

吴泾中学 2024 学年六年级第一学期周课表

六 1 班

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08：00-08：40	数学	语文	语文	英语	地理
课间	08：40-08：50	课间休息				
第二节	08：50-09：30	科学	英语	数学	语文	校本课程
大课间	09：30-10：00	升旗 广播操 室内操				
第三节	10：00-10：40	劳动	数学	地理	科学	数学
课间	10：40-10：55	课间休息 眼保健操				
第四节	10：55-11：35	英语	美术	道德与法治	音乐	体育与健康
午间	11：35-13：00	午餐 午休 时政学习				
第五节	13：00-13：40	语文	道德与法治	体育与健康	美术	语文
课间	13：40-13：50	课间休息				
第六节	13：50-14：30	体育与健康	体育活动	语文	校本课程	综合实践活动
课间	14：30-14：45	课间休息 眼保健操				
第七节	14：45-15：25	信息科技	音乐	心理	数学	班团队
课间	15：25-15：35	课间休息				
课后服务 1	15：35-16：30	课后辅导	校本课程	课后辅导	体育活动	特色课程
课后服务 2	16：30-17：30	课后辅导	课后辅导	课后辅导	课后辅导	

吴泾中学 2024 学年六年级第一学期周课表

六 2 班

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08：00-08：40	语文	英语	数学	语文	数学
课间	08：40-08：50	课间休息				
第二节	08：50-09：30	英语	道德与法治	体育与健康	数学	语文
大课间	09：30-10：00	升旗 广播操 室内操				
第三节	10：00-10：40	数学	语文	英语	道德与法治	校本课程
课间	10：40-10：55	课间休息 眼保健操				
第四节	10：55-11：35	体育与健康	地理	美术	科学	体育与健康
午间	11：35-13：00	午餐 午休 时政学习				
第五节	13：00-13：40	地理	科学	音乐	心理	劳动
课间	13：40-13：50	课间休息				
第六节	13：50-14：30	音乐	体育活动	语文	信息科技	综合实践活动
课间	14：30-14：45	课间休息 眼保健操				
第七节	14：45-15：25	语文	数学	校本课程	美术	班团队
课间	15：25-15：35	课间休息				
课后服务 1	15：35-16：30	校本课程	课后辅导	课后辅导	体育活动	特色课程
课后服务 2	16：30-17：30	课后辅导	课后辅导	课后辅导	课后辅导	

吴泾中学 2024 学年六年级第一学期周课表

六 3 班

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08：00-08：40	英语	英语	数学	语文	语文
课间	08：40-08：50	课间休息				
第二节	08：50-09：30	地理	数学	英语	美术	音乐
大课间	09：30-10：00	升旗 广播操 室内操				
第三节	10：00-10：40	语文	道德与法治	科学	科学	数学
课间	10：40-10：55	课间休息 眼保健操				
第四节	10：55-11：35	数学	语文	体育与健康	校本课程	校本课程
午间	11：35-13：00	午餐 午休 时政学习				
第五节	13：00-13：40	音乐	心理	语文	地理	体育与健康
课间	13：40-13：50	课间休息				
第六节	13：50-14：30	美术	语文	道德与法治	数学	综合实践活动
课间	14：30-14：45	课间休息 眼保健操				
第七节	14：45-15：25	体育活动	体育与健康	信息科技	校本课程	班团队
课间	15：25-15：35	课间休息				
课后服务 1	15：35-16：30	课后辅导	劳动	课后辅导	体育活动	特色课程
课后服务 2	16：30-17：30	课后辅导	课后辅导	课后辅导	课后辅导	

吴泾中学 2024 学年六年级第一学期周课表

六 4 班

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08：00-08：40	英语	英语	数学	数学	校本课程
课间	08：40-08：50	课间休息				
第二节	08：50-09：30	数学	语文	语文	语文	科学
大课间	09：30-10：00	升旗 广播操 室内操				
第三节	10：00-10：40	美术	地理	体育与健康	音乐	体育与健康
课间	10：40-10：55	课间休息 眼保健操				
第四节	10：55-11：35	劳动	数学	英语	道德与法治	语文
午间	11：35-13：00	午餐 午休 时政学习				
第五节	13：00-13：40	科学	音乐	美术	体育与健康	数学
课间	13：40-13：50	课间休息				
第六节	13：50-14：30	语文	道德与法治	语文	校本课程	综合实践活动
课间	14：30-14：45	课间休息 眼保健操				
第七节	14：45-15：25	体育活动	心理	信息科技	地理	班团队
课间	15：25-15：35	课间休息				
课后服务 1	15：35-16：30	课后辅导	体育活动	课后辅导	校本课程	特色课程
课后服务 2	16：30-17：30	课后辅导	课后辅导	课后辅导	课后辅导	

吴泾中学 2024 学年六年级第一学期周课表

六 5 班

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08：00-08：40	语文	校本课程	语文	数学	英语
课间	08：40-08：50	课间休息				
第二节	08：50-09：30	音乐	数学	体育与健康	英语	语文
大课间	09：30-10：00	升旗 广播操 室内操				
第三节	10：00-10：40	英语	劳动	地理	语文	数学
课间	10：40-10：55	课间休息 眼保健操				
第四节	10：55-11：35	地理	科学	数学	体育与健康	体育活动
午间	11：35-13：00	午餐 午休 时政学习				
第五节	13：00-13：40	数学	信息科技	道德与法治	美术	音乐
课间	13：40-13：50	课间休息				
第六节	13：50-14：30	体育与健康	心理	语文	校本课程	综合实践活动
课间	14：30-14：45	课间休息 眼保健操				
第七节	14：45-15：25	美术	语文	道德与法治	科学	班团队
课间	15：25-15：35	课间休息				
课后服务 1	15：35-16：30	校本课程	体育活动	课后辅导	课后辅导	特色课程
课后服务 2	16：30-17：30	课后辅导	课后辅导	课后辅导	课后辅导	

吴泾中学 2024 学年六年级第一学期周课表

六 6 班

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08：00-08：40	英语	英语	语文	语文	数学
课间	08：40-08：50	课间休息				
第二节	08：50-09：30	数学	数学	地理	数学	英语
大课间	09：30-10：00	升旗 广播操 室内操				
第三节	10：00-10：40	体育与健康	体育与健康	道德与法治	体育与健康	语文
课间	10：40-10：55	课间休息 眼保健操				
第四节	10：55-11：35	音乐	语文	数学	科学	体育活动
午间	11：35-13：00	午餐 午休 时政学习				
第五节	13：00-13：40	语文	劳动	语文	校本课程	音乐
课间	13：40-13：50	课间休息				
第六节	13：50-14：30	道德与法治	地理	校本课程	心理	综合实践活动
课间	14：30-14：45	课间休息 眼保健操				
第七节	14：45-15：25	信息科技	科学	美术	美术	班团队
课间	15：25-15：35	课间休息				
课后服务 1	15：35-16：30	校本课程	体育活动	课后辅导	课后辅导	特色课程
课后服务 2	16：30-17：30	课后辅导	课后辅导	课后辅导	课后辅导	

吴泾中学 2024 学年六年级第一学期周课表

六 7 班

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08：00-08：40	英语	语文	数学	英语	语文
课间	08：40-08：50	课间休息				
第二节	08：50-09：30	信息科技	校本课程	语文	数学	数学
大课间	09：30-10：00	升旗 广播操 室内操				
第三节	10：00-10：40	语文	音乐	体育与健康	科学	劳动
课间	10：40-10：55	课间休息 眼保健操				
第四节	10：55-11：35	数学	美术	地理	语文	校本课程
午间	11：35-13：00	午餐 午休 时政学习				
第五节	13：00-13：40	道德与法治	体育与健康	道德与法治	体育活动	体育与健康
课间	13：40-13：50	课间休息				
第六节	13：50-14：30	心理	科学	英语	数学	综合实践活动
课间	14：30-14：45	课间休息 眼保健操				
第七节	14：45-15：25	音乐	地理	语文	美术	班团队
课间	15：25-15：35	课间休息				
课后服务 1	15：35-16：30	体育活动	校本课程	课后辅导	课后辅导	特色课程
课后服务 2	16：30-17：30	课后辅导	课后辅导	课后辅导	课后辅导	

吴泾中学 2024 学年六年级第一学期周课表

六 8 班

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08：00-08：40	数学	数学	英语	语文	音乐
课间	08：40-08：50	课间休息				
第二节	08：50-09：30	英语	语文	美术	地理	数学
大课间	09：30-10：00	升旗 广播操 室内操				
第三节	10：00-10：40	心理	语文	数学	数学	体育与健康
课间	10：40-10：55	课间休息 眼保健操				
第四节	10：55-11：35	道德与法治	校本课程	体育与健康	美术	语文
午间	11：35-13：00	午餐 午休 时政学习				
第五节	13：00-13：40	英语	科学	语文	体育活动	校本课程
课间	13：40-13：50	课间休息				
第六节	13：50-14：30	语文	地理	道德与法治	音乐	综合实践活动
课间	14：30-14：45	课间休息 眼保健操				
第七节	14：45-15：25	劳动	体育与健康	信息科技	科学	班团队
课间	15：25-15：35	课间休息				
课后服务 1	15：35-16：30	体育活动	校本课程	课后辅导	课后辅导	特色课程
课后服务 2	16：30-17：30	课后辅导	课后辅导	课后辅导	课后辅导	



吴泾中学 2024 学年七年级第一学期周课表

七 1 班

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08：00-08：40	数学	英语	数学	英语	语文
课间	08：40-08：50	课间休息				
第二节	08：50-09：30	语文	数学	生物学	语文	体育与健康
大课间	09：30-10：00	升旗 广播操 室内操				
第三节	10：00-10：40	英语	地理	道德与法治	生物学	校本课程
课间	10：40-10：55	课间休息 眼保健操				
第四节	10：55-11：35	体育与健康	音乐	语文	体育活动	数学
午间	11：35-13：00	午餐 午休 时政学习				
第五节	13：00-13：40	道德与法治	语文	信息科技	数学	美术
课间	13：40-13：50	课间休息				
第六节	13：50-14：30	人工智能基础	体育活动	历史	地理	劳动
课间	14：30-14：45	课间休息 眼保健操				
第七节	14：45-15：25	英语	历史	语文	体育与健康	班团队
课间	15：25-15：35	课间休息				
课后服务 1	15：35-16：30	综合实践活动	校本课程	课后辅导	校本课程	特色课程
课后服务 2	16：30-17：30	课后辅导	课后辅导	课后辅导	课后辅导	

吴泾中学 2024 学年七年级第一学期周课表

七 2 班

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08：00-08：40	数学	英语	语文	数学	语文
课间	08：40-08：50	课间休息				
第二节	08：50-09：30	英语	道德与法治	数学	语文	英语
大课间	09：30-10：00	升旗 广播操 室内操				
第三节	10：00-10：40	体育与健康	语文	体育活动	校本课程	数学
课间	10：40-10：55	课间休息 眼保健操				
第四节	10：55-11：35	历史	地理	美术	生物学	体育与健康
午间	11：35-13：00	午餐 午休 时政学习				
第五节	13：00-13：40	语文	语文	历史	体育活动	地理
课间	13：40-13：50	课间休息				
第六节	13：50-14：30	英语	体育与健康	人工智能基础	数学	道德与法治
课间	14：30-14：45	课间休息 眼保健操				
第七节	14：45-15：25	生物学	音乐	信息科技	劳动	班团队
课间	15：25-15：35	课间休息				
课后服务 1	15：35-16：30	综合实践活动	校本课程	课后辅导	校本课程	特色课程
课后服务 2	16：30-17：30	课后辅导	课后辅导	课后辅导	课后辅导	

吴泾中学 2024 学年七年级第一学期周课表

七 3 班

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08：00-08：40	语文	英语	道德与法治	语文	数学
课间	08：40-08：50	课间休息				
第二节	08：50-09：30	数学	数学	体育与健康	道德与法治	语文
大课间	09：30-10：00	升旗 广播操 室内操				
第三节	10：00-10：40	英语	语文	历史	英语	地理
课间	10：40-10：55	课间休息 眼保健操				
第四节	10：55-11：35	生物学	信息科技	数学	体育活动	历史
午间	11：35-13：00	午餐 午休 时政学习				
第五节	13：00-13：40	美术	地理	劳动	生物学	体育与健康
课间	13：40-13：50	课间休息				
第六节	13：50-14：30	数学	体育活动	语文	校本课程	英语
课间	14：30-14：45	课间休息 眼保健操				
第七节	14：45-15：25	体育与健康	语文	校本课程	音乐	班团队
课间	15：25-15：35	课间休息				
课后服务 1	15：35-16：30	综合实践活动	人工智能基础	课后辅导	校本课程	特色课程
课后服务 2	16：30-17：30	课后辅导	课后辅导	课后辅导	课后辅导	课后辅导

吴泾中学 2024 学年七年级第一学期周课表

七 4 班

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08：00-08：40	语文	生物学	英语	语文	英语
课间	08：40-08：50	课间休息				
第二节	08：50-09：30	数学	英语	数学	地理	语文
大课间	09：30-10：00	升旗 广播操 室内操				
第三节	10：00-10：40	英语	音乐	体育活动	美术	数学
课间	10：40-10：55	课间休息 眼保健操				
第四节	10：55-11：35	地理	语文	信息科技	道德与法治	生物学
午间	11：35-13：00	午餐 午休 时政学习				
第五节	13：00-13：40	历史	数学	历史	体育与健康	体育与健康
课间	13：40-13：50	课间休息				
第六节	13：50-14：30	体育与健康	数学	语文	校本课程	语文
课间	14：30-14：45	课间休息 眼保健操				
第七节	14：45-15：25	劳动	道德与法治	人工智能基础	校本课程	班团队
课间	15：25-15：35	课间休息				
课后服务 1	15：35-16：30	综合实践活动	体育活动	校本课程	课后辅导	特色课程
课后服务 2	16：30-17：30	课后辅导	课后辅导	课后辅导	课后辅导	

吴泾中学 2024 学年七年级第一学期周课表

七 5 班

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08：00-08：40	语文	英语	英语	语文	数学
课间	08：40-08：50	课间休息				
第二节	08：50-09：30	数学	语文	地理	历史	道德与法治
大课间	09：30-10：00	升旗 广播操 室内操				
第三节	10：00-10：40	英语	道德与法治	数学	地理	体育与健康
课间	10：40-10：55	课间休息 眼保健操				
第四节	10：55-11：35	人工智能基础	校本课程	体育与健康	美术	生物学
午间	11：35-13：00	午餐 午休 时政学习				
第五节	13：00-13：40	体育活动	历史	语文	数学	语文
课间	13：40-13：50	课间休息				
第六节	13：50-14：30	校本课程	数学	音乐	英语	生物学
课间	14：30-14：45	课间休息 眼保健操				
第七节	14：45-15：25	信息科技	语文	劳动	体育与健康	班团队
课间	15：25-15：35	课间休息				
课后服务 1	15：35-16：30	综合实践活动	体育活动	课后辅导	校本课程	特色课程
课后服务 2	16：30-17：30	课后辅导	课后辅导	课后辅导	课后辅导	

吴泾中学 2024 学年七年级第一学期周课表

七 6 班

	时间	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
第一节	08：00-08：40	英语	数学	语文	生物学	语文
课间	08：40-08：50	课间休息				
第二节	08：50-09：30	数学	英语	体育与健康	语文	英语
大课间	09：30-10：00	升旗 广播操 室内操				
第三节	10：00-10：40	美术	生物学	劳动	数学	数学
课间	10：40-10：55	课间休息 眼保健操				
第四节	10：55-11：35	语文	体育与健康	数学	英语	音乐
午间	11：35-13：00	午餐 午休 时政学习				
第五节	13：00-13：40	体育活动	道德与法治	校本课程	地理	语文
课间	13：40-13：50	课间休息				
第六节	13：50-14：30	历史	语文	道德与法治	人工智能基础	体育与健康
课间	14：30-14：45	课间休息 眼保健操				
第七节	14：45-15：25	信息科技	地理	历史	体育活动	班团队
课间	15：25-15：35	课间休息				
课后服务 1	15：35-16：30	综合实践活动	校本课程	校本课程	课后辅导	特色课程
课后服务 2	16：30-17：30	课后辅导	课后辅导	课后辅导	课后辅导	