



10 年级课表

A 周	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08:00-08:50	数学	英语	体育与健康	数学	化学
课间	08:50-08:55					
第二节	08:55-09:45	地理	经济	体育与健康	化学	校本课程 (心理)
课间	09:45-10:00	眼保健操	眼保健操	眼保健操	眼保健操	眼保健操
第三节	10:00-10:50	化学	地理	英语	经济	地理
课间	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:45	物理	生物	语文	经济	生物
午餐	11:50-12:20					
午休 / 导师时段	12:20-12:45					
第五节	12:50-13:40	历史	地理	地理	英语	语文
课间	13:40-13:45					
第六节	13:45-14:35	英语	地理	经济	历史	数学
课间	14:35-14:40					
第七节	14:40-15:30	生物	语文	数学	生物	
大课间	15:30-16:00					
第八节	16:00-17:00	体育与健康	体育与健康	体育活动	体育活动	
B 周	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08:00-08:50	数学	生物	思想政治 (习读本)	地理	语文
课间	08:50-08:55					
第二节	08:55-09:45	物理	语文	物理	物理	物理
课间	09:45-10:00	眼保健操	眼保健操	眼保健操	眼保健操	眼保健操
第三节	10:00-10:50	语文	经济	地理	地理	英语
课间	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:45	体育与健康	英语	生物	经济	化学
午餐	11:50-12:20					
午休 / 导师时段	12:20-12:45				心理健康	
第五节	12:50-13:40	化学	校本课程	英语	语文	数学
课间	13:40-13:45					
第六节	13:45-14:35	经济	化学	数学	数学	思想政治 (习读本)
课间	14:35-14:40					
第七节	14:40-15:30	英语	物理	语文	英语	
大课间	15:30-16:00					
第八节	16:00-17:00	体育与健康	体育与健康	体育活动	体育活动	
备注	1.2026 年 10 月 5 日 -10 月 6 日 以及 10 月 12 日，拟安排第一学期期中考试。考试科目： 语文、数学、英语、物理、生物、化学 2026 年 12 月 22 日 -12 月 25 日以及 2027 年 1 月 6 日 -1 月 8 日以及 1 月 11-12 日拟安排 第一学期期末考试。考试科目：语文、数学、英语、物理、生物、化学。					



11 年级课表

A 周	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08:00-08:50	知识论	心理学	英语	生物	英语
课间	08:50-08:55					
第二节	08:55-09:45	数学	心理学	生物	生物	知识论
课间	09:45-10:00	眼保健操	眼保健操	眼保健操	眼保健操	眼保健操
第三节	10:00-10:50	地理	英语	化学	心理学	心理学
课间	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:45	思想政治 (习读本)	化学	历史	思想政治 (习读本)	化学
午餐	11:50-12:20					
午休 / 导师时段	12:20-12:45				心理健康	
第五节	12:50-13:40	心理学	体育	心理学	数学	数学
课间	13:40-13:45					
第六节	13:45-14:35	英语	数学	数学	语文	语文
课间	14:35-14:40					
第七节	14:40-15:30	生物	体育与健康	语文	语文	
大课间	15:30-16:00					
第八节	16:00-17:00	体育与健康	体育与健康	体育与健康	体育活动	
B 周	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08:00-08:50	体育	生物	心理学	生物	知识论
课间	08:50-08:55					
第二节	08:55-09:45	语文	语文	体育与健康	自习	英语
课间	09:45-10:00	眼保健操	眼保健操	眼保健操	眼保健操	眼保健操
第三节	10:00-10:50	化学	心理学	地理	历史	数学
课间	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:45	化学	知识论	化学	心理学	化学
午餐	11:50-12:20					
午休 / 导师时段	12:20-12:45					
第五节	12:50-13:40	体育与健康	化学	知识论	英语	生物
课间	13:40-13:45					
第六节	13:45-14:35	数学	英语	生物	语文	语文
课间	14:35-14:40					
第七节	14:40-15:30	生物	数学	英语	数学	
大课间	15:30-16:00					
第八节	16:00-17:00	体育与健康	体育与健康	体育与健康	体育活动	
备注	1.2026 年 10 月 19 日 -10 月 20 日以及 10 月 26 日，拟安排第一学期期中考试。 考试科目：数学、语文、英语、生物、化学。考试形式：笔试。 2.2026 年 12 月 22 日 -25 日，拟安排第一学期期末考试。考试科目：数学、英语、语文、 政治、历史、地理。考试形式：笔试。					

12 年级课表

A 周	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08:00-08:50	物理	音乐	物理	音乐	物理
课间	08:50-08:55					
第二节	08:55-09:45	语文	英语	音乐	自习	语文
课间	09:45-10:00	眼保健操	眼保健操	眼保健操	眼保健操	眼保健操
第三节	10:00-10:50	语文	经济学	数学	英语	数学
课间	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:45	知识论	数学	知识论	语文	英语
午餐	11:50-12:20					
午休 / 导师时段	12:20-12:45				心理健康	
第五节	12:50-13:40	音乐	语文	英语	物理	思想政治 (习读本)
课间	13:40-13:45					
第六节	13:45-14:35	经济学	语文	语文	经济学	经济
课间	14:35-14:40					
第七节	14:40-15:30	体育与健康	体育与健康	经济学	数学	
大课间	15:30-16:00					
第八节	16:00-17:00	体育与健康	体育与健康	体育活动	体育活动	
B 周	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08:00-08:50	知识论	音乐	数学	音乐	物理
课间	08:50-08:55	眼保健操	眼保健操	眼保健操	眼保健操	眼保健操
第二节	08:55-09:45	经济学	经济学	知识论	数学	语文
课间	09:45-10:00					
第三节	10:00-10:50	数学	英语	语文	体育与健康	经济学
课间	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:45	英语	语文	英语	英语	数学
午餐	11:50-12:20					
午休 / 导师时段	12:20-12:45					
第五节	12:50-13:40	物理	数学	物理	体育与健康	音乐
课间	13:40-13:45					
第六节	13:45-14:35	语文	物理	体育	经济学	知识论
课间	14:35-14:40					
第七节	14:40-15:30	音乐	思想政治 (习读本)	音乐	物理	
大课间	15:30-16:00					
第八节	16:00-17:00	体育与健康	体育与健康	体育活动	体育活动	
备注	1. 2026 年 12 月 22 日 -25 日, 拟安排第一学期期末考试。考试科目: 数学、英语、语文、政治、历史、地理。考试形式: 笔试。					