徐浦小学　三（3）班

第一周　　9.1-9.5

时间 \ 星期		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午	8:10～8:23	课前准备				
	第1节 8:25～9:00	数学	语文	自然	语文	语文
	9:00～9:33	学生大活动（周一升旗仪式、广播操）				
	第2节 9:35～10:10	语文	数学	体育与健康	英语	体育与健康
	10:10～10:22	课间休息				
	第3节 10:22～10:57	英语	英语	道德与法治	体育与健康	数学
	10:57～11:03	眼保健操				
	11:03～11:15	课间休息				
	第4节 11:15～11:50	校本课程	体育与健康	语文	数学	英语
中午	11:50～12:25	午餐				
	12:25～12:55	午休				
下午	第5节 13:00～13:35	自然	美术	信息	校本课程	校本课程
	13:36～ 13:42	眼保健操				
	13:42～ 13:54	课间休息				
	13:54～ 13:58	室内操				
	第6节 13:58～14:33	美术	道德与法治	写字	校本课程	校本课程
	14:33～14:53	课间体育活动				课后服务
	第7节 14:55～15:30	体育与健康	校本课程	音乐	音乐	
	15:30～17:30	课后服务				
	17:30～18:00	课后服务				

第二周　　9.8-9.12

时间 \ 星期		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午	8:10～8:23	课前准备				
	第1节 8:25～9:00	数学	语文	自然	语文	语文
	9:00～9:33	学生大活动（周一升旗仪式、广播操）				
	第2节 9:35～10:10	语文	数学	体育与健康	英语	体育与健康
	10:10～10:22	课间休息				
	第3节 10:22～10:57	英语	英语	道德与法治	体育与健康	数学
	10:57～11:03	眼保健操				
	11:03～11:15	课间休息				
	第4节 11:15～11:50	校本课程	体育与健康	语文	数学	英语
中午	11:50～12:25	午餐				
	12:25～12:55	午休				
下午	第5节 13:00～13:35	自然	美术	信息	校本课程	校本课程
	13:36～ 13:42	眼保健操				
	13:42～ 13:54	课间休息				
	13:54～ 13:58	室内操				
	第6节 13:58～14:33	美术	道德与法治	写字	校本课程	校本课程
	14:33～14:53	课间体育活动				课后服务
	第7节 14:55～15:30	体育与健康	校本课程	音乐	音乐	
	15:30～17:30	课后服务				
	17:30～18:00	课后服务				

第三周　　9.15-9.19

星期 时间		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午	8:10～8:23	课前准备				
	第1节 8:25～9:00	数学	语文	自然	语文	语文
	9:00～9:33	学生大活动（周一升旗仪式、广播操）				
	第2节 9:35～10:10	语文	数学	体育与健康	英语	体育与健康
	10:10～10:22	课间休息				
	第3节 10:22～10:57	英语	英语	道德与法治	体育与健康	数学
	10:57～11:03	眼保健操				
	11:03～11:15	课间休息				
	第4节 11:15～11:50	校本课程	体育与健康	语文	数学	英语
中午	11:50～12:25	午餐				
	12:25～12:55	午休				
下午	第5节 13:00～13:35	自然	美术	信息	校本课程	校本课程
	13:36～ 13:42	眼保健操				
	13:42～ 13:54	课间休息				
	13:54～ 13:58	室内操				
	第6节 13:58～14:33	美术	道德与法治	写字	校本课程	校本课程
	14:33～14:53	课间体育活动				课后服务
	第7节 14:55～15:30	体育与健康	校本课程	音乐	音乐	
	15:30～17:30	课后服务				
	17:30～18:00	课后服务				

第四周　　9.22-9.26

星期 时间		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午	8:10～8:23	课前准备				
	第1节 8:25～9:00	数学	语文	自然	语文	语文
	9:00～9:33	学生大活动（周一升旗仪式、广播操）				
	第2节 9:35～10:10	语文	数学	体育与健康	英语	体育与健康
	10:10～10:22	课间休息				
	第3节 10:22～10:57	英语	英语	道德与法治	体育与健康	数学
	10:57～11:03	眼保健操				
	11:03～11:15	课间休息				
	第4节 11:15～11:50	校本课程	体育与健康	语文	数学	英语
中午	11:50～12:25	午餐				
	12:25～12:55	午休				
下午	第5节 13:00～13:35	自然	美术	信息	校本课程	校本课程
	13:36～ 13:42	眼保健操				
	13:42～ 13:54	课间休息				
	13:54～ 13:58	室内操				
	第6节 13:58～14:33	美术	道德与法治	写字	校本课程	校本课程
	14:33～14:53	课间体育活动				课后服务
	第7节 14:55～15:30	体育与健康	校本课程	音乐	音乐	
	15:30～17:30	课后服务				
	17:30～18:00	课后服务				

第五周　　9.28-9.30　　（9.28为国庆调休上课，10.1-10.8国庆放假。）

星期 时间		星期日	星期一	星期二
上午	8:10～8:23	课前准备		
	第1节 8:25～9:00	语文	数学	语文
	9:00～9:33	学生大活动（周一升旗仪式、广播操）		
	第2节 9:35～10:10	体育与健康	语文	数学
	10:10～10:22	课间休息		
	第3节 10:22～10:57	英语	英语	英语
	10:57～11:03	眼保健操		
	11:03～11:15	课间休息		
	第4节 11:15～11:50	体育与健康	校本课程	体育与健康
中午	11:50～12:25	午餐		
	12:25～12:55	午休		
下午	第5节 13:00～13:35	美术	自然	美术
	13:36～ 13:42	眼保健操		
	13:42～ 13:54	课间休息		
	13:54～ 13:58	室内操		
	第6节 13:58～14:33	道德与法治	美术	道德与法治
	14:33～14:53	课间体育活动		
	第7节 14:55～15:30	校本课程	体育与健康	校本课程
	15:30～17:30	课后服务		
	17:30～18:00	课后服务		

第六周　　10.9-10.11　　（10.1-10.8国庆放假，10.11为国庆调休上课。）

时间 \ 星期		星期四	星期五	星期六
上午	8:10～8:23	课前准备		
	第1节 8:25～9:00	语文	语文	自然
	9:00～9:33	学生大活动（周一升旗仪式、广播操）		
	第2节 9:35～10:10	英语	体育与健康	体育与健康
	10:10～10:22	课间休息		
	第3节 10:22～10:57	体育与健康	数学	道德与法治
	10:57～11:03	眼保健操		
	11:03～11:15	课间休息		
	第4节 11:15～11:50	数学	英语	语文
中午	11:50～12:25	午餐		
	12:25～12:55	午休		
下午	第5节 13:00～13:35	校本课程	校本课程	信息
	13:36～ 13:42	眼保健操		
	13:42～ 13:54	课间休息		
	13:54～ 13:58	室内操		
	第6节 13:58～14:33	校本课程	校本课程	写字
	14:33～14:53	课间体育活动	课后服务	课间体育活动
	第7节 14:55～15:30	音乐	课后服务	音乐
	15:30～17:30	课后服务		
	17:30～18:00	课后服务		

第七周　　10.13-10.17

时间 \ 星期		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午	8:10～8:23	课前准备				
	第1节 8:25～9:00	数学	语文	自然	语文	语文
	9:00～9:33	学生大活动（周一升旗仪式、广播操）				
	第2节 9:35～10:10	语文	数学	体育与健康	英语	体育与健康
	10:10～10:22	课间休息				
	第3节 10:22～10:57	英语	英语	道德与法治	体育与健康	数学
	10:57～11:03	眼保健操				
	11:03～11:15	课间休息				
	第4节 11:15～11:50	校本课程	体育与健康	语文	数学	英语
中午	11:50～12:25	午餐				
	12:25～12:55	午休				
下午	第5节 13:00～13:35	自然	美术	信息	校本课程	校本课程
	13:36～ 13:42	眼保健操				
	13:42～ 13:54	课间休息				
	13:54～ 13:58	室内操				
	第6节 13:58～14:33	美术	道德与法治	写字	校本课程	校本课程
	14:33～14:53	课间体育活动				课后服务
	第7节 14:55～15:30	体育与健康	校本课程	音乐	音乐	
	15:30～17:30	课后服务				
	17:30～18:00	课后服务				

第八周　　10.20-10.24

星期 时间		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午	8:10～8:23	课前准备				
	第1节 8:25～9:00	数学	语文	自然	语文	语文
	9:00～9:33	学生大活动（周一升旗仪式、广播操）				
	第2节 9:35～10:10	语文	数学	体育与健康	英语	体育与健康
	10:10～10:22	课间休息				
	第3节 10:22～10:57	英语	英语	道德与法治	体育与健康	数学
	10:57～11:03	眼保健操				
	11:03～11:15	课间休息				
	第4节 11:15～11:50	校本课程	体育与健康	语文	数学	英语
中午	11:50～12:25	午餐				
	12:25～12:55	午休				
下午	第5节 13:00～13:35	自然	美术	信息	校本课程	校本课程
	13:36～ 13:42	眼保健操				
	13:42～ 13:54	课间休息				
	13:54～ 13:58	室内操				
	第6节 13:58～14:33	美术	道德与法治	写字	校本课程	校本课程
	14:33～14:53	课间体育活动				课后服务
	第7节 14:55～15:30	体育与健康	校本课程	音乐	音乐	
	15:30～17:30	课后服务				
	17:30～18:00	课后服务				

第九周　　10.27-10.31

星期 / 时间		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午	8:10～8:23	课前准备				
	第1节 8:25～9:00	数学	语文	自然	语文	语文
	9:00～9:33	学生大活动（周一升旗仪式、广播操）				
	第2节 9:35～10:10	语文	数学	体育与健康	英语	体育与健康
	10:10～10:22	课间休息				
	第3节 10:22～10:57	英语	英语	道德与法治	体育与健康	数学
	10:57～11:03	眼保健操				
	11:03～11:15	课间休息				
	第4节 11:15～11:50	校本课程	体育与健康	语文	数学	英语
中午	11:50～12:25	午餐				
	12:25～12:55	午休				
下午	第5节 13:00～13:35	自然	美术	信息	校本课程	校本课程
	13:36～ 13:42	眼保健操				
	13:42～ 13:54	课间休息				
	13:54～ 13:58	室内操				
	第6节 13:58～14:33	美术	道德与法治	写字	校本课程	校本课程
	14:33～14:53	课间体育活动				课后服务
	第7节 14:55～15:30	体育与健康	校本课程	音乐	音乐	
	15:30～17:30	课后服务				
	17:30～18:00	课后服务				

第十周　　11.3-11.7

时间 \ 星期		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午	8:10～8:23	课前准备				
	第1节 8:25～9:00	数学	语文	自然	语文	语文
	9:00～9:33	学生大活动（周一升旗仪式、广播操）				
	第2节 9:35～10:10	语文	数学	体育与健康	英语	体育与健康
	10:10～10:22	课间休息				
	第3节 10:22～10:57	英语	英语	道德与法治	体育与健康	数学
	10:57～11:03	眼保健操				
	11:03～11:15	课间休息				
	第4节 11:15～11:50	校本课程	体育与健康	语文	数学	英语
中午	11:50～12:25	午餐				
	12:25～12:55	午休				
下午	第5节 13:00～13:35	自然	美术	信息	校本课程	校本课程
	13:36～ 13:42	眼保健操				
	13:42～ 13:54	课间休息				
	13:54～ 13:58	室内操				
	第6节 13:58～14:33	美术	道德与法治	写字	校本课程	校本课程
	14:33～14:53	课间体育活动				课后服务
	第7节 14:55～15:30	体育与健康	校本课程	音乐	音乐	
	15:30～17:30	课后服务				
	17:30～18:00	课后服务				

第十一周　　11.10-11.14

时间 \ 星期		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午	8:10～8:23	课前准备				
	第1节 8:25～9:00	数学	语文	自然	语文	语文
	9:00～9:33	学生大活动（周一升旗仪式、广播操）				
	第2节 9:35～10:10	语文	数学	体育与健康	英语	体育与健康
	10:10～10:22	课间休息				
	第3节 10:22～10:57	英语	英语	道德与法治	体育与健康	数学
	10:57～11:03	眼保健操				
	11:03～11:15	课间休息				
	第4节 11:15～11:50	校本课程	体育与健康	语文	数学	英语
中午	11:50～12:25	午餐				
	12:25～12:55	午休				
下午	第5节 13:00～13:35	自然	美术	信息	校本课程	校本课程
	13:36～ 13:42	眼保健操				
	13:42～ 13:54	课间休息				
	13:54～ 13:58	室内操				
	第6节 13:58～14:33	美术	道德与法治	写字	校本课程	校本课程
	14:33～14:53	课间体育活动				课后服务
	第7节 14:55～15:30	体育与健康	校本课程	音乐	音乐	
	15:30～17:30	课后服务				
	17:30～18:00	课后服务				

第十二周　　11.17-11.21

时间 \ 星期		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午	8:10～8:23	课前准备				
	第1节 8:25～9:00	数学	语文	自然	语文	语文
	9:00～9:33	学生大活动（周一升旗仪式、广播操）				
	第2节 9:35～10:10	语文	数学	体育与健康	英语	体育与健康
	10:10～10:22	课间休息				
	第3节 10:22～10:57	英语	英语	道德与法治	体育与健康	数学
	10:57～11:03	眼保健操				
	11:03～11:15	课间休息				
	第4节 11:15～11:50	校本课程	体育与健康	语文	数学	英语
中午	11:50～12:25	午餐				
	12:25～12:55	午休				
下午	第5节 13:00～13:35	自然	美术	信息	校本课程	校本课程
	13:36～ 13:42	眼保健操				
	13:42～ 13:54	课间休息				
	13:54～ 13:58	室内操				
	第6节 13:58～14:33	美术	道德与法治	写字	校本课程	校本课程
	14:33～14:53	课间体育活动				课后服务
	第7节 14:55～15:30	体育与健康	校本课程	音乐	音乐	
	15:30～17:30	课后服务				
	17:30～18:00	课后服务				

第十三周　　11.24-11.28　　（11.28秋游）

星期 / 时间		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午	8:10～8:23	课前准备				秋游
	第1节 8:25～9:00	数学	语文	自然	语文	
	9:00～9:33	学生大活动（周一升旗仪式、广播操）				
	第2节 9:35～10:10	语文	数学	体育与健康	英语	
	10:10～10:22	课间休息				
	第3节 10:22～10:57	英语	英语	道德与法治	体育与健康	
	10:57～11:03	眼保健操				
	11:03～11:15	课间休息				
	第4节 11:15～11:50	校本课程	体育与健康	语文	数学	
中午	11:50～12:25	午餐				
	12:25～12:55	午休				
下午	第5节 13:00～13:35	自然	美术	信息	校本课程	
	13:36～ 13:42	眼保健操				
	13:42～ 13:54	课间休息				
	13:54～ 13:58	室内操				
	第6节 13:58～14:33	美术	道德与法治	写字	校本课程	
	14:33～14:53	课间体育活动				
	第7节 14:55～15:30	体育与健康	校本课程	音乐	音乐	
	15:30～17:30	课后服务				
	17:30～18:00	课后服务				

第十四周　　12.1-12.5

时间 \ 星期		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午	8:10～8:23	课前准备				
	第1节 8:25～9:00	数学	语文	自然	语文	语文
	9:00～9:33	学生大活动（周一升旗仪式、广播操）				
	第2节 9:35～10:10	语文	数学	体育与健康	英语	体育与健康
	10:10～10:22	课间休息				
	第3节 10:22～10:57	英语	英语	道德与法治	体育与健康	数学
	10:57～11:03	眼保健操				
	11:03～11:15	课间休息				
	第4节 11:15～11:50	校本课程	体育与健康	语文	数学	英语
中午	11:50～12:25	午餐				
	12:25～12:55	午休				
下午	第5节 13:00～13:35	自然	美术	信息	校本课程	校本课程
	13:36～ 13:42	眼保健操				
	13:42～ 13:54	课间休息				
	13:54～ 13:58	室内操				
	第6节 13:58～14:33	美术	道德与法治	写字	校本课程	校本课程
	14:33～14:53	课间体育活动				课后服务
	第7节 14:55～15:30	体育与健康	校本课程	音乐	音乐	
	15:30～17:30	课后服务				
	17:30～18:00	课后服务				

第十五周　　12.8-12。12

时间 \ 星期		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午	8:10～8:23	课前准备				
	第1节 8:25～9:00	数学	语文	自然	语文	语文
	9:00～9:33	学生大活动（周一升旗仪式、广播操）				
	第2节 9:35～10:10	语文	数学	体育与健康	英语	体育与健康
	10:10～10:22	课间休息				
	第3节 10:22～10:57	英语	英语	道德与法治	体育与健康	数学
	10:57～11:03	眼保健操				
	11:03～11:15	课间休息				
	第4节 11:15～11:50	校本课程	体育与健康	语文	数学	英语
中午	11:50～12:25	午餐				
	12:25～12:55	午休				
下午	第5节 13:00～13:35	自然	美术	信息	校本课程	校本课程
	13:36～ 13:42	眼保健操				
	13:42～ 13:54	课间休息				
	13:54～ 13:58	室内操				
	第6节 13:58～14:33	美术	道德与法治	写字	校本课程	校本课程
	14:33～14:53	课间体育活动				课后服务
	第7节 14:55～15:30	体育与健康	校本课程	音乐	音乐	
	15:30～17:30	课后服务				
	17:30～18:00	课后服务				

第十六周　　12.15-12.19

时间 \ 星期		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午	8:10～8:23	课前准备				
	第1节 8:25～9:00	数学	语文	自然	语文	语文
	9:00～9:33	学生大活动（周一升旗仪式、广播操）				
	第2节 9:35～10:10	语文	数学	体育与健康	英语	体育与健康
	10:10～10:22	课间休息				
	第3节 10:22～10:57	英语	英语	道德与法治	体育与健康	数学
	10:57～11:03	眼保健操				
	11:03～11:15	课间休息				
	第4节 11:15～11:50	校本课程	体育与健康	语文	数学	英语
中午	11:50～12:25	午餐				
	12:25～12:55	午休				
下午	第5节 13:00～13:35	自然	美术	信息	校本课程	校本课程
	13:36～ 13:42	眼保健操				
	13:42～ 13:54	课间休息				
	13:54～ 13:58	室内操				
	第6节 13:58～14:33	美术	道德与法治	写字	校本课程	校本课程
	14:33～14:53	课间体育活动				课后服务
	第7节 14:55～15:30	体育与健康	校本课程	音乐	音乐	
	15:30～17:30	课后服务				
	17:30～18:00	课后服务				

第十七周　　12.22-12.26

时间 \ 星期		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午	8:10～8:23	课前准备				
	第1节 8:25～9:00	数学	语文	自然	语文	语文
	9:00～9:33	学生大活动（周一升旗仪式、广播操）				
	第2节 9:35～10:10	语文	数学	体育与健康	英语	体育与健康
	10:10～10:22	课间休息				
	第3节 10:22～10:57	英语	英语	道德与法治	体育与健康	数学
	10:57～11:03	眼保健操				
	11:03～11:15	课间休息				
	第4节 11:15～11:50	校本课程	体育与健康	语文	数学	英语
中午	11:50～12:25	午餐				
	12:25～12:55	午休				
下午	第5节 13:00～13:35	自然	美术	信息	校本课程	校本课程
	13:36～ 13:42	眼保健操				
	13:42～ 13:54	课间休息				
	13:54～ 13:58	室内操				
	第6节 13:58～14:33	美术	道德与法治	写字	校本课程	校本课程
	14:33～14:53	课间体育活动				课后服务
	第7节 14:55～15:30	体育与健康	校本课程	音乐	音乐	
	15:30～17:30	课后服务				
	17:30～18:00	课后服务				

第十八周　　12.29-1.2　　（1.1元旦放假）

星期 时间		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午	8:10～8:23	课前准备			元旦	课前准备
	第1节 8:25～9:00	数学	语文	自然		语文
	9:00～9:33	学生大活动（周一升旗仪式、广播操）				学生大活动（周一升旗仪式、广播操）
	第2节 9:35～10:10	语文	数学	体育与健康		体育与健康
	10:10～10:22	课间休息				课间休息
	第3节 10:22～10:57	英语	英语	道德与法治		体育与健康
	10:57～11:03	眼保健操				眼保健操
	11:03～11:15	课间休息				课间休息
	第4节 11:15～11:50	校本课程	体育与健康	语文		英语
中午	11:50～12:25	午餐				午餐
	12:25～12:55	午休				午休
下午	第5节 13:00～13:35	自然	美术	信息		校本课程
	13:36～ 13:42	眼保健操				眼保健操
	13:42～ 13:54	课间休息				课间休息
	13:54～ 13:58	室内操				室内操
	第6节 13:58～14:33	美术	道德与法治	写字		校本课程
	14:33～14:53	课间体育活动				课后服务
	第7节 14:55～15:30	体育与健康	校本课程	音乐		
	15:30～17:30	课后服务				
	17:30～18:00	课后服务				

第十九周　　1.5-1.9

时间 \ 星期		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午	8:10～8:23	课前准备				
	第1节 8:25～9:00	数学	语文	自然	语文	语文
	9:00～9:33	学生大活动（周一升旗仪式、广播操）				
	第2节 9:35～10:10	语文	数学	体育与健康	英语	体育与健康
	10:10～10:22	课间休息				
	第3节 10:22～10:57	英语	英语	道德与法治	体育与健康	数学
	10:57～11:03	眼保健操				
	11:03～11:15	课间休息				
	第4节 11:15～11:50	校本课程	体育与健康	语文	数学	英语
中午	11:50～12:25	午餐				
	12:25～12:55	午休				
下午	第5节 13:00～13:35	自然	美术	信息	校本课程	校本课程
	13:36～ 13:42	眼保健操				
	13:42～ 13:54	课间休息				
	13:54～ 13:58	室内操				
	第6节 13:58～14:33	美术	道德与法治	写字	校本课程	校本课程
	14:33～14:53	课间体育活动				课后服务
	第7节 14:55～15:30	体育与健康	校本课程	音乐	音乐	
	15:30～17:30	课后服务				
	17:30～18:00	课后服务				

第二十周　　1.12-1.16

时间 \ 星期		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午	8:10～8:23	课前准备				
	第1节 8:25～9:00	数学	语文	自然	语文	语文
	9:00～9:33	学生大活动（周一升旗仪式、广播操）				
	第2节 9:35～10:10	语文	数学	体育与健康	英语	体育与健康
	10:10～10:22	课间休息				
	第3节 10:22～10:57	英语	英语	道德与法治	体育与健康	数学
	10:57～11:03	眼保健操				
	11:03～11:15	课间休息				
	第4节 11:15～11:50	校本课程	体育与健康	语文	数学	英语
中午	11:50～12:25	午餐				
	12:25～12:55	午休				
下午	第5节 13:00～13:35	自然	美术	信息	校本课程	校本课程
	13:36～ 13:42	眼保健操				
	13:42～ 13:54	课间休息				
	13:54～ 13:58	室内操				
	第6节 13:58～14:33	美术	道德与法治	写字	校本课程	校本课程
	14:33～14:53	课间体育活动				课后服务
	第7节 14:55～15:30	体育与健康	校本课程	音乐	音乐	
	15:30～17:30	课后服务				
	17:30～18:00	课后服务				

第二十一周　1.19-1.23　　（1.22教学质量检测）

时间 \ 星期		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午	8:10～8:23	课前准备				
	第1节 8:25～9:00	数学	语文	自然	教学质量检测	语文
	9:00～9:33	学生大活动（周一升旗仪式、广播操）				学生大活动（周一升旗仪式、广播操）
	第2节 9:35～10:10	语文	数学	体育与健康		体育与健康
	10:10～10:22	课间休息				课间休息
	第3节 10:22～10:57	英语	英语	道德与法治		体育与健康
	10:57～11:03	眼保健操				眼保健操
	11:03～11:15	课间休息				课间休息
	第4节 11:15～11:50	校本课程	体育与健康	语文		英语
中午	11:50～12:25	午餐				
	12:25～12:55	午休				
下午	第5节 13:00～13:35	数学	自然	校本课程	语文	校本课程
	13:36～ 13:42	眼保健操				
	13:42～ 13:54	课间休息				
	13:54～ 13:58	室内操				
	第6节 13:58～14:33	信息	英语	自然	美术	校本课程
	14:33～14:53	课间体育活动				课后服务
	第7节 14:55～15:30	美术	写字	体育与健康	体育与健康	
	15:30～17:30	课后服务				
	17:30～18:00	课后服务				

第二十二周　1.26-1.30　　（1.30休业式）

时间 \ 星期		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
上午	8:10～8:23	课前准备				休业式
	第1节 8:25～9:00	数学	语文	自然	语文	
	9:00～9:33	学生大活动（周一升旗仪式、广播操）				
	第2节 9:35～10:10	语文	数学	体育与健康	英语	
	10:10～10:22	课间休息				
	第3节 10:22～10:57	英语	英语	道德与法治	体育与健康	
	10:57～11:03	眼保健操				
	11:03～11:15	课间休息				
	第4节 11:15～11:50	校本课程	体育与健康	语文	数学	
中午	11:50～12:25	午餐				
	12:25～12:55	午休				
下午	第5节 13:00～13:35	自然	美术	信息	校本课程	
	13:36～ 13:42	眼保健操				
	13:42～ 13:54	课间休息				
	13:54～ 13:58	室内操				
	第6节 13:58～14:33	美术	道德与法治	写字	校本课程	
	14:33～14:53	课间体育活动				
	第7节 14:55～15:30	体育与健康	校本课程	音乐	音乐	
	15:30～17:30	课后服务				
	17:30～18:00	课后服务				

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