2024学年第一学期上海市宋校嘉定实验学校一年级5班周课表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:40~9:15	班团队活动	语文	语文	艺术·音乐	语文
课间	9:15~9:25					
第二节	9:25~10:05 (含眼保健操)	语文	体育与健康	劳动	语文	外语
大课间	10:05~10:30					
第三节	10:30~11:05	数学	艺术·美术	校本课程	校本课程	数学
课间	11:05~11:15					
第四节	11:15~11:50	道德与法治	艺术·美术	数学	体育与健康	体育与健康
午休	11:50~13:05					
第五节	13:05~13:40	体育与健康	艺术·音乐	语文	道德与法治	语文
课间	13:40~13:50					
第六节	13:50~14:30 (含眼保健操)	外语	科学	科学	语文	综合实践活动
大课间	14:30~15:30					
课后服务	15:30~18:00					

备注：
1. 秋季研学活动安排在第10周开展。
2. 一节体育与健康利用周三第三节校本课程开展。
3. 两节体育活动安排在周一至周五上午大课间开展。
4. 周一至周五下午大课间开展"小樟树智慧屋”活动。
5. 学校提供三个时段的课后服务：第一时段15:30-16:30，第二时段16:30-17:30，第三时段17:30-18:00。学生可根据实际，自主参与。