上海立信会计金融学院附属学校 2026 学年第 一 学期

一 年级 1 班周课时表

	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	外语	语文	语文	校本课程 （体育与健康）
	8:55-9:35	升旗仪式、广播操、大课间活动				
第二节	9:35-10:10	数学	数学	体育与健康	唱游・音乐	语文
	10:10-10:25	课间（10 分钟微运动）				
	10:25-10:30	眼保健操				
第三节	10:30-11:05	体育与健康	语文	造型・美术	劳动	道德与法治
	11:05-11:20	课间（10 分钟微运动）				
第四节	11:20-11:55	唱游・音乐	语文	语文	数学	外语
午间	11:55-12:55	午餐、午休、午会				
	12:55-13:00	室内操				
第五节	13:00-13:35	校本课程 （体育活动课）	体育与健康	科学	体育与健康	造型・美术
	13:35-13:50	课间（10 分钟微运动）				
	13:50-13:55	眼保健操				
第六节	13:55-14:30	语文	科学	道德与法治	校本课程 （体育活动课）	综合实践活动
	14:30-14:45	课间（10 分钟微运动）				
	14:45-15:20	开展各类活动				
	15:20-15:30	降旗仪式				
课后服务	15:30-16:30	第一时段				
	16:30-17:30	第二时段				
	17:30-18:00	延时服务				

说明：

1.利用周五第 1 节校本课程开设 1 节体育课，利用周一、周四校本课程开设 2 节体育活动课，保证每周开设 5 节体育课、2 节体育活动课。

2.综合实践活动时间将开展“立・趣发现”综合实践活动课程内容。

3.秋季社会实践考察活动安排在第 8 周。

4.期末综合素质评价活动安排在第 20 周。

*有关活动或工作的具体开展时间可能会结合学校实际工作进行调整，以实际发生为准。

举报电话：50257868　　电子邮箱：lxfxdlgh@163.com

上海立信会计金融学院附属学校___2026__学年第__一__学期

___一___年级_2_班周课时表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	外语	语文	体育与健康	数学	语文
	8:55-9:35	升旗仪式、广播操、大课间活动				
第二节	9:35-10:10	语文	体育与健康	唱游·音乐	劳动	校本课程 （体育与健康）
	10:10-10:25	课间（10 分钟微运动）				
	10:25-10:30	眼保健操				
第三节	10:30-11:05	唱游·音乐	数学	数学	语文	外语
	11:05-11:20	课间（10 分钟微运动）				
第四节	11:20-11:55	体育与健康	道德与法治	造型·美术	语文	综合实践活动
午间	11:55-12:55	午餐、午休、午会				
	12:55-13:00	室内操				
第五节	13:00-13:35	语文	科学	语文	道德与法治	校本课程 （体育活动课）
	13:35-13:50	课间（10 分钟微运动）				
	13:50-13:55	眼保健操				
第六节	13:55-14:30	校本课程 （体育活动课）	语文	科学	体育与健康	造型·美术
	14:30-14:45	课间（10 分钟微运动）				
	14:45-15:20	开展各类活动				
	15:20-15:30	降旗仪式				
课后服务	15:30-16:30	第一时段				
	16:30-17:30	第二时段				
	17:30-18:00	延时服务				

说明：

1.利用周五第 2 节校本课程开设 1 节体育课，利用周一、周五校本课程开设 2 节体育活动课，保证每周开设 5 节体育课、2 节体育活动课。

2.综合实践活动时间将开展“立·趣发现”综合实践活动课程内容。

3.秋季社会实践考察活动安排在第 8 周。

4.期末综合素质评价活动安排在第 20 周。

*有关活动或工作的具体开展时间可能会结合学校实际工作进行调整，以实际发生为准。

举报电话：50257868　　电子邮箱：lxfxdlgh@163.com

上海立信会计金融学院附属学校___2026__学年第__一__学期

___一___年级_3_班周课时表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	外语	数学	语文	数学	语文
	8:55-9:35	升旗仪式、广播操、大课间活动				
第二节	9:35-10:10	体育与健康	道德与法治	体育与健康	外语	校本课程（体育与健康）
（体育与	10:10-10:25	课间（10 分钟微运动）				
	10:25-10:30	眼保健操				
第三节	10:30-11:05	语文	校本课程（体育活动）	劳动	语文	数学
	11:05-11:20	课间（10 分钟微运动）				
第四节	11:20-11:55	语文	体育与健康	语文	道德与法治	造型·美术
午间	11:55-12:55	午餐、午休、午会				
	12:55-13:00	室内操				
第五节	13:00-13:35	科学	语文	唱游·音乐	校本课程（体育活动）	综合实践活动
	13:35-13:50	课间（10 分钟微运动）				
	13:50-13:55	眼保健操				
第六节	13:55-14:30	唱游·音乐	语文	造型·美术	体育与健康	科学
	14:30-14:45	课间（10 分钟微运动）				
	14:45-15:20	开展各类活动				
	15:20-15:30	降旗仪式				
课后服务	15:30-16:30	第一时段				
	16:30-17:30	第二时段				
	17:30-18:00	延时服务				

说明：

1.利用周五第 2 节校本课程开设 1 节体育课，利用周二、周四校本课程开设 2 节体育活动课，保证每周开设 5 节体育课、2 节体育活动课。

2.综合实践活动时间将开展“立·趣发现”综合实践活动课程内容。

3.秋季社会实践考察活动安排在第 8 周。

4.期末综合素质评价活动安排在第 20 周。

*有关活动或工作的具体开展时间可能会结合学校实际工作进行调整，以实际发生为准。

举报电话：58568598　　电子邮箱：lxfxdlgh@163.com

上海立信会计金融学院附属学校 2026 学年第 一 学期

一 年级 4 班周课时表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	数学	语文	体育与健康	外语	道德与法治
	8:55-9:35	升旗仪式、广播操、大课间活动				
第二节	9:35-10:10	外语	语文	语文	语文	数学
	10:10-10:25	课间（10 分钟微运动）				
	10:25-10:30	眼保健操				
第三节	10:30-11:05	体育与健康	道德与法治	唱游·音乐	科学	校本课程 （体育与健康）
	11:05-11:20	课间（10 分钟微运动）				
第四节	11:20-11:55	科学	唱游·音乐	劳动	体育与健康	语文
午间	11:55-12:55	午餐、午休、午会				
	12:55-13:00	室内操				
第五节	13:00-13:35	语文	体育与健康	数学	造型·美术	校本课程 （体育活动）
	13:35-13:50	课间（10 分钟微运动）				
	13:50-13:55	眼保健操				
第六节	13:55-14:30	语文	造型·美术	语文	校本课程 （体育活动）	综合实践活动
	14:30-14:45	课间（10 分钟微运动）				
	14:45-15:20	开展各类活动				
	15:20-15:30	降旗仪式				
课后服务	15:30-16:30	第一时段				
	16:30-17:30	第二时段				
	17:30-18:00	延时服务				

说明：

1.利用周五第 3 节校本课程开设 1 节体育课，利用周四、周五校本课程开设 2 节体育活动课，保证每周开设 5 节体育课、2 节体育活动课。

2.综合实践活动时间将开展“立·趣发现”综合实践活动课程内容。

3.秋季社会实践考察活动安排在第 8 周。

4.期末综合素质评价活动安排在第 20 周。

*有关活动或工作的具体开展时间可能会结合学校实际工作进行调整，以实际发生为准。

举报电话：58568598　　电子邮箱：lxfxdlgh@163.com

上海立信会计金融学院附属学校 2026 学年第 一 学期

一 年级 5 班周课时表

	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	语文	数学	外语	语文
	8:55-9:35	升旗仪式、广播操、大课间活动				
第二节	9:35-10:10	外语	数学	道德与法治	语文	语文
	10:10-10:25	课间（10 分钟微运动）				
	10:25-10:30	眼保健操				
第三节	10:30-11:05	科学	唱游·音乐	造型·美术	综合实践活动	数学
	11:05-11:20	课间（10 分钟微运动）				
第四节	11:20-11:55	体育与健康	语文	体育与健康	唱游·音乐	校本课程（体育与健康）
午间	11:55-12:55	午餐、午休、午会				
	12:55-13:00	室内操				
第五节	13:00-13:35	劳动	造型·美术	语文	体育与健康	科学
	13:35-13:50	课间（10 分钟微运动）				
	13:50-13:55	眼保健操				
第六节	13:55-14:30	校本课程（体育活动）	体育与健康	语文	校本课程（体育活动）	道德与法治
	14:30-14:45	课间（10 分钟微运动）				
	14:45-15:20	开展各类活动				
	15:20-15:30	降旗仪式				
课后服务	15:30-16:30	第一时段				
	16:30-17:30	第二时段				
	17:30-18:00	延时服务				

说明：

1.利用周五第 4 节校本课程开设 1 节体育课，利用周一、周四校本课程开设 2 节体育活动课，保证每周开设 5 节体育课、2 节体育活动课。

2.综合实践活动时间将开展“立·趣发现”综合实践活动课程内容。

3.秋季社会实践考察活动安排在第 8 周。

4.期末综合素质评价活动安排在第 20 周。

*有关活动或工作的具体开展时间可能会结合学校实际工作进行调整，以实际发生为准。

举报电话：58568598　　电子邮箱：lxfxdlgh@163.com

上海立信会计金融学院附属学校 2026 学年第 一 学期

一 年级 6 班周课时表

	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	语文	体育与健康	数学	数学
	8:55-9:35	升旗仪式、广播操、大课间活动				
第二节	9:35-10:10	语文	外语	语文	体育与健康	语文
	10:10-10:25	课间（10 分钟微运动）				
	10:25-10:30	眼保健操				
第三节	10:30-11:05	数学	校本课程（体育活动）	语文	外语	语文
	11:05-11:20	课间（10 分钟微运动）				
第四节	11:20-11:55	唱游·音乐	体育与健康	科学	语文	体育与健康
午间	11:55-12:55	午餐、午休、午会				
	12:55-13:00	室内操				
第五节	13:00-13:35	校本课程（体育与健康）	造型·美术	道德与法治	唱游·音乐	造型·美术
	13:35-13:50	课间（10 分钟微运动）				
	13:50-13:55	眼保健操				
第六节	13:55-14:30	校本课程（体育活动）	科学	综合实践活动	道德与法治	劳动
	14:30-14:45	课间（10 分钟微运动）				
	14:45-15:20	开展各类活动				
	15:20-15:30	降旗仪式				
课后服务	15:30-16:30	第一时段				
	16:30-17:30	第二时段				
	17:30-18:00	延时服务				

说明：

1.利用周一第 5 节校本课程开设 1 节体育课，利用周一、周二校本课程开设 2 节体育活动课，保证每周开设 5 节体育课、2 节体育活动课。

2.综合实践活动时间将开展“立·趣发现”综合实践活动课程内容。

3.秋季社会实践考察活动安排在第 8 周。

4.期末综合素质评价活动安排在第 20 周。

*有关活动或工作的具体开展时间可能会结合学校实际工作进行调整，以实际发生为准。

举报电话：58568598　　电子邮箱：lxfxdlgh@163.com

上海立信会计金融学院附属学校 2026 学年第 一 学期

二 年级 1 班周课时表

	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	外语	体育与健康	语文	语文
	8:55-9:35	升旗仪式、广播操、大课间活动				
第二节	9:35-10:10	语文	语文	数学	语文	外语
	10:10-10:25	课间（10 分钟微运动）				
	10:25-10:30	眼保健操				
第三节	10:30-11:05	科学	数学	语文	数学	造型·美术
	11:05-11:20	课间（10 分钟微运动）				
第四节	11:20-11:55	体育与健康	道德与法治	唱游·音乐	体育与健康	语文
午间	11:55-12:55	午餐、午休、午会				
	12:55-13:00	室内操				
第五节	13:00-13:35	造型·美术	校本课程 （体育与健康）	科学	唱游·音乐	体育与健康
	13:35-13:50	课间（10 分钟微运动）				
	13:50-13:55	眼保健操				
第六节	13:55-14:30	校本课程 （体育活动课）	综合实践活动	道德与法治	劳动	校本课程 （体育活动课）
	14:30-14:45	课间（10 分钟微运动）				
	14:45-15:20	开展各类活动				
	15:20-15:30	降旗仪式				
课后服务	15:30-16:30	第一时段				
	16:30-17:30	第二时段				
	17:30-18:00	延时服务				

说明：

1.利用周二第 5 节校本课程开设 1 节体育课，利用周一、周五校本课程开设 2 节体育活动课，保证每周开设 5 节体育课、2 节体育活动课。

2.综合实践活动时间将开展“立·趣发现”综合实践活动课程内容。

3.秋季社会实践考察活动安排在第 8 周。

4.期末综合素质评价活动安排在第 20 周。

*有关活动或工作的具体开展时间可能会结合学校实际工作进行调整，以实际发生为准。

举报电话：50257868　　电子邮箱：lxfxdlgh@163.com

上海立信会计金融学院附属学校 2026 学年第 一 学期

二 年级 2 班周课时表

	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	语文	数学	语文	语文
	8:55-9:35	升旗仪式、广播操、大课间活动				
第二节	9:35-10:10	外语	语文	语文	数学	造型·美术
	10:10-10:25	课间（10 分钟微运动）				
	10:25-10:30	眼保健操				
第三节	10:30-11:05	语文	唱游·音乐	校本课程 （体育与健康）	体育与健康	体育与健康
	11:05-11:20	课间（10 分钟微运动）				
第四节	11:20-11:55	造型·美术	数学	外语	语文	科学
午间	11:55-12:55	午餐、午休、午会				
	12:55-13:00	室内操				
第五节	13:00-13:35	道德与法治	校本课程 （体育活动课）	道德与法治	劳动	校本课程 （体育活动课）
	13:35-13:50	课间（10 分钟微运动）				
	13:50-13:55	眼保健操				
第六节	13:55-14:30	体育与健康	体育与健康	综合实践活动	科学	唱游·音乐
	14:30-14:45	课间（10 分钟微运动）				
	14:45-15:20	开展各类活动				
	15:20-15:30	降旗仪式				
课后服务	15:30-16:30	第一时段				
	16:30-17:30	第二时段				
	17:30-18:00	延时服务				

说明：

1.利用周三第 3 节校本课程开设 1 节体育课，利用周二、周五校本课程开设 2 节体育活动课，保证每周开设 5 节体育课、2 节体育活动课。

2.综合实践活动时间将开展“立·趣发现”综合实践活动课程内容。

3.秋季社会实践考察活动安排在第 8 周。

4.期末综合素质评价活动安排在第 20 周。

*有关活动或工作的具体开展时间可能会结合学校实际工作进行调整，以实际发生为准。

举报电话：50257868　　电子邮箱：lxfxdlgh@163.com

上海立信会计金融学院附属学校 2026 学年第 一 学期

二 年级 3 班周课时表

	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	数学	外语	语文	外语
	8:55-9:35	升旗仪式、广播操、大课间活动				
第二节	9:35-10:10	语文	体育与健康	数学	道德与法治	数学
	10:10-10:25	课间（10 分钟微运动）				
	10:25-10:30	眼保健操				
第三节	10:30-11:05	造型·美术	科学	校本课程 （体育与健康）	体育与健康	科学
	11:05-11:20	课间（10 分钟微运动）				
第四节	11:20-11:55	综合实践活动	劳动	道德与法治	唱游·音乐	语文
午间	11:55-12:55	午餐、午休、午会				
	12:55-13:00	室内操				
第五节	13:00-13:35	唱游·音乐	语文	语文	校本课程 （体育活动）	体育与健康
	13:35-13:50	课间（10 分钟微运动）				
	13:50-13:55	眼保健操				
第六节	13:55-14:30	体育与健康	语文	语文	造型·美术	校本课程 （体育活动）
	14:30-14:45	课间（10 分钟微运动）				
	14:45-15:20	开展各类活动				
	15:20-15:30	降旗仪式				
课后服务	15:30-16:30	第一时段				
	16:30-17:30	第二时段				
	17:30-18:00	延时服务				

说明：

1.利用周三第 3 节校本课程开设 1 节体育课，利用周四、周五校本课程开设 2 节体育活动课，保证每周开设 5 节体育课、2 节体育活动课。

2.综合实践活动时间将开展“立·趣发现”综合实践活动课程内容。

3.秋季社会实践考察活动安排在第 8 周。

4.期末综合素质评价活动安排在第 20 周。

*有关活动或工作的具体开展时间可能会结合学校实际工作进行调整，以实际发生为准。

举报电话：58568598　　电子邮箱：lxfxdlgh@163.com

上海立信会计金融学院附属学校 2026 学年第 一 学期

二 年级 4 班周课时表

	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	语文	外语	语文	数学
	8:55-9:35	升旗仪式、广播操、大课间活动				
第二节	9:35-10:10	语文	语文	语文	体育与健康	语文
	10:10-10:25	课间（10 分钟微运动）				
	10:25-10:30	眼保健操				
第三节	10:30-11:05	道德与法治	体育与健康	数学	唱游·音乐	外语
	11:05-11:20	课间（10 分钟微运动）				
第四节	11:20-11:55	唱游·音乐	数学	校本课程 （体育与健康）	语文	科学
午间	11:55-12:55	午餐、午休、午会				
	12:55-13:00	室内操				
第五节	13:00-13:35	体育与健康	校本课程 （体育活动）	综合实践活动	造型·美术	校本课程 （体育活动）
	13:35-13:50	课间（10 分钟微运动）				
	13:50-13:55	眼保健操				
第六节	13:55-14:30	造型·美术	科学	道德与法治	劳动	体育与健康
	14:30-14:45	课间（10 分钟微运动）				
	14:45-15:20	开展各类活动				
	15:20-15:30	降旗仪式				
课后服务	15:30-16:30	第一时段				
	16:30-17:30	第二时段				
	17:30-18:00	延时服务				

说明：

1.利用周三第 4 节校本课程开设 1 节体育课，利用周二、周五校本课程开设 2 节体育活动课，保证每周开设 5 节体育课、2 节体育活动课。

2.综合实践活动时间将开展“立·趣发现”综合实践活动课程内容。

3.秋季社会实践考察活动安排在第 8 周。

4.期末综合素质评价活动安排在第 20 周。

*有关活动或工作的具体开展时间可能会结合学校实际工作进行调整，以实际发生为准。

举报电话：58568598　　电子邮箱：lxfxdlgh@163.com

上海立信会计金融学院附属学校 2026 学年第 一 学期

二 年级 5 班周课时表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	数学	外语	道德与法治	造型·美术	语文
	8:55-9:35	升旗仪式、广播操、大课间活动				
第二节	9:35-10:10	唱游·音乐	语文	体育与健康	语文	数学
	10:10-10:25	课间（10 分钟微运动）				
	10:25-10:30	眼保健操				
第三节	10:30-11:05	体育与健康	语文	语文	体育与健康	外语
	11:05-11:20	课间（10 分钟微运动）				
第四节	11:20-11:55	造型·美术	科学	语文	科学	劳动
午间	11:55-12:55	午餐、午休、午会				
	12:55-13:00	室内操				
第五节	13:00-13:35	语文	体育与健康	数学	校本课程（体育活动）	校本课程（体育与健康）
	13:35-13:50	课间（10 分钟微运动）				
	13:50-13:55	眼保健操				
第六节	13:55-14:30	语文	校本课程（体育活动）	综合实践活动	唱游·音乐	道德与法治
	14:30-14:45	课间（10 分钟微运动）				
	14:45-15:20	开展各类活动				
	15:20-15:30	降旗仪式				
课后服务	15:30-16:30	第一时段				
	16:30-17:30	第二时段				
	17:30-18:00	延时服务				

说明：

1.利用周五第 5 节校本课程开设 1 节体育课，利用周二、周四校本课程开设 2 节体育活动课，保证每周开设 5 节体育课、2 节体育活动课。

2.综合实践活动时间将开展“立·趣发现”综合实践活动课程内容。

3.秋季社会实践考察活动安排在第 8 周。

4.期末综合素质评价活动安排在第 20 周。

*有关活动或工作的具体开展时间可能会结合学校实际工作进行调整，以实际发生为准。

举报电话：58568598　　电子邮箱：lxfxdlgh@163.com

上海立信会计金融学院附属学校 2026 学年第 一 学期

二 年级 6 班周课时表

	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	语文	数学	语文	外语
	8:55-9:35	升旗仪式、广播操、大课间活动				
第二节	9:35-10:10	数学	语文	语文	数学	劳动
	10:10-10:25	课间（10 分钟微运动）				
	10:25-10:30	眼保健操				
第三节	10:30-11:05	科学	外语	体育与健康	校本课程（体育活动）	语文
	11:05-11:20	课间（10 分钟微运动）				
第四节	11:20-11:55	体育与健康	综合实践活动	语文	造型·美术	语文
午间	11:55-12:55	午餐、午休、午会				
	12:55-13:00	室内操				
第五节	13:00-13:35	造型·美术	道德与法治	道德与法治	唱游·音乐	校本课程（体育活动）
	13:35-13:50	课间（10 分钟微运动）				
	13:50-13:55	眼保健操				
第六节	13:55-14:30	唱游·音乐	体育与健康	科学	体育与健康	校本课程（体育与健康）
	14:30-14:45	课间（10 分钟微运动）				
	14:45-15:20	开展各类活动				
	15:20-15:30	降旗仪式				
课后服务	15:30-16:30	第一时段				
	16:30-17:30	第二时段				
	17:30-18:00	延时服务				

说明：

1.利用周五第 6 节校本课程开设 1 节体育课，利用周四、周五校本课程开设 2 节体育活动课，保证每周开设 5 节体育课、2 节体育活动课。

2.综合实践活动时间将开展“立·趣发现”综合实践活动课程内容。

3.秋季社会实践考察活动安排在第 8 周。

4.期末综合素质评价活动安排在第 20 周。

*有关活动或工作的具体开展时间可能会结合学校实际工作进行调整，以实际发生为准。

举报电话：58568598　　电子邮箱：lxfxdlgh@163.com

上海立信会计金融学院附属学校 2026 学年第 一 学期

三 年级 1 班周课时表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	数学	外语	体育与健康	语文	外语
	8:55-9:35	升旗仪式、广播操、大课间活动				
第二节	9:35-10:10	语文	语文	外语	语文	数学
	10:10-10:25	课间（10 分钟微运动）				
	10:25-10:30	眼保健操				
第三节	10:30-11:05	语文	数学	语文	数学	语文
	11:05-11:20	课间（10 分钟微运动）				
第四节	11:20-11:55	体育与健康	科学	数学	信息科技	道德与法治
午间	11:55-12:55	午餐、午休、午会				
	12:55-13:00	室内操				
第五节	13:00-13:35	道德与法治	劳动	科学	校本课程（体育活动课）	体育与健康
	13:35-13:50	课间（10 分钟微运动）				
	13:50-13:55	眼保健操				
第六节	13:55-14:30	艺术（美术）	校本课程（体育与健康）	艺术（音乐）	艺术（美术）	校本课程（心理）
	14:30-14:45	课间（10 分钟微运动）				
第七节	14:45-15:20	艺术（音乐）	综合实践活动	语文	体育与健康	
	15:20-15:30	降旗仪式				
课后服务	15:30-16:30	第一时段（1 节体育活动课）				
	16:30-17:30	第二时段				
	17:30-18:00	延时服务				

说明：

1.利用周二第 6 节校本课程开设 1 节体育课，利用周四校本课程开设 1 节体育活动课，利用周二课后服务时间开设 1 节体育活动课，保证每周开设 5 节体育课、2 节体育活动课。

2.利用周五第 6 节校本课程开设 1 节心理健康课。

3.《习近平新时代中国特色社会主义思想学生读本》、《国家安全教育中小学读本》安排在三年级上学期，作为必修内容，利用道德与法治课、班队活动、校本课程等统筹安排课时，平均每周 1 课时。

4.语文课每周安排 1 节书法课。

5.综合实践活动时间将开展“信·达世界”等综合实践活动课程内容。

6.秋季社会实践考察活动安排在第 8 周。

7.期末教学质量监测安排在第 20 周。

*有关活动或工作的具体开展时间可能会结合学校实际工作进行调整，以实际发生为准。

举报电话：50257868　　电子邮箱：lxfxdlgh@163.com

上海立信会计金融学院附属学校 2026 学年第 一 学期

三 年级 2 班周课时表

	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	数学	外语	体育与健康	语文
	8:55-9:35	升旗仪式、广播操、大课间活动				
第二节	9:35-10:10	科学	外语	语文	数学	校本课程（体育与健康）
	10:10-10:25	课间（10 分钟微运动）				
	10:25-10:30	眼保健操				
第三节	10:30-11:05	数学	体育与健康	体育与健康	语文	数学
	11:05-11:20	课间（10 分钟微运动）				
第四节	11:20-11:55	艺术（音乐）	语文	艺术（美术）	语文	外语
午间	11:55-12:55	午餐、午休、午会				
	12:55-13:00	室内操				
第五节	13:00-13:35	艺术（美术）	语文	数学	科学	道德与法治
	13:35-13:50	课间（10 分钟微运动）				
	13:50-13:55	眼保健操				
第六节	13:55-14:30	体育与健康	道德与法治	语文	信息科技	综合实践活动
	14:30-14:45	课间（10 分钟微运动）				
第七节	14:45-15:20	校本课程（心理）	劳动	艺术（音乐）	校本课程（体育活动课）	
	15:20-15:30	降旗仪式				
课后服务	15:30-16:30	第一时段（1 节体育活动课）				
	16:30-17:30	第二时段				
	17:30-18:00	延时服务				

说明：

1.利用周五第 2 节校本课程开设 1 节体育课，利用周四校本课程开设 1 节体育活动课，利用周二课后服务时间开设 1 节体育活动课，保证每周开设 5 节体育课、2 节体育活动课。

2.利用周一第 7 节校本课程开设 1 节心理健康课。

3.《习近平新时代中国特色社会主义思想学生读本》、《国家安全教育中小学读本》安排在三年级上学期，作为必修内容，利用道德与法治课、班队活动、校本课程等统筹安排课时，平均每周 1 课时。

4.语文课每周安排 1 节书法课。

5.综合实践活动时间将开展“信·达世界”等综合实践活动课程内容。

6.秋季社会实践考察活动安排在第 8 周。

7.期末教学质量监测安排在第 20 周。

*有关活动或工作的具体开展时间可能会结合学校实际工作进行调整，以实际发生为准。

举报电话：50257868　　电子邮箱：lxfxdlgh@163.com

上海立信会计金融学院附属学校 2026 学年第 一 学期

三 年级 3 班周课时表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	外语	语文	数学	语文	语文
	8:55-9:35	升旗仪式、广播操、大课间活动				
第二节	9:35-10:10	数学	数学	语文	语文	外语
	10:10-10:25	课间（10 分钟微运动）				
	10:25-10:30	眼保健操				
第三节	10:30-11:05	语文	语文	艺术（美术）	数学	体育与健康
	11:05-11:20	课间（10 分钟微运动）				
第四节	11:20-11:55	艺术（美术）	外语	体育与健康	科学	数学
午间	11:55-12:55	午餐、午休、午会				
	12:55-13:00	室内操				
第五节	13:00-13:35	科学	道德与法治	语文	校本课程（体育与健康）	校本课程（心理）
	13:35-13:50	课间（10 分钟微运动）				
	13:50-13:55	眼保健操				
第六节	13:55-14:30	艺术（音乐）	劳动	信息科技	艺术（音乐）	道德与法治
	14:30-14:45	课间（10 分钟微运动）				
第七节	14:45-15:20	体育与健康	体育与健康	校本课程（体育活动课）	综合实践活动	
	15:20-15:30	降旗仪式				
课后服务	15:30-16:30	第一时段（1 节体育活动课）				
	16:30-17:30	第二时段				
	17:30-18:00	延时服务				

说明：

1.利用周四第 5 节校本课程开设 1 节体育课，利用周三校本课程开设 1 节体育活动课，利用周二课后服务时间开设 1 节体育活动课，保证每周开设 5 节体育课、2 节体育活动课。

2.利用周五第 5 节校本课程开设 1 节心理健康课。

3.《习近平新时代中国特色社会主义思想学生读本》、《国家安全教育中小学读本》安排在三年级上学期，作为必修内容，利用道德与法治课、班队活动、校本课程等统筹安排课时，平均每周 1 课时。

4.语文课每周安排 1 节书法课。

5.综合实践活动时间将开展“信·达世界”等综合实践活动课程内容。

6.秋季社会实践考察活动安排在第 8 周。

7.期末教学质量监测安排在第 20 周。

*有关活动或工作的具体开展时间可能会结合学校实际工作进行调整，以实际发生为准。

举报电话：50257868　　电子邮箱：lxfxdlgh@163.com

上海立信会计金融学院附属学校___2026__学年第__一__学期

__三__年级_4_班周课时表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	数学	数学	数学	语文	外语
	8:55-9:35	升旗仪式、广播操、大课间活动				
第二节	9:35-10:10	语文	体育与健康	艺术（音乐）	体育与健康	数学
	10:10-10:25	课间（10 分钟微运动）				
	10:25-10:30	眼保健操				
第三节	10:30-11:05	语文	语文	科学	外语	体育与健康
	11:05-11:20	课间（10 分钟微运动）				
第四节	11:20-11:55	科学	语文	体育与健康	语文	艺术（音乐）
午间	11:55-12:55	午餐、午休、午会				
	12:55-13:00	室内操				
第五节	13:00-13:35	劳动	外语	语文	数学	语文
	13:35-13:50	课间（10 分钟微运动）				
	13:50-13:55	眼保健操				
第六节	13:55-14:30	道德与法治	道德与法治	信息科技	综合实践活动	艺术（美术）
	14:30-14:45	课间（10 分钟微运动）				
第七节	14:45-15:20	校本课程（体育与健康）	校本课程（心理）	艺术（美术）	校本课程（体育活动）	
	15:20-15:30	降旗仪式				
课后服务	15:30-16:30	第一时段（1 节体育活动）				
	16:30-17:30	第二时段				
	17:30-18:00	延时服务				

说明：

1.利用周一第 7 节校本课程开设 1 节体育课，利用周四校本课程开设 1 节体育活动课，利用周三课后服务时间开设 1 节体育活动课，保证每周开设 5 节体育课、2 节体育活动课。

2.利用周二第 7 节校本课程开设 1 节心理健康课。

3.《习近平新时代中国特色社会主义思想学生读本》、《国家安全教育中小学读本》安排在三年级上学期，作为必修内容，利用道德与法治课、班队活动、校本课程等统筹安排课时，平均每周 1 课时。

4.语文课每周安排 1 节书法课。

5.综合实践活动时间将开展“信·达世界”等综合实践活动课程内容。

6.秋季社会实践考察活动安排在第 8 周。

7.期末教学质量监测安排在第 20 周。

*有关活动或工作的具体开展时间可能会结合学校实际工作进行调整，以实际发生为准。

举报电话：58568598　　电子邮箱：lxfxdlgh@163.com

上海立信会计金融学院附属学校 2026 学年第 一 学期

三 年级 5 班周课时表

	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	外语	语文	语文	数学
	8:55-9:35	升旗仪式、广播操、大课间活动				
第二节	9:35-10:10	数学	数学	科学	语文	艺术(美术)
	10:10-10:25	课间（10 分钟微运动）				
	10:25-10:30	眼保健操				
第三节	10:30-11:05	道德与法治	艺术(美术)	数学	数学	艺术(音乐)
	11:05-11:20	课间（10 分钟微运动）				
第四节	11:20-11:55	劳动	综合实践活动	艺术(音乐)	信息科技	外语
午间	11:55-12:55	午餐、午休、午会				
	12:55-13:00	室内操				
第五节	13:00-13:35	科学	语文	体育与健康	外语	语文
	13:35-13:50	课间（10 分钟微运动）				
	13:50-13:55	眼保健操				
第六节	13:55-14:30	体育与健康	语文	语文	校本课程（心理）	体育与健康
	14:30-14:45	课间（10 分钟微运动）				
第七节	14:45-15:20	校本课程（体育活动）	校本课程（体育与健康）	道德与法治	体育与健康	
	15:20-15:30	降旗仪式				
课后服务	15:30-16:30	第一时段（1 节体育活动）				
	16:30-17:30	第二时段				
	17:30-18:00	延时服务				

说明：

1.利用周二第 7 节校本课程开设 1 节体育课，利用周一校本课程开设 1 节体育活动课，利用周三课后服务时间开设 1 节体育活动课，保证每周开设 5 节体育课、2 节体育活动课。

2.利用周四第 6 节校本课程开设 1 节心理健康课。

3.《习近平新时代中国特色社会主义思想学生读本》、《国家安全教育中小学读本》安排在三年级上学期，作为必修内容，利用道德与法治课、班队活动、校本课程等统筹安排课时，平均每周 1 课时。

4.语文课每周安排 1 节书法课。

5.综合实践活动时间将开展“信·达世界”等综合实践活动课程内容。

6.秋季社会实践考察活动安排在第 8 周。

7.期末教学质量监测安排在第 20 周。

*有关活动或工作的具体开展时间可能会结合学校实际工作进行调整，以实际发生为准。

举报电话：58568598　　电子邮箱：lxfxdlgh@163.com

上海立信会计金融学院附属学校 2026 学年第 一 学期

四 年级 1 班周课时表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	数学	外语	语文	语文	数学
	8:55-9:35	升旗仪式、广播操、大课间活动				
第二节	9:35-10:10	外语	艺术（音乐）	数学	语文	语文
	10:10-10:25	课间（10 分钟微运动）				
	10:25-10:30	眼保健操				
第三节	10:30-11:05	劳动	数学	科学	数学	体育与健康
	11:05-11:20	课间（10 分钟微运动）				
第四节	11:20-11:55	体育与健康	语文	校本课程 （体育与健康）	艺术（美术）	科学
午间	11:55-12:55	午餐、午休、午会				
	12:55-13:00	室内操				
第五节	13:00-13:35	语文	艺术（美术）	人工智能基础	外语	信息科技
	13:35-13:50	课间（10 分钟微运动）				
	13:50-13:55	眼保健操				
第六节	13:55-14:30	综合实践活动	语文	语文	体育与健康	道德与法治
	14:30-14:45	课间（10 分钟微运动）				
第七节	14:45-15:20	道德与法治	体育与健康	校本课程 （体育活动课）	艺术（音乐）	
	15:20-15:30	降旗仪式				
课后服务	15:30-16:30	第一时段（1 节体育活动课）				
	16:30-17:30	第二时段				
	17:30-18:00	延时服务				

说明：

1.利用周三第 4 节校本课程开设 1 节体育课，利用周三校本课程开设 1 节体育活动课，利用周四课后服务时间开设 1 节体育活动课，保证每周开设 5 节体育课、2 节体育活动课。

2.语文课每周安排 1 节书法课。

3.综合实践活动时间将开展“信·达世界”等综合实践活动课程内容。

4.秋季社会实践考察活动安排在第 8 周。

5.期末教学质量监测安排在第 20 周。

*有关活动或工作的具体开展时间可能会结合学校实际工作进行调整，以实际发生为准。

举报电话：50257868　　电子邮箱：lxfxdlgh@163.com

上海立信会计金融学院附属学校 2026 学年第 一 学期

四 年级 2 班周课时表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	外语	数学	校本课程 （体育与健康）	数学	语文
	8:55-9:35	升旗仪式、广播操、大课间活动				
第二节	9:35-10:10	劳动	艺术（美术）	语文	外语	数学
	10:10-10:25	课间（10 分钟微运动）				
	10:25-10:30	眼保健操				
第三节	10:30-11:05	数学	语文	数学	语文	科学
	11:05-11:20	课间（10 分钟微运动）				
第四节	11:20-11:55	语文	外语	信息科技	语文	道德与法治
午间	11:55-12:55	午餐、午休、午会				
	12:55-13:00	室内操				
第五节	13:00-13:35	综合实践活动	语文	语文	艺术（音乐）	体育与健康
	13:35-13:50	课间（10 分钟微运动）				
	13:50-13:55	眼保健操				
第六节	13:55-14:30	体育与健康	体育与健康	科学	艺术（美术）	校本课程 （体育活动课）
	14:30-14:45	课间（10 分钟微运动）				
第七节	14:45-15:20	艺术（音乐）	道德与法治	人工智能基础	体育与健康	
	15:20-15:30	降旗仪式				
课后服务	15:30-16:30	第一时段（1 节体育活动课）				
	16:30-17:30	第二时段				
	17:30-18:00	延时服务				

说明：

1.利用周三第 1 节校本课程开设 1 节体育课，利用周五校本课程开设 1 节体育活动课，利用周四课后服务时间开设 1 节体育活动课，保证每周开设 5 节体育课、2 节体育活动课。

2.语文课每周安排 1 节书法课。

3.综合实践活动时间将开展“信·达世界”等综合实践活动课程内容。

4.秋季社会实践考察活动安排在第 8 周。

5.期末教学质量监测安排在第 20 周。

*有关活动或工作的具体开展时间可能会结合学校实际工作进行调整，以实际发生为准。

举报电话：50257868　　电子邮箱：lxfxdlgh@163.com

上海立信会计金融学院附属学校 2026 学年第 一 学期

四 年级 3 班周课时表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	数学	体育与健康	语文	外语	数学
	8:55-9:35	升旗仪式、广播操、大课间活动				
第二节	9:35-10:10	艺术（美术）	语文	校本课程 （体育与健康）	数学	体育与健康
	10:10-10:25	课间（10 分钟微运动）				
	10:25-10:30	眼保健操				
第三节	10:30-11:05	外语	艺术（音乐）	数学	语文	语文
	11:05-11:20	课间（10 分钟微运动）				
第四节	11:20-11:55	语文	数学	外语	语文	信息科技
午间	11:55-12:55	午餐、午休、午会				
	12:55-13:00	室内操				
第五节	13:00-13:35	体育与健康	综合实践活动	语文	体育与健康	科学
	13:35-13:50	课间（10 分钟微运动）				
	13:50-13:55	眼保健操				
第六节	13:55-14:30	劳动	语文	道德与法治	艺术（音乐）	校本课程 （体育活动课）
	14:30-14:45	课间（10 分钟微运动）				
第七节	14:45-15:20	道德与法治	人工智能基础	科学	艺术（美术）	
	15:20-15:30	降旗仪式				
课后服务	15:30-16:30	第一时段（1 节体育活动课）				
	16:30-17:30	第二时段				
	17:30-18:00	延时服务				

说明：

1.利用周三第 2 节校本课程开设 1 节体育课，利用周五校本课程开设 1 节体育活动课，利用周四课后服务时间开设 1 节体育活动课，保证每周开设 5 节体育课、2 节体育活动课。

2.语文课每周安排 1 节书法课。

3.综合实践活动时间将开展“信·达世界”等综合实践活动课程内容。

4.秋季社会实践考察活动安排在第 8 周。

5.期末教学质量监测安排在第 20 周。

*有关活动或工作的具体开展时间可能会结合学校实际工作进行调整，以实际发生为准。

举报电话：50257868　　电子邮箱：lxfxdlgh@163.com

上海立信会计金融学院附属学校 2026 学年第 一 学期

四 年级 4 班周课时表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	外语	数学	数学	语文	数学
	8:55-9:35	升旗仪式、广播操、大课间活动				
第二节	9:35-10:10	语文	艺术(美术)	外语	语文	体育与健康
	10:10-10:25	课间（10 分钟微运动）				
	10:25-10:30	眼保健操				
第三节	10:30-11:05	语文	外语	体育与健康	人工智能基础	语文
	11:05-11:20	课间（10 分钟微运动）				
第四节	11:20-11:55	科学	艺术(音乐)	艺术(美术)	校本课程 (体育活动)	语文
午间	11:55-12:55	午餐、午休、午会				
	12:55-13:00	室内操				
第五节	13:00-13:35	数学	语文	语文	数学	科学
	13:35-13:50	课间（10 分钟微运动）				
	13:50-13:55	眼保健操				
第六节	13:55-14:30	体育与健康	校本课程 (体育与健康)	劳动	信息科技	艺术(音乐)
	14:30-14:45	课间（10 分钟微运动）				
第七节	14:45-15:20	综合实践活动	道德与法治	道德与法治	体育与健康	
	15:20-15:30	降旗仪式				
课后服务	15:30-16:30	第一时段（1 节体育活动）				
	16:30-17:30	第二时段				
	17:30-18:00	延时服务				

说明：

1.利用周二第 6 节校本课程开设 1 节体育课，利用周四校本课程开设 1 节体育活动课，利用周二课后服务时间开设 1 节体育活动课，保证每周开设 5 节体育课、2 节体育活动课。

2.语文课每周安排 1 节书法课。

3.综合实践活动时间将开展“信·达世界”等综合实践活动课程内容。

4.秋季社会实践考察活动安排在第 8 周。

5.期末教学质量监测安排在第 20 周。

*有关活动或工作的具体开展时间可能会结合学校实际工作进行调整，以实际发生为准。

举报电话：58568598　　电子邮箱：lxfxdlgh@163.com

上海立信会计金融学院附属学校 2026 学年第 一 学期

四 年级 5 班周课时表

	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	外语	语文	数学	数学
	8:55-9:35	升旗仪式、广播操、大课间活动				
第二节	9:35-10:10	数学	数学	语文	语文	语文
	10:10-10:25	课间（10 分钟微运动）				
	10:25-10:30	眼保健操				
第三节	10:30-11:05	外语	语文	数学	语文	体育与健康
	11:05-11:20	课间（10 分钟微运动）				
第四节	11:20-11:55	道德与法治	语文	体育与健康	外语	艺术(美术)
午间	11:55-12:55	午餐、午休、午会				
	12:55-13:00	室内操				
第五节	13:00-13:35	科学	校本课程 （体育与健康）	劳动	综合实践活动	信息科技
	13:35-13:50	课间（10 分钟微运动）				
	13:50-13:55	眼保健操				
第六节	13:55-14:30	人工智能基础	道德与法治	校本课程 （体育活动）	体育与健康	科学
	14:30-14:45	课间（10 分钟微运动）				
第七节	14:45-15:20	体育与健康	艺术(美术)	艺术(音乐)	艺术(音乐)	
	15:20-15:30	降旗仪式				
课后服务	15:30-16:30	第一时段（1 节体育活动）				
	16:30-17:30	第二时段				
	17:30-18:00	延时服务				

说明：

1. 利用周二第 5 节校本课程开设 1 节体育课，利用周三校本课程开设 1 节体育活动课，利用周二课后服务时间开设 1 节体育活动课，保证每周开设 5 节体育课、2 节体育活动课。

2.语文课每周安排 1 节书法课。

3.综合实践活动时间将开展“信·达世界”等综合实践活动课程内容。

4.秋季社会实践考察活动安排在第 8 周。

5.期末教学质量监测安排在第 20 周。

*有关活动或工作的具体开展时间可能会结合学校实际工作进行调整，以实际发生为准。

举报电话：58568598　　电子邮箱：lxfxdlgh@163.com

上海立信会计金融学院附属学校 2026 学年第 一 学期

五 年级 1 班周课时表

	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	数学	语文	数学	语文
	8:55-9:35	升旗仪式、广播操、大课间活动				
第二节	9:35-10:10	外语	艺术（美术）	数学	语文	艺术（音乐）
	10:10-10:25	课间（10 分钟微运动）				
	10:25-10:30	眼保健操				
第三节	10:30-11:05	数学	体育与健康	劳动	语文	数学
	11:05-11:20	课间（10 分钟微运动）				
第四节	11:20-11:55	语文	语文	体育与健康	外语	校本课程 （体育与健康）
午间	11:55-12:55	午餐、午休、午会				
	12:55-13:00	室内操				
第五节	13:00-13:35	体育与健康	外语	艺术（音乐）	道德与法治	综合实践活动
	13:35-13:50	课间（10 分钟微运动）				
	13:50-13:55	眼保健操				
第六节	13:55-14:30	科学	信息科技	校本课程	科学	艺术（美术）
	14:30-14:45	课间（10 分钟微运动）				
第七节	14:45-15:20	道德与法治	道德与法治	语文	体育与健康	
	15:20-15:30	降旗仪式				
课后服务	15:30-16:30	第一时段（2 节体育活动课）				
	16:30-17:30	第二时段				
	17:30-18:00	延时服务				

说明：

1.利用周五第 4 节校本课程开设 1 节体育课，利用周二、周三课后服务时间各开设 1 节体育活动课，保证每周开设 5 节体育课、2 节体育活动课。

2.《习近平新时代中国特色社会主义思想学生读本》、《国家安全教育中小学读本》安排在五年级上学期，作为必修内容，利用道德与法治课、班队活动、校本课程等统筹安排课时，平均每周 1 课时。

3.语文课每周安排 1 节书法课。

4.综合实践活动时间将开展“信·达世界”等综合实践活动课程内容。

5.秋季社会实践考察活动安排在第 8 周。

6.期末教学质量监测安排在第 20 周。

*有关活动或工作的具体开展时间可能会结合学校实际工作进行调整，以实际发生为准。

举报电话：50257868　　电子邮箱：lxfxdlgh@163.com

上海立信会计金融学院附属学校 2026 学年第 一 学期

五 年级 2 班周课时表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	数学	数学	语文	外语	体育与健康
	8:55-9:35	升旗仪式、广播操、大课间活动				
第二节	9:35-10:10	语文	语文	体育与健康	数学	数学
	10:10-10:25	课间（10 分钟微运动）				
	10:25-10:30	眼保健操				
第三节	10:30-11:05	外语	科学	数学	语文	劳动
	11:05-11:20	课间（10 分钟微运动）				
第四节	11:20-11:55	语文	校本课程 （体育与健康）	外语	语文	艺术（美术）
午间	11:55-12:55	午餐、午休、午会				
	12:55-13:00	室内操				
第五节	13:00-13:35	信息科技	语文	校本课程	科学	艺术（音乐）
	13:35-13:50	课间（10 分钟微运动）				
	13:50-13:55	眼保健操				
第六节	13:55-14:30	体育与健康	艺术（美术）	艺术（音乐）	体育与健康	道德与法治
	14:30-14:45	课间（10 分钟微运动）				
第七节	14:45-15:20	道德与法治	综合实践活动	语文	道德与法治	
	15:20-15:30	降旗仪式				
课后服务	15:30-16:30	第一时段（2 节体育活动课）				
	16:30-17:30	第二时段				
	17:30-18:00	延时服务				

说明：
1.利用周二第 4 节校本课程开设 1 节体育课，利用周二、周三课后服务时间各开设 1 节体育活动课，保证每周开设 5 节体育课、2 节体育活动课。
2.《习近平新时代中国特色社会主义思想学生读本》、《国家安全教育中小学读本》安排在五年级上学期，作为必修内容，利用道德与法治课、班队活动、校本课程等统筹安排课时，平均每周 1 课时。
3.语文课每周安排 1 节书法课。
4.综合实践活动时间将开展“信·达世界”等综合实践活动课程内容。
5.秋季社会实践考察活动安排在第 8 周。
6.期末教学质量监测安排在第 20 周。
*有关活动或工作的具体开展时间可能会结合学校实际工作进行调整，以实际发生为准。

举报电话：50257868　　电子邮箱：lxfxdlgh@163.com

上海立信会计金融学院附属学校 2026 学年第 一 学期

五 年级 3 班周课时表

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	8:20-8:55	体育与健康	语文	外语	校本课程 （体育与健康）	数学
	8:55-9:35	升旗仪式、广播操、大课间活动				
第二节	9:35-10:10	数学	数学	数学	语文	体育与健康
	10:10-10:25	课间（10 分钟微运动）				
	10:25-10:30	眼保健操				
第三节	10:30-11:05	语文	艺术（美术）	体育与健康	语文	艺术（音乐）
	11:05-11:20	课间（10 分钟微运动）				
第四节	11:20-11:55	校本课程	语文	语文	外语	劳动
午间	11:55-12:55	午餐、午休、午会				
	12:55-13:00	室内操				
第五节	13:00-13:35	语文	信息科技	语文	数学	艺术（美术）
	13:35-13:50	课间（10 分钟微运动）				
	13:50-13:55	眼保健操				
第六节	13:55-14:30	道德与法治	外语	道德与法治	道德与法治	综合实践活动
	14:30-14:45	课间（10 分钟微运动）				
第七节	14:45-15:20	科学	体育与健康	艺术（音乐）	科学	
	15:20-15:30	降旗仪式				
课后服务	15:30-16:30	第一时段（2 节体育活动课）				
	16:30-17:30	第二时段				
	17:30-18:00	延时服务				

说明：
1.利用周四第 1 节校本课程开设 1 节体育课，利用周二、周三课后服务时间各开设 1 节体育活动课，保证每周开设 5 节体育课、2 节体育活动课。
2.《习近平新时代中国特色社会主义思想学生读本》、《国家安全教育中小学读本》安排在五年级上学期，作为必修内容，利用道德与法治课、班队活动、校本课程等统筹安排课时，平均每周 1 课时。
3.语文课每周安排 1 节书法课。
4.综合实践活动时间将开展“信·达世界”等综合实践活动课程内容。
5.秋季社会实践考察活动安排在第 8 周。
6.期末教学质量监测安排在第 20 周。
*有关活动或工作的具体开展时间可能会结合学校实际工作进行调整，以实际发生为准。

举报电话：50257868　　电子邮箱：lxfxdlgh@163.com

上海立信会计金融学院附属学校 2026 学年第 一 学期

五 年级 4 班周课时表

	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	数学	外语	语文	语文
	8:55-9:35	升旗仪式、广播操、大课间活动				
第二节	9:35-10:10	外语	语文	数学	外语	语文
	10:10-10:25	课间（10 分钟微运动）				
	10:25-10:30	眼保健操				
第三节	10:30-11:05	数学	艺术（音乐）	语文	数学	艺术（美术）
	11:05-11:20	课间（10 分钟微运动）				
第四节	11:20-11:55	体育与健康	道德与法治	科学	体育与健康	综合实践活动
午间	11:55-12:55	午餐、午休、午会				
	12:55-13:00	室内操				
第五节	13:00-13:35	信息科技	语文	语文	校本课程	数学
	13:35-13:50	课间（10 分钟微运动）				
	13:50-13:55	眼保健操				
第六节	13:55-14:30	科学	艺术（美术）	校本课程 （体育与健康）	道德与法治	体育与健康
	14:30-14:45	课间（10 分钟微运动）				
第七节	14:45-15:20	道德与法治	体育与健康	艺术（音乐）	劳动	
	15:20-15:30	降旗仪式				
课后服务	15:30-16:30	第一时段（2 节体育活动）				
	16:30-17:30	第二时段				
	17:30-18:00	延时服务				

说明：
1.利用周三第 6 节校本课程开设 1 节体育课，利用周二、周三课后服务时间各开设 1 节体育活动课，保证每周开设 5 节体育课、2 节体育活动课。
2.《习近平新时代中国特色社会主义思想学生读本》、《国家安全教育中小学读本》安排在五年级上学期，作为必修内容，利用道德与法治课、班队活动、校本课程等统筹安排课时，平均每周 1 课时。
3.语文课每周安排 1 节书法课。
4.综合实践活动时间将开展“信·达世界”等综合实践活动课程内容。
5.秋季社会实践考察活动安排在第 8 周。
6.期末教学质量监测安排在第 20 周。
*有关活动或工作的具体开展时间可能会结合学校实际工作进行调整，以实际发生为准。

举报电话：58568598　　电子邮箱：lxfxdlgh@163.com

上海立信会计金融学院附属学校 2026 学年第 一 学期

五 年级 5 班周课时表

	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	艺术（音乐）	外语	数学	语文
	8:55-9:35	升旗仪式、广播操、大课间活动				
第二节	9:35-10:10	语文	数学	数学	语文	数学
	10:10-10:25	课间（10 分钟微运动）				
	10:25-10:30	眼保健操				
第三节	10:30-11:05	体育与健康	体育与健康	语文	体育与健康	外语
	11:05-11:20	课间（10 分钟微运动）				
第四节	11:20-11:55	数学	信息科技	语文	劳动	艺术（美术）
午间	11:55-12:55	午餐、午休、午会				
	12:55-13:00	室内操				
第五节	13:00-13:35	综合实践活动	语文	道德与法治	外语	体育与健康
	13:35-13:50	课间（10 分钟微运动）				
	13:50-13:55	眼保健操				
第六节	13:55-14:30	校本课程	语文	艺术（音乐）	道德与法治	道德与法治
	14:30-14:45	课间（10 分钟微运动）				
第七节	14:45-15:20	科学	艺术（美术）	校本课程 （体育与健康）	科学	
	15:20-15:30	降旗仪式				
课后服务	15:30-16:30	第一时段（2 节体育活动）				
	16:30-17:30	第二时段				
	17:30-18:00	延时服务				

说明：
1.利用周三第 7 节校本课程开设 1 节体育课，利用周二、周三课后服务时间各开设 1 节体育活动课，保证每周开设 5 节体育课、2 节体育活动课。
2.《习近平新时代中国特色社会主义思想学生读本》、《国家安全教育中小学读本》安排在五年级上学期，作为必修内容，利用道德与法治课、班队活动、校本课程等统筹安排课时，平均每周 1 课时。
3.语文课每周安排 1 节书法课。
4.综合实践活动时间将开展“信·达世界”等综合实践活动课程内容。
5.秋季社会实践考察活动安排在第 8 周。
6.期末教学质量监测安排在第 20 周。
*有关活动或工作的具体开展时间可能会结合学校实际工作进行调整，以实际发生为准。

举报电话：58568598　　电子邮箱：lxfxdlgh@163.com