

三 3 班课表（第一周 9/1-9/5）

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
升旗仪式/广播操+大课间	8:20-8:50					
第一节	8:50-9:25	语文	数学	语文	语文	数学
课间	9:25-9:35					
第二节 (含眼保健操)	9:35-10:15	语文	道德与法治	数学	体育与健康	体育与健康
课间	10:15-10:25					
第三节	10:25-11:00	英语	体育与健康	英语	艺术·美术	道德与法治
课间	11:00—11:10					
第四节	11:10-11:45	体活	英语	艺术·音乐	体活	艺术·音乐
午餐	11:45-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13;45	数学	语文	体育与健康	信息科技	语文
课间	13:45-13:55					
第六节 (含眼保健操+室内操)	13:55-14:40	自然	自然	艺术·美术	校本课程	班队
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25	体育与健康	习读本	校本课程	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 3 班课表（第二周 9/8-9/12）

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
升旗仪式/广播操+大课间	8:20-8:50					
第一节	8:50-9:25	语文	数学	语文	语文	数学
课间	9:25-9:35					
第二节 (含眼保健操)	9:35-10:15	语文	道德与法治	数学	体育与健康	体育与健康
课间	10:15-10:25					
第三节	10:25-11:00	英语	体育与健康	英语	艺术·美术	道德与法治
课间	11:00—11:10					
第四节	11:10-11:45	体活	英语	艺术·音乐	体活	艺术·音乐
午餐	11:45-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13;45	数学	语文	体育与健康	信息科技	语文
课间	13:45-13:55					
第六节 (含眼保健操+室内操)	13:55-14:40	自然	自然	艺术·美术	校本课程	班队
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25	体育与健康	习读本	校本课程	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 3 班课表（第三周 9/15-9/19）

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
升旗仪式/广播操+大课间	8:20-8:50					
第一节	8:50-9:25	语文	数学	语文	语文	数学
课间	9:25-9:35					
第二节 (含眼保健操)	9:35-10:15	语文	道德与法治	数学	体育与健康	体育与健康
课间	10:15-10:25					
第三节	10:25-11:00	英语	体育与健康	英语	艺术·美术	道德与法治
课间	11:00—11:10					
第四节	11:10-11:45	体活	英语	艺术·音乐	体活	艺术·音乐
午餐	11:45-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13;45	数学	语文	体育与健康	信息科技	语文
课间	13:45-13:55					
第六节 (含眼保健操+室内操)	13:55-14:40	自然	自然	艺术·美术	校本课程	班队
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25	体育与健康	习读本	校本课程	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 3 班课表（第四周 9/22-9/26）

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
升旗仪式/广播操+大课间	8:20-8:50					
第一节	8:50-9:25	语文	数学	语文	语文	数学
课间	9:25-9:35					
第二节 (含眼保健操)	9:35-10:15	语文	道德与法治	数学	体育与健康	体育与健康
课间	10:15-10:25					
第三节	10:25-11:00	英语	体育与健康	英语	艺术·美术	道德与法治
课间	11:00—11:10					
第四节	11:10-11:45	体活	英语	艺术·音乐	体活	艺术·音乐
午餐	11:45-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13;45	数学	语文	体育与健康	信息科技	语文
课间	13:45-13:55					
第六节 (含眼保健操+室内操)	13:55-14:40	自然	自然	艺术·美术	校本课程	班队
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25	体育与健康	习读本	校本课程	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 3 班课表（第五周 9/28-10/3）

	时间	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
升旗仪式/广播操+大课间	8:20-8:50				国庆节放假		
第一节	8:50-9:25	语文	语文	数学			
课间	9:25-9:35						
第二节 (含眼保健操)	9:35-10:15	数学	语文	道德与法治			
课间	10:15-10:25						
第三节	10:25-11:00	英语	英语	体育与健康			
课间	11:00-11:10						
第四节	11:10-11:45	艺术·音乐	体活	英语			
午餐	11:45-12:10						
午休	12:10-13:10						
第五节	13:10-13:45	体育与健康	数学	语文			
课间	13:45-13:55						
第六节 (含眼保健操+室内操)	13:55-14:40	艺术·美术	自然	自然			
课间	14:40-14:50						
第七节	14:50-15:25	校本课程	体育与健康	习读本			
课后服务	15:30-18:00						

三 3 班课表（第六周 10/6-10/11）

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
第一节	8:20-8:55	国庆节放假			语文	数学	数学
课间	8:55-9:05						
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45				体育与健康	体育与健康	道德与法治
升旗仪式/广播操+大课间	9:45-10:20						
第三节	10:20-10:55				艺术·美术	道德与法治	体育与健康
课间	10:55—11:05						
第四节	11:05-11:40				体活	艺术·音乐	英语
午餐	11:40-12:10						
午休	12:10-13:10						
第五节	13:10-13;45				信息科技	语文	语文
课间	13:45-13:55						
第六节 (含眼保健操+室内操)	13:55-14:40				校本课程	班队	自然
课间	14:40-14:50						
第七节	14:50-15:25				英语		习读本
课后服务	15:30-18:00						

三 3 班课表（第七周 10/13-10/17）

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	语文	数学	语文	语文	数学
课间	8:55-9:05					
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45	语文	道德与法治	数学	体育与健康	体育与健康
升旗仪式/广播操+大课间	9:45-10:20					
第三节	10:20-10:55	英语	体育与健康	英语	艺术·美术	道德与法治
课间	10:55—11:05					
第四节	11:05-11:40	体活	英语	艺术·音乐	体活	艺术·音乐
午餐	11:40-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	数学	语文	体育与健康	信息科技	语文
课间	13:45-13:55					
第六节 (含眼保健操+室内操)	13:55-14:40	自然	自然	艺术·美术	校本课程	班队
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25	体育与健康	习读本	校本课程	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 3 班课表（第八周 10/20-10/24）

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	语文	体育与健康	秋游活动	语文	语文
课间	8:55-9:05					
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45	语文	数学		自然	数学
升旗仪式/广播操+大课间	9:45-10:20					
第三节	10:20-10:55	信息科技	道德与法治		道德与法治	艺术·美术
课间	10:55—11:05					
第四节	11:05-11:40	校本课程	艺术·音乐		艺术·音乐	习读本
午餐	11:40-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	英语	英语		数学	体育与健康
课间	13:45-13:55					
第六节 (含眼保健操+室内操)	13:55-14:40	体育与健康	语文		英语	班队
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25	体活	自然		体育与健康	
课后服务	15:30-18:00					

三 3 班课表（第九周 10/27-10/31）

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	语文	数学	语文	语文	数学
课间	8:55-9:05					
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45	语文	道德与法治	数学	体育与健康	体育与健康
升旗仪式/广播操+大课间	9:45-10:20					
第三节	10:20-10:55	英语	体育与健康	英语	艺术·美术	道德与法治
课间	10:55—11:05					
第四节	11:05-11:40	体活	英语	艺术·音乐	体活	艺术·音乐
午餐	11:40-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13;45	数学	语文	体育与健康	信息科技	语文
课间	13:45-13:55					
第六节 (含眼保健操+室内操)	13:55-14:40	自然	自然	艺术·美术	校本课程	班队
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25	体育与健康	习读本	校本课程	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 3 班课表（第十周 11/3-11/7）

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	语文	数学	语文	语文	数学
课间	8:55-9:05					
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45	语文	道德与法治	数学	体育与健康	体育与健康
升旗仪式/广播操+大课间	9:45-10:20					
第三节	10:20-10:55	英语	体育与健康	英语	艺术·美术	道德与法治
课间	10:55—11:05					
第四节	11:05-11:40	体活	英语	艺术·音乐	体活	艺术·音乐
午餐	11:40-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	数学	语文	体育与健康	信息科技	语文
课间	13:45-13:55					
第六节 (含眼保健操+室内操)	13:55-14:40	自然	自然	艺术·美术	校本课程	班队
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25	体育与健康	习读本	校本课程	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 3 班课表（第十一周 11/10-11/14）

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	语文	数学	语文	语文	数学
课间	8:55-9:05					
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45	语文	道德与法治	数学	体育与健康	体育与健康
升旗仪式/广播操+大课间	9:45-10:20					
第三节	10:20-10:55	英语	体育与健康	英语	艺术·美术	道德与法治
课间	10:55—11:05					
第四节	11:05-11:40	体活	英语	艺术·音乐	体活	艺术·音乐
午餐	11:40-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	数学	语文	体育与健康	信息科技	语文
课间	13:45-13:55					
第六节 (含眼保健操+室内操)	13:55-14:40	自然	自然	艺术·美术	校本课程	班队
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25	体育与健康	习读本	校本课程	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 3 班课表（第十二周 11/17-11/21）

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	语文	数学	语文	语文	数学
课间	8:55-9:05					
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45	语文	道德与法治	数学	体育与健康	体育与健康
升旗仪式/广播操+大课间	9:45-10:20					
第三节	10:20-10:55	英语	体育与健康	英语	艺术·美术	道德与法治
课间	10:55—11:05					
第四节	11:05-11:40	体活	英语	艺术·音乐	体活	艺术·音乐
午餐	11:40-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	数学	语文	体育与健康	信息科技	语文
课间	13:45-13:55					
第六节 (含眼保健操+室内操)	13:55-14:40	自然	自然	艺术·美术	校本课程	班队
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25	体育与健康	习读本	校本课程	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 3 班课表（第十三周 11/24-11/28）

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	语文	数学	语文	语文	数学
课间	8:55-9:05					
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45	语文	道德与法治	数学	体育与健康	体育与健康
升旗仪式/广播操+大课间	9:45-10:20					
第三节	10:20-10:55	英语	体育与健康	英语	艺术·美术	道德与法治
课间	10:55—11:05					
第四节	11:05-11:40	体活	英语	艺术·音乐	体活	艺术·音乐
午餐	11:40-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	数学	语文	体育与健康	信息科技	语文
课间	13:45-13:55					
第六节 (含眼保健操+室内操)	13:55-14:40	自然	自然	艺术·美术	校本课程	班队
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25	体育与健康	习读本	校本课程	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 3 班课表（第十四周 12/1-12/5）

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	语文	数学	语文	语文	数学
课间	8:55-9:05					
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45	语文	道德与法治	数学	体育与健康	体育与健康
升旗仪式/广播操+大课间	9:45-10:20					
第三节	10:20-10:55	英语	体育与健康	英语	艺术·美术	道德与法治
课间	10:55—11:05					
第四节	11:05-11:40	体活	英语	艺术·音乐	体活	艺术·音乐
午餐	11:40-12:10					
午休+活动	12:10-13:10					
第五节	13:10-13;45	数学	语文	体育与健康	信息科技	语文
课间	13:45-13:55					
第六节 (含眼保健操+室内操)	13:55-14:40	自然	自然	艺术·美术	校本课程	班队
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25	体育与健康	习读本	校本课程	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 3 班课表（第十五周 12/8-12/12）

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	语文	数学	语文	语文	数学
课间	8:55-9:05					
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45	语文	道德与法治	数学	体育与健康	体育与健康
升旗仪式/广播操+大课间	9:45-10:20					
第三节	10:20-10:55	英语	体育与健康	英语	艺术·美术	道德与法治
课间	10:55—11:05					
第四节	11:05-11:40	体活	英语	艺术·音乐	体活	艺术·音乐
午餐	11:40-12:10					
午休+活动	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	数学	语文	体育与健康	信息科技	语文
课间	13:45-13:55					
第六节 (含眼保健操+室内操)	13:55-14:40	自然	自然	艺术·美术	校本课程	班队
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25	体育与健康	习读本	校本课程	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 3 班课表（第十六周 12/15-12/19）

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	语文	数学	语文	语文	数学
课间	8:55-9:05					
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45	语文	道德与法治	数学	体育与健康	体育与健康
升旗仪式/广播操+大课间	9:45-10:20					
第三节	10:20-10:55	英语	体育与健康	英语	艺术·美术	道德与法治
课间	10:55—11:05					
第四节	11:05-11:40	体活	英语	艺术·音乐	体活	艺术·音乐
午餐	11:40-12:10					
午休+活动	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	数学	语文	体育与健康	信息科技	语文
课间	13:45-13:55					
第六节 (含眼保健操+室内操)	13:55-14:40	自然	自然	艺术·美术	校本课程	班队
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25	体育与健康	习读本	校本课程	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 3 班课表（第十七周 12/22-12/26）

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	语文	数学	语文	语文	数学
课间	8:55-9:05					
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45	语文	道德与法治	数学	体育与健康	体育与健康
升旗仪式/广播操+大课间	9:45-10:20					
第三节	10:20-10:55	英语	体育与健康	英语	艺术·美术	道德与法治
课间	10:55—11:05					
第四节	11:05-11:40	体活	英语	艺术·音乐	体活	艺术·音乐
午餐	11:40-12:10					
午休+活动	12:10-13:10					
第五节	13:10-13;45	数学	语文	体育与健康	信息科技	语文
课间	13:45-13:55					
第六节 (含眼保健操+室内操)	13:55-14:40	自然	自然	艺术·美术	校本课程	班队
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25	体育与健康	习读本	校本课程	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 3 班课表（第十八周 12/29-1/2）

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	语文	数学	语文	元旦放假	
课间	8:55-9:05					
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45	语文	道德与法治	数学		
升旗仪式/广播操+大课间	9:45-10:20					
第三节	10:20-10:55	英语	体育与健康	英语		
课间	10:55—11:05					
第四节	11:05-11:40	体活	英语	艺术·音乐		
午餐	11:40-12:10					
午休+活动	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	数学	语文	体育与健康		
课间	13:45-13:55					
第六节 (含眼保健操+室内操)	13:55-14:40	自然	自然	艺术·美术		
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25	体育与健康	习读本	校本课程		
课后服务	15:30-18:00					

三 3 班课表（第十九周 1/5-1/9）

	时间	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	数学	语文	数学	语文	语文	数学
课间	8:55-9:05						
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45	体育与健康	语文	道德与法治	数学	体育与健康	体育与健康
升旗仪式/广播操+大课间	9:45-10:20						
第三节	10:20-10:55	道德与法治	英语	体育与健康	英语	艺术·美术	道德与法治
课间	10:55—11:05						
第四节	11:05-11:40	艺术·音乐	体活	英语	艺术·音乐	体活	艺术·音乐
午餐	11:40-12:10						
午休+活动	12:10-13:10						
第五节	13:10-13;45	语文	数学	语文	体育与健康	信息科技	语文
课间	13:45-13:55						
第六节 (含眼保健操+室内操)	13:55-14:40	班队	自然	自然	艺术·美术	校本课程	班队
课间	14:40-14:50						
第七节	14:50-15:25		体育与健康	习读本	校本课程	英语	
课后服务	15:30-18:00						

三 3 班课表（第二十周 1/12-1/16）

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	语文	数学	语文	语文	数学
课间	8:55-9:05					
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45	语文	道德与法治	数学	体育与健康	体育与健康
升旗仪式/广播操+大课间	9:45-10:20					
第三节	10:20-10:55	英语	体育与健康	英语	艺术·美术	道德与法治
课间	10:55—11:05					
第四节	11:05-11:40	体活	英语	艺术·音乐	体活	艺术·音乐
午餐	11:40-12:10					
午休+活动	12:10-13:10					
第五节	13:10-13;45	数学	语文	体育与健康	信息科技	语文
课间	13:45-13:55					
第六节 (含眼保健操+室内操)	13:55-14:40	自然	自然	艺术·美术	校本课程	班队
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25	体育与健康	习读本	校本课程	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 3 班课表（第二十一周 1/19-1/23）

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	语文	数学	语文	期末考查	期末考查
课间	8:55-9:05					
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45	语文	道德与法治	数学		
升旗仪式/广播操+大课间	9:45-10:20					
第三节	10:20-10:55	英语	体育与健康	英语		
课间	10:55—11:05					
第四节	11:05-11:40	体活	英语	艺术·音乐		
午餐	11:40-12:10					
午休+活动	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	数学	语文	体育与健康		
课间	13:45-13:55					
第六节 (含眼保健操+室内操)	13:55-14:40	自然	自然	艺术·美术		
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25	体育与健康	习读本	校本课程		
课后服务	15:30-18:00					

三 3 班课表（第二十二周 1/26-1/30）

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	语文	数学	社会实践	寒假生活动员	休业式
课间	8:55-9:05					
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45	语文	道德与法治			
升旗仪式/广播操+大课间	9:45-10:20					
第三节	10:20-10:55	英语	体育与健康			
课间	10:55—11:05					
第四节	11:05-11:40	体活	英语			
午餐	11:40-12:10					
午休+活动	12:10-13:10					
第五节	13:10-13;45					
课间	13:45-13:55					
第六节 (含眼保健操+室内操)	13:55-14:40					
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25					
课后服务	15:30-18:00					

