

### 上海赫贤学校一年级（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	8:20-8:55	语文	综合实践活动	唱游·音乐	校本课程	数学
课间（含大课间）	8:55-9:30					
第二节	9:30-10:05	语文	科学	外语	体育与健康	体育与健康
课间	10:05-10:15					
第三节（含眼保健操）	10:15-10:55	体育与健康	造型·美术	体育与健康	语文	语文
课间	10:55-11:05					
第四节	11:05 - 11:40	外语	造型·美术	校本课程	语文	语文
中午						
第五节（含眼保健操）	13:15 - 13:55	数学	语文	科学	校本课程	唱游·音乐
课间	13:55-14:05					
第六节（含室内操）	14:05-14:45	道德与法治	语文	道德与法治	数学	劳动
课间	14:45-14:55					
第七节	14:55- 15:30					
课间	15:30-15:40					

### 上海赫贤学校一年级（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	8:20-8:55	道德与法治	科学	数学	校本课程	校本课程
课间（含大课间）	8:55-9:30					
第二节	9:30-10:05	唱游·音乐	外语	校本课程	数学	外语
课间	10:05-10:15					
第三节（含眼保健操）	10:15-10:55	语文	语文	造型·美术	体育与健康	语文
课间	10:55-11:05					
第四节	11:05 - 11:40	语文	语文	造型·美术	语文	语文
中午						
第五节（含眼保健操）	13:15 - 13:55	劳动	数学	科学	道德与法治	体育与健康
课间	13:55-14:05					
第六节（含室内操）	14:05-14:45	体育与健康	体育与健康	语文	唱游·音乐	综合实践活动
课间	14:45-14:55					
第七节	14:55- 15:30					
课间	15:30-15:40					

### 上海赫贤学校一年级（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	8:20-8:55	语文	外语	数学	校本课程	数学
课间（含大课间）	8:55-9:30					
第二节	9:30-10:05	语文	体育与健康	校本课程	科学	唱游·音乐
课间	10:05-10:15					
第三节（含眼保健操）	10:15-10:55	劳动	数学	语文	语文	语文
课间	10:55-11:05					
第四节	11:05 - 11:40	科学	体育与健康	语文	语文	语文
中午						
第五节（含眼保健操）	13:15 - 13:55	体育与健康	道德与法治	造型·美术	校本课程	综合实践活动
课间	13:55-14:05					
第六节（含室内操）	14:05-14:45	唱游·音乐	道德与法治	造型·美术	外语	体育与健康
课间	14:45-14:55					
第七节	14:55- 15:30					
课间	15:30-15:40					

### 上海赫贤学校一年级（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	8:20-8:55	语文	唱游·音乐	体育与健康	校本课程	唱游·音乐
课间（含大课间）	8:55-9:30					
第二节	9:30-10:05	语文	外语	外语	数学	校本课程
课间	10:05-10:15					
第三节（含眼保健操）	10:15-10:55	劳动	语文	数学	造型·美术	语文
课间	10:55-11:05					
第四节	11:05 - 11:40	数学	语文	体育与健康	造型·美术	语文
中午						
第五节（含眼保健操）	13:15 - 13:55	科学	体育与健康	语文	综合实践活动	校本课程
课间	13:55-14:05					
第六节（含室内操）	14:05-14:45	体育与健康	道德与法治	语文	道德与法治	科学
课间	14:45-14:55					
第七节	14:55- 15:30					
课间	15:30-15:40					

备注:

1. 周一~周四下午14:30-15:05开展各类活动，如体育活动、阅读活动等。
2. 课后服务时间：周一（15:30-17:30），周二（15:30-17:30），周三（15:30-17:30），周四（15:30-17:30），周五（15:30-17:30）
3. 学期中，学校组织开展一次社会实践活动。
4. 学期末，学校组织开展游园闯关活动。