

上海市徐汇区启新小学一年级周课表

为进一步做好我校新课程新教材实施工作，落实基础教育“规范管理年”行动，规范学校教学管理，现根据“义务教育阶段学校‘晒课表’工作通知”的相关要求，将2024年秋季学期一年级各班每周课表进行公示。

如有建议，可拨打电话（021-54308781），或发送邮件至邮箱（xiaoqiu_2002@126.com）。

启新小学 一2班 第一周 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8：20-8：55	校本课程	语文	科学	语文	语文
	8：55-9：05	课间				
第二节	9：05-9：40	科学	外语	语文	数学	外语
	9：40-9：45	眼操				
	9：45-10：20	课间体育大活动/升旗仪式				
第三节	10：20-10：55	语文	艺术·音乐	艺术·音乐	劳动	体育与健康
	10：55-11：05	课间				
第四节	11：05-11：40	数学	数学	综合实践活动	语文	道德与法治
	11：40-12：20	午餐				
	12：20-13：00	午休				
第五节	13：00-13：35	校本课程	体育与健康	语文	艺术·美术	校本课程
	13：35-13：40	眼操				
	13：40-13：50	课间				
第六节	13：50-14：25	艺术·美术	语文	体育与健康	体育与健康	课后服务
	14：25-14：35	课间				
第七节	14：35-15：10	课后服务	课后服务	课后服务	道德与法治	课后服务
	15：10-15：30	课间				
	15：30-17：30	课后服务				
	17：30-18：00	课后服务（延时）				

备注：视实际情况按照《上海市义务教育课程实施办法》的要求动态调整。

启新小学 一2班 第二周 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六（上 星期一课）
第一节	8：20-8：55	校本课程	语文	科学	语文	语文	校本课程
	8：55-9：05	课间					
第二节	9：05-9：40	科学	外语	语文	数学	外语	科学
	9：40-9：45	眼操					
	9：45-10：20	课间体育大活动/升旗仪式					
第三节	10：20-10：55	语文	艺术·音乐	艺术·音乐	劳动	体育与健康	语文
	10：55-11：05	课间					
第四节	11：05-11：40	数学	数学	综合实践活动	语文	道德与法治	数学
	11：40-12：20	午餐					
	12：20-13：00	午休					
第五节	13：00-13：35	校本课程	体育与健康	语文	艺术·美术	校本课程	校本课程
	13：35-13：40	眼操					
	13：40-13：50	课间					
第六节	13：50-14：25	艺术·美术	语文	体育与健康	体育与健康	课后服务	艺术·美术
	14：25-14：35	课间					
第七节	14：35-15：10	课后服务	课后服务	课后服务	道德与法治	课后服务	课后服务
	15：10-15：30	课间					
	15：30-17：30	课后服务					
	17：30-18：00	课后服务（延时）					

备注：视实际情况按照《上海市义务教育课程实施办法》的要求动态调整。

启新小学 一2班 第三周 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8：20-8：55	中秋放假	中秋放假	科学	语文	语文
	8：55-9：05			课间		
第二节	9：05-9：40			语文	数学	外语
	9：40-9：45			眼操		
	9：45-10：20			课间体育大活动/升旗仪式		
第三节	10：20-10：55			艺术·音乐	劳动	体育与健康
	10：55-11：05			课间		
第四节	11：05-11：40			综合实践活动	语文	道德与法治
	11：40-12：20			午餐		
	12：20-13：00			午休		
第五节	13：00-13：35			语文	艺术·美术	校本课程
	13：35-13：40			眼操		
	13：40-13：50			课间		
第六节	13：50-14：25			体育与健康	体育与健康	课后服务
	14：25-14：35			课间		
第七节	14：35-15：10			课后服务	道德与法治	课后服务
	15：10-15：30			课间		
	15：30-17：30			课后服务		
	17：30-18：00			课后服务（延时）		

备注：视实际情况按照《上海市义务教育课程实施办法》的要求动态调整。

启新小学 一2班 第四周 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期日（上星期五课）
第一节	8：20-8：55	校本课程	语文	科学	语文	语文	语文
	8：55-9：05	课间					
第二节	9：05-9：40	科学	外语	语文	数学	外语	外语
	9：40-9：45	眼操					
	9：45-10：20	课间体育大活动/升旗仪式					
第三节	10：20-10：55	语文	艺术·音乐	艺术·音乐	劳动	体育与健康	体育与健康
	10：55-11：05	课间					
第四节	11：05-11：40	数学	数学	综合实践活动	语文	道德与法治	道德与法治
	11：40-12：20	午餐					
	12：20-13：00	午休					
第五节	13：00-13：35	校本课程	体育与健康	语文	艺术·美术	校本课程	入学典礼
	13：35-13：40	眼操					
	13：40-13：50	课间					
第六节	13：50-14：25	艺术·美术	语文	体育与健康	体育与健康	课后服务	
	14：25-14：35	课间					
第七节	14：35-15：10	课后服务	课后服务	课后服务	道德与法治	课后服务	课后服务
	15：10-15：30	课间					
	15：30-17：30	课后服务					
	17：30-18：00	课后服务（延时）					

备注：视实际情况按照《上海市义务教育课程实施办法》的要求动态调整。

启新小学 一2班 第五周 课程表

时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午	迎 国 庆 爱 国 主 义 专 题 活 动	国 庆 放 假	国 庆 放 假	国 庆 放 假	国 庆 放 假
下午	自 主 活 动				
15：30- 17：30	课 后 服 务				
17：30- 18：00	课 后 服 务 （ 延 时 ）				

备注：视实际情况按照《上海市义务教育课程实施办法》的要求动态调整。

启新小学 一2班 第六周 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六（上 星期一课）
第一节	8：20-8：55	国庆放假	语文	科学	语文	语文	校本课程
	8：55-9：05		课间				
第二节	9：05-9：40		外语	语文	数学	外语	科学
	9：40-9：45		眼操				
	9：45-10：20		课间体育大活动/升旗仪式				
第三节	10：20-10：55		艺术·音乐	艺术·音乐	劳动	体育与健康	语文
	10：55-11：05		课间				
第四节	11：05-11：40		数学	综合实践活动	语文	道德与法治	数学
	11：40-12：20		午餐				
	12：20-13：00		午休				
第五节	13：00-13：35		体育与健康	语文	艺术·美术	校本课程	校本课程
	13：35-13：40		眼操				
	13：40-13：50		课间				
第六节	13：50-14：25		语文	体育与健康	体育与健康	课后服务	艺术·美术
	14：25-14：35		课间				
第七节	14：35-15：10		课后服务	课后服务	道德与法治	课后服务	课后服务
	15：10-15：30		课间				
	15：30-17：30		课后服务				
	17：30-18：00		课后服务（延时）				

备注：视实际情况按照《上海市义务教育课程实施办法》的要求动态调整。

启新小学 一2班 第七周 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8：20-8：55	校本课程	语文	科学	语文	社会实践活动
	8：55-9：05	课间				
第二节	9：05-9：40	科学	外语	语文	数学	
	9：40-9：45	眼操				
	9：45-10：20	课间体育大活动/升旗仪式				
第三节	10：20-10：55	语文	艺术·音乐	艺术·音乐	劳动	
	10：55-11：05	课间				
第四节	11：05-11：40	数学	数学	综合实践活动	语文	
	11：40-12：20	午餐				
	12：20-13：00	午休				
第五节	13：00-13：35	校本课程	体育与健康	语文	艺术·美术	
	13：35-13：40	眼操				
	13：40-13：50	课间				
第六节	13：50-14：25	艺术·美术	语文	体育与健康	体育与健康	
	14：25-14：35	课间				
第七节	14：35-15：10	课后服务	课后服务	课后服务	道德与法治	
	15：10-15：30	课间				
	15：30-17：30	课后服务				
	17：30-18：00	课后服务（延时）				

备注：视实际情况按照《上海市义务教育课程实施办法》的要求动态调整。

启新小学 一2班 第八周 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8：20-8：55	校本课程	语文	科学	语文	语文
	8：55-9：05	课间				
第二节	9：05-9：40	科学	外语	语文	数学	外语
	9：40-9：45	眼操				
	9：45-10：20	课间体育大活动/升旗仪式				
第三节	10：20-10：55	语文	艺术·音乐	艺术·音乐	劳动	体育与健康
	10：55-11：05	课间				
第四节	11：05-11：40	数学	数学	综合实践活动	语文	道德与法治
	11：40-12：20	午餐				
	12：20-13：00	午休				
第五节	13：00-13：35	校本课程	体育与健康	语文	艺术·美术	校本课程
	13：35-13：40	眼操				
	13：40-13：50	课间				
第六节	13：50-14：25	艺术·美术	语文	体育与健康	体育与健康	课后服务
	14：25-14：35	课间				
第七节	14：35-15：10	课后服务	课后服务	课后服务	道德与法治	课后服务
	15：10-15：30	课间				
	15：30-17：30	课后服务				
	17：30-18：00	课后服务（延时）				

备注：视实际情况按照《上海市义务教育课程实施办法》的要求动态调整。

启新小学 一2班 第九周 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8：20-8：55	校本课程	语文	科学	语文	语文
	8：55-9：05	课间				
第二节	9：05-9：40	科学	外语	语文	数学	外语
	9：40-9：45	眼操				
	9：45-10：20	课间体育大活动/升旗仪式				
第三节	10：20-10：55	语文	艺术·音乐	艺术·音乐	劳动	体育与健康
	10：55-11：05	课间				
第四节	11：05-11：40	数学	数学	综合实践活动	语文	道德与法治
	11：40-12：20	午餐				
	12：20-13：00	午休				
第五节	13：00-13：35	校本课程	体育与健康	语文	艺术·美术	校本课程
	13：35-13：40	眼操				
	13：40-13：50	课间				
第六节	13：50-14：25	艺术·美术	语文	体育与健康	体育与健康	课后服务
	14：25-14：35	课间				
第七节	14：35-15：10	课后服务	课后服务	课后服务	道德与法治	课后服务
	15：10-15：30	课间				
	15：30-17：30	课后服务				
	17：30-18：00	课后服务（延时）				

备注：视实际情况按照《上海市义务教育课程实施办法》的要求动态调整。

启新小学 一2班 第十周 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8：20-8：55	校本课程	语文	科学	语文	语文
	8：55-9：05	课间				
第二节	9：05-9：40	科学	外语	语文	数学	外语
	9：40-9：45	眼操				
	9：45-10：20	课间体育大活动/升旗仪式				
第三节	10：20-10：55	语文	艺术·音乐	艺术·音乐	劳动	体育与健康
	10：55-11：05	课间				
第四节	11：05-11：40	数学	数学	综合实践活动	语文	道德与法治
	11：40-12：20	午餐				
	12：20-13：00	午休				
第五节	13：00-13：35	校本课程	体育与健康	语文	艺术·美术	校本课程
	13：35-13：40	眼操				
	13：40-13：50	课间				
第六节	13：50-14：25	艺术·美术	语文	体育与健康	体育与健康	课后服务
	14：25-14：35	课间				
第七节	14：35-15：10	课后服务	课后服务	课后服务	道德与法治	课后服务
	15：10-15：30	课间				
	15：30-17：30	课后服务				
	17：30-18：00	课后服务（延时）				

备注：视实际情况按照《上海市义务教育课程实施办法》的要求动态调整。

启新小学 一2班 第十一周 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8：20-8：55	校本课程	语文	科学	语文	语文
	8：55-9：05	课间				
第二节	9：05-9：40	科学	外语	语文	数学	外语
	9：40-9：45	眼操				
	9：45-10：20	课间体育大活动/升旗仪式				
第三节	10：20-10：55	语文	艺术·音乐	艺术·音乐	劳动	体育与健康
	10：55-11：05	课间				
第四节	11：05-11：40	数学	数学	综合实践活动	语文	道德与法治
	11：40-12：20	午餐				
	12：20-13：00	午休				
第五节	13：00-13：35	校本课程	体育与健康	语文	艺术·美术	科技节活动
	13：35-13：40	眼操				
	13：40-13：50	课间				
第六节	13：50-14：25	艺术·美术	语文	体育与健康	体育与健康	
	14：25-14：35	课间				
第七节	14：35-15：10	课后服务	课后服务	课后服务	道德与法治	课后服务
	15：10-15：30	课间				
	15：30-17：30	课后服务				
	17：30-18：00	课后服务（延时）				

备注：视实际情况按照《上海市义务教育课程实施办法》的要求动态调整。

启新小学 一2班 第十二周 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8：20-8：55	校本课程	语文	科学	语文	语文
	8：55-9：05	课间				
第二节	9：05-9：40	科学	外语	语文	数学	外语
	9：40-9：45	眼操				
	9：45-10：20	课间体育大活动/升旗仪式				
第三节	10：20-10：55	语文	艺术·音乐	艺术·音乐	劳动	体育与健康
	10：55-11：05	课间				
第四节	11：05-11：40	数学	数学	综合实践活动	语文	道德与法治
	11：40-12：20	午餐				
	12：20-13：00	午休				
第五节	13：00-13：35	校本课程	体育与健康	语文	艺术·美术	校本课程
	13：35-13：40	眼操				
	13：40-13：50	课间				
第六节	13：50-14：25	艺术·美术	语文	体育与健康	体育与健康	课后服务
	14：25-14：35	课间				
第七节	14：35-15：10	课后服务	课后服务	课后服务	道德与法治	课后服务
	15：10-15：30	课间				
	15：30-17：30	课后服务				
	17：30-18：00	课后服务（延时）				

备注：视实际情况按照《上海市义务教育课程实施办法》的要求动态调整。

启新小学 一2班 第十三周 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8：20-8：55	校本课程	语文	科学	语文	语文
	8：55-9：05	课间				
第二节	9：05-9：40	科学	外语	语文	数学	外语
	9：40-9：45	眼操				
	9：45-10：20	课间体育大活动/升旗仪式				
第三节	10：20-10：55	语文	艺术·音乐	艺术·音乐	劳动	体育与健康
	10：55-11：05	课间				
第四节	11：05-11：40	数学	数学	综合实践活动	语文	道德与法治
	11：40-12：20	午餐				
	12：20-13：00	午休				
第五节	13：00-13：35	校本课程	体育与健康	语文	艺术·美术	校本课程
	13：35-13：40	眼操				
	13：40-13：50	课间				
第六节	13：50-14：25	艺术·美术	语文	体育与健康	体育与健康	课后服务
	14：25-14：35	课间				
第七节	14：35-15：10	课后服务	课后服务	课后服务	道德与法治	课后服务
	15：10-15：30	课间				
	15：30-17：30	课后服务				
	17：30-18：00	课后服务（延时）				

备注：视实际情况按照《上海市义务教育课程实施办法》的要求动态调整。

启新小学 一2班 第十四周 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8：20-8：55	校本课程	语文	科学	语文	语文
	8：55-9：05	课间				
第二节	9：05-9：40	科学	外语	语文	数学	外语
	9：40-9：45	眼操				
	9：45-10：20	课间体育大活动/升旗仪式				
第三节	10：20-10：55	语文	艺术·音乐	艺术·音乐	劳动	体育与健康
	10：55-11：05	课间				
第四节	11：05-11：40	数学	数学	综合实践活动	语文	道德与法治
	11：40-12：20	午餐				
	12：20-13：00	午休				
第五节	13：00-13：35	校本课程	体育与健康	语文	艺术·美术	校本课程
	13：35-13：40	眼操				
	13：40-13：50	课间				
第六节	13：50-14：25	艺术·美术	语文	体育与健康	体育与健康	课后服务
	14：25-14：35	课间				
第七节	14：35-15：10	课后服务	课后服务	课后服务	道德与法治	课后服务
	15：10-15：30	课间				
	15：30-17：30	课后服务				
	17：30-18：00	课后服务（延时）				

备注：视实际情况按照《上海市义务教育课程实施办法》的要求动态调整。

启新小学 一2班 第十五周 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8：20-8：55	校本课程	语文	科学	语文	语文
	8：55-9：05	课间				
第二节	9：05-9：40	科学	外语	语文	数学	外语
	9：40-9：45	眼操				
	9：45-10：20	课间体育大活动/升旗仪式				
第三节	10：20-10：55	语文	艺术·音乐	艺术·音乐	劳动	体育与健康
	10：55-11：05	课间				
第四节	11：05-11：40	数学	数学	综合实践活动	语文	道德与法治
	11：40-12：20	午餐				
	12：20-13：00	午休				
第五节	13：00-13：35	校本课程	体育与健康	语文	艺术·美术	校本课程
	13：35-13：40	眼操				
	13：40-13：50	课间				
第六节	13：50-14：25	艺术·美术	语文	体育与健康	体育与健康	课后服务
	14：25-14：35	课间				
第七节	14：35-15：10	课后服务	课后服务	课后服务	道德与法治	课后服务
	15：10-15：30	课间				
	15：30-17：30	课后服务				
	17：30-18：00	课后服务（延时）				

备注：视实际情况按照《上海市义务教育课程实施办法》的要求动态调整。

启新小学 一2班 第十六周 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8：20-8：55	校本课程	语文	科学	语文	冬 锻 节
	8：55-9：05	课间				
第二节	9：05-9：40	科学	外语	语文	数学	
	9：40-9：45	眼操				
	9：45-10：20	课间体育大活动/升旗仪式				
第三节	10：20-10：55	语文	艺术·音乐	艺术·音乐	劳动	
	10：55-11：05	课间				
第四节	11：05-11：40	数学	数学	综合实践活动	语文	
	11：40-12：20	午餐				
	12：20-13：00	午休				
第五节	13：00-13：35	校本课程	体育与健康	语文	艺术·美术	
	13：35-13：40	眼操				
	13：40-13：50	课间				
第六节	13：50-14：25	艺术·美术	语文	体育与健康	体育与健康	
	14：25-14：35	课间				
第七节	14：35-15：10	课后服务	课后服务	课后服务	道德与法治	
	15：10-15：30	课间				
	15：30-17：30	课后服务				
	17：30-18：00	课后服务（延时）				

备注：视实际情况按照《上海市义务教育课程实施办法》的要求动态调整。

启新小学 一2班 第十七周 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8：20-8：55	校本课程	语文	科学	语文	语文
	8：55-9：05	课间				
第二节	9：05-9：40	科学	外语	语文	数学	外语
	9：40-9：45	眼操				
	9：45-10：20	课间体育大活动/升旗仪式				
第三节	10：20-10：55	语文	艺术·音乐	艺术·音乐	劳动	体育与健康
	10：55-11：05	课间				
第四节	11：05-11：40	数学	数学	综合实践活动	语文	道德与法治
	11：40-12：20	午餐				
	12：20-13：00	午休				
第五节	13：00-13：35	校本课程	体育与健康	语文	艺术·美术	校本课程
	13：35-13：40	眼操				
	13：40-13：50	课间				
第六节	13：50-14：25	艺术·美术	语文	体育与健康	体育与健康	课后服务
	14：25-14：35	课间				
第七节	14：35-15：10	课后服务	课后服务	课后服务	道德与法治	课后服务
	15：10-15：30	课间				
	15：30-17：30	课后服务				
	17：30-18：00	课后服务（延时）				

备注：视实际情况按照《上海市义务教育课程实施办法》的要求动态调整。

启新小学 一2班 第十八周 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	
第一节	8：20-8：55	校本课程	迎新活动	元旦放假	语文	语文	
	8：55-9：05	课间			课间		
第二节	9：05-9：40	科学			数学	外语	
	9：40-9：45	眼操			眼操		
	9：45-10：20	课间体育大活动/升旗			课间体育大活动/升旗仪式		
第三节	10：20-10：55	语文			劳动	体育与健康	
	10：55-11：05	课间			课间		
第四节	11：05-11：40	数学			语文	道德与法治	
	11：40-12：20	午餐			午餐		
	12：20-13：00	午休			午休		
第五节	13：00-13：35	校本课程			艺术·美术	校本课程	
	13：35-13：40	眼操			眼操		
	13：40-13：50	课间			课间		
第六节	13：50-14：25	艺术·美术			体育与健康	课后服务	
	14：25-14：35	课间			课间		
第七节	14：35-15：10	课后服务			道德与法治	课后服务	
	15：10-15：30	课间			课间		
	15：30-17：30	课后服务			课后服务		
	17：30-18：00	课后服务（延时）			课后服务（延时）		

备注：视实际情况按照《上海市义务教育课程实施办法》的要求动态调整。

启新小学 一2班 第十九周 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8：20-8：55	校本课程	语文	科学	语文	语文
	8：55-9：05	课间				
第二节	9：05-9：40	科学	外语	语文	数学	外语
	9：40-9：45	眼操				
	9：45-10：20	课间体育大活动/升旗仪式				
第三节	10：20-10：55	语文	艺术·音乐	艺术·音乐	劳动	体育与健康
	10：55-11：05	课间				
第四节	11：05-11：40	数学	数学	综合实践活动	语文	道德与法治
	11：40-12：20	午餐				
	12：20-13：00	午休				
第五节	13：00-13：35	校本课程	体育与健康	语文	艺术·美术	校本课程
	13：35-13：40	眼操				
	13：40-13：50	课间				
第六节	13：50-14：25	艺术·美术	语文	体育与健康	体育与健康	课后服务
	14：25-14：35	课间				
第七节	14：35-15：10	课后服务	课后服务	课后服务	道德与法治	课后服务
	15：10-15：30	课间				
	15：30-17：30	课后服务				
	17：30-18：00	课后服务（延时）				

备注：视实际情况按照《上海市义务教育课程实施办法》的要求动态调整。

启新小学 一2班 第二十周 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8：20-8：55	校本课程	语文	好少年事迹宣讲活动	寒假生活指导	休业式
	8：55-9：05	课间				
第二节	9：05-9：40	科学	外语			
	9：40-9：45	眼操				
	9：45-10：20	课间体育大活动/升旗仪式				
第三节	10：20-10：55	语文	艺术·音乐			
	10：55-11：05	课间				
第四节	11：05-11：40	数学	数学			
	11：40-12：20	午餐				
	12：20-13：00	午休				
第五节	13：00-13：35	校本课程	体育与健康			
	13：35-13：40	眼操				
	13：40-13：50	课间				
第六节	13：50-14：25	艺术·美术	语文			
	14：25-14：35	课间				
第七节	14：35-15：10	课后服务	课后服务			
	15：10-15：30	课间				
	15：30-17：30	课后服务				
	17：30-18：00	课后服务（延时）				

备注：视实际情况按照《上海市义务教育课程实施办法》的要求动态调整。