

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		课间大活动（眼操 体						
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						
	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				集仪式/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	
	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）				

科技节活动

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		/课间大活动（眼操 体			升旗仪式/ 课间大活
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			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	自主活动		课后服务
	14: 20-14: 40	课间活动（眼操 室内操				课间活动 (眼操)
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。

