

长乐五中2025—2026学年度第一学期初中课程表（省颁课表）（公示）2025.9.1执行

未经教务处同意，请勿擅自调课

星期 午别 班次 班级	班主任	星 期 一						星 期 二						星 期 三						星 期 四						星 期 五						年龄段		
		上 午			下 午			上 午			下 午			上 午			下 午			上 午			下 午			上 午			下 午					
		1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2		3	4
七（1）	许舒桐	英语	历史	语文	劳动	地理	道法	数学	数研	英研	语研	美术	信息	生物	体检	道法	英语	数学	体检	语文	音乐	语文	语文	英语	数学	历史	生物	体检	语文	英语	道法	综合	地方	地理
七（2）	王能振	数学	英语	道法	语文	劳动	历史	地理	英研	数研	美术	语研	生物	体检	信息	英语	数学	体检	音乐	道法	语文	英语	数学	语文	生物	历史	英语	语文	数学	地理	地方	道法	综合	
七（3）	魏益辉	英语	数学	语文	生物	历史	地理	道法	数研	英研	音乐	信息	体检	语研	劳动	数学	英语	语文	生物	体检	道法	英语	数学	语文	生物	美术	综合	语文	英语	地理	道法	历史	地方	
七（4）	蔡国钱	数学	英语	生物	语文	道法	体检	历史	英研	数研	信息	体检	语研	美术	地理	英语	数学	音乐	语文	劳动	生物	大课间活动	语文	语文	英语	数学	综合	道法	生物	大课间活动	语文	历史		
七（5）	曹钦垒	历史	英语	语文	体检	生物	语研	数学	数研	英研	综合	音乐	道法	地理	美术	语文	英语	体检	信息	劳动	数学	大课间活动	数学	英语	语文	生物	历史	语文	英语	数学	道法	地理	道法	
七（6）	谢倩	道法	历史	英语	语文	数学	生物	体检	英研	数研	综合	美术	地理	信息	语研	英语	语文	地方	道法	体检	数学	大课间活动	数学	英语	语文	生物	历史	语文	英语	数学	音乐	地理	劳动	
七（7）	林秀燕	历史	道法	英语	语文	体检	生物	数研	英研	数研	信息	综合	美术	地理	语研	道法	英语	语文	地方	数学	体检	大课间活动	语文	语文	英语	数学	历史	生物	英语	语文	道法	地理	劳动	
八(1)	邹雨晴	语文	数学	英语	体检	生物	道法	地理	数研	英语	道法	历史	劳动	音乐	体检	英研	数学	信息	地理	语文	体检	大课间活动	语文	语文	英语	数学	英语	地方	物理	历史	语文	数学	初中部作息时间	
八(2)	胡碧玉	语文	地方	数学	英语	地理	道法	地理	英语	数学	体检	道法	历史	劳动	音乐	语文	英研	数学	物理	地理	生物	大课间活动	语文	语文	英语	数学	数研	英语	体检	历史	美术	数学		
八(3)	朱桂宾	数学	语文	英语	音乐	道法	体检	物理	英语	数学	地方	体检	道法	历史	劳动	英研	物理	语文	美术	道法	数学	大课间活动	数研	英语	语文	生物	地理	体检	语文	英语	数学	历史	生物	
八(4)	林昌明	语文	数学	音乐	英语	体检	历史	物理	数研	英语	劳动	地方	体检	道法	地理	语文	数学	英语	美术	生物	道法	大课间活动	语文	语文	英语	数学	数研	英语	历史	生物	英语	语文	物理	
八(5)	王天锋	数学	语文	地理	英语	生物	物理	历史	英语	地方	数学	劳动	音乐	体检	道法	语文	数学	英研	道法	生物	地理	大课间活动	数研	英语	语文	生物	美术	体检	语文	数学	英语	物理	道法	
八(6)	陈清清	语文	数学	英语	历史	物理	生物	体检	地方	英语	数学	音乐	道法	地理	劳动	英研	语文	数学	生物	地理	道法	大课间活动	数研	英语	语文	生物	美术	体检	物理	英语	数学	语文	信息	
八(7)	郑罗健	英语	地方	语文	数学	地理	体检	生物	数学	历史	英语	信息	地理	道法	体检	语文	英研	生物	数学	道法	物理	大课间活动	语文	语文	英语	数学	数研	英语	体检	物理	音乐	数学	英语	
九(1)	林萍(男)	语文	数学	英语	道法	体检	美术	历史	物理	英语	数学	数研	音乐	语研	化学	语文	英语	劳动	数学	体检	道法	大课间活动	语文	语文	英语	物理	数学	化学	体检	语文	数学	英语	初中部作息时间	
九(2)	林萍(女)	数学	语文	历史	英语	美术	道法	体检	英语	物理	数学	数研	语研	化学	音乐	英语	语文	数学	劳动	道法	体检	大课间活动	英语	物理	语文	生物	数学	化学	体检	数学	语文	历史		物理
九(3)	周昕怡	语文	数学	英语	体检	道法	历史	美术	数研	数研	英语	体检	化学	物理	语研	课后服务/体育锻炼	语文	英语	数学	道法	音乐	劳动	大课间活动	语文	语文	英语	生物	化学	物理	数学	英语	数学		化学
九(4)	涂江铃	语文	数学	美术	英语	道法	体检	历史	英语	化学	数学	数研	体检	物理	语研	课后服务/体育锻炼	英语	语文	数学	道法	音乐	化学	大课间活动	语文	语文	英语	生物	物理	数学	化学	物理	英语		历史
九(5)	李玲玲	历史	英语	语文	美术	劳动	道法	数学	数研	数研	英语	化学	物理	语研	体检	数学	英语	体检	道法	音乐	语文	大课间活动	语文	语文	英语	生物	物理	数学	化学	语文	历史	物理		
九(6)	游如雪	英语	数学	语文	体检	历史	化学	道法	数研	数研	劳动	英语	体检	语研	道法	英语	语文	音乐	数学	美术	物理	大课间活动	语文	语文	英语	生物	化学	数学	语文	历史	物理	化学		
九(7)	苏婷	语文	英语	数学	道法	化学	历史	体检	英语	劳动	数学	数研	道法	体检	语研	语文	英语	数学	音乐	物理	美术	大课间活动	英语	物理	语文	生物	化学	数学	体检	道法	语文	英语	历史	

长乐五中2025—2026学年度第一学期高中课程表（公示）2025.4.14执行 未经教务处同意，请勿擅自调课

未经教务处同意,请勿擅自调课

星期 午别	班主任	星 期 一							星 期 二							星 期 三							星 期 四							星 期 五							周日 年段长								
		上 午			下 午				晚习	上 午			下 午				晚习	上 午			下 午				晚习	上 午			下 午				晚习												
		1	2	3	4	5	6	7		8	1	2	3	4	5	6		7	8	1	2	3	4	5		6	7	8	1	2	3	4		5	6	7		8	1	2	3	4	5	6	7
高一(1)	陈朝新	英语	生涯	语文	物理	化学	美术	林云珠	林云珠	语文	英语	数学	体育	地理	政治	生物	物理	欧朝新	陈朝新	历史	数学	生物	化学	音乐	陈豪	陈豪	英语	物理	数学	体育	政治	化学	语文	劳动	历史	陈朝新	陈朝新	英语	数学	语文	语文	历史	生物	地理	陈朝新
高一(2)	林金如	政治	物理	地理	语文	英语	化学	陈豪	陈豪	语文	英语	英语	体育	政治	化学	生物	物理	黄涂非	欧佛佛	化学	生物	数学	劳动	生涯	林金如	陈凌雯	陈凌雯	英语	数学	物理	体育	历史	语文	地理	音乐	林云珠	林云珠	语文	语文	数选	地理	生物	美术	林金如	
高一(3)	陈佳艺	生物	政治	物理	语文	数学	英语	化学	江榕樾	英语	政治	历史	体育	化学	语文	数选	物理	邱宝用	陈江颖	生物	物理	语文	美术	生涯	英语	林佳颖	杨开凤	数学	数学	劳动	化学	音乐	物理	地理	邱宝用	林佳颖	英语	语文	语文	语文	生物	历史	地理	陈佳艺	
高一(4)	林佳颖	语文	生物	政治	地理	英语	数学	数学	欧佛佛	林金如	英语	历史	体育	语文	音乐	数选	化学	陈江颖	陈江颖	生物	物理	语文	美术	美术	美术	林佳颖	黄涂非	物理	劳动	生物	生涯	历史	化学	政治	语文	语文	英语	英语	语文	大课间活动	数学	数学	研究性学习	林佳颖	
高一(5)	吴雯昀	语文	数学	地理	政治	化学	英语	生物	物理	丁天天	英语	历史	体育	地理	语文	政治	生物	吴雯昀	陈云惠	美术	大课间活动	英语	英语	生涯	生涯	吴雯昀	程莉莉	程莉莉	劳动	物理	生物	语文	音乐	英语	语文	语文	语文	语文	生物	化学	历史	吴雯昀			
高一(6)	丁天天	数学	语文	生物	历史	英语	物理	美术	化学	薛明惠	数学	物理	英语	体育	政治	生物	物理	孙婧娴	陈云惠	数学	历史	数学	音乐	地理	英语	英语	薛明惠	生物	劳动	化学	物理	数选	语文	英语	语文	英语	数学	英语	数学	地理	政治	化学	丁天天		
高一(7)	洪雯静	语文	地理	历史	劳动	物理	化学	数选	数学	刘凤岚	英语	政治	数学	体育	语文	生物	物理	陈云惠	黄明亮	语文	生涯	化学	历史	地理	洪雯静	洪雯静	生物	化学	物理	音乐	地理	数学	英语	数学	语文	语文	语文	语文	美术	生物	政治	洪雯静			
高一(8)	林圣航	生物	语文	物理	地理	数学	化学	英语	黄开辉	英语	地理	数学	物理	体育	政治	语文	物理	林圣航	林圣航	化学	劳动	生涯	政治	历史	林圣航	洪雯静	孙婧娴	物理	英语	生物	英语	化学	数学	语文	语文	数学	历史	英语	美术	生物	林圣航				
高二(1)物化生	郭龙辉	化学	英语	体育	语文	历史	物理	生物	数学	翠微	数学	英语	英语	物理	化学	信息	信锋	龙辉	语文	物理	化学	体育	美术	龙辉	翠微	翠微	物理	劳动	信息	英语	政治	生物	语文	通用	政治	英语	通用	历史	语文	历史	龙辉				
高二(2)物化生	韦立夏	语文	生物	体育	物理	通用	美术	秀敏	信锋	英语	英语	数学	数学	化学	物理	政治	翠微	翠微	物理	化学	语文	信息	信息	立夏	信锋	化学	英语	物理	化学	生物	语文	历史	政治	英语	通用	生物	语文	生物	立夏						
高二(3)物化地	夏洲楹	语文	英语	体育	政治	信息	物理	冰颖	冰颖	数学	英语	英语	英语	劳动	物理	地理	亮莹	洲楹	语文	化学	物理	体育	信息	洲楹	亮莹	数学	物理	化学	英语	历史	美术	地理	语文	通用	政治	英语	通用	历史	洲楹						
高二(4)物生地	林欣雨	生物	语文	体育	英语	数学	历史	物理	信息	林姜	英语	信息	政治	地理	劳动	数学	林容	宗婷	地理	物理	语文	通用	体育	欣雨	立夏	物理	语文	英语	通用	生物	语文	历史	政治	英语	通用	生物	语文	地理	欣雨						
高二(5)史政地	王铭桦	数学	英语	政治	信息	物理	历史	劳动	宗婷	铭桦	数学	英语	英语	政治	政治	历史	思瑶	思瑶	信息	历史	语文	通用	体育	铭桦	思瑶	语文	英语	通用	历史	美术	地理	语文	通用	政治	英语	通用	政治	英语	通用	地理	铭桦				
高二(6)史政地	李诗琪	地理	数学	语文	英语	历史	政治	物理	宗婷	铭桦	英语	数学	数学	历史	语文	政治	知煜	知煜	语文	地理	历史	通用	体育	诗琪	林容	数学	英语	物理	信息	英语	政治	语文	通用	政治	英语	通用	政治	英语	通用	地理	诗琪				
高二(7)史政地	张青育	政治	英语	地理	语文	物理	数学	历史	航燕	艳彬	数学	英语	英语	语文	历史	地理	雨晴	航燕	历史	地理	语文	信息	体育	青育	林姜	信息	物理	数学	英语	物理	通用	历史	政治	英语	通用	政治	英语	通用	物理	青育					
高二(8)史政地	杨雪	物理	英语	信息	语文	历史	数学	数学	艳彬	杨雪	英语	英语	数学	通用	信息	信息	陆华	陆华	语文	政治	劳动	物理	体育	杨雪	艳彬	数学	英语	物理	英语	通用	历史	政治	语文	通用	历史	政治	英语	通用	物理	杨雪					
高三(1)物化生	欧雨欣	化学	语文	物理	劳动	英语	生物	拓展2	小榕	宇馨	语文	生物	英语	化学	物理	体育	音乐	珍芳	珍芳	拓展3	语文	化学	生物	数学	物理	宇馨	小榕	英语	物理	生物	语文	拓展1	化学	生物	物理	英语	化学	物理	黄榕	雨欣					
高三(2)物化生	黄榕	语文	化学	数学	拓展2	生物	英语	物理	劳动	宇馨	林佳	生物	英语	化学	物理	体育	音乐	林佳	雨欣	化学	英语	数学	物理	化学	生物	珍芳	珍芳	物理	英语	生物	语文	拓展1	化学	生物	物理	英语	化学	物理	雨欣						
高三(3)物化地	陈淇	物理	语文	语文	音乐	地理	数学	拓展2	田歌	林雅	陈淇	物理	语文	英语	数学	物理	文强	文彬	英语	拓展3	校本1	校本1	数学	物理	陈淇	田歌	英语	数学	英语	物理	语文	拓展1	劳动	地理	化学	文彬	田歌	数学	物理	陈淇					
高三(4)物生地	刘林雅	物理	语文	音乐	地理	数学	英语	校本2	文彬	陈淇	物理	生物	语文	英语	数学	物理	田歌	大文	地理	拓展3	校本1	校本1	生物	数学	陈淇	田歌	英语	数学	英语	物理	语文	拓展1	地理	生物	文彬	田歌	数学	物理	陈淇						
高三(5)史政地	郑方圆	语文	政治	数学	拓展2	地理	历史	校本2	雨桐	雨桐	历史	语文	英语	数学	政治	校本1	体育	婉榕	婉榕	英语	拓展3	政治	历史	地理	语文	郑方圆	雨桐	历史	政治	语文	拓展1	劳动	历史	政治	地理	雨桐	冰颖	数学	历史	郑方圆					
高三(6)史政地	林雨烟	政治	语文	拓展1	数学	通用	历史	历史	海波	雨桐	历史	语文	英语	音乐	校本1	体育	陈建	雨桐	陈建	数学	通用	劳动	音乐	校本1	数学	林雨烟	雨桐	历史	政治	语文	拓展1	地理	历史	政治	地理	海波	雨桐	英语	方圆	雨桐					

高 中 部 作 息 时 间		
项 目	时 间	说明
早晨	起床	6: 40
	早饭、晨练	6: 40 - 7: 10
	预 备	7: 20 - 7: 50
	第一节	8: 00 - 8: 45
	眼保健操	8: 45 - 8: 50
上午	第二节	9: 00 - 9: 45
	大课间	9: 45 - 10: 15
	第三节	10: 15 - 11: 00
	第四节	11: 10 - 11: 55
	午 饭	11: 55 - 12: 40
下午	第五节	13: 40 - 14: 25
	眼保健操	14: 25 - 14: 35
	第六节	14: 40 - 15: 25
	第七节	15: 35 - 16: 20
	第八节	16: 30 - 17: 10
晚 自 修	体 育	17: 15 - 17: 55
	晚 饭	18: 00 - 18: 50
	第一节	18: 50 - 19: 30
	第二节	19: 40 - 20: 20
	第三节	20: 30 - 21: 10
	第四节	21: 15 - 21: 55
	休 息	22: 40
教 研 时 间		
星期一下午第5、6节：语文、音乐		
星期四上午第3、4节：政治、历史、地理、综合实践		
星期五下午第5、6节：英语、通用、信息		
星期五上午第3、4节：物理、化学、生物、心理健康		
星期五下午第5、6节：数学、体育、美术		
高 中 校 本 、 社 团 活 动 和 研 究 性 学 习 安 排		
周二、周三下午第8节：高一、高二校本		
周四下午第8节：高一社团活动		
周五下午第8节：高一、高二研究性学习		
会 议 时 间		
1. 周一下午第三节支委会，周一下午第四节行政会，周二下午第四节教联政政治学习、党员学习。		
2. 每周一上午7:20为周会时间，举行升旗仪式。		