上海浦东新区民办沪港学校2026学年第一学期六年级周课时表

	时间	周一	周二	周三	周四	周五
	8:00-8:20	升旗	早操	早操	早操	早操
	8:20-8:45		晨会	晨会	晨会	晨会
第一节	8:45-9:25	语文	语文	语文	语文	语文
		课间9:25-9:40				
第二节	9:40-10:20	语文	数学	数学	数学	数学
	10:20-10:35	**室内操**				
第三节	10:35-11:15	数学	外语	地理	外语	道德与法治
	11:15-11:30	**眼保健操**				
第四节	11:30-12:10	道德与法治	地理	外语	科学	科学
	12:10-13:15	**午餐+体育综合活动**				
第五节	13:15-13:55	信息科技	体育与健康	体育与健康	体育与健康	艺术
		课间13:55-14:10				
第六节	14:10-14:50	艺术	艺术	劳动	综合实践活动	校本课程
	14:50-15:20	**大课间活动**				
第七节	15:20-16:00	校本课程	校本课程（体育课）	校本课程	校本课程	校本课程
第八节	16:00-16:40	校本课程（体育活动				
	16:40-17:30	班级课后服务				
	17:30以后	延时服务				

说明：
1.六年级语文课中1课时用于书法课。
2.每周开设4节体育课，1节体育活动课，统筹利用体育与健康课程课时，校本课程时间及课后服务时段。
3.艺术课程六年级以美术、音乐为主，融入舞蹈、戏剧（含戏曲）、影视（含数字媒体艺术）相关内容。
4.每周五第四节课的校本课程统一为班团队活动。
5.教学质量监测安排在第16周。
6.每两周开设一节生命教育心理健康主题活动课，统筹利用综合实践活动、班会主题课课时。
7.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：021-61180800　　电子邮箱：shlgschooloffice@ywies.com

联系人：学校办公室　　联系电话：021-61180800

上海浦东新区民办沪港学校2026学年第一学期七年级周课时表

	时间	周一	周二	周三	周四	周五
	8:00-8:20	升旗	早操	早操	早操	早操
	8:20-8:45		晨会	晨会	晨会	晨会
第一节	8:45-9:25	语文	外语	生物学	地理	语文
		课间9:25-9:40				
第二节	9:40-10:20	体育与健康	数学	语文	数学	数学
	10:20-10:35	**室内操**				
第三节	10:35-11:15	数学	语文	外语	外语	外语
	11:15-11:30	**眼保健操**				
第四节	11:30-12:10	道德与法治	道德与法治	历史	历史	语文
	12:10-13:15	**午餐+综合体育活动**				
第五节	13:15-13:55	地理	生物学	数学	信息科技	体育与健康
		课间13:55-14:10				
第六节	14:10-14:50	语文	体育与健康	艺术	艺术	艺术
	14:50-15:20	**大课间活动**				
第七节	15:20-16:00	劳动	综合实践活动	人工智能基础	校本课程（体育课）	校本课程
第八节	16:00-16:40	校本课程（体育活动课）				
	16:40-17:30	班级课后服务				
	17:30以后	延时服务				

说明：
1.《中华民族大团结（供初中使用）》七年级使用，结合校本课程统筹实施。
2.每周开设4节体育课，1节体育活动课，统筹利用体育与健康课程课时，校本课程时间及课后服务时段。
3.艺术课程七年级以美术、音乐为主，融入舞蹈、戏剧（含戏曲）、影视（含数字媒体艺术）相关内容。
4.每周五第四节课的校本课程统一为班团队活动。
5.教学质量监测安排在第16周。
6.每两周开设一节生命教育心理健康主题活动课，统筹利用综合实践活动、班会主题课课时。
7.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：021-61180800　　电子邮箱：shlgschooloffice@ywies.com

联系人：学校办公室　　联系电话：021-61180800

上海浦东新区民办沪港学校2026学年第一学期八年级周课时表

	时间	周一	周二	周三	周四	周五
	8:00-8:20	升旗	早操	早操	早操	早操
	8:20-8:45		晨会	晨会	晨会	晨会
第一节	8:45-9:25	道德与法治	物理	外语	语文	生物学
		课间9:25-9:40				
第二节	9:40-10:20	数学	数学	数学	数学	数学
	10:20-10:35	**室内操**				
第三节	10:35-11:15	外语	外语	语文	外语	道德与法治
	11:15-11:30	**眼保健操**				
第四节	11:30-12:10	语文	道德与法治	体育与健康	历史	物理
	12:10-13:15	**午餐+综合体育活动**				
第五节	13:15-13:55	物理	语文	化学	化学	语文
		课间13:55-14:10				
第六节	14:10-14:50	生物学	信息科技	历史	体育与健康	体育与健康
	14:50-15:20	**大课间活动**				
第七节	15:20-16:00	艺术	艺术	劳动	综合实践活动	校本课程（体育课）
第八节	16:00-16:40	本课程（体育活动课				
	16:40-17:30	班级课后服务				
	17:30以后	延时服务				

说明：
1. 初中《习近平新时代中国特色社会主义思想学生读本》安排在八年级上学期，作为必修内容，利用道德与法治课、校本课程等统筹安排课时，平均每周1课时。
2. 每周开设4节体育课，1节体育活动课，统筹利用体育与健康课程课时，校本课程时间及课后服务时段。
3. 艺术课程包括音乐、美术、舞蹈、戏剧、影视等，学生至少选择2项学习。
4. 每周五第四节课的校本课程统一为班团队活动。
5. 教学质量监测安排在第16周。
6. 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：021-61180800　　电子邮箱：shlgschooloffice@ywies.com

联系人：学校办公室　　联系电话：021-61180800

上海浦东新区民办沪港学校2026学年第一学期九年级周课时表

	时间	周一	周二	周三	周四	周五
	8:00-8:20	升旗	早操	早操	早操	早操
	8:20-8:45		晨会	晨会	晨会	晨会
第一节	8:45-9:25	语文	化学	数学	语文	艺术
		课间9:25-9:40				
第二节	9:40-10:20	数学	历史	语文	数学	物理
	10:20-10:35	**室内操**				
第三节	10:35-11:15	体育与健康	外语	外语	生物学	道德与法治
	11:15-11:30	**眼保健操**				
第四节	11:30-12:10	道德与法治	数学	体育与健康	物理	数学
	12:10-13:15	**午餐+综合体育活动**				
第五节	13:15-13:55	物理	语文	化学	外语	校本课程
		课间13:55-14:10				
第六节	14:10-14:50	外语	体育与健康	历史	艺术	语文
	14:50-15:20	**大课间活动**				
第七节	15:20-16:00	劳动	综合实践活动	校本课程	校本课程	校本课程（体育课）
第八节	16:00-16:40	校本课程（体育活动课				
	16:40-17:30	班级课后服务				
	17:30以后	延时服务				

说明：1.每周开设3节《体育与健康》国家课内课程；体育活动安排在校本课程及课后服务时段，不计入国家体育课时。
2.艺术课程包括音乐、美术、舞蹈、戏剧、影视等，学生至少选择2项学习。
3.每周五校本课程统一安排班团队活动。
4.教学质量监测安排在第16周。
5.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：021-61180800　　电子邮箱：shlgschooloffice@ywies.com

联系人：学校办公室　　联系电话：021-61180800