

2026 学年第一学期二年级(1)班周课表

星期 时间		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
8:20-8:55		数学	语文	语文	语文	语文
8:55-9:25		大课间（含广播操、体育活动）				
9:25-10:00		语文	数学	语文	语文	校本课程
10:00-10:05		眼保健操				
10:05-10:20		课间休息（微运动）				
10:20-10:55		语文	唱游·音乐	校本课程 （体育专项）	体育与健康	英语
10:55-11:10		课间休息（微运动）				
11:10-11:45		英语	劳动	数学	科学	唱游·音乐
11:45-12:20		午餐				
12:20-13:00		午休				
13:00-13:10		午会				
13:10-13:45		体育与健康	道德与法治	造型·美术	综合实践 活动	班团队活动
13:45-14:00		课间休息				
14:00-14:35		科学	体育与健康	造型·美术	道德与法治	体育与健康
14:35-14:40		眼保健操				
14:40-14:55		课间休息				
14:55-15:30		体育活动				
课后 服务	15:30-16:20	作业辅导				
	16:20-17:30	延时服务				
备注：						
1. 秋游定于 2026 年 10 月 14 日（周三）；						
2. “乐动比赛日”安排：2026 年 9 月 18 日，10 月 16 日，11 月 20 日，12 月 18 日（校运会）和 2027 年 1 月 8 日，如遇雨天则顺延至下周；						
3. 社团活动：每天下午 16:20-17:15（共 15 周次）。						

2026 学年第一学期二年级(1)班周课表 (乐动比赛日周)

星期 时间		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
8:20-8:55		数学	语文	语文	语文	语文
8:55-9:25		大课间（含广播操、体育活动）				
9:25-10:00		语文	数学	语文	语文	校本课程
10:00-10:05		眼保健操				
10:05-10:20		课间休息（微运动）				
10:20-10:55		语文	唱游·音乐	校本课程 （体育专项）	体育与健康	英语
10:55-11:10		课间休息（微运动）				
11:10-11:45		英语	劳动	数学	科学	唱游·音乐
11:45-12:20		午餐				
12:20-13:00		午休				
13:00-13:10		午会				
13:10-13:45		体育与健康	道德与法治	造型·美术	综合实践 活动	一、二年级 乐动比赛日
13:45-14:00		课间休息				
14:00-14:35		科学	体育与健康	造型·美术	道德与法治	
14:35-14:40		眼保健操				
14:40-14:55		课间休息				
14:55-15:30		体育活动				
课后 服务	15:30-16:20	作业辅导				
	16:20-17:30	延时服务				
备注：						
1. 秋游定于 2026 年 10 月 14 日（周三）；						
2. “乐动比赛日”安排：2026 年 9 月 18 日，10 月 16 日，11 月 20 日，12 月 18 日（校运会）和 2027 年 1 月 8 日，如遇雨天则顺延至下周；						
3. 社团活动：每天下午 16:20-17:15（共 15 周次）。						

2026 学年第一学期二年级(2)班周课表

星期 时间		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
8: 20-8: 55		语文	语文	数学	语文	造型·美术
8: 55-9: 25		大课间（含广播操、体育活动）				
9: 25-10: 00		数学	语文	校本课程 （体育专项）	校本课程	造型·美术
10: 00-10: 05		眼保健操				
10: 05-10: 20		课间休息（微运动）				
10: 20-10: 55		英语	数学	综合实践 活动	科学	语文
10: 55-11: 10		课间休息（微运动）				
11: 10-11: 45		语文	英语	语文	语文	体育与健康
11: 45-12: 20		午餐				
12: 20-13: 00		午休				
13: 00-13: 10		午会				
13: 10-13: 45		道德与法治	体育与健康	劳动	唱游·音乐	班团队活动
13: 45-14: 00		课间休息				
14: 00-14: 35		体育与健康	科学	道德与法治	体育与健康	唱游·音乐
14: 35-14: 40		眼保健操				
14: 40-14: 55		课间休息				
14: 55-15: 30		体育活动				
课后 服务	15: 30-16: 20	作业辅导				
	16: 20-17: 30	延时服务				

备注：

1. 秋游定于 2026 年 10 月 14 日(周三)；
2. “乐动比赛日” 安排：2026 年 9 月 18 日，10 月 16 日，11 月 20 日，12 月 18 日（校运会）和 2027 年 1 月 8 日，如遇雨天则顺延至下周；
3. 社团活动： 每天下午 16: 20-17: 15（共 15 周次）。

2026 学年第一学期二年级(2)班周课表 (乐动比赛日周)

星期 时间		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
8:20-8:55		语文	语文	数学	语文	造型·美术
8:55-9:25		大课间（含广播操、体育活动）				
9:25-10:00		数学	语文	校本课程 （体育专项）	校本课程	造型·美术
10:00-10:05		眼保健操				
10:05-10:20		课间休息（微运动）				
10:20-10:55		英语	数学	综合实践 活动	科学	语文
10:55-11:10		课间休息（微运动）				
11:10-11:45		语文	英语	语文	语文	体育与健康
11:45-12:20		午餐				
12:20-13:00		午休				
13:00-13:10		午会				
13:10-13:45		道德与法治	体育与健康	劳动	唱游·音乐	一、二年级 乐动比赛日
13:45-14:00		课间休息				
14:00-14:35		体育与健康	科学	道德与法治	体育与健康	
14:35-14:40		眼保健操				
14:40-14:55		课间休息				
14:55-15:30		体育活动				
课后 服务	15:30-16:20	作业辅导				
	16:20-17:30	延时服务				
备注：						
1. 秋游定于 2026 年 10 月 14 日（周三）；						
2. “乐动比赛日”安排：2026 年 9 月 18 日，10 月 16 日，11 月 20 日，12 月 18 日（校运会）和 2027 年 1 月 8 日，如遇雨天则顺延至下周；						
3. 社团活动：每天下午 16:20-17:15（共 15 周次）。						

2026 学年第一学期二年级(3)班周课表

星期 时间		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
8: 20-8: 55		语文	语文	语文	英语	语文
8: 55-9: 25		大课间（含广播操、体育活动）				
9: 25-10: 00		数学	语文	数学	语文	体育与健康
10: 00-10: 05		眼保健操				
10: 05-10: 20		课间休息（微运动）				
10: 20-10: 55		体育与健康	数学	科学	语文	唱游·音乐
10: 55-11: 10		课间休息（微运动）				
11: 10-11: 45		英语	综合实践 活动	唱游·音乐	校本课程	语文
11: 45-12: 20		午餐				
12: 20-13: 00		午休				
13: 00-13: 10		午会				
13: 10-13: 45		造型·美术	科学	道德与法治	体育与健康	班团队活动
13: 45-14: 00		课间休息				
14: 00-14: 35		造型·美术	校本课程 (体育专项)	体育与健康	道德与法治	劳动
14: 35-14: 40		眼保健操				
14: 40-14: 55		课间休息				
14: 55-15: 30		体育活动				
课后 服务	15: 30-16: 20	作业辅导				
	16: 20-17: 30	延时服务				

备注：

1. 秋游定于 2026 年 10 月 14 日(周三)；
2. “乐动比赛日”安排：2026 年 9 月 18 日，10 月 16 日，11 月 20 日，12 月 18 日（校运会）和 2027 年 1 月 8 日，如遇雨天则顺延至下周；
3. 社团活动：每天下午 16: 20-17: 15（共 15 周次）。

2026 学年第一学期二年级(3)班周课表 (乐动比赛日周)

星期 时间		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
8: 20-8: 55		语文	语文	语文	英语	语文
8: 55-9: 25		大课间（含广播操、体育活动）				
9: 25-10: 00		数学	语文	数学	语文	体育与健康
10: 00-10: 05		眼保健操				
10: 05-10: 20		课间休息（微运动）				
10: 20-10: 55		体育与健康	数学	科学	语文	唱游·音乐
10: 55-11: 10		课间休息（微运动）				
11: 10-11: 45		英语	综合实践 活动	唱游·音乐	校本课程	语文
11: 45-12: 20		午餐				
12: 20-13: 00		午休				
13: 00-13: 10		午会				
13: 10-13: 45		造型·美术	科学	道德与法治	体育与健康	一、二年级 乐动比赛日
13: 45-14: 00		课间休息				
14: 00-14: 35		造型·美术	校本课程 （体育专项）	体育与健康	道德与法治	
14: 35-14: 40		眼保健操				
14: 40-14: 55		课间休息				
14: 55-15: 30		体育活动				
课后 服务	15: 30-16: 20	作业辅导				
	16: 20-17: 30	延时服务				
备注：						
1. 秋游定于 2026 年 10 月 14 日（周三）；						
2. “乐动比赛日”安排：2026 年 9 月 18 日，10 月 16 日，11 月 20 日，12 月 18 日（校运会）和 2027 年 1 月 8 日，如遇雨天则顺延至下周；						
3. 社团活动：每天下午 16: 20-17: 15（共 15 周次）。						

2026 学年第一学期二年级(4)班周课表

星期 时间		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
8: 20-8: 55		体育与健康	语文	英语	语文	语文
8: 55-9: 25		大课间（含广播操、体育活动）				
9: 25-10: 00		语文	数学	体育与健康	科学	校本课程
10: 00-10: 05		眼保健操				
10: 05-10: 20		课间休息（微运动）				
10: 20-10: 55		语文	语文	语文	数学	造型·美术
10: 55-11: 10		课间休息（微运动）				
11: 10-11: 45		数学	体育与健康	科学	体育与健康	造型·美术
11: 45-12: 20		午餐				
12: 20-13: 00		午休				
13: 00-13: 10		午会				
13: 10-13: 45		道德与法治	综合实践 活动	语文	英语	班团队活动
13: 45-14: 00		课间休息				
14: 00-14: 35		唱游·音乐	唱游·音乐	劳动	道德与法治	校本课程 (体育专项)
14: 35-14: 40		眼保健操				
14: 40-14: 55		课间休息				
14: 55-15: 30		体育活动				
课后 服务	15: 30-16: 20	作业辅导				
	16: 20-17: 30	延时服务				

备注：

1. 秋游定于 2026 年 10 月 14 日(周三)；
2. “乐动比赛日” 安排：2026 年 9 月 18 日，10 月 16 日，11 月 20 日，12 月 18 日（校运会）和 2027 年 1 月 8 日，如遇雨天则顺延至下周；
3. 社团活动： 每天下午 16: 20-17: 15（共 15 周次）。

2026 学年第一学期二年级(4)班周课表

星期 时间		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
8:20-8:55		体育与健康	语文	英语	语文	语文
8:55-9:25		大课间（含广播操、体育活动）				
9:25-10:00		语文	数学	体育与健康	科学	校本课程
10:00-10:05		眼保健操				
10:05-10:20		课间休息（微运动）				
10:20-10:55		语文	语文	语文	数学	造型·美术
10:55-11:10		课间休息（微运动）				
11:10-11:45		数学	体育与健康	科学	体育与健康	造型·美术
11:45-12:20		午餐				
12:20-13:00		午休				
13:00-13:10		午会				
13:10-13:45		道德与法治	综合实践 活动	语文	英语	一、二年级 乐动比赛日
13:45-14:00		课间休息				
14:00-14:35		唱游·音乐	唱游·音乐	劳动	道德与法治	
14:35-14:40		眼保健操				
14:40-14:55		课间休息				
14:55-15:30		体育活动				
课后 服务	15:30-16:20	作业辅导				
	16:20-17:30	延时服务				

备注：

1. 秋游定于 2026 年 10 月 14 日(周三)；

2. “乐动比赛日”安排：2026 年 9 月 18 日，10 月 16 日，11 月 20 日，12 月 18 日（校运会）和 2027 年 1 月 8 日，如遇雨天则顺延至下周；

3. 社团活动：每天下午 16: 20-17: 15（共 15 周次）。

2026 学年第一学期二年级(5)班周课表

星期 时间		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
8: 20-8: 55		语文	英语	语文	语文	校本课程 (体育专项)
8: 55-9: 25		大课间 (含广播操、体育活动)				
9: 25-10: 00		数学	数学	数学	体育与健康	校本课程
10: 00-10: 05		眼保健操				
10: 05-10: 20		课间休息 (微运动)				
10: 20-10: 55		语文	语文	科学	造型·美术	语文
10: 55-11: 10		课间休息 (微运动)				
11: 10-11: 45		唱游·音乐	语文	英语	造型·美术	科学
11: 45-12: 20		午餐				
12: 20-13: 00		午休				
13: 00-13: 10		午会				
13: 10-13: 45		体育与健康	体育与健康	体育与健康	语文	班团队活动
13: 45-14: 00		课间休息				
14: 00-14: 35		道德与法治	劳动	道德与法治	唱游·音乐	综合实践 活动
14: 35-14: 40		眼保健操				
14: 40-14: 55		课间休息				
14: 55-15: 30		体育活动				
课后 服务	15: 30-16: 20	作业辅导				
	16: 20-17: 30	延时服务				
备注:						
1. 秋游定于 2026 年 10 月 14 日 (周三);						
2. “乐动比赛日” 安排: 2026 年 9 月 18 日, 10 月 16 日, 11 月 20 日, 12 月 18 日 (校运会) 和 2027 年 1 月 8 日, 如遇雨天则顺延至下周;						
3. 社团活动: 每天下午 16: 20-17: 15 (共 15 周次)。						

2026 学年第一学期二年级(5)班周课表（乐动比赛日周）

星期 时间		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
8: 20-8: 55		语文	英语	语文	语文	校本课程 (体育专项)
8: 55-9: 25		大课间（含广播操、体育活动）				
9: 25-10: 00		数学	数学	数学	体育与健康	校本课程
10: 00-10: 05		眼保健操				
10: 05-10: 20		课间休息（微运动）				
10: 20-10: 55		语文	语文	科学	造型·美术	语文
10: 55-11: 10		课间休息（微运动）				
11: 10-11: 45		唱游·英语	语文	英语	造型·美术	科学
11: 45-12: 20		午餐				
12: 20-13: 00		午休				
13: 00-13: 10		午会				
13: 10-13: 45		体育与健康	体育与健康	体育与健康	语文	一、二年级 乐动比赛日
13: 45-14: 00		课间休息				
14: 00-14: 35		道德与法治	劳动	道德与法治	唱游·音乐	
14: 35-14: 40		眼保健操				
14: 40-14: 55		课间休息				
14: 55-15: 30		体育活动				
课后 服务	15: 30-16: 20	作业辅导				
	16: 20-17: 30	延时服务				

备注：

1. 秋游定于 2026 年 10 月 14 日(周三)；

2. “乐动比赛日”安排：2026 年 9 月 18 日，10 月 16 日，11 月 20 日，12 月 18 日（校运会）和 2027 年 1 月 8 日，如遇雨天则顺延至下周；

3. 社团活动：每天下午 16: 20-17: 15（共 15 周次）。

2026 学年第一学期二年级(6)班周课表

星期 时间		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
8: 20-8: 55		语文	语文	数学	语文	语文
8: 55-9: 25		大课间（含广播操、体育活动）				
9: 25-10: 00		数学	语文	语文	唱游·音乐	校本课程
10: 00-10: 05		眼保健操				
10: 05-10: 20		课间休息（微运动）				
10: 20-10: 55		英语	体育与健康	造型·美术	英语	综合实践 活动
10: 55-11: 10		课间休息（微运动）				
11: 10-11: 45		语文	唱游·音乐	造型·美术	数学	校本课程 （体育专项）
11: 45-12: 20		午餐				
12: 20-13: 00		午休				
13: 00-13: 10		午会				
13: 10-13: 45		劳动	道德与法治	科学	语文	班团队活动
13: 45-14: 00		课间休息				
14: 00-14: 35		体育与健康	科学	体育与健康	体育与健康	道德与法治
14: 35-14: 40		眼保健操				
14: 40-14: 55		课间休息				
14: 55-15: 30		体育活动				
课后 服务	15: 30-16: 20	作业辅导				
	16: 20-17: 30	延时服务				
备注：						
1. 秋游定于 2026 年 10 月 14 日（周三）；						
2. “乐动比赛日”安排：2026 年 9 月 18 日，10 月 16 日，11 月 20 日，12 月 18 日（校运会）和 2027 年 1 月 8 日，如遇雨天则顺延至下周；						
3. 社团活动：每天下午 16: 20-17: 15（共 15 周次）。						

2026 学年第一学期二年级(6)班周课表 (乐动比赛日周)

星期 时间		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
8:20-8:55		语文	语文	数学	语文	语文
8:55-9:25		大课间（含广播操、体育活动）				
9:25-10:00		数学	语文	语文	唱游·音乐	校本课程
10:00-10:05		眼保健操				
10:05-10:20		课间休息（微运动）				
10:20-10:55		英语	体育与健康	造型·美术	英语	综合实践 活动
10:55-11:10		课间休息（微运动）				
11:10-11:45		语文	唱游·音乐	造型·美术	数学	校本课程 （体育专项）
11:45-12:20		午餐				
12:20-13:00		午休				
13:00-13:10		午会				
13:10-13:45		劳动	道德与法治	科学	语文	一、二年级 乐动比赛日
13:45-14:00		课间休息				
14:00-14:35		体育与健康	科学	体育与健康	体育与健康	
14:35-14:40		眼保健操				
14:40-14:55		课间休息				
14:55-15:30		体育活动				
课后 服务	15:30-16:20	作业辅导				
	16:20-17:30	延时服务				
备注：						
1. 秋游定于 2026 年 10 月 14 日（周三）；						
2. “乐动比赛日”安排：2026 年 9 月 18 日，10 月 16 日，11 月 20 日，12 月 18 日（校运会）和 2027 年 1 月 8 日，如遇雨天则顺延至下周；						
3. 社团活动：每天下午 16:20-17:15（共 15 周次）。						

2026 学年第一学期二年级(7)班周课表

星期 时间		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
8:20-8:55		唱游·音乐	语文	语文	语文	语文
8:55-9:25		大课间（含广播操、体育活动）				
9:25-10:00		语文	语文	数学	语文	语文
10:00-10:05		眼保健操				
10:05-10:20		课间休息（微运动）				
10:20-10:55		校本课程 （体育专项）	数学	英语	校本课程	体育与健康
10:55-11:10		课间休息（微运动）				
11:10-11:45		数学	体育与健康	体育与健康	劳动	英语
11:45-12:20		午餐				
12:20-13:00		午休				
13:00-13:10		午会				
13:10-13:45		道德与法治	造型·美术	唱游·音乐	体育与健康	班团队活动
13:45-14:00		课间休息				
14:00-14:35		科学	造型·美术	道德与法治	综合实践 活动	科学
14:35-14:40		眼保健操				
14:40-14:55		课间休息				
14:55-15:30		体育活动				
课后 服务	15:30-16:20	作业辅导				
	16:20-17:30	延时服务				
备注：						
1. 秋游定于 2026 年 10 月 14 日（周三）；						
2. “乐动比赛日”安排：2026 年 9 月 18 日，10 月 16 日，11 月 20 日，12 月 18 日（校运会）和 2027 年 1 月 8 日，如遇雨天则顺延至下周；						
3. 社团活动：每天下午 16:20-17:15（共 15 周次）。						

2026 学年第一学期二年级(7)班周课表 (乐动比赛日周)

星期 时间		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
8:20-8:55		唱游·音乐	语文	语文	语文	语文
8:55-9:25		大课间（含广播操、体育活动）				
9:25-10:00		语文	语文	数学	语文	语文
10:00-10:05		眼保健操				
10:05-10:20		课间休息（微运动）				
10:20-10:55		校本课程 （体育专项）	数学	英语	校本课程	体育与健康
10:55-11:10		课间休息（微运动）				
11:10-11:45		数学	体育与健康	体育与健康	劳动	英语
11:45-12:20		午餐				
12:20-13:00		午休				
13:00-13:10		午会				
13:10-13:45		道德与法治	造型·美术	唱游·音乐	体育与健康	一、二年级 乐动比赛日
13:45-14:00		课间休息				
14:00-14:35		科学	造型·美术	道德与法治	综合实践 活动	
14:35-14:40		眼保健操				
14:40-14:55		课间休息				
14:55-15:30		体育活动				
课后 服务	15:30-16:20	作业辅导				
	16:20-17:30	延时服务				
备注：						
1. 秋游定于 2026 年 10 月 14 日(周三)；						
2. “乐动比赛日”安排：2026 年 9 月 18 日，10 月 16 日，11 月 20 日，12 月 18 日（校运会）和 2027 年 1 月 8 日，如遇雨天则顺延至下周；						
3. 社团活动：每天下午 16:20-17:15（共 15 周次）。						