

7月20日
星期一

江苏电视台

●卫视频道

12:00 正午江苏
12:30 非诚勿扰
16:30 一生一世
19:30 幸福剧场
21:10 探宝说创团
23:15 响聊

●城市频道

12:26 金牌调解
17:50 新城市资讯
18:10 零距离2026
19:30 老开心啦
20:00 德行天下
20:38 明理说法
20:56 方圆八百米
(10~11)

●综艺频道

19:05 缘分进行时
19:45 缘来不晚
20:25 缘分进行时
22:35 为爱转身

●影视频道

12:34 孤舟(15~21)
18:40 欢喜一家人
19:20 一生一世
(2~4)

21:35 反人类暴行
(23~25)

●体育休闲频道

12:00 江苏体育
17:40 耍大牌

19:10 休闲物语
19:35 健康新7点
19:50 巅峰赛事
21:05 说走就走
21:30 江苏体育
21:40 民星斗地主

●教育频道

17:12 优秀文化节目展播
18:00 未来科学家
18:22 微讲堂
18:35 勇者大闯关
19:15 无声的功勋
19:30 江苏教育新闻
19:50 优秀文化节目展播
21:21 爱国主义教育电视剧展播

南京电视台

●新闻综合频道

9:45 沉默的荣耀
(21~22)
14:15 机械师
(15~17)
17:30 国宝在金陵
18:00 直播南京
18:30 南京新闻
19:40 我们的河山
(22~23)

●教科频道

13:10 少儿万花筒
17:36 动画宣传片
17:39 叽哩咕噜
18:45 音乐公主爱美莉

18:15 熊出没之秋日团团转
19:00 法治现场
19:30 宏琪说交通
19:45 南京律师团
19:50 南京教育头条
20:05 家庭教育义诊
20:15 纪录片时间
20:55 健康大讲堂
21:30 南来北往
(8~9)

●生活频道

10:20 好事成双
(7~12)
17:35 消费向导
17:59 标点家装
18:30 标点
19:00 标点说房
19:20 南京第一家装
19:50 标点健康
20:20 智斗星
21:20 标点家装

●文旅频道

12:45 诗歌地图
18:35 光影纪录
19:05 诗歌地图
19:10 南京Walk
19:20 国宝时刻
19:25 心动的旅行
19:40 光影纪录
20:40 诗歌地图
20:45 老单走金陵
20:55 南京Walk
21:05 国宝时刻

21:10 南京
22:30 光影纪录
中央电视台
●综合频道
12:00 新闻30分
12:35 今日说法
13:13 六姊妹
17:17 第一动画乐园

17:34 生活圈
18:20 文脉春秋
19:00 新闻联播
19:38 焦点访谈
20:06 专题节目
21:00 种墨园(34)
22:00 晚间新闻
22:35 大宋词人传

●财经频道

12:00 天下财经
17:40 城市烟火
18:30 回家吃饭
19:00 生财有道
19:30 消费主张
20:00 经济半小时
21:30 央视财经评论
21:56 大河之北
22:41 沃野千里
23:07 奇妙中国
23:13 对话

●综艺频道

11:28 越战越勇
17:07 综艺喜乐汇
18:06 越战越勇
19:30 开门大吉
20:50 综艺喜乐汇

21:46 爱上这座城
23:10 南来北往
●国际频道
12:00 中国新闻
13:03 春晖
18:00 中国新闻
18:30 中国文艺
19:00 中国新闻
19:30 今日亚洲
20:00 国家记忆
20:30 海峡两岸
21:00 中国新闻
23:03 青山是故乡

●体育频道

8:03 2026年环法自行车赛第14赛段
9:00 2026年世界男排联赛美国站
11:03 2026世界杯决赛
12:30 体坛快讯
13:05 艺术里的奥林匹克
13:28 2026年国际篮联U17女篮世界杯决赛
15:00 2026年温布尔登网球锦标赛男单决赛
17:00 WTT美国大满贯2026比赛
18:00 体育新闻
19:05 燃动金杯
20:00 2026美加墨世界杯报道:豪门盛宴

22:05 2026世界杯决赛
23:31 2026年世界男排联赛美国站
●电影频道
9:29 秀美人生
11:45 音乐电影欣赏
11:51 父子老爷车
13:30 蜘蛛侠:英雄远征
15:42 蜘蛛侠:英雄归来
18:10 宋庄战斗
19:50 我的战争
22:00 中国电影报道
22:23 血色西峪

●国防军事频道

12:00 正午国防军事
14:37 扫黑风暴
17:04 世界战史
17:31 军事纪录
18:02 兵器面面观
18:28 国防故事
19:00 新闻联播
19:33 军事报道
20:09 防务新观察
20:43 军事纪实
21:17 军武零距离
21:53 黄雀
●电视剧频道
8:01 隐锋(13~17)
12:46 隐身的名字
(15~18)
16:18 星推荐

16:35 种墨园
(9~11)
19:30 九个弹孔
(25~26)
21:24 小芳(15~16)
23:05 岁月有情时
(20)
23:57 雪迷宫
(12~17)

●科教频道

12:00 百家讲坛
17:26 地理·中国
18:05 健康之路
18:54 味道
19:32 自然传奇
20:32 探索·发现
21:20 创新进行时
21:48 考古公开课
22:50 地理·中国

●戏曲频道

8:32 青春戏苑
11:33 南洋女儿情
13:14 宝贝亮相吧
14:33 评剧电影《海棠红》
17:13 藏海传
19:00 青春戏苑
19:30 京剧《春闺梦》
20:02 京剧《李逵探母》
21:36 承欢记

●新闻频道

12:00 新闻30分
18:00 共同关注
19:00 新闻联播

19:39 焦点访谈
20:00 东方时空
21:00 新闻联播
21:30 新闻1+1
22:00 国际时讯
22:30 环球视线
23:00 24小时

●少儿频道

12:00 动漫世界
17:00 新闻袋袋裤
17:15 大手牵小手
18:00 智慧树
18:35 动画大放映
21:50 一起“趣”观赛
22:52 问苍茫

河北卫视

19:34 好好的时光
21:10 中华好家风

浙江卫视

19:30 中国蓝剧场
21:10 今日评说

安徽卫视

19:30 种墨园
22:45 新安夜空

四川卫视

19:35 秋蝉
21:20 华西论健

山东卫视

19:30 八千里路云和月
21:30 纪录中国

江西卫视

19:35 大生意人
21:30 传奇故事

7月21日
星期二

江苏电视台

●卫视频道

12:00 正午江苏
12:30 非诚勿扰
16:30 天才基本法
19:30 幸福剧场
21:10 一站到底少年季
23:15 响聊

●城市频道

12:26 金牌调解
17:50 新城市资讯
18:10 零距离2026
19:30 老开心啦
20:00 江苏最美人物
20:38 明理说法
20:56 方圆八百米
(12~13)

●综艺频道

19:05 缘分进行时
19:45 缘来不晚
20:25 缘分进行时
22:35 为爱转身

●影视频道

12:34 孤舟(22~28)
18:40 欢喜一家人
19:20 一生一世
(5~7)
21:35 反人类暴行

(26)
信者无敌(1~2)
●体育休闲频道
12:00 江苏体育
17:20 休闲物语
17:40 耍大牌
19:10 休闲物语
19:35 健康新7点
19:50 巅峰赛事
21:30 江苏体育
21:40 民星斗地主

●教育频道

17:12 优秀文化节目展播
18:00 我们家
18:22 微讲堂
18:35 勇者大闯关
19:15 无声的功勋
19:30 江苏教育新闻
19:50 优秀文化节目展播
21:21 爱国主义教育电视剧展播

南京电视台

●新闻综合频道

9:45 沉默的荣耀
(23~24)
14:15 机械师
(18~20)
17:30 国宝在金陵
18:00 直播南京
18:30 南京新闻
19:40 我们的河山
(24~25)

●教科频道
13:00 家庭教育义诊
17:36 动画宣传片
17:39 叽哩咕噜
17:45 音乐公主爱美莉
18:15 熊出没之秋日团团转
19:00 法治现场
19:30 宏琪说交通
19:45 南京律师团
19:50 南京教育头条
20:05 金色年代
20:15 纪录片时间
20:55 健康大讲堂
21:30 南来北往
(10~11)

●生活频道

10:20 好事成双
(13~18)
17:35 消费向导
17:59 标点家装
18:30 标点
19:00 标点说房
19:20 南京第一家装
19:50 标点健康
20:20 智斗星
21:20 标点家装

●文旅频道

12:45 诗歌地图
18:20 南京体育头条

18:35 光影纪录
19:05 诗歌地图
19:10 南京Walk
19:20 国宝时刻
19:25 心动的旅行
19:40 光影纪录
20:40 诗歌地图
20:45 金陵怀古
20:55 南京Walk
21:05 国宝时刻
21:10 南京

中央电视台

●综合频道

12:00 新闻30分
12:35 今日说法
13:13 九个弹孔
17:17 第一动画乐园
17:34 生活圈
18:20 文脉春秋
19:00 新闻联播
19:38 焦点访谈
20:06 专题节目
21:00 特约剧场
22:00 晚间新闻
22:35 大宋词人传

●财经频道

12:00 天下财经
13:31 回家吃饭
15:30 生财有道
17:40 城市烟火
18:30 回家吃饭
19:30 消费主张
20:00 经济半小时
21:56 大河之北
22:41 晋在眼前

●综艺频道

11:30 开门大吉
17:39 综艺喜乐汇
18:39 开门大吉
20:00 全民畅舞
21:21 综艺喜乐汇
23:16 南来北往

●国际频道

11:30 海峡两岸
13:03 春晖
16:59 平凡匠心
17:15 远方的家
18:30 中国文艺
19:30 今日亚洲
20:00 国家记忆
21:30 今日关注
22:00 走遍中国
23:03 青山是故乡

●体育频道

9:00 2026世界杯1/4决赛
10:31 2026年中国男篮热身赛杭州站
12:35 艺术里的奥林匹克
12:58 2026年世界泳联花样游泳世界杯总决赛
14:00 2026年国际体联蹦床世界杯阿罗萨站
15:00 2026年世界男排联赛美国站
16:30 2026年温布尔登网球锦标赛女单

决赛
18:30 WTT美国大满贯2026比赛
19:30 2026中国足协杯1/8决赛
22:35 2026年世界田联钻石联赛伦敦站

●电影频道

9:00 我的战争
11:10 真水无香
13:09 不见不散
15:02 十字锁喉手
16:44 魔殿屠龙
18:30 特警云豹
20:18 夺命黄金
22:23 三大队

●国防军事频道

12:36 防务新观察
14:36 扫黑风暴
17:03 世界战史
18:02 兵器面面观
19:33 军事报道
20:09 防务新观察
21:16 军事科技
21:52 黄雀
23:35 军事纪实

●电视剧频道

8:01 隐锋(18~22)
12:46 隐身的名字
(19~22)
16:35 种墨园
(12~14)
19:30 九个弹孔
(27~28)
21:24 小芳(17~

18);岁月有情时
(21)
23:57 雪迷宫
(18~23)

●科教频道

12:00 百家讲坛
17:26 地理·中国
18:05 健康之路
18:54 味道
19:32 自然传奇
20:32 探索·发现
21:20 创新进行时
21:48 大千世界
23:12 时尚科技秀

●戏曲频道

8:32 豫剧《花枪缘》专辑
9:14 豫剧电影《朝阳沟》
11:15 南洋女儿情
12:56 戏韵风华 星耀合肥——中央广播电视总台首届戏曲知音大会
14:20 越剧《红楼梦》
17:13 藏海传
19:00 豫剧《花枪缘》专辑

●新闻频道

19:30 三笑
21:31 承欢记
12:34 法治在线
18:00 共同关注
19:39 焦点访谈

20:00 东方时空
21:30 新闻1+1
22:00 国际时讯
22:30 环球视线
23:00 24小时

●少儿频道

12:00 动漫世界
14:05 动画大放映
17:15 智力快车
18:00 智慧树
18:35 动画大放映
21:50 一起“趣”观赛
23:52 问苍茫

河北卫视

19:34 好好的时光
21:09 大决战

浙江卫视

19:30 中国蓝剧场
21:10 今日评说

安徽卫视

19:30 种墨园
22:45 新安夜空

四川卫视

19:35 秋蝉
21:20 川菜开放日

山东卫视

19:30 八千里路云和月
21:30 纪录中国

江西卫视

19:35 大生意人
21:30 传奇故事