

上海市紫竹园中学高三（1）班课表

第一周

	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	语文	数学	生物学/历史/地理/思想政治	数学
课间	8:40—8:50					
第二节	8:50—9:30	体育与健康	英语	语文	语文	语文
广播操/大课间	9:30—10:00					
眼保健操	10:00—10:05					
第三节	10:05—10:45	语文	物理/历史/地理/思想政治	英语	化学/历史/地理/思想政治	化学/历史/地理/思想政治
课间	10:45—10:55					
第四节	10:55—11:35	生物学/历史/地理/思想政治	化学/历史/地理/思想政治	物理/历史/地理/思想政治	数学	英语
课间	11:35—11:45					
自习	11:45—12:05					
午休	12:05—12:45					
午会/体育活动	12:45—13:00					
第五节	13:00—13:40	英语	体育与健康	体育与健康	英语	生物学/历史/地理/思想政治
课间	13:40—13:50					
眼保健操	13:50—13:55					
第六节	13:55—14:35	物理/历史/地理/思想政治	数学	体育与健康	校本课程	校本课程
课间	14:35—14:45					
第七节	14:45—15:25	校本课程	校本课程	校本课程	校本课程	校班会
课间	15:25—15:35					
第八节	15:35—16:15	校本课程	校本课程	校本课程		

上海市紫竹园中学高三（1）班课表

第二周

	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	语文	数学	生物学/历史/地理/思想政治	数学
课间	8:40—8:50					
第二节	8:50—9:30	体育与健康	英语	语文	语文	语文
广播操/大课间	9:30—10:00					
眼保健操	10:00—10:05					
第三节	10:05—10:45	语文	物理/历史/地理/思想政治	英语	化学/历史/地理/思想政治	化学/历史/地理/思想政治
课间	10:45—10:55					
第四节	10:55—11:35	生物学/历史/地理/思想政治	化学/历史/地理/思想政治	物理/历史/地理/思想政治	数学	英语
课间	11:35—11:45					
自习	11:45—12:05					
午休	12:05—12:45					
午会/体育活动	12:45—13:00					
第五节	13:00—13:40	英语	体育与健康	体育与健康	英语	生物学/历史/地理/思想政治
课间	13:40—13:50					
眼保健操	13:50—13:55					
第六节	13:55—14:35	物理/历史/地理/思想政治	数学	体育与健康	校本课程	校本课程
课间	14:35—14:45					
第七节	14:45—15:25	校本课程	校本课程	校本课程	校本课程	校班会
课间	15:25—15:35					
第八节	15:35—16:15	校本课程	校本课程	校本课程		

上海市紫竹园中学高三（1）班课表

第三周

	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	语文	数学	生物学/历史/地理/思想政治	数学
课间	8:40—8:50					
第二节	8:50—9:30	体育与健康	英语	语文	语文	语文
广播操/大课间	9:30—10:00					
眼保健操	10:00—10:05					
第三节	10:05—10:45	语文	物理/历史/地理/思想政治	英语	化学/历史/地理/思想政治	化学/历史/地理/思想政治
课间	10:45—10:55					
第四节	10:55—11:35	生物学/历史/地理/思想政治	化学/历史/地理/思想政治	物理/历史/地理/思想政治	数学	英语
课间	11:35—11:45					
自习	11:45—12:05					
午休	12:05—12:45					
午会/体育活动	12:45—13:00					
第五节	13:00—13:40	英语	体育与健康	体育与健康	英语	生物学/历史/地理/思想政治
课间	13:40—13:50					
眼保健操	13:50—13:55					
第六节	13:55—14:35	物理/历史/地理/思想政治	数学	体育与健康	校本课程	校本课程
课间	14:35—14:45					
第七节	14:45—15:25	校本课程	校本课程	校本课程	校本课程	校班会
课间	15:25—15:35					
第八节	15:35—16:15	校本课程	校本课程	校本课程		

上海市紫竹园中学高三（1）班课表

第四周

	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	语文	数学	生物学/历史/地理/思想政治	数学
课间	8:40—8:50					
第二节	8:50—9:30	体育与健康	英语	语文	语文	语文
广播操/大课间	9:30—10:00					
眼保健操	10:00—10:05					
第三节	10:05—10:45	语文	物理/历史/地理/思想政治	英语	化学/历史/地理/思想政治	化学/历史/地理/思想政治
课间	10:45—10:55					
第四节	10:55—11:35	生物学/历史/地理/思想政治	化学/历史/地理/思想政治	物理/历史/地理/思想政治	数学	英语
课间	11:35—11:45					
自习	11:45—12:05					
午休	12:05—12:45					
午会/体育活动	12:45—13:00					
第五节	13:00—13:40	英语	体育与健康	体育与健康	英语	生物学/历史/地理/思想政治
课间	13:40—13:50					
眼保健操	13:50—13:55					
第六节	13:55—14:35	物理/历史/地理/思想政治	数学	体育与健康	校本课程	校本课程
课间	14:35—14:45					
第七节	14:45—15:25	校本课程	校本课程	校本课程	校本课程	校班会
课间	15:25—15:35					
第八节	15:35—16:15	校本课程	校本课程	校本课程		

上海市紫竹园中学高三（1）班课表

第五周

	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	校园健美节	中秋、国庆放假		
课间	8:40—8:50					
第二节	8:50—9:30	体育与健康				
广播操/大课间	9:30—10:00					
眼保健操	10:00—10:05					
第三节	10:05—10:45	语文				
课间	10:45—10:55					
第四节	10:55—11:35	生物学/历史/地理/思想政治				
课间	11:35—11:45					
自习	11:45—12:05					
午休	12:05—12:45					
午会/体育活动	12:45—13:00					
第五节	13:00—13:40	英语				
课间	13:40—13:50					
眼保健操	13:50—13:55					
第六节	13:55—14:35	物理/历史/地理/思想政治				
课间	14:35—14:45					
第七节	14:45—15:25	校本课程				
课间	15:25—15:35					
第八节	15:35—16:15	校本课程				

上海市紫竹园中学高三（1）班课表

第六周

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	
第一节	8:00—8:40	中秋、国庆放假			生物学/历史/地理/思想政治		数学
课间	8:40—8:50						
第二节	8:50—9:30				语文		语文
广播操/大课间	9:30—10:00						
眼保健操	10:00—10:05						
第三节	10:05—10:45				化学/历史/地理/思想政治		化学/历史/地理/思想政治
课间	10:45—10:55						
第四节	10:55—11:35				数学		英语
课间	11:35—11:45						
自习	11:45—12:05						
午休	12:05—12:45						
午会/体育活动	12:45—13:00						
第五节	13:00—13:40				英语		生物学/历史/地理/思想政治
课间	13:40—13:50						
眼保健操	13:50—13:55						
第六节	13:55—14:35				校本课程		校本课程
课间	14:35—14:45						
第七节	14:45—15:25				校本课程		校班会
课间	15:25—15:35						
第八节	15:35—16:15						

上海市紫竹园中学高三（1）班课表

第七周

	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	语文	数学	生物学/历史/地理/思想政治	数学
课间	8:40—8:50					
第二节	8:50—9:30	体育与健康	英语	语文	语文	语文
广播操/大课间	9:30—10:00					
眼保健操	10:00—10:05					
第三节	10:05—10:45	语文	物理/历史/地理/思想政治	英语	化学/历史/地理/思想政治	化学/历史/地理/思想政治
课间	10:45—10:55					
第四节	10:55—11:35	生物学/历史/地理/思想政治	化学/历史/地理/思想政治	物理/历史/地理/思想政治	数学	英语
课间	11:35—11:45					
自习	11:45—12:05					
午休	12:05—12:45					
午会/体育活动	12:45—13:00					
第五节	13:00—13:40	英语	体育与健康	体育与健康	英语	生物学/历史/地理/思想政治
课间	13:40—13:50					
眼保健操	13:50—13:55					
第六节	13:55—14:35	物理/历史/地理/思想政治	数学	体育与健康	校本课程	校本课程
课间	14:35—14:45					
第七节	14:45—15:25	校本课程	校本课程	校本课程	校本课程	校班会
课间	15:25—15:35					
第八节	15:35—16:15	校本课程	校本课程	校本课程		

上海市紫竹园中学高三（1）班课表

第八周

	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	语文	数学	生物学/历史/地理/思想政治	数学
课间	8:40—8:50					
第二节	8:50—9:30	体育与健康	英语	语文	语文	语文
广播操/大课间	9:30—10:00					
眼保健操	10:00—10:05					
第三节	10:05—10:45	语文	物理/历史/地理/思想政治	英语	化学/历史/地理/思想政治	化学/历史/地理/思想政治
课间	10:45—10:55					
第四节	10:55—11:35	生物学/历史/地理/思想政治	化学/历史/地理/思想政治	物理/历史/地理/思想政治	数学	英语
课间	11:35—11:45					
自习	11:45—12:05					
午休	12:05—12:45					
午会/体育活动	12:45—13:00					
第五节	13:00—13:40	英语	体育与健康	体育与健康	英语	生物学/历史/地理/思想政治
课间	13:40—13:50					
眼保健操	13:50—13:55					
第六节	13:55—14:35	物理/历史/地理/思想政治	数学	体育与健康	校本课程	校本课程
课间	14:35—14:45					
第七节	14:45—15:25	校本课程	校本课程	校本课程	校本课程	校班会
课间	15:25—15:35					
第八节	15:35—16:15	校本课程	校本课程	校本课程		

上海市紫竹园中学高三（1）班课表

第九周

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	
第一节	8:00—8:40	期中能力诊断			生物学/历史/地理/思想政治		数学
课间	8:40—8:50						
第二节	8:50—9:30				语文		语文
广播操/大课间	9:30—10:00						
眼保健操	10:00—10:05						
第三节	10:05—10:45				化学/历史/地理/思想政治		化学/历史/地理/思想政治
课间	10:45—10:55						
第四节	10:55—11:35				数学		英语
课间	11:35—11:45						
自习	11:45—12:05						
午休	12:05—12:45						
午会/体育活动	12:45—13:00						
第五节	13:00—13:40				英语		生物学/历史/地理/思想政治
课间	13:40—13:50						
眼保健操	13:50—13:55						
第六节	13:55—14:35				校本课程		校本课程
课间	14:35—14:45						
第七节	14:45—15:25				校本课程		校班会
课间	15:25—15:35						
第八节	15:35—16:15						

上海市紫竹园中学高三（1）班课表

第十周

	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	语文	数学	生物学/历史/地理/思想政治	数学
课间	8:40—8:50					
第二节	8:50—9:30	体育与健康	英语	语文	语文	语文
广播操/大课间	9:30—10:00					
眼保健操	10:00—10:05					
第三节	10:05—10:45	语文	物理/历史/地理/思想政治	英语	化学/历史/地理/思想政治	化学/历史/地理/思想政治
课间	10:45—10:55					
第四节	10:55—11:35	生物学/历史/地理/思想政治	化学/历史/地理/思想政治	物理/历史/地理/思想政治	数学	英语
课间	11:35—11:45					
自习	11:45—12:05					
午休	12:05—12:45					
午会/体育活动	12:45—13:00					
第五节	13:00—13:40	英语	体育与健康	体育与健康	英语	生物学/历史/地理/思想政治
课间	13:40—13:50					
眼保健操	13:50—13:55					
第六节	13:55—14:35	物理/历史/地理/思想政治	数学	体育与健康	校本课程	校本课程
课间	14:35—14:45					
第七节	14:45—15:25	校本课程	校本课程	校本课程	校本课程	校班会
课间	15:25—15:35					
第八节	15:35—16:15	校本课程	校本课程	校本课程		

上海市紫竹园中学高三（1）班课表

第十一周

	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	语文	数学	生物学/历史/地理/思想政治	数学
课间	8:40—8:50					
第二节	8:50—9:30	体育与健康	英语	语文	语文	语文
广播操/大课间	9:30—10:00					
眼保健操	10:00—10:05					
第三节	10:05—10:45	语文	物理/历史/地理/思想政治	英语	化学/历史/地理/思想政治	化学/历史/地理/思想政治
课间	10:45—10:55					
第四节	10:55—11:35	生物学/历史/地理/思想政治	化学/历史/地理/思想政治	物理/历史/地理/思想政治	数学	英语
课间	11:35—11:45					
自习	11:45—12:05					
午休	12:05—12:45					
午会/体育活动	12:45—13:00					
第五节	13:00—13:40	英语	体育与健康	体育与健康	英语	生物学/历史/地理/思想政治
课间	13:40—13:50					
眼保健操	13:50—13:55					
第六节	13:55—14:35	物理/历史/地理/思想政治	数学	体育与健康	校本课程	校本课程
课间	14:35—14:45					
第七节	14:45—15:25	校本课程	校本课程	校本课程	校本课程	校班会
课间	15:25—15:35					
第八节	15:35—16:15	校本课程	校本课程	校本课程		

上海市紫竹园中学高三（1）班课表

第十二周

	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	语文	数学	生物学/历史/地理/思想政治	数学
课间	8:40—8:50					
第二节	8:50—9:30	体育与健康	英语	语文	语文	语文
广播操/大课间	9:30—10:00					
眼保健操	10:00—10:05					
第三节	10:05—10:45	语文	物理/历史/地理/思想政治	英语	化学/历史/地理/思想政治	化学/历史/地理/思想政治
课间	10:45—10:55					
第四节	10:55—11:35	生物学/历史/地理/思想政治	化学/历史/地理/思想政治	物理/历史/地理/思想政治	数学	英语
课间	11:35—11:45					
自习	11:45—12:05					
午休	12:05—12:45					
午会/体育活动	12:45—13:00					
第五节	13:00—13:40	英语	体育与健康	体育与健康	英语	生物学/历史/地理/思想政治
课间	13:40—13:50					
眼保健操	13:50—13:55					
第六节	13:55—14:35	物理/历史/地理/思想政治	数学	体育与健康	校本课程	校本课程
课间	14:35—14:45					
第七节	14:45—15:25	校本课程	校本课程	校本课程	校本课程	校班会
课间	15:25—15:35					
第八节	15:35—16:15	校本课程	校本课程	校本课程		

上海市紫竹园中学高三（1）班课表

第十三周

	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	语文	数学	生物学/历史/地理/思想政治	数学
课间	8:40—8:50					
第二节	8:50—9:30	体育与健康	英语	语文	语文	语文
广播操/大课间	9:30—10:00					
眼保健操	10:00—10:05					
第三节	10:05—10:45	语文	物理/历史/地理/思想政治	英语	化学/历史/地理/思想政治	化学/历史/地理/思想政治
课间	10:45—10:55					
第四节	10:55—11:35	生物学/历史/地理/思想政治	化学/历史/地理/思想政治	物理/历史/地理/思想政治	数学	英语
课间	11:35—11:45					
自习	11:45—12:05					
午休	12:05—12:45					
午会/体育活动	12:45—13:00					
第五节	13:00—13:40	英语	体育与健康	体育与健康	英语	生物学/历史/地理/思想政治
课间	13:40—13:50					
眼保健操	13:50—13:55					
第六节	13:55—14:35	物理/历史/地理/思想政治	数学	体育与健康	校本课程	校本课程
课间	14:35—14:45					
第七节	14:45—15:25	校本课程	校本课程	校本课程	校本课程	校班会
课间	15:25—15:35					
第八节	15:35—16:15	校本课程	校本课程	校本课程		

上海市紫竹园中学高三（1）班课表

第十四周

	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	数学	语文	英语	生物学/历史/地理/思想政治
课间	8:40—8:50					
第二节	8:50—9:30	数学	英语	英语	语文	语文
广播操/大课间	9:30—10:00					
眼保健操	10:00—10:05					
第三节	10:05—10:45	化学/历史/地理/思想政治	物理/历史/地理/思想政治	数学	数学	英语
课间	10:45—10:55					
第四节	10:55—11:35	体育与健康	语文	语文	化学/历史/地理/思想政治	物理/历史/地理/思想政治
课间	11:35—11:45					
自习	11:45—12:05					
午休	12:05—12:45					
午会/体育活动	12:45—13:00					
第五节	13:00—13:40	生物学/历史/地理/思想政治	数学	物理/历史/地理/思想政治	英语	体育与健康
课间	13:40—13:50					
眼保健操	13:50—13:55					
第六节	13:55—14:35	物理/历史/地理/思想政治	数学	生物学/历史/地理/思想政治	体育与健康	数学
课间	14:35—14:45					
第七节	14:45—15:25	英语	化学/历史/地理/思想政治	化学/历史/地理/思想政治	体育与健康	校班会
课间	15:25—15:35					
第八节	15:35—16:15	英语	生物学/历史/地理/思想政治	校本课程		

上海市紫竹园中学高三（1）班课表

第十五周

	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	期末能力诊断		英语	生物学/历史/地理/思想政治	
课间	8:40—8:50						
第二节	8:50—9:30	数学				语文	语文
广播操/大课间	9:30—10:00						
眼保健操	10:00—10:05						
第三节	10:05—10:45	化学/历史/地理/思想政治				数学	英语
课间	10:45—10:55						
第四节	10:55—11:35	体育与健康				化学/历史/地理/思想政治	物理/历史/地理/思想政治
课间	11:35—11:45						
自习	11:45—12:05						
午休	12:05—12:45						
午会/体育活动	12:45—13:00						
第五节	13:00—13:40	生物学/历史/地理/思想政治				英语	体育与健康
课间	13:40—13:50						
眼保健操	13:50—13:55						
第六节	13:55—14:35	物理/历史/地理/思想政治				体育与健康	数学
课间	14:35—14:45						
第七节	14:45—15:25	英语				体育与健康	校班会
课间	15:25—15:35						
第八节	15:35—16:15	英语					

上海市紫竹园中学高三（1）班课表

第十六周

	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	数学	语文	英语	生物学/历史/地理/思想政治
课间	8:40—8:50					
第二节	8:50—9:30	数学	英语	英语	语文	语文
广播操/大课间	9:30—10:00					
眼保健操	10:00—10:05					
第三节	10:05—10:45	化学/历史/地理/思想政治	物理/历史/地理/思想政治	数学	数学	英语
课间	10:45—10:55					
第四节	10:55—11:35	体育与健康	语文	语文	化学/历史/地理/思想政治	物理/历史/地理/思想政治
课间	11:35—11:45					
自习	11:45—12:05					
午休	12:05—12:45					
午会/体育活动	12:45—13:00					
第五节	13:00—13:40	生物学/历史/地理/思想政治	数学	物理/历史/地理/思想政治	英语	体育与健康
课间	13:40—13:50					
眼保健操	13:50—13:55					
第六节	13:55—14:35	物理/历史/地理/思想政治	数学	生物学/历史/地理/思想政治	体育与健康	数学
课间	14:35—14:45					
第七节	14:45—15:25	英语	化学/历史/地理/思想政治	化学/历史/地理/思想政治	体育与健康	校班会
课间	15:25—15:35					
第八节	15:35—16:15	英语	生物学/历史/地理/思想政治	校本课程		

上海市紫竹园中学高三（1）班课表

第十七周

	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	数学	语文	英语	生物学/历史/地理/思想政治
课间	8:40—8:50					
第二节	8:50—9:30	数学	英语	英语	语文	语文
广播操/大课间	9:30—10:00					
眼保健操	10:00—10:05					
第三节	10:05—10:45	化学/历史/地理/思想政治	物理/历史/地理/思想政治	数学	数学	英语
课间	10:45—10:55					
第四节	10:55—11:35	体育与健康	语文	语文	化学/历史/地理/思想政治	物理/历史/地理/思想政治
课间	11:35—11:45					
自习	11:45—12:05					
午休	12:05—12:45					
午会/体育活动	12:45—13:00					
第五节	13:00—13:40	生物学/历史/地理/思想政治	数学	物理/历史/地理/思想政治	英语	体育与健康
课间	13:40—13:50					
眼保健操	13:50—13:55					
第六节	13:55—14:35	物理/历史/地理/思想政治	数学	生物学/历史/地理/思想政治	体育与健康	数学
课间	14:35—14:45					
第七节	14:45—15:25	英语	化学/历史/地理/思想政治	化学/历史/地理/思想政治	体育与健康	校班会
课间	15:25—15:35					
第八节	15:35—16:15	英语	生物学/历史/地理/思想政治	校本课程		

上海市紫竹园中学高三（1）班课表

第十八周

	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	数学	语文	元旦假期	生物学/历史/地理/思想政治
课间	8:40—8:50					
第二节	8:50—9:30	数学	英语	英语		语文
广播操/大课间	9:30—10:00					
眼保健操	10:00—10:05					
第三节	10:05—10:45	化学/历史/地理/思想政治	物理/历史/地理/思想政治	数学		英语
课间	10:45—10:55					
第四节	10:55—11:35	体育与健康	语文	语文		物理/历史/地理/思想政治
课间	11:35—11:45					
自习	11:45—12:05					
午休	12:05—12:45					
午会/体育活动	12:45—13:00					
第五节	13:00—13:40	生物学/历史/地理/思想政治	数学	物理/历史/地理/思想政治		体育与健康
课间	13:40—13:50					
眼保健操	13:50—13:55					
第六节	13:55—14:35	物理/历史/地理/思想政治	数学	生物学/历史/地理/思想政治		数学
课间	14:35—14:45					
第七节	14:45—15:25	英语	化学/历史/地理/思想政治	化学/历史/地理/思想政治		校班会
课间	15:25—15:35					
第八节	15:35—16:15	英语	生物学/历史/地理/思想政治	校本课程		

上海市紫竹园中学高三（1）班课表

第十九周

	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	数学	语文	英语	生物学/历史/地理/思想政治
课间	8:40—8:50					
第二节	8:50—9:30	数学	英语	英语	语文	语文
广播操/大课间	9:30—10:00					
眼保健操	10:00—10:05					
第三节	10:05—10:45	化学/历史/地理/思想政治	物理/历史/地理/思想政治	数学	数学	英语
课间	10:45—10:55					
第四节	10:55—11:35	体育与健康	语文	语文	化学/历史/地理/思想政治	物理/历史/地理/思想政治
课间	11:35—11:45					
自习	11:45—12:05					
午休	12:05—12:45					
午会/体育活动	12:45—13:00					
第五节	13:00—13:40	生物学/历史/地理/思想政治	数学	物理/历史/地理/思想政治	英语	体育与健康
课间	13:40—13:50					
眼保健操	13:50—13:55					
第六节	13:55—14:35	物理/历史/地理/思想政治	数学	生物学/历史/地理/思想政治	体育与健康	数学
课间	14:35—14:45					
第七节	14:45—15:25	英语	化学/历史/地理/思想政治	化学/历史/地理/思想政治	体育与健康	校班会
课间	15:25—15:35					
第八节	15:35—16:15	英语	生物学/历史/地理/思想政治	校本课程		

上海市紫竹园中学高三（1）班课表

第二十周

	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	期末能力诊断	语文	英语	生物学/历史/地理/思想政治	
课间	8:40—8:50						
第二节	8:50—9:30	数学		英语	语文	语文	
广播操/大课间	9:30—10:00						
眼保健操	10:00—10:05						
第三节	10:05—10:45	化学/历史/地理/思想政治		数学	数学	英语	
课间	10:45—10:55						
第四节	10:55—11:35	体育与健康		语文	化学/历史/地理/思想政治	物理/历史/地理/思想政治	
课间	11:35—11:45						
自习	11:45—12:05						
午休	12:05—12:45						
午会/体育活动	12:45—13:00						
第五节	13:00—13:40	生物学/历史/地理/思想政治		物理/历史/地理/思想政治	英语	体育与健康	
课间	13:40—13:50						
眼保健操	13:50—13:55						
第六节	13:55—14:35	物理/历史/地理/思想政治		生物学/历史/地理/思想政治	体育与健康	数学	
课间	14:35—14:45						
第七节	14:45—15:25	英语		化学/历史/地理/思想政治	体育与健康	校班会	
课间	15:25—15:35						
第八节	15:35—16:15	英语		校本课程			

上海市紫竹园中学高三（1）班课表

第二十一周

	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	数学	语文	英语	生物学/历史/地理/思想政治
课间	8:40—8:50					
第二节	8:50—9:30	数学	英语	英语	语文	语文
广播操/大课间	9:30—10:00					
眼保健操	10:00—10:05					
第三节	10:05—10:45	化学/历史/地理/思想政治	物理/历史/地理/思想政治	数学	数学	英语
课间	10:45—10:55					
第四节	10:55—11:35	体育与健康	语文	语文	化学/历史/地理/思想政治	物理/历史/地理/思想政治
课间	11:35—11:45					
自习	11:45—12:05					
午休	12:05—12:45					
午会/体育活动	12:45—13:00					
第五节	13:00—13:40	生物学/历史/地理/思想政治	数学	物理/历史/地理/思想政治	英语	体育与健康
课间	13:40—13:50					
眼保健操	13:50—13:55					
第六节	13:55—14:35	物理/历史/地理/思想政治	数学	生物学/历史/地理/思想政治	体育与健康	数学
课间	14:35—14:45					
第七节	14:45—15:25	英语	化学/历史/地理/思想政治	化学/历史/地理/思想政治	体育与健康	校班会
课间	15:25—15:35					
第八节	15:35—16:15	英语	生物学/历史/地理/思想政治	校本课程		

上海市紫竹园中学高三（1）班课表

第二十二周

	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	数学	语文	英语	结业式	
课间	8:40—8:50						
第二节	8:50—9:30	数学	英语	英语	语文		
广播操/大课间	9:30—10:00						
眼保健操	10:00—10:05						
第三节	10:05—10:45	化学/历史/地理/ 思想政治	物理/历史/地理/ 思想政治	数学	数学		
课间	10:45—10:55						
第四节	10:55—11:35	体育与健康	语文	语文	化学/历史/地理/ 思想政治		
课间	11:35—11:45						
自习	11:45—12:05						
午休	12:05—12:45						
午会/体育活动	12:45—13:00						
第五节	13:00—13:40	生物学/历史/地 理/思想政治	数学	物理/历史/地理/ 思想政治			
课间	13:40—13:50						
眼保健操	13:50—13:55						
第六节	13:55—14:35	物理/历史/地理/ 思想政治	数学	生物学/历史/地 理/思想政治			
课间	14:35—14:45						
第七节	14:45—15:25	英语	化学/历史/地理/ 思想政治	化学/历史/地理/ 思想政治			
课间	15:25—15:35						
第八节	15:35—16:15	英语	生物学/历史/地 理/思想政治	校本课程			

备注：

1. 实际教学安排视情况动态调整。

2. 暂定第五周校园健美节，暂定第九周高三期中能力诊断、第十五周、第二十周高三期末能力诊断