

一 1 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	艺术·音乐	体育与健康	语文	数学	语文
课间	8:55-9:05					
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45	语文	语文	数学	语文	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	语文	校本课程	语文	科学
课间	10:55—11:05					
第四节	11:05-11:40	数学	英语	体育与健康	艺术·音乐	劳动
午餐	11:40-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	英语	艺术·美术	语文	道德与法治	艺术·美术
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	综合实践	科学	体育与健康	班队
课后服务	14:40-15:25	兴趣(围棋)	兴趣(硬笔)	兴趣(体育活动)	兴趣(体育活动)	兴趣社团
	15:30-18:00	校内课后看护+延时托管服务				

一 1 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	艺术·音乐	体育与健康	语文	数学	语文
课间	8:55-9:05					
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45	语文	语文	数学	语文	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	语文	校本课程	语文	科学
课间	10:55—11:05					
第四节	11:05-11:40	数学	英语	体育与健康	艺术·音乐	劳动
午餐	11:40-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	英语	艺术·美术	语文	道德与法治	艺术·美术
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	综合实践	科学	体育与健康	班队
课后服务	14:40-15:25	兴趣（围棋）	兴趣（硬笔）	兴趣（体育活动）	兴趣（体育活动）	兴趣社团
	15:30-18:00	校内课后看护+延时托管服务				

一 1 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	艺术·音乐	体育与健康	语文	数学	语文
课间	8:55-9:05					
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45	语文	语文	数学	语文	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	语文	校本课程	语文	科学
课间	10:55—11:05					
第四节	11:05-11:40	数学	英语	体育与健康	艺术·音乐	劳动
午餐	11:40-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	英语	艺术·美术	语文	道德与法治	艺术·美术
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	综合实践	科学	体育与健康	班队
课后服务	14:40-15:25	兴趣（围棋）	兴趣（硬笔）	兴趣（体育活动）	兴趣（体育活动）	兴趣社团

	15:30-18:00	校内课后看护+延时托管服务
--	-------------	---------------

一 1 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	艺术·音乐	体育与健康	语文	社会实践	语文
课间	8:55-9:05					
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45	语文	语文	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	道德与法治	语文	校本课程		科学
课间	10:55-11:05					
第四节	11:05-11:40	数学	英语	体育与健康		劳动
午餐	11:40-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	英语	艺术·美术	语文		乐动比赛日
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	综合实践	科学		
课后服务	14:40-15:25	兴趣(围棋)	兴趣(硬笔)	兴趣(体育活		

				动)		
	15:30-18:00	校内课后看护+延时托管服务				

一 1 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	艺术·音乐	体育与健康	语文	数学	语文
课间	8:55-9:05					
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45	语文	语文	数学	语文	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	语文	校本课程	语文	科学
课间	10:55-11:05					
第四节	11:05-11:40	数学	英语	体育与健康	艺术·音乐	劳动
午餐	11:40-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	英语	艺术·美术	语文	道德与法治	艺术·美术
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	综合实践	科学	体育与健康	班队

课后服务	14:40-15:25	兴趣（围棋）	兴趣（硬笔）	兴趣（体育活动）	兴趣（体育活动）	兴趣社团
	15:30-18:00	校内课后看护+延时托管服务				

一 1 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	体育与健康	语文	数学	语文
课间	8:55-9:05					
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45		语文	数学	语文	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		语文	校本课程	语文	科学
课间	10:55-11:05					
第四节	11:05-11:40		英语	体育与健康	艺术·音乐	劳动
午餐	11:40-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45		艺术·美术	语文	道德与法治	艺术·美术
课间	13:45-13:55					
第六节	13:55-14:40		综合实践	科学	体育与健康	班队

(含眼保健操+室内操)						
课后服务	14:40-15:25		兴趣(硬笔)	兴趣(体育活动)	兴趣(体育活动)	兴趣社团
	15:30-18:00	校内课后看护+延时托管服务				

一 1 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	艺术·音乐	体育与健康	语文	数学	语文
课间	8:55-9:05					
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45	语文	语文	数学	语文	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	语文	校本课程	语文	科学
课间	10:55-11:05					
第四节	11:05-11:40	数学	英语	体育与健康	艺术·音乐	劳动
午餐	11:40-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	英语	艺术·美术	语文	道德与法治	艺术·美术

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	综合实践	科学	体育与健康	班队
课后服务	14:40-15:25	兴趣(围棋)	兴趣(硬笔)	兴趣(体育活动)	兴趣(体育活动)	兴趣社团
	15:30-18:00	校内课后看护+延时托管服务				

一 1 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	艺术·音乐	体育与健康	语文	数学	趣味运动会
课间	8:55-9:05					
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45	语文	语文	数学	语文	
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	语文	校本课程	语文	
课间	10:55-11:05					
第四节	11:05-11:40	数学	英语	体育与健康	艺术·音乐	
午餐	11:40-12:10					
午休	12:10-13:10					

第五节	13:10-13:45	英语	艺术·美术	语文	道德与法治	
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	综合实践	科学	体育与健康	
课后服务	14:40-15:25	兴趣(围棋)	兴趣(硬笔)	兴趣(体育活动)	兴趣(体育活动)	
	15:30-18:00	校内课后看护+延时托管服务				

一 1 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	艺术·音乐	体育与健康	语文	数学	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	语文	数学	语文	
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	语文	校本课程	语文	
课间	10:55-11:05					
第四节	11:05-11:40	数学	英语	体育与健康	艺术·音乐	
午餐	11:40-12:10					

午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	英语	艺术·美术	语文	道德与法治	
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	综合实践	科学	体育与健康	
课后服务	14:40-15:25	兴趣(围棋)	兴趣(硬笔)	兴趣(体育活动)	兴趣(体育活动)	
	15:30-18:00	校内课后看护+延时托管服务				

一 1 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
第一节	8:20-8:55	劳动节放假	劳动节放假	语文	数学	语文	艺术·音乐
课间	8:55-9:05						
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45			数学	语文	体育与健康	语文
升旗仪式/广播操+大课间	9:45-10:20						
第三节	10:20-10:55			校本课程	语文	科学	道德与法治
课间	10:55-11:05						
第四节	11:05-11:40			体育与健康	艺术·音乐	劳动	数学

午餐	11:40-12:10						
午休	12:10-13:10						
第五节	13:10-13:45			语文	道德与法治	艺术·美术	英语
课间	13:45-13:55						
第六节 (含眼保健操+室内操)	13:55-14:40			科学	体育与健康	班队	体育与健康
课后服务	14:40-15:25			兴趣(体育活 动)	兴趣(体育活 动)	兴趣社团	兴趣(围棋)
	15:30-18:00			校内课后看护+延时托管服务			

一 1 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
第一节	8:20-8:55	艺术·音乐	体育与健康	语文	数学	语文
课间	8:55-9:05					
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45	语文	语文	数学	语文	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	语文	校本课程	语文	科学

课间	10:55—11:05					
第四节	11:05-11:40	数学	英语	体育与健康	艺术·音乐	劳动
午餐	11:40-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	英语	艺术·美术	语文	道德与法治	艺术·美术
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	综合实践	科学	体育与健康	班队
课后服务	14:40-15:25	兴趣(围棋)	兴趣(硬笔)	兴趣(体育活动)	兴趣(体育活动)	兴趣社团
	15:30-18:00	校内课后看护+延时托管服务				

一 1 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
第一节	8:20-8:55	艺术·音乐	体育与健康	语文	数学	语文
课间	8:55-9:05					
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45	语文	语文	数学	语文	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	语文	校本课程	语文	科学
课间	10:55—11:05					
第四节	11:05-11:40	数学	英语	体育与健康	艺术·音乐	劳动
午餐	11:40-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	英语	艺术·美术	语文	道德与法治	艺术·美术
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	综合实践	科学	体育与健康	班队
课后服务	14:40-15:25	兴趣(围棋)	兴趣(硬笔)	兴趣(体育活动)	兴趣(体育活动)	兴趣社团
	15:30-18:00	校内课后看护+延时托管服务				

一 1 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
第一节	8:20-8:55	艺术·音乐	体育与健康	语文	数学	语文
课间	8:55-9:05					
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45	语文	语文	数学	语文	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	语文	校本课程	语文	科学
课间	10:55—11:05					
第四节	11:05-11:40	数学	英语	体育与健康	艺术·音乐	劳动
午餐	11:40-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	英语	艺术·美术	语文	道德与法治	乐动比赛日
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	综合实践	科学	体育与健康	
课后服务	14:40-15:25	兴趣(围棋)	兴趣(硬笔)	兴趣(体育活动)	兴趣(体育活动)	
	15:30-18:00	校内课后看护+延时托管服务				

一 1 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	艺术·音乐	体育与健康	语文	数学	语文
课间	9:25-9:35					
第二节	9:35-10:15	语文	语文	数学	语文	体育与健康

(含眼保健操)						
课间	10:15-10:25					
第三节	10:25-11:00	道德与法治	语文	校本课程	语文	科学
课间	11:00—11:10					
第四节	11:10-11:45	数学	英语	体育与健康	艺术·音乐	劳动
午餐	11:45-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	英语	艺术·美术	语文	道德与法治	艺术·美术
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	综合实践	科学	体育与健康	班队
课后服务	14:40-15:25	兴趣(围棋)	兴趣(硬笔)	兴趣(体育活动)	兴趣(体育活动)	兴趣社团
	15:30-18:00	校内课后看护+延时托管服务				

一 1 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	艺术·音乐	体育与健康	语文	数学	语文
课间	9:25-9:35					

第二节 (含眼保健操)	9:35-10:15	语文	语文	数学	语文	体育与健康
课间	10:15-10:25					
第三节	10:25-11:00	道德与法治	语文	校本课程	语文	科学
课间	11:00—11:10					
第四节	11:10-11:45	数学	英语	体育与健康	艺术·音乐	劳动
午餐	11:45-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	英语	艺术·美术	语文	道德与法治	乐动比赛日
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	综合实践	科学	体育与健康	
课后服务	14:40-15:25	兴趣(围棋)	兴趣(硬笔)	兴趣(体育活动)	兴趣(体育活动)	
	15:30-18:00	校内课后看护+延时托管服务				

一 1 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	艺术·音乐	体育与健康	语文	数学	

课间	9:25-9:35				
第二节 (含眼保健操)	9:35-10:15	语文	语文	数学	语文
课间	10:15-10:25				
第三节	10:25-11:00	道德与法治	语文	校本课程	语文
课间	11:00—11:10				
第四节	11:10-11:45	数学	英语	体育与健康	艺术·音乐
午餐	11:45-12:10				
午休	12:10-13:10				
第五节	13:10-13:45	英语	艺术·美术	语文	道德与法治
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	综合实践	科学	体育与健康
课后服务	14:40-15:25	兴趣(围棋)	兴趣(硬笔)	兴趣(体育活动)	兴趣(体育活动)
	15:30-18:00	校内课后看护+延时托管服务			

一 1 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	艺术·音乐	体育与健康	语文	数学	语文
课间	9:25-9:35					
第二节 (含眼保健操)	9:35-10:15	语文	语文	数学	语文	体育与健康
课间	10:15-10:25					
第三节	10:25-11:00	道德与法治	语文	校本课程	语文	科学
课间	11:00—11:10					
第四节	11:10-11:45	数学	英语	体育与健康	艺术·音乐	劳动
午餐	11:45-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	英语	艺术·美术	语文	道德与法治	艺术·美术
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	综合实践	科学	体育与健康	班队
课后服务	14:40-15:25	兴趣(围棋)	兴趣(硬笔)	兴趣(体育活动)	兴趣(体育活动)	兴趣社团
	15:30-18:00	校内课后看护+延时托管服务				

一 1 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	暑假生活活动员	休業式			
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					
课后服务	14:40-15:25					
	15:30-18:00					