

七2班	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08:00-08:40	开学典礼	外语	外语	地理	外语
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	外语	劳动	数学	数学	语文
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	数学	语文	生物学	综合实践活动	音乐
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	语文	道德与法治	人工智能基础	语文	数学
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	项目化	数学	历史	外语	校本课程
课间	13:00-13:10					
室内操	13:10-13:15					
第六节	13:15-13:55		体育与健康	语文	信息科技	道德与法治
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50		历史	体育与健康	体育与健康	校本课程
课间	14:50-15:00					
第八节	15:00-15:40	课后服务	课后服务	课后服务	美术	
课间	15:40-15:50					
课后服务	15:50-18:00					

七2班	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08:00-08:40	美术	外语	外语	地理	外语
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	体育与健康	劳动	数学	数学	语文
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	语文	语文	生物学	综合实践活动	音乐
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	语文	道德与法治	人工智能基础	语文	数学
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	数学	数学	历史	外语	校本课程
课间	13:00-13:10					
室内操	13:10-13:15					
第六节	13:15-13:55	生物学	体育与健康	语文	信息科技	道德与法治
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	地理	历史	体育与健康	体育与健康	校本课程
课间	14:50-15:00					
第八节	15:00-15:40	课后服务	课后服务	课后服务	美术	
课间	15:40-15:50					
课后服务	15:50-18:00					

七2班	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08:00-08:40	美术	外语	外语	地理	外语
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	体育与健康	劳动	数学	数学	语文
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	语文	语文	生物学	综合实践活动	音乐
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	语文	道德与法治	人工智能基础	语文	数学
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	数学	数学	历史	外语	校本课程
课间	13:00-13:10					
室内操	13:10-13:15					
第六节	13:15-13:55	生物学	体育与健康	语文	信息科技	道德与法治
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	地理	历史	体育与健康	体育与健康	校本课程
课间	14:50-15:00					
第八节	15:00-15:40	课后服务	课后服务	课后服务	美术	
课间	15:40-15:50					
课后服务	15:50-18:00					

七2班	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08:00-08:40	美术	外语	外语	地理	外语
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	体育与健康	劳动	数学	数学	语文
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	语文	语文	生物学	综合实践活动	音乐
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	语文	道德与法治	人工智能基础	语文	数学
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	数学	数学	历史	外语	校本课程
课间	13:00-13:10					
室内操	13:10-13:15					
第六节	13:15-13:55	生物学	体育与健康	语文	信息科技	道德与法治
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	地理	历史	体育与健康	体育与健康	校本课程
课间	14:50-15:00					
第八节	15:00-15:40	课后服务	课后服务	课后服务	美术	
课间	15:40-15:50					
课后服务	15:50-18:00					

七2班	时间	星期日	星期一	星期二
第一节	08:00-08:40	外语	美术	外语
课间	08:40-08:50			
第二节	08:50-09:30	劳动	体育与健康	劳动
大课间	09:30-10:00			
第三节	10:00-10:40	语文	语文	语文
课间	10:40-10:50			
眼保健操	10:50-10:55			
第四节	10:55-11:35	道德与法治	语文	道德与法治
午餐午休	11:35-12:20			
第五节	12:20-13:00	数学	数学	国庆歌会 (读书节闭幕)
课间	13:00-13:10			
室内操	13:10-13:15			
第六节	13:15-13:55	体育与健康	生物学	
课间	13:55-14:05			
眼保健操	14:05-14:10			
第七节	14:10-14:50	历史	地理	
课间	14:50-15:00			
第八节	15:00-15:40	课后服务	课后服务	课后服务
课间	15:40-15:50			
课后服务	15:50-18:00			

七2班	时间	星期四	星期五	星期六
第一节	08:00-08:40	地理	外语	外语
课间	08:40-08:50			
第二节	08:50-09:30	数学	语文	数学
大课间	09:30-10:00			
第三节	10:00-10:40	综合实践活动	音乐	生物学
课间	10:40-10:50			
眼保健操	10:50-10:55			
第四节	10:55-11:35	语文	数学	人工智能基础
午餐午休	11:35-12:20			
第五节	12:20-13:00	外语	校本课程	历史
课间	13:00-13:10			
室内操	13:10-13:15			
第六节	13:15-13:55	信息科技	道德与法治	语文
课间	13:55-14:05			
眼保健操	14:05-14:10			
第七节	14:10-14:50	体育与健康	校本课程	体育与健康
课间	14:50-15:00			
第八节	15:00-15:40	美术		课后服务
课间	15:40-15:50			
课后服务	15:50-18:00			

七2班	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08:00-08:40	美术	外语	外语	地理	外语
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	体育与健康	劳动	数学	数学	语文
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	语文	语文	生物学	综合实践活动	音乐
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	语文	道德与法治	人工智能基础	语文	数学
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	数学	数学	历史	外语	校本课程
课间	13:00-13:10					
室内操	13:10-13:15					
第六节	13:15-13:55	生物学	体育与健康	语文	信息科技	道德与法治
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	地理	历史	体育与健康	体育与健康	校本课程
课间	14:50-15:00					
第八节	15:00-15:40	课后服务	课后服务	课后服务	美术	
课间	15:40-15:50					
课后服务	15:50-18:00					

七2班	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08:00-08:40	美术	外语	外语	地理	外语
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	体育与健康	劳动	数学	数学	语文
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	语文	语文	生物学	综合实践活动	音乐
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	语文	道德与法治	人工智能基础	语文	数学
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	数学	数学	历史	外语	足球节闭幕式
课间	13:00-13:10					
室内操	13:10-13:15					
第六节	13:15-13:55	生物学	体育与健康	语文	信息科技	
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	地理	历史	体育与健康	体育与健康	
课间	14:50-15:00					
第八节	15:00-15:40	课后服务	课后服务	课后服务	美术	
课间	15:40-15:50					
课后服务	15:50-18:00					

七2班	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08:00-08:40	美术	外语	外语	地理	外语
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	体育与健康	劳动	数学	数学	语文
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	语文	语文	生物学	综合实践活动	音乐
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	语文	道德与法治	人工智能基础	语文	数学
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	数学	数学	历史	外语	校本课程
课间	13:00-13:10					
室内操	13:10-13:15					
第六节	13:15-13:55	生物学	体育与健康	语文	信息科技	道德与法治
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	地理	历史	体育与健康	体育与健康	校本课程
课间	14:50-15:00					
第八节	15:00-15:40	课后服务	课后服务	课后服务	美术	
课间	15:40-15:50					
课后服务	15:50-18:00					

七2班	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08:00-08:40	美术	外语	语文期中考试	数学期中考试	外语期中考试
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	体育与健康	劳动			
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	语文	语文			
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	语文	道德与法治			
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	数学	数学			
课间	13:00-13:10					
室内操	13:10-13:15					
第六节	13:15-13:55	生物学	体育与健康			
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	地理	历史			
课间	14:50-15:00					
第八节	15:00-15:40	课后服务	课后服务			
课间	15:40-15:50					
课后服务	15:50-18:00					

七2班	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08:00-08:40	美术	外语	外语	地理	秋季社会实践活动
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	体育与健康	劳动	数学	数学	
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	语文	语文	生物学	综合实践活动	
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	语文	道德与法治	人工智能基础	语文	
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	数学	数学	历史	外语	
课间	13:00-13:10					
室内操	13:10-13:15					
第六节	13:15-13:55	生物学	体育与健康	语文	信息科技	
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	地理	历史	体育与健康	体育与健康	
课间	14:50-15:00					
第八节	15:00-15:40	课后服务	课后服务	课后服务	美术	
课间	15:40-15:50					
课后服务	15:50-18:00					

七2班	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08:00-08:40	美术	外语	外语	地理	外语
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	体育与健康	劳动	数学	数学	语文
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	语文	语文	生物学	综合实践活动	音乐
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	语文	道德与法治	人工智能基础	语文	数学
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	数学	数学	历史	外语	校本课程
课间	13:00-13:10					
室内操	13:10-13:15					
第六节	13:15-13:55	生物学	体育与健康	语文	信息科技	道德与法治
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	地理	历史	体育与健康	体育与健康	校本课程
课间	14:50-15:00					
第八节	15:00-15:40	课后服务	课后服务	课后服务	美术	
课间	15:40-15:50					
课后服务	15:50-18:00					

七2班	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08:00-08:40	美术	外语	外语	地理	外语
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	体育与健康	劳动	数学	数学	语文
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	语文	语文	生物学	综合实践活动	音乐
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	语文	道德与法治	人工智能基础	语文	数学
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	数学	数学	历史	外语	科技节闭幕
课间	13:00-13:10					
室内操	13:10-13:15					
第六节	13:15-13:55	生物学	体育与健康	语文	信息科技	
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	地理	历史	体育与健康	体育与健康	
课间	14:50-15:00					
第八节	15:00-15:40	课后服务	课后服务	课后服务	美术	
课间	15:40-15:50					
课后服务	15:50-18:00					

七2班	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08:00-08:40	美术	外语	外语	地理	外语
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	体育与健康	劳动	数学	数学	语文
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	语文	语文	生物学	综合实践活动	音乐
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	语文	道德与法治	人工智能基础	语文	数学
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	数学	数学	历史	外语	校本课程
课间	13:00-13:10					
室内操	13:10-13:15					
第六节	13:15-13:55	生物学	体育与健康	语文	信息科技	道德与法治
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	地理	历史	体育与健康	体育与健康	校本课程
课间	14:50-15:00					
第八节	15:00-15:40	课后服务	课后服务	课后服务	美术	
课间	15:40-15:50					
课后服务	15:50-18:00					

七2班	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08:00-08:40	美术	外语	外语	地理	外语
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	体育与健康	劳动	数学	数学	语文
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	语文	语文	生物学	综合实践活动	音乐
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	语文	道德与法治	人工智能基础	语文	数学
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	数学	数学	历史	外语	校本课程
课间	13:00-13:10					
室内操	13:10-13:15					
第六节	13:15-13:55	生物学	体育与健康	语文	信息科技	道德与法治
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	地理	历史	体育与健康	体育与健康	校本课程
课间	14:50-15:00					
第八节	15:00-15:40	课后服务	课后服务	课后服务	美术	
课间	15:40-15:50					
课后服务	15:50-18:00					

七2班	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08:00-08:40	美术	外语	外语	地理	外语
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	体育与健康	劳动	数学	数学	语文
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	语文	语文	生物学	综合实践活动	音乐
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	语文	道德与法治	人工智能基础	语文	数学
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	数学	数学	历史	外语	校本课程
课间	13:00-13:10					
室内操	13:10-13:15					
第六节	13:15-13:55	生物学	体育与健康	语文	信息科技	道德与法治
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	地理	历史	体育与健康	体育与健康	校本课程
课间	14:50-15:00					
第八节	15:00-15:40	课后服务	课后服务	课后服务	美术	
课间	15:40-15:50					
课后服务	15:50-18:00					

七2班	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08:00-08:40	美术	外语	外语	地理	外语
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	体育与健康	劳动	数学	数学	语文
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	语文	语文	生物学	综合实践活动	音乐
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	语文	道德与法治	人工智能基础	语文	数学
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	数学	数学	历史	外语	英语节闭幕
课间	13:00-13:10					
室内操	13:10-13:15					
第六节	13:15-13:55	生物学	体育与健康	语文	信息科技	
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	地理	历史	体育与健康	体育与健康	
课间	14:50-15:00					
第八节	15:00-15:40	课后服务	课后服务	课后服务	美术	
课间	15:40-15:50					
课后服务	15:50-18:00					

七2班	时间	星期一	星期二	星期三	星期五
第一节	08:00-08:40	美术	外语	外语	外语
课间	08:40-08:50				
第二节	08:50-09:30	体育与健康	劳动	数学	语文
大课间	09:30-10:00				
第三节	10:00-10:40	语文	语文	生物学	音乐
课间	10:40-10:50				
眼保健操	10:50-10:55				
第四节	10:55-11:35	语文	道德与法治	人工智能基础	数学
午餐午休	11:35-12:20				
第五节	12:20-13:00	数学	数学	元旦迎新活动	校本课程
课间	13:00-13:10				
室内操	13:10-13:15				
第六节	13:15-13:55	生物学	体育与健康		道德与法治
课间	13:55-14:05				
眼保健操	14:05-14:10				
第七节	14:10-14:50	地理	历史		校本课程
课间	14:50-15:00				
第八节	15:00-15:40	课后服务	课后服务	课后服务	
课间	15:40-15:50				
课后服务	15:50-18:00				

七2班	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08:00-08:40	美术	外语	外语	地理	外语
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	体育与健康	劳动	数学	数学	语文
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	语文	语文	生物学	综合实践活动	音乐
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	语文	道德与法治	人工智能基础	语文	数学
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	数学	数学	历史	外语	校本课程
课间	13:00-13:10					
室内操	13:10-13:15					
第六节	13:15-13:55	生物学	体育与健康	语文	信息科技	道德与法治
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	地理	历史	体育与健康	体育与健康	校本课程
课间	14:50-15:00					
第八节	15:00-15:40	课后服务	课后服务	课后服务	美术	
课间	15:40-15:50					
课后服务	15:50-18:00					

七2班	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08:00-08:40	美术	外语	外语	地理	外语
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	体育与健康	劳动	数学	数学	语文
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	语文	语文	生物学	综合实践活动	音乐
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	语文	道德与法治	人工智能基础	语文	数学
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	数学	数学	历史	外语	校本课程
课间	13:00-13:10					
室内操	13:10-13:15					
第六节	13:15-13:55	生物学	体育与健康	语文	信息科技	道德与法治
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	地理	历史	体育与健康	体育与健康	校本课程
课间	14:50-15:00					
第八节	15:00-15:40	课后服务	课后服务	课后服务	美术	
课间	15:40-15:50					
课后服务	15:50-18:00					

七2班	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08:00-08:40	美术	外语	语文期末考试	数学期末考试	外语期末考试
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	体育与健康	劳动			
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	语文	语文			
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	语文	道德与法治			
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	数学	数学			
课间	13:00-13:10					
室内操	13:10-13:15					
第六节	13:15-13:55	生物学	体育与健康			
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	地理	历史			
课间	14:50-15:00					
第八节	15:00-15:40	课后服务	课后服务			
课间	15:40-15:50					
课后服务	15:50-18:00					

七2班	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08:00-08:40	美术	外语	外语	校本课程	结业式
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	体育与健康	校本课程	数学	数学	
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	语文	语文	校本课程	体育与健康	
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	语文	体育与健康	体育与健康	语文	
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	数学	数学	语文	外语	
课间	13:00-13:10					
室内操	13:10-13:15					
第六节	13:15-13:55	生物学				
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	地理				
课间	14:50-15:00					
课后服务	15:00-15:40					
课间	15:40-15:50					
课后服务	15:50-18:00					