

上外附小五年级（1）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	语文	语文
升旗、早操、大课间活动	8:55 -- 9:40					
第二节	9:40 -- 10:15	数学	体育与健身	语文	外语	数学
课间	10:15--10:25					
第三节	10:25 -- 11:00	语文	外语	外语	数学	体育与健身
课间（含眼保健操）	11:00--11:15					
第四节	11:15 -- 11:50	体育与健身	数学	音乐	语文	外语
中午						
第五节	13:20-- 13:55	音乐	美术	探究型课程	体育与健身	劳动技术
课间	13:55--14:05					
第六节	14:05 -- 14:40	道德与法治	自然	道德与法治	拓展型课程	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		道德与法治	体育与健身	自然	拓展型课程
课后服务	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（3）：班队/心理（1）体育活动（2）

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。

上外附小五年级(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	语文	自然	语文	数学	外语
升旗、早操、大课间活动	8:55 -- 9:40					
第二节	9:40 -- 10:15	体育与健身	语文	外语	外语	语文
课间	10:15--10:25					
第三节	10:25 -- 11:00	外语	体育与健身	数学	语文	数学
课间（含眼保健操）	11:00--11:15					
第四节	11:15 -- 11:50	数学	外语	劳动技术	道德与法治	美术
中午						
第五节	13:20-- 13:55	道德与法治	数学	自然	音乐	体育与健身
课间	13:55--14:05					
第六节	14:05 -- 14:40	拓展型课程	探究型课程	体育与健身	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		音乐	道德与法治	语文	拓展型课程
课后服务	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（3）：班队/心理（1）体育活动（2）

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。

上外附小五年级（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	体育与健身	语文	外语	外语	数学
升旗、早操、大课间活动	8:55 -- 9:40					
第二节	9:40 -- 10:15	语文	音乐	音乐	语文	体育与健身
课间	10:15--10:25					
第三节	10:25 -- 11:00	外语	数学	数学	自然	外语
课间（含眼保健操）	11:00--11:15					
第四节	11:15 -- 11:50	数学	外语	语文	数学	语文
中午						
第五节	13:20-- 13:55	自然	拓展型课程	语文	体育与健身	探究型课程
课间	13:55--14:05					
第六节	14:05 -- 14:40	道德与法治	体育与健身	体育与健身	美术	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		道德与法治	劳动技术	道德与法治	拓展型课程
课后服务	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（3）：班队/心理（1）体育活动（2） 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。						

监督电话：37196850- 8005 朱老师
 监督邮箱：75470094@qq.com