

课 程 表 一3班 第一周						
	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节课	8：20～8：55	数学	语文	英语	艺术·音乐	校本课程
大课间活动	8：56～9：26					
第二节课	9：26～10：01	校本课程	体育健康	语文	语文	语文
课间活动	10:01～10：13					
眼保健操	10：13～10：18					
第三节课	10：18～10：53	英语	数学	语文	语文	体育健康
课间活动	10：53～11:05					
第四节课	11：05～11：40	语文	艺术·美术	科学	艺术·美术	语文
午餐	11：40～12：10					
午间劳动	12：10～12：20					
午休与午间活动	12：20～12：55					
午会	12：55～13：10					
第五节课	13：10～13：45	体育健康	科学	数学	体育健康	体育活动
课间活动	13：45～13：57					
眼保健操	13：57～14：02					
第六节课	14：02～14：37	艺术·音乐	道法	体育健康	劳动	校本课程
课间活动	14：37～14：49					
室内操	14：49～14：54					
第七节课	14：54～15：29	体育活动	综合实践	课后服务	道法	课后服务
课后服务（1）	15:30～16：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
课后服务（2）	16：31～17：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
延时服务	17：31～18：00	延时服务				

备注：视实际情况按课程实施办法要求动态调整

课 程 表 一3班 第二周						
	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节课	8：20～8：55	数学	语文	英语	艺术·音乐	校本课程
大课间活动	8：56～9：26					
第二节课	9：26～10：01	校本课程	体育健康	语文	语文	语文
课间活动	10:01～10：13					
眼保健操	10：13～10：18					
第三节课	10：18～10：53	英语	数学	语文	语文	体育健康
课间活动	10：53～11:05					
第四节课	11：05～11：40	语文	艺术·美术	科学	艺术·美术	语文
午餐	11：40～12：10					
午间劳动	12：10～12：20					
午休与午间活动	12：20～12：55					
午会	12：55～13：10					
第五节课	13：10～13：45	体育健康	科学	数学	体育健康	体育活动
课间活动	13：45～13：57					
眼保健操	13：57～14：02					
第六节课	14：02～14：37	艺术·音乐	道法	体育健康	劳动	校本课程
课间活动	14：37～14：49					
室内操	14：49～14：54					
第七节课	14：54～15：29	体育活动	综合实践	课后服务	道法	课后服务
课后服务（1）	15:30～16：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
课后服务（2）	16：31～17：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
延时服务	17：31～18：00	延时服务				

备注：视实际情况按课程实施办法要求动态调整

课 程 表 一3班 第三周						
	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节课	8：20～8：55	数学	语文	英语	艺术·音乐	校本课程
大课间活动	8：56～9：26					
第二节课	9：26～10：01	校本课程	体育健康	语文	语文	语文
课间活动	10:01～10：13					
眼保健操	10：13～10：18					
第三节课	10：18～10：53	英语	数学	语文	语文	体育健康
课间活动	10：53～11:05					
第四节课	11：05～11：40	语文	艺术·美术	科学	艺术·美术	语文
午餐	11：40～12：10					
午间劳动	12：10～12：20					
午休与午间活动	12：20～12：55					
午会	12：55～13：10					
第五节课	13：10～13：45	体育健康	科学	数学	体育健康	体育活动
课间活动	13：45～13：57					
眼保健操	13：57～14：02					
第六节课	14：02～14：37	艺术·音乐	道法	体育健康	劳动	校本课程
课间活动	14：37～14：49					
室内操	14：49～14：54					
第七节课	14：54～15：29	体育活动	综合实践	课后服务	道法	课后服务
课后服务（1）	15:30～16：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
课后服务（2）	16：31～17：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
延时服务	17：31～18：00	延时服务				

备注：视实际情况按课程实施办法要求动态调整

课 程 表 一3班 第四周						
	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节课	8：20～8：55	数学	语文	英语	艺术·音乐	校本课程
大课间活动	8：56～9：26					
第二节课	9：26～10：01	校本课程	体育健康	语文	语文	语文
课间活动	10:01～10：13					
眼保健操	10：13～10：18					
第三节课	10：18～10：53	英语	数学	语文	语文	体育健康
课间活动	10：53～11:05					
第四节课	11：05～11：40	语文	艺术·美术	科学	艺术·美术	语文
午餐	11：40～12：10					
午间劳动	12：10～12：20					
午休与午间活动	12：20～12：55					
午会	12：55～13：10					
第五节课	13：10～13：45	体育健康	科学	数学	体育健康	体育活动
课间活动	13：45～13：57					
眼保健操	13：57～14：02					
第六节课	14：02～14：37	艺术·音乐	道法	体育健康	劳动	校本课程
课间活动	14：37～14：49					
室内操	14：49～14：54					
第七节课	14：54～15：29	体育活动	综合实践	课后服务	道法	课后服务
课后服务（1）	15:30～16：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
课后服务（2）	16：31～17：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
延时服务	17：31～18：00	延时服务				

备注：视实际情况按课程实施办法要求动态调整

课 程 表 一3班 第五周						
	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节课	8：20～8：55	数学	语文	英语	艺术·音乐	校本课程
大课间活动	8：56～9：26					
第二节课	9：26～10：01	校本课程	体育健康	语文	语文	语文
课间活动	10:01～10：13					
眼保健操	10：13～10：18					
第三节课	10：18～10：53	英语	数学	语文	语文	体育健康
课间活动	10：53～11:05					
第四节课	11：05～11：40	语文	艺术·美术	科学	艺术·美术	语文
午餐	11：40～12：10					
午间劳动	12：10～12：20					
午休与午间活动	12：20～12：55					
午会	12：55～13：10					
第五节课	13：10～13：45	体育健康	科学	数学	体育健康	体育活动
课间活动	13：45～13：57					
眼保健操	13：57～14：02					
第六节课	14：02～14：37	艺术·音乐	道法	体育健康	劳动	校本课程
课间活动	14：37～14：49					
室内操	14：49～14：54					
第七节课	14：54～15：29	体育活动	综合实践	课后服务	道法	课后服务
课后服务（1）	15:30～16：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
课后服务（2）	16：31～17：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
延时服务	17：31～18：00	延时服务				

备注：视实际情况按课程实施办法要求动态调整

课 程 表 一3班 第六周						
	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节课	8：20～8：55	数学	语文	英语	艺术·音乐	校本课程
大课间活动	8：56～9：26					
第二节课	9：26～10：01	校本课程	体育健康	语文	语文	语文
课间活动	10:01～10：13					
眼保健操	10：13～10：18					
第三节课	10：18～10：53	英语	数学	语文	语文	体育健康
课间活动	10：53～11:05					
第四节课	11：05～11：40	语文	艺术·美术	科学	艺术·美术	语文
午餐	11：40～12：10					
午间劳动	12：10～12：20					
午休与午间活动	12：20～12：55					
午会	12：55～13：10					
第五节课	13：10～13：45	体育健康	科学	数学	体育健康	体育活动
课间活动	13：45～13：57					
眼保健操	13：57～14：02					
第六节课	14：02～14：37	艺术·音乐	道法	体育健康	劳动	校本课程
课间活动	14：37～14：49					
室内操	14：49～14：54					
第七节课	14：54～15：29	体育活动	综合实践	课后服务	道法	课后服务
课后服务（1）	15:30～16：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
课后服务（2）	16：31～17：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
延时服务	17：31～18：00	延时服务				

备注：视实际情况按课程实施办法要求动态调整

课 程 表 一3班 第七周						
	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节课	8：20～8：55	数学	语文	英语	艺术·音乐	校本课程
大课间活动	8：56～9：26					
第二节课	9：26～10：01	校本课程	体育健康	语文	语文	语文
课间活动	10:01～10：13					
眼保健操	10：13～10：18					
第三节课	10：18～10：53	英语	数学	语文	语文	体育健康
课间活动	10：53～11:05					
第四节课	11：05～11：40	语文	艺术·美术	科学	艺术·美术	语文
午餐	11：40～12：10					
午间劳动	12：10～12：20					
午休与午间活动	12：20～12：55					
午会	12：55～13：10					
第五节课	13：10～13：45	体育健康	科学	数学	体育健康	体育活动
课间活动	13：45～13：57			社会实践活动		
眼保健操	13：57～14：02			社会实践活动		
第六节课	14：02～14：37	艺术·音乐	道法	社会实践活动	劳动	校本课程
课间活动	14：37～14：49			社会实践活动		
室内操	14：49～14：54			社会实践活动		
第七节课	14：54～15：29	体育活动	综合实践	社会实践活动	道法	课后服务
课后服务（1）	15:30～16：30	课后服务	课后服务	社会实践活动	课后服务	课后服务
课后服务（2）	16：31～17：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
延时服务	17：31～18：00	延时服务				

备注：视实际情况按课程实施办法要求动态调整

课 程 表 一3班 第八周						
	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节课	8：20～8：55	数学	语文	英语	艺术·音乐	校本课程
大课间活动	8：56～9：26					
第二节课	9：26～10：01	校本课程	体育健康	语文	语文	语文
课间活动	10:01～10：13					
眼保健操	10：13～10：18					
第三节课	10：18～10：53	英语	数学	语文	语文	体育健康
课间活动	10：53～11:05					
第四节课	11：05～11：40	语文	艺术·美术	科学	艺术·美术	语文
午餐	11：40～12：10					
午间劳动	12：10～12：20					
午休与午间活动	12：20～12：55					
午会	12：55～13：10					
第五节课	13：10～13：45	体育健康	科学	数学	体育健康	体育活动
课间活动	13：45～13：57					
眼保健操	13：57～14：02					
第六节课	14：02～14：37	艺术·音乐	道法	体育健康	劳动	校本课程
课间活动	14：37～14：49					
室内操	14：49～14：54					
第七节课	14：54～15：29	体育活动	综合实践	课后服务	道法	课后服务
课后服务（1）	15:30～16：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
课后服务（2）	16：31～17：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
延时服务	17：31～18：00	延时服务				

备注：视实际情况按课程实施办法要求动态调整

课 程 表						第九周
	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节课	8：20～8：55	数学	语文	英语	艺术·音乐	校本课程
大课间活动	8：56～9：26					
第二节课	9：26～10：01	校本课程	体育健康	语文	语文	语文
课间活动	10:01～10：13					
眼保健操	10：13～10：18					
第三节课	10：18～10：53	英语	数学	语文	语文	体育健康
课间活动	10：53～11:05					
第四节课	11：05～11：40	语文	艺术·美术	科学	艺术·美术	语文
午餐	11：40～12：10					
午间劳动	12：10～12：20					
午休与午间活动	12：20～12：55					
午会	12：55～13：10					
第五节课	13：10～13：45	体育健康	科学	数学	体育健康	体育活动
课间活动	13：45～13：57					
眼保健操	13：57～14：02					
第六节课	14：02～14：37	艺术·音乐	道法	体育健康	劳动	校本课程
课间活动	14：37～14：49					
室内操	14：49～14：54					
第七节课	14：54～15：29	体育活动	综合实践	课后服务	道法	课后服务
课后服务（1）	15:30～16：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
课后服务（2）	16：31～17：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
延时服务	17：31～18：00	延时服务				

备注：视实际情况按课程实施办法要求动态调整

课 程 表 一3班 第十周						
	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节课	8：20～8：55	数学	语文	英语	艺术·音乐	校本课程
大课间活动	8：56～9：26					
第二节课	9：26～10：01	校本课程	体育健康	语文	语文	语文
课间活动	10:01～10：13					
眼保健操	10：13～10：18					
第三节课	10：18～10：53	英语	数学	语文	语文	体育健康
课间活动	10：53～11:05					
第四节课	11：05～11：40	语文	艺术·美术	科学	艺术·美术	语文
午餐	11：40～12：10					
午间劳动	12：10～12：20					
午休与午间活动	12：20～12：55					
午会	12：55～13：10					
第五节课	13：10～13：45	体育健康	科学	数学	体育健康	体育活动
课间活动	13：45～13：57					
眼保健操	13：57～14：02					
第六节课	14：02～14：37	艺术·音乐	道法	体育健康	劳动	校本课程
课间活动	14：37～14：49					
室内操	14：49～14：54					
第七节课	14：54～15：29	体育活动	综合实践	课后服务	道法	课后服务
课后服务（1）	15:30～16：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
课后服务（2）	16：31～17：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
延时服务	17：31～18：00	延时服务				

备注：视实际情况按课程实施办法要求动态调整

课 程 表						
一3班				第十一周		
	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节课	8：20～8：55	数学	语文	英语	艺术·音乐	校本课程
大课间活动	8：56～9：26					
第二节课	9：26～10：01	校本课程	体育健康	语文	语文	语文
课间活动	10:01～10：13					
眼保健操	10：13～10：18					
第三节课	10：18～10：53	英语	数学	语文	语文	体育健康
课间活动	10：53～11:05					
第四节课	11：05～11：40	语文	艺术·美术	科学	艺术·美术	语文
午餐	11：40～12：10					
午间劳动	12：10～12：20					
午休与午间活动	12：20～12：55					
午会	12：55～13：10					
第五节课	13：10～13：45	体育健康	科学	数学	体育健康	体育活动
课间活动	13：45～13：57					
眼保健操	13：57～14：02					
第六节课	14：02～14：37	艺术·音乐	道法	体育健康	劳动	校本课程
课间活动	14：37～14：49					
室内操	14：49～14：54					
第七节课	14：54～15：29	体育活动	综合实践	课后服务	道法	课后服务
课后服务（1）	15:30～16：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
课后服务（2）	16：31～17：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
延时服务	17：31～18：00	延时服务				

备注：视实际情况按课程实施办法要求动态调整

课 程 表					—3班		第十二周	
	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五		
第一节课	8：20～8：55	数学	语文	英语	秋游	校本课程		
大课间活动	8：56～9：26							
第二节课	9：26～10：01	校本课程	体育健康	语文		语文		
课间活动	10:01～10：13							
眼保健操	10：13～10：18							
第三节课	10：18～10：53	英语	数学	语文		体育健康		
课间活动	10：53～11:05							
第四节课	11：05～11：40	语文	艺术·美术	科学		语文		
午餐	11：40～12：10							
午间劳动	12：10～12：20							
午休与午间活动	12：20～12：55							
午会	12：55～13：10							
第五节课	13：10～13：45	体育健康	科学	数学		体育活动		
课间活动	13：45～13：57							
眼保健操	13：57～14：02							
第六节课	14：02～14：37	艺术·音乐	道法	体育健康		校本课程		
课间活动	14：37～14：49							
室内操	14：49～14：54							
第七节课	14：54～15：29	体育活动	综合实践	课后服务		课后服务		
课后服务（1）	15:30～16：30	课后服务	课后服务	课后服务		课后服务		
课后服务（2）	16：31～17：30	课后服务	课后服务	课后服务		课后服务		
延时服务	17：31～18：00	延时服务						

备注：视实际情况按课程实施办法要求动态调整

课 程 表						
一3班				第十三周		
	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节课	8：20～8：55	数学	语文	英语	艺术·音乐	校本课程
大课间活动	8：56～9：26					
第二节课	9：26～10：01	校本课程	体育健康	语文	语文	语文
课间活动	10:01～10：13					
眼保健操	10：13～10：18					
第三节课	10：18～10：53	英语	数学	语文	语文	体育健康
课间活动	10：53～11:05					
第四节课	11：05～11：40	语文	艺术·美术	科学	艺术·美术	语文
午餐	11：40～12：10					
午间劳动	12：10～12：20					
午休与午间活动	12：20～12：55					
午会	12：55～13：10					
第五节课	13：10～13：45	体育健康	科学	数学	体育健康	体育活动
课间活动	13：45～13：57					
眼保健操	13：57～14：02					
第六节课	14：02～14：37	艺术·音乐	道法	体育健康	劳动	校本课程
课间活动	14：37～14：49					
室内操	14：49～14：54					
第七节课	14：54～15：29	体育活动	综合实践	课后服务	道法	课后服务
课后服务（1）	15:30～16：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
课后服务（2）	16：31～17：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
延时服务	17：31～18：00	延时服务				

备注：视实际情况按课程实施办法要求动态调整

课 程 表						
一3班				第十四周		
	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节课	8：20～8：55	数学	语文	英语	艺术·音乐	校本课程
大课间活动	8：56～9：26					
第二节课	9：26～10：01	校本课程	体育健康	语文	语文	语文
课间活动	10:01～10：13					
眼保健操	10：13～10：18					
第三节课	10：18～10：53	英语	数学	语文	语文	体育健康
课间活动	10：53～11:05					
第四节课	11：05～11：40	语文	艺术·美术	科学	艺术·美术	语文
午餐	11：40～12：10					
午间劳动	12：10～12：20					
午休与午间活动	12：20～12：55					
午会	12：55～13：10					
第五节课	13：10～13：45	体育健康	科学	数学	体育健康	体育活动
课间活动	13：45～13：57					
眼保健操	13：57～14：02					
第六节课	14：02～14：37	艺术·音乐	道法	体育健康	劳动	校本课程
课间活动	14：37～14：49					
室内操	14：49～14：54					
第七节课	14：54～15：29	体育活动	综合实践	课后服务	道法	课后服务
课后服务（1）	15:30～16：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
课后服务（2）	16：31～17：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
延时服务	17：31～18：00	延时服务				

备注：视实际情况按课程实施办法要求动态调整

课 程 表						
一3班				第十五周		
	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节课	8：20～8：55	数学	语文	英语	艺术·音乐	校本课程
大课间活动	8：56～9：26					
第二节课	9：26～10：01	校本课程	体育健康	语文	语文	语文
课间活动	10:01～10：13					
眼保健操	10：13～10：18					
第三节课	10：18～10：53	英语	数学	语文	语文	体育健康
课间活动	10：53～11:05					
第四节课	11：05～11：40	语文	艺术·美术	科学	艺术·美术	语文
午餐	11：40～12：10					
午间劳动	12：10～12：20					
午休与午间活动	12：20～12：55					
午会	12：55～13：10					
第五节课	13：10～13：45	体育健康	科学	数学	体育健康	体育活动
课间活动	13：45～13：57					
眼保健操	13：57～14：02					
第六节课	14：02～14：37	艺术·音乐	道法	体育健康	劳动	校本课程
课间活动	14：37～14：49					
室内操	14：49～14：54					
第七节课	14：54～15：29	体育活动	综合实践	课后服务	道法	课后服务
课后服务（1）	15:30～16：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
课后服务（2）	16：31～17：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
延时服务	17：31～18：00	延时服务				

备注：视实际情况按课程实施办法要求动态调整

课 程 表 一3班 第十六周						
	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节课	8：20～8：55	数学	语文	英语	艺术·音乐	校本课程
大课间活动	8：56～9：26					
第二节课	9：26～10：01	校本课程	体育健康	语文	语文	语文
课间活动	10:01～10：13					
眼保健操	10：13～10：18					
第三节课	10：18～10：53	英语	数学	语文	语文	体育健康
课间活动	10：53～11:05					
第四节课	11：05～11：40	语文	艺术·美术	科学	艺术·美术	语文
午餐	11：40～12：10					
午间劳动	12：10～12：20					
午休与午间活动	12：20～12：55					
午会	12：55～13：10					
第五节课	13：10～13：45	体育健康	科学	数学	体育健康	体育活动
课间活动	13：45～13：57					
眼保健操	13：57～14：02					
第六节课	14：02～14：37	艺术·音乐	道法	体育健康	劳动	校本课程
课间活动	14：37～14：49					
室内操	14：49～14：54					
第七节课	14：54～15：29	体育活动	综合实践	课后服务	道法	课后服务
课后服务（1）	15:30～16：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
课后服务（2）	16：31～17：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
延时服务	17：31～18：00	延时服务				

备注：视实际情况按课程实施办法要求动态调整

课 程 表 一3班 第十七周						
	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节课	8：20～8：55	数学	语文	英语	艺术·音乐	校本课程
大课间活动	8：56～9：26					
第二节课	9：26～10：01	校本课程	体育健康	语文	语文	语文
课间活动	10:01～10：13					
眼保健操	10：13～10：18					
第三节课	10：18～10：53	英语	数学	语文	语文	体育健康
课间活动	10：53～11:05					
第四节课	11：05～11：40	语文	艺术·美术	科学	艺术·美术	语文
午餐	11：40～12：10					
午间劳动	12：10～12：20					
午休与午间活动	12：20～12：55					
午会	12：55～13：10					
第五节课	13：10～13：45	体育健康	科学	数学	体育健康	体育活动
课间活动	13：45～13：57					
眼保健操	13：57～14：02					
第六节课	14：02～14：37	艺术·音乐	道法	体育健康	劳动	校本课程
课间活动	14：37～14：49					
室内操	14：49～14：54					
第七节课	14：54～15：29	体育活动	综合实践	课后服务	道法	课后服务
课后服务（1）	15:30～16：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
课后服务（2）	16：31～17：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
延时服务	17：31～18：00	延时服务				

备注：视实际情况按课程实施办法要求动态调整

课 程 表						
一3班				第十八周		
	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节课	8：20～8：55	数学	语文	英语	艺术·音乐	校本课程
大课间活动	8：56～9：26					
第二节课	9：26～10：01	校本课程	体育健康	语文	语文	语文
课间活动	10:01～10：13					
眼保健操	10：13～10：18					
第三节课	10：18～10：53	英语	数学	语文	语文	体育健康
课间活动	10：53～11:05					
第四节课	11：05～11：40	语文	艺术·美术	科学	艺术·美术	语文
午餐	11：40～12：10					
午间劳动	12：10～12：20					
午休与午间活动	12：20～12：55					
午会	12：55～13：10					
第五节课	13：10～13：45	体育健康	科学	数学	体育健康	体育活动
课间活动	13：45～13：57					
眼保健操	13：57～14：02					
第六节课	14：02～14：37	艺术·音乐	道法	体育健康	劳动	校本课程
课间活动	14：37～14：49					
室内操	14：49～14：54					
第七节课	14：54～15：29	体育活动	综合实践	课后服务	道法	课后服务
课后服务（1）	15:30～16：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
课后服务（2）	16：31～17：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
延时服务	17：31～18：00	延时服务				

备注：视实际情况按课程实施办法要求动态调整

课 程 表						
一3班				第十九周		
	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节课	8：20～8：55	数学	语文	英语	艺术·音乐	校本课程
大课间活动	8：56～9：26					
第二节课	9：26～10：01	校本课程	体育健康	语文	语文	语文
课间活动	10:01～10：13					
眼保健操	10：13～10：18					
第三节课	10：18～10：53	英语	数学	语文	语文	体育健康
课间活动	10：53～11:05					
第四节课	11：05～11：40	语文	艺术·美术	科学	艺术·美术	语文
午餐	11：40～12：10					
午间劳动	12：10～12：20					
午休与午间活动	12：20～12：55					
午会	12：55～13：10					
第五节课	13：10～13：45	体育健康	科学	数学	体育健康	体育活动
课间活动	13：45～13：57					
眼保健操	13：57～14：02					
第六节课	14：02～14：37	艺术·音乐	道法	体育健康	劳动	校本课程
课间活动	14：37～14：49					
室内操	14：49～14：54					
第七节课	14：54～15：29	体育活动	综合实践	课后服务	道法	课后服务
课后服务（1）	15:30～16：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
课后服务（2）	16：31～17：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
延时服务	17：31～18：00	延时服务				

备注：视实际情况按课程实施办法要求动态调整

课 程 表						
一3班				第二十周		
	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节课	8：20～8：55	数学	语文	英语	艺术·音乐	校本课程
大课间活动	8：56～9：26					
第二节课	9：26～10：01	校本课程	体育健康	语文	语文	语文
课间活动	10:01～10：13					
眼保健操	10：13～10：18					
第三节课	10：18～10：53	英语	数学	语文	语文	体育健康
课间活动	10：53～11:05					
第四节课	11：05～11：40	语文	艺术·美术	科学	艺术·美术	语文
午餐	11：40～12：10					
午间劳动	12：10～12：20					
午休与午间活动	12：20～12：55					
午会	12：55～13：10					
第五节课	13：10～13：45	体育健康	科学	数学	体育健康	体育活动
课间活动	13：45～13：57					
眼保健操	13：57～14：02					
第六节课	14：02～14：37	艺术·音乐	道法	体育健康	劳动	校本课程
课间活动	14：37～14：49					
室内操	14：49～14：54					
第七节课	14：54～15：29	体育活动	综合实践	课后服务	道法	课后服务
课后服务（1）	15:30～16：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
课后服务（2）	16：31～17：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
延时服务	17：31～18：00	延时服务				

备注：视实际情况按课程实施办法要求动态调整

课 程 表						
一3班				第二十一周		
	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节课	8：20～8：55	数学	语文	英语	艺术·音乐	校本课程
大课间活动	8：56～9：26					
第二节课	9：26～10：01	校本课程	体育健康	语文	语文	语文
课间活动	10:01～10：13					
眼保健操	10：13～10：18					
第三节课	10：18～10：53	英语	数学	语文	语文	体育健康
课间活动	10：53～11:05					
第四节课	11：05～11：40	语文	艺术·美术	科学	艺术·美术	语文
午餐	11：40～12：10					
午间劳动	12：10～12：20					
午休与午间活动	12：20～12：55					
午会	12：55～13：10					
第五节课	13：10～13：45	体育健康	科学	数学	体育健康	体育活动
课间活动	13：45～13：57					
眼保健操	13：57～14：02					
第六节课	14：02～14：37	艺术·音乐	道法	体育健康	劳动	校本课程
课间活动	14：37～14：49					
室内操	14：49～14：54					
第七节课	14：54～15：29	体育活动	综合实践	课后服务	道法	课后服务
课后服务（1）	15:30～16：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
课后服务（2）	16：31～17：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
延时服务	17：31～18：00	延时服务				

备注：视实际情况按课程实施办法要求动态调整

课 程 表						
一3班				第二十二周		
	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节课	8：20～8：55	数学	语文	英语	艺术·音乐	校本课程
大课间活动	8：56～9：26					
第二节课	9：26～10：01	校本课程	体育健康	语文	语文	语文
课间活动	10:01～10：13					
眼保健操	10：13～10：18					
第三节课	10：18～10：53	英语	数学	语文	语文	体育健康
课间活动	10：53～11:05					
第四节课	11：05～11：40	语文	艺术·美术	科学	艺术·美术	语文
午餐	11：40～12：10					
午间劳动	12：10～12：20					
午休与午间活动	12：20～12：55					
午会	12：55～13：10					
第五节课	13：10～13：45	体育健康	科学	数学	体育健康	体育活动
课间活动	13：45～13：57					
眼保健操	13：57～14：02					
第六节课	14：02～14：37	艺术·音乐	道法	体育健康	劳动	校本课程
课间活动	14：37～14：49					
室内操	14：49～14：54					
第七节课	14：54～15：29	体育活动	综合实践	课后服务	道法	课后服务
课后服务（1）	15:30～16：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
课后服务（2）	16：31～17：30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
延时服务	17：31～18：00	延时服务				

备注：视实际情况按课程实施办法要求动态调整