

七3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	数学	外语	美术	语文
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	语文	地理	数学	数学	历史
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	外语	体育与健康	体育与健康	语文	数学
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	数学	外语	生物学	体育与健康	音乐
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	项目化	道德与法治	美术	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		语文	历史	综合实践活动	地理
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50		道德与法治	语文	劳动	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	信息科技	
课间	15:40-15:50					
课后服务	15:50-18:00					

七3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	外语	数学	外语	美术	语文
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	生物学	地理	数学	数学	历史
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	人工智能基础	体育与健康	体育与健康	语文	数学
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	体育与健康	外语	生物学	体育与健康	音乐
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	语文	道德与法治	美术	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	语文	语文	历史	综合实践活动	地理
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	数学	道德与法治	语文	劳动	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	信息科技	
课间	15:40-15:50					
课后服务	15:50-18:00					

七3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	外语	数学	外语	美术	语文
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	生物学	地理	数学	数学	历史
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	人工智能基础	体育与健康	体育与健康	语文	数学
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	体育与健康	外语	生物学	体育与健康	音乐
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	语文	道德与法治	美术	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	语文	语文	历史	综合实践活动	地理
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	数学	道德与法治	语文	劳动	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	信息科技	
课间	15:40-15:50					
课后服务	15:50-18:00					

七3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	外语	数学	外语	美术	语文
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	生物学	地理	数学	数学	历史
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	人工智能基础	体育与健康	体育与健康	语文	数学
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	体育与健康	外语	生物学	体育与健康	音乐
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	语文	道德与法治	美术	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	语文	语文	历史	综合实践活动	地理
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	数学	道德与法治	语文	劳动	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	信息科技	
课间	15:40-15:50					
课后服务	15:50-18:00					

七3班	时间	星期日	星期一	星期二
第一节	08:00-08:40	数学	外语	数学
课间	08:40-08:50			
第二节	08:50-09:30	地理	生物学	地理
大课间	09:30-10:00			
第三节	10:00-10:40	体育与健康	人工智能基础	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	外语	体育与健康	外语
午餐午休	11:35-12:20			
第五节	12:20-13:00	道德与法治	语文	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	语文	语文	
课间	13:55-14:05			
眼保健操	14:05-14:10			
第七节	14:10-14:50	道德与法治	数学	
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			

七3班	时间	星期四	星期五	星期六
第一节	08:00-08:40	美术	语文	外语
课间	08:40-08:50			
第二节	08:50-09:30	数学	历史	数学
大课间	09:30-10:00			
第三节	10:00-10:40	语文	数学	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	体育与健康	音乐	生物学
午餐午休	11:35-12:20			
第五节	12:20-13:00	外语	校本课程	美术
课间	13:00-13:10			
室内操	13:10-13:15			
第六节	13:15-13:55	综合实践活动	地理	历史
课间	13:55-14:05			
眼保健操	14:05-14:10			
第七节	14:10-14:50	劳动	校本课程	语文
课间	14:50-15:00			
第八节	15:00-15:40	信息科技		课后服务
课间	15:40-15:50			
课后服务	15:50-18:00			

七3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	外语	数学	外语	美术	语文
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	生物学	地理	数学	数学	历史
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	人工智能基础	体育与健康	体育与健康	语文	数学
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	体育与健康	外语	生物学	体育与健康	音乐
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	语文	道德与法治	美术	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	语文	语文	历史	综合实践活动	地理
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	数学	道德与法治	语文	劳动	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	信息科技	
课间	15:40-15:50					
课后服务	15:50-18:00					

七3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	外语	数学	外语	美术	语文
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	生物学	地理	数学	数学	历史
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	人工智能基础	体育与健康	体育与健康	语文	数学
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	体育与健康	外语	生物学	体育与健康	音乐
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	语文	道德与法治	美术	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	语文	语文	历史	综合实践活动	
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	数学	道德与法治	语文	劳动	
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	信息科技	
课间	15:40-15:50					
课后服务	15:50-18:00					

七3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	外语	数学	外语	美术	语文
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	生物学	地理	数学	数学	历史
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	人工智能基础	体育与健康	体育与健康	语文	数学
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	体育与健康	外语	生物学	体育与健康	音乐
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	语文	道德与法治	美术	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	语文	语文	历史	综合实践活动	地理
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	数学	道德与法治	语文	劳动	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	信息科技	
课间	15:40-15:50					
课后服务	15:50-18:00					

七3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	外语	数学	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	生物学	地理			
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	人工智能基础	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	体育与健康	外语			
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	语文	道德与法治			
课间	13:00-13:10					
室内操	13:10-13:15					
第六节	13:15-13:55	语文	语文			
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	数学	道德与法治			
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					

七3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	外语	数学	外语	美术	秋季社会实践活动
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	生物学	地理	数学	数学	
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	人工智能基础	体育与健康	体育与健康	语文	
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	体育与健康	外语	生物学	体育与健康	
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	语文	道德与法治	美术	外语	
课间	13:00-13:10					
室内操	13:10-13:15					
第六节	13:15-13:55	语文	语文	历史	综合实践活动	
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	数学	道德与法治	语文	劳动	
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	信息科技	
课间	15:40-15:50					
课后服务	15:50-18:00					

七3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	外语	数学	外语	美术	语文
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	生物学	地理	数学	数学	历史
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	人工智能基础	体育与健康	体育与健康	语文	数学
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	体育与健康	外语	生物学	体育与健康	音乐
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	语文	道德与法治	美术	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	语文	语文	历史	综合实践活动	地理
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	数学	道德与法治	语文	劳动	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	信息科技	
课间	15:40-15:50					
课后服务	15:50-18:00					

七3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	外语	数学	外语	美术	语文
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	生物学	地理	数学	数学	历史
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	人工智能基础	体育与健康	体育与健康	语文	数学
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	体育与健康	外语	生物学	体育与健康	音乐
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	语文	道德与法治	美术	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	语文	语文	历史	综合实践活动	
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	数学	道德与法治	语文	劳动	
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	信息科技	
课间	15:40-15:50					
课后服务	15:50-18:00					

七3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	外语	数学	外语	美术	语文
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	生物学	地理	数学	数学	历史
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	人工智能基础	体育与健康	体育与健康	语文	数学
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	体育与健康	外语	生物学	体育与健康	音乐
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	语文	道德与法治	美术	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	语文	语文	历史	综合实践活动	地理
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	数学	道德与法治	语文	劳动	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	信息科技	
课间	15:40-15:50					
课后服务	15:50-18:00					

七3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	外语	数学	外语	美术	语文
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	生物学	地理	数学	数学	历史
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	人工智能基础	体育与健康	体育与健康	语文	数学
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	体育与健康	外语	生物学	体育与健康	音乐
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	语文	道德与法治	美术	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	语文	语文	历史	综合实践活动	地理
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	数学	道德与法治	语文	劳动	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	信息科技	
课间	15:40-15:50					
课后服务	15:50-18:00					

七3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	外语	数学	外语	美术	语文
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	生物学	地理	数学	数学	历史
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	人工智能基础	体育与健康	体育与健康	语文	数学
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	体育与健康	外语	生物学	体育与健康	音乐
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	语文	道德与法治	美术	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	语文	语文	历史	综合实践活动	地理
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	数学	道德与法治	语文	劳动	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	信息科技	
课间	15:40-15:50					
课后服务	15:50-18:00					

七3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	外语	数学	外语	美术	语文
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	生物学	地理	数学	数学	历史
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	人工智能基础	体育与健康	体育与健康	语文	数学
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	体育与健康	外语	生物学	体育与健康	音乐
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	语文	道德与法治	美术	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	语文	语文	历史	综合实践活动	
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	数学	道德与法治	语文	劳动	
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	信息科技	
课间	15:40-15:50					
课后服务	15:50-18:00					

七3班	时间	星期一	星期二	星期三	星期五	
第一节	08:00-08:40	外语	数学	外语	语文	
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	生物学	地理	数学	历史	
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	人工智能基础	体育与健康	体育与健康	数学	
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	体育与健康	外语	生物学	音乐	
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	语文	道德与法治	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	语文	语文		地理	
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	数学	道德与法治		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					

七3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	外语	数学	外语	美术	语文
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	生物学	地理	数学	数学	历史
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	人工智能基础	体育与健康	体育与健康	语文	数学
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	体育与健康	外语	生物学	体育与健康	音乐
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	语文	道德与法治	美术	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	语文	语文	历史	综合实践活动	地理
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	数学	道德与法治	语文	劳动	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	信息科技	
课间	15:40-15:50					
课后服务	15:50-18:00					

七3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	外语	数学	外语	美术	语文
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	生物学	地理	数学	数学	历史
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	人工智能基础	体育与健康	体育与健康	语文	数学
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	体育与健康	外语	生物学	体育与健康	音乐
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	语文	道德与法治	美术	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	语文	语文	历史	综合实践活动	地理
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	数学	道德与法治	语文	劳动	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	信息科技	
课间	15:40-15:50					
课后服务	15:50-18:00					

七3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	外语	数学	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	生物学	地理			
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	人工智能基础	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	体育与健康	外语			
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	语文	道德与法治			
课间	13:00-13:10					
室内操	13:10-13:15					
第六节	13:15-13:55	语文	语文			
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	数学	道德与法治			
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					

七3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	外语	数学	外语	校本课程	结业式
课间	08:40-08:50					
第二节	08:50-09:30	生物学	语文	数学	数学	
大课间	09:30-10:00					
第三节	10:00-10:40	人工智能基础	体育与健康	体育与健康	语文	
课间	10:40-10:50					
眼保健操	10:50-10:55					
第四节	10:55-11:35	体育与健康	外语	语文	体育与健康	
午餐午休	11:35-12:20					
第五节	12:20-13:00	语文	校本课程	校本课程	外语	
课间	13:00-13:10					
室内操	13:10-13:15					
第六节	13:15-13:55	语文				
课间	13:55-14:05					
眼保健操	14:05-14:10					
第七节	14:10-14:50	数学				
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					