

| 上海市徐汇区徐浦小学 五年级3班 |             |               |                 |                 |               |               |
|------------------|-------------|---------------|-----------------|-----------------|---------------|---------------|
|                  | 时 间         | 星期一           | 星期二             | 星期三             | 星期四           | 星期五           |
| 第一节              | 8:25~9:00   | 科学            | 外语              | 语文              | 语文            | 体育与健康         |
| 大课间              | 9:00~9:35   | 升旗仪式<br>大课间活动 | 升旗仪式<br>大课间活动   | 升旗仪式<br>大课间活动   | 升旗仪式<br>大课间活动 | 升旗仪式<br>大课间活动 |
| 第二节              | 9:35~10:10  | 数学            | 语文              | 外语              | 语文            | 科学            |
| 课间               | 10:10~10:25 | 课间休息          | 课间休息            | 课间休息            | 课间休息          | 课间休息          |
| 第三节              | 10:25~11:00 | 艺术美术          | 体育与健康           | 道德与法治           | 数学            | 语文            |
| 课间               | 11:00~11:15 | 眼保健操<br>课间休息  | 眼保健操<br>课间休息    | 眼保健操<br>课间休息    | 眼保健操<br>课间休息  | 眼保健操<br>课间休息  |
| 第四节              | 11:15~11:50 | 艺术美术          | 数学              | 语文              | 信息科技          | 数学            |
| 午餐               | 11:50~12:25 | 午 餐           | 午 餐             | 午 餐             | 午 餐           | 午 餐           |
| 午休               | 12:25~12:55 | 午休、午会         | 午休、午会           | 午休、午会           | 午休、午会         | 午休、午会         |
| 第五节              | 13:00~13:35 | 语文            | 语文              | 数学              | 劳动            | 外语            |
| 课间               | 13:35~13:50 | 眼保健操<br>课间休息  | 眼保健操<br>课间休息    | 眼保健操<br>课间休息    | 眼保健操<br>课间休息  | 眼保健操<br>课间休息  |
| 第六节              | 13:50~14:25 | 体育与健康         | 综合实践活动          | 校本课程（体<br>育与健康） | 艺术音乐          | 校本课程          |
| 课间               | 14:25~14:40 | 室内操<br>课间休息   | 室内操<br>课间休息     | 室内操<br>课间休息     | 室内操<br>课间休息   | 室内操<br>课间休息   |
| 第七节              | 14:40~15:15 | 道德与法治         | 道德与法治           | 艺术音乐            | 体育与健康         | 课后服务          |
| 课间               | 15:15~15:30 | 课间休息          | 课间休息            | 课间休息            | 课间休息          | 课后服务          |
| 课后服务             | 15:30~16:30 | 课后服务          | 课后服务<br>（体育活动课） | 课后服务<br>（体育活动课） | 课后服务          | 课后服务          |
| 课后服务             | 16:30~18:00 | 课后服务          | 课后服务            | 课后服务            | 课后服务          | 课后服务          |

备注：1. 第13周拟安排秋游  
2. 第14周拟安排半日主题活动  
3. 第15周拟安排冬季运动会  
4. 第5、9、13、18、20周拟安排乐动比赛日  
5. 第20周拟安排语文、数学考试

|  |                              |  |  |  |  |  |
|--|------------------------------|--|--|--|--|--|
|  |                              |  |  |  |  |  |
|  |                              |  |  |  |  |  |
|  | 举报电话：54822255*808            |  |  |  |  |  |
|  | 电子邮箱：xpxx_xinxgk@xhedu.sh.cn |  |  |  |  |  |
|  |                              |  |  |  |  |  |
|  |                              |  |  |  |  |  |