

三 3 班课表（第一周 3/2-3/6）

	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	拓展	校本课程	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 3 班课表（第二周 3/9-3/13）

	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	拓展	校本课程	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 3 班课表（第三周 3/16-3/20）

	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	拓展	校本课程	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 3 班课表（第四周 3/23-3/27）

	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	社会实践	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
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		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		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		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		班队
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25	体育与健康	拓展	校本课程		
课后服务	15:30-18:00					

三 3 班课表（第五周 3/30-4/3）

	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	拓展	校本课程	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 3 班课表（第六周 4/6-4/10）

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	清明节放假	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		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		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		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		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	艺术·美术	校本课程	班队
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25		拓展	校本课程	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 3 班课表（第七周 4/13-4/17）

	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	拓展	校本课程	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 3 班课表（第八周 4/20-4/24）

	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	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	拓展	校本课程	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 3 班课表（第九周 4/27-5/1）

	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	劳动节放假
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	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	
课间	10:55—11:05					
第四节	11:05-11:40	体活	英语	艺术·音乐	体活	
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	
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	
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25	体育与健康	拓展	校本课程	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 3 班课表（第十周 5/4-5/9）

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
升旗仪式/广播操+大课间	8:20-8:50	劳动节放假	劳动节放假				
第一节	8:50-9:25			语文	语文	数学	数学
课间	9:25-9:35						
第二节 (含眼保健操)	9:35-10:15			数学	体育与健康	体育与健康	道德与法治
课间	10:15-10:25						
第三节	10:25-11:00			英语	艺术·美术	道德与法治	体育与健康
课间	11:00-11:10						
第四节	11:10-11:45			艺术·音乐	体活	艺术·音乐	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	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			艺术·美术	校本课程	班队	自然
课间	14:40-14:50						
第七节	14:50-15:25	校本课程	英语		拓展		
课后服务	15:30-18:00						

三 3 班课表（第十一周 5/11-5/15）

	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	拓展	校本课程	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 3 班课表（第十二周 5/18-5/22）

	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	拓展	校本课程	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 3 班课表（第十三周 5/25-5/29）

	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	拓展	校本课程	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三3班课表（第十四周 6/1-6/5）

	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	拓展	校本课程	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 3 班课表（第十五周 6/8-6/12）

	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	拓展	校本课程	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 3 班课表（第十六周 6/15-6/19）

	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					端午节放假
第一节	8:50-9:25	语文	数学	语文	语文	
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	
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	
课间	11:00—11:10					
第四节	11:10-11:45	体活	英语	艺术·音乐	体活	
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	
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	
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25	体育与健康	拓展	校本课程	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 3 班课表（第十七周 6/22-6/26）

	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	拓展	校本课程	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 3 班课表（第十八周 6/29-6/30）

	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	暑假生活指导	休业式			
课间	9:25-9:35					
第二节 (含眼保健操)	9:35-10:15					
课间	10:15-10:25					
第三节	10:25-11:00					
课间	11:00—11:10					
第四节	11:10-11:45					
午餐	11:45-12:10					
午休	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					