

2025 学年第一学期上海市嘉定区第二中学高一年级 1 班周课表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:00-8:40	地理	数学	语文	历史	生物学
课间	8:40-8:50					
第二节	8:50-9:30	英语	英语	数学	通用技术 /心理	化学
大课间	9:30-10:00					
第三节	10:00-10:45 (含眼保健操)	生物学	体育与健康 (专项长课)	信息技术	地理	语文
课间	10:45-11:00					
第四节	11:00-11:45	语文		信息技术	物理	数学
午休午会	11:45-13:05					
第五节	13:05-13:45	物理	历史	自修	英语	英语
课间	13:45-13:55					
第六节	13:55-14:35	数学	化学	思想政治	语文	艺术
课间	14:35-14:45					
第七节	14:45-15:30 (含眼保健操)	思想政治	物理	化学	体育与健康 (基础)	体育活动、 综合实践活动
课间	15:30-15:40					
第八节	15:40-16:20		校本课程 (语文)	校本课程 (英语)	校本课程 (数学)	班会
备注： 1.体育课包含体育基础、活动、选修、专项（2 课时）等，选修安排在周一下午 15:40 以后进行。 2.通用技术课程包括大众工业学校集中学习 3 天与校内每周 0.5 课时组成。						

2025 学年第一学期上海市嘉定区第二中学高一年级 2 班周课表

	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	英语	语文	物理	信息技术
课间	8:40-8:50					
第二节	8:50-9:30	数学	数学	艺术	通用技术 /心理	信息技术
大课间	9:30-10:00					
第三节	10:00-10:45 (含眼保健操)	语文	体育与健康 (专项长课)	思想政治	地理	英语
课间	10:45-11:00					
第四节	11:00-11:45	思想政治		校本课程 (英语)	自修	数学
午休午会	11:45-13:05					
第五节	13:05-13:45	生物学	校本课程 (语文)	生物学	英语	语文
课间	13:45-13:55					
第六节	13:55-14:35	历史	化学	数学	校本课程 (数学)	化学
课间	14:35-14:45					
第七节	14:45-15:30 (含眼保健操)	英语	物理	地理	体育与健康 (基础)	体育活动、 综合实践活动
课间	15:30-15:40					
第八节	15:40-16:20		化学	历史	语文	班会
备注： 1.体育课包含体育基础、活动、选修、专项（2 课时）等，选修安排在周一下午 15:40 以后进行。 2.通用技术课程包括大众工业学校集中学习 3 天与校内每周 0.5 课时组成。						

2025 学年第一学期上海市嘉定区第二中学高一年级 3 班周课表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:00-8:40	生物学	英语	化学	历史	数学
课间	8:40-8:50					
第二节	8:50-9:30	物理	数学	通用技术 /心理	物理	语文
大课间	9:30-10:00					
第三节	10:00-10:45 (含眼保健操)	英语	体育与健康 (专项长课)	生物学	化学	地理
课间	10:45-11:00					
第四节	11:00-11:45	数学		语文	语文	英语
午休午会	11:45-13:05					
第五节	13:05-13:45	信息技术	化学	数学	艺术	体育与健康 (基础)
课间	13:45-13:55					
第六节	13:55-14:35	信息技术	地理	物理	英语	思想政治
课间	14:35-14:45					
第七节	14:45-15:30 (含眼保健操)	语文	校本课程 (语文)	历史	自修	体育活动、 综合实践活动
课间	15:30-15:40					
第八节	15:40-16:20		思想政治	校本课程 (英语)	校本课程 (数学)	班会
备注： 1.体育课包含体育基础、活动、选修、专项（2 课时）等，选修安排在周一下午 15:40 以后进行。 2.通用技术课程包括大众工业学校集中学习 3 天与校内每周 0.5 课时组成。						

2025 学年第一学期上海市嘉定区第二中学高一年级 4 班周课表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:00-8:40	语文	英语	生物学	语文	历史
课间	8:40-8:50					
第二节	8:50-9:30	英语	数学	通用技术 /心理	化学	物理
大课间	9:30-10:00					
第三节	10:00-10:45 (含眼保健操)	数学	体育与健康 (专项长课)	语文	自修	数学
课间	10:45-11:00					
第四节	11:00-11:45	生物学		地理	思想政治	英语
午休午会	11:45-13:05					
第五节	13:05-13:45	地理	历史	物理	信息技术	体育与健康 (基础)
课间	13:45-13:55					
第六节	13:55-14:35	化学	艺术	数学	信息技术	语文
课间	14:35-14:45					
第七节	14:45-15:30 (含眼保健操)	物理	校本课程 (语文)	校本课程 (英语)	英语	体育活动、 综合实践活动
课间	15:30-15:40					
第八节	15:40-16:20		思想政治	化学	校本课程 (数学)	班会
备注： 1.体育课包含体育基础、活动、选修、专项（2 课时）等，选修安排在周一下午 15:40 以后进行。 2.通用技术课程包括大众工业学校集中学习 3 天与校内每周 0.5 课时组成。						

2025 学年第一学期上海市嘉定区第二中学高一年级 5 班周课表

	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	数学	物理	信息技术	生物学
课间	8:40-8:50					
第二节	8:50-9:30	英语	英语	化学	信息技术	数学
大课间	9:30-10:00					
第三节	10:00-10:45 (含眼保健操)	语文	体育与健康 (专项长课)	通用技术 /心理	历史	物理
课间	10:45-11:00					
第四节	11:00-11:45	数学		语文	化学	英语
午休午会	11:45-13:05					
第五节	13:05-13:45	历史	生物学	校本课程 (英语)	校本课程 (数学)	语文
课间	13:45-13:55					
第六节	13:55-14:35	思想政治	化学	地理	艺术	体育与健康 (基础)
课间	14:35-14:45					
第七节	14:45-15:30 (含眼保健操)	自修	校本课程 (语文)	数学	英语	体育活动、 综合实践活动
课间	15:30-15:40					
第八节	15:40-16:20		地理	思想政治	语文	班会
备注： 1.体育课包含体育基础、活动、选修、专项（2 课时）等，选修安排在周一下午 15:40 以后进行。 2.通用技术课程包括大众工业学校集中学习 3 天与校内每周 0.5 课时组成。						

2025 学年第一学期上海市嘉定区第二中学高一年级 6 班周课表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:00-8:40	历史	英语	语文	思想政治	化学
课间	8:40-8:50					
第二节	8:50-9:30	语文	数学	化学	艺术	生物学
大课间	9:30-10:00					
第三节	10:00-10:45 (含眼保健操)	数学	体育与健康 (专项长课)	通用技术 /心理	物理	英语
课间	10:45-11:00					
第四节	11:00-11:45	英语		历史	地理	数学
午休午会	11:45-13:05					
第五节	13:05-13:45	信息技术	化学	物理	语文	语文
课间	13:45-13:55					
第六节	13:55-14:35	信息技术	校本课程 (语文)	数学	英语	体育与健康 (基础)
课间	14:35-14:45					
第七节	14:45-15:30 (含眼保健操)	物理	思想政治	校本课程 (英语)	校本课程 (数学)	体育活动、 综合实践活动
课间	15:30-15:40					
第八节	15:40-16:20		生物学	地理	自修	班会
备注： 1.体育课包含体育基础、活动、选修、专项（2 课时）等，选修安排在周一下午 15:40 以后进行。 2.通用技术课程包括大众工业学校集中学习 3 天与校内每周 0.5 课时组成。						

2025 学年第一学期上海市嘉定区第二中学高一年级 7 班周课表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:00-8:40	思想政治	地理	语文	信息技术	语文
课间	8:40-8:50					
第二节	8:50-9:30	数学	数学	历史	信息技术	英语
大课间	9:30-10:00					
第三节	10:00-10:45 (含眼保健操)	物理	生物学	体育与健康 (专项长课)	物理	数学
课间	10:45-11:00					
第四节	11:00-11:45	化学	英语		语文	地理
午休午会	11:45-13:05					
第五节	13:05-13:45	英语	物理	思想政治	通用技术 /心理	化学
课间	13:45-13:55					
第六节	13:55-14:35	语文	自修	校本课程 (英语)	体育与健康 (基础)	生物学
课间	14:35-14:45					
第七节	14:45-15:30 (含眼保健操)	艺术	历史	数学	校本课程 (数学)	体育活动、 综合实践活动
课间	15:30-15:40					
第八节	15:40-16:20		校本课程 (语文)	化学	英语	班会
备注： 1.体育课包含体育基础、活动、选修、专项（2 课时）等，选修安排在周一下午 15:40 以后进行。 2.通用技术课程包括大众工业学校集中学习 3 天与校内每周 0.5 课时组成。						

2025 学年第一学期上海市嘉定区第二中学高一年级 8 班周课表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:00-8:40	数学	数学	校本课程 (英语)	艺术	思想政治
课间	8:40-8:50					
第二节	8:50-9:30	思想政治	化学	语文	物理	历史
大课间	9:30-10:00					
第三节	10:00-10:45 (含眼保健操)	英语	英语	体育与健康 (专项长课)	语文	数学
课间	10:45-11:00					
第四节	11:00-11:45	语文	生物学		地理	化学
午休午会	11:45-13:05					
第五节	13:05-13:45	信息技术	体育与健康 (基础)	数学	通用技术 /心理	语文
课间	13:45-13:55					
第六节	13:55-14:35	信息技术	校本课程 (语文)	生物学	英语	英语
课间	14:35-14:45					
第七节	14:45-15:30 (含眼保健操)	物理	地理	化学	自修	体育活动、 综合实践活动
课间	15:30-15:40					
第八节	15:40-16:20		物理	历史	校本课程 (数学)	班会
备注： 1.体育课包含体育基础、活动、选修、专项（2 课时）等，选修安排在周一下午 15:40 以后进行。 2.通用技术课程包括大众工业学校集中学习 3 天与校内每周 0.5 课时组成。						

2025 学年第一学期上海市嘉定区第二中学高一年级 9 班周课表

	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	数学	语文	地理	英语
课间	8:40-8:50					
第二节	8:50-9:30	数学	英语	物理	思想政治	物理
大课间	9:30-10:00					
第三节	10:00-10:45 (含眼保健操)	通用技术 /心理	信息技术	体育与健康 (专项长课)	英语	数学
课间	10:45-11:00					
第四节	11:00-11:45	语文	信息技术		历史	艺术
午休午会	11:45-13:05					
第五节	13:05-13:45	英语	校本课程 (语文)	数学	自修	化学
课间	13:45-13:55					
第六节	13:55-14:35	地理	历史	校本课程 (英语)	体育与健康 (基础)	语文
课间	14:35-14:45					
第七节	14:45-15:30 (含眼保健操)	化学	思想政治	生物学	语文	体育活动、 综合实践活动
课间	15:30-15:40					
第八节	15:40-16:20		生物学	化学	校本课程 (数学)	班会
备注： 1.体育课包含体育基础、活动、选修、专项（2 课时）等，选修安排在周一下午 15:40 以后进行。 2.通用技术课程包括大众工业学校集中学习 3 天与校内每周 0.5 课时组成。						

2025 学年第一学期上海市嘉定区第二中学高一年级 10 班周课表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:00-8:40	英语	数学	思想政治	语文	语文
课间	8:40-8:50					
第二节	8:50-9:30	数学	思想政治	语文	生物学	英语
大课间	9:30-10:00					
第三节	10:00-10:45 (含眼保健操)	通用技术 /心理	英语	体育与健康 (专项长课)	自修	化学
课间	10:45-11:00					
第四节	11:00-11:45	物理	历史		地理	数学
午休午会	11:45-13:05					
第五节	13:05-13:45	语文	体育与健康 (基础)	化学	英语	艺术
课间	13:45-13:55					
第六节	13:55-14:35	生物学	物理	校本课程 (英语)	校本课程 (数学)	物理
课间	14:35-14:45					
第七节	14:45-15:30 (含眼保健操)	化学	地理	历史	信息技术	体育活动、 综合实践活动
课间	15:30-15:40					
第八节	15:40-16:20		校本课程 (语文)	数学	信息技术	班会
备注： 1.体育课包含体育基础、活动、选修、专项（2 课时）等，选修安排在周一下午 15:40 以后进行。 2.通用技术课程包括大众工业学校集中学习 3 天与校内每周 0.5 课时组成。						

2025 学年第一学期上海市嘉定区第二中学高一年级 11 班周课表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:00-8:40	英语	数学	地理	物理	通用技术 /心理
课间	8:40-8:50					
第二节	8:50-9:30	语文	英语	语文	化学	数学
大课间	9:30-10:00					
第三节	10:00-10:45 (含眼保健操)	化学	地理	体育与健康 (专项长课)	生物学	英语
课间	10:45-11:00					
第四节	11:00-11:45	数学	思想政治		历史	语文
午休午会	11:45-13:05					
第五节	13:05-13:45	生物学	历史	化学	自修	信息技术
课间	13:45-13:55					
第六节	13:55-14:35	物理	物理	数学	英语	信息技术
课间	14:35-14:45					
第七节	14:45-15:30 (含眼保健操)	体育与健康 (基础)	校本课程 (语文)	思想政治	语文	体育活动、 综合实践活 动
课间	15:30-15:40					
第八节	15:40-16:20		艺术	校本课程 (英语)	校本课程 (数学)	班会
备注： 1.体育课包含体育基础、活动、选修、专项（2 课时）等，选修安排在周一下午 15:40 以后进行。 2.通用技术课程包括大众工业学校集中学习 3 天与校内每周 0.5 课时组成。						

2025 学年第一学期上海市嘉定区第二中学高一年级 12 班周课表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:00-8:40	数学	英语	化学	化学	通用技术 /心理
课间	8:40-8:50					
第二节	8:50-9:30	英语	数学	语文	历史	数学
大课间	9:30-10:00					
第三节	10:00-10:45 (含眼保健操)	语文	信息技术	体育与健康 (专项长课)	地理	物理
课间	10:45-11:00					
第四节	11:00-11:45	物理	信息技术		英语	语文
午休午会	11:45-13:05					
第五节	13:05-13:45	思想政治	地理	思想政治	校本课程 (数学)	英语
课间	13:45-13:55					
第六节	13:55-14:35	化学	生物学	物理	语文	生物学
课间	14:35-14:45					
第七节	14:45-15:30 (含眼保健操)	体育与健康 (基础)	历史	数学	艺术	体育活动、 综合实践活动
课间	15:30-15:40					
第八节	15:40-16:20		校本课程 (语文)	校本课程 (英语)	自修	班会
备注： 1.体育课包含体育基础、活动、选修、专项（2 课时）等，选修安排在周一下午 15:40 以后进行。 2.通用技术课程包括大众工业学校集中学习 3 天与校内每周 0.5 课时组成。						

监督电话：021-59170811（工作日 8:00-11:00、13:00-17:00）

监督邮箱：shjdez@126.com