

上海市曹杨第二中学东校高一年级1班

| 时间  |                            | 星期一    | 星期二   | 星期三   | 星期四  | 星期五  |
|-----|----------------------------|--------|-------|-------|------|------|
| 第一节 | 8:00-8:40                  | 物理     | 化学    | 英语    | 语文   | 地理   |
| 课间  | 8:40-8:50                  |        |       |       |      |      |
| 第二节 | 8:50-9:30                  | 语文     | 历史    | 体育与健康 | 化学   | 历史   |
| 课间  | 9:30-9:40                  |        |       |       |      |      |
| 第三节 | 9:40-10:25<br>(含文心雅静、眼保健操) | 体育与健康  | 语文    | 物理    | 生物学  | 英语   |
| 课间  | 10:25-10:35                |        |       |       |      |      |
| 第四节 | 10:35-11:15                | 体育与健康  | 英语    | 数学    | 思想政治 | 语文   |
|     | 11:15-11:50                | 午餐/午休  |       |       |      |      |
|     | 11:50-12:40                | 自主锻炼   |       |       |      |      |
| 第五节 | 12:40-13:20                | 数学     | 数学    | 地理    | 数学   | 校本课程 |
| 课间  | 13:20-13:30                |        |       |       |      |      |
| 第六节 | 13:30-14:10                | 校班会/心理 | 艺术    | 思想政治  | 物理   | 校本课程 |
|     | 14:10-14:40                | 大课间    |       |       |      |      |
| 第七节 | 14:40-15:20                | 化学     | 生物学   | 信息技术  | 心理   | 语文   |
| 课间  | 15:20-15:30                |        |       |       |      |      |
| 第八节 | 15:30-16:10                | 英语     | 体育与健康 | 信息技术  | 英语   |      |
|     | 16:20-17:00                | 体育活动   |       |       |      |      |