

# 青浦高级中学 2025 学年班级课表

## 高三(1)班

	时间段	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 35- 9: 15	选必 C	外 语	选必 B	语 文	数 学
第二节	9: 25- 10: 05	数 学	选必 A	外 语	校本 6	外 语
眼保健操 10: 15-10: 20						
第三节	10: 20- 11: 00	校本 2	语 文	选必 A	校本 1	校本 3
第四节	11: 10- 11: 50	选必 A	选必 B	选必 C	数 学	校本 1
午餐+午休+体育自主活动 (体育馆开放)						
第五节	13: 00- 13: 40	体育与健康	外 语	校本 7	校本 2	语 文
第六节	13: 50- 14: 30	选必 B	体育与健康	数 学	体育与健康	校本课程 6+体育活动 +综合实践 活动
大课间 14: 30-15: 00 广播操、冬季跑步等体育锻炼						
眼保健操 15: 00-15: 05						
第七节	15: 05- 15: 45	语 文	选必 C	体育活动	校本 3	
第八节	15: 55- 16: 35	校本 3	校本 1	校本 2	校本 5	

备注：第 11 周安排秋游、第 22 周社会实践 第 11 周期中质量检测，第 21 周期末质量检测

# 青浦高级中学 2025 学年班级课表

## 高三(2)班

	时间段	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 35- 9: 15	选必 C	语 文	选必 B	数 学	数 学
第二节	9: 25- 10: 05	校本 2	选必 A	校本 3	校本 6	校本 1
眼保健操 10: 15-10: 20						
第三节	10: 20- 11: 00	外 语	数 学	选必 A	语 文	外 语
第四节	11: 10- 11: 50	选必 A	选必 B	选必 C	校本 3	语 文
午餐+午休+体育自主活动 (体育馆开放)						
第五节	13: 00- 13: 40	体育与健康	校本 7	数 学	校本 2	外 语
第六节	13: 50- 14: 30	选必 B	体育与健康	语 文	体育与健康	校本课程 6+体育活动 +综合实践 活动
大课间 14: 30-15: 00 广播操、冬季跑步等体育锻炼						
眼保健操 15: 00-15: 05						
第七节	15: 05- 15: 45	校本 1	选必 C	体育活动	外 语	
第八节	15: 55- 16: 35	校本 3	校本 1	校本 2	校本 5	

备注：第 11 周安排秋游、第 22 周社会实践 第 11 周期中质量检测，第 21 周期末质量检测

# 青浦高级中学 2025 学年班级课表

## 高三(3)班

	时间段	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 35- 9: 15	选必 C	语 文	选必 B	外 语	校本 1
第二节	9: 25- 10: 05	校本 2	选必 A	语 文	校本 6	数 学
眼保健操 10: 15-10: 20						
第三节	10: 20- 11: 00	外 语	数 学	选必 A	校本 7	语 文
第四节	11: 10- 11: 50	选必 A	选必 B	选必 C	校本 2	外 语
午餐+午休+体育自主活动 (体育馆开放)						
第五节	13: 00- 13: 40	体育与健康	校本 3	数 学	校本 3	外 语
第六节	13: 50- 14: 30	选必 B	体育与健康	校本 1	体育与健康	校本课程 6+体育活动 +综合实践 活动
大课间 14: 30-15: 00 广播操、冬季跑步等体育锻炼						
眼保健操 15: 00-15: 05						
第七节	15: 05- 15: 45	语 文	选必 C	体育活动	数 学	
第八节	15: 55- 16: 35	校本 3	校本 1	校本 2	校本 5	

备注：第 11 周安排秋游、第 22 周社会实践 第 11 周期中质量检测，第 21 周期末质量检测

# 青浦高级中学 2025 学年班级课表

## 高三(4)班

	时间段	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 35- 9: 15	选必 C	数 学	选必 B	校本 2	校本 3
第二节	9: 25- 10: 05	外 语	选必 A	外 语	校本 6	数 学
眼保健操 10: 15-10: 20						
第三节	10: 20- 11: 00	语 文	校本 7	选必 A	校本 1	语 文
第四节	11: 10- 11: 50	选必 A	选必 B	选必 C	数 学	外 语
午餐+午休+体育自主活动 (体育馆开放)						
第五节	13: 00- 13: 40	体育与健康	语 文	数 学	外 语	校本 1
第六节	13: 50- 14: 30	选必 B	体育与健康	语 文	体育与健康	校本课程 6+体育活动 +综合实践 活动
大课间 14: 30-15: 00 广播操、冬季跑步等体育锻炼						
眼保健操 15: 00-15: 05						
第七节	15: 05- 15: 45	校本 2	选必 C	体育活动	校本 3	
第八节	15: 55- 16: 35	校本 3	校本 1	校本 2	校本 5	

备注：第 11 周安排秋游、第 22 周社会实践 第 11 周期中质量检测，第 21 周期末质量检测

# 青浦高级中学 2025 学年班级课表

## 高三(5)班

	时间段	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 35- 9: 15	选必 C	校本 3	选必 B	校本 2	外语
第二节	9: 25- 10: 05	语文 柯友会	选必 A 徐燕	外语 严珠芬	校本 6 钱轶娜	外语 严珠芬
眼保健操 10: 15-10: 20						
第三节	10: 20- 11: 00	校本 2	数学	选必 A	校本 1	语文
第四节	11: 10- 11: 50	选必 A	选必 B	选必 C	校本 3	数学
午餐+午休+体育自主活动 (体育馆开放)						
第五节	13: 00- 13: 40	体育与健康	语文	语文	数学	校本 1
第六节	13: 50- 14: 30	选必 B 赵璧辉	体育与健康	校本 7	体育与健康	校本课程 6+体育活动 +综合实践 活动
大课间 14: 30-15: 00 广播操、冬季跑步等体育锻炼						
眼保健操 15: 00-15: 05						
第七节	15: 05- 15: 45	数学	选必 C	体育活动	外语	
第八节	15: 55- 16: 35	校本 3	校本 1	校本 2	校本 5	

备注：第 11 周安排秋游、第 22 周社会实践 第 11 周期中质量检测，第 21 周期末质量检测

# 青浦高级中学 2025 学年班级课表

## 高三(6)班

	时间段	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 35- 9: 15	选必 C	外 语	选必 B	校本 7	语 文
第二节	9: 25- 10: 05	校本 2	选必 A	外 语	校本 6	外 语
眼保健操 10: 15-10: 20						
第三节	10: 20- 11: 00	语 文	语 文	选必 A	数 学	数 学
第四节	11: 10- 11: 50	选必 A	选必 B	选必 C	校本 1	校本 1
午餐+午休+体育自主活动 (体育馆开放)						
第五节	13: 00- 13: 40	体育与健康	校本 3	数 学	校本 2	校本 3
第六节	13: 50- 14: 30	选必 B	体育与健康	语 文	体育与健康	校本课程 6+体育活动 +综合实践 活动
大课间 14: 30-15: 00 广播操、冬季跑步等体育锻炼						
眼保健操 15: 00-15: 05						
第七节	15: 05- 15: 45	数 学	选必 C	体育活动	外 语	
第八节	15: 55- 16: 35	校本 3	校本 1	校本 2	校本 5	

备注：第 11 周安排秋游、第 22 周社会实践 第 11 周期中质量检测，第 21 周期末质量检测

# 青浦高级中学 2025 学年班级课表

## 高三(7)班

	时间段	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 35- 9: 15	选必 C	数 学	选必 B	语 文	数 学
第二节	9: 25- 10: 05	数 学	选必 A	语 文	校本 6	外 语
眼保健操 10: 15-10: 20						
第三节	10: 20- 11: 00	校本 2	外 语	选必 A	校本 1	校本 3
第四节	11: 10- 11: 50	选必 A	选必 B	选必 C	校本 3	语 文
午餐+午休+体育自主活动 (体育馆开放)						
第五节	13: 00- 13: 40	语 文	体育与健康	数 学	体育与健康	校本 7
第六节	13: 50- 14: 30	选必 B	外 语	校本 1	外 语	校本课程 6+体育活动 +综合实践 活动
大课间 14: 30-15: 00 广播操、冬季跑步等体育锻炼						
眼保健操 15: 00-15: 05						
第七节	15: 05- 15: 45	体育与健康	选必 C	体育活动	校本 2	
第八节	15: 55- 16: 35	校本 3	校本 1	校本 2	校本 5	

备注：第 11 周安排秋游、第 22 周社会实践 第 11 周期中质量检测，第 21 周期末质量检测

# 青浦高级中学 2025 学年班级课表

## 高三(8)班

	时间段	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 35- 9: 15	选必 C	语 文	选必 B	外 语	校本 7
第二节	9: 25- 10: 05	语 文	选必 A	数 学	校本 6	外 语
眼保健操 10: 15-10: 20						
第三节	10: 20- 11: 00	外 语	数 学	选必 A	数 学	语 文
第四节	11: 10- 11: 50	选必 A	选必 B	选必 C	校本 1	数 学
午餐+午休+体育自主活动 (体育馆开放)						
第五节	13: 00- 13: 40	校本 2	体育与健康	校本 1	体育与健康	校本 3
第六节	13: 50- 14: 30	选必 B	外 语	语 文	校本 2	校本课程 6+体育活动 +综合实践 活动
大课间 14: 30-15: 00 广播操、冬季跑步等体育锻炼						
眼保健操 15: 00-15: 05						
第七节	15: 05- 15: 45	体育与健康	选必 C	体育活动	校本 3	
第八节	15: 55- 16: 35	校本 3	校本 1	校本 2	校本 5	

备注：第 11 周安排秋游、第 22 周社会实践 第 11 周期中质量检测，第 21 周期末质量检测

# 青浦高级中学 2025 学年班级课表

## 高三(9)班

	时间段	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 35- 9: 15	选必 C	外 语	选必 B	数 学	校本 3
第二节	9: 25- 10: 05	数 学	选必 A	外 语	校本 6	语 文
眼保健操 10: 15-10: 20						
第三节	10: 20- 11: 00	语 文	外 语	选必 A	语 文	数 学
第四节	11: 10- 11: 50	选必 A	选必 B	选必 C	校本 2	外 语
午餐+午休+体育自主活动 (体育馆开放)						
第五节	13: 00- 13: 40	校本 2	体育与健康	校本 1	体育与健康	校本 1
第六节	13: 50- 14: 30	选必 B	语 文	数 学	校本 3	校本课程 6+体育活动 +综合实践 活动
大课间 14: 30-15: 00 广播操、冬季跑步等体育锻炼						
眼保健操 15: 00-15: 05						
第七节	15: 05- 15: 45	体育与健康	选必 C	体育活动	校本 7	
第八节	15: 55- 16: 35	校本 3	校本 1	校本 2	校本 5	

备注：第 11 周安排秋游、第 22 周社会实践 第 11 周期中质量检测，第 21 周期末质量检测

# 青浦高级中学 2025 学年班级课表

## 高三(10)班

	时间段	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 35- 9: 15	选必 C	数 学	选必 B	校本 1	数 学
第二节	9: 25- 10: 05	语 文	选必 A	语 文	校本 6	校本 7
眼保健操 10: 15-10: 20						
第三节	10: 20- 11: 00	外 语	外 语	选必 A	校本 2	语 文
第四节	11: 10- 11: 50	选必 A	选必 B	选必 C	语 文	外 语
午餐+午休+体育自主活动 (体育馆开放)						
第五节	13: 00- 13: 40	校本 2	体育与健康	数 学	体育与健康	外 语
第六节	13: 50- 14: 30	选必 B	校本 3	校本 1	校本 3	校本课程 6+体育活动 +综合实践 活动
大课间 14: 30-15: 00 广播操、冬季跑步等体育锻炼						
眼保健操 15: 00-15: 05						
第七节	15: 05- 15: 45	体育与健康	选必 C	体育活动	数 学	
第八节	15: 55- 16: 35	校本 3	校本 1	校本 2	校本 5	

备注：第 11 周安排秋游、第 22 周社会实践 第 11 周期中质量检测，第 21 周期末质量检测

# 青浦高级中学 2025 学年班级课表

## 高三(11)班

	时间段	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 35- 9: 15	选必 C	校本 7	选必 B	校本 1	校本 1
第二节	9: 25- 10: 05	外 语	选必 A	外 语	校本 6	外 语
眼保健操 10: 15-10: 20						
第三节	10: 20- 11: 00	语 文	数 学	选必 A	数 学	数 学
第四节	11: 10- 11: 50	选必 A	选必 B	选必 C	校本 3	语 文
午餐+午休+体育自主活动 (体育馆开放)						
第五节	13: 00- 13: 40	校本 2	体育与健康	语 文	体育与健康	外 语
第六节	13: 50- 14: 30	选必 B	语 文	数 学	校本 2	校本课程 6+体育活动 +综合实践 活动
大课间 14: 30-15: 00 广播操、冬季跑步等体育锻炼						
眼保健操 15: 00-15: 05						
第七节	15: 05- 15: 45	体育与健康	选必 C	体育活动	校本 3	
第八节	15: 55- 16: 35	校本 3	校本 1	校本 2	校本 5	

备注：第 11 周安排秋游、第 22 周社会实践 第 11 周期中质量检测，第 21 周期末质量检测

# 青浦高级中学 2025 学年班级课表

## 高三(12)班

	时间段	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 35- 9: 15	选必 C	语 文	选必 B	校本 2	校本 3
第二节	9: 25- 10: 05	数 学	选必 A	外 语	校本 6	校本 1
眼保健操 10: 15-10: 20						
第三节	10: 20- 11: 00	校本 2	外 语	选必 A	语 文	外 语
第四节	11: 10- 11: 50	选必 A	选必 B	选必 C	校本 7	数 学
午餐+午休+体育自主活动 (体育馆开放)						
第五节	13: 00- 13: 40	语 文	体育与健康	数 学	体育与健康	语 文
第六节	13: 50- 14: 30	选必 B	外 语	校本 1	数 学	校本课程 6+体育活动 +综合实践 活动
大课间 14: 30-15: 00 广播操、冬季跑步等体育锻炼						
眼保健操 15: 00-15: 05						
第七节	15: 05- 15: 45	体育与健康	选必 C	体育活动	校本 3	
第八节	15: 55- 16: 35	校本 3	校本 1	校本 2	校本 5	

备注: 第 11 周安排秋游、第 22 周社会实践 第 11 周期中质量检测, 第 21 周期末质量检测

# 青浦高级中学 2025 学年班级课表

## 高三(13)班

	时间段	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8: 35- 9: 15	选必 C	外 语	选必 B	外 语	校本 3
第二节	9: 25- 10: 05	数 学	选必 A	语 文	校本 6	数 学
眼保健操 10: 15-10: 20						
第三节	10: 20- 11: 00	校本 2	语 文	选必 A	校本 1	外 语
第四节	11: 10- 11: 50	选必 A	选必 B	选必 C	数 学	校本 7
午餐+午休+体育自主活动 (体育馆开放)						
第五节	13: 00- 13: 40	语 文	体育与健康	数 学	体育与健康	语 文
第六节	13: 50- 14: 30	选必 B	外 语	校本 1	校本 3	校本课程 6+体育活动 +综合实践 活动
大课间 14: 30-15: 00 广播操、冬季跑步等体育锻炼						
眼保健操 15: 00-15: 05						
第七节	15: 05- 15: 45	体育与健康	选必 C	体育活动	校本 2	
第八节	15: 55- 16: 35	校本 3	校本 1	校本 2	校本 5	

备注：第 11 周安排秋游、第 22 周社会实践 第 11 周期中质量检测，第 21 周期末质量检测