

徐汇区东安三村小学 2025 学年第二学期五（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	英语	语文	语文	自然	英语
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	自然	数学	音乐	语文	数学
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	道德与法治	道德与法治	英语	英语	语文
课 间	10:56-11:06	课 间 休 息				
第四节	11:06-11:43	语文	体育与健康	数学	校本课程 (体育活动)	道德与法治
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	数学	英语	语文	美术	体育与健康
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	体育与健康	劳技	探究	数学	校本课程 (校班会)
课 间	14:34-14:44	课 间 休 息				
第七节	14:44-15:21	校本课程 (体育活动)	音乐	体育与健康	体育与健康	课后服务
课后服务	15:21-18:00	课后服务				

徐汇区东安三村小学 2025 学年第二学期五（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	英语	语文	语文	自然	英语
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	自然	数学	音乐	语文	数学
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	道德与法治	道德与法治	英语	英语	语文
课 间	10:56-11:06	课 间 休 息				
第四节	11:06-11:43	语文	体育与健康	数学	校本课程 (体育活动)	道德与法治
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	数学	英语	语文	美术	体育与健康
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	体育与健康	劳技	探究	数学	校本课程 (校班会)
课 间	14:34-14:44	课 间 休 息				
第七节	14:44-15:21	校本课程 (体育活动)	音乐	体育与健康	体育与健康	课后服务
课后服务	15:21-18:00	课后服务				

徐汇区东安三村小学 2025 学年第二学期五（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	英语	语文	语文	自然	英语
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	自然	数学	音乐	语文	数学
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	道德与法治	道德与法治	英语	英语	语文
课 间	10:56-11:06	课 间 休 息				
第四节	11:06-11:43	语文	体育与健康	数学	校本课程 (体育活动)	道德与法治
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	数学	英语	语文	美术	阳光悦动日
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	体育与健康	劳技	探究	数学	
课 间	14:34-14:44	课 间 休 息				
第七节	14:44-15:21	校本课程 (体育活动)	音乐	体育与健康	体育与健康	课后服务
课后服务	15:21-18:00	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 学年第二学期五（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	英语	语文	语文	自然	英语
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	自然	数学	音乐	语文	数学
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	道德与法治	道德与法治	英语	英语	语文
课 间	10:56-11:06	课 间 休 息				
第四节	11:06-11:43	语文	体育与健康	数学	校本课程 (体育活动)	道德与法治
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	数学	科 技 体 验 活 动	语文	美术	体育与健康
眼 操	13:37-13:42	眼 保 健 操		眼 保 健 操		
课 间	13:42-13:52	课 间 休 息		课 间 休 息		
室内操	13:52-13:57	室 内 操		室 内 操		
第六节	13:57-14:34	体育与健康		探究	数学	校本课程 (校班会)
课 间	14:34-14:44	课 间 休 息		课 间 休 息		
第七节	14:44-15:21	校本课程 (体育活动)		体育与健康	体育与健康	课后服务
课后服务	15:21-18:00	课后服务				

徐汇区东安三村小学 2025 学年第二学期五（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	英语	语文	语文	自然	英语
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	自然	数学	音乐	语文	数学
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	道德与法治	道德与法治	英语	英语	语文
课 间	10:56-11:06	课 间 休 息				
第四节	11:06-11:43	语文	体育与健康	数学	校本课程 (体育活动)	道德与法治
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	数学	英语	语文	美术	体育与健康
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	体育与健康	劳技	探究	数学	校本课程 (校班会)
课 间	14:34-14:44	课 间 休 息				
第七节	14:44-15:21	校本课程 (体育活动)	音乐	体育与健康	体育与健康	课后服务
课后服务	15:21-18:00	课后服务				

徐汇区东安三村小学 2025 学年第二学期五（3）班课表

第六周

	时 间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	
第一节	8:20-8:57	清 明 节 放 假	语文	语文	自然	英语	
大课间	8:57-9:27		大课间	大课间	大课间	大课间	
第二节	9:27-10:04		数学	音乐	语文	数学	
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		道德与法治	英语	英语	语文	
课 间	10:56-11:06		课 间 休 息				
第四节	11:06-11:43		体育与健康	数学	校本课程 (体育活动)	道德与法治	
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	语文	美术	体育与健康	
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		劳技	探究	数学	校本课程 (校班会)	
课 间	14:34-14:44		课 间 休 息				
第七节	14:44-15:21		音乐	体育与健康	体育与健康	课后服务	
课后服务	15:21-18:00		课后服务				

徐汇区东安三村小学 2025 学年第二学期五（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	英语	语文	语文	社 会 实 践 活 动	英语
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	自然	数学	音乐		数学
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	道德与法治	道德与法治	英语		语文
课 间	10:56-11:06	课 间 休 息				课间休息
第四节	11:06-11:43	语文	体育与健康	数学		道德与法治
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	数学	英语	语文		体育与健康
眼 操	13:37-13:42	眼 保 健 操				眼保健操
课 间	13:42-13:52	课 间 休 息				课间休息
室内操	13:52-13:57	室 内 操				室内操
第六节	13:57-14:34	体育与健康	劳技	探究		校本课程 (校班会)
课 间	14:34-14:44	课 间 休 息				课间休息
第七节	14:44-15:21	校本课程 (体育活动)	音乐	体育与健康		课后服务
课后服务	15:21-18:00	课后服务				

徐汇区东安三村小学 2025 学年第二学期五（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	英语	语文	语文	自然	英语
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	自然	数学	音乐	语文	数学
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	道德与法治	道德与法治	英语	英语	语文
课 间	10:56-11:06	课 间 休 息				
第四节	11:06-11:43	语文	体育与健康	数学	校本课程 (体育活动)	道德与法治
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	数学	英语	语文	美术	阳光 悦动 日
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	体育与健康	劳技	探究	数学	
课 间	14:34-14:44	课 间 休 息				
第七节	14:44-15:21	校本课程 (体育活动)	音乐	体育与健康	体育与健康	课后服务
课后服务	15:21-18:00	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 学年第二学期五（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	英语	语文	语文	自然	五 一 劳 动 节 放 假
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	自然	数学	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	道德与法治	道德与法治	英语	英语	
课 间	10:56-11:06	课 间 休 息				
第四节	11:06-11:43	语文	体育与健康	数学	校本课程 (体育活动)	
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	数学	英语	语文	美术	
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	体育与健康	劳技	探究	数学	
课 间	14:34-14:44	课 间 休 息				
第七节	14:44-15:21	校本课程 (体育活动)	音乐	体育与健康	体育与健康	
课后服务	15:21-18:00	课 后 服 务				

徐汇区东安三村小学 2025 学年第二学期五（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	五 一 劳 动 节 放 假		语文	自然	英语
大课间	8:57-9:27			大课间	大课间	大课间
第二节	9:27-10:04			音乐	语文	数学
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			英语	英语	语文
课 间	10:56-11:06			课 间 休 息		
第四节	11:06-11:43			数学	校本课程 (体育活动)	道德与法治
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			语文	美术	体育与健康
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			探究	数学	校本课程 (校班会)
课 间	14:34-14:44			课 间 休 息		
第七节	14:44-15:21			体育与健康	体育与健康	课后服务
课后服务	15:21-18:00			课后服务		

徐汇区东安三村小学 2025 学年第二学期五（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	英语	语文	语文	自然	英语
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	自然	数学	音乐	语文	数学
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	道德与法治	道德与法治	英语	英语	语文
课 间	10:56-11:06	课 间 休 息				
第四节	11:06-11:43	语文	体育与健康	数学	校本课程 (体育活动)	道德与法治
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	数学	英语	语文	美术	体育与健康
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	体育与健康	劳技	探究	数学	校本课程 (校班会)
课 间	14:34-14:44	课 间 休 息				
第七节	14:44-15:21	校本课程 (体育活动)	音乐	体育与健康	体育与健康	课后服务
课后服务	15:21-18:00	课后服务				

徐汇区东安三村小学 2025 学年第二学期五（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	英语	语文	语文	自然	英语
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	自然	数学	音乐	语文	数学
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	道德与法治	道德与法治	英语	英语	语文
课 间	10:56-11:06	课 间 休 息				
第四节	11:06-11:43	语文	体育与健康	数学	校本课程 (体育活动)	道德与法治
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	数学	英语	语文	美术	阳 光 跃 动 日
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	体育与健康	劳技	探究	数学	校本课程 (校班会)
课 间	14:34-14:44	课 间 休 息				
第七节	14:44-15:21	校本课程 (体育活动)	音乐	体育与健康	体育与健康	课 后 服 务
课后服务	15:21-18:00	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 学年第二学期五（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	英语	语文	语文	自然	英语
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	自然	数学	音乐	语文	数学
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	道德与法治	道德与法治	英语	英语	语文
课 间	10:56-11:06	课 间 休 息				
第四节	11:06-11:43	语文	体育与健康	数学	校本课程 (体育活动)	道德与法治
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	数学	英语	语文	美术	体育与健康
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	体育与健康	劳技	探究	数学	校本课程 (校班会)
课 间	14:34-14:44	课 间 休 息				
第七节	14:44-15:21	校本课程 (体育活动)	音乐	体育与健康	体育与健康	课后服务
课后服务	15:21-18:00	课后服务				

徐汇区东安三村小学 2025 学年第二学期五（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	英语	语文	语文	自然	英语
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	自然	数学	音乐	语文	数学
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	道德与法治	道德与法治	英语	英语	语文
课 间	10:56-11:06	课 间 休 息				
第四节	11:06-11:43	语文	体育与健康	数学	校本课程 (体育活动)	道德与法治
午 餐	11:43-12:10	学生营养午餐				
午 休	12:10-12:55	儿 童 节 活 动	午 间 休 息			
课 间	12:55-13:00		课 间 休 息			
第五节	13:00-13:37		英语	语文	美术	体育与健康
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		劳技	探究	数学	校本课程 (校班会)
课 间	14:34-14:44		课 间 休 息			
第七节	14:44-15:21		音乐	体育与健康	体育与健康	课后服务
课后服务	15:21-18:00		课后服务			

徐汇区东安三村小学 2025 学年第二学期五（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	英语	语文	语文	自然	英语
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	自然	数学	音乐	语文	数学
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	道德与法治	道德与法治	英语	英语	语文
课 间	10:56-11:06	课 间 休 息				
第四节	11:06-11:43	语文	体育与健康	数学	校本课程 (体育活动)	道德与法治
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	数学	英语	语文	美术	体育与健康
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	体育与健康	劳技	探究	数学	校本课程 (校班会)
课 间	14:34-14:44	课 间 休 息				
第七节	14:44-15:21	校本课程 (体育活动)	音乐	体育与健康	体育与健康	课后服务
课后服务	15:21-18:00	课后服务				

徐汇区东安三村小学 2025 学年第二学期五（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	英语	语文	语文	自然	端 午 节 放 假
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	自然	数学	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	道德与法治	道德与法治	英语	英语	
课 间	10:56-11:06	课 间 休 息				
第四节	11:06-11:43	语文	体育与健康	数学	校本课程 (体育活动)	
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	数学	英语	语文	美术	
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	体育与健康	劳技	探究	数学	
课 间	14:34-14:44	课 间 休 息				
第七节	14:44-15:21	校本课程 (体育活动)	音乐	体育与健康	体育与健康	
课后服务	15:21-18:00	课后服务				

徐汇区东安三村小学 2025 学年第二学期五（3）班课表

第十七周、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	英语	阳光悦动日	社会实践	自然	英语
大课间	8:57-9:27	升旗仪式			大课间	大课间
第二节	9:27-10:04	自然			语文	数学
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	道德与法治			英语	语文
课 间	10:56-11:06	课 间 休 息			课 间 休 息	
第四节	11:06-11:43	语文			校本课程 (体育活动)	道德与法治
午 餐	11:43-12:10	学生营养午餐				毕业典礼
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	数学	英语	语文	美术	
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	体育与健康	劳技	探究	数学	
课 间	14:34-14:44	课 间 休 息				
第七节	14:44-15:21	校本课程 (体育活动)	音乐	体育与健康	体育与健康	
课后服务	15:21-18:00	课后服务				
备注：第十八周最后两个半天学生按需到校						