

徐浦小学 四（2）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
		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	语文	体育与健康	英语	语文	语文		
	8:25~9:00							
	9:00~9:33	学生大活动（周一升旗仪式、广播操）						
	第2节	英语	道德与法治	语文	道德与法治	数学		
	9:35~10:10							
	10:10~10:22	课间休息						
	第3节	数学	英语	信息	劳动	英语		
	10:22~10:57							
	10:57~11:03	眼保健操						
	11:03~11:15	课间休息						
	第4节	校本课程	数学	音乐	数学	体育与健康		
	11:15~11:50							
	11:50~12:25	午餐						
	12:25~12:55	午休						
	第5节	体育与健康	自然	数学	体育与健康	人工智能基础		
	13:00~13:35							
	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	写字	语文	体育与健康	英语	校本课程		
13:58~14:33								
14:33~14:53	课间体育活动							
第7节	道德与法治	美术	自然	音乐	课后服务			
14:55~15:30								
15:30~17:30	课后服务							
17:30~18:00	课后服务							

第二周 9.8-9.12

星期 时间		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	
		8:10~8:23	课前准备				
上 午	第1节 8:25~9:00	语文	体育与健康	英语	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	英语	道德与法治	语文	道德与法治	数学	
	10:10~10:22	课间休息					
	第3节 10:22~10:57	数学	英语	信息	劳动	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	校本课程	数学	音乐	数学	体育与健康	
	中午	11:50~12:25 午餐					
	12:25~12:55 午休						
	第5节 13:00~13:35	体育与健康	自然	数学	体育与健康	人工智能基础	
	13:36~13:42	眼保健操					
	13:42~13:54	课间休息					
	13:54~13:58	室内操					
	下 午	第6节 13:58~14:33	写字	语文	体育与健康	英语	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	道德与法治	美术	自然	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

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

第四周 9.22-9.26

时间 \ 星期		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
		8:10~8:23	课前准备			
上午	第1节 8:25~9:00	语文	体育与健康	英语	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	英语	道德与法治	语文	道德与法治	数学
	10:10~10:22	课间休息				
	第3节 10:22~10:57	数学	英语	信息	劳动	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	校本课程	数学	音乐	数学	体育与健康
	中午	11:50~12:25 午餐				
	12:25~12:55	午休				
	第5节 13:00~13:35	体育与健康	自然	数学	体育与健康	人工智能基础
	13:36~13:42	眼保健操				
	13:42~13:54	课间休息				
	下午	13:54~13:58	室内操			
第6节 13:58~14:33		写字	语文	体育与健康	英语	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		道德与法治	美术	自然	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。)

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

第八周 10.20-10.24

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

第九周 10.27-10.31

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

第十一周 11.10-11.14

星期 时间		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	
		8:10~8:23	课前准备				
上午	第1节 8:25~9:00	语文	体育与健康	英语	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	英语	道德与法治	语文	道德与法治	数学	
	10:10~10:22	课间休息					
	第3节 10:22~10:57	数学	英语	信息	劳动	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	校本课程	数学	音乐	数学	体育与健康	
	中午	11:50~12:25	午餐				
	12:25~12:55	午休					
	第5节 13:00~13:35	体育与健康	自然	数学	体育与健康	人工智能基础	
	13:36~13:42	眼保健操					
	13:42~13:54	课间休息					
	13:54~13:58	室内操					
下午	第6节 13:58~14:33	写字	语文	体育与健康	英语	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	道德与法治	美术	自然	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

星期 时间		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	
		8:10~8:23	课前准备				
上午	第1节 8:25~9:00	语文	体育与健康	英语	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	英语	道德与法治	语文	道德与法治	数学	
	10:10~10:22	课间休息					
	第3节 10:22~10:57	数学	英语	信息	劳动	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	校本课程	数学	音乐	数学	体育与健康	
	中午	11:50~12:25	午餐				
		12:25~12:55	午休				
		第5节 13:00~13:35	体育与健康	自然	数学	体育与健康	人工智能基础
	下午	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		写字	语文	体育与健康	英语	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		道德与法治	美术	自然	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		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	
时间	8:10~8:23	课前准备					秋游
	第1节 8:25~9:00	语文	体育与健康	英语	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	英语	道德与法治	语文	道德与法治		
	10:10~10:22	课间休息					
	第3节 10:22~10:57	数学	英语	信息	劳动		
	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	数学	音乐	数学		
	11:50~12:25	午餐					
	12:25~12:55	午休					
	第5节 13:00~13:35	体育与健康	自然	数学	体育与健康		
	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	写字	语文	体育与健康	英语		
	14:33~14:53	课间体育活动					
	第7节 14:55~15:30	道德与法治	美术	自然	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

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

第十五周 12.8-12.12

星期 时间		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
		8:10~8:23	课前准备			
上 午	第1节 8:25~9:00	语文	体育与健康	英语	语文	语文
	9:00~9:33	学生大活动（周一升旗仪式、广播操）				
上 午	第2节 9:35~10:10	英语	道德与法治	语文	道德与法治	数学
	10:10~10:22	课间休息				
上 午	第3节 10:22~10:57	数学	英语	信息	劳动	英语
	10:57~11:03	眼保健操				
中 午	11:03~11:15	课间休息				
	第4节 11:15~11:50	校本课程	数学	音乐	数学	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	体育与健康	自然	数学	体育与健康	人工智能基础
	13:36~13:42	眼保健操				
下 午	13:42~13:54	课间休息				
	13:54~13:58	室内操				
下 午	第6节 13:58~14:33	写字	语文	体育与健康	英语	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	道德与法治	美术	自然	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

星期 时间		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
		8:10~8:23	课前准备			
上	第1节 8:25~9:00	语文	体育与健康	英语	语文	语文
	9:00~9:33	学生大活动（周一升旗仪式、广播操）				
午	第2节 9:35~10:10	英语	道德与法治	语文	道德与法治	数学
	10:10~10:22	课间休息				
中	第3节 10:22~10:57	数学	英语	信息	劳动	英语
	10:57~11:03	眼保健操				
午	11:03~11:15	课间休息				
	第4节 11:15~11:50	校本课程	数学	音乐	数学	体育与健康
下	11:50~12:25	午餐				
	12:25~12:55	午休				
午	第5节 13:00~13:35	体育与健康	自然	数学	体育与健康	人工智能基础
	13:36~13:42	眼保健操				
下	13:42~13:54	课间休息				
	13:54~13:58	室内操				
午	第6节 13:58~14:33	写字	语文	体育与健康	英语	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	道德与法治	美术	自然	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

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

星期		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	
时间	8:10~8:23	课前准备					
	第1节 8:25~9:00	语文	体育与健康	英语	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	英语	道德与法治	语文		数学	
	10:10~10:22	课间休息				课间休息	
	第3节 10:22~10:57	数学	英语	信息		英语	
	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	数学	音乐		体育与健康	
	中午 11:50~12:25	午餐					
	12:25~12:55	午休					
	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休業式)

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

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