

上海市徐汇区启新小学 三4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 三4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	班队活动	英语	语文	英语	数学
	8: 55-9: 05			课间活动		
第二节	9: 05-9: 40	语文	劳动	数学	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	校本课程	语文	道德与法治	自然	英语
	10: 55-11: 05			课间活动		
第四节	11: 05-11: 40	体育与健身	数学	自然	语文	音乐
	11: 40-12: 20			午餐		
	12: 20-13: 00			午休		
第五节	13: 00-13: 35	英语	体育与健身	体育与健身	综合实践活动	兴趣拓展
	13: 35-13: 45			课间活动		
第六节	13: 45-14: 20	数学	美术	信息科技	道德与法治	体育与健身
	14: 20-14: 40			课间活动（眼操 室内操）		
第七节	14: 40-15: 15	美术	音乐	体育活动	体育与健身	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 三4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	班队活动	英语	语文	英语	数学
	8: 55-9: 05			课间活动		
第二节	9: 05-9: 40	语文	劳动	数学	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	校本课程	语文	道德与法治	自然	英语
	10: 55-11: 05			课间活动		
第四节	11: 05-11: 40	体育与健身	数学	自然	语文	音乐
	11: 40-12: 20			午餐		
	12: 20-13: 00			午休		
第五节	13: 00-13: 35	英语	体育与健身	体育与健身	综合实践活动	兴趣拓展
	13: 35-13: 45			课间活动		
第六节	13: 45-14: 20	数学	美术	信息科技	道德与法治	体育与健身
	14: 20-14: 40			课间活动(眼操 室内操)		
第七节	14: 40-15: 15	美术	音乐	体育活动	体育与健身	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 三4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	班队活动	英语	语文	英语	数学
	8: 55-9: 05			课间活动		
第二节	9: 05-9: 40	语文	劳动	数学	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	校本课程	语文	道德与法治	自然	英语
	10: 55-11: 05			课间活动		
第四节	11: 05-11: 40	体育与健身	数学	自然	语文	音乐
	11: 40-12: 20			午餐		
	12: 20-13: 00			午休		
第五节	13: 00-13: 35	英语	体育与健身	体育与健身	综合实践活动	兴趣拓展
	13: 35-13: 45			课间活动		
第六节	13: 45-14: 20	数学	美术	信息科技	道德与法治	体育与健身
	14: 20-14: 40			课间活动（眼操 室内操）		
第七节	14: 40-15: 15	美术	音乐	体育活动	体育与健身	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 三4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	班队活动	英语	语文	英语	数学	英语	
	8: 55-9: 05	课间活动						
第二节	9: 05-9: 40	语文	劳动	数学	语文	语文	劳动	
	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	校本课程	语文	道德与法治	自然	英语	语文	
	10: 55-11: 05	课间活动						
第四节	11: 05-11: 40	体育与健身	数学	自然	语文	音乐	数学	
	11: 40-12: 20	午餐						
	12: 20-13: 00	午休						
第五节	13: 00-13: 35	英语	体育与健身	乐动比赛日	综合实践活动	兴趣拓展	体育与健身	
	13: 35-13: 45	课间活动			课间活动			
第六节	13: 45-14: 20	数学	美术		道德与法治	体育与健身	美术	
	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	美术	音乐		体育与健身	课后服务	音乐	
	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 三4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	班队活动	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	语文	劳动								
	9: 40-10: 20	课间大活动（眼操 体									
第三节	10: 20-10: 55	校本课程	语文								
	10: 55-11: 05	课间活动									
第四节	11: 05-11: 40	体育与健身	数学								
	11: 40-12: 20	午餐									
	12: 20-13: 00	午休									
第五节	13: 00-13: 35	英语	体育与健身								
	13: 35-13: 45	课间活动									
第六节	13: 45-14: 20	数学	美术	自主活动							
	14: 20-14: 40	课间活动（眼操 室内操									
第七节	14: 40-15: 15	美术	音乐								
	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 三4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	英语	数学	语文
	8: 55-9: 05				课间活动		
第二节	9: 05-9: 40				语文	语文	数学
	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				自然	英语	道德与法治
	10: 55-11: 05				课间活动		
第四节	11: 05-11: 40				语文	音乐	自然
	11: 40-12: 20				午餐		
	12: 20-13: 00				午休		
第五节	13: 00-13: 35				综合实践活动	兴趣拓展	体育与健身
	13: 35-13: 45				课间活动		
第六节	13: 45-14: 20				道德与法治	体育与健身	信息科技
	14: 20-14: 40				课间活动（眼操 室内操）		
第七节	14: 40-15: 15				体育与健身	课后服务	体育活动
	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 三4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	班队活动	英语	语文	英语	社会 实践 活动
	8: 55-9: 05			课间活动		
第二节	9: 05-9: 40	语文	劳动	数学	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	校本课程	语文	道德与法治	自然	
	10: 55-11: 05		课间活动			
第四节	11: 05-11: 40	体育与健身	数学	自然	语文	
	11: 40-12: 20		午餐			
	12: 20-13: 00		午休			
第五节	13: 00-13: 35	英语	体育与健身	体育与健身	综合实践活动	
	13: 35-13: 45		课间活动			
第六节	13: 45-14: 20	数学	美术	信息科技	道德与法治	
	14: 20-14: 40		课间活动(眼操 室内操)			
第七节	14: 40-15: 15	美术	音乐	体育活动	体育与健身	
	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 三4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	班队活动	英语	语文	英语	数学
	8: 55-9: 05			课间活动		
第二节	9: 05-9: 40	语文	劳动	数学	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	校本课程	语文	道德与法治	自然	英语
	10: 55-11: 05			课间活动		
第四节	11: 05-11: 40	体育与健身	数学	自然	语文	音乐
	11: 40-12: 20			午餐		
	12: 20-13: 00			午休		
第五节	13: 00-13: 35	英语	体育与健身	体育与健身	综合实践活动	兴趣拓展
	13: 35-13: 45			课间活动		
第六节	13: 45-14: 20	数学	美术	信息科技	道德与法治	体育与健身
	14: 20-14: 40			课间活动(眼操 室内操)		
第七节	14: 40-15: 15	美术	音乐	体育活动	体育与健身	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 三4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	班队活动	英语	语文	英语	数学
	8: 55-9: 05			课间活动		
第二节	9: 05-9: 40	语文	劳动	数学	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	校本课程	语文	道德与法治	自然	英语
	10: 55-11: 05			课间活动		
第四节	11: 05-11: 40	体育与健身	数学	自然	语文	音乐
	11: 40-12: 20			午餐		
	12: 20-13: 00			午休		
第五节	13: 00-13: 35	英语	体育与健身	乐动比赛日	综合实践活动	兴趣拓展
	13: 35-13: 45		课间活动		课间活动	
第六节	13: 45-14: 20	数学	美术		道德与法治	体育与健身
	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	美术	音乐		体育与健身	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 三4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	班队活动	英语	语文	英语	数学
	8: 55-9: 05			课间活动		
第二节	9: 05-9: 40	语文	劳动	数学	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	校本课程	语文	道德与法治	自然	英语
	10: 55-11: 05			课间活动		
第四节	11: 05-11: 40	体育与健身	数学	自然	语文	音乐
	11: 40-12: 20			午餐		
	12: 20-13: 00			午休		
第五节	13: 00-13: 35	英语	体育与健身	体育与健身	综合实践活动	兴趣拓展
	13: 35-13: 45			课间活动		
第六节	13: 45-14: 20	数学	美术	信息科技	道德与法治	体育与健身
	14: 20-14: 40			课间活动(眼操 室内操)		
第七节	14: 40-15: 15	美术	音乐	体育活动	体育与健身	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 三4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	班队活动	英语	语文	英语	科技节活动
	8: 55-9: 05			课间活动		
第二节	9: 05-9: 40	语文	劳动	数学	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	校本课程	语文	道德与法治	自然	
	10: 55-11: 05		课间活动			
第四节	11: 05-11: 40	体育与健身	数学	自然	语文	
	11: 40-12: 20		午餐			
	12: 20-13: 00		午休			
第五节	13: 00-13: 35	英语	体育与健身	体育与健身	综合实践活动	
	13: 35-13: 45		课间活动			
第六节	13: 45-14: 20	数学	美术	信息科技	道德与法治	
	14: 20-14: 40		课间活动(眼操 室内操)			
第七节	14: 40-15: 15	美术	音乐	体育活动	体育与健身	
	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 三4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	班队活动	英语	语文	英语	数学
	8: 55-9: 05			课间活动		
第二节	9: 05-9: 40	语文	劳动	数学	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	校本课程	语文	道德与法治	自然	英语
	10: 55-11: 05			课间活动		
第四节	11: 05-11: 40	体育与健身	数学	自然	语文	音乐
	11: 40-12: 20			午餐		
	12: 20-13: 00			午休		
第五节	13: 00-13: 35	英语	体育与健身	体育与健身	综合实践活动	兴趣拓展
	13: 35-13: 45			课间活动		
第六节	13: 45-14: 20	数学	美术	信息科技	道德与法治	体育与健身
	14: 20-14: 40			课间活动(眼操 室内操)		
第七节	14: 40-15: 15	美术	音乐	体育活动	体育与健身	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 三4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	班队活动	英语	语文	英语	数学
	8: 55-9: 05			课间活动		
第二节	9: 05-9: 40	语文	劳动	数学	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	校本课程	语文	道德与法治	自然	英语
	10: 55-11: 05			课间活动		
第四节	11: 05-11: 40	体育与健身	数学	自然	语文	音乐
	11: 40-12: 20			午餐		
	12: 20-13: 00			午休		
第五节	13: 00-13: 35	英语	体育与健身	乐动比赛日	综合实践活动	兴趣拓展
	13: 35-13: 45		课间活动		课间活动	
第六节	13: 45-14: 20	数学	美术		道德与法治	体育与健身
	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	美术	音乐		体育与健身	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 三4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	班队活动	英语	语文	英语	数学
	8: 55-9: 05			课间活动		
第二节	9: 05-9: 40	语文	劳动	数学	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	校本课程	语文	道德与法治	自然	英语
	10: 55-11: 05			课间活动		
第四节	11: 05-11: 40	体育与健身	数学	自然	语文	音乐
	11: 40-12: 20			午餐		
	12: 20-13: 00			午休		
第五节	13: 00-13: 35	英语	体育与健身	体育与健身	综合实践活动	兴趣拓展
	13: 35-13: 45			课间活动		
第六节	13: 45-14: 20	数学	美术	信息科技	道德与法治	体育与健身
	14: 20-14: 40			课间活动(眼操 室内操)		
第七节	14: 40-15: 15	美术	音乐	体育活动	体育与健身	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 三4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	班队活动	英语	语文	英语	数学
	8: 55-9: 05			课间活动		
第二节	9: 05-9: 40	语文	劳动	数学	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	校本课程	语文	道德与法治	自然	英语
	10: 55-11: 05			课间活动		
第四节	11: 05-11: 40	体育与健身	数学	自然	语文	音乐
	11: 40-12: 20			午餐		
	12: 20-13: 00			午休		
第五节	13: 00-13: 35	英语	体育与健身	体育与健身	综合实践活动	兴趣拓展
	13: 35-13: 45			课间活动		
第六节	13: 45-14: 20	数学	美术	信息科技	道德与法治	体育与健身
	14: 20-14: 40			课间活动（眼操 室内操）		
第七节	14: 40-15: 15	美术	音乐	体育活动	体育与健身	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 三4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	班队活动	英语	语文	英语	数学
	8: 55-9: 05			课间活动		
第二节	9: 05-9: 40	语文	劳动	数学	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	校本课程	语文	道德与法治	自然	英语
	10: 55-11: 05			课间活动		
第四节	11: 05-11: 40	体育与健身	数学	自然	语文	音乐
	11: 40-12: 20			午餐		
	12: 20-13: 00			午休		
第五节	13: 00-13: 35	英语	体育与健身	体育与健身	综合实践活动	十岁生日会
	13: 35-13: 45			课间活动		
第六节	13: 45-14: 20	数学	美术	信息科技	道德与法治	
	14: 20-14: 40			课间活动（眼操 室内操）		
第七节	14: 40-15: 15	美术	音乐	体育活动	体育与健身	
	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 三4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	班队活动	英语	语文	英语	数学
	8: 55-9: 05			课间活动		
第二节	9: 05-9: 40	语文	劳动	数学	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	校本课程	语文	道德与法治	自然	英语
	10: 55-11: 05			课间活动		
第四节	11: 05-11: 40	体育与健身	数学	自然	语文	音乐
	11: 40-12: 20			午餐		
	12: 20-13: 00			午休		
第五节	13: 00-13: 35	英语	体育与健身	乐动比赛日	综合实践活动	兴趣拓展
	13: 35-13: 45		课间活动		课间活动	
第六节	13: 45-14: 20	数学	美术		道德与法治	体育与健身
	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	美术	音乐		体育与健身	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 三4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	班队活动	英语	迎新活动	元旦放假	数学		
	8: 55-9: 05	课间活动				课间活动		
第二节	9: 05-9: 40	语文	劳动			语文		
	9: 40-10: 20	课间大活动（眼操 体				升旗仪式/ 课间大活动		
第三节	10: 20-10: 55	校本课程	语文			英语		
	10: 55-11: 05	课间活动				课间活动		
第四节	11: 05-11: 40	体育与健身	数学			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	英语	体育与健身			兴趣拓展		
	13: 35-13: 45	课间活动				课间活动		
第六节	13: 45-14: 20	数学	美术			体育与健身		
	14: 20-14: 40	课间活动（眼操 室内操				课间活动 (眼操 室)		
第七节	14: 40-15: 15	美术	音乐			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 三4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	班队活动	英语	语文	英语	冬锻节		
	8: 55-9: 05	课间活动						
第二节	9: 05-9: 40	语文	劳动	数学	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	校本课程	语文	道德与法治	自然			
	10: 55-11: 05	课间活动						
第四节	11: 05-11: 40	体育与健身	数学	自然	语文			
	11: 40-12: 20	午餐						
	12: 20-13: 00	午休						
第五节	13: 00-13: 35	英语	体育与健身	体育与健身	综合实践活动	兴趣拓展		
	13: 35-13: 45	课间活动						
第六节	13: 45-14: 20	数学	美术	信息科技	道德与法治	体育与健身		
	14: 20-14: 40	课间活动（眼操 室内操）						
第七节	14: 40-15: 15	美术	音乐	体育活动	体育与健身	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 三4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	班队活动	英语	语文	英语	数学
	8: 55-9: 05			课间活动		
第二节	9: 05-9: 40	语文	劳动	数学	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	校本课程	语文	道德与法治	自然	英语
	10: 55-11: 05			课间活动		
第四节	11: 05-11: 40	体育与健身	数学	自然	语文	音乐
	11: 40-12: 20			午餐		
	12: 20-13: 00			午休		
第五节	13: 00-13: 35	英语	体育与健身	体育与健身	综合实践活动	兴趣拓展
	13: 35-13: 45			课间活动		
第六节	13: 45-14: 20	数学	美术	信息科技	道德与法治	体育与健身
	14: 20-14: 40			课间活动(眼操 室内操)		
第七节	14: 40-15: 15	美术	音乐	体育活动	体育与健身	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 三4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	班队活动	英语	语文	英语	数学
	8: 55-9: 05			课间活动		
第二节	9: 05-9: 40	语文	劳动	数学	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	校本课程	语文	道德与法治	自然	英语
	10: 55-11: 05			课间活动		
第四节	11: 05-11: 40	体育与健身	数学	自然	语文	音乐
	11: 40-12: 20			午餐		
	12: 20-13: 00			午休		
第五节	13: 00-13: 35	英语	体育与健身	体育与健身	综合实践活动	兴趣拓展
	13: 35-13: 45			课间活动		
第六节	13: 45-14: 20	数学	美术	信息科技	道德与法治	体育与健身
	14: 20-14: 40			课间活动（眼操 室内操）		
第七节	14: 40-15: 15	美术	音乐	体育活动	体育与健身	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 三4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	班队活动	英语	语文	英语	数学
	8: 55-9: 05			课间活动		
第二节	9: 05-9: 40	语文	劳动	数学	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	校本课程	语文	道德与法治	自然	英语
	10: 55-11: 05			课间活动		
第四节	11: 05-11: 40	体育与健身	数学	自然	语文	音乐
	11: 40-12: 20			午餐		
	12: 20-13: 00			午休		
第五节	13: 00-13: 35	英语	体育与健身	乐动比赛日	综合实践活动	兴趣拓展
	13: 35-13: 45		课间活动		课间活动	
第六节	13: 45-14: 20	数学	美术		道德与法治	体育与健身
	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	美术	音乐		体育与健身	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。