

上海市徐汇区启新小学 一3班周课表

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2025年秋季学期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 一3班 第1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	英语	数学	数学	体育与健康
	8：55-9：05	课间活动				
第二节	9：05-9：40	艺术音乐	体育与健康	语文	语文	艺术美术
	9：40-10：20	升旗仪式/课间大活动（眼操 体育活动）				
第三节	10：20-10：55	英语	语文	语文	劳动	语文
	10：55-11：05	课间活动				
第四节	11：05-11：40	语文	数学	校本课程	语文	艺术音乐
	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	体育与健康	道德与法治	校本课程
	13：35-13：45	课间活动				
第六节	13：45-14：20	艺术美术	科学	科学	综合实践活动	课后服务
	14：20-14：40	课间活动（眼操 室内操）				
第七节	14：40-15：15	课后服务	课后服务	道法	课后服务	课后服务
	15：15-15：30	课间活动				
	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 一3班 第2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	英语	数学	数学	体育与健康
	8：55-9：05	课间活动				
第二节	9：05-9：40	艺术音乐	体育与健康	语文	语文	艺术美术
	9：40-10：20	升旗仪式/课间大活动（眼操 体育活动）				
第三节	10：20-10：55	英语	语文	语文	劳动	语文
	10：55-11：05	课间活动				
第四节	11：05-11：40	语文	数学	校本课程	语文	艺术音乐
	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	体育与健康	道德与法治	校本课程
	13：35-13：45	课间活动				
第六节	13：45-14：20	艺术美术	科学	科学	综合实践活动	课后服务
	14：20-14：40	课间活动（眼操 室内操）				
第七节	14：40-15：15	课后服务	课后服务	道法	课后服务	课后服务
	15：15-15：30	课间活动				
	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 一3班 第3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	英语	数学	数学	体育与健康
	8：55-9：05	课间活动				
第二节	9：05-9：40	艺术音乐	体育与健康	语文	语文	艺术美术
	9：40-10：20	升旗仪式/课间大活动（眼操 体育活动）				
第三节	10：20-10：55	英语	语文	语文	劳动	语文
	10：55-11：05	课间活动				
第四节	11：05-11：40	语文	数学	校本课程	语文	艺术音乐
	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	体育与健康	道德与法治	校本课程
	13：35-13：45	课间活动				
第六节	13：45-14：20	艺术美术	科学	科学	综合实践活动	课后服务
	14：20-14：40	课间活动（眼操 室内操）				
第七节	14：40-15：15	课后服务	课后服务	道法	课后服务	课后服务
	15：15-15：30	课间活动				
	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 一4班 第4周 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期日
第一节	8：20-8：55	校本课程	英语	数学	数学	体育与健康	英语
	8：55-9：05	课间活动					
第二节	9：05-9：40	艺术音乐	体育与健康	语文	语文	艺术美术	体育与健康
	9：40-10：20	升旗仪式/课间大活动（眼操 体育活动）					
第三节	10：20-10：55	英语	语文	语文	劳动	语文	语文
	10：55-11：05	课间活动					
第四节	11：05-11：40	语文	数学	校本课程	语文	艺术音乐	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	乐动比赛日	道德与法治	校本课程	语文
	13：35-13：45	课间活动			课间活动		
第六节	13：45-14：20	艺术美术	科学		综合实践活动	课后服务	科学
	14：20-14：40	课间活动（眼操 室内操）			课间活动（眼操 室内操）		
第七节	14：40-15：15	课后服务	课后服务		课后服务	课后服务	课后服务
	15：15-15：30	课间活动					
	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 一3班 第5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	英语	迎国庆爱国主义专题活动	国庆放假	国庆放假
	8：55-9：05	课间活动				
第二节	9：05-9：40	艺术音乐	体育与健康			
	9：40-10：20	大/课间大活动（眼操 体操）				
第三节	10：20-10：55	英语	语文			
	10：55-11：05	课间活动				
第四节	11：05-11：40	语文	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	自主活动	国庆放假	国庆放假
	13：35-13：45	课间活动				
第六节	13：45-14：20	艺术美术	科学			
	14：20-14：40	课间活动（眼操 室内操）				
第七节	14：40-15：15	课后服务	课后服务			
	15：15-15：30	课间活动				
	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 一3班 第6周 课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
第一节	8：20-8：55	国庆放假	国庆放假	国庆放假	数学	体育与健康	数学
	8：55-9：05				课间活动		
第二节	9：05-9：40				语文	艺术美术	语文
	9：40-10：20				升旗仪式/课间大活动（眼操 体育活动）		
第三节	10：20-10：55				劳动	语文	语文
	10：55-11：05				课间活动		
第四节	11：05-11：40				语文	艺术音乐	校本课程
	11：40-12：20				午餐		
	12：20-13：00				午休		
第五节	13：00-13：35				道德与法治	校本课程	入学典礼
	13：35-13：45				课间活动		
第六节	13：45-14：20				综合实践活动	课后服务	
	14：20-14：40				课间活动（眼操 室内操）		
第七节	14：40-15：15				课后服务	课后服务	
	15：15-15：30				课间活动		
	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 一3班 第7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	英语	数学	数学	社会实践活动
	8：55-9：05	课间活动				
第二节	9：05-9：40	艺术音乐	体育与健康	语文	语文	
	9：40-10：20	升旗仪式/课间大活动（眼操 体育活动）				
第三节	10：20-10：55	英语	语文	语文	劳动	
	10：55-11：05	课间活动				
第四节	11：05-11：40	语文	数学	校本课程	语文	
	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	体育与健康	道德与法治	
	13：35-13：45	课间活动				
第六节	13：45-14：20	艺术美术	科学	科学	综合实践活动	
	14：20-14：40	课间活动（眼操 室内操）				
第七节	14：40-15：15	课后服务	课后服务	道法	课后服务	
	15：15-15：30	课间活动				
	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 一3班 第8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	英语	数学	数学	体育与健康
	8：55-9：05	课间活动				
第二节	9：05-9：40	艺术音乐	体育与健康	语文	语文	艺术美术
	9：40-10：20	升旗仪式/课间大活动（眼操 体育活动）				
第三节	10：20-10：55	英语	语文	语文	劳动	语文
	10：55-11：05	课间活动				
第四节	11：05-11：40	语文	数学	校本课程	语文	艺术音乐
	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	体育与健康	道德与法治	校本课程
	13：35-13：45	课间活动				
第六节	13：45-14：20	艺术美术	科学	科学	综合实践活动	课后服务
	14：20-14：40	课间活动（眼操 室内操）				
第七节	14：40-15：15	课后服务	课后服务	道法	课后服务	课后服务
	15：15-15：30	课间活动				
	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 一3班 第9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	英语	数学	数学	体育与健康
	8：55-9：05	课间活动				
第二节	9：05-9：40	艺术音乐	体育与健康	语文	语文	艺术美术
	9：40-10：20	升旗仪式/课间大活动（眼操 体育活动）				
第三节	10：20-10：55	英语	语文	语文	劳动	语文
	10：55-11：05	课间活动				
第四节	11：05-11：40	语文	数学	校本课程	语文	艺术音乐
	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	乐动比赛日	道德与法治	校本课程
	13：35-13：45	课间活动			课间活动	
第六节	13：45-14：20	艺术美术	科学		综合实践活动	课后服务
	14：20-14：40	课间活动（眼操 室内操			课间活动（眼操 室内操	
第七节	14：40-15：15	课后服务	课后服务		课后服务	课后服务
	15：15-15：30	课间活动				
	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 一3班 第10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	英语	数学	数学	体育与健康
	8：55-9：05	课间活动				
第二节	9：05-9：40	艺术音乐	体育与健康	语文	语文	艺术美术
	9：40-10：20	升旗仪式/课间大活动（眼操 体育活动）				
第三节	10：20-10：55	英语	语文	语文	劳动	语文
	10：55-11：05	课间活动				
第四节	11：05-11：40	语文	数学	校本课程	语文	艺术音乐
	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	体育与健康	道德与法治	校本课程
	13：35-13：45	课间活动				
第六节	13：45-14：20	艺术美术	科学	科学	综合实践活动	课后服务
	14：20-14：40	课间活动（眼操 室内操）				
第七节	14：40-15：15	课后服务	课后服务	道法	课后服务	课后服务
	15：15-15：30	课间活动				
	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 一3班 第11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	英语	数学	数学	科技节活动
	8：55-9：05	课间活动				
第二节	9：05-9：40	艺术音乐	体育与健康	语文	语文	
	9：40-10：20	升旗仪式/课间大活动（眼操 体育活动）				
第三节	10：20-10：55	英语	语文	语文	劳动	
	10：55-11：05	课间活动				
第四节	11：05-11：40	语文	数学	校本课程	语文	
	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	体育与健康	道德与法治	
	13：35-13：45	课间活动				
第六节	13：45-14：20	艺术美术	科学	科学	综合实践活动	
	14：20-14：40	课间活动（眼操 室内操）				
第七节	14：40-15：15	课后服务	课后服务	道法	课后服务	
	15：15-15：30	课间活动				
	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 一3班 第12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	英语	数学	数学	体育与健康
	8：55-9：05	课间活动				
第二节	9：05-9：40	艺术音乐	体育与健康	语文	语文	艺术美术
	9：40-10：20	升旗仪式/课间大活动（眼操 体育活动）				
第三节	10：20-10：55	英语	语文	语文	劳动	语文
	10：55-11：05	课间活动				
第四节	11：05-11：40	语文	数学	校本课程	语文	艺术音乐
	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	体育与健康	道德与法治	校本课程
	13：35-13：45	课间活动				
第六节	13：45-14：20	艺术美术	科学	科学	综合实践活动	课后服务
	14：20-14：40	课间活动（眼操 室内操）				
第七节	14：40-15：15	课后服务	课后服务	道法	课后服务	课后服务
	15：15-15：30	课间活动				
	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 一3班 第13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	英语	数学	数学	体育与健康
	8：55-9：05	课间活动				
第二节	9：05-9：40	艺术音乐	体育与健康	语文	语文	艺术美术
	9：40-10：20	升旗仪式/课间大活动（眼操 体育活动）				
第三节	10：20-10：55	英语	语文	语文	劳动	语文
	10：55-11：05	课间活动				
第四节	11：05-11：40	语文	数学	校本课程	语文	艺术音乐
	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	乐动比赛日	道德与法治	校本课程
	13：35-13：45	课间活动			课间活动	
第六节	13：45-14：20	艺术美术	科学		综合实践活动	课后服务
	14：20-14：40	课间活动（眼操 室内操）			课间活动（眼操 室内操）	
第七节	14：40-15：15	课后服务	课后服务		课后服务	课后服务
	15：15-15：30	课间活动				
	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 一3班 第14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	英语	数学	数学	体育与健康
	8：55-9：05	课间活动				
第二节	9：05-9：40	艺术音乐	体育与健康	语文	语文	艺术美术
	9：40-10：20	升旗仪式/课间大活动（眼操 体育活动）				
第三节	10：20-10：55	英语	语文	语文	劳动	语文
	10：55-11：05	课间活动				
第四节	11：05-11：40	语文	数学	校本课程	语文	艺术音乐
	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	体育与健康	道德与法治	校本课程
	13：35-13：45	课间活动				
第六节	13：45-14：20	艺术美术	科学	科学	综合实践活动	课后服务
	14：20-14：40	课间活动（眼操 室内操）				
第七节	14：40-15：15	课后服务	课后服务	道法	课后服务	课后服务
	15：15-15：30	课间活动				
	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 一3班 第15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	英语	数学	数学	体育与健康
	8：55-9：05	课间活动				
第二节	9：05-9：40	艺术音乐	体育与健康	语文	语文	艺术美术
	9：40-10：20	升旗仪式/课间大活动（眼操 体育活动）				
第三节	10：20-10：55	英语	语文	语文	劳动	语文
	10：55-11：05	课间活动				
第四节	11：05-11：40	语文	数学	校本课程	语文	艺术音乐
	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	体育与健康	道德与法治	校本课程
	13：35-13：45	课间活动				
第六节	13：45-14：20	艺术美术	科学	科学	综合实践活动	课后服务
	14：20-14：40	课间活动（眼操 室内操）				
第七节	14：40-15：15	课后服务	课后服务	道法	课后服务	课后服务
	15：15-15：30	课间活动				
	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 一3班 第16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	英语	数学	数学	体育与健康
	8：55-9：05	课间活动				
第二节	9：05-9：40	艺术音乐	体育与健康	语文	语文	艺术美术
	9：40-10：20	升旗仪式/课间大活动（眼操 体育活动）				
第三节	10：20-10：55	英语	语文	语文	劳动	语文
	10：55-11：05	课间活动				
第四节	11：05-11：40	语文	数学	校本课程	语文	艺术音乐
	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	体育与健康	道德与法治	校本课程
	13：35-13：45	课间活动				
第六节	13：45-14：20	艺术美术	科学	科学	综合实践活动	课后服务
	14：20-14：40	课间活动（眼操 室内操）				
第七节	14：40-15：15	课后服务	课后服务	道法	课后服务	课后服务
	15：15-15：30	课间活动				
	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 一3班 第17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	英语	数学	数学	体育与健康
	8：55-9：05	课间活动				
第二节	9：05-9：40	艺术音乐	体育与健康	语文	语文	艺术美术
	9：40-10：20	升旗仪式/课间大活动（眼操 体育活动）				
第三节	10：20-10：55	英语	语文	语文	劳动	语文
	10：55-11：05	课间活动				
第四节	11：05-11：40	语文	数学	校本课程	语文	艺术音乐
	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	乐动比赛日	道德与法治	校本课程
	13：35-13：45	课间活动			课间活动	
第六节	13：45-14：20	艺术美术	科学		综合实践活动	课后服务
	14：20-14：40	课间活动（眼操 室内操）			课间活动（眼操 室内操）	
第七节	14：40-15：15	课后服务	课后服务		课后服务	课后服务
	15：15-15：30	课间活动				
	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 一3班 第18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	英语	迎新活动	元旦放假	体育与健康
	8：55-9：05	课间活动				课间活动
第二节	9：05-9：40	艺术音乐	体育与健康			艺术美术
	9：40-10：20	晨/课间大活动（眼操 体操）				升旗仪式/课间大活动
第三节	10：20-10：55	英语	语文			语文
	10：55-11：05	课间活动				课间活动
第四节	11：05-11：40	语文	数学			艺术音乐
	11：40-12：20	午餐				午餐
	12：20-13：00	午休				午休
第五节	13：00-13：35	体育与健康	语文	自主活动		兴趣拓展
	13：35-13：45	课间活动				课间活动
第六节	13：45-14：20	艺术美术	科学			课后服务
	14：20-14：40	晨/课间大活动（眼操 室内操）				课间活动（眼操）
第七节	14：40-15：15	课后服务	课后服务			课后服务
	15：15-15：30	课间活动				课间活动
	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 一3班 第19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	英语	数学	数学	冬 锻 节
	8：55-9：05	课间活动				
第二节	9：05-9：40	艺术音乐	体育与健康	语文	语文	
	9：40-10：20	升旗仪式/课间大活动（眼操 体育活动）				
第三节	10：20-10：55	英语	语文	语文	劳动	
	10：55-11：05	课间活动				
第四节	11：05-11：40	语文	数学	校本课程	语文	
	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	体育与健康	道德与法治	校本课程
	13：35-13：45	课间活动				
第六节	13：45-14：20	艺术美术	科学	科学	综合实践活动	课后服务
	14：20-14：40	课间活动（眼操 室内操）				
第七节	14：40-15：15	课后服务	课后服务	道法	课后服务	课后服务
	15：15-15：30	课间活动				
	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 一3班 第20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	英语	数学	数学	体育与健康
	8：55-9：05	课间活动				
第二节	9：05-9：40	艺术音乐	体育与健康	语文	语文	艺术美术
	9：40-10：20	升旗仪式/课间大活动（眼操 体育活动）				
第三节	10：20-10：55	英语	语文	语文	劳动	语文
	10：55-11：05	课间活动				
第四节	11：05-11：40	语文	数学	校本课程	语文	艺术音乐
	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	体育与健康	道德与法治	校本课程
	13：35-13：45	课间活动				
第六节	13：45-14：20	艺术美术	科学	科学	综合实践活动	课后服务
	14：20-14：40	课间活动（眼操 室内操）				
第七节	14：40-15：15	课后服务	课后服务	道法	课后服务	课后服务
	15：15-15：30	课间活动				
	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 一3班 第21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	英语	数学	数学	体育与健康
	8: 55-9: 05	课间活动				
第二节	9: 05-9: 40	艺术音乐	体育与健康	语文	语文	艺术美术
	9: 40-10: 20	升旗仪式/课间大活动（眼操 体育活动）				
第三节	10: 20-10: 55	英语	语文	语文	劳动	语文
	10: 55-11: 05	课间活动				
第四节	11: 05-11: 40	语文	数学	校本课程	语文	艺术音乐
	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	体育与健康	道德与法治	校本课程
	13: 35-13: 45	课间活动				
第六节	13: 45-14: 20	艺术美术	科学	科学	综合实践活动	课后服务
	14: 20-14: 40	课间活动（眼操 室内操）				
第七节	14: 40-15: 15	课后服务	课后服务	道法	课后服务	课后服务
	15: 15-15: 30	课间活动				
	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 一3班 第22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	英语	数学	数学	体育与健康
	8：55-9：05	课间活动				
第二节	9：05-9：40	艺术音乐	体育与健康	语文	语文	艺术美术
	9：40-10：20	升旗仪式/课间大活动（眼操 体育活动）				
第三节	10：20-10：55	英语	语文	语文	劳动	语文
	10：55-11：05	课间活动				
第四节	11：05-11：40	语文	数学	校本课程	语文	艺术音乐
	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	乐动比赛日	道德与法治	校本课程
	13：35-13：45	课间活动			课间活动	
第六节	13：45-14：20	艺术美术	科学		综合实践活动	课后服务
	14：20-14：40	课间活动（眼操 室内操			课间活动（眼操 室内操	
第七节	14：40-15：15	课后服务	课后服务		课后服务	课后服务
	15：15-15：30	课间活动				
	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。









