

为进一步做好上海市义务教育新课程新教材实施工作，落实基础教育“规范管理年”行动，现决定自2024年秋季学期起，开展徐汇区虹桥路小学“晒课表”工作。2024学年第一学期一年级1班每周课表公示如下：

2024学年第一学期徐汇区虹桥路小学一（1）班周课表

一1班周课表（第一周）						
	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	英 语	语 文	数 学	语 文
课 间	8:55-9:05					
第二节	9:05-9:42	艺术·音乐	语 文	语 文	语 文	体育与健康
大课间活动	9:42-10:12					
第三节（眼保健操）	10:12-10:54	语 文	语 文	数 学	科 学	英 语
课 间	10:54-11:04					
第四节	11:04-11:41	道德与法治	科 学	道德与法治	校本课程	数 学
午 餐	11:41-12:10					
午 休	12:10-13:05					
第五节（室内操）	13:05-13:47	劳 动	综合实践活动	体育与健康	艺术·美术	艺术·美术
课 间	13:47-13:57					
第六节（眼保健操）	13:57-14:39	体育与健康	体育与健康	艺术·音乐	校本课程	校本课程
课 间	14:39-14:49					
课后服务	14:49-17:30					
课后服务	17:30-18:00					

一1班周课表（第二周）							
	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六 (上星期一的课)
第一节	8:20-8:55	语 文	英 语	语 文	数 学	语 文	语 文
课 间	8:55-9:05						
第二节	9:05-9:42	艺术·音乐	语 文	语 文	语 文	体育与健康	艺术·音乐
大课间活动	9:42-10:12						
第三节（眼保健操）	10:12-10:54	语 文	语 文	数 学	科 学	英 语	语 文
课 间	10:54-11:04						
第四节	11:04-11:41	道德与法治	科 学	道德与法治	校本课程	数 学	道德与法治
午 餐	11:41-12:10						
午 休	12:10-13:05						
第五节（室内操）	13:05-13:47	劳 动	综合实践活动	体育与健康	艺术·美术	艺术·美术	劳 动
课 间	13:47-13:57						
第六节（眼保健操）	13:57-14:39	体育与健康	体育与健康	艺术·音乐	校本课程	校本课程	体育与健康
课 间	14:39-14:49						
课后服务	14:49-17:30						
课后服务	17:30-18:00						

一1班周课表（第三周）						
	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	中秋节放假	中秋节放假	语 文	数 学	语 文
课 间	8:55-9:05					
第二节	9:05-9:42			语 文	语 文	体育与健康
大课间活动	9:42-10:12					
第三节（眼保健操）	10:12-10:54			数 学	科 学	英 语
课 间	10:54-11:04					
第四节	11:04-11:41			道德与法治	校本课程	数 学
午 餐	11:41-12:10					
午 休	12:10-13:05					
第五节（室内操）	13:05-13:47			体育与健康	艺术·美术	艺术·美术
课 间	13:47-13:57					
第六节（眼保健操）	13:57-14:39	艺术·音乐	校本课程	校本课程		
课 间	14:39-14:49					
课后服务	14:49-17:30					
课后服务	17:30-18:00					

一1班周课表（第四周）							
	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期天 (上星期五的课)
第一节	8:20-8:55	语 文	英 语	语 文	数 学	语 文	语 文
课 间	8:55-9:05						
第二节	9:05-9:42	艺术·音乐	语 文	语 文	语 文	体育与健康	体育与健康
大课间活动	9:42-10:12						
第三节（眼保健操）	10:12-10:54	语 文	语 文	数 学	科 学	英 语	英 语
课 间	10:54-11:04						
第四节	11:04-11:41	道德与法治	科 学	道德与法治	校本课程	数 学	数 学
午 餐	11:41-12:10						
午 休	12:10-13:05						
第五节（室内操）	13:05-13:47	劳 动	综合实践活动	体育与健康	艺术·美术	艺术·美术	艺术·美术
课 间	13:47-13:57						
第六节（眼保健操）	13:57-14:39	体育与健康	体育与健康	艺术·音乐	校本课程	校本课程	校本课程
课 间	14:39-14:49						
课后服务	14:49-17:30						
课后服务	17:30-18:00						

一1班周课表（第五周）						
	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	国庆节放假	国庆节放假	国庆节放假	国庆节放假
课 间	8:55-9:05					
第二节	9:05-9:42	艺术·音乐				
大课间活动	9:42-10:12					
第三节（眼保健操）	10:12-10:54	语 文				
课 间	10:54-11:04					
第四节	11:04-11:41	道德与法治				
午 餐	11:41-12:10					
午 休	12:10-13:05					
第五节（室内操）	13:05-13:47	劳 动				
课 间	13:47-13:57					
第六节（眼保健操）	13:57-14:39	体育与健康				
课 间	14:39-14:49					
课后服务	14:49-17:30					
课后服务	17:30-18:00					

一1班周课表（第六周）									
	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六 (上星期一的课)		
第一节	8:20-8:55	国庆节放假	秋 游	语 文	数 学	语 文	语 文		
课 间	8:55-9:05								
第二节	9:05-9:42					语 文	语 文	体育与健康	艺术·音乐
大课间活动	9:42-10:12								
第三节（眼保健操）	10:12-10:54					数 学	科 学	英 语	语 文
课 间	10:54-11:04								
第四节	11:04-11:41					道德与法治	校本课程	数 学	道德与法治
午 餐	11:41-12:10								
午 休	12:10-13:05								
第五节（室内操）	13:05-13:47					体育与健康	艺术·美术	艺术·美术	劳 动
课 间	13:47-13:57								
第六节（眼保健操）	13:57-14:39					艺术·音乐	校本课程	校本课程	体育与健康
课 间	14:39-14:49								
课后服务	14:49-17:30								
课后服务	17:30-18:00								

备注：10月8日安排秋游活动。

一1班周课表（第七周）						
	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	英 语	语 文	数 学	语 文
课 间	8:55-9:05					
第二节	9:05-9:42	艺术·音乐	语 文	语 文	语 文	体育与健康
大课间活动	9:42-10:12					
第三节（眼保健操）	10:12-10:54	语 文	语 文	数 学	科 学	英 语
课 间	10:54-11:04					
第四节	11:04-11:41	道德与法治	科 学	道德与法治	校本课程	数 学
午 餐	11:41-12:10					
午 休	12:10-13:05					
第五节（室内操）	13:05-13:47	劳 动	综合实践活动	体育与健康	艺术·美术	艺术·美术
课 间	13:47-13:57					
第六节（眼保健操）	13:57-14:39	体育与健康	体育与健康	艺术·音乐	校本课程	校本课程
课 间	14:39-14:49					
课后服务	14:49-17:30					
课后服务	17:30-18:00					

一1班周课表（第八周）						
	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	英 语	语 文	数 学	语 文
课 间	8:55-9:05					
第二节	9:05-9:42	艺术·音乐	语 文	语 文	语 文	体育与健康
大课间活动	9:42-10:12					
第三节（眼保健操）	10:12-10:54	语 文	语 文	数 学	科 学	英 语
课 间	10:54-11:04					
第四节	11:04-11:41	道德与法治	科 学	道德与法治	校本课程	数 学
午 餐	11:41-12:10					
午 休	12:10-13:05					
第五节（室内操）	13:05-13:47	劳 动	综合实践活动	体育与健康	艺术·美术	艺术·美术
课 间	13:47-13:57					
第六节（眼保健操）	13:57-14:39	体育与健康	体育与健康	艺术·音乐	校本课程	校本课程
课 间	14:39-14:49					
课后服务	14:49-17:30					
课后服务	17:30-18:00					

一1班周课表（第九周）						
	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	英 语	语 文	数 学	语 文
课 间	8:55-9:05					
第二节	9:05-9:42	艺术·音乐	语 文	语 文	语 文	体育与健康

大课间活动	9:42-10:12					
第三节（眼保健操）	10:12-10:54	语 文	语 文	数 学	科 学	英 语
课 间	10:54-11:04					
第四节	11:04-11:41	道德与法治	科 学	道德与法治	校本课程	数 学
午 餐	11:41-12:10					
午 休	12:10-13:05					
第五节（室内操）	13:05-13:47	劳 动	综合实践活动	体育与健康	艺术·美术	艺术·美术
课 间	13:47-13:57					
第六节（眼保健操）	13:57-14:39	体育与健康	体育与健康	艺术·音乐	校本课程	校本课程
课 间	14:39-14:49					
课后服务	14:49-17:30					
课后服务	17:30-18:00					

一1班周课表（第十周）						
	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	英 语	语 文	数 学	语 文
课 间	8:55-9:05					
第二节	9:05--9:42	艺术·音乐	语 文	语 文	语 文	体育与健康
大课间活动	9:42-10:12					
第三节（眼保健操）	10:12-10:54	语 文	语 文	数 学	科 学	英 语
课 间	10:54-11:04					
第四节	11:04-11:41	道德与法治	科 学	道德与法治	校本课程	数 学
午 餐	11:41-12:10					
午 休	12:10-13:05					
第五节（室内操）	13:05-13:47	劳 动	综合实践活动	体育与健康	艺术·美术	艺术·美术
课 间	13:47-13:57					
第六节（眼保健操）	13:57-14:39	体育与健康	体育与健康	艺术·音乐	校本课程	校本课程
课 间	14:39-14:49					
课后服务	14:49-17:30					
课后服务	17:30-18:00					

一1班周课表（十一周）						
	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	英 语	语 文	数 学	语 文
课 间	8:55-9:05					
第二节	9:05--9:42	艺术·音乐	语 文	语 文	语 文	体育与健康
大课间活动	9:42-10:12					
第三节（眼保健操）	10:12-10:54	语 文	语 文	数 学	科 学	英 语
课 间	10:54-11:04					
第四节	11:04-11:41	道德与法治	科 学	道德与法治	校本课程	数 学
午 餐	11:41-12:10					
午 休	12:10-13:05					
第五节（室内操）	13:05-13:47	劳 动	综合实践活动	体育与健康	艺术·美术	艺术·美术
课 间	13:47-13:57					
第六节（眼保健操）	13:57-14:39	体育与健康	体育与健康	艺术·音乐	校本课程	校本课程
课 间	14:39-14:49					
课后服务	14:49-17:30					
课后服务	17:30-18:00					

一1班周课表（十二周）						
	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	英 语	语 文	数 学	语 文
课 间	8:55-9:05					
第二节	9:05--9:42	艺术·音乐	语 文	语 文	语 文	体育与健康
大课间活动	9:42-10:12					
第三节（眼保健操）	10:12-10:54	语 文	语 文	数 学	科 学	英 语
课 间	10:54-11:04					
第四节	11:04-11:41	道德与法治	科 学	道德与法治	校本课程	数 学
午 餐	11:41-12:10					
午 休	12:10-13:05					
第五节（室内操）	13:05-13:47	劳 动	综合实践活动	体育与健康	艺术·美术	艺术·美术
课 间	13:47-13:57					
第六节（眼保健操）	13:57-14:39	体育与健康	体育与健康	艺术·音乐	校本课程	校本课程
课 间	14:39-14:49					
课后服务	14:49-17:30					
课后服务	17:30-18:00					

一1班周课表（十三周）						
	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	英 语	语 文	数 学	语 文
课 间	8:55-9:05					
第二节	9:05--9:42	艺术·音乐	语 文	语 文	语 文	体育与健康
大课间活动	9:42-10:12					
第三节（眼保健操）	10:12-10:54	语 文	语 文	数 学	科 学	英 语
课 间	10:54-11:04					
第四节	11:04-11:41	道德与法治	科 学	道德与法治	校本课程	数 学
午 餐	11:41-12:10					
午 休	12:10-13:05					
第五节（室内操）	13:05-13:47	劳 动	综合实践活动	体育与健康	艺术·美术	艺术·美术

课 间	13:47-13:57					
第六节（眼保健操）	13:57-14:39	体育与健康	体育与健康	艺术·音乐	校本课程	校本课程
课 间	14:39-14:49					
课后服务	14:49-17:30					
课后服务	17:30-18:00					

一1班周课表（十四周）

	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	英 语	语 文	数 学	语 文
课 间	8:55-9:05					
第二节	9:05-9:42	艺术·音乐	语 文	语 文	语 文	体育与健康
大课间活动	9:42-10:12					
第三节（眼保健操）	10:12-10:54	语 文	语 文	数 学	科 学	英 语
课 间	10:54-11:04					
第四节	11:04-11:41	道德与法治	科 学	道德与法治	校本课程	数 学
午 餐	11:41-12:10					
午 休	12:10-13:05					
第五节（室内操）	13:05-13:47	劳 动	综合实践活动	体育与健康	艺术·美术	艺术·美术
课 间	13:47-13:57					
第六节（眼保健操）	13:57-14:39	体育与健康	体育与健康	艺术·音乐	校本课程	校本课程
课 间	14:39-14:49					
课后服务	14:49-17:30					
课后服务	17:30-18:00					

一1班周课表（十五周）

	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	英 语	语 文	数 学	语 文
课 间	8:55-9:05					
第二节	9:05-9:42	艺术·音乐	语 文	语 文	语 文	体育与健康
大课间活动	9:42-10:12					
第三节（眼保健操）	10:12-10:54	语 文	语 文	数 学	科 学	英 语
课 间	10:54-11:04					
第四节	11:04-11:41	道德与法治	科 学	道德与法治	校本课程	数 学
午 餐	11:41-12:10					
午 休	12:10-13:05					
第五节（室内操）	13:05-13:47	劳 动	综合实践活动	体育与健康	艺术·美术	艺术·美术
课 间	13:47-13:57					
第六节（眼保健操）	13:57-14:39	体育与健康	体育与健康	艺术·音乐	校本课程	校本课程
课 间	14:39-14:49					
课后服务	14:49-17:30					
课后服务	17:30-18:00					

一1班周课表（十六周）

	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	英 语	语 文	数 学	语 文
课 间	8:55-9:05					
第二节	9:05-9:42	艺术·音乐	语 文	语 文	语 文	体育与健康
大课间活动	9:42-10:12					
第三节（眼保健操）	10:12-10:54	语 文	语 文	数 学	科 学	英 语
课 间	10:54-11:04					
第四节	11:04-11:41	道德与法治	科 学	道德与法治	校本课程	数 学
午 餐	11:41-12:10					
午 休	12:10-13:05					
第五节（室内操）	13:05-13:47	劳 动	综合实践活动	体育与健康	艺术·美术	艺术·美术
课 间	13:47-13:57					
第六节（眼保健操）	13:57-14:39	体育与健康	体育与健康	艺术·音乐	校本课程	校本课程
课 间	14:39-14:49					
课后服务	14:49-17:30					
课后服务	17:30-18:00					

一1班周课表（十七周）

	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	英 语	语 文	数 学	语 文
课 间	8:55-9:05					
第二节	9:05-9:42	艺术·音乐	语 文	语 文	语 文	体育与健康
大课间活动	9:42-10:12					
第三节（眼保健操）	10:12-10:54	语 文	语 文	数 学	科 学	英 语
课 间	10:54-11:04					
第四节	11:04-11:41	道德与法治	科 学	道德与法治	校本课程	数 学
午 餐	11:41-12:10					
午 休	12:10-13:05					
第五节（室内操）	13:05-13:47	劳 动	综合实践活动	体育与健康	艺术·美术	艺术·美术
课 间	13:47-13:57					
第六节（眼保健操）	13:57-14:39	体育与健康	体育与健康	艺术·音乐	校本课程	校本课程
课 间	14:39-14:49					
课后服务	14:49-17:30					
课后服务	17:30-18:00					

一1班周课表（十八周）						
	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	英 语	元旦放假	数 学	语 文
课 间	8:55-9:05					
第二节	9:05-9:42	艺术·音乐	语 文		语 文	体育与健康
大课间活动	9:42-10:12					
第三节（眼保健操）	10:12-10:54	语 文	语 文		科 学	英 语
课 间	10:54-11:04					
第四节	11:04-11:41	道德与法治	科 学		校本课程	数 学
午 餐	11:41-12:10					
午 休	12:10-13:05					
第五节（室内操）	13:05-13:47	劳 动	综合实践活动		艺术·美术	艺术·美术
课 间	13:47-13:57					
第六节（眼保健操）	13:57-14:39	体育与健康	体育与健康		校本课程	校本课程
课 间	14:39-14:49					
课后服务	14:49-17:30					
课后服务	17:30-18:00					

备注：元旦放假时间及课表安排以《告家长书》为准。

一1班周课表（十九周）						
	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	英 语	语 文	数 学	语 文
课 间	8:55-9:05					
第二节	9:05-9:42	艺术·音乐	语 文	语 文	语 文	体育与健康
大课间活动	9:42-10:12					
第三节（眼保健操）	10:12-10:54	语 文	语 文	数 学	科 学	英 语
课 间	10:54-11:04					
第四节	11:04-11:41	道德与法治	科 学	道德与法治	校本课程	数 学
午 餐	11:41-12:10					
午 休	12:10-13:05					
第五节（室内操）	13:05-13:47	劳 动	综合实践活动	体育与健康	艺术·美术	艺术·美术
课 间	13:47-13:57					
第六节（眼保健操）	13:57-14:39	体育与健康	体育与健康	艺术·音乐	校本课程	校本课程
课 间	14:39-14:49					
课后服务	14:49-17:30					
课后服务	17:30-18:00					

备注：期末复习阶段课表视教育教学实际情况作调整。

一1班周课表（二十周）						
	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	英 语	语 文	数 学	语 文
课 间	8:55-9:05					
第二节	9:05-9:42	艺术·音乐	语 文	语 文	语 文	体育与健康
大课间活动	9:42-10:12					
第三节（眼保健操）	10:12-10:54	语 文	语 文	数 学	科 学	英 语
课 间	10:54-11:04					
第四节	11:04-11:41	道德与法治	科 学	道德与法治	校本课程	数 学
午 餐	11:41-12:10					
午 休	12:10-13:05					
第五节（室内操）	13:05-13:47	劳 动	综合实践活动	体育与健康	艺术·美术	艺术·美术
课 间	13:47-13:57					
第六节（眼保健操）	13:57-14:39	体育与健康	体育与健康	艺术·音乐	校本课程	校本课程
课 间	14:39-14:49					
课后服务	14:49-17:30					
课后服务	17:30-18:00					

备注：最后一周课表视教育教学实际情况作调整。

如您有疑问之处，敬请拨打以下电话：64474482；也可发邮件至以下邮箱 jinjin210404@163.com