

### 三 (1) 班

第1周(9.1-9.5)

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	艺术.美术	数学	体育与健康	数学	英语
课间	8:55-9:25	大课间	大课间	大课间	大课间	大课间
	9:26-9:36	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第二节	9:37-10:12	艺术.音乐	英语	语文	语文	语文
课间	10:17-10:27	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第三节	10:29-11:04	语文	体育与健康	数学	信息科技	体育与健康
课间	11:04-11:14	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第四节	11:16-11:51	英语	语文	英语	科学	数学
课间	12:10-13:10	午间休息	午间休息	午间休息	午间休息	午间休息
第五节	13:12-13:47	体育与健康	劳动.劳技	写字	艺术.美术	班团队活动
课间	13:52-14:02	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第六节	14:08-14:43	综合实践活动	道德与法治	体育活动	体育与健康	体育活动
课间	14:43-14:53	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课后服务
第七节	14:55-15:30	心理健康活动	艺术.音乐	道德与法治	科学	
	15:30-17:30	课后服务				
	17:30-18:00					

动态调整，如有变动请以学校通知为准

第2周(9.8-9.12)

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	艺术.美术	数学	体育与健康	数学	英语
课间	8:55-9:25	大课间	大课间	大课间	大课间	大课间
	9:26-9:36	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第二节	9:37-10:12	艺术.音乐	英语	语文	语文	语文
课间	10:17-10:27	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第三节	10:29-11:04	语文	体育与健康	数学	信息科技	体育与健康
课间	11:04-11:14	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第四节	11:16-11:51	英语	语文	英语	科学	数学
课间	12:10-13:10	午休休息	午休休息	午休休息	午休休息	午休休息
第五节	13:12-13:47	体育与健康	劳动.劳技	写字	艺术.美术	班团队活动
课间	13:52-14:02	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第六节	14:08-14:43	综合实践活动	道德与法治	体育活动	体育与健康	体育活动
课间	14:43-14:53	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课后服务
第七节	14:55-15:30	心理健康活动	艺术.音乐	道德与法治	科学	
	15:30-17:30	课后服务				
	17:30-18:00					

动态调整，如有变动请以学校通知为准

第3周(9.15-9.19)

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	艺术.美术	数学	体育与健康	数学	英语
课间	8:55-9:25	大课间	大课间	大课间	大课间	大课间
	9:26-9:36	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第二节	9:37-10:12	艺术.音乐	英语	语文	语文	语文
课间	10:17-10:27	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第三节	10:29-11:04	语文	体育与健康	数学	信息科技	体育与健康
课间	11:04-11:14	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第四节	11:16-11:51	英语	语文	英语	科学	数学
课间	12:10-13:10	午休休息	午休休息	午休休息	午休休息	午休休息
第五节	13:12-13:47	体育与健康	劳动.劳技	写字	艺术.美术	班团队活动
课间	13:52-14:02	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第六节	14:08-14:43	综合实践活动	道德与法治	体育活动	体育与健康	体育活动
课间	14:43-14:53	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课后服务
第七节	14:55-15:30	心理健康活动	艺术.音乐	道德与法治	科学	
	15:30-17:30	课后服务				
	17:30-18:00					

动态调整，如有变动请以学校通知为准

第4周(9.22-9.26)

	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	艺术.美术	数学	体育与健康	数学	乐动比赛日	休息	
课间	8:55-9:25	大课间	大课间	大课间	大课间			
	9:26-9:36	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息			
第二节	9:37-10:12	艺术.音乐	英语	语文	语文			
课间	10:17-10:27	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息			
第三节	10:29-11:04	语文	体育与健康	数学	信息科技			
课间	11:04-11:14	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息			
第四节	11:16-11:51	英语	语文	英语	科学			
课间	12:10-13:10	午休休息	午休休息	午休休息	午休休息			午休休息
第五节	13:12-13:47	体育与健康	劳动.劳技	写字	艺术.美术			班团队活动
课间	13:52-14:02	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息			课间休息
第六节	14:08-14:43	综合实践活动	道德与法治	体育活动	体育与健康			体育活动
课间	14:43-14:53	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息			课间休息
第七节	14:55-15:30	心理健康活动	艺术.音乐	道德与法治	科学			课后服务
	15:30-17:30	课后服务						
	17:30-18:00							

动态调整，如有变动请以学校通知为准

第5周(9.29-10.3)

	时间	星期日上(周)	星期一	星期二	星期三/星期四
第一节	8:20-8:55	数学	艺术.美术	数学	国庆
课间	8:55-9:25	大课间	大课间	大课间	
	9:26-9:36	课间休息	课间休息	课间休息	
第二节	9:37-10:12	英语	艺术.音乐	英语	
课间	10:17-10:27	课间休息	课间休息	课间休息	
第三节	10:29-11:04	体育与健康	语文	体育与健康	
课间	11:04-11:14	课间休息	课间休息	课间休息	
第四节	11:16-11:51	语文	英语	语文	
课间	12:10-13:10	午间休息	午间休息	午间休息	
第五节	13:12-13:47	劳动.劳技	体育与健康	劳动.劳技	
课间	13:52-14:02	课间休息	课间休息	课间休息	
第六节	14:08-14:43	道德与法治	综合实践活动	道德与法治	
课间	14:43-14:53	课间休息	课间休息	课间休息	
第七节	14:55-15:30	艺术.音乐	心理健康活动	艺术.音乐	
	15:30-17:30	课后服务		课后服务按需提	
	17:30-18:00			供	

第6周(10.6-10.11)

	时间	星期一/星期三	星期四	星期五	星期六上周三课
第一节	8:20-8:55	国庆	数学	英语	体育与健康
课间	8:55-9:25		大课间	大课间	大课间
	9:26-9:36		课间休息	课间休息	课间休息
第二节	9:37-10:12		语文	语文	语文
课间	10:17-10:27		课间休息	课间休息	课间休息
第三节	10:29-11:04		信息科技	体育与健康	数学
课间	11:04-11:14		课间休息	课间休息	课间休息
第四节	11:16-11:51		科学	数学	英语
课间	12:10-13:10		午间休息	午间休息	午间休息
第五节	13:12-13:47		艺术.美术	班团队活动	写字
课间	13:52-14:02		课间休息	课间休息	课间休息
第六节	14:08-14:43		体育与健康	体育活动	体育活动
课间	14:43-14:53		课间休息	课间休息	课间休息
第七节	14:55-15:30		科学		道德与法治
	15:30-17:30		课后服务		
	17:30-18:00		课后服务	课后服务	

第7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	艺术.美术	数学	体育与健康	数学	英语
课间	8:55-9:25	大课间	大课间	大课间	大课间	大课间
	9:26-9:36	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第二节	9:37-10:12	艺术.音乐	英语	语文	语文	语文
课间	10:17-10:27	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第三节	10:29-11:04	语文	体育与健康	数学	信息科技	体育与健康
课间	11:04-11:14	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第四节	11:16-11:51	英语	语文	英语	科学	数学
课间	12:10-13:10	午休休息	午休休息	午休休息	午休休息	午休休息
第五节	13:12-13:47	体育与健康	劳动.劳技	写字	艺术.美术	班团队活动
课间	13:52-14:02	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第六节	14:08-14:43	综合实践活动	道德与法治	体育活动	体育与健康	体育活动
课间	14:43-14:53	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课后服务
第七节	14:55-15:30	心理健康活动	艺术.音乐	道德与法治	科学	
	15:30-17:30	课后服务				
	17:30-18:00					

动态调整，如有变动请以学校通知为准

第8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	艺术.美术	数学	体育与健康	数学	英语
课间	8:55-9:25	大课间	大课间	大课间	大课间	大课间
	9:26-9:36	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第二节	9:37-10:12	艺术.音乐	英语	语文	语文	语文
课间	10:17-10:27	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第三节	10:29-11:04	语文	体育与健康	数学	信息科技	体育与健康
课间	11:04-11:14	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第四节	11:16-11:51	英语	语文	英语	科学	数学
课间	12:10-13:10	午休休息	午休休息	午休休息	午休休息	午休休息
第五节	13:12-13:47	体育与健康	劳动.劳技	写字	艺术.美术	班团队活动
课间	13:52-14:02	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第六节	14:08-14:43	综合实践活动	道德与法治	体育活动	体育与健康	体育活动
课间	14:43-14:53	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课后服务
第七节	14:55-15:30	心理健康活动	艺术.音乐	道德与法治	科学	
	15:30-17:30	课后服务				
	17:30-18:00					

动态调整，如有变动请以学校通知为准

第9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	艺术.美术	数学	体育与健康	数学	乐动比赛日	
课间	8:55-9:25	大课间	大课间	大课间	大课间		
	9:26-9:36	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息		
第二节	9:37-10:12	艺术.音乐	英语	语文	语文		
课间	10:17-10:27	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息		
第三节	10:29-11:04	语文	体育与健康	数学	信息科技		
课间	11:04-11:14	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息		
第四节	11:16-11:51	英语	语文	英语	科学		
课间	12:10-13:10	午休休息	午休休息	午休休息	午休休息		午休休息
第五节	13:12-13:47	体育与健康	劳动.劳技	写字	艺术.美术		班团队活动
课间	13:52-14:02	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息		课间休息
第六节	14:08-14:43	综合实践活动	道德与法治	体育活动	体育与健康		体育活动
课间	14:43-14:53	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课后服务	
第七节	14:55-15:30	心理健康活动	艺术.音乐	道德与法治	科学		
	15:30-17:30	课后服务					
	17:30-18:00						

动态调整，如有变动请以学校通知为准

第10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	艺术.美术	数学	体育与健康	数学	学校秋游
课间	8:55-9:25	大课间	大课间	大课间	大课间	
	9:26-9:36	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	
第二节	9:37-10:12	艺术.音乐	英语	语文	语文	
课间	10:17-10:27	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	
第三节	10:29-11:04	语文	体育与健康	数学	信息科技	
课间	11:04-11:14	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	
第四节	11:16-11:51	英语	语文	英语	科学	
课间	12:10-13:10	午间休息	午间休息	午间休息	午间休息	
第五节	13:12-13:47	体育与健康	劳动.劳技	写字	艺术.美术	
课间	13:52-14:02	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	
第六节	14:08-14:43	综合实践活动	道德与法治	体育活动	体育与健康	
课间	14:43-14:53	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	
第七节	14:55-15:30	心理健康活动	艺术.音乐	道德与法治	科学	
	15:30-17:30	课后服务				
	17:30-18:00					

动态调整，如有变动请以学校通知为准

第11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	艺术.美术	数学	体育与健康	数学	英语
课间	8:55-9:25	大课间	大课间	大课间	大课间	大课间
	9:26-9:36	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第二节	9:37-10:12	艺术.音乐	英语	语文	语文	语文
课间	10:17-10:27	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第三节	10:29-11:04	语文	体育与健康	数学	信息科技	体育与健康
课间	11:04-11:14	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第四节	11:16-11:51	英语	语文	英语	科学	数学
课间	12:10-13:10	午休休息	午休休息	午休休息	午休休息	午休休息
第五节	13:12-13:47	体育与健康	劳动.劳技	写字	艺术.美术	班团队活动
课间	13:52-14:02	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第六节	14:08-14:43	综合实践活动	道德与法治	体育活动	体育与健康	体育活动
课间	14:43-14:53	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课后服务
第七节	14:55-15:30	心理健康活动	艺术.音乐	道德与法治	科学	
	15:30-17:30	课后服务				
	17:30-18:00					

动态调整，如有变动请以学校通知为准

第12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	艺术.美术	数学	学校秋季运动会	数学	英语
课间	8:55-9:25	大课间	大课间		大课间	大课间
	9:26-9:36	课间休息	课间休息		课间休息	课间休息
第二节	9:37-10:12	艺术.音乐	英语		语文	语文
课间	10:17-10:27	课间休息	课间休息		课间休息	课间休息
第三节	10:29-11:04	语文	体育与健康		信息科技	体育与健康
课间	11:04-11:14	课间休息	课间休息		课间休息	课间休息
第四节	11:16-11:51	英语	语文		科学	数学
课间	12:10-13:10	午间休息	午间休息		午间休息	午间休息
第五节	13:12-13:47	体育与健康	劳动.劳技		艺术.美术	班团队活动
课间	13:52-14:02	课间休息	课间休息		课间休息	课间休息
第六节	14:08-14:43	综合实践活动	道德与法治		体育与健康	体育活动
课间	14:43-14:53	课间休息	课间休息		课间休息	课间休息
第七节	14:55-15:30	心理健康活动	艺术.音乐		科学	课后服务
	15:30-17:30	课后服务			课后服务	
	17:30-18:00					

动态调整，如有变动请以学校通知为准

第13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	艺术.美术	数学	体育与健康	数学	乐动比赛日	
课间	8:55-9:25	大课间	大课间	大课间	大课间		
	9:26-9:36	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息		
第二节	9:37-10:12	艺术.音乐	英语	语文	语文		
课间	10:17-10:27	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息		
第三节	10:29-11:04	语文	体育与健康	数学	信息科技		
课间	11:04-11:14	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息		
第四节	11:16-11:51	英语	语文	英语	科学		
课间	12:10-13:10	午休休息	午休休息	午休休息	午休休息		午休休息
第五节	13:12-13:47	体育与健康	劳动.劳技	写字	艺术.美术		班团队活动
课间	13:52-14:02	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息		课间休息
第六节	14:08-14:43	综合实践活动	道德与法治	体育活动	体育与健康		体育活动
课间	14:43-14:53	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	
第七节	14:55-15:30	心理健康活动	艺术.音乐	道德与法治	科学	课后服务	
	15:30-17:30	课后服务					
	17:30-18:00						

动态调整，如有变动请以学校通知为准

第14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	艺术.美术	数学	体育与健康	数学	英语
课间	8:55-9:25	大课间	大课间	大课间	大课间	大课间
	9:26-9:36	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第二节	9:37-10:12	艺术.音乐	英语	语文	语文	语文
课间	10:17-10:27	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第三节	10:29-11:04	语文	体育与健康	数学	信息科技	体育与健康
课间	11:04-11:14	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第四节	11:16-11:51	英语	语文	英语	科学	数学
课间	12:10-13:10	午休休息	午休休息	午休休息	午休休息	午休休息
第五节	13:12-13:47	体育与健康	劳动.劳技	写字	艺术.美术	班团队活动
课间	13:52-14:02	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第六节	14:08-14:43	综合实践活动	道德与法治	体育活动	体育与健康	体育活动
课间	14:43-14:53	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课后服务
第七节	14:55-15:30	心理健康活动	艺术.音乐	道德与法治	科学	
	15:30-17:30	课后服务				
	17:30-18:00					

动态调整，如有变动请以学校通知为准

第15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	艺术.美术	数学	体育与健康	数学	英语
课间	8:55-9:25	大课间	大课间	大课间	大课间	大课间
	9:26-9:36	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第二节	9:37-10:12	艺术.音乐	英语	语文	语文	语文
课间	10:17-10:27	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第三节	10:29-11:04	语文	体育与健康	数学	信息科技	体育与健康
课间	11:04-11:14	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第四节	11:16-11:51	英语	语文	英语	科学	数学
课间	12:10-13:10	午休休息	午休休息	午休休息	午休休息	午休休息
第五节	13:12-13:47	体育与健康	劳动.劳技	写字	艺术.美术	班团队活动
课间	13:52-14:02	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第六节	14:08-14:43	综合实践活动	道德与法治	体育活动	体育与健康	体育活动
课间	14:43-14:53	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课后服务
第七节	14:55-15:30	心理健康活动	艺术.音乐	道德与法治	科学	
	15:30-17:30	课后服务				
	17:30-18:00					

动态调整，如有变动请以学校通知为准

第16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	艺术.美术	数学	体育与健康	数学	英语
课间	8:55-9:25	大课间	大课间	大课间	大课间	大课间
	9:26-9:36	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第二节	9:37-10:12	艺术.音乐	英语	语文	语文	语文
课间	10:17-10:27	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第三节	10:29-11:04	语文	体育与健康	数学	信息科技	体育与健康
课间	11:04-11:14	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第四节	11:16-11:51	英语	语文	英语	科学	数学
课间	12:10-13:10	午休休息	午休休息	午休休息	午休休息	午休休息
第五节	13:12-13:47	体育与健康	劳动.劳技	写字	艺术.美术	班团队活动
课间	13:52-14:02	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第六节	14:08-14:43	综合实践活动	道德与法治	体育活动	体育与健康	体育活动
课间	14:43-14:53	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课后服务
第七节	14:55-15:30	心理健康活动	艺术.音乐	道德与法治	科学	
	15:30-17:30	课后服务				
	17:30-18:00					

动态调整，如有变动请以学校通知为准

第17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	艺术.美术	数学	体育与健康	数学	乐动比赛日	
课间	8:55-9:25	大课间	大课间	大课间	大课间		
	9:26-9:36	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息		
第二节	9:37-10:12	艺术.音乐	英语	语文	语文		
课间	10:17-10:27	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息		
第三节	10:29-11:04	语文	体育与健康	数学	信息科技		
课间	11:04-11:14	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息		
第四节	11:16-11:51	英语	语文	英语	科学		
课间	12:10-13:10	午休休息	午休休息	午休休息	午休休息		午休休息
第五节	13:12-13:47	体育与健康	劳动.劳技	写字	艺术.美术		班团队活动
课间	13:52-14:02	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息		课间休息
第六节	14:08-14:43	综合实践活动	道德与法治	体育活动	体育与健康		体育活动
课间	14:43-14:53	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	
第七节	14:55-15:30	心理健康活动	艺术.音乐	道德与法治	科学	课后服务	
	15:30-17:30	课后服务					
	17:30-18:00						

动态调整，如有变动请以学校通知为准

第18周(12.29-1.4)

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四-星期六	星期日上午	
第一节	8:20-8:55	艺术.美术	数学	元旦迎新活动	元旦	数学	
课间	8:55-9:25	大课间	大课间			大课间	
	9:26-9:36	课间休息	课间休息			课间休息	
	9:37-10:12	艺术.音乐	英语			语文	
第二节	9:37-10:12	艺术.音乐	英语			语文	语文
课间	10:17-10:27	课间休息	课间休息			课间休息	课间休息
第三节	10:29-11:04	语文	体育与健康			信息科技	信息科技
课间	11:04-11:14	课间休息	课间休息			课间休息	课间休息
第四节	11:16-11:51	英语	语文			科学	科学
课间	12:10-13:10	午间休息	午间休息			午间休息	午间休息
第五节	13:12-13:47	体育与健康	劳动.劳技	课后服务按需提供	艺术.美术	艺术.美术	
课间	13:52-14:02	课间休息	课间休息		课间休息	课间休息	
第六节	14:08-14:43	综合实践活动	道德与法治		体育与健康	体育与健康	
课间	14:43-14:53	课间休息	课间休息		课间休息	课间休息	
第七节	14:55-15:30	心理健康活动	艺术.音乐		科学	科学	
	15:30-17:30	课后服务					
	17:30-18:00					课后服务	

动态调整，如有变动请以学校通知为准

第19周(1.5-1.9)

	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.美术	数学	体育与健康	数学	英语
课间	8:55-9:25	大课间	大课间	大课间	大课间	大课间
	9:26-9:36	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第二节	9:37-10:12	艺术.音乐	英语	语文	语文	语文
课间	10:17-10:27	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第三节	10:29-11:04	语文	体育与健康	数学	信息科技	体育与健康
课间	11:04-11:14	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第四节	11:16-11:51	英语	语文	英语	科学	数学
课间	12:10-13:10	午休休息	午休休息	午休休息	午休休息	午休休息
第五节	13:12-13:47	体育与健康	劳动.劳技	写字	艺术.美术	班团队活动
课间	13:52-14:02	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第六节	14:08-14:43	综合实践活动	道德与法治	体育活动	体育与健康	体育活动
课间	14:43-14:53	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课后服务
第七节	14:55-15:30	心理健康活动	艺术.音乐	道德与法治	科学	
	15:30-17:30	课后服务				
	17:30-18:00					

动态调整，如有变动请以学校通知为准

第20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	艺术.美术	数学	体育与健康	数学	英语
课间	8:55-9:25	大课间	大课间	大课间	大课间	大课间
	9:26-9:36	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第二节	9:37-10:12	艺术.音乐	英语	语文	语文	语文
课间	10:17-10:27	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第三节	10:29-11:04	语文	体育与健康	数学	信息科技	体育与健康
课间	11:04-11:14	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第四节	11:16-11:51	英语	语文	英语	科学	数学
课间	12:10-13:10	午休休息	午休休息	午休休息	午休休息	午休休息
第五节	13:12-13:47	体育与健康	劳动.劳技	写字	艺术.美术	班团队活动
课间	13:52-14:02	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第六节	14:08-14:43	综合实践活动	道德与法治	体育活动	体育与健康	体育活动
课间	14:43-14:53	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课后服务
第七节	14:55-15:30	心理健康活动	艺术.音乐	道德与法治	科学	
	15:30-17:30	课后服务				
	17:30-18:00					

动态调整，如有变动请以学校通知为准

第21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	艺术.美术	数学	体育与健康	数学	英语
课间	8:55-9:25	大课间	大课间	大课间	大课间	大课间
	9:26-9:36	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第二节	9:37-10:12	艺术.音乐	英语	语文	语文	语文
课间	10:17-10:27	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第三节	10:29-11:04	语文	体育与健康	数学	信息科技	体育与健康
课间	11:04-11:14	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第四节	11:16-11:51	英语	语文	英语	科学	数学
课间	12:10-13:10	午休休息	午休休息	午休休息	午休休息	午休休息
第五节	13:12-13:47	体育与健康	劳动.劳技	写字	艺术.美术	班团队活动
课间	13:52-14:02	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第六节	14:08-14:43	综合实践活动	道德与法治	体育活动	体育与健康	体育活动
课间	14:43-14:53	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课后服务
第七节	14:55-15:30	心理健康活动	艺术.音乐	道德与法治	科学	
	15:30-17:30	课后服务				
	17:30-18:00					

动态调整，如有变动请以学校通知为准

第22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	艺术.美术	数学	寒假安全教育	寒假生活指导	2025第一学期结业式
课间	8:55-9:25	大课间	大课间	大课间	大课间	大课间
	9:26-9:36	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第二节	9:37-10:12	艺术.音乐	英语	寒假安全教育	阅读分享	2025第一学期结业式
课间	10:17-10:27	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第三节	10:29-11:04	语文	体育与健康	寒假作业指导	班级颁奖	班级劳动
课间	11:04-11:14	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息	课间休息
第四节	11:16-11:51	英语	语文			
课间	12:10-13:10	午间休息	午间休息			
第五节	13:12-13:47	体育与健康	劳动.劳技			
课间	13:52-14:02	课间休息	课间休息			
第六节	14:08-14:43	综合实践活动	道德与法治			
课间	14:43-14:53	课间休息	课间休息			
第七节	14:55-15:30	心理健康活动	艺术.音乐			
	15:30-17:30	课后服务				
	17:30-18:00					

动态调整，如有变动请以学校通知为准