

三 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	语文	数学	数学	语文	数学
课间	8:55-9:05					
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45	数学	自然	语文	艺术·美术	语文
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	语文	信息科技	艺术·音乐	体育活动
课间	10:55—11:05					
第四节	11:05-11:40	艺术·音乐	体育与健康	校本课程	语文	体育与健康
午餐	11:40-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	体育与健康	体育活动	校本课程	体育与健康	英语
课间	13:45-13:55					
第六节 (含眼保健操+室内操)	13:55-14:40	英语	拓展	体育与健康	道德与法治	班队
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25	道德与法治	英语	自然	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 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	语文	数学	数学	语文	数学
课间	8:55-9:05					
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45	数学	自然	语文	艺术·美术	语文
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	语文	信息科技	艺术·音乐	体育活动
课间	10:55—11:05					
第四节	11:05-11:40	艺术·音乐	体育与健康	校本课程	语文	体育与健康
午餐	11:40-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	体育与健康	体育活动	校本课程	体育与健康	英语
课间	13:45-13:55					
第六节 (含眼保健操+室内操)	13:55-14:40	英语	拓展	体育与健康	道德与法治	班队
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25	道德与法治	英语	自然	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 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	语文	数学	数学	语文	数学
课间	8:55-9:05					
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45	数学	自然	语文	艺术·美术	语文
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	语文	信息科技	艺术·音乐	体育活动
课间	10:55—11:05					
第四节	11:05-11:40	艺术·音乐	体育与健康	校本课程	语文	体育与健康
午餐	11:40-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	体育与健康	体育活动	校本课程	体育与健康	英语
课间	13:45-13:55					
第六节 (含眼保健操+室内操)	13:55-14:40	英语	拓展	体育与健康	道德与法治	班队
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25	道德与法治	英语	自然	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 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	语文	数学	数学	社会实践	数学
课间	8:55-9:05					
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45	数学	自然	语文		语文
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	语文	信息科技		体育活动
课间	10:55—11:05					
第四节	11:05-11:40	艺术·音乐	体育与健康	校本课程		体育与健康
午餐	11:40-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	体育与健康	体育活动	校本课程		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	英语	拓展	体育与健康		
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25	道德与法治	英语	自然		
课后服务	15:30-18:00					

三 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	语文	数学	数学	语文	数学
课间	8:55-9:05					
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45	数学	自然	语文	艺术·美术	语文
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	语文	信息科技	艺术·音乐	体育活动
课间	10:55—11:05					
第四节	11:05-11:40	艺术·音乐	体育与健康	校本课程	语文	体育与健康
午餐	11:40-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	体育与健康	体育活动	校本课程	体育与健康	英语
课间	13:45-13:55					
第六节 (含眼保健操+室内操)	13:55-14:40	英语	拓展	体育与健康	道德与法治	班队
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25	道德与法治	英语	自然	英语	
课后服务	15:30-18:00					

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

三 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	语文	数学	数学	语文	数学
课间	8:55-9:05					
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45	数学	自然	语文	艺术·美术	语文
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	语文	信息科技	艺术·音乐	体育活动
课间	10:55—11:05					
第四节	11:05-11:40	艺术·音乐	体育与健康	校本课程	语文	体育与健康
午餐	11:40-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	体育与健康	体育活动	校本课程	体育与健康	英语
课间	13:45-13:55					
第六节 (含眼保健操+室内操)	13:55-14:40	英语	拓展	体育与健康	道德与法治	班队
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25	道德与法治	英语	自然	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三1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	语文	数学	数学	语文	趣味运动会
课间	8:55-9:05					
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45	数学	自然	语文	艺术·美术	
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	语文	信息科技	艺术·音乐	
课间	10:55—11:05					
第四节	11:05-11:40	艺术·音乐	体育与健康	校本课程	语文	
午餐	11:40-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	体育与健康	体育活动	校本课程	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	英语	拓展	体育与健康	道德与法治	
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25	道德与法治	英语	自然	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 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	语文	数学	数学	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	数学	自然	语文	艺术·美术	
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	语文	信息科技	艺术·音乐	
课间	10:55—11:05					
第四节	11:05-11:40	艺术·音乐	体育与健康	校本课程	语文	
午餐	11:40-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	体育与健康	体育活动	校本课程	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	英语	拓展	体育与健康	道德与法治	
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25	道德与法治	英语	自然	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 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	数学	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	艺术·美术	语文	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	艺术·音乐	体育活动	艺术·美术
课间	10:55-11:05						
第四节	11:05-11:40			校本课程	语文	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			校本课程	体育与健康	英语	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	道德与法治	班队	英语
课间	14:40-14:50						
第七节	14:50-15:25			自然	英语		道德与法治
课后服务	15:30-18:00						

三 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	语文	数学	数学	语文	数学
课间	8:55-9:05					
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45	数学	自然	语文	艺术·美术	语文
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	语文	信息科技	艺术·音乐	体育活动
课间	10:55—11:05					
第四节	11:05-11:40	艺术·音乐	体育与健康	校本课程	语文	体育与健康
午餐	11:40-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	体育与健康	体育活动	校本课程	体育与健康	英语
课间	13:45-13:55					
第六节 (含眼保健操+室内操)	13:55-14:40	英语	拓展	体育与健康	道德与法治	班队
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25	道德与法治	英语	自然	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 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	语文	数学	数学	语文	数学
课间	8:55-9:05					
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45	数学	自然	语文	艺术·美术	语文
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	语文	信息科技	艺术·音乐	体育活动
课间	10:55—11:05					
第四节	11:05-11:40	艺术·音乐	体育与健康	校本课程	语文	体育与健康
午餐	11:40-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	体育与健康	体育活动	校本课程	体育与健康	英语
课间	13:45-13:55					
第六节 (含眼保健操+室内操)	13:55-14:40	英语	拓展	体育与健康	道德与法治	班队
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25	道德与法治	英语	自然	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 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	语文	数学	数学	语文	数学
课间	8:55-9:05					
第二节 (含眼保健操)	9:05-9:45	数学	自然	语文	艺术·美术	语文
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	语文	信息科技	艺术·音乐	体育活动
课间	10:55—11:05					
第四节	11:05-11:40	艺术·音乐	体育与健康	校本课程	语文	体育与健康
午餐	11:40-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	体育与健康	体育活动	校本课程	体育与健康	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	英语	拓展	体育与健康	道德与法治	
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25	道德与法治	英语	自然	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 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	语文	数学	数学	语文	数学
课间	9:25-9:35					
第二节 (含眼保健操)	9:35-10:15	数学	自然	语文	艺术·美术	语文
课间	10:15-10:25					
第三节	10:25-11:00	艺术·美术	语文	信息科技	艺术·音乐	体育活动
课间	11:00—11:10					
第四节	11:10-11:45	艺术·音乐	体育与健康	校本课程	语文	体育与健康
午餐	11:45-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	体育与健康	体育活动	校本课程	体育与健康	英语
课间	13:45-13:55					
第六节 (含眼保健操+室内操)	13:55-14:40	英语	拓展	体育与健康	道德与法治	班队
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25	道德与法治	英语	自然	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 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	语文	数学	数学	语文	数学
课间	9:25-9:35					
第二节 (含眼保健操)	9:35-10:15	数学	自然	语文	艺术·美术	语文
课间	10:15-10:25					
第三节	10:25-11:00	艺术·美术	语文	信息科技	艺术·音乐	体育活动
课间	11:00—11:10					
第四节	11:10-11:45	艺术·音乐	体育与健康	校本课程	语文	体育与健康
午餐	11:45-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	体育与健康	体育活动	校本课程	体育与健康	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	英语	拓展	体育与健康	道德与法治	
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25	道德与法治	英语	自然	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 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	语文	数学	数学	语文	
课间	9:25-9:35					
第二节 (含眼保健操)	9:35-10:15	数学	自然	语文	艺术·美术	
课间	10:15-10:25					
第三节	10:25-11:00	艺术·美术	语文	信息科技	艺术·音乐	
课间	11:00—11:10					
第四节	11:10-11:45	艺术·音乐	体育与健康	校本课程	语文	
午餐	11:45-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	体育与健康	体育活动	校本课程	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	英语	拓展	体育与健康	道德与法治	
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25	道德与法治	英语	自然	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 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	语文	数学	数学	语文	数学
课间	9:25-9:35					
第二节 (含眼保健操)	9:35-10:15	数学	自然	语文	艺术·美术	语文
课间	10:15-10:25					
第三节	10:25-11:00	艺术·美术	语文	信息科技	艺术·音乐	体育活动
课间	11:00—11:10					
第四节	11:10-11:45	艺术·音乐	体育与健康	校本课程	语文	体育与健康
午餐	11:45-12:10					
午休	12:10-13:10					
第五节	13:10-13:45	体育与健康	体育活动	校本课程	体育与健康	英语
课间	13:45-13:55					
第六节 (含眼保健操+室内操)	13:55-14:40	英语	拓展	体育与健康	道德与法治	班队
课间	14:40-14:50					
第七节	14:50-15:25	道德与法治	英语	自然	英语	
课后服务	15:30-18:00					

三 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	暑假生活动员	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					

