

第一周 9.2-9.6

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	语文	数学	校本课程	体育与健康
大课间活动	8:55-9:25	大课间				
第二节	9:25-10:00	科学	英语	艺术·音乐	语文	语文
课间休息	10:00-10:17	课间休息 眼保健操				
第三节	10:17-10:52	语文	校本课程	体育与健康	语文	艺术·美术
课间休息	10:52-11:04	课间休息				
第四节	11:04-11:39	数学	科学	语文	体育与健康	数学
午休	11:39-13:05	午休				
第五节	13:05-13:40	英语	体育与健康	语文	劳动	校本课程
大课间活动	13:40-14:02	大课间 室内操 眼保健操				
第六节	14:02-14:37	道德与法治	艺术·美术	道德与法治	艺术·音乐	综合实践活动
课后服务	14:37-17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
课后服务	17:30-18:00	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务



第三周 9.18-9.20 (9.15-9.17中秋放假)

时间		星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	数学	校本课程	体育与健康
大课间活动	8:55-9:25	大课间		
第二节	9:25-10:00	艺术·音乐	语文	语文
课间休息	10:00-10:17	课间休息 眼保健操		
第三节	10:17-10:52	体育与健康	语文	艺术·美术
课间休息	10:52-11:04	课间休息		
第四节	11:04-11:39	语文	体育与健康	数学
午休	11:39-13:05	午休		
第五节	13:05-13:40	语文	劳动	校本课程
大课间活动	13:40-14:02	大课间 室内操 眼保健操		
第六节	14:02-14:37	道德与法治	艺术·音乐	综合实践活动
课后服务	14:37-17:30	课后服务	课后服务	课后服务
课后服务	17:30-18:00	课后服务	课后服务	课后服务

第四周 9.23-9.27

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	语文	数学	校本课程	体育与健康
大课间活动	8:55-9:25	大课间				
第二节	9:25-10:00	科学	英语	艺术·音乐	语文	语文
课间休息	10:00-10:17	课间休息 眼保健操				
第三节	10:17-10:52	语文	校本课程	体育与健康	语文	艺术·美术
课间休息	10:52-11:04	课间休息				
第四节	11:04-11:39	数学	科学	语文	体育与健康	数学
午休	11:39-13:05	午休				
第五节	13:05-13:40	英语	体育与健康	语文	劳动	校本课程
大课间活动	13:40-14:02	大课间 室内操 眼保健操				
第六节	14:02-14:37	道德与法治	艺术·美术	道德与法治	艺术·音乐	综合实践活动
课后服务	14:37-17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
课后服务	17:30-18:00	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务

第五周 9.29-9.30 (10.1-10.7国庆放假)

时间		星期日	星期一
第一节	8:20-8:55	体育与健康	语文
大课间活动	8:55-9:25	大课间	
第二节	9:25-10:00	语文	科学
课间休息	10:00-10:17	课间休息 眼保健操	
第三节	10:17-10:52	艺术·美术	语文
课间休息	10:52-11:04	课间休息	
第四节	11:04-11:39	数学	数学
午休	11:39-13:05		午休
第五节	13:05-13:40	校本课程	英语
大课间活动	13:40-14:02	大课间 室内操 眼保健操	
第六节	14:02-14:37	综合实践活动	道德与法治
课后服务	14:37-17:30	课后服务	课后服务
课后服务	17:30-18:00	课后服务	课后服务

第六周 10.8-10.12 (10.12为中秋假期调休上课)

时间		星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
第一节	8:20-8:55	语文	语文	数学	校本课程	体育与健康
大课间活动	8:55-9:25	大课间				
第二节	9:25-10:00	科学	英语	艺术·音乐	语文	语文
课间休息	10:00-10:17	课间休息 眼保健操				
第三节	10:17-10:52	语文	校本课程	体育与健康	语文	艺术·美术
课间休息	10:52-11:04	课间休息				
第四节	11:04-11:39	数学	科学	语文	体育与健康	数学
午休	11:39-13:05	午休				
第五节	13:05-13:40	英语	体育与健康	语文	劳动	校本课程
大课间活动	13:40-14:02	大课间 室内操 眼保健操				
第六节	14:02-14:37	道德与法治	艺术·美术	道德与法治	艺术·音乐	综合实践活动
课后服务	14:37-17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
课后服务	17:30-18:00	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务

第七周 10.14-10.18

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	语文	数学	校本课程	体育与健康
大课间活动	8:55-9:25	大课间				
第二节	9:25-10:00	科学	英语	艺术·音乐	语文	语文
课间休息	10:00-10:17	课间休息 眼保健操				
第三节	10:17-10:52	语文	校本课程	体育与健康	语文	艺术·美术
课间休息	10:52-11:04	课间休息				
第四节	11:04-11:39	数学	科学	语文	体育与健康	数学
午休	11:39-13:05	午休				
第五节	13:05-13:40	英语	体育与健康	语文	劳动	校本课程
大课间活动	13:40-14:02	大课间 室内操 眼保健操				
第六节	14:02-14:37	道德与法治	艺术·美术	道德与法治	艺术·音乐	综合实践活动
课后服务	14:37-17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
课后服务	17:30-18:00	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务

第八周 10.21-10.25

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	语文	数学	校本课程	体育与健康
大课间活动	8:55-9:25	大课间				
第二节	9:25-10:00	科学	英语	艺术·音乐	语文	语文
课间休息	10:00-10:17	课间休息 眼保健操				
第三节	10:17-10:52	语文	校本课程	体育与健康	语文	艺术·美术
课间休息	10:52-11:04	课间休息				
第四节	11:04-11:39	数学	科学	语文	体育与健康	数学
午休	11:39-13:05	午休				
第五节	13:05-13:40	英语	体育与健康	语文	劳动	校本课程
大课间活动	13:40-14:02	大课间 室内操 眼保健操				
第六节	14:02-14:37	道德与法治	艺术·美术	道德与法治	艺术·音乐	综合实践活动
课后服务	14:37-17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
课后服务	17:30-18:00	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务



第九周 10.28-11.1

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	语文	数学	校本课程	体育与健康
大课间活动	8:55-9:25	大课间				
第二节	9:25-10:00	科学	英语	艺术·音乐	语文	语文
课间休息	10:00-10:17	课间休息 眼保健操				
第三节	10:17-10:52	语文	校本课程	体育与健康	语文	艺术·美术
课间休息	10:52-11:04	课间休息				
第四节	11:04-11:39	数学	科学	语文	体育与健康	数学
午休	11:39-13:05	午休				
第五节	13:05-13:40	英语	体育与健康	语文	劳动	校本课程
大课间活动	13:40-14:02	大课间 室内操 眼保健操				
第六节	14:02-14:37	道德与法治	艺术·美术	道德与法治	艺术·音乐	综合实践活动
课后服务	14:37-17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
课后服务	17:30-18:00	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务

第十周 11.4-11.8

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	语文	数学	校本课程	体育与健康
大课间活动	8:55-9:25	大课间				
第二节	9:25-10:00	科学	英语	艺术·音乐	语文	语文
课间休息	10:00-10:17	课间休息 眼保健操				
第三节	10:17-10:52	语文	校本课程	体育与健康	语文	艺术·美术
课间休息	10:52-11:04	课间休息				
第四节	11:04-11:39	数学	科学	语文	体育与健康	数学
午休	11:39-13:05	午休				
第五节	13:05-13:40	英语	体育与健康	语文	劳动	校本课程
大课间活动	13:40-14:02	大课间 室内操 眼保健操				
第六节	14:02-14:37	道德与法治	艺术·美术	道德与法治	艺术·音乐	综合实践活动
课后服务	14:37-17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
课后服务	17:30-18:00	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务

第十一周 11.11-11.15

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	语文	数学	校本课程	体育与健康
大课间活动	8:55-9:25	大课间				
第二节	9:25-10:00	科学	英语	艺术·音乐	语文	语文
课间休息	10:00-10:17	课间休息 眼保健操				
第三节	10:17-10:52	语文	校本课程	体育与健康	语文	艺术·美术
课间休息	10:52-11:04	课间休息				
第四节	11:04-11:39	数学	科学	语文	体育与健康	数学
午休	11:39-13:05	午休				
第五节	13:05-13:40	英语	体育与健康	语文	劳动	校本课程
大课间活动	13:40-14:02	大课间 室内操 眼保健操				
第六节	14:02-14:37	道德与法治	艺术·美术	道德与法治	艺术·音乐	综合实践活动
课后服务	14:37-17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
课后服务	17:30-18:00	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务

第十二周 11.18-11.22

时间		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	秋游	语文	数学	校本课程	体育与健康
大课间活动	8:55-9:25		大课间			
第二节	9:25-10:00		英语	艺术·音乐	语文	语文
课间休息	10:00-10:17		课间休息 眼保健操			
第三节	10:17-10:52		校本课程	体育与健康	语文	艺术·美术
课间休息	10:52-11:04		课间休息			
第四节	11:04-11:39		科学	语文	体育与健康	数学
午休	11:39-13:05		午休			
第五节	13:05-13:40		体育与健康	语文	劳动	校本课程
大课间活动	13:40-14:02		大课间 室内操 眼保健操			
第六节	14:02-14:37		艺术·美术	道德与法治	艺术·音乐	综合实践活动
课后服务	14:37-17:30		课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
课后服务	17:30-18:00		课后服务	课后服务	课后服务	课后服务

第十三周 11.25-11.29

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	语文	数学	校本课程	体育与健康
大课间活动	8:55-9:25	大课间				
第二节	9:25-10:00	科学	英语	艺术·音乐	语文	语文
课间休息	10:00-10:17	课间休息 眼保健操				
第三节	10:17-10:52	语文	校本课程	体育与健康	语文	艺术·美术
课间休息	10:52-11:04	课间休息				
第四节	11:04-11:39	数学	科学	语文	体育与健康	数学
午休	11:39-13:05	午休				
第五节	13:05-13:40	英语	体育与健康	语文	劳动	校本课程
大课间活动	13:40-14:02	大课间 室内操 眼保健操				
第六节	14:02-14:37	道德与法治	艺术·美术	道德与法治	艺术·音乐	综合实践活动
课后服务	14:37-17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
课后服务	17:30-18:00	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务

第十四周 12.2-12.6

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	语文	数学	校本课程	体育与健康
大课间活动	8:55-9:25	大课间				
第二节	9:25-10:00	科学	英语	艺术·音乐	语文	语文
课间休息	10:00-10:17	课间休息 眼保健操				
第三节	10:17-10:52	语文	校本课程	体育与健康	语文	艺术·美术
课间休息	10:52-11:04	课间休息				
第四节	11:04-11:39	数学	科学	语文	体育与健康	数学
午休	11:39-13:05	午休				
第五节	13:05-13:40	英语	体育与健康	语文	劳动	校本课程
大课间活动	13:40-14:02	大课间 室内操 眼保健操				
第六节	14:02-14:37	道德与法治	艺术·美术	道德与法治	艺术·音乐	综合实践活动
课后服务	14:37-17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
课后服务	17:30-18:00	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务

第十五周 12.9-12.13

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	语文	数学	校本课程	体育与健康
大课间活动	8:55-9:25	大课间				
第二节	9:25-10:00	科学	英语	艺术·音乐	语文	语文
课间休息	10:00-10:17	课间休息 眼保健操				
第三节	10:17-10:52	语文	校本课程	体育与健康	语文	艺术·美术
课间休息	10:52-11:04	课间休息				
第四节	11:04-11:39	数学	科学	语文	体育与健康	数学
午休	11:39-13:05	午休				
第五节	13:05-13:40	英语	体育与健康	语文	劳动	校本课程
大课间活动	13:40-14:02	大课间 室内操 眼保健操				
第六节	14:02-14:37	道德与法治	艺术·美术	道德与法治	艺术·音乐	综合实践活动
课后服务	14:37-17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
课后服务	17:30-18:00	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务

第十六周 12.16-12.20

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	语文	数学	校本课程	体育与健康
大课间活动	8:55-9:25	大课间				
第二节	9:25-10:00	科学	英语	艺术·音乐	语文	语文
课间休息	10:00-10:17	课间休息 眼保健操				
第三节	10:17-10:52	语文	校本课程	体育与健康	语文	艺术·美术
课间休息	10:52-11:04	课间休息				
第四节	11:04-11:39	数学	科学	语文	体育与健康	数学
午休	11:39-13:05	午休				
第五节	13:05-13:40	英语	体育与健康	语文	劳动	校本课程
大课间活动	13:40-14:02	大课间 室内操 眼保健操				
第六节	14:02-14:37	道德与法治	艺术·美术	道德与法治	艺术·音乐	综合实践活动
课后服务	14:37-17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
课后服务	17:30-18:00	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务



第十七周 12.23-12.26

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	语文	数学	校本课程	体育与健康
大课间活动	8:55-9:25	大课间				
第二节	9:25-10:00	科学	英语	艺术·音乐	语文	语文
课间休息	10:00-10:17	课间休息 眼保健操				
第三节	10:17-10:52	语文	校本课程	体育与健康	语文	艺术·美术
课间休息	10:52-11:04	课间休息				
第四节	11:04-11:39	数学	科学	语文	体育与健康	数学
午休	11:39-13:05	午休				
第五节	13:05-13:40	英语	体育与健康	语文	劳动	校本课程
大课间活动	13:40-14:02	大课间 室内操 眼保健操				
第六节	14:02-14:37	道德与法治	艺术·美术	道德与法治	艺术·音乐	综合实践活动
课后服务	14:37-17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
课后服务	17:30-18:00	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务

第十八周 12.30-1.3

时间		星期一	星期二	元旦放假	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	语文	语文		校本课程	体育与健康
大课间活动	8:55-9:25	大课间				
第二节	9:25-10:00	科学	英语		语文	语文
课间休息	10:00-10:17	课间休息 眼保健操			课间休息 眼保健操	
第三节	10:17-10:52	语文	校本课程		语文	艺术·美术
课间休息	10:52-11:04	课间休息			课间休息	
第四节	11:04-11:39	数学	科学		体育与健康	数学
午休	11:39-13:05	午休			午休	
第五节	13:05-13:40	英语	体育与健康		劳动	校本课程
大课间活动	13:40-14:02	大课间 室内操 眼保健操			大课间 室内操 眼保健操	
第六节	14:02-14:37	道德与法治	艺术·美术		艺术·音乐	综合实践活动
课后服务	14:37-17:30	课后服务	课后服务		课后服务	课后服务
课后服务	17:30-18:00	课后服务	课后服务		课后服务	课后服务

第十九周 1.6-1.10

时间		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	语文	语文	数学	校本课程	体育与健康
大课间活动	8:55-9:25	大课间				
第二节	9:25-10:00	科学	英语	艺术·音乐	语文	语文
课间休息	10:00-10:17	课间休息 眼保健操				
第三节	10:17-10:52	语文	校本课程	体育与健康	语文	艺术·美术
课间休息	10:52-11:04	课间休息				
第四节	11:04-11:39	数学	科学	语文	体育与健康	数学
午休	11:39-13:05	午休				
第五节	13:05-13:40	英语	体育与健康	语文	劳动	校本课程
大课间活动	13:40-14:02	大课间 室内操 眼保健操				
第六节	14:02-14:37	道德与法治	艺术·美术	道德与法治	艺术·音乐	综合实践活动
课后服务	14:37-17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务
课后服务	17:30-18:00	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务

第二十周 1.13-1.17

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	语文	数学	校本课程	休业式
大课间活动	8:55-9:25	大课间				
第二节	9:25-10:00	科学	英语	艺术·音乐	语文	
课间休息	10:00-10:17	课间休息 眼保健操				
第三节	10:17-10:52	语文	校本课程	体育与健康	语文	
课间休息	10:52-11:04	课间休息				
第四节	11:04-11:39	数学	科学	语文	体育与健康	
午休	11:39-13:05	午休				
第五节	13:05-13:40	英语	体育与健康	语文	劳动	
大课间活动	13:40-14:02	大课间 室内操 眼保健操				
第六节	14:02-14:37	道德与法治	艺术·美术	道德与法治	艺术·音乐	
课后服务	14:37-17:30	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	
课后服务	17:30-18:00	课后服务	课后服务	课后服务	课后服务	