**建平实验小学（枣庄校区） 2025 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 | 美术 | 语文 |
|  | 8:55-9:30 | 大课间（升旗仪式、广播操） | | | | |
| 第二节 | 9:30-10:05 | 外语 | 外语 | 体育与健身 | 数学 | 外语 |
|  | 10:05-10:15 | 课间 | | | | |
| 第三节 | 10:15-10:50 | 数学 | 语文 | 劳动技术 | 语文 | 体育与健身 |
|  | 10:50-11:00 | 课间 | | | | |
|  | 11:00-11:05 | 眼保健操 | | | | |
| 第四节 | 11:05-11:40 | 体育与健身 | 音乐 | 外语 | 体育与健身 | 数学 |
| 午间 | 11:40-13:05 | 学生午餐、午会课、午间休息 | | | | |
| 第五节 | 13:05-13:40 | 自然 | 体育与健身 | 数学 | 外语 | 道德与法治 |
|  | 13:40-13:50 | 课间 | | | | |
| 第六节 | 13:50-14:25 | 班队活动 | 校本课程 | 音乐 | 自然 | 语文（书法） |
|  | 14:25-14:35 | 课间 | | | | |
|  | 14:35-14:40 | 眼保健操 | | | | |
| 第七节 | 14:40-15:15 | 校本课程 | 道德与法治 | 道德与法治 | 探究 |  |
|  | 15:15-15:30 | 开展各类活动 | | | | |
| 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. 保证每周开设5节体育课、2节体育活动课，其中2节体育活动课在“开展各类活动”中实施（包含课后服务第一时段）。 2. 一节校本课程为班队活动（单周为班队会活动，双周为心理健康）。 3. 秋季社会实践考察活动安排在第7周。 4. 期末综合素质评价活动安排在第 21-22 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：50384975 电子邮箱：zsjpsyxx@126.com

联系人： 裘老师 联系电话：50353638

**建平实验小学（枣庄校区） 2025 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 | 道德与法治 | 美术 |
|  | 8:55-9:30 | 大课间（升旗仪式、广播操） | | | | |
| 第二节 | 9:30-10:05 | 语文 | 自然 | 外语 | 语文 | 音乐 |
|  | 10:05-10:15 | 课间 | | | | |
| 第三节 | 10:15-10:50 | 外语 | 语文 | 体育与健身 | 语文（书法） | 数学 |
|  | 10:50-11:00 | 课间 | | | | |
|  | 11:00-11:05 | 眼保健操 | | | | |
| 第四节 | 11:05-11:40 | 音乐 | 外语 | 数学 | 劳动技术 | 外语 |
| 午间 | 11:40-13:05 | 学生午餐、午会课、午间休息 | | | | |
| 第五节 | 13:05-13:40 | 体育与健身 | 校本课程 | 自然 | 数学 | 体育与健身 |
|  | 13:40-13:50 | 课间 | | | | |
| 第六节 | 13:50-14:25 | 班队活动 | 体育与健身 | 道德与法治 | 外语 | 语文 |
|  | 14:25-14:35 | 课间 | | | | |
|  | 14:35-14:40 | 眼保健操 | | | | |
| 第七节 | 14:40-15:15 | 校本课程 | 道德与法治 | 探究 | 体育与健身 |  |
|  | 15:15-15:30 | 开展各类活动 | | | | |
| 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. 保证每周开设5节体育课、2节体育活动课，其中2节体育活动课在“开展各类活动”中实施（包含课后服务第一时段）。 2. 一节校本课程为班队活动（单周为班队会活动，双周为心理健康）。 3. 秋季社会实践考察活动安排在第7周。 4. 期末综合素质评价活动安排在第 21-22 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：50384975 电子邮箱：zsjpsyxx@126.com

联系人： 裘老师 联系电话：50353638

**建平实验小学（枣庄校区） 2025 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 | 数学 | 数学 | 外语 | 语文 | 语文 |
|  | 8:55-9:30 | 大课间（升旗仪式、广播操） | | | | |
| 第二节 | 9:30-10:05 | 外语 | 语文 | 语文 | 语文 | 体育与健身 |
|  | 10:05-10:15 | 课间 | | | | |
| 第三节 | 10:15-10:50 | 语文（书法） | 外语 | 音乐 | 体育与健身 | 外语 |
|  | 10:50-11:00 | 课间 | | | | |
|  | 11:00-11:05 | 眼保健操 | | | | |
| 第四节 | 11:05-11:40 | 美术 | 体育与健身 | 数学 | 自然 | 数学 |
| 午间 | 11:40-13:05 | 学生午餐、午会课、午间休息 | | | | |
| 第五节 | 13:05-13:40 | 体育与健身 | 道德与法治 | 校本课程 | 数学 | 自然 |
|  | 13:40-13:50 | 课间 | | | | |
| 第六节 | 13:50-14:25 | 班队活动 | 音乐 | 道德与法治 | 外语 | 道德与法治 |
|  | 14:25-14:35 | 课间 | | | | |
|  | 14:35-14:40 | 眼保健操 | | | | |
| 第七节 | 14:40-15:15 | 校本课程 | 探究 | 体育与健身 | 劳动技术 |  |
|  | 15:15-15:30 | 开展各类活动 | | | | |
| 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. 保证每周开设5节体育课、2节体育活动课，其中2节体育活动课在“开展各类活动”中实施（包含课后服务第一时段）。 2. 一节校本课程为班队活动（单周为班队会活动，双周为心理健康）。 3. 秋季社会实践考察活动安排在第7周。 4. 期末综合素质评价活动安排在第 21-22 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：50384975 电子邮箱：zsjpsyxx@126.com

联系人： 裘老师 联系电话：50353638

**建平实验小学（枣庄校区） 2025 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 | 外语 | 数学 | 音乐 | 体育与健身 |
|  | 8:55-9:30 | 大课间（升旗仪式、广播操） | | | | |
| 第二节 | 9:30-10:05 | 数学 | 语文 | 外语 | 语文 | 外语 |
|  | 10:05-10:15 | 课间 | | | | |
| 第三节 | 10:15-10:50 | 外语 | 体育与健身 | 语文 | 道德与法治 | 数学 |
|  | 10:50-11:00 | 课间 | | | | |
|  | 11:00-11:05 | 眼保健操 | | | | |
| 第四节 | 11:05-11:40 | 音乐 | 数学 | 体育与健身 | 体育与健身 | 探究 |
| 午间 | 11:40-13:05 | 学生午餐、午会课、午间休息 | | | | |
| 第五节 | 13:05-13:40 | 体育与健身 | 美术 | 道德与法治 | 外语 | 语文 |
|  | 13:40-13:50 | 课间 | | | | |
| 第六节 | 13:50-14:25 | 班队活动 | 道德与法治 | 自然 | 数学 | 劳动技术 |
|  | 14:25-14:35 | 课间 | | | | |
|  | 14:35-14:40 | 眼保健操 | | | | |
| 第七节 | 14:40-15:15 | 校本课程 | 校本课程 | 语文（书法） | 自然 |  |
|  | 15:15-15:30 | 开展各类活动 | | | | |
| 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. 保证每周开设5节体育课、2节体育活动课，其中2节体育活动课在“开展各类活动”中实施（包含课后服务第一时段）。 2. 一节校本课程为班队活动（单周为班队会活动，双周为心理健康）。 3. 秋季社会实践考察活动安排在第7周。 4. 期末综合素质评价活动安排在第 21-22 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：50384975 电子邮箱：zsjpsyxx@126.com

联系人： 裘老师 联系电话：50353638

**建平实验小学（枣庄校区） 2025 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 | 自然 | 体育与健身 | 语文（书法） | 体育与健身 |
|  | 8:55-9:30 | 大课间（升旗仪式、广播操） | | | | |
| 第二节 | 9:30-10:05 | 外语 | 数学 | 语文 | 语文 | 语文 |
|  | 10:05-10:15 | 课间 | | | | |
| 第三节 | 10:15-10:50 | 音乐 | 语文 | 数学 | 音乐 | 外语 |
|  | 10:50-11:00 | 课间 | | | | |
|  | 11:00-11:05 | 眼保健操 | | | | |
| 第四节 | 11:05-11:40 | 数学 | 体育与健身 | 外语 | 外语 | 数学 |
| 午间 | 11:40-13:05 | 学生午餐、午会课、午间休息 | | | | |
| 第五节 | 13:05-13:40 | 体育与健身 | 外语 | 自然 | 数学 | 道德与法治 |
|  | 13:40-13:50 | 课间 | | | | |
| 第六节 | 13:50-14:25 | 班队活动 | 劳动技术 | 校本课程 | 体育与健身 | 道德与法治 |
|  | 14:25-14:35 | 课间 | | | | |
|  | 14:35-14:40 | 眼保健操 | | | | |
| 第七节 | 14:40-15:15 | 校本课程 | 美术 | 道德与法治 | 探究 |  |
|  | 15:15-15:30 | 开展各类活动 | | | | |
| 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. 保证每周开设5节体育课、2节体育活动课，其中2节体育活动课在“开展各类活动”中实施（包含课后服务第一时段）。 2. 一节校本课程为班队活动（单周为班队会活动，双周为心理健康）。 3. 秋季社会实践考察活动安排在第7周。 4. 期末综合素质评价活动安排在第 21-22 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：50384975 电子邮箱：zsjpsyxx@126.com

联系人： 裘老师 联系电话：50353638

**建平实验小学（枣庄校区） 2025 学年第 一 学期 五 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 | 外语 | 音乐 | 外语 | 自然 | 外语 |
|  | 8:55-9:30 | 大课间（升旗仪式、广播操） | | | | |
| 第二节 | 9:30-10:05 | 语文 | 劳动技术 | 语文 | 语文 | 语文 |
|  | 10:05-10:15 | 课间 | | | | |
| 第三节 | 10:15-10:50 | 数学 | 语文 | 道德与法治· | 数学 | 校本课程 |
|  | 10:50-11:00 | 课间 | | | | |
|  | 11:00-11:05 | 眼保健操 | | | | |
| 第四节 | 11:05-11:40 | 体育与健身 | 数学 | 体育与健身 | 外语 | 数学 |
| 午间 | 11:40-13:05 | 学生午餐、午会课、午间休息 | | | | |
| 第五节 | 13:05-13:40 | 探究 | 体育与健身 | 数学 | 美术 | 体育与健身 |
|  | 13:40-13:50 | 课间 | | | | |
| 第六节 | 13:50-14:25 | 班队活动 | 外语 | 语文（书法） | 音乐 | 道德与法治 |
|  | 14:25-14:35 | 课间 | | | | |
|  | 14:35-14:40 | 眼保健操 | | | | |
| 第七节 | 14:40-15:15 | 校本课程 | 道德与法治 | 自然 | 体育与健身 |  |
|  | 15:15-15:30 | 开展各类活动 | | | | |
| 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. 保证每周开设5节体育课、2节体育活动课，其中2节体育活动课在“开展各类活动”中实施（包含课后服务第一时段）。 2. 一节校本课程为班队活动（单周为班队会活动，双周为心理健康）。 3. 秋季社会实践考察活动安排在第7周。 4. 期末综合素质评价活动安排在第 21-22 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：50384975 电子邮箱：zsjpsyxx@126.com

联系人： 裘老师 联系电话：50353638

**建平实验小学（枣庄校区） 2025 学年第 一 学期 五 年级 7 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 | 外语 | 数学 |
|  | 8:55-9:30 | 大课间（升旗仪式、广播操） | | | | |
| 第二节 | 9:30-10:05 | 外语 | 语文 | 体育与健身 | 语文 | 外语 |
|  | 10:05-10:15 | 课间 | | | | |
| 第三节 | 10:15-10:50 | 语文 | 体育与健身 | 语文 | 探究 | 语文 |
|  | 10:50-11:00 | 课间 | | | | |
|  | 11:00-11:05 | 眼保健操 | | | | |
| 第四节 | 11:05-11:40 | 体育与健身 | 自然 | 外语 | 道德与法治 | 自然 |
| 午间 | 11:40-13:05 | 学生午餐、午会课、午间休息 | | | | |
| 第五节 | 13:05-13:40 | 音乐 | 外语 | 校本课程 | 劳动技术 | 体育与健身 |
|  | 13:40-13:50 | 课间 | | | | |
| 第六节 | 13:50-14:25 | 班队活动 | 音乐 | 道德与法治 | 数学 | 美术 |
|  | 14:25-14:35 | 课间 | | | | |
|  | 14:35-14:40 | 眼保健操 | | | | |
| 第七节 | 14:40-15:15 | 校本课程 | 道德与法治 | 语文（书法） | 体育与健身 |  |
|  | 15:15-15:30 | 开展各类活动 | | | | |
| 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. 保证每周开设5节体育课、2节体育活动课，其中2节体育活动课在“开展各类活动”中实施（包含课后服务第一时段）。 2. 一节校本课程为班队活动（单周为班队会活动，双周为心理健康）。 3. 秋季社会实践考察活动安排在第7周。 4. 期末综合素质评价活动安排在第 21-22 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：50384975 电子邮箱：zsjpsyxx@126.com

联系人： 裘老师 联系电话：50353638

**建平实验小学（枣庄校区） 2025 学年第 一 学期 五 年级 8 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 | 体育与健身 | 数学 | 数学 |
|  | 8:55-9:30 | 大课间（升旗仪式、广播操） | | | | |
| 第二节 | 9:30-10:05 | 外语 | 数学 | 语文 | 体育与健身 | 外语 |
|  | 10:05-10:15 | 课间 | | | | |
| 第三节 | 10:15-10:50 | 体育与健身 | 语文 | 探究 | 语文 | 道德与法治 |
|  | 10:50-11:00 | 课间 | | | | |
|  | 11:00-11:05 | 眼保健操 | | | | |
| 第四节 | 11:05-11:40 | 语文 | 美术 | 外语 | 音乐 | 语文 |
| 午间 | 11:40-13:05 | 学生午餐、午会课、午间休息 | | | | |
| 第五节 | 13:05-13:40 | 校本课程 | 音乐 | 语文（书法） | 外语 | 自然 |
|  | 13:40-13:50 | 课间 | | | | |
| 第六节 | 13:50-14:25 | 班队活动 | 道德与法治 | 数学 | 劳动技术 | 体育与健身 |
|  | 14:25-14:35 | 课间 | | | | |
|  | 14:35-14:40 | 眼保健操 | | | | |
| 第七节 | 14:40-15:15 | 校本课程 | 体育与健身 | 道德与法治 | 自然 |  |
|  | 15:15-15:30 | 开展各类活动 | | | | |
| 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. 保证每周开设5节体育课、2节体育活动课，其中2节体育活动课在“开展各类活动”中实施（包含课后服务第一时段）。 2. 一节校本课程为班队活动（单周为班队会活动，双周为心理健康）。 3. 秋季社会实践考察活动安排在第7周。 4. 期末综合素质评价活动安排在第 21-22 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：50384975 电子邮箱：zsjpsyxx@126.com

联系人： 裘老师 联系电话：50353638

**建平实验小学（枣庄校区） 2025 学年第 一 学期 五 年级 9 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 | 外语 | 语文 |
|  | 8:55-9:30 | 大课间（升旗仪式、广播操） | | | | |
| 第二节 | 9:30-10:05 | 数学 | 道德与法治 | 语文 | 道德与法治 | 数学 |
|  | 10:05-10:15 | 课间 | | | | |
| 第三节 | 10:15-10:50 | 美术 | 数学 | 外语 | 语文 | 外语 |
|  | 10:50-11:00 | 课间 | | | | |
|  | 11:00-11:05 | 眼保健操 | | | | |
| 第四节 | 11:05-11:40 | 体育与健身 | 体育与健身 | 劳动技术 | 语文（书法） | 体育与健身 |
| 午间 | 11:40-13:05 | 学生午餐、午会课、午间休息 | | | | |
| 第五节 | 13:05-13:40 | 语文 | 外语 | 自然 | 数学 | 音乐 |
|  | 13:40-13:50 | 课间 | | | | |
| 第六节 | 13:50-14:25 | 班队活动 | 校本课程 | 道德与法治 | 音乐 | 探究 |
|  | 14:25-14:35 | 课间 | | | | |
|  | 14:35-14:40 | 眼保健操 | | | | |
| 第七节 | 14:40-15:15 | 校本课程 | 自然 | 体育与健身 | 体育与健身 |  |
|  | 15:15-15:30 | 开展各类活动 | | | | |
| 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. 保证每周开设5节体育课、2节体育活动课，其中2节体育活动课在“开展各类活动”中实施（包含课后服务第一时段）。 2. 一节校本课程为班队活动（单周为班队会活动，双周为心理健康）。 3. 秋季社会实践考察活动安排在第7周。 4. 期末综合素质评价活动安排在第 21-22 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：50384975 电子邮箱：zsjpsyxx@126.com

联系人： 裘老师 联系电话：50353638

**建平实验小学（枣庄校区） 2025 学年第 一 学期 五 年级 10 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 | 数学 | 语文 | 语文 |
|  | 8:55-9:30 | 大课间（升旗仪式、广播操） | | | | |
| 第二节 | 9:30-10:05 | 语文 | 外语 | 外语 | 校本课程 | 外语 |
|  | 10:05-10:15 | 课间 | | | | |
| 第三节 | 10:15-10:50 | 外语 | 自然 | 体育与健身 | 自然 | 探究 |
|  | 10:50-11:00 | 课间 | | | | |
|  | 11:00-11:05 | 眼保健操 | | | | |
| 第四节 | 11:05-11:40 | 道德与法治 | 数学 | 美术 | 音乐 | 数学 |
| 午间 | 11:40-13:05 | 学生午餐、午会课、午间休息 | | | | |
| 第五节 | 13:05-13:40 | 体育与健身 | 语文（书法） | 语文 | 数学 | 劳动技术 |
|  | 13:40-13:50 | 课间 | | | | |
| 第六节 | 13:50-14:25 | 班队活动 | 体育与健身 | 道德与法治 | 外语 | 体育与健身 |
|  | 14:25-14:35 | 课间 | | | | |
|  | 14:35-14:40 | 眼保健操 | | | | |
| 第七节 | 14:40-15:15 | 校本课程 | 道德与法治 | 音乐 | 体育与健身 |  |
|  | 15:15-15:30 | 开展各类活动 | | | | |
| 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. 保证每周开设5节体育课、2节体育活动课，其中2节体育活动课在“开展各类活动”中实施（包含课后服务第一时段）。 2. 一节校本课程为班队活动（单周为班队会活动，双周为心理健康）。 3. 秋季社会实践考察活动安排在第7周。 4. 期末综合素质评价活动安排在第 21-22 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：50384975 电子邮箱：zsjpsyxx@126.com

联系人： 裘老师 联系电话：50353638

**建平实验小学（枣庄校区） 2025 学年第 一 学期 五 年级 11 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 | 道德与法治 | 外语 | 外语 | 音乐 | 数学 |
|  | 8:55-9:30 | 大课间（升旗仪式、广播操） | | | | |
| 第二节 | 9:30-10:05 | 语文 | 语文 | 数学 | 语文（书法） | 语文 |
|  | 10:05-10:15 | 课间 | | | | |
| 第三节 | 10:15-10:50 | 外语 | 数学 | 语文 | 语文 | 体育与健身 |
|  | 10:50-11:00 | 课间 | | | | |
|  | 11:00-11:05 | 眼保健操 | | | | |
| 第四节 | 11:05-11:40 | 数学 | 劳动技术 | 自然 | 外语 | 美术 |
| 午间 | 11:40-13:05 | 学生午餐、午会课、午间休息 | | | | |
| 第五节 | 13:05-13:40 | 体育与健身 | 自然 | 体育与健身 | 体育与健身 | 外语 |
|  | 13:40-13:50 | 课间 | | | | |
| 第六节 | 13:50-14:25 | 班队活动 | 体育与健身 | 校本课程 | 数学 | 道德与法治 |
|  | 14:25-14:35 | 课间 | | | | |
|  | 14:35-14:40 | 眼保健操 | | | | |
| 第七节 | 14:40-15:15 | 校本课程 | 道德与法治 | 音乐 | 探究 |  |
|  | 15:15-15:30 | 开展各类活动 | | | | |
| 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. 保证每周开设5节体育课、2节体育活动课，其中2节体育活动课在“开展各类活动”中实施（包含课后服务第一时段）。 2. 一节校本课程为班队活动（单周为班队会活动，双周为心理健康）。 3. 秋季社会实践考察活动安排在第7周。 4. 期末综合素质评价活动安排在第 21-22 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：50384975 电子邮箱：zsjpsyxx@126.com

联系人： 裘老师 联系电话：50353638

**建平实验小学（枣庄校区） 2025 学年第 一 学期 五 年级 12 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 |
|  | 8:55-9:30 | 大课间（升旗仪式、广播操） | | | | |
| 第二节 | 9:30-10:05 | 劳动技术 | 数学 | 语文（书法） | 数学 | 语文 |
|  | 10:05-10:15 | 课间 | | | | |
| 第三节 | 10:15-10:50 | 体育与健身 | 数学 | 音乐 | 探究 | 外语 |
|  | 10:50-11:00 | 课间 | | | | |
|  | 11:00-11:05 | 眼保健操 | | | | |
| 第四节 | 11:05-11:40 | 外语 | 道德与法治 | 外语 | 美术 | 体育与健身 |
| 午间 | 11:40-13:05 | 学生午餐、午会课、午间休息 | | | | |
| 第五节 | 13:05-13:40 | 自然 | 语文 | 数学 | 外语 | 校本课程 |
|  | 13:40-13:50 | 课间 | | | | |
| 第六节 | 13:50-14:25 | 班队活动 | 体育与健身 | 道德与法治 | 自然 | 道德与法治 |
|  | 14:25-14:35 | 课间 | | | | |
|  | 14:35-14:40 | 眼保健操 | | | | |
| 第七节 | 14:40-15:15 | 校本课程 | 音乐 | 体育与健身 | 体育与健身 |  |
|  | 15:15-15:30 | 开展各类活动 | | | | |
| 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. 保证每周开设5节体育课、2节体育活动课，其中2节体育活动课在“开展各类活动”中实施（包含课后服务第一时段）。 2. 一节校本课程为班队活动（单周为班队会活动，双周为心理健康）。 3. 秋季社会实践考察活动安排在第7周。 4. 期末综合素质评价活动安排在第 21-22 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：50384975 电子邮箱：zsjpsyxx@126.com

联系人： 裘老师 联系电话：50353638

**建平实验小学（金业校区） 2025 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 | 数学 | 语文 | 数学 | 语文 | 语文 |
|  | 8:55-9:30 | 大课间（升旗仪式、广播操） | | | | |
| 第二节 | 9:30-10:05 | 外语 | 数学 | 语文 | 校本课程 | 数学 |
|  | 10:05-10:15 | 课间 | | | | |
| 第三节 | 10:15-10:50 | 体育与健身 | 劳动技术 | 美术 | 外语 | 音乐 |
|  | 10:50-11:00 | 课间 | | | | |
|  | 11:00-11:05 | 眼保健操 | | | | |
| 第四节 | 11:05-11:40 | 语文 | 体育与健身 | 外语 | 体育与健身 | 外语 |
| 午间 | 11:40-13:05 | 学生午餐、午会课、午间休息 | | | | |
| 第五节 | 13:05-13:40 | 道德与法治 | 道德与法治 | 自然 | 探究 | 体育与健身 |
|  | 13:40-13:50 | 课间 | | | | |
| 第六节 | 13:50-14:25 | 班队活动 | 外语 | 体育与健身 | 数学 | 自然 |
|  | 14:25-14:35 | 课间 | | | | |
|  | 14:35-14:40 | 眼保健操 | | | | |
| 第七节 | 14:40-15:15 | 校本课程 | 语文（书法） | 道德与法治 | 音乐 |  |
|  | 15:15-15:30 | 开展各类活动 | | | | |
| 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. 保证每周开设5节体育课、2节体育活动课，其中2节体育活动课在“开展各类活动”中实施（包含课后服务第一时段）。 2. 一节校本课程为班队活动（单周为班队会活动，双周为心理健康）。 3. 秋季社会实践考察活动安排在第7周。 4. 期末综合素质评价活动安排在第 21-22 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：50384975 电子邮箱：zsjpsyxx@126.com

联系人： 裘老师 联系电话：50353638

**建平实验小学（金业校区） 2025 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 | 语文 | 语文 | 数学 | 语文 |
|  | 8:55-9:30 | 大课间（升旗仪式、广播操） | | | | |
| 第二节 | 9:30-10:05 | 语文 | 音乐 | 外语 | 语文 | 外语 |
|  | 10:05-10:15 | 课间 | | | | |
| 第三节 | 10:15-10:50 | 道德与法治 | 外语 | 体育与健身 | 音乐 | 数学 |
|  | 10:50-11:00 | 课间 | | | | |
|  | 11:00-11:05 | 眼保健操 | | | | |
| 第四节 | 11:05-11:40 | 外语 | 数学 | 数学 | 自然 | 自然 |
| 午间 | 11:40-13:05 | 学生午餐、午会课、午间休息 | | | | |
| 第五节 | 13:05-13:40 | 体育与健身 | 校本课程 | 语文（书法） | 外语 | 体育与健身 |
|  | 13:40-13:50 | 课间 | | | | |
| 第六节 | 13:50-14:25 | 班队活动 | 道德与法治 | 美术 | 体育与健身 | 探究 |
|  | 14:25-14:35 | 课间 | | | | |
|  | 14:35-14:40 | 眼保健操 | | | | |
| 第七节 | 14:40-15:15 | 校本课程 | 体育与健身 | 道德与法治 | 劳动技术 |  |
|  | 15:15-15:30 | 开展各类活动 | | | | |
| 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. 保证每周开设5节体育课、2节体育活动课，其中2节体育活动课在“开展各类活动”中实施（包含课后服务第一时段）。 2. 一节校本课程为班队活动（单周为班队会活动，双周为心理健康）。 3. 秋季社会实践考察活动安排在第7周。 4. 期末综合素质评价活动安排在第 21-22 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：50384975 电子邮箱：zsjpsyxx@126.com

联系人： 裘老师 联系电话：50353638

**建平实验小学（金业校区） 2025 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 | 语文 | 语文 | 外语 | 自然 | 数学 |
|  | 8:55-9:30 | 大课间（升旗仪式、广播操） | | | | |
| 第二节 | 9:30-10:05 | 外语 | 外语 | 语文 | 语文 | 语文 |
|  | 10:05-10:15 | 课间 | | | | |
| 第三节 | 10:15-10:50 | 体育与健身 | 数学 | 体育与健身 | 数学 | 外语 |
|  | 10:50-11:00 | 课间 | | | | |
|  | 11:00-11:05 | 眼保健操 | | | | |
| 第四节 | 11:05-11:40 | 数学 | 道德与法治 | 音乐 | 劳动技术 | 体育与健身 |
| 午间 | 11:40-13:05 | 学生午餐、午会课、午间休息 | | | | |
| 第五节 | 13:05-13:40 | 自然 | 语文（书法） | 美术 | 外语 | 探究 |
|  | 13:40-13:50 | 课间 | | | | |
| 第六节 | 13:50-14:25 | 班队活动 | 体育与健身 | 数学 | 道德与法治 | 音乐 |
|  | 14:25-14:35 | 课间 | | | | |
|  | 14:35-14:40 | 眼保健操 | | | | |
| 第七节 | 14:40-15:15 | 校本课程 | 道德与法治 | 校本课程 | 体育与健身 |  |
|  | 15:15-15:30 | 开展各类活动 | | | | |
| 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. 保证每周开设5节体育课、2节体育活动课，其中2节体育活动课在“开展各类活动”中实施（包含课后服务第一时段）。 2. 一节校本课程为班队活动（单周为班队会活动，双周为心理健康）。 3. 秋季社会实践考察活动安排在第7周。 4. 期末综合素质评价活动安排在第 21-22 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：50384975 电子邮箱：zsjpsyxx@126.com

联系人： 裘老师 联系电话：50353638

**建平实验小学（金业校区） 2025 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 | 数学 | 语文 | 语文 | 外语 | 数学 |
|  | 8:55-9:30 | 大课间（升旗仪式、广播操） | | | | |
| 第二节 | 9:30-10:05 | 外语 | 自然 | 体育与健身 | 语文 | 语文 |
|  | 10:05-10:15 | 课间 | | | | |
| 第三节 | 10:15-10:50 | 语文 | 数学 | 数学 | 校本课程 | 语文（书法） |
|  | 10:50-11:00 | 课间 | | | | |
|  | 11:00-11:05 | 眼保健操 | | | | |
| 第四节 | 11:05-11:40 | 道德与法治 | 体育与健身 | 外语 | 音乐 | 外语 |
| 午间 | 11:40-13:05 | 学生午餐、午会课、午间休息 | | | | |
| 第五节 | 13:05-13:40 | 体育与健身 | 外语 | 音乐 | 数学 | 体育与健身 |
|  | 13:40-13:50 | 课间 | | | | |
| 第六节 | 13:50-14:25 | 班队活动 | 道德与法治 | 自然 | 体育与健身 | 道德与法治 |
|  | 14:25-14:35 | 课间 | | | | |
|  | 14:35-14:40 | 眼保健操 | | | | |
| 第七节 | 14:40-15:15 | 校本课程 | 劳动技术 | 美术 | 探究 |  |
|  | 15:15-15:30 | 开展各类活动 | | | | |
| 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. 保证每周开设5节体育课、2节体育活动课，其中2节体育活动课在“开展各类活动”中实施（包含课后服务第一时段）。 2. 一节校本课程为班队活动（单周为班队会活动，双周为心理健康）。 3. 秋季社会实践考察活动安排在第7周。 4. 期末综合素质评价活动安排在第 21-22 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：50384975 电子邮箱：zsjpsyxx@126.com

联系人： 裘老师 联系电话：50353638

**建平实验小学（金业校区） 2025 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 | 语文 | 外语 | 语文 | 数学 |
|  | 8:55-9:30 | 大课间（升旗仪式、广播操） | | | | |
| 第二节 | 9:30-10:05 | 道德与法治 | 语文（书法） | 语文 | 校本课程 | 语文 |
|  | 10:05-10:15 | 课间 | | | | |
| 第三节 | 10:15-10:50 | 数学 | 数学 | 自然 | 数学 | 体育与健身 |
|  | 10:50-11:00 | 课间 | | | | |
|  | 11:00-11:05 | 眼保健操 | | | | |
| 第四节 | 11:05-11:40 | 外语 | 外语 | 体育与健身 | 体育与健身 | 外语 |
| 午间 | 11:40-13:05 | 学生午餐、午会课、午间休息 | | | | |
| 第五节 | 13:05-13:40 | 体育与健身 | 音乐 | 数学 | 外语 | 自然 |
|  | 13:40-13:50 | 课间 | | | | |
| 第六节 | 13:50-14:25 | 班队活动 | 探究 | 音乐 | 劳动技术 | 美术 |
|  | 14:25-14:35 | 课间 | | | | |
|  | 14:35-14:40 | 眼保健操 | | | | |
| 第七节 | 14:40-15:15 | 校本课程 | 体育与健身 | 道德与法治 | 道德与法治 |  |
|  | 15:15-15:30 | 开展各类活动 | | | | |
| 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. 保证每周开设5节体育课、2节体育活动课，其中2节体育活动课在“开展各类活动”中实施（包含课后服务第一时段）。 2. 一节校本课程为班队活动（单周为班队会活动，双周为心理健康）。 3. 秋季社会实践考察活动安排在第7周。 4. 期末综合素质评价活动安排在第 21-22 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：50384975 电子邮箱：zsjpsyxx@126.com

联系人： 裘老师 联系电话：50353638

**建平实验小学（金业校区） 2025 学年第 一 学期 五 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 | 数学 | 语文 | 数学 | 外语 |
|  | 8:55-9:30 | 大课间（升旗仪式、广播操） | | | | |
| 第二节 | 9:30-10:05 | 数学 | 语文 | 外语 | 外语 | 数学 |
|  | 10:05-10:15 | 课间 | | | | |
| 第三节 | 10:15-10:50 | 外语 | 自然 | 体育与健身 | 语文 | 语文 |
|  | 10:50-11:00 | 课间 | | | | |
|  | 11:00-11:05 | 眼保健操 | | | | |
| 第四节 | 11:05-11:40 | 体育与健身 | 道德与法治 | 语文 | 道德与法治 | 探究 |
| 午间 | 11:40-13:05 | 学生午餐、午会课、午间休息 | | | | |
| 第五节 | 13:05-13:40 | 音乐 | 外语 | 劳动技术 | 体育与健身 | 音乐 |
|  | 13:40-13:50 | 课间 | | | | |
| 第六节 | 13:50-14:25 | 班队活动 | 语文（书法） | 道德与法治 | 自然 | 体育与健身 |
|  | 14:25-14:35 | 课间 | | | | |
|  | 14:35-14:40 | 眼保健操 | | | | |
| 第七节 | 14:40-15:15 | 校本课程 | 体育与健身 | 校本课程 | 美术 |  |
|  | 15:15-15:30 | 开展各类活动 | | | | |
| 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. 保证每周开设5节体育课、2节体育活动课，其中2节体育活动课在“开展各类活动”中实施（包含课后服务第一时段）。 2. 一节校本课程为班队活动（单周为班队会活动，双周为心理健康）。 3. 秋季社会实践考察活动安排在第7周。 4. 期末综合素质评价活动安排在第 21-22 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：50384975 电子邮箱：zsjpsyxx@126.com

联系人： 裘老师 联系电话：50353638

**建平实验小学（居家桥校区） 2025 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 | 语文 | 语文 | 语文 | 语文 |
|  | 8:55-9:30 | 大课间（升旗仪式、广播操） | | | | |
| 第二节 | 9:30-10:05 | 外语 | 外语 | 外语 | 外语 | 数学 |
|  | 10:05-10:15 | 课间 | | | | |
| 第三节 | 10:15-10:50 | 语文 | 数学 | 数学 | 音乐 | 音乐 |
|  | 10:50-11:00 | 课间 | | | | |
|  | 11:00-11:05 | 眼保健操 | | | | |
| 第四节 | 11:05-11:40 | 劳动技术 | 体育与健身 | 体育与健身 | 美术 | 外语 |
| 午间 | 11:40-13:05 | 学生午餐、午会课、午间休息 | | | | |
| 第五节 | 13:05-13:40 | 班队活动 | 探究 | 自然 | 体育与健身 | 体育与健身 |
|  | 13:40-13:50 | 课间 | | | | |
| 第六节 | 13:50-14:25 | 体育与健身 | 语文 | 道德与法治 | 数学 | 道德与法治 |
|  | 14:25-14:35 | 课间 | | | | |
|  | 14:35-14:40 | 眼保健操 | | | | |
| 第七节 | 14:40-15:15 | 校本课程 | 自然 | 校本课程 | 道德与法治 |  |
|  | 15:15-15:30 | 开展各类活动 | | | | |
| 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. 保证每周开设5节体育课、2节体育活动课，其中2节体育活动课在“开展各类活动”中实施（包含课后服务第一时段）。 2. 一节校本课程为班队活动（单周为班队会活动，双周为心理健康）。 3. 秋季社会实践考察活动安排在第7周。 4. 期末综合素质评价活动安排在第 21-22 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：50384975 电子邮箱：zsjpsyxx@126.com

联系人： 裘老师 联系电话：50353638

**建平实验小学（居家桥校区） 2025 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 | 道德与法治 | 语文 | 语文 | 语文 | 语文 |
|  | 8:55-9:30 | 大课间（升旗仪式、广播操） | | | | |
| 第二节 | 9:30-10:05 | 数学 | 数学 | 体育与健身 | 体育与健身 | 数学 |
|  | 10:05-10:15 | 课间 | | | | |
| 第三节 | 10:15-10:50 | 美术 | 体育与健身 | 数学 | 校本课程 | 自然 |
|  | 10:50-11:00 | 课间 | | | | |
|  | 11:00-11:05 | 眼保健操 | | | | |
| 第四节 | 11:05-11:40 | 自然 | 道德与法治 | 外语 | 外语 | 体育与健身 |
| 午间 | 11:40-13:05 | 学生午餐、午会课、午间休息 | | | | |
| 第五节 | 13:05-13:40 | 班队活动 | 劳动技术 | 语文 | 数学 | 探究 |
|  | 13:40-13:50 | 课间 | | | | |
| 第六节 | 13:50-14:25 | 外语 | 外语 | 道德与法治 | 体育与健身 | 外语 |
|  | 14:25-14:35 | 课间 | | | | |
|  | 14:35-14:40 | 眼保健操 | | | | |
| 第七节 | 14:40-15:15 | 校本课程 | 语文 | 音乐 | 音乐 |  |
|  | 15:15-15:30 | 开展各类活动 | | | | |
| 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. 保证每周开设5节体育课、2节体育活动课，其中2节体育活动课在“开展各类活动”中实施（包含课后服务第一时段）。 2. 一节校本课程为班队活动（单周为班队会活动，双周为心理健康）。 3. 秋季社会实践考察活动安排在第7周。 4. 期末综合素质评价活动安排在第 21-22 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：50384975 电子邮箱：zsjpsyxx@126.com

联系人： 裘老师 联系电话：50353638