	15:30 ~16:00					
第八节	16:00 ~16:40	校本课程		校本课程	校本课程	

第 17 周

2025-2026 下学期 高三 (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	校本课程	校本课程	语文	历史(等级), 生物学(等级)	数学
大课间	8:40~9:15					
第二节	09:15~09:55	体育与健康	校本课程	校本课程	英语	校本课程
课间	9:55~10:05					
第三节 (含眼保健操)	10:05 ~10:50	地理(等级)	体育与健康	校本课程	校本课程	语文
课间	10:50 ~11:00					
第四节	11:00 ~11:40	数学	校本课程	体育与健康	校本课程	校本课程
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	校本课程	思想政治(等级)	历史(等级), 生物学(等级)	校本课程	地理(等级)
课间	13:45 ~13:55					
第六节 (含眼保健操)	13:55 ~14:40	英语	数学	思想政治(等级)	校本课程	校本课程
课间	14:40 ~14:50					
第七节	14:50 ~15:30	校本课程	校本课程	校本课程	体育与健康	校本课程
大课间	15:30 ~16:00					
第八节	16:00 ~16:40	校本课程		校本课程	校本课程	

第 18 周

2025-2026 下学期 高三 (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	校本课程	校本课程	语文	历史(等级), 生物学(等级)	数学
大课间	8:40~9:15					
第二节	09:15~09:55	体育与健康	校本课程	校本课程	英语	校本课程
课间	9:55~10:05					
第三节 (含眼保健操)	10:05 ~10:50	地理(等级)	体育与健康	校本课程	校本课程	语文
课间	10:50 ~11:00					
第四节	11:00 ~11:40	数学	校本课程	体育与健康	校本课程	校本课程
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	校本课程	思想政治(等级)	历史(等级), 生物学(等级)	校本课程	地理(等级)
课间	13:45 ~13:55					
第六节 (含眼保健操)	13:55 ~14:40	英语	数学	思想政治(等级)	校本课程	校本课程
课间	14:40 ~14:50					
第七节	14:50 ~15:30	校本课程	校本课程	校本课程	体育与健康	校本课程
大课间	15:30 ~16:00					
第八节	16:00 ~16:40	校本课程		校本课程	校本课程	