

徐汇区东安三村小学 2025 学年第一学期三（3）班课表

第一周

	时 间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:57	数学	体育与健身	语文	道法	语文
大课间	8:57-9:27	升旗仪式	大课间	大课间	大课间	大课间
第二节	9:27-10:04	音乐	语文	体育与健身	科学	美术
眼 操	10:04-10:09	眼 保 健 操				
课 间	10:09-10:19	课 间 休 息				
第三节	10:19-10:56	语文	数学	英语	探究	数学
课 间	10:56-11:06	课 间 休 息				
第四节	11:06-11:43	体育与健身	英语	校本课程 （体活）	校本课程 （体活）	英语
午 餐	11:43-12:10	学生营养午餐				
午 休	12:10-12:55	午 间 休 息				
课 间	12:55-13:00	课 间 休 息				
第五节	13:00-13:37	信息科技	语文	音乐	英语	体育与健身
眼 操	13:37-13:42	眼 保 健 操				
课 间	13:42-13:52	课 间 休 息				
室内操	13:52-13:57	室 内 操				
第六节	13:57-14:34	道法	心理	数学	语文	校本课程 （校班会）
课 间	14:34-14:44	课 间 休 息				
第七节	14:44-15:21	美术	科学	拓展	体育与健身	课后服务
课后服务	15:20-18:00	课后服务				
备注：						

徐汇区东安三村小学 2025 学年第一学期三（3）班课表

第二周

	时 间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:57	数学	体育与健身	语文	道法	语文
大课间	8:57-9:27	升旗仪式	大课间	大课间	大课间	大课间
第二节	9:27-10:04	音乐	语文	体育与健身	科学	美术
眼 操	10:04-10:09	眼 保 健 操				
课 间	10:09-10:19	课 间 休 息				
第三节	10:19-10:56	语文	数学	英语	探究	数学
课 间	10:56-11:06	课 间 休 息				
第四节	11:06-11:43	体育与健身	英语	校本课程 （体活）	校本课程 （体活）	英语
午 餐	11:43-12:10	学生营养午餐				
午 休	12:10-12:55	午 间 休 息				
课 间	12:55-13:00	课 间 休 息				
第五节	13:00-13:37	信息科技	语文	音乐	英语	体育与健身
眼 操	13:37-13:42	眼 保 健 操				
课 间	13:42-13:52	课 间 休 息				
室内操	13:52-13:57	室 内 操				
第六节	13:57-14:34	道法	心理	数学	语文	校本课程 （校班会）
课 间	14:34-14:44	课 间 休 息				
第七节	14:44-15:21	美术	科学	拓展	体育与健身	课后服务
课后服务	15:20-18:00	课后服务				
备注：						

徐汇区东安三村小学 2025 学年第一学期三（3）班课表

第三周

	时 间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:57	数学	体育与健身	语文	道法	语文
大课间	8:57-9:27	升旗仪式	大课间	大课间	大课间	大课间
第二节	9:27-10:04	音乐	语文	体育与健身	科学	美术
眼 操	10:04-10:09	眼 保 健 操				
课 间	10:09-10:19	课 间 休 息				
第三节	10:19-10:56	语文	数学	英语	探究	数学
课 间	10:56-11:06	课 间 休 息				
第四节	11:06-11:43	体育与健身	英语	校本课程 （体活）	校本课程 （体活）	英语
午 餐	11:43-12:10	学生营养午餐				
午 休	12:10-12:55	午 间 休 息				
课 间	12:55-13:00	课 间 休 息				
第五节	13:00-13:37	信息科技	语文	音乐	英语	体育与健身
眼 操	13:37-13:42	眼 保 健 操				
课 间	13:42-13:52	课 间 休 息				
室内操	13:52-13:57	室 内 操				
第六节	13:57-14:34	道法	心理	数学	语文	校本课程 （校班会）
课 间	14:34-14:44	课 间 休 息				
第七节	14:44-15:21	美术	科学	拓展	体育与健身	课后服务
课后服务	15:20-18:00	课后服务				
备注： 周五下午“阳光跃动日”活动，如遇下雨顺延一周						

徐汇区东安三村小学 2025 学年第一学期三（3）班课表

第四周

	时 间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:57	数学	体育与健身	语文	道法	语文
大课间	8:57-9:27	升旗仪式	大课间	大课间	大课间	大课间
第二节	9:27-10:04	音乐	语文	体育与健身	科学	美术
眼 操	10:04-10:09	眼 保 健 操				
课 间	10:09-10:19	课 间 休 息				
第三节	10:19-10:56	语文	数学	英语	探究	数学
课 间	10:56-11:06	课 间 休 息				
第四节	11:06-11:43	体育与健身	英语	校本课程 （体活）	校本课程 （体活）	英语
午 餐	11:43-12:10	学生营养午餐				
午 休	12:10-12:55	午 间 休 息				
课 间	12:55-13:00	课 间 休 息				
第五节	13:00-13:37	信息科技	语文	音乐	英语	体育与健身
眼 操	13:37-13:42	眼 保 健 操				
课 间	13:42-13:52	课 间 休 息				
室内操	13:52-13:57	室 内 操				
第六节	13:57-14:34	道法	心理	数学	语文	校本课程 （校班会）
课 间	14:34-14:44	课 间 休 息				
第七节	14:44-15:21	美术	科学	拓展	体育与健身	课后服务
课后服务	15:20-18:00	课后服务				
备注：						

徐汇区东安三村小学 2025 学年第一学期三（3）班课表

第五周

	时 间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:57	数学	体育与健身	国 庆 节 放 假		
大课间	8:57-9:27	升旗仪式	大课间			
第二节	9:27-10:04	音乐	语文			
眼 操	10:04-10:09	眼 保 健 操				
课 间	10:09-10:19	课 间 休 息				
第三节	10:19-10:56	语文	数学			
课 间	10:56-11:06	课 间 休 息				
第四节	11:06-11:43	体育与健身	英语			
午 餐	11:43-12:10	学生营养午餐				
午 休	12:10-12:55	午 间 休 息				
课 间	12:55-13:00	课 间 休 息				
第五节	13:00-13:37	信息科技	语文			
眼 操	13:37-13:42	眼 保 健 操				
课 间	13:42-13:52	课 间 休 息				
室内操	13:52-13:57	室 内 操				
第六节	13:57-14:34	道法	心理			
课 间	14:34-14:44	课 间 休 息				
第七节	14:44-15:21	美术	科学			
课后服务	15:20-18:00	课后服务				
备注：						

徐汇区东安三村小学 2025 学年第一学期三（3）班课表

第六周

	时 间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六 (上周三课)
第一节	8:20-8:57	国 庆 节 放 假			道法	语文	语文
大课间	8:57-9:27				大课间	大课间	大课间
第二节	9:27-10:04				科学	美术	体育与健身
眼 操	10:04-10:09				眼 保 健 操		
课 间	10:09-10:19				课 间 休 息		
第三节	10:19-10:56				综合实践课 (探究)	数学	英语
课 间	10:56-11:06				课 间 休 息		
第四节	11:06-11:43				校本课程 (体活)	英语	校本课程 (体活)
午 餐	11:43-12:10				学生营养午餐		
午 休	12:10-12:55				午 间 休 息		
课 间	12:55-13:00				课 间 休 息		
第五节	13:00-13:37				英语	体育与健身	音乐
眼 操	13:37-13:42				眼 保 健 操		
课 间	13:42-13:52				课 间 休 息		
室内操	13:52-13:57				室 内 操		
第六节	13:57-14:34				语文	校本课程 (校班会)	道法
课 间	14:34-14:44				课 间 休 息		
第七节	14:44-15:21				体育与健身	课后服务	拓展
课后服务	15:20-18:00				课后服务		课后服务

备注：

徐汇区东安三村小学 2025 学年第一学期三（3）班课表

第七周

	时 间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:57	数学	体育与健身	语文	道法	语文
大课间	8:57-9:27	升旗仪式	大课间	大课间	大课间	大课间
第二节	9:27-10:04	音乐	语文	体育与健身	科学	美术
眼 操	10:04-10:09	眼 保 健 操				
课 间	10:09-10:19	课 间 休 息				
第三节	10:19-10:56	语文	数学	英语	探究	数学
课 间	10:56-11:06	课 间 休 息				
第四节	11:06-11:43	体育与健身	英语	校本课程 （体活）	校本课程 （体活）	英语
午 餐	11:43-12:10	学生营养午餐				
午 休	12:10-12:55	午 间 休 息				
课 间	12:55-13:00	课 间 休 息				
第五节	13:00-13:37	信息科技	语文	音乐	英语	体育与健身
眼 操	13:37-13:42	眼 保 健 操				
课 间	13:42-13:52	课 间 休 息				
室内操	13:52-13:57	室 内 操				
第六节	13:57-14:34	道法	心理	数学	语文	校本课程 （校班会）
课 间	14:34-14:44	课 间 休 息				
第七节	14:44-15:21	美术	科学	拓展	体育与健身	课后服务
课后服务	15:20-18:00	课后服务				
备注：						

徐汇区东安三村小学 2025 学年第一学期三（3）班课表

第八周

	时 间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:57	数学	体育与健身	语文	道法	语文
大课间	8:57-9:27	升旗仪式	大课间	大课间	大课间	大课间
第二节	9:27-10:04	音乐	语文	体育与健身	科学	美术
眼 操	10:04-10:09	眼 保 健 操				
课 间	10:09-10:19	课 间 休 息				
第三节	10:19-10:56	语文	数学	英语	探究	数学
课 间	10:56-11:06	课 间 休 息				
第四节	11:06-11:43	体育与健身	英语	校本课程 （体活）	校本课程 （体活）	英语
午 餐	11:43-12:10	学生营养午餐				
午 休	12:10-12:55	午 间 休 息				
课 间	12:55-13:00	课 间 休 息				
第五节	13:00-13:37	信息科技	语文	音乐	英语	体育与健身
眼 操	13:37-13:42	眼 保 健 操				
课 间	13:42-13:52	课 间 休 息				
室内操	13:52-13:57	室 内 操				
第六节	13:57-14:34	道法	心理	数学	语文	校本课程 （校班会）
课 间	14:34-14:44	课 间 休 息				
第七节	14:44-15:21	美术	科学	拓展	体育与健身	课后服务
课后服务	15:20-18:00	课后服务				
备注： 周五下午“阳光跃动日”活动，如遇下雨顺延一周						

徐汇区东安三村小学 2025 学年第一学期三（3）班课表

第九周

	时 间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:57	数学	体育与健身	语文	道法	语文
大课间	8:57-9:27	升旗仪式	大课间	大课间	大课间	大课间
第二节	9:27-10:04	音乐	语文	体育与健身	科学	美术
眼 操	10:04-10:09	眼 保 健 操				
课 间	10:09-10:19	课 间 休 息				
第三节	10:19-10:56	语文	数学	英语	探究	数学
课 间	10:56-11:06	课 间 休 息				
第四节	11:06-11:43	体育与健身	英语	校本课程 （体活）	校本课程 （体活）	英语
午 餐	11:43-12:10	学生营养午餐				
午 休	12:10-12:55	午 间 休 息				
课 间	12:55-13:00	课 间 休 息				
第五节	13:00-13:37	信息科技	语文	音乐	英语	体育与健身
眼 操	13:37-13:42	眼 保 健 操				
课 间	13:42-13:52	课 间 休 息				
室内操	13:52-13:57	室 内 操				
第六节	13:57-14:34	道法	心理	数学	语文	校本课程 （校班会）
课 间	14:34-14:44	课 间 休 息				
第七节	14:44-15:21	美术	科学	拓展	体育与健身	课后服务
课后服务	15:20-18:00	课后服务				
备注：						

徐汇区东安三村小学 2025 学年第一学期三（3）班课表

第十周

	时 间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:57	数学	体育与健身	语文	道法	语文
大课间	8:57-9:27	升旗仪式	大课间	大课间	大课间	大课间
第二节	9:27-10:04	音乐	语文	体育与健身	科学	美术
眼 操	10:04-10:09	眼 保 健 操				
课 间	10:09-10:19	课 间 休 息				
第三节	10:19-10:56	语文	数学	英语	探究	数学
课 间	10:56-11:06	课 间 休 息				
第四节	11:06-11:43	体育与健身	英语	校本课程 （体活）	校本课程 （体活）	英语
午 餐	11:43-12:10	学生营养午餐				
午 休	12:10-12:55	午 间 休 息				
课 间	12:55-13:00	课 间 休 息				
第五节	13:00-13:37	信息科技	语文	音乐	英语	体育与健身
眼 操	13:37-13:42	眼 保 健 操				
课 间	13:42-13:52	课 间 休 息				
室内操	13:52-13:57	室 内 操				
第六节	13:57-14:34	道法	心理	数学	语文	校本课程 （校班会）
课 间	14:34-14:44	课 间 休 息				
第七节	14:44-15:21	美术	科学	拓展	体育与健身	课后服务
课后服务	15:20-18:00	课后服务				
备注：						

徐汇区东安三村小学 2025 学年第一学期三（3）班课表

第十一周

	时 间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:57	数学	体育与健身	语文	社 会 实 践 活 动	语文
大课间	8:57-9:27	升旗仪式	大课间	大课间		大课间
第二节	9:27-10:04	音乐	语文	体育与健身		美术
眼 操	10:04-10:09	眼 保 健 操				眼 保 健 操
课 间	10:09-10:19	课 间 休 息				课 间 休 息
第三节	10:19-10:56	语文	数学	英语		数学
课 间	10:56-11:06	课 间 休 息				
第四节	11:06-11:43	体育与健身	英语	校本课程 （体活）		英语
午 餐	11:43-12:10	学生营养午餐				学生营养午餐
午 休	12:10-12:55	午 间 休 息				午 间 休 息
课 间	12:55-13:00	课 间 休 息				课 间 休 息
第五节	13:00-13:37	信息科技	语文	音乐		体育与健身
眼 操	13:37-13:42	眼 保 健 操				
课 间	13:42-13:52	课 间 休 息				
室内操	13:52-13:57	室 内 操				
第六节	13:57-14:34	道法	心理	数学		校本课程 （校班会）
课 间	14:34-14:44	课 间 休 息				课后服务
第七节	14:44-15:21	美术	科学	拓展		
课后服务	15:20-18:00	课后服务				
备注：						

徐汇区东安三村小学 2025 学年第一学期三（3）班课表

第十二周

	时 间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:57	数学	体育与健身	语文	道法	语文
大课间	8:57-9:27	升旗仪式	大课间	大课间	大课间	大课间
第二节	9:27-10:04	音乐	语文	体育与健身	科学	美术
眼 操	10:04-10:09	眼 保 健 操				
课 间	10:09-10:19	课 间 休 息				
第三节	10:19-10:56	语文	数学	英语	探究	数学
课 间	10:56-11:06	课 间 休 息				
第四节	11:06-11:43	体育与健身	英语	校本课程 （体活）	校本课程 （体活）	英语
午 餐	11:43-12:10	学生营养午餐				
午 休	12:10-12:55	午 间 休 息				
课 间	12:55-13:00	课 间 休 息				
第五节	13:00-13:37	信息科技	语文	音乐	英语	体育与健身
眼 操	13:37-13:42	眼 保 健 操				
课 间	13:42-13:52	课 间 休 息				
室内操	13:52-13:57	室 内 操				
第六节	13:57-14:34	道法	心理	数学	语文	校本课程 （校班会）
课 间	14:34-14:44	课 间 休 息				
第七节	14:44-15:21	美术	科学	拓展	体育与健身	课后服务
课后服务	15:20-18:00	课后服务				
备注：周五下午“阳光跃动日”活动，如遇下雨顺延一周						

徐汇区东安三村小学 2025 学年第一学期三（3）班课表
第十三周

	时 间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:57	数学	体育与健身	语文	道法	语文
大课间	8:57-9:27	升旗仪式	大课间	大课间	大课间	大课间
第二节	9:27-10:04	音乐	语文	体育与健身	科学	美术
眼 操	10:04-10:09	眼 保 健 操				
课 间	10:09-10:19	课 间 休 息				
第三节	10:19-10:56	语文	数学	英语	探究	数学
课 间	10:56-11:06	课 间 休 息				
第四节	11:06-11:43	体育与健身	英语	校本课程 （体活）	校本课程 （体活）	英语
午 餐	11:43-12:10	学生营养午餐				
午 休	12:10-12:55	午 间 休 息				
课 间	12:55-13:00	课 间 休 息				
第五节	13:00-13:37	信息科技	语文	音乐	英语	体育与健身
眼 操	13:37-13:42	眼 保 健 操				
课 间	13:42-13:52	课 间 休 息				
室内操	13:52-13:57	室 内 操				
第六节	13:57-14:34	道法	心理	数学	语文	校本课程 （校班会）
课 间	14:34-14:44	课 间 休 息				
第七节	14:44-15:21	美术	科学	拓展	体育与健身	课后服务
课后服务	15:20-18:00	课后服务				
备注：						

徐汇区东安三村小学 2025 学年第一学期三（3）班课表

第十四周

	时 间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:57	数学	体育与健身	语文	道法	语文
大课间	8:57-9:27	升旗仪式	大课间	大课间	大课间	大课间
第二节	9:27-10:04	音乐	语文	体育与健身	科学	美术
眼 操	10:04-10:09	眼 保 健 操				
课 间	10:09-10:19	课 间 休 息				
第三节	10:19-10:56	语文	数学	英语	探究	数学
课 间	10:56-11:06	课 间 休 息				
第四节	11:06-11:43	体育与健身	英语	校本课程 （体活）	校本课程 （体活）	英语
午 餐	11:43-12:10	学生营养午餐				
午 休	12:10-12:55	午 间 休 息				
课 间	12:55-13:00	课 间 休 息				
第五节	13:00-13:37	信息科技	语文	音乐	英语	体育与健身
眼 操	13:37-13:42	眼 保 健 操				
课 间	13:42-13:52	课 间 休 息				
室内操	13:52-13:57	室 内 操				
第六节	13:57-14:34	道法	心理	数学	语文	校本课程 （校班会）
课 间	14:34-14:44	课 间 休 息				
第七节	14:44-15:21	美术	科学	拓展	体育与健身	课后服务
课后服务	15:20-18:00	课后服务				
备注：						

徐汇区东安三村小学 2025 学年第一学期三（3）班课表

第十五周

	时 间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:57	数学	体育与健身	语文	道法	语文
大课间	8:57-9:27	升旗仪式	大课间	大课间	大课间	大课间
第二节	9:27-10:04	音乐	语文	体育与健身	科学	美术
眼 操	10:04-10:09	眼 保 健 操				
课 间	10:09-10:19	课 间 休 息				
第三节	10:19-10:56	语文	数学	英语	探究	数学
课 间	10:56-11:06	课 间 休 息				
第四节	11:06-11:43	体育与健身	英语	校本课程 （体活）	校本课程 （体活）	英语
午 餐	11:43-12:10	学生营养午餐				
午 休	12:10-12:55	午 间 休 息				
课 间	12:55-13:00	课 间 休 息				
第五节	13:00-13:37	信息科技	语文	音乐	英语	体育与健身
眼 操	13:37-13:42	眼 保 健 操				
课 间	13:42-13:52	课 间 休 息				
室内操	13:52-13:57	室 内 操				
第六节	13:57-14:34	道法	心理	数学	语文	校本课程 （校班会）
课 间	14:34-14:44	课 间 休 息				
第七节	14:44-15:21	美术	科学	拓展	体育与健身	课后服务
课后服务	15:20-18:00	课后服务				
备注：						

徐汇区东安三村小学 2025 学年第一学期三（3）班课表

第十六周

	时 间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:57	数学	体育与健身	语文	道法	语文
大课间	8:57-9:27	升旗仪式	大课间	大课间	大课间	大课间
第二节	9:27-10:04	音乐	语文	体育与健身	科学	美术
眼 操	10:04-10:09	眼 保 健 操				
课 间	10:09-10:19	课 间 休 息				
第三节	10:19-10:56	语文	数学	英语	探究	数学
课 间	10:56-11:06	课 间 休 息				
第四节	11:06-11:43	体育与健身	英语	校本课程 （体活）	校本课程 （体活）	英语
午 餐	11:43-12:10	学生营养午餐				
午 休	12:10-12:55	午 间 休 息				
课 间	12:55-13:00	课 间 休 息				
第五节	13:00-13:37	信息科技	语文	音乐	英语	体育与健身
眼 操	13:37-13:42	眼 保 健 操				
课 间	13:42-13:52	课 间 休 息				
室内操	13:52-13:57	室 内 操				
第六节	13:57-14:34	道法	心理	数学	语文	校本课程 （校班会）
课 间	14:34-14:44	课 间 休 息				
第七节	14:44-15:21	美术	科学	拓展	体育与健身	课后服务
课后服务	15:20-18:00	课后服务				
备注：周五下午“阳光跃动日”活动，如遇下雨顺延一周						

徐汇区东安三村小学 2025 学年第一学期三（3）班课表

第十七周

	时 间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:57	数学	体育与健身	语文	道法	语文
大课间	8:57-9:27	升旗仪式	大课间	大课间	大课间	大课间
第二节	9:27-10:04	音乐	语文	体育与健身	科学	美术
眼 操	10:04-10:09	眼 保 健 操				
课 间	10:09-10:19	课 间 休 息				
第三节	10:19-10:56	语文	数学	英语	探究	数学
课 间	10:56-11:06	课 间 休 息				
第四节	11:06-11:43	体育与健身	英语	校本课程 （体活）	校本课程 （体活）	英语
午 餐	11:43-12:10	学生营养午餐				
午 休	12:10-12:55	午 间 休 息				
课 间	12:55-13:00	课 间 休 息				
第五节	13:00-13:37	信息科技	语文	音乐	英语	体育与健身
眼 操	13:37-13:42	眼 保 健 操				
课 间	13:42-13:52	课 间 休 息				
室内操	13:52-13:57	室 内 操				
第六节	13:57-14:34	道法	心理	数学	语文	校本课程 （校班会）
课 间	14:34-14:44	课 间 休 息				
第七节	14:44-15:21	美术	科学	拓展	体育与健身	课后服务
课后服务	15:20-18:00	课后服务				
备注：						

徐汇区东安三村小学 2025 学年第一学期三（3）班课表

第十八周

	时 间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:57	数学	体育与健身	语文	元 旦 放 假	语文
大课间	8:57-9:27	升旗仪式	大课间	大课间		大课间
第二节	9:27-10:04	音乐	语文	体育与健身		美术
眼 操	10:04-10:09	眼 保 健 操				眼 保 健 操
课 间	10:09-10:19	课 间 休 息				课 间 休 息
第三节	10:19-10:56	语文	数学	英语		数学
课 间	10:56-11:06	课 间 休 息				
第四节	11:06-11:43	体育与健身	英语	校本课程 （体活）		英语
午 餐	11:43-12:10	学生营养午餐				学生营养午餐
午 休	12:10-12:55	午 间 休 息				午 间 休 息
课 间	12:55-13:00	课 间 休 息				课 间 休 息
第五节	13:00-13:37	信息科技	语文	音乐		体育与健身
眼 操	13:37-13:42	眼 保 健 操				
课 间	13:42-13:52	课 间 休 息				
室内操	13:52-13:57	室 内 操				
第六节	13:57-14:34	道法	心理	数学		校本课程 （校班会）
课 间	14:34-14:44	课 间 休 息				课后服务
第七节	14:44-15:21	美术	科学	拓展		
课后服务	15:20-18:00	课后服务				
备注：						

徐汇区东安三村小学 2025 学年第一学期三（3）班课表

第十九周

	时 间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:57	数学	体育与健身	语文	道法	语文
大课间	8:57-9:27	升旗仪式	大课间	大课间	大课间	大课间
第二节	9:27-10:04	音乐	语文	体育与健身	科学	美术
眼 操	10:04-10:09	眼 保 健 操				
课 间	10:09-10:19	课 间 休 息				
第三节	10:19-10:56	语文	数学	英语	探究	数学
课 间	10:56-11:06	课 间 休 息				
第四节	11:06-11:43	体育与健身	英语	校本课程 （体活）	校本课程 （体活）	英语
午 餐	11:43-12:10	学生营养午餐				
午 休	12:10-12:55	午 间 休 息				
课 间	12:55-13:00	课 间 休 息				
第五节	13:00-13:37	信息科技	语文	音乐	英语	体育与健身
眼 操	13:37-13:42	眼 保 健 操				
课 间	13:42-13:52	课 间 休 息				
室内操	13:52-13:57	室 内 操				
第六节	13:57-14:34	道法	心理	数学	语文	校本课程 （校班会）
课 间	14:34-14:44	课 间 休 息				
第七节	14:44-15:21	美术	科学	拓展	体育与健身	课后服务
课后服务	15:20-18:00	课后服务				
备注：						

徐汇区东安三村小学 2025 学年第一学期三（3）班课表
第二十周

	时 间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:57	数学	体育与健身	语文	道法	语文
大课间	8:57-9:27	升旗仪式	大课间	大课间	大课间	大课间
第二节	9:27-10:04	音乐	语文	体育与健身	科学	美术
眼 操	10:04-10:09	眼 保 健 操				
课 间	10:09-10:19	课 间 休 息				
第三节	10:19-10:56	语文	数学	英语	探究	数学
课 间	10:56-11:06	课 间 休 息				
第四节	11:06-11:43	体育与健身	英语	校本课程 （体活）	校本课程 （体活）	英语
午 餐	11:43-12:10	学生营养午餐				
午 休	12:10-12:55	午 间 休 息				
课 间	12:55-13:00	课 间 休 息				
第五节	13:00-13:37	信息科技	语文	音乐	英语	体育与健身
眼 操	13:37-13:42	眼 保 健 操				
课 间	13:42-13:52	课 间 休 息				
室内操	13:52-13:57	室 内 操				
第六节	13:57-14:34	道法	心理	数学	语文	校本课程 （校班会）
课 间	14:34-14:44	课 间 休 息				
第七节	14:44-15:21	美术	科学	拓展	体育与健身	课后服务
课后服务	15:20-18:00	课后服务				
备注：周五下午“阳光跃动日”活动，如遇下雨顺延一周						

徐汇区东安三村小学 2025 学年第一学期三（3）班课表

第二十一周

	时 间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:57	数学	体育与健身	语文	道法	语文
大课间	8:57-9:27	升旗仪式	大课间	大课间	大课间	大课间
第二节	9:27-10:04	音乐	语文	体育与健身	科学	美术
眼 操	10:04-10:09	眼 保 健 操				
课 间	10:09-10:19	课 间 休 息				
第三节	10:19-10:56	语文	数学	英语	探究	数学
课 间	10:56-11:06	课 间 休 息				
第四节	11:06-11:43	体育与健身	英语	校本课程 （体活）	校本课程 （体活）	英语
午 餐	11:43-12:10	学生营养午餐				
午 休	12:10-12:55	午 间 休 息				
课 间	12:55-13:00	课 间 休 息				/
第五节	13:00-13:37	信息科技	语文	音乐	英语	
眼 操	13:37-13:42	眼 保 健 操				
课 间	13:42-13:52	课 间 休 息				
室内操	13:52-13:57	室 内 操				
第六节	13:57-14:34	道法	心理	数学	语文	
课 间	14:34-14:44	课 间 休 息				
第七节	14:44-15:21	美术	科学	拓展	体育与健身	
课后服务	15:20-18:00	课后服务				
备注： 期末复习阶段课表视教育教学实际情况作调整						

徐汇区东安三村小学 2025 学年第一学期三（3）班课表

第二十二周

	时 间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:57	数学	体育与健身	语文	道法	结 业 式
大课间	8:57-9:27	升旗仪式	大课间	大课间	大课间	
第二节	9:27-10:04	音乐	语文	体育与健身	科学	
眼 操	10:04-10:09	眼 保 健 操				
课 间	10:09-10:19	课 间 休 息				
第三节	10:19-10:56	语文	数学	英语	探究	
课 间	10:56-11:06	课 间 休 息				/
第四节	11:06-11:43	体育与健身	英语	校本课程 （体活）	校本课程 （体活）	
午 餐	11:43-12:10	学生营养午餐		/ 		
午 休	12:10-12:40	午 间 休 息				
午会课	12:40-12:55	午 会 课				
课 间	12:55-13:00	课 间 休 息				
第五节	13:00-13:37	信息科技	语文			
眼 操	13:37-13:42	眼 保 健 操				
课 间	13:42-13:52	课 间 休 息				
室内操	13:52-13:57	室 内 操				
第六节	13:57-14:34	道法	心理			
课 间	14:34-14:44	课后服务				
课后服务	14:44-15:21					
	15:30-16:20					
	16:30-17:20					

备注：最后一周课表视教育教学实际情况作调整