

| 课 程 表 <small>—5班</small> <small>第一周</small> |             |       |      |       |       |      |
|---------------------------------------------|-------------|-------|------|-------|-------|------|
|                                             | 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   | 艺术·美术 | 语文   | 数学    | 校本课程  | 语文   |
| 大课间活动                                       | 8：56～9：26   |       |      |       |       |      |
| 第二节课                                        | 9：26～10：01  | 校本课程  | 数学   | 语文    | 艺术·美术 | 体育健康 |
| 课间活动                                        | 10:01～10：13 |       |      |       |       |      |
| 眼保健操                                        | 10：13～10：18 |       |      |       |       |      |
| 第三节课                                        | 10：18～10：53 | 科学    | 体育健康 | 语文    | 科学    | 英语   |
| 课间活动                                        | 10：53～11:05 |       |      |       |       |      |
| 第四节课                                        | 11：05～11：40 | 语文    | 劳动   | 体育健康  | 体育健康  | 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  | 语文   | 艺术·音乐 | 艺术·音乐 | 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 | 数学    | 英语   | 道法    | 语文    | 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  | 课后服务 | 综合实践  | 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   |             |       |      |       |       |      |
|---------|-------------|-------|------|-------|-------|------|
| —5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   | 艺术·美术 | 语文   | 数学    | 校本课程  | 语文   |
| 大课间活动   | 8：56～9：26   |       |      |       |       |      |
| 第二节课    | 9：26～10：01  | 校本课程  | 数学   | 语文    | 艺术·美术 | 体育健康 |
| 课间活动    | 10:01～10：13 |       |      |       |       |      |
| 眼保健操    | 10：13～10：18 |       |      |       |       |      |
| 第三节课    | 10：18～10：53 | 科学    | 体育健康 | 语文    | 科学    | 英语   |
| 课间活动    | 10：53～11:05 |       |      |       |       |      |
| 第四节课    | 11：05～11：40 | 语文    | 劳动   | 体育健康  | 体育健康  | 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  | 语文   | 艺术·音乐 | 艺术·音乐 | 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 | 数学    | 英语   | 道法    | 语文    | 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  | 课后服务 | 综合实践  | 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

—5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   | 艺术·美术 | 语文   | 数学    | 校本课程  | 语文   |
| 大课间活动   | 8：56～9：26   |       |      |       |       |      |
| 第二节课    | 9：26～10：01  | 校本课程  | 数学   | 语文    | 艺术·美术 | 体育健康 |
| 课间活动    | 10：01～10：13 |       |      |       |       |      |
| 眼保健操    | 10：13～10：18 |       |      |       |       |      |
| 第三节课    | 10：18～10：53 | 科学    | 体育健康 | 语文    | 科学    | 英语   |
| 课间活动    | 10：53～11：05 |       |      |       |       |      |
| 第四节课    | 11：05～11：40 | 语文    | 劳动   | 体育健康  | 体育健康  | 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  | 语文   | 艺术·音乐 | 艺术·音乐 | 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 | 数学    | 英语   | 道法    | 语文    | 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  | 课后服务 | 综合实践  | 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   |             |       |      |       |       |      |
|---------|-------------|-------|------|-------|-------|------|
| 一5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   | 艺术·美术 | 语文   | 数学    | 校本课程  | 语文   |
| 大课间活动   | 8：56～9：26   |       |      |       |       |      |
| 第二节课    | 9：26～10：01  | 校本课程  | 数学   | 语文    | 艺术·美术 | 体育健康 |
| 课间活动    | 10:01～10：13 |       |      |       |       |      |
| 眼保健操    | 10：13～10：18 |       |      |       |       |      |
| 第三节课    | 10：18～10：53 | 科学    | 体育健康 | 语文    | 科学    | 英语   |
| 课间活动    | 10：53～11:05 |       |      |       |       |      |
| 第四节课    | 11：05～11：40 | 语文    | 劳动   | 体育健康  | 体育健康  | 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  | 语文   | 艺术·音乐 | 艺术·音乐 | 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 | 数学    | 英语   | 道法    | 语文    | 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  | 课后服务 | 综合实践  | 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   |             |       |      |       |       |      |
|---------|-------------|-------|------|-------|-------|------|
| —5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   | 艺术·美术 | 语文   | 数学    | 校本课程  | 语文   |
| 大课间活动   | 8：56～9：26   |       |      |       |       |      |
| 第二节课    | 9：26～10：01  | 校本课程  | 数学   | 语文    | 艺术·美术 | 体育健康 |
| 课间活动    | 10:01～10：13 |       |      |       |       |      |
| 眼保健操    | 10：13～10：18 |       |      |       |       |      |
| 第三节课    | 10：18～10：53 | 科学    | 体育健康 | 语文    | 科学    | 英语   |
| 课间活动    | 10：53～11:05 |       |      |       |       |      |
| 第四节课    | 11：05～11：40 | 语文    | 劳动   | 体育健康  | 体育健康  | 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  | 语文   | 艺术·音乐 | 艺术·音乐 | 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 | 数学    | 英语   | 道法    | 语文    | 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  | 课后服务 | 综合实践  | 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   |             |       |      |       |       |      |
|---------|-------------|-------|------|-------|-------|------|
| 一5班     |             |       |      | 第6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   | 艺术·美术 | 语文   | 数学    | 校本课程  | 语文   |
| 大课间活动   | 8：56～9：26   |       |      |       |       |      |
| 第二节课    | 9：26～10：01  | 校本课程  | 数学   | 语文    | 艺术·美术 | 体育健康 |
| 课间活动    | 10:01～10：13 |       |      |       |       |      |
| 眼保健操    | 10：13～10：18 |       |      |       |       |      |
| 第三节课    | 10：18～10：53 | 科学    | 体育健康 | 语文    | 科学    | 英语   |
| 课间活动    | 10：53～11:05 |       |      |       |       |      |
| 第四节课    | 11：05～11：40 | 语文    | 劳动   | 体育健康  | 体育健康  | 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  | 语文   | 艺术·音乐 | 艺术·音乐 | 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 | 数学    | 英语   | 道法    | 语文    | 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  | 课后服务 | 综合实践  | 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   |             |       |      |        |       |      |
|---------|-------------|-------|------|--------|-------|------|
| 一5班     |             |       |      | 第7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   | 艺术·美术 | 语文   | 数学     | 校本课程  | 语文   |
| 大课间活动   | 8：56～9：26   |       |      |        |       |      |
| 第二节课    | 9：26～10：01  | 校本课程  | 数学   | 语文     | 艺术·美术 | 体育健康 |
| 课间活动    | 10:01～10：13 |       |      |        |       |      |
| 眼保健操    | 10：13～10：18 |       |      |        |       |      |
| 第三节课    | 10：18～10：53 | 科学    | 体育健康 | 语文     | 科学    | 英语   |
| 课间活动    | 10：53～11:05 |       |      |        |       |      |
| 第四节课    | 11：05～11：40 | 语文    | 劳动   | 体育健康   | 体育健康  | 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  | 语文   | 艺术·音乐  | 艺术·音乐 | 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 | 数学    | 英语   | 社会实践活动 | 语文    | 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  | 课后服务 | 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

一5班

第8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   | 艺术·美术 | 语文   | 数学    | 校本课程  | 语文   |
| 大课间活动   | 8：56～9：26   |       |      |       |       |      |
| 第二节课    | 9：26～10：01  | 校本课程  | 数学   | 语文    | 艺术·美术 | 体育健康 |
| 课间活动    | 10:01～10：13 |       |      |       |       |      |
| 眼保健操    | 10：13～10：18 |       |      |       |       |      |
| 第三节课    | 10：18～10：53 | 科学    | 体育健康 | 语文    | 科学    | 英语   |
| 课间活动    | 10：53～11:05 |       |      |       |       |      |
| 第四节课    | 11：05～11：40 | 语文    | 劳动   | 体育健康  | 体育健康  | 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  | 语文   | 艺术·音乐 | 艺术·音乐 | 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 | 数学    | 英语   | 道法    | 语文    | 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  | 课后服务 | 综合实践  | 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   |             |       |      |       |       |      |
|---------|-------------|-------|------|-------|-------|------|
| 一5班     |             |       |      | 第9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   | 艺术·美术 | 语文   | 数学    | 校本课程  | 语文   |
| 大课间活动   | 8：56～9：26   |       |      |       |       |      |
| 第二节课    | 9：26～10：01  | 校本课程  | 数学   | 语文    | 艺术·美术 | 体育健康 |
| 课间活动    | 10:01～10：13 |       |      |       |       |      |
| 眼保健操    | 10：13～10：18 |       |      |       |       |      |
| 第三节课    | 10：18～10：53 | 科学    | 体育健康 | 语文    | 科学    | 英语   |
| 课间活动    | 10：53～11:05 |       |      |       |       |      |
| 第四节课    | 11：05～11：40 | 语文    | 劳动   | 体育健康  | 体育健康  | 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  | 语文   | 艺术·音乐 | 艺术·音乐 | 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 | 数学    | 英语   | 道法    | 语文    | 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  | 课后服务 | 综合实践  | 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 <span>—5班</span> <span>第10周</span> |             |       |      |       |       |      |
|------------------------------------------|-------------|-------|------|-------|-------|------|
|                                          | 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   | 艺术·美术 | 语文   | 数学    | 校本课程  | 语文   |
| 大课间活动                                    | 8：56～9：26   |       |      |       |       |      |
| 第二节课                                     | 9：26～10：01  | 校本课程  | 数学   | 语文    | 艺术·美术 | 体育健康 |
| 课间活动                                     | 10:01～10：13 |       |      |       |       |      |
| 眼保健操                                     | 10：13～10：18 |       |      |       |       |      |
| 第三节课                                     | 10：18～10：53 | 科学    | 体育健康 | 语文    | 科学    | 英语   |
| 课间活动                                     | 10：53～11:05 |       |      |       |       |      |
| 第四节课                                     | 11：05～11：40 | 语文    | 劳动   | 体育健康  | 体育健康  | 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  | 语文   | 艺术·音乐 | 艺术·音乐 | 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 | 数学    | 英语   | 道法    | 语文    | 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  | 课后服务 | 综合实践  | 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 <small>—5班</small> |             |       |      |       |       |      | 第11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   | 艺术·美术 | 语文   | 数学    | 校本课程  | 语文   |      |
| 大课间活动                    | 8：56～9：26   |       |      |       |       |      |      |
| 第二节课                     | 9：26～10：01  | 校本课程  | 数学   | 语文    | 艺术·美术 | 体育健康 |      |
| 课间活动                     | 10:01～10：13 |       |      |       |       |      |      |
| 眼保健操                     | 10：13～10：18 |       |      |       |       |      |      |
| 第三节课                     | 10：18～10：53 | 科学    | 体育健康 | 语文    | 科学    | 英语   |      |
| 课间活动                     | 10：53～11:05 |       |      |       |       |      |      |
| 第四节课                     | 11：05～11：40 | 语文    | 劳动   | 体育健康  | 体育健康  | 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  | 语文   | 艺术·音乐 | 艺术·音乐 | 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 | 数学    | 英语   | 道法    | 语文    | 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  | 课后服务 | 综合实践  | 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   |             |       |      |        |     | —5班  | 第12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   | 艺术·美术 | 语文   | 数学     | 秋游  | 语文   |      |
| 大课间活动   | 8：56～9：26   |       |      |        |     |      |      |
| 第二节课    | 9：26～10：01  | 校本课程  | 数学   | 语文     |     | 体育健康 |      |
| 课间活动    | 10:01～10：13 |       |      |        |     |      |      |
| 眼保健操    | 10：13～10：18 |       |      |        |     |      |      |
| 第三节课    | 10：18～10：53 | 科学    | 体育健康 | 语文     |     | 英语   |      |
| 课间活动    | 10：53～11:05 |       |      |        |     |      |      |
| 第四节课    | 11：05～11：40 | 语文    | 劳动   | 体育健康   |     | 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  | 语文   | 艺术·音乐  |     | 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 | 数学    | 英语   | 社会实践活动 |     | 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  | 课后服务 | 社会实践活动 |     | 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（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   |             |       |      |        |       |      |
|---------|-------------|-------|------|--------|-------|------|
| 一5班     |             |       |      | 第13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   | 艺术·美术 | 语文   | 数学     | 校本课程  | 语文   |
| 大课间活动   | 8：56～9：26   |       |      |        |       |      |
| 第二节课    | 9：26～10：01  | 校本课程  | 数学   | 语文     | 艺术·美术 | 体育健康 |
| 课间活动    | 10:01～10：13 |       |      |        |       |      |
| 眼保健操    | 10：13～10：18 |       |      |        |       |      |
| 第三节课    | 10：18～10：53 | 科学    | 体育健康 | 语文     | 科学    | 英语   |
| 课间活动    | 10：53～11:05 |       |      |        |       |      |
| 第四节课    | 11：05～11：40 | 语文    | 劳动   | 体育健康   | 体育健康  | 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  | 语文   | 艺术·音乐  | 艺术·音乐 | 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 | 数学    | 英语   | 社会实践活动 | 语文    | 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  | 课后服务 | 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   |             |       |      |        |       |      |
|---------|-------------|-------|------|--------|-------|------|
| 一5班     |             |       |      | 第14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   | 艺术·美术 | 语文   | 数学     | 校本课程  | 语文   |
| 大课间活动   | 8：56～9：26   |       |      |        |       |      |
| 第二节课    | 9：26～10：01  | 校本课程  | 数学   | 语文     | 艺术·美术 | 体育健康 |
| 课间活动    | 10:01～10：13 |       |      |        |       |      |
| 眼保健操    | 10：13～10：18 |       |      |        |       |      |
| 第三节课    | 10：18～10：53 | 科学    | 体育健康 | 语文     | 科学    | 英语   |
| 课间活动    | 10：53～11:05 |       |      |        |       |      |
| 第四节课    | 11：05～11：40 | 语文    | 劳动   | 体育健康   | 体育健康  | 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  | 语文   | 艺术·音乐  | 艺术·音乐 | 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 | 数学    | 英语   | 社会实践活动 | 语文    | 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  | 课后服务 | 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 <small>—5班</small> |             |       |      |        |       |      | 第15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   | 艺术·美术 | 语文   | 数学     | 校本课程  | 语文   |      |
| 大课间活动                    | 8：56～9：26   |       |      |        |       |      |      |
| 第二节课                     | 9：26～10：01  | 校本课程  | 数学   | 语文     | 艺术·美术 | 体育健康 |      |
| 课间活动                     | 10:01～10：13 |       |      |        |       |      |      |
| 眼保健操                     | 10：13～10：18 |       |      |        |       |      |      |
| 第三节课                     | 10：18～10：53 | 科学    | 体育健康 | 语文     | 科学    | 英语   |      |
| 课间活动                     | 10：53～11:05 |       |      |        |       |      |      |
| 第四节课                     | 11：05～11：40 | 语文    | 劳动   | 体育健康   | 体育健康  | 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  | 语文   | 艺术·音乐  | 艺术·音乐 | 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 | 数学    | 英语   | 社会实践活动 | 语文    | 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  | 课后服务 | 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   |             |       |      |        |       |      |
|---------|-------------|-------|------|--------|-------|------|
| 一5班     |             |       |      | 第16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   | 艺术·美术 | 语文   | 数学     | 校本课程  | 语文   |
| 大课间活动   | 8：56～9：26   |       |      |        |       |      |
| 第二节课    | 9：26～10：01  | 校本课程  | 数学   | 语文     | 艺术·美术 | 体育健康 |
| 课间活动    | 10:01～10：13 |       |      |        |       |      |
| 眼保健操    | 10：13～10：18 |       |      |        |       |      |
| 第三节课    | 10：18～10：53 | 科学    | 体育健康 | 语文     | 科学    | 英语   |
| 课间活动    | 10：53～11:05 |       |      |        |       |      |
| 第四节课    | 11：05～11：40 | 语文    | 劳动   | 体育健康   | 体育健康  | 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  | 语文   | 艺术·音乐  | 艺术·音乐 | 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 | 数学    | 英语   | 社会实践活动 | 语文    | 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  | 课后服务 | 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   |             |       |      |        |       |      |
|---------|-------------|-------|------|--------|-------|------|
| 一5班     |             |       |      | 第17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   | 艺术·美术 | 语文   | 数学     | 校本课程  | 语文   |
| 大课间活动   | 8：56～9：26   |       |      |        |       |      |
| 第二节课    | 9：26～10：01  | 校本课程  | 数学   | 语文     | 艺术·美术 | 体育健康 |
| 课间活动    | 10:01～10：13 |       |      |        |       |      |
| 眼保健操    | 10：13～10：18 |       |      |        |       |      |
| 第三节课    | 10：18～10：53 | 科学    | 体育健康 | 语文     | 科学    | 英语   |
| 课间活动    | 10：53～11:05 |       |      |        |       |      |
| 第四节课    | 11：05～11：40 | 语文    | 劳动   | 体育健康   | 体育健康  | 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  | 语文   | 艺术·音乐  | 艺术·音乐 | 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 | 数学    | 英语   | 社会实践活动 | 语文    | 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  | 课后服务 | 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   |             |       |      |        |       |      |
|---------|-------------|-------|------|--------|-------|------|
| 一5班     |             |       |      | 第18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   | 艺术·美术 | 语文   | 数学     | 校本课程  | 语文   |
| 大课间活动   | 8：56～9：26   |       |      |        |       |      |
| 第二节课    | 9：26～10：01  | 校本课程  | 数学   | 语文     | 艺术·美术 | 体育健康 |
| 课间活动    | 10:01～10：13 |       |      |        |       |      |
| 眼保健操    | 10：13～10：18 |       |      |        |       |      |
| 第三节课    | 10：18～10：53 | 科学    | 体育健康 | 语文     | 科学    | 英语   |
| 课间活动    | 10：53～11:05 |       |      |        |       |      |
| 第四节课    | 11：05～11：40 | 语文    | 劳动   | 体育健康   | 体育健康  | 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  | 语文   | 艺术·音乐  | 艺术·音乐 | 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 | 数学    | 英语   | 社会实践活动 | 语文    | 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  | 课后服务 | 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

—5班

第19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   | 艺术·美术 | 语文   | 数学     | 校本课程  | 语文   |
| 大课间活动   | 8：56～9：26   |       |      |        |       |      |
| 第二节课    | 9：26～10：01  | 校本课程  | 数学   | 语文     | 艺术·美术 | 体育健康 |
| 课间活动    | 10:01～10：13 |       |      |        |       |      |
| 眼保健操    | 10：13～10：18 |       |      |        |       |      |
| 第三节课    | 10：18～10：53 | 科学    | 体育健康 | 语文     | 科学    | 英语   |
| 课间活动    | 10：53～11:05 |       |      |        |       |      |
| 第四节课    | 11：05～11：40 | 语文    | 劳动   | 体育健康   | 体育健康  | 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  | 语文   | 艺术·音乐  | 艺术·音乐 | 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 | 数学    | 英语   | 社会实践活动 | 语文    | 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  | 课后服务 | 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   |             |       |      |        |       |      |
|---------|-------------|-------|------|--------|-------|------|
| 一5班     |             |       |      | 第20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   | 艺术·美术 | 语文   | 数学     | 校本课程  | 语文   |
| 大课间活动   | 8：56～9：26   |       |      |        |       |      |
| 第二节课    | 9：26～10：01  | 校本课程  | 数学   | 语文     | 艺术·美术 | 体育健康 |
| 课间活动    | 10:01～10：13 |       |      |        |       |      |
| 眼保健操    | 10：13～10：18 |       |      |        |       |      |
| 第三节课    | 10：18～10：53 | 科学    | 体育健康 | 语文     | 科学    | 英语   |
| 课间活动    | 10：53～11:05 |       |      |        |       |      |
| 第四节课    | 11：05～11：40 | 语文    | 劳动   | 体育健康   | 体育健康  | 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  | 语文   | 艺术·音乐  | 艺术·音乐 | 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 | 数学    | 英语   | 社会实践活动 | 语文    | 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  | 课后服务 | 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   |             |       |      |        |       |      |
|---------|-------------|-------|------|--------|-------|------|
| —5班     |             |       |      | 第21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   | 艺术·美术 | 语文   | 数学     | 校本课程  | 语文   |
| 大课间活动   | 8：56～9：26   |       |      |        |       |      |
| 第二节课    | 9：26～10：01  | 校本课程  | 数学   | 语文     | 艺术·美术 | 体育健康 |
| 课间活动    | 10:01～10：13 |       |      |        |       |      |
| 眼保健操    | 10：13～10：18 |       |      |        |       |      |
| 第三节课    | 10：18～10：53 | 科学    | 体育健康 | 语文     | 科学    | 英语   |
| 课间活动    | 10：53～11:05 |       |      |        |       |      |
| 第四节课    | 11：05～11：40 | 语文    | 劳动   | 体育健康   | 体育健康  | 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  | 语文   | 艺术·音乐  | 艺术·音乐 | 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 | 数学    | 英语   | 社会实践活动 | 语文    | 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  | 课后服务 | 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   |             |       |      |        |       |      |
|---------|-------------|-------|------|--------|-------|------|
| 一5班     |             |       |      | 第22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   | 艺术·美术 | 语文   | 数学     | 校本课程  | 语文   |
| 大课间活动   | 8：56～9：26   |       |      |        |       |      |
| 第二节课    | 9：26～10：01  | 校本课程  | 数学   | 语文     | 艺术·美术 | 体育健康 |
| 课间活动    | 10:01～10：13 |       |      |        |       |      |
| 眼保健操    | 10：13～10：18 |       |      |        |       |      |
| 第三节课    | 10：18～10：53 | 科学    | 体育健康 | 语文     | 科学    | 英语   |
| 课间活动    | 10：53～11:05 |       |      |        |       |      |
| 第四节课    | 11：05～11：40 | 语文    | 劳动   | 体育健康   | 体育健康  | 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  | 语文   | 艺术·音乐  | 艺术·音乐 | 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 | 数学    | 英语   | 社会实践活动 | 语文    | 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  | 课后服务 | 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