



## 上外附小四年级(2)班课程表

|                    | 时间             | 星期一   | 星期二   | 星期三   | 星期四    | 星期五   |
|--------------------|----------------|-------|-------|-------|--------|-------|
| 第一节                | 8:20 -- 8:55   | 外语    | 数学    | 语文    | 语文     | 外语    |
| 升旗、早操、<br>大课间活动    | 8:55 -- 9:40   |       |       |       |        |       |
| 第二节                | 9:40 -- 10:15  | 数学    | 自然    | 语文    | 数学     | 体育与健身 |
| 课间                 | 10:15--10:25   |       |       |       |        |       |
| 第三节                | 10:25 -- 11:00 | 语文    | 外语    | 外语    | 体育与健身  | 音乐    |
| 课间（含眼保<br>健操）      | 11:00--11:15   |       |       |       |        |       |
| 第四节                | 11:15 -- 11:50 | 道德与法治 | 语文    | 数学    | 外语     | 数学    |
| 中午                 |                |       |       |       |        |       |
| 第五节                | 13:20-- 13:55  | 信息科技  | 体育与健身 | 音乐    | 人工智能基础 | 自然    |
| 课间                 | 13:55--14:05   |       |       |       |        |       |
| 第六节                | 14:05 -- 14:40 | 体育与健身 | 劳动技术  | 道德与法治 | 探究型课程  | 拓展型课程 |
| 课间（含眼保<br>健操、课间运动） | 14:40--15:05   |       |       |       |        |       |
| 第七节                | 15:05 -- 15:40 |       | 美术    | 体育与健身 | 道德与法治  | 语文    |
| 课后服务<br>(含2节体育活动课) | 15:40--18:00   |       |       |       |        |       |

备注：

1. 课后服务分为三时段：慧学时刻（15:40-16:30）：作业时间，对学习有困难的学生进行个别辅导和答疑，为学有余力的学生拓展学习空间；乐享时光（16:30-17:30）：围绕学生发展需求，开设丰富课程活动。爱心守护（17:30-18:00）：为需要延时服务的孩子送上爱心。
2. 每天体育活动两小时：一节体育课，一次上午的大课间，一次午间小运动，一次下午的课间运动。
3. 拓展型课程（1）： 班队/心理（1）
4. 探究型课程（1）： 英语校本课程（1）
5. 每学年安排一次春季社会实践活动和一次秋节社会实践活动。

### 上外附小四年级(3)班课程表

|                    | 时间             | 星期一   | 星期二    | 星期三   | 星期四   | 星期五   |
|--------------------|----------------|-------|--------|-------|-------|-------|
| 第一节                | 8:20 -- 8:55   | 外语    | 语文     | 数学    | 数学    | 外语    |
| 升旗、早操、<br>大课间活动    | 8:55 -- 9:40   |       |        |       |       |       |
| 第二节                | 9:40 -- 10:15  | 数学    | 数学     | 外语    | 语文    | 数学    |
| 课间                 | 10:15--10:25   |       |        |       |       |       |
| 第三节                | 10:25 -- 11:00 | 语文    | 体育与健身  | 语文    | 外语    | 语文    |
| 课间（含眼保<br>健操）      | 11:00--11:15   |       |        |       |       |       |
| 第四节                | 11:15 -- 11:50 | 体育与健身 | 外语     | 体育与健身 | 体育与健身 | 体育与健身 |
| 中午                 |                |       |        |       |       |       |
| 第五节                | 13:20-- 13:55  | 道德与法治 | 音乐     | 道德与法治 | 信息科技  | 探究型课程 |
| 课间                 | 13:55--14:05   |       |        |       |       |       |
| 第六节                | 14:05 -- 14:40 | 美术    | 人工智能基础 | 自然    | 劳动技术  | 拓展型课程 |
| 课间（含眼保<br>健操、课间运动） | 14:40--15:05   |       |        |       |       |       |
| 第七节                | 15:05 -- 15:40 |       | 道德与法治  | 语文    | 音乐    | 自然    |
| 课后服务<br>(含2节体育活动课) | 15:40--18:00   |       |        |       |       |       |

备注：  
1. 课后服务分为三时段：慧学时刻（15:40-16:30）：作业时间，对学习有困难的学生进行个别辅导和答疑，为学有余力的学生拓展学习空间；乐享时光（16:30-17:30）：围绕学生发展需求，开设丰富课程活动。爱心守护（17:30-18:00）：为需要延时服务的孩子送上爱心。  
2. 每天体育活动两小时：一节体育课，一次上午的大课间，一次午间小运动，一次下午的课间运动。  
3. 拓展型课程（1）：班队/心理（1）  
4. 探究型课程（1）：英语校本课程（1）  
5. 每学年安排一次春季社会实践活动和一次秋节社会实践活动。

## 上外附小四年级（4）班课程表

|                    | 时间             | 星期一   | 星期二   | 星期三   | 星期四    | 星期五   |
|--------------------|----------------|-------|-------|-------|--------|-------|
| 第一节                | 8:20 -- 8:55   | 体育与健身 | 外语    | 数学    | 语文     | 语文    |
| 升旗、早操、<br>大课间活动    | 8:55 -- 9:40   |       |       |       |        |       |
| 第二节                | 9:40 -- 10:15  | 外语    | 语文    | 语文    | 数学     | 数学    |
| 课间                 | 10:15--10:25   |       |       |       |        |       |
| 第三节                | 10:25 -- 11:00 | 语文    | 数学    | 体育与健身 | 外语     | 自然    |
| 课间（含眼保<br>健操）      | 11:00--11:15   |       |       |       |        |       |
| 第四节                | 11:15 -- 11:50 | 数学    | 体育与健身 | 外语    | 道德与法治  | 外语    |
| 中午                 |                |       |       |       |        |       |
| 第五节                | 13:20-- 13:55  | 劳动技术  | 语文    | 道德与法治 | 体育与健身  | 音乐    |
| 课间                 | 13:55--14:05   |       |       |       |        |       |
| 第六节                | 14:05 -- 14:40 | 道德与法治 | 探究型课程 | 音乐    | 人工智能基础 | 拓展型课程 |
| 课间（含眼保<br>健操、课间运动） | 14:40--15:05   |       |       |       |        |       |
| 第七节                | 15:05 -- 15:40 |       | 自然    | 信息科技  | 美术     | 体育与健身 |
| 课后服务<br>(含2节体育活动课) | 15:40--18:00   |       |       |       |        |       |

备注：  
1. 课后服务分为三时段：慧学时刻（15:40-16:30）：作业时间，对学习有困难的学生进行个别辅导和答疑，为学有余力的学生拓展学习空间；乐享时光（16:30-17:30）：围绕学生发展需求，开设丰富课程活动。爱心守护（17:30-18:00）：为需要延时服务的孩子送上爱心。  
2. 每天体育活动两小时：一节体育课，一次上午的大课间，一次午间小运动，一次下午的课间运动。  
3. 拓展型课程（1）： 班级/心理（1）  
4. 探究型课程（1）： 英语校本课程（1）  
5. 每学期安排一次春季社会实践活动和一次秋节社会实践活动。

## 上外附小四年级（5）班课程表

|                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 时间             | 星期一   | 星期二   | 星期三   | 星期四    | 星期五   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|-------|-------|-------|--------|-------|
| 第一节                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 8:20 -- 8:55   | 数学    | 外语    | 语文    | 语文     | 语文    |
| 升旗、早操、大课间活动                                                                                                                                                                                                                                                                             | 8:55 -- 9:40   |       |       |       |        |       |
| 第二节                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 9:40 -- 10:15  | 外语    | 语文    | 数学    | 外语     | 外语    |
| 课间                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 10:15--10:25   |       |       |       |        |       |
| 第三节                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 10:25 -- 11:00 | 语文    | 数学    | 语文    | 人工智能基础 | 数学    |
| 课间（含眼保健操）                                                                                                                                                                                                                                                                               | 11:00--11:15   |       |       |       |        |       |
| 第四节                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 11:15 -- 11:50 | 音乐    | 美术    | 外语    | 数学     | 自然    |
| 中午                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                |       |       |       |        |       |
| 第五节                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 13:20-- 13:55  | 体育与健身 | 信息科技  | 体育与健身 | 道德与法治  | 体育与健身 |
| 课间                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 13:55--14:05   |       |       |       |        |       |
| 第六节                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 14:05 -- 14:40 | 劳动技术  | 道德与法治 | 道德与法治 | 体育与健身  | 拓展型课程 |
| 课间（含眼保健操、课间运动）                                                                                                                                                                                                                                                                          | 14:40--15:05   |       |       |       |        |       |
| 第七节                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 15:05 -- 15:40 |       | 体育与健身 | 自然    | 探究型课程  | 音乐    |
| 课后服务<br>(含2节体育活动课)                                                                                                                                                                                                                                                                      | 15:40--18:00   |       |       |       |        |       |
| 备注：<br>1. 课后服务分为三时段：慧学时刻（15:40-16:30）：作业时间，对学习有困难的学生进行个别辅导和答疑，为学有余力的学生拓展学习空间；乐享时光（16:30-17:30）：围绕学生发展需求，开设丰富课程活动。爱心守护（17:30-18:00）：为需要延时服务的孩子送上爱心。<br>2. 每天体育活动两小时：一节体育课，一次上午的大课间，一次午间小运动，一次下午的课间运动。<br>3. 拓展型课程（1）：班队/心理（1）<br>4. 探究型课程（1）：英语校本课程（1）<br>5. 每学年安排一次春季社会实践活动和一次秋节社会实践活动。 |                |       |       |       |        |       |

监督电话：37196850- 8005 朱老师

监督邮箱：75470094@qq.com