

上海市奉贤区明德外国语四年级（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	8:55—9:30	语文	数学	外语	语文	语文
课间	9:30—9:40					
第二节	9:40—10:15	数学	外语	语文	语文	外语
课间	10:15—10:25					
第三节	10:25—11:05	外语	语文	数学	数学	体育与健身
课间	11:05—11:15					
第四节	11:15—11:50	体育与健身	劳动技术	体育与健身	外语	数学
11:50— 学生午餐 12:10—12:40 午休 12:40—12:55 午会						
第五节	13:00—13:35	拓展型课程	体育与健身	信息科技	人工智能基础	探究型课程
体育锻炼时间	13:35—13:50					
第六节	13:50—14:30	自然	美术	道德与法治	道德与法治	自然
14:30—15:05 大课间体育活动						
课间						
第七节	15:05—15:40	音乐	道德与法治	音乐	体育与健身	
课后服务	15:40—18:00					

备注：

1.8:20——8:55 学生早操；10:25——10:30 眼保健操；13:50——13:55 眼保健操；13:35—13:50 体育锻炼时间。

2.课后服务分为三个时间段：

第一时间段：作业辅导（15:40——16:30）

第二时间段：快乐社团（16:30——17:30）

课程统计	课程名称	道德与法治	语文	数学	外语	自然
	每周课时	3	6	5	5	2
	规定课时	3	6	5	5	2
	课程名称	体育与健身	音乐	美术	劳动技术	信息科技
	每周课时	5	2	1	1	1
	规定课时	5	2	1	1	1
	课程名称	人工智能基础	探究型课程	拓展型课程		合计
	每周课时	1	1	1		34
	规定课时	1	1	1		34

上海市奉贤区明德外国语四年级（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	8:55—9:30	语文	语文	语文	外语	外语
课间	9:30—9:40					
第二节	9:40—10:15	数学	数学	语文	数学	人工智能基础
课间	10:15—10:25					
第三节	10:25—11:05	外语	外语	数学	语文	数学
课间	11:05—11:15					
第四节	11:15—11:50	道德与法治	信息科技	外语	体育与健身	语文
11:50— 学生午餐 12:10—12:40 午休 12:40—12:55 午会						
第五节	13:00—13:35	音乐	自然	道德与法治	自然	探究型课程
体育锻炼时间	13:35—13:50					
第六节	13:50—14:30	体育与健身	体育与健身	体育与健身	道德与法治	体育与健身
14:30—15:05 大课间体育活动						
课间						
第七节	15:05—15:40	劳动技术	美术	拓展型课程	音乐	
课后服务	15:40—18:00					

备注：

1.8:20——8:55 学生早操；10:25——10:30 眼保健操；13:50——13:55 眼保健操；13:35—13:50 体育锻炼时间。

2.课后服务分为三个时间段：

第一时间段：作业辅导（15:40——16:30）

第二时间段：快乐社团（16:30——17:30）

课程统计	课程名称	道德与法治	语文	数学	外语	自然
	每周课时	3	6	5	5	2
	规定课时	3	6	5	5	2
	课程名称	体育与健身	音乐	美术	劳动技术	信息科技
	每周课时	5	2	1	1	1
	规定课时	5	2	1	1	1
	课程名称	人工智能基础	探究型课程	拓展型课程		合计
	每周课时	1	1	1		34
	规定课时	1	1	1		34

上海市奉贤区明德外国语四年级（3）班课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:55—9:30	语文	外语	数学	语文	语文
课间	9:30—9:40					
第二节	9:40—10:15	语文	语文	语文	外语	外语
课间	10:15—10:25					
第三节	10:25—11:05	数学	数学	外语	人工智能基础	数学
课间	11:05—11:15					
第四节	11:15—11:50	外语	音乐	道德与法治	数学	体育与健身
11:50— 学生午餐 12:10—12:40 午休 12:40—12:55 午会						
第五节	13:00—13:35	体育与健身	美术	体育与健身	劳动技术	探究型课程
体育锻炼时间	13:35—13:50					
第六节	13:50—14:30	道德与法治	拓展型课程	自然	体育与健身	音乐
14:30—15:05 大课间体育活动						
课间						
第七节	15:05—15:40	自然	体育与健身	信息科技	道德与法治	
课后服务	15:40—18:00					

备注：

1.8:20——8:55 学生早操；10:25——10:30 眼保健操；13:50——13:55 眼保健操；13:35—13:50 体育锻炼时间。

2.课后服务分为三个时间段：

第一时间段：作业辅导（15:40——16:30）

第二时间段：快乐社团（16:30——17:30）

课程统计	课程名称	道德与法治	语文	数学	外语	自然
	每周课时	3	6	5	5	2
	规定课时	3	6	5	5	2
	课程名称	体育与健身	音乐	美术	劳动技术	信息科技
	每周课时	5	2	1	1	1
	规定课时	5	2	1	1	1
	课程名称	人工智能基础	探究型课程	拓展型课程		合计
	每周课时	1	1	1		34
	规定课时	1	1	1		34

上海市奉贤区明德外国语四年级（4）班课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:55—9:30	语文	数学	数学	语文	外语
课间	9:30—9:40					
第二节	9:40—10:15	数学	外语	外语	语文	语文
课间	10:15—10:25					
第三节	10:25—11:05	外语	语文	美术	数学	数学
课间	11:05—11:15					
第四节	11:15—11:50	劳动技术	体育与健身	语文	外语	道德与法治
11:50— 学生午餐 12:10—12:40 午休 12:40—12:55 午会						
第五节	13:00—13:35	拓展型课程	自然	体育与健身	体育与健身	探究型课程
体育锻炼时间	13:35—13:50					
第六节	13:50—14:30	自然	信息科技	人工智能基础	音乐	体育与健身
14:30—15:05 大课间体育活动						
课间						
第七节	15:05—15:40	体育与健身	音乐	道德与法治	道德与法治	
课后服务	15:40—18:00					

备注：

1.8:20——8:55 学生早操；10:25——10:30 眼保健操；13:50——13:55 眼保健操；13:35—13:50 体育锻炼时间。

2.课后服务分为三个时间段：

第一时间段：作业辅导（15:40——16:30）

第二时间段：快乐社团（16:30——17:30）

课程统计	课程名称	道德与法治	语文	数学	外语	自然
	每周课时	3	6	5	5	2
	规定课时	3	6	5	5	2
	课程名称	体育与健身	音乐	美术	劳动技术	信息科技
	每周课时	5	2	1	1	1
	规定课时	5	2	1	1	1
	课程名称	人工智能基础	探究型课程	拓展型课程		合计
	每周课时	1	1	1		34
	规定课时	1	1	1		34

上海市奉贤区明德外国语四年级（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	8:55—9:30	语文	数学	语文	语文	数学
课间	9:30—9:40					
第二节	9:40—10:15	自然	自然	体育与健身	语文	外语
课间	10:15—10:25					
第三节	10:25—11:05	数学	外语	外语	数学	体育与健身
课间	11:05—11:15					
第四节	11:15—11:50	外语	语文	数学	体育与健身	语文
11:50— 学生午餐 12:10—12:40 午休 12:40—12:55 午会						
第五节	13:00—13:35	体育与健身	体育与健身	音乐	外语	探究型课程
体育锻炼时间	13:35—13:50					
第六节	13:50—14:30	拓展型课程	道德与法治	劳动技术	信息科技	人工智能基础
14:30—15:05 大课间体育活动						
课间						
第七节	15:05—15:40	美术	音乐	道德与法治	道德与法治	
课后服务	15:40—18:00					

备注：

1.8:20——8:55 学生早操；10:25——10:30 眼保健操；13:50——13:55 眼保健操；13:35—13:50 体育锻炼时间。

2.课后服务分为三个时间段：

第一时间段：作业辅导（15:40——16:30）

第二时间段：快乐社团（16:30——17:30）

课程统计	课程名称	道德与法治	语文	数学	外语	自然
	每周课时	3	6	5	5	2
	规定课时	3	6	5	5	2
	课程名称	体育与健身	音乐	美术	劳动技术	信息科技
	每周课时	5	2	1	1	1
	规定课时	5	2	1	1	1
	课程名称	人工智能基础	探究型课程	拓展型课程		合计
	每周课时	1	1	1		34
	规定课时	1	1	1		34

上海市奉贤区明德外国语四年级（6）班课程表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:55—9:30	语文	外语	语文	外语	外语
课间	9:30—9:40					
第二节	9:40—10:15	外语	信息科技	语文	语文	数学
课间	10:15—10:25					
第三节	10:25—11:05	数学	数学	数学	体育与健身	语文
课间	11:05—11:15					
第四节	11:15—11:50	体育与健身	语文	外语	数学	体育与健身
11:50— 学生午餐 12:10—12:40 午休 12:40—12:55 午会						
第五节	13:00—13:35	道德与法治	人工智能基础	劳动技术	自然	探究型课程
体育锻炼时间	13:35—13:50					
第六节	13:50—14:30	拓展型课程	音乐	道德与法治	美术	音乐
14:30—15:05 大课间体育活动						
课间						
第七节	15:05—15:40	自然	体育与健身	体育与健身	道德与法治	
课后服务	15:40—18:00					

备注：

1.8:20——8:55 学生早操；10:25——10:30 眼保健操；13:50——13:55 眼保健操；13:35—13:50 体育锻炼时间。

2.课后服务分为三个时间段：

第一时间段：作业辅导（15:40——16:30）

第二时间段：快乐社团（16:30——17:30）

课程统计	课程名称	道德与法治	语文	数学	外语	自然
	每周课时	3	6	5	5	2
	规定课时	3	6	5	5	2
	课程名称	体育与健身	音乐	美术	劳动技术	信息科技
	每周课时	5	2	1	1	1
	规定课时	5	2	1	1	1
	课程名称	人工智能基础	探究型课程	拓展型课程		合计
	每周课时	1	1	1		34
	规定课时	1	1	1		34