

奔牛初级中学延迟开学期间的学校线上导学方案

一、指导思想

根据上级部门的要求，我校 2020 年春季学期开学时间由原定的 2 月 10 日暂延至 3 月 1 日。为了保证学生在家学习的有序、有规、有效，遵照市区教育局要求，结合我校实际情况特制定奔牛初级中学学生“在家在线”导学实施方案。

二、组织领导

成立奔牛初级中学延迟开学线上导学领导小组

组长：陈卫元

副组长：文金铭、陈志伟

组 员：吴燕、周峻、尤建萍

七年级：尤建萍、贺俊、汤建中

八年级：周峻、潘灵娟、戎爱香

九年级：吴燕、刘福明、王建龙

以年级为主体各班主任要以班级为单位，组织任课教师通过电话、微信、QQ 等围绕学习任务布置、学习时间安排、学习方法指导、学习评价等内容，组织严密督查，确保学习任务布置到位、学习时间安排合理、学习方法指导有效，学习评价及时。

三、工作安排

（一）完成好原寒假学习手册必修和选修作业的检查 and 订正工作

1、通过 QQ 班级订正好我校寒假指导手册规定必修作业

根据我校寒假指导手册所规定必修学习任务，班主任老师指导协调好班级 QQ 群，有计划的公布各学科作业答案，学生对照答案用红笔进行校对更正。对于有疑惑的题目该学科老师在班级 QQ 群里答疑，或者学生通过微信和电话与老师互动答疑。为确保学习效果，每门功课订正结束家长签名反馈到班级群。该项工作在 2 月 3 号完成，教导处将进行督查统计完成情况，纳入学校教学常规考核中。

2、上传好我校寒假指导手册选修作业

根据我校寒假指导手册所规定选修学习任务，班主任通过 QQ 群有计划有步骤让学生上传寒假选修作业。选修作业有：（1）“缤纷冬日”系列活动二选一（写春联猜灯谜、个性化邮册设计），（2）“感恩”活动——“我爱我家”感恩体验活动材料，（3）“最美读者”读书征文材料，（4）地理生物的探究性学习材料，（5）寒假 1 月 18 日-2 月 8 日的体育锻炼记载表（原寒假体育锻炼计划）。班主任就选修作业中优秀作品进行班级 QQ 展示和点评活动，共同评选优秀作品。

（二）科学合理高效的安排好寒假延迟学习任务

1、学校指定性学习任务，开展线上导学

（1）各学科由备课组长负责在 1 月 31 号前制定好本学科延迟开学学生预复习学习任务，微课、课件资源，报年级分管小组预审后报学校导学领导小组同意后通过班级 QQ 或者微信群发布给学生。

（2）各班主任协调好任课教师，在班级群提前公布各学科作业完成时间进度表和任课教师答疑时间表，分学科、分时段向学生发送学习任务，及时进行作业批阅，并做好统计和家校联系工作，确保学习的

有效性，特别是九年级的教师要做好精选精练和精心指导工作，各年级领导小组要通过线上平台加强督促和检查。

2、线上选择性学习：

在延迟开学期间，积极引导学生在家如在校、休息不休学，充分利用省“名师空中课堂”、我市“青果在线”、“教学新视野（微学习）”等平台，根据学校的学科教学计划、进度要求，合理的选择网络资源，有效指导学生在家在线自主学习。

（1）指导学生进行“名师空中课堂”平台使用：

告知并指导好学生、家长可以通过有线端、电脑端、手机端登录省名师空中课堂学习及在线提问（支持小学、初中、高中学段在籍学生）。

有线端：江苏有线电视 4K 新机顶盒、紫色版新界面、绿色版云媒体界面用户可利用电视进行在线学习和电话提问。

电脑端：用注册的手机号登录，进行在线学习和在线提问。

<https://mskzkt.jse.edu.cn>

手机端：注册过的用户直接进入名师空中课堂平台应用；未注册用户，可用微信扫描下方二维码 1 进行注册，注册时需要填写学生学籍号，系统开放时间为每天上午 9 点到下午 5 点。

（2）指导学生进行“青果在线”平台使用

网址：<http://www.iqingguo.cn/home>

（3）指导学生进行“教学新视野（微学习）”平台使用

网址：<http://weikel.czerc.com/Default.aspx>

（三）班主任通过 QQ 或者微信电话等线上线下渠道加强延迟开学期间学生的思想工作，进行必要的提醒和督促

1、告知学生在这个特殊时期，同学们大多“宅”在家里，应不断提高自身体能，以增强身体免疫能力，从而远离病毒侵害，继续按照寒假指导手册上的体育锻炼要求继续锻炼并做好记载工作。

2、做一名懂事感恩的好少年

同学们在家要学会照顾自己的生活，分担家庭任务，共担家庭责任，做力所能及的家务，整理房间、洗碗、拖地、洗衣服鞋袜，学做简单的饭菜……既培养独立生活的能力，又增强责任担当，体验成长的快乐。

3、继续开展“最美读者”读书活动

同学们可以根据老师推荐的书籍，认真做好读书笔记；也可以观看有意义的影片、电视节目等感受经典魅力，积淀文化底蕴，提升人文素养；还可以利用最新技术，登陆网上博物馆，增加自己的知识储备。

4、新冠病毒研究性学习新命题

在这场疫情阻击战中，同学们感触最深的是什么？是新冠病毒的宿主？是抗击疫情的英雄？是国家一系列举措的意义？……选择你感兴趣的话题，广查资料，深入思考，细致研究，挖掘身边的研究性学习资源。

5、加大疾控宣传力度，积极预防

班主任要通过班级微信群及时向学生传达国家官方公布的疫情防控情况，目的是引起高度重视。及时向学生宣传新型冠状病毒感染肺炎的预防常识和防控措施，自觉做到不走亲访友、不聚会聚餐，勤通风、勤洗手、戴口罩等讲究卫生的良好习惯。

常州市新北区奔牛初级中学



2020年2月7日

奔牛初中九年级 2 月 10 日~2 月 18 日课程安排表

日期	上课时间	学科	课程内容
2 月 10 日	8:00—8:50	语文	背读九下古诗词，名著阅读。
	9:00—9:50	数学	预习第六章二次函数 1
	10:00— 10:50	英语	背好口语，预习 9B 第 1 单元的单词
	13:30— 14:20	物理	预习第 16 章 1，并完成课时作业上的练习
	14:30— 15:20	化学	预习第八章 1
	15:30— 16:20	道法	复习九上 3-4 单元知识
2 月 11 日	8:00—8:50	语文	背读九下古诗词，完成 19 年 13 市语文中考卷 1 套。
	9:00—9:50	数学	预习第六章二次函数 2
	10:00— 10:50	英语	背好口语，预习 9B 第 2 单元的单词
	13:30— 14:20	物理	预习第 16 章 2，并完成课时作业上的练习

	14:30— 15:20	化学	预习第八章 2
	15:30— 16:20	历史	预习九年级《世界历史》下册第二单元
2 月 12 日	8:00—8:50	语文	背读九下古诗词，理解诵读文言文，完成文后练习题。
	9:00—9:50	数学	预习第六章二次函数 3
	10:00— 10:50	英语	背好口语，预习 9B 第 3 单元的单词
	13:30— 14:20	物理	预习第 16 章 3，并完成课时作业上的练习
	14:30— 15:20	化学	预习第八章 3
	15:30— 16:20	道法	预习九下 1 个单元。
2 月 13 日	8:00—8:50	语文	背读九下古诗词，理解诵读文言文，完成文后练习题。
	9:00—9:50	数学	预习第六章二次函数 4
	10:00— 10:50	英语	背好口语，预习 9B 第 4 单元的单词

	13:30— 14:20	物理	预习第 17 章 1，并完成课时作业上的练习
	14:30— 15:20	化学	梳理出第八章知识网络图，重点记忆相关知识点。
	15:30— 16:20	历史	预习九年级《世界历史》下册第三单元
2 月 14 日	8:00—8:50	语文	完成 19 年 13 市语文中考卷 1 套。
	9:00—9:50	数学	预习第六章二次函数 5
	10:00— 10:50	英语	背好口语，自主归纳单元重点词汇、句型。
	13:30— 14:20	物理	预习第 17 章 2，并完成课时作业上的练习
	14:30— 15:20	化学	预习第九章 1
	15:30— 16:20	道法	预习九下第 2 个单元。
2 月 15 日	8:00—8:50	语文	背读九下古诗词，理解诵读文言文，完成文后练习题。
	9:00—9:50	数学	预习第六章二次函数 6

	10:00— 10:50	英语	背好口语，自主完成去年 13 大市的中考阅读理解试题。
	13:30— 14:20	物理	预习第 17 章 3，并完成课时作业上的练习
	14:30— 15:20	化学	预习第九章 2
	15:30— 16:20	历史	完成全品两个单元的一课一练
2 月 16 日	8:00—8:50	语文	完成 19 年 13 市语文中考卷 1 套。
	9:00—9:50	数学	预习第六章二次函数 6
	10:00— 10:50	英语	背好口语，自主完成去年 13 大市的中考阅读理解试题。
	13:30— 14:20	物理	预习第 17 章 4，并完成课时作业上的练习。
	14:30— 15:20	化学	梳理出第九章知识网络图，重点记忆相关知识点。
	16:30— 17:20	道法、历史	复习中考解题思路，反思期末试卷出现问题；完成全品单元综合练习。

2 月 17 日	8:00—8:50	语文	背诵《鱼我所欲也》的课文解释翻译
	9:00—9:50	数学	5.1 二次函数
	10:00— 10:50	英语	1. 继续背口语 2. 预习 9B 下 (unit1 reading) 3. 自己默写 9Aunit1 的单词和词组一遍;复习课堂知识点和语法
	13:30— 14:20	物理	复习八年级(上)声现象(声音的产生和传播及声音的特性)
2 月 18 日	14:30— 15:20	化学	组成物质的化学元素
	15:30— 16:00	道法	复习七上,第 3,5 两课,读十五分钟,理清,写出知识提纲。
	16:10— 16:30	历史	预习第三单元:第 8 课 第一次世界大战:1. 知道“三国同盟”和“三国协约”、萨拉热窝事件、凡尔登战役等;2. 分析第一次世界大战爆发的原因,了解世

2 月 19 日

		界大战给人类社会带来的巨大灾难。
8:00—8:50	语文	做中考卷《南京卷》1—12 题，第 6 题不做。
9:00—9:50	数学	5.2 二次函数的图像与性质(1)
10:00— 10:50	英语	1. 继续背口语 2. 预习 9B 下 (unit1 Grammar) 3. 自己默写 9Aunit2 的单词和词组一遍；复习课堂知识点和语法
13:30— 14:20	物理	复习八年级（上）声现象（人耳听不到的声音、噪声的控制）
14:30— 15:20	化学	物质的组成
15:30— 16:00	道法	复习七上，第 6,7 两课，读十五分钟，理清知识点，写出知识提纲。
16:10— 16:30	历史	预习第 9 课 列宁与十月革命： 1. 了解列宁；2. 知道彼得格勒武装起义（即十月革命）的时间、经过、性质及影响；3. 理

2 月 20 日

		解列宁领导的世界上第一个社会主义国家诞生的重要历史意义。
8:00—8:50	语文	背诵《唐雎不辱使命》的课文解释翻译
9:00—9:50	数学	5.2 二次函数的图像与性质(2)
10:00— 10:50	英语	1. 继续背口语 2. 预习 9B 下 (unit2 reading) 3. 自己默写 9Aunit3 的单词和词组一遍;复习课堂知识点和语法
13:30— 14:20	物理	复习八年级(上)物态变化(汽化、液化)
14:30— 15:20	化学	燃烧、灭火及其应用
15:30— 16:00	道法	复习七上, 第 9 课及七下第 3 课, 读十五分钟, 理清知识点, 写出知识提纲。
16:10— 16:30	历史	预习第 10 课 《凡尔赛条约》和《九国公约》: 1. 了解《凡尔赛条约》《九国公约》的基本内

2 月 21 日

		容; 2. 知道以《凡尔赛条约》《九国公约》为基础, 战胜国在一战后建立了战后世界的新秩序即凡尔赛—华盛顿体系。
8:00—8:50	语文	做中考卷《南京卷》13—18 题
9:00—9:50	数学	5.2 二次函数的图像与性质(3)
10:00— 10:50	英语	1. 继续背口语 2. 预习 9B 下 (unit2 Grammar) 3. 自己默写 9A unit4 的单词和词组一遍; 复习课堂知识点和语法
13:30— 14:20	物理	复习八年级(上)物态变化(溶化、凝固)
14:30— 15:20	化学	物质的组成
15:30— 16:00	道法	复习七下 4,8 两课, 读十五分钟, 理清知识点, 写出知识提纲。
16:10— 16:30	历史	预习: 第 11 课 苏联的社会主义建设: 1. 掌握列宁提出的新经济政策相关知识点; 2. 斯大

2 月 22 日			林模式，重点是知道苏联社会主义工业化和农业集体化，了解苏联社会主义建设的成就和主要问题（即评价斯大林模式）。
	8:00—8:50	语文	背诵《送东阳马生序》的课文解释翻译
	9:00—9:50	数学	5.2 二次函数的图像与性质(4)
	10:00— 10:50	英语	1. 继续背口语 2. 预习 9B 下 (unit3 welcome to the unit) 3. 自己默写 9Aunit5 的单词和词组一遍；复习课堂知识点和语法
	13:30— 14:20	物理	复习八年级（上）物态变化（水循环）
	14:30— 15:20	化学	燃烧、灭火及其应用
	15:30— 16:00	道法	复习七下第 9 课，及八上第二课，读十五分钟，理清知识点，写出知识提纲。

2 月 23 日

16:10— 16:30	历史	预习：第 12 课 亚非拉民族民主运动的高涨：1. 知道甘地领导的印度非暴力不合作运动，了解印度人民争取民族独立斗争的特点；2. 埃及华夫脱运动；3. 墨西哥卡德纳斯改革。
8:00—8:50	语文	做中考卷《苏州卷》1—10 题，第 3 题中的第 2 小题不做
9:00—9:50	数学	5.2 二次函数的图像与性质复习课
10:00— 10:50	英语	1. 继续背口语 2. 预习 9B 下 (unit3 reading) 3. 自己默写 9Aunit6 的单词和词组一遍；复习课堂知识点和语法
13:30— 14:20	物理	复习八年级（上）光现象（光的颜色、人眼看不见的光）
14:30— 15:20	化学	质量守恒定律、化学方程式
15:30— 16:00	道法	复习八上第 3,5 两课，读十五分钟，理清知识点，写出知识提纲。

		以此类推，每天任务，八上第七课。
16:10— 16:30	历史	复习九下第一单元：1. 主要是要掌握俄国 1861 年改革、美国内战和日本明治维新这三个重大历史事件的相关知识点；2. 注意知识点的比较和前后迁移。
8:00—8:50	语文	做中考卷《苏州卷》的作文
9:00—9:50	数学	5.3 用待定系数法确定二次函数的表达式（1）
10:00— 10:50	英语	1. 继续背口语 2. 预习 9B 下 (unit3grammar) 3. 自己默写 9Aunit7 的单词和词组一遍；复习课堂知识点和语法
13:30— 14:20	物理	复习八年级（上）光现象（平面镜成像及光的反射）
14:30— 15:20	化学	根据化学方程式的计算
15:30—	道法	复习八下第 1,2,3 三课，读十

2 月 24 日

16:00		五分钟，理清知识点，写出知识提纲。 以此类推，每天任务，八上第七课。
16:10— 16:30	历史	复习九下第二单元：1. 主要是要掌握第二次工业革命；2. 注意两次工业革命知识点的比较，要知道正是因为第二次工业革命开展，导致资本主义国家之间经济政治发展不平衡，是一战爆发的根本原因。
8:00—8:50	语文	背诵词四首。背诵的参考《古诗文诵读与鉴赏》（中考必背）和电子课本
9:00—9:50	数学	5.3 用待定系数法确定二次函数的表达式（2）
10:00— 10:50	英语	1. 继续背口语 2. 预习 9B 下 (unit3task) 3. 自己默写 9Aunit8 的单词和词组一遍；复习课堂知识点和语法
13:30—	物理	复习八年级（上）光的折射（光

	14:20		的折射现象及透镜)
	14:30— 15:20	化学	金属的性质和利用
	15:30— 16:00	道法	复习八下第 4,5,6 三课, 读十五分钟, 理清知识点, 写出知识提纲。 以此类推, 每天任务, 八上第七课。
	16:10— 16:30	历史	预习: 第四单元: 第 13 课 罗斯福新政: 1. 知道 1929—1933 年经济大危机; 2. 重点掌握罗斯福“新政”的相关知识点(包括时间、人、前提、目的、主要内容、核心措施、结果、性质、评价等), 理解国家干预政策对西方经济发展的影响。
2 月 25 日	8:00—8:50	语文	做中考卷《苏州卷》11—19 题
	9:00—9:50	数学	5.4 二次函数与一元二次方程 (1)
	10:00— 10:50	英语	1. 继续背口语 2. 预习 9B 下 (unit4 welcome to the unit)

			3. 自己默写 8Bunit1--2 的单词和词组一遍；复习课堂知识点和语法
	13:30— 14:20	物理	复习八年级（上）光的折射（凸透镜成像规律及人眼、照相机、幻灯机原理）
	14:30— 15:20	化学	金属矿物、铁的冶炼、金属的防护和废金属回收
	15:30— 16:00	道法	复习八下第 8 课，九上 1,2 两课。读十五分钟，理清知识点，写出知识提纲。 以此类推，每天任务，八上第七课。
	16:10— 16:30	历史	预习：第 14 课 法西斯国家的侵略扩张：1. 了解日本对中国的侵略、纳粹德国对外扩张； 2. 知道德国、日本、意大利侵略集团是发动第二次世界大战的罪魁祸首。
2 月 26 日	8:00—8:50	语文	背诵课外古诗词诵读
	9:00—9:50	数学	5.4 二次函数与一元二次方程

		(2)
10:00— 10:50	英语	1. 继续背口语 2. 预习 9B 下 (unit4 reading) 3. 自己默写 8Bunit3--4 的单词和词组一遍；复习课堂知识点和语法
13:30— 14:20	物理	复习八年级（上）光的折射（远近视眼的成因及矫正和自找凸透镜成像的部分习题做做）
14:30— 15:20	化学	物质在水中的分散
15:30— 16:00	道法	复习九上第 2,3,4 三课，读十五分钟，理清知识点，写出知识提纲。 以此类推，每天任务，八上第七课。
16:10— 16:30	历史	预习：第 15 课 第二次世界大战：1. 知道第二次世界大战的主要进程；2. 重点掌握《联合国国家宣言》和雅尔塔会议等国际会议；3. 理解世界人民反法西斯战争的艰巨性和胜利原

			因。
2 月 27 日	8:00—8:50	语文	做中考卷《无锡卷》1—12 题
	9:00—9:50	数学	5.4 二次函数与一元二次方程 复习课
	10:00— 10:50	英语	1. 继续背口语 2. 预习 9B 下 (unit4 grammar) 3. 自己默写 8Bunit5--6 的单词和词组一 遍；复习课堂知识点和语法
	13:30— 14:20	物理	复习八年级（上）自找第一章 到第四章习题并完成
	14:30— 15:20	化学	溶液组成的表示
	15:30— 16:00	道法	复习九上第 5,6,7 三课，读十 五分钟，理清知识点，写出知 识提纲。 以此类推，每天任务，八上第 七课。
	16:10— 16:30	历史	预习：第五单元：第 16 课 冷 战：1. 知道杜鲁门主义、德国 分裂、“北约”与“华约”的成

			立等相关知识点；2. 知道随着“北约”与“华约”的成立标志着美苏“冷战”对峙局面的形成，即形成美苏两极格局。
2 月 28 日	8:00—8:50	语文	做中考卷《无锡卷》13—19 题
	9:00—9:50	数学	5.5 用二次函数解决问题（1）
	10:00— 10:50	英语	1. 继续背口语 2. 预习 9B 下 (unit4 task) 3. 自己默写 8Bunit7--8 的单词和词组一遍；复习课堂知识点和语法
	13:30— 14:20	物理	复习八年级（上）自找第一章到第四章习题并完成
	14:30— 15:20	化学	物质的溶解性
	15:30— 16:00	道法	复习九上第 8 课，九下第 4 课。读十五分钟，理清知识点，写出知识提纲。 以此类推，每天任务，八上第七课。
	16:10—	历史	预习：第 17 课 战后资本主义

	16:30		的新变化：1. 知道欧洲联合的趋势和日本经济的发展；2. 知道社会保障制度的建立；3. 初步了解战后资本主义发展的新特点：（1）国家对经济的大力干预。其实质是发达资本主义国家对生产关系的调整，是资本主义制度的自我完善；（2）第二次世界大战后，美国成为资本主义经济体系的中心（美元取代英镑；发起和筹建“关贸总协定”等）；（3）资本主义进行内部调整，进行政治、经济方面的变革，走向联合（欧共体→欧盟）；（4）资本主义外部扩张，推动经济全球化（世界贸易组织、世界银行、跨国公司）；（5）社会保障制度（“福利国家”）建立；（6）主要发达国家在 20 世纪 90 年代进入了知识经济时代。

九年级体育学科

日期	准备活动	男生锻炼项目	女生锻炼项目	锻炼目的
2月10日-2月15日 (每天40分钟)	有氧跑步 10分钟 ; 五步拳; 或其他热身如跳绳 (身体微出汗) 准备活动 约10分钟	1 原地摆臂练习、2、深蹲跳 3、波比跳 4、原地高抬腿 5、经典开合跳 6、 原地快频跑 (每个动作练习30秒练习, 间隔10秒, 继续下个动作、循环练习4组) 约15分钟		上、下肢及腰腹运动为主
		俯卧撑 30个/组*3组 8分钟内完成	俯卧撑 20个/组*3组 8分钟内完成	
		拉伸练习(上肢拉伸、坐位体前屈等) (5分钟)		
		约30分钟		
2月16日	休息一天			

2月17日-2月22日 (每天40分钟)	有氧跑步10分钟；五步拳；或其他热身如跳绳（身体微出汗）准备活动约10分钟	1、仰卧收腹举腿 2、仰卧起坐 3、 仰卧两头起 4、背起 5、平板支撑 6、仰卧左右抬腿 7、实心球徒手练习 （每个动作练习30个，间隔10秒，继续下个动作、循环练习3组） 约15分钟		拉伸及腰腹运动为主
		俯卧撑 30个/组*3组 8分钟内完成	俯卧撑 20个/组*3组 8分钟内完成	
		拉伸练习（上肢拉伸、坐位体前屈等）（5分钟）		
		约30分钟		
2月23日	休息一天			

2 月 24 日-2 月 29 日 (每天 40 分 钟)	有氧跑 步 10 分 钟; 五 步拳; 或其他	1、经典开合跳 2、收腹跳 3、 原地纵跳 4、原地高抬腿 5、原地快频跑 6、平板支撑 (每个动作练习 30 秒练习, 间隔 10 秒, 继续下个动作、循环练习 4	上、下 肢及 腰腹 运动 为主
--	-------------------------------------	--	-----------------------------

	热身如	组) 约 15 分钟		
	跳绳			
	(身体	俯卧撑	俯卧撑	
	微出	30 个/组*3 组	20 个/组*3 组	
	汗) 准	8 分钟内完成	8 分钟内完成	
	备活动	拉伸练习(上肢拉伸、坐位体前屈		
	约 10 分	等)(5 分钟)		
	钟	约 30 分钟		

注意:

1. 锻炼前一定要先做好准备活动。
2. 锻炼时动作标准, 注意安全, 避免受伤, 若锻炼时出现损伤或不适, 立刻停止并就医。
3. 锻炼结束后要做好放松活动
4. 练习的组数、次数仅供参考, 具体强度因人而异, 自我调节。
5. 如有动作不会, 请百度或咨询体育老师。家长们也可以跟着一起动起来哦!
6. 眼保健操每天也要记得做二次哦!

九年级音乐学科

时间	自主学习内容	自主学习要求	备注（资源、技术支持等）
2月10日（周一） 2月14日（周五）	1 以学习歌曲的形式表现身边的防疫英雄们 2 欣赏歌曲《在灿烂阳光下》	自主学习抗疫歌曲《最美的温暖》，能够完整地有感情的演唱歌曲。	通过酷狗，qq音乐等网络途径歌曲学习 《最美的温暖》
2月17日（周一） ----- 2月21日（周五）	1. 欣赏《自新大陆交响曲》 2 欣赏《降b小调第一协奏曲》 3 欣赏《梁祝》	1 自主学习交响音乐 认识交响乐器 2 了解德沃夏克及作品 3 了解柴可夫斯基及作品 4. 了解协奏曲的含义	学习材料和视频

2月24日（周一） ----- ---- 2月28日（周五）	1 欣赏《白毛女》《天鹅湖》《猫》 2 学习歌曲《等你回家》	1. 能辨别出歌剧，舞剧，音乐剧，并能说出其特点 2. 通过网络自学歌曲，能在家人的面前展示，也可排成视频与他人分享	1 学习资料和视频 2 通过酷狗或者百度或者 qq 音乐学习
--	--	--	--

奔牛初中八年级 2 月 10 日~2 月 28 日课程安排表

日期	上课时间	学科	课程内容
2 月 10 日	8:00—8:50	语文	完成下发的 8 下 11 首古诗的背诵，做到会读会背会解释，并正确的默写
	9:00—9:50	数学	1、建立知识框架图，熟记每一章节后面的小结与思考中的知识点。 2、完成每一章节后面的复习与巩固的习题，做完可以与原来所做进行校对，如有错误，思考错误原因，进一步理解知识点，完善知识框架。

10:00— 10:50	英语	1、模仿朗读译牛版8上英语教材课文磁带。2、自主归纳单元重点词汇、句型。3、查漏补缺，巩固完善上学期所学教材内容。
14:00— 14:50	政史	政治：复习七下、八上基础知识笔记，复习中考题型解题思路反思期末考试问题 预习第一单元新课 历史：在线自主阅读第一、二单元，最好能打印网页图片后阅读，自主梳理知识框架（时空、背景、重大事件、影响等）。 http://www.dzkbw.com/books/rjb/lishi/8x_2018/
15:00— 15:50	物理	八年级苏教版下册 1、物体的质量 空中课堂“点播课堂”

	16:00— 16:50	活动	在家完成，跳绳，俯卧撑等
2 月 11 日	8:00—8:50	语文	完成下发的 8 下 11 首古诗的背诵，做到会读会背会解释，并正确的默写
	9:00—9:50	数学	1、建立知识框架图，熟记每一章节后面的小结与思考中的知识点。 2、完成每一章节后面的复习与巩固的习题，做完可以与原来所做进行校对，如有错误，思考错误原因，进一步理解知识点，完善知识框架。
	10:00— 10:50	英语	1、模仿朗读译牛版 8 上英语教材课文磁带。2、自主归纳单元重点词汇、句型。3、查漏补缺，巩固完善上学期所学教材内容。
	14:00— 14:50	政史	政治：复习七下、八上基础知识笔记，复习中考题型解题思路反思期末考试问题

			预习第一单元新课 历史：在线自主阅读第一、二单元，最好能打印网页图片后阅读，自主梳理知识框架（时空、背景、重大事件、影响等）。 http://www.dzkbw.com/books/rjb/lishi/8x_2018/
	15:00— 15:50	物理	八年级苏教版下册 1、物体的质量 空中课堂“点播课堂”
	16:00— 16:50	活动	在家完成，跳绳，俯卧撑等
2 月 12 日	8:00—8:50	语文	完成下发的 8 下 11 首古诗的背诵，做到会读会背会解释，并正确的默写
	9:00—9:50	数学	1、建立知识框架图，熟记每一章节后面的小结与思考中的知识点。 2、完成每一章节后面的复习与

		巩固的习题，做完可以与原来所做进行校对，如有错误，思考错误原因，进一步理解知识点，完善知识框架。
10:00— 10:50	英语	1、模仿朗读译牛版8上英语教材课文磁带。2、自主归纳单元重点词汇、句型。3、查漏补缺，巩固完善上学期所学教材内容。
14:00— 14:50	政史	政治：复习七下、八上基础知识笔记，复习中考题型解题思路反思期末考试问题 预习第一单元新课 历史：在线自主阅读第一、二单元，最好能打印网页图片后阅读，自主梳理知识框架（时空、背景、重大事件、影响等）。 http://www.dzkbw.com/books/rjb/lishi/8x_2018/
15:00— 15:50	物理	八年级苏教版下册 1、物体的质量

2 月 13 日			空中课堂“点播课堂”
	16:00— 16:50	活动	在家完成，跳绳，俯卧撑等
	8:00—8:50	语文	完成下发的 8 下 11 首古诗的背诵，做到会读会背会解释，并正确的默写
	9:00—9:50	数学	1、建立知识框架图，熟记每一章节后面的小结与思考中的知识点。 2、完成每一章节后面的复习与巩固的习题，做完可以与原来所做进行校对，如有错误，思考错误原因，进一步理解知识点，完善知识框架。
	10:00— 10:50	英语	预习并背诵译牛版 8 下英语教材 Unit 1 单词
	14:00— 14:50	政史	政治：复习七下、八上基础知识笔记，复习中考题型解题思路反思期末考试问题 预习第一单元新课

			历史：在线自主阅读第一、二单元，最好能打印网页图片后阅读，自主梳理知识框架（时空、背景、重大事件、影响等）。 http://www.dzkbw.com/books/rjb/lishi/8x_2018/
	15:00— 15:50	物理	八年级苏教版下册 2、质量 空中课堂“点播课堂”
	16:00— 16:50	活动	在家完成，跳绳，俯卧撑等
2 月 14 日	8:00—8:50	语文	完成下发的 8 下 11 首古诗的背诵，做到会读会背会解释，并正确的默写
	9:00—9:50	数学	1、建立知识框架图，熟记每一章节后面的小结与思考中的知识点。 2、完成每一章节后面的复习与巩固的习题，做完可以与原来所做进行校对，如有错误，思考错误原因，进一步理解知识

			点，完善知识框架。
	10:00— 10:50	英语	预习并背诵译牛版8下英语教材Unit 2 单词
	14:00— 14:50	政史	政治：收看新闻联播，法治在线、道德观察等专题节目 八年级学生阅读宪法（网上下载电子版） 历史：在线自主阅读第一、二单元，最好能打印网页图片后阅读，自主梳理知识框架（时空、背景、重大事件、影响等）。 http://www.dzkbw.com/books/rjb/lishi/8x_2018/
	15:00— 15:50	物理	八年级苏教版下册2、质量 空中课堂“点播课堂”
	16:00— 16:50	活动	在家完成，跳绳，俯卧撑等
2月15日	8:00—8:50	语文	完成下发的8下11首古诗的背诵，做到会读会背会解释，并正确的默写

9:00—9:50	数学	1、建立知识框架图，熟记每一章节后面的小结与思考中的知识点。 2、完成每一章节后面的复习与巩固的习题，做完可以与原来所做进行校对，如有错误，思考错误原因，进一步理解知识点，完善知识框架。
10:00— 10:50	英语	预习并背诵译牛版 8 下英语教材 Unit 3 单词
14:00— 14:50	政史	政治：收看新闻联播，法治在线、道德观察等专题节目 八年级学生阅读宪法（网上下载电子版） 历史：在线自主阅读第一、二单元，最好能打印网页图片后阅读，自主梳理知识框架（时空、背景、重大事件、影响等）。 http://www.dzkbw.com/books/rjb/lishi/8x_2018/
15:00—	物理	八年级苏教版下册 2、质量

2月16日	15:50		空中课堂“点播课堂”
	16:00— 16:50	活动	在家完成，跳绳，俯卧撑等
	8:00—8:50	语文	完成下发的8下11首古诗的背诵，做到会读会背会解释，并正确的默写
	9:00—9:50	数学	1、建立知识框架图，熟记每一章节后面的小结与思考中的知识点。 2、完成每一章节后面的复习与巩固的习题，做完可以与原来所做进行校对，如有错误，思考错误原因，进一步理解知识点，完善知识框架。
	10:00— 10:50	英语	预习并背诵译牛版8下英语教材Unit 4单词
	14:00— 14:50	政史	政治：收看新闻联播，法治在线、道德观察等专题节目 八年级学生阅读宪法（网上下载电子版）

			历史：在线自主阅读第一、二单元，最好能打印网页图片后阅读，自主梳理知识框架（时空、背景、重大事件、影响等）。 http://www.dzkbw.com/books/rjb/lishi/8x_2018/
	15:00— 15:50	物理	八年级苏教版下册 2、质量 空中课堂“点播课堂”
	16:00— 16:50	活动	在家完成，跳绳，俯卧撑等

2月17日 2月18日	8:00—8:50	语文	背诵第九课《桃花源记》和第十课《小石潭记》课文及翻译。
	9:00—9:50	数学	1：认真复习八上内容，开学考试。 2：预习八下中心对称图形。开学抽各种中心对称图形的性质和判定
	10:00—10:50	英语	1. 熟读并背诵 8 下 U5, U6 单词

		和课文(单词每个抄 4 遍) 2. 继续做《时文阅读》(一次做 4—5 篇) 3. 复习 8 上 U1—U8 单词, 词组, 笔记
14:00—14:50	政史	政治: 收集奋战在一线的真英雄的感人故事 历史. 预习第一课, 读背第一课提纲 http://www.dzkbw.com/books/rjb/lishi/8x_2018/
15:00—15:50	物理	八年级苏教版下册 3、用天平测物体的质量 4、质量 空中课堂“点播课堂”
16:00—16:50	活动	在家完成, 跳绳, 俯卧撑等
8:00—8:50	语文	背诵第九课《桃花源记》和第十课《小石潭记》课文及翻译。

2月19日

9:00—9:50	数学	1: 认真复习八上内容, 开学考试。 2: 预习八下中心对称图形。开学抽各种中心对称图形的性质和判定
10:00—10:50	英语	1. 熟读并背诵 8 下 U5, U6 单词和课文(单词每个抄 4 遍) 2. 继续做《时文阅读》(一次做 4—5 篇) 3. 复习 8 上 U1—U8 单词, 词组, 笔记
14:00—14:50	政史	政治复习第七课、第八课 历史: . 预习第一课, 读背第一课 提 纲 http://www.dzkbw.com/books/rjb/lishi/8x_2018/
15:00—15:50	物理	八年级苏教版下册 3、用天平测物体的质量 4、质量

2月20日

		空中课堂“点播课堂”
16:00—16:50	活动	在家完成，跳绳，俯卧撑等
8:00—8:50	语文	背诵第九课《桃花源记》和第十课《小石潭记》课文及翻译。
9:00—9:50	数学	1: 认真复习八上内容，开学考试。 2: 预习八下中心对称图形。开学抽各种中心对称图形的性质和判定
10:00—10:50	英语	1. 熟读并背诵8下U5, U6单词和课文(单词每个抄4遍) 2. 继续做《时文阅读》(一次做4—5篇) 3. 复习8上U1—U8单词, 词组, 笔记
14:00—14:50	政史	政治: 关注武汉雷神山、火神山医院的相关信息, 思考举世瞩目的“奇迹”拔地而起的原因

2 月 21 日

		历史：预习第二课，读背第二课提纲 http://www.dzkbw.com/books/rjb/lishi/8x_2018/
15:00—15:50	物理	八年级苏教版下册 3、用天平测物体的质量 4、质量 空中课堂“点播课堂”
16:00—16:50	活动	在家完成，跳绳，俯卧撑等
8:00—8:50	语文	背诵第九课《桃花源记》和第十课《小石潭记》课文及翻译。
9:00—9:50	数学	1：认真复习八上内容，开学考试。 2：预习八下中心对称图形。开学抽各种中心对称图形的性质和判定
10:00—10:50	英语	1. 熟读并背诵 8 下 U5, U6 单词和课文(单词每个抄 4 遍) 2. 继续做《时文阅读》(一次做

2 月 22 日

		4—5 篇) 3. 复习 8 上 U1—U8 单词, 词组, 笔记
14:00—14:50	政史	政治: 复习第九课、第十课, 1、 读两课知识点 15 分钟 2、简单罗列两课知识点提纲 历史: 预习第二课, 读背第二课提纲 http://www.dzkbw.com/books/rjb/lishi/8x_2018/
15:00—15:50	物理	八年级苏教版下册 5、测物体的质量 6、物质的密度 空中课堂“点播课堂”
16:00—16:50	活动	在家完成, 跳绳, 俯卧撑等
8:00—8:50	语文	背诵第九课《桃花源记》和第十课《小石潭记》课文及翻译。
9:00—9:50	数学	1: 认真复习八上内容, 开学考试。 2: 预习八下中心对称图形。开学抽各种中心对称图形的性质

		和判定
10:00—10:50	英语	1. 熟读并背诵 8 下 U5, U6 单词和课文(单词每个抄 4 遍) 2. 继续做《时文阅读》(一次做 4—5 篇) 3. 复习 8 上 U1—U8 单词, 词组, 笔记
14:00—14:50	政史	政治: 关注时政新闻, 写一则时政评论 历史: 预习第三课, 读背第三课提纲 http://www.dzkbw.com/books/rjb/lishi/8x_2018/
15:00—15:50	物理	八年级苏教版下册 5、测物体的质量 6、物质的密度 空中课堂“点播课堂”
16:00—16:50	活动	在家完成, 跳绳, 俯卧撑等
8:00—8:50	语文	背诵第九课《桃花源记》和第十课《小石潭记》课文及翻译。

2月23日

9:00—9:50	数学	1: 认真复习八上内容, 开学考试。 2: 预习八下中心对称图形。开学抽各种中心对称图形的性质和判定
10:00—10:50	英语	1. 熟读并背诵 8 下 U5, U6 单词和课文(单词每个抄 4 遍) 2. 继续做《时文阅读》(一次做 4—5 篇) 3. 复习 8 上 U1—U8 单词, 词组, 笔记
14:00—14:50	政史	政治: 预习八下第一课公民权利的保障书 历史:: 预习第三课, 读背第三课提纲\
15:00—15:50	物理	八年级苏教版下册 5、测物体的质量 6、物质的密度 空中课堂“点播课堂”
16:00—16:50	活动	在家完成, 跳绳, 俯卧撑等

8:00—8:50	语文	背诵第九课《桃花源记》和第十课《小石潭记》课文及翻译。
9:00—9:50	数学	1: 认真复习八上内容, 开学考试。 2: 预习八下中心对称图形。开学抽各种中心对称图形的性质和判定
10:00—10:50	英语	1. 熟读并背诵 8 下 U5, U6 单词和课文(单词每个抄 4 遍) 2. 继续做《时文阅读》(一次做 4—5 篇) 3. 复习 8 上 U1—U8 单词, 词组, 笔记
14:00—14:50	政史	政治: 预习八下第一课公民权利的保障书 历史: . 预习第四课, 读背第四课提纲 http://www.dzkbw.com/books/rjb/lishi/8x_2018/
15:00—15:50	物理	八年级苏教版下册

2 月 24 日			5、测物体的质量 6、物质的密度 空中课堂“点播课堂”
	16:00—16:50	活动	在家完成，跳绳，俯卧撑等
	8:00—8:50	语文	背诵第九课《桃花源记》和第十课《小石潭记》课文及翻译。
	9:00—9:50	数学	1: 认真复习八上内容，开学考试。 2: 预习八下中心对称图形。开学抽各种中心对称图形的性质和判定
	10:00—10:50	英语	1. 熟读并背诵 8 下 U5, U6 单词和课文(单词每个抄 4 遍) 2. 继续做《时文阅读》(一次做 4—5 篇) 3. 复习 8 上 U1—U8 单词，词组，笔记
	14:00—14:50	政史	政治：熟读中华人民共和国宪法 历史：预习第五课，读背第五

			课提纲 http://www.dzkbw.com/books/rjb/lishi/8x_2018/
	15:00—15:50	物理	八年级苏教版下册 7、密度——密度的测量 8、物质的密度 空中课堂“点播课堂”
	16:00—16:50	活动	在家完成，跳绳，俯卧撑等
2 月 25 日	8:00—8:50	语文	背诵第九课《桃花源记》和第十课《小石潭记》课文及翻译。
	9:00—9:50	数学	1: 认真复习八上内容，开学考试。 2: 预习八下中心对称图形。开学抽各种中心对称图形的性质和判定
	10:00—10:50	英语	1. 熟读并背诵 8 下 U5, U6 单词和课文(单词每个抄 4 遍) 2. 继续做《时文阅读》(一次做 4—5 篇) 3. 复习 8 上 U1—U8 单词，词

			组，笔记
	14:00—14:50	政史	政治：预习八下第一课国家尊重和保障权 历史：预习第五课，读背第五课提纲 http://www.dzkbw.com/books/rjb/lishi/8x_2018/
	15:00—15:50	物理	八年级苏教版下册 7、密度——密度的测量 8、物质的密度 空中课堂“点播课堂”
	16:00—16:50	活动	在家完成，跳绳，俯卧撑等
2月26日	8:00—8:50	语文	背诵第九课《桃花源记》和第十课《小石潭记》课文及翻译。
	9:00—9:50	数学	1：认真复习八上内容，开学考试。 2：预习八下中心对称图形。开学抽各种中心对称图形的性质和判定
	10:00—10:50	英语	1. 熟读并背诵8下U5, U6单词

			和课文(单词每个抄 4 遍) 2. 继续做《时文阅读》(一次做 4—5 篇) 3. 复习 8 上 U1—U8 单词, 词组, 笔记
	14:00—14:50	政史	政治: 熟读中华人民共和国宪法 历史: . 预习第六课读, 背第六课提纲 http://www.dzkbw.com/books/rjb/lishi/8x_2018/
	15:00—15:50	物理	八年级苏教版下册 7、密度——密度的测量 8、物质的密度 空中课堂“点播课堂”
	16:00—16:50	活动	在家完成, 跳绳, 俯卧撑等
2 月 27 日	8:00—8:50	语文	背诵第九课《桃花源记》和第十课《小石潭记》课文及翻译。
	9:00—9:50	数学	1: 认真复习八上内容, 开学考试。 2: 预习八下中心对称图形。开

		学抽各种中心对称图形的性质和判定
10:00—10:50	英语	1. 熟读并背诵 8 下 U5, U6 单词和课文(单词每个抄 4 遍) 2. 继续做《时文阅读》(一次做 4—5 篇) 3. 复习 8 上 U1—U8 单词, 词组, 笔记
14:00—14:50	政史	政治: 预习八下第二课 历史: . 预习第六课读, 背第六课提纲 http://www.dzkbw.com/books/rjb/lishi/8x_2018/
15:00—15:50	物理	八年级苏教版下册 7、密度——密度的测量 8、物质的密度 空中课堂“点播课堂”
16:00—16:50	活动	在家完成, 跳绳, 俯卧撑等

八年级音乐

时间	自主学习内容	自主学习要求	备注（资源、技术支持等）
2月10 （周一） --- 2月14 （周五）	学唱 《我们心在一起》	为在一线工作的伟大医护人员致敬，相信我们一定会共渡难关！学唱并能用录唱软件录音。也可以拍成短视频分享宣传，让我们共渡难关！中国加油！	软件：全民K歌 唱吧 抖音 等
2月15 （周六） ----- 2月16 （周日）	可聆听观看自己感兴趣的音乐作品或者视频	培养一个聆听的习惯，可以在下学期的音乐课中分享	网上自行搜索
2月17 （周一） -----	欣赏聆听《花儿与少年》《上去高山望平川》《歌唱	了解民歌体裁 中山歌的分类：花儿、飞歌等。	参考资料包

2月21 (周五)	美丽的家乡》	能说出其特点	
	聆听《天堂》《富饶辽阔的阿拉善》；听辨马头琴《天堂》《嘎达梅林》；了解呼麦；聆听《年轻的朋友》；	会分辨蒙古族长调、短调；了解藏族酒歌	
	聆听《十二木卡姆》	能说出新疆传统乐器	
2月22 (周六) ----- 2月23 (周日)	可聆听观看自己感兴趣的音乐作品或者视频	培养一个聆听的习惯，可以在下学期的音乐课中分享	网上自行搜索
2月24 (周一) 2月27 (周四)	欣赏《雪球花》《在森林和原野》《五月蝉虫唱的好》《塞尔维亚理发师序曲》	了解不同的演唱形式	参考资料包

	复习《孤独的牧羊人》	了解约德尔山歌	
2月28 (周五)	欣赏观看《音乐之声》	感受其中优秀音乐作品 《DOREMI》《雪绒花》等	网上自行搜索

奔牛初中七年级2月10日~2月28日课程安排表

日期	上课时间	学科	课程内容
2月10日	8:00—9:20	语文	背诵《竹里馆》《春夜洛城闻笛》；与爸妈一起读《红岩》《创业史》
	9:40—11:00	数学	8.1 同底数幂的乘法 并完成同步练习
	13:30— 14:50	英语	1. 读背并自默Unit1单词p6—p9 2. 背默词组卷Unit1.1—20词

			组和 1-5 句子 3. 自己完成课外阅读一篇（时文阅读 7 或书虫系列）
	15:00— 15:40	政治	复习七上 1-3 课内容（书本，提纲）
	15:50— 16:30	历史	1. 画出三国两晋南北朝朝代示意图； 2. 写出七下第一单元单元主题； 3. 写出第 1 课重要知识点。
2 月 11 日	8:00—9:20	语文	背诵《逢入京使》《晚春》；与爸妈一起读《红岩》《创业史》
	9:40—11:00	数学	8.2 幂的乘方与积的乘方并完成同步练习
	13:30— 14:50	英语	1. 读背并自默 Unit1 单词 p11—p17 2. 背默词组卷 Unit1. 21—40 词组 6-10 句子 3. 自己完成课外阅读一篇（时文阅读 7 或书虫系列）
	15:00—	政治	关注当前冠状病毒肺炎的新

	15:40		闻，写1则评论（格式要求： 一、记录新闻内容；二、谈对此现象的看法（原因，意义或危害）；三、启示中学生的正确做法或倡议书）
	15:50— 16:30	历史	1. 思考隋朝与秦朝的异同点； 2. 预习第2课：写出唐太宗、武则天、唐玄宗统治前期的政策措施，以及所形成的盛世局面， 3. 思考作为统治者怎么做才会迎来盛世局面，对你的启示。
2月12日	8:00—9:20	语文	背诵《登幽州台歌》《望岳》； 与爸妈一起读《红岩》《创业史》
	9:40—11:00	数学	8.3 同底数幂的除法 并完成同步练习
	13:30— 14:50	英语	1. 背诵 unit1 Reeding(第一篇有关 Neil 的内容) 2. 背默词组卷 Unit1.41—60 词组 11-15 句子 3. 自己完成课外阅读一篇（时

			文阅读 7 或书虫系列)
	15:00— 15:40	政治	复习七上 4-6 课内容(书本提纲为主)
	15:50— 16:30	历史	预习第 3 课: 1. 写出唐朝前期经济的发展, 包括农业(知道新型生产工具)、手工业、商业(要抓住唐长安城的特征)发展; 2. 唐朝的民族关系发展; 唐朝的文学成就(唐诗)。
2 月 13 日	8:00—9:20	语文	背诵《登飞来峰》《游山西村》; 与爸妈一起读《骆驼祥子》《海底两万里》
	9:40—11:00	数学	9.1 单项式乘单项式 并完成同步练习
	13:30— 14:50	英语	1. 背诵 unit1 Reeadng(第二篇有关 Anna 的内容) 2 背默词组卷 Unit1. 61—80 词组和 16-20 句子 3. 自己完成课外阅读一篇(时文阅读 7 或书虫系列)
	15:00—	政治	完成第 2 则时政评论(格式如

	15:40		上)
	15:50— 16:30	历史	预习第4课：1. 回顾丝绸之路有关知识点；2. 写出唐朝的对外政策；3. 唐朝对外交往的特点及所对应的具体事件。
2月14日	8:00—9:20	语文	背诵《陋室铭》《爱莲说》； 与爸妈一起读《骆驼祥子》《海底两万里》。
	9:40—11:00	数学	9.2 单项式乘多项式 并完成同步练习
	13:30— 14:50	英语	1. 背诵 unit1 Reeding(第三篇有关 Stephen 的内容) 2 背默词组卷 Unit1.81—89 词组 21-30 句子 3. 自己完成课外阅读一篇（时文阅读7 或书虫系列）
	15:00— 15:40	政治	复习七上 7-8 课内容（书本提纲为主）
	15:50— 16:30	历史	预习第5课：1. 写出安史之乱爆发的原因、时间及影响，知道安史之乱是唐朝由盛转衰的

			转折点；2. 关于黄巢起义；3. 唐朝的灭亡；4. 五代十国（要知道在五代十国时期南方经济继续向前发展，为最终古代经济重心的南移起到促进作用。）
2 月 15 日	8:00—9:20	语文	背诵《木兰诗》；与爸妈一起读《骆驼祥子》《海底两万里》。
	9:40—11:00	数学	9.3 多项式乘多项式 并完成同步练习
	13:30—14:50	英语	1. 背诵 unit1 task 2 背默词组卷 Unit1. 31-35 句子 3. 自己完成课外阅读一篇（时文阅读 7 或书虫系列）
	15:00—15:40	政治	完成第三则时政评论（格式如上）
	15:50—16:30	历史	整理第一单元的预习笔记，读背有关知识点。
2 月 16 日	8:00—9:20	语文	预习第一单元
	9:40—11:00	数学	9.4 乘法公式 并完成同步练习

	13:30— 14:50	英语	1. 默写 unit1 task 2 背默词组卷 Unit1. 36-47 句子 3. 自己完成课外阅读一篇（时文阅读 7 或书虫系列）
	15:00— 15:40	政治	复习七上 9-10 课内容（书本提纲为主）
	15:50— 16:30	历史	预习第 6 课：1. 写出第二单元的单元主题；2. 写出北宋成立的相关知识点；3. 写出宋太祖强化中央集权的措施；4. 写出宋朝重文轻武政策的背景、表现及影响。

2 月 17 日	8:00— 9:20	语文	《邓稼先》内容梳理及生字
2 月 18 日	9:40— 11:00	数学	9.5 多项式的因式分解(1)完成同步练习

2月19日

13:30— 14:50	英语	4. 读背并自默 Unit2 单词 p18—p24 5. 背默词组卷 Unit2. 1—20 词组和 1-5 句子 6. 自己完成课外阅读一篇（时文阅读 7 或书虫系列）
15:00— 15:40	政治	收集奋战在一线的真英雄的感人故事
15:50— 16:30	历史	1. 读背第 6 课《北宋的政治》重要知识点； 2. 预习第 7 课：知道辽、西夏的建立；知道北宋与辽、西夏的和战关系（“澶渊之盟”）
8:00— 9:20	语文	《说和做——记闻一多先生言行片段》内容梳理及生字
9:40— 11:00	数学	9.5 多项式的因式分解(2)完成同步练习
13:30— 14:50	英语	1. 读背并自默 Unit2 单词 p25—p28 2. 背默词组卷 Unit2. 21—40 词组 6-10 句子 3. 自己完成课外阅读一篇（时文阅

2 月 20 日

		读 7 或书虫系列)
15:00— 15:40	政治	复习第七课、第八课
15:50— 16:30	历史	1. 读背第 7 课重要知识点, 要能背出北宋、辽、西夏建立的概括; 2. 预习第 8 课《金与南宋的对峙》: 金的建立及金灭辽和北宋(主要是时间); 南宋的建立; 金与南宋对峙局面的形成。
8:00— 9:20	语文	《回忆鲁迅先生(节选)》内容梳理及生字
9:40— 11:00	数学	9.5 多项式的因式分解(3)完成同步练习
13:30— 14:50	英语	3. 背诵 unit2 Reading (1-7 行) 4. 背默词组卷 Unit2. 41—60 词组 11-15 句子 2. 自己完成课外阅读一篇(时文阅读 7 或书虫系列)
15:00—	政	关注武汉雷神山、火神山医院的相

2月21日

15:40	治	关信息
15:50— 16:30	历史	复习第6—8课内容：1. 北宋、辽、西夏和金这些政权建立的时间、民族、建立者、都城；2. 这些政权之间的和战关系。
8:00— 9:20	语文	《黄河颂》、《老山界》内容梳理及生字
9:40— 11:00	数学	第9章整式乘法与因式分解练习题
13:30— 14:50	英语	1. 背诵 unit2 Reading (8-19 行) 2. 2 背默词组卷 Unit1. 61—80 词组和 16-20 句子 3. 自己完成课外阅读一篇（时文阅读 7 或书虫系列）
15:50— 16:30	历史	预习第9课《北宋经济的发展》： 1. 补充：到宋朝时我国古代经济重心已完成南移（结合上册有关内容复习）；2. 知道宋代农业、手工业、商业的发展的具体表现。
8:00— 9:20	语文	《土地的誓言》内容梳理及生字

2月22日	9:40— 11:00	数学	第9章整式乘法与因式分解 自主检测
	13:30— 14:50	英语	1. 背诵 unit2task (p28 1.2 两个 notices) 2. 背默词组卷 Unit1.81—91 词组 21-30 句子 3. 自己完成课外阅读一篇(时文阅读7 或书虫系列)
	15:00— 15:40	政治	关注时政新闻
	15:50— 16:30	历史	预习第10课《蒙古族的兴起于元朝的建立》：1. 蒙古政权的建立与灭西夏与金；2. 元朝的建立与统一(主要是时间)
	8:00— 9:20	语文	《阿长与〈山海经〉》内容梳理及生字
	9:40— 11:00	数学	7.1 探索直线平行的条件(1) 并完成同步练习
2月23日	13:30— 14:50	英语	1. 背诵 unit2 task (3.4 两个 notices) 2 背默词组卷 Unit1. 31-37 句子

2 月 24 日

		3. 自己完成课外阅读一篇（时文阅读 7 或书虫系列）
15:00— 15:40	政治	关注时政新闻
15:50— 16:30	历史	复习第 10 课有关知识点；观看央视新闻频道新闻。
8:00— 9:20	语文	《老王》、《台阶》内容梳理及生字
9:40— 11:00	数学	7.1 探索直线平行的条件(2) 完成同步练习
13:30— 14:50	英语	1. 读背并自默 Unit3 单词 p30—p32 2. 背默词组卷 Unit3. 1—20 词组和 1-5 句子 3. 自己完成课外阅读一篇（时文阅读 7 或书虫系列）
15:00— 15:40	政治	关注时政新闻
15:50— 16:30	历史	整理第一单元的预习笔记，读背有关知识点。

2月25日	8:00— 9:20	语文	《叶圣陶先生二三事》内容梳理及生字
	9:40— 11:00	数学	7.2 探索平行线的性质完成同步练习
	13:30— 14:50	英语	1. 读背并自默 Unit3 单词 p32—p41 2. 背默词组卷 Unit3. 21—40 词组 6-10 句子 3. 自己完成课外阅读一篇（时文阅读 7 或书虫系列）
	15:00— 15:40	政治	预习七下第一课 悄悄变化的我
	15:50— 16:30	历史	预习第 11 课《元朝的统治》：1. 元朝的疆域和民族融合；2. 元朝加强中央集权的重大举措——行省制度；3. 元朝对边疆地区的管辖。
	8:00— 9:20	语文	《驿路梨花》、《最苦与最乐》内容梳理及生字
2月26日	9:40— 11:00	数学	7.3 图形的平移及完成同练习

	13:30— 14:50	英语	1. 背诵 unit3 Reading (1-7 行) 2. 背默词组卷 Unit3. 41—60 词组 11-15 句子 3. 自己完成课外阅读一篇(时文阅读 7 或书虫系列)
	15:00— 15:40	政治	了解身边与我们生活息息相关的 法律文件
	15:50— 16:30	历史	复习第 11 课; 预习第 12 课《宋元 时期的都市和文化》: 1. 宋朝繁华 的都市生活; 2. 宋词和元曲; 3. 司 马光和《资治通鉴》
	8:00— 9:20	语文	《红岩》概括情节和主要人物分析
2 月 27 日	9:40— 11:00	数学	7.4 认识三角形(1) 完成同步练习
	13:30— 14:50	英语	1. 背诵 unit3 Reading (8-20 行) 2. 背默词组卷 Unit3. 61—80 词组 和 16-20 句子 3. 自己完成课外阅读一篇(时文阅 读 7 或书虫系列)
	15:00—	政治	预习七下第一课成长的不仅仅是

	15:40		身体
	15:50— 16:30	历史	复习第 12 课；预习第 13 课《宋元时期的科技与中外交通》：1. 北宋活字印刷术的发明；2. 指南针、火药的应用；3. 发达的中外交通。
	8:00— 9:20	语文	《骆驼祥子》概括情节和主要人物分析
2 月 28 日	9:40— 11:00	数学	7.4 认识三角形（2）完成同步练习
	13:30— 14:50	英语	. 背诵unit3task (p41 1.2 两小节) 2 背默词组卷 Unit3. 81—90 词组 21-30 句子 3. 自己完成课外阅读一篇（时文阅读 7 或书虫系列）
	15:00— 15:40	政治	预习七下第二课 第一框男生女生
	15:50— 16:30	历史	复习第二单元
	8:00— 9:20	语文	《海底两万里》概括情节和主要人物分析

9:40— 11:00	数学	7.5 三角形的内角和与外角和 (1) 完成同步练习
13:30— 14:50	英语	1. 背诵 unit3 task (3.4 两小节) 2. 背默词组卷 Unit3. 31-42 句子 3. 自己完成课外阅读一篇 (时文阅读 7 或书虫系列)
15:00— 15:40	政治	预习七下第二课 第二框青春萌动
15:50— 16:30	历史	整理好第一一二单元的预习提纲。

七年级音乐学科

时间	自主学习 内容	自主学习要求	备注 (资源、技术支持等)
2 月 10 日 —— 14 日	用歌声为 奋斗在疫 情第一线 的英雄们 歌曲 《我们心	在疫情面前，全 国人民众志成 城为武汉加油， 自主观看学习 歌曲	观看视频资源： https://haokan.baidu.com/v?vid=17323960036271740420&pd=bjh&fr=bjhauth&type=video

	在一起》		
2月 17日 —— 21日	1. 《音乐告诉你》舒伯特 2 《音乐告诉你》专家认为孩子适合同什么样的歌曲 3 《音乐告诉你》 贝多芬	自主观看学习	视频资源： http://tv.cntv.cn/video/C10417/bc7b810a7b7f4b6193b60a616ffcf424 http://tv.cntv.cn/video/C10361/434b3e111cc04ad1bca4f0118267e7a8
2月 24日 —— 28日	4 《音乐告诉你》 莫扎特 5. 《音乐告	自主观看学习	视频资源： http://tv.cntv.cn/video/C10417/6a5f8e817ebb4073a24a2022a16c95a3 http://tv.cntv.cn/video/C11356/4bd5c5f7455d469

	诉你》 门德尔松 6. 《音乐告 诉你》 舒 伯 特 7. 复 习 歌 曲 《我们心 在一起》		5a658c7b2138b5ced
--	--	--	-------------------

七年级体育学科

1. 锻炼前一定要先做好准备活动。
2. 锻炼时动作标准，注意安全，避免受伤，若锻炼时出现损伤或不适，立刻停止并就医。
3. 锻炼结束后要做放松练习。
4. 练习的组数、次数仅供参考，具体强度因人而异，自我调节。
5. 如有动作不会，请百度或咨询体育老师，家长们也可以跟着一起动起来哦！
6. 眼保健操也要记得每天做二次哦！

日 期	准备活动	男生锻炼项目	女生锻炼项目	锻炼目的
2 月 10 日-2 月 15 日 (每天 25 分钟)	广播操： 舞动青春；或其他热身如跳绳（身体微出汗）准备活动 约 10 分钟	1、原地摆臂练习 2、靠墙蹲 3、原地高抬腿 4、原地快频跑 （每个动作练习 20 秒练习，间隔 10 秒，继续下个动作、循环练习 4 组） 约 5 分钟		上、下肢及腰腹运动为主
		俯卧撑 20 个/组*3 组 5 分钟内完成	仰卧起坐 20 个/组*3 组 5 分钟内完成	
		拉伸练习（上肢拉伸、坐位体前屈等） （5 分钟）		
		约 15 分钟		
2 月 16 日	休息一天			

2月17日-2月22日 <
--

2月24日-2月29日 （每天25分钟）	广播操： 舞动青春；或其他热身如跳绳（身体微出汗）准备活动 约10分钟	1、收腹跳 2、前后开合跳 3、原地高抬腿 4、原地快频跑 （每个动作练习20秒练习，间隔10秒，继续下个动作、循环练习4组） 约5分钟		上、下肢及腰腹运动为主
		俯卧撑 20个/组*3组 5分钟内完成	仰卧起坐 20个/组*3组 5分钟内完成	
		拉伸练习（上肢拉伸、坐位体前屈等） （5分钟）		
		约15分钟		