

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，由于防疫的需要还要继续延迟。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 3 月 2 号以后“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。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，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 2 月 28 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27日



奔牛初中七年级 3 月 2 日~3 月 13 日课程安排表

日期	上课时间	学科	课程内容
3 月 2 日	8:00——8:30	语文	初读《邓稼先》课文，了解文章内容，体会人物精神。
	8:40——9:00	广播操	跳绳
	9:00——9:30	数学	10.2 二元一次方程组
	9:40——10:00	眼保健操	
	10:00——10:30	音乐（美术）	复习歌曲《希望与你同行》，《欢乐的啦啦歌》 音乐知识：音符，音名与唱名，切分音，波音，力度记号，演唱形式（一） 欣赏《伙伴进行曲》
	10:30——11:00	自习	
	12:00——13:10	休息	
	13:30——14:00	英语	1. 7B Unit1 Welcome 2. 完成 welcome 学案 3. 对照下发答案校对
	14:10——14:30	广播操	伸展活动操
	14:40——15:10	政治（历史）	《悄悄变化的我》
	15:20——15:40	眼保健操	
	16:00——16:30	自学	
3 月 3 日	8:00——8:30	语文	精读《邓稼先》课文思考作者运用小标题的用意以及引用《吊古战场文》和《中国男儿》的作用。
	8:40——9:00	广播操	跳绳
	9:00——9:30	数学	10.3 解二元一次方程组（1）代入法消元
	9:40——10:00	眼保健操	
	10:00——10:30	音乐（美术）	结合全国人民团结抗击疫情的感人事迹，选择自己喜欢的英雄人物作为表现对象，或者围绕家人防疫控疫的生

			活场景细节的人物形象为表现对象， 分别创作人物画 2 张。 1. 肖像画 1 张 2. 全身人物画（组画）1 张 纸张大小不限， 绘画工具不限。
	10:30——11:00	自习	
	12:00——13:10	休息	
	13:30——14:00	英语	1. 7B Unit1 Reading1 2. 完成 Reading1 学案 3. 对照下发答案校对
	14:10——14:30	广播操	核心力量
	14:40——15:10	政治（历史）	七下第 1 课：《隋朝的统一与灭亡》
	15:20——15:40	眼保健操	
	16:00——16:30	自学	
3 月 4 日	8:00——8:30	语文	1、初读《说和做》课文，理解文中的内容，体会人物的精神。 2、学习本文围绕中心选材，材料要有典型性的写法。
	8:40——9:00	广播操	跳绳
	9:00——9:30	数学	10.3 解二元一次方程组（2）（加减消元）
	9:40——10:00	眼保健操	
	10:00——10:30	音乐（美术）	歌曲《龙的传人》 音乐知识：节拍，附点音符。 欣赏：《金蛇狂舞》民乐合奏 欣赏：《红旗颂》变奏
	10:30——11:00	自习	
	12:00——13:10	休息	
	13:30——14:00	英语	1. 7B Unit1 Reading2 2. 完成 Reading2 学案 3. 对照下发答案校对
	14:10——14:30	广播操	斜撑快速高抬腿

	14:40——15:10	政治（历史）	《成长的不仅仅是身体》
	15:20——15:40	眼保健操	
	16:00——16:30	自学	
3月5日	8:00——8:30	语文	课文《回忆鲁迅先生》，学习作者善于撷取生活琐事展现人物性格的写作方法
	8:40——9:00	广播操	跳绳
	9:00——9:30	数学	10.4 三元一次方程组
	9:40——10:00	眼保健操	
	10:00——10:30	音乐（美术）	结合全国人民团结抗击疫情的感人事迹，选择自己喜欢的英雄人物作为表现对象，或者围绕家人防疫控疫的生活场景细节的人物形象为表现对象，分别创作人物画2张。 1. 肖像画1张 2. 全身人物画（组画）1张 纸张大小不限，绘画工具不限。
	10:30——11:00	自习	
	12:00——13:10	休息	
	13:30——14:00	英语	U1 课文背诵与默写1
	14:10——14:30	广播操	力量训练
	14:40——15:10	政治（历史）	七下第2课：《从“贞观之治”到“开元盛世”》
	15:20——15:40	眼保健操	
	16:00——16:30	自学	
3月6日	8:00——8:30	语文	朗读课文《孙权劝学》理解大意
	8:40——9:00	广播操	踢毽
	9:00——9:30	数学	解二元一次方程组复习、练习课
	9:40——10:00	眼保健操	
	10:00——10:30	音乐（美术）	欣赏不同风格的《茉莉花》并作比较。

			音乐知识：民歌，五声调式。 欣赏：歌剧《图兰朵》与茉莉花
	10:30——11:00	自习	
	12:00——13:10	休息	
	13:30——14:00	英语	1. 7B Unit1 Grammar1 2. 完成 Grammar1 学案 3. 对照下发答案校对
	14:10——14:30	广播操	球类自选
	14:40——15:10	政治（历史）	《男生女生》
	15:20——15:40	眼保健操	
	16:00——16:30	自学	
3 月 8 日	8:00——8:30	语文	深入学习《孙权劝学》
	8:40——9:00	广播操	踢毽
	9:00——9:30	数学	10.5 解决问题 1
	9:40——10:00	眼保健操	
	10:00——10:30	音乐（美术）	结合全国人民团结抗击疫情的感人事迹，选择自己喜欢的英雄人物作为表现对象，或者围绕家人防疫控疫的生活场景细节的人物形象为表现对象，分别创作人物画 2 张。 1. 肖像画 1 张 2. 全身人物画（组画）1 张 纸张大小不限， 绘画工具不限。
	10:30——11:00	自习	
	12:00——13:10	休息	
	13:30——14:00	英语	1. 7B Unit1 Grammar2 2. 完成 Grammar2 学案 3. 对照下发答案校对
	14:10——14:30	广播操	球类自选
	14:40——15:10	政治（历史）	七下第 3 课：《盛唐气象》
	15:20——15:40	眼保健操	

	16:00——16:30	自学	
3 月 9 日	8:00——8:30	语文	写作指导：《写出人物的精神》
	8:40——9:00	广播操	踢毽
	9:00——9:30	数学	10.5 解决问题 2
	9:40——10:00	眼保健操	
	10:00——10:30	音乐（美术）	歌曲《我和你》 音乐知识：重复与变化重复，曲式结构 欣赏：《永远的朋友》
	10:30——11:00	自习	
	12:00——13:10	休息	
	13:30——14:00	英语	1. 7B Unit1 Integrated 2. 完成 <i>Integrated</i> 学案 3. 对照下发答案校对
	14:10——14:30	广播操	
	14:40——15:10	政治（历史）	《青春萌动》
	15:20——15:40	眼保健操	
	16:00——16:30	自学	
3 月 10 日	8:00——8:30	语文	写作：《这样的人让我_____》
	8:40——9:00	广播操	球类自选
	9:00——9:30	数学	10.5 解决问题 3
	9:40——10:00	眼保健操	
	10:00——10:30	音乐（美术）	结合全国人民团结抗击疫情的感人事迹，选择自己喜欢的英雄人物作为表现对象，或者围绕家人防疫控疫的生活场景细节的人物形象为表现对象，分别创作人物画 2 张。 1. 肖像画 1 张 2. 全身人物画（组画）1 张 纸张大小不限， 绘画工具不限。

	10:30——11:00	自习	
	12:00——13:10	休息	
	13:30——14:00	英语	1. 7B Unit1 Task 2. 根据书本仿写文章 3. 对照答案校对学案
	14:10——14:30	广播操	踢毽
	14:40——15:10	政治（历史）	七下第 4 课：《唐朝的中外文化交流》
	15:20——15:40	眼保健操	
	16:00——16:30	自学	
3 月 11 日	8:00——8:30	语文	《黄河颂》
	8:40——9:00	广播操	
	9:00——9:30	数学	10.5 解决问题 4
	9:40——10:00	眼保健操	
	10:00——10:30	音乐（美术）	歌曲《念故乡》 音乐知识：曲式结构 欣赏：1. 四重唱 《思乡曲》小提琴
	10:30——11:00	自习	
	12:00——13:10	休息	
	13:30——14:00	英语	1. U1 课文背诵与默写 2 2. 完成 U1 复习学案 3. 对照下发答案校对
	14:10——14:30	广播操	球类自选
	14:40——15:10	政治（历史）	《青春飞扬》
	15:20——15:40	眼保健操	
	16:00——16:30	自学	
3 月 12 日	8:00——8:30	语文	学以致用
	8:40——9:00	广播操	踢毽
	9:00——9:30	数学	复习 1 解二元一次方程 练习
	9:40——10:00	眼保健操	

	10:00——10:30	音乐（美术）	结合全国人民团结抗击疫情的感人事迹，选择自己喜欢的英雄人物作为表现对象，或者围绕家人防疫控疫的生活场景细节的人物形象为表现对象，分别创作人物画 2 张。 1. 肖像画 1 张 2. 全身人物画（组画）1 张 纸张大小不限， 绘画工具不限。
	10:30——11:00	自习	
	12:00——13:10	休息	
	13:30——14:00	英语	4. U1 单元练习 5. 写作指导
	14:10——14:30	广播操	球类自选
	14:40——15:10	政治（历史）	七下第 5 课：《安史之乱与唐朝衰亡》
	15:20——15:40	眼保健操	
	16:00——16:30	自学	
3 月 13 日	8:00——8:30	语文	学以致用
	8:40——9:00	广播操	跳绳
	9:00——9:30	数学	复习 2 二元一次方程组的应用 练习
	9:40——10:00	眼保健操	
	10:00——10:30	音乐（美术）	歌曲《欢乐颂》欣赏《第九交响曲第四乐章》（演唱形式） 音乐知识：演唱形式比较
	10:30——11:00	自习	
	12:00——13:10	休息	
	13:30——14:00	英语	4. U1 单元练习 5. 校对和答疑
	14:10——14:30	广播操	立卧撑跳
	14:40——15:10	政治（历史）	《青春有格》

	15:20——15:40	眼保健操	
	16:00——16:30	自学	
3 月 15 日	8:00——8:30	语文	学以致用
	8:40——9:00	广播操	踢毽
	9:00——9:30	数学	二元一次方程组单元测试
	9:40——10:00	眼保健操	
	10:00——10:30	音乐（美术）	结合全国人民团结抗击疫情的感人事迹，选择自己喜欢的英雄人物作为表现对象，或者围绕家人防疫控疫的生活场景细节的人物形象为表现对象，分别创作人物画 2 张。 1. 肖像画 1 张 2. 全身人物画（组画）1 张 纸张大小不限， 绘画工具不限。
	10:30——11:00	自习	
	12:00——13:10	休息	
	13:30——14:00	英语	4. U1 单元练习 5. 校对和答疑
	14:10——14:30	广播操	自由活动
	14:40——15:10	政治（历史）	单元整合：第一单元复习
	15:20——15:40	眼保健操	
	16:00——16:30	自学	

奔牛初中八年级 3 月 2 日~3 月 13 日课程安排表

日期	上课时间	学科	课程内容
3 月 2 日	8:00—8:30	语文	预习《社戏》，积累生字词（抄写字音字词三遍）并用四字短语概括文中的几件事。 反复诵读文中 11-13 段，学习移步换景描写方法。
	8:50—9:20	数学	学习八下中心对称图形
	9:40—10:10	英语	1.8BU1 comic&welcome 2. 完成 welcome 学案 3. 对照下发答案校对
	10:30—11:00	自学/作业	
	13:30—14:00	政史	历史八下第 1 课：《中华人民共和国成立》
	14:20—14:50	物理	质量的概念、单位；探究质量与物体形状、状态和位置有无关系 质量的概念、天平的使用、探究质量与物体形状、状态和位置有无关系（见教学视频）
	15:10—15:40	音乐欣赏	
	16:00—16:30	活动	在家完成，跳绳，俯卧撑等
3 月 3 日	8:00—8:30	语文	预习《回延安》，积累生字词，抄写字音字词三遍。 老师示范朗读一和二两章，学生朗读并背诵二三两章并上传音频。
	8:50—9:20	数学	学习八下中心对称图形
	9:40—10:10	英语	1.U1Reading1 2. 完成 Reading1 学案 3. 对照下发答案校对

	10:30—11:00	自学/作业	
	13:30—14:00	政史	政治常州第一例抗疫刑事案件网络公审，何姝勤微视频
	14:20—14:50	物理	复习质量的概念、单位换算、物质的质量不会物体形状、状态、地理位置的改变而改变 复习天平的使用，以及微小物体的特殊测量
	15:10—15:40	美术欣赏	
	16:00—16:30	活动	在家完成，跳绳，俯卧撑等
3月4日	8:00—8:30	语文	预习《安塞腰鼓》，积累生字词，抄写字音字词三遍。 大声诵读全文，有感情朗读 14-22 段并传音频（老师示范朗读 1-13 段）。
	8:50—9:20	数学	学习八下中心对称图形
	9:40—10:10	英语	1. U1Reading2 2. 完成 Reading2 学案 3. 对照下发答案校对
	10:30—11:00	自学/作业	
	13:30—14:00	政史	历史：八下第 2 课：《抗美援朝》
	14:20—14:50	物理	建立密度的概念及公式和简单计算 建立密度的概念、密度的单位换算、公式和简单计算
	15:10—15:40	音乐欣赏	
	16:00—16:30	活动	在家完成，跳绳，俯卧撑等
3月5日	8:00—8:30	语文	预习《灯笼》，积累生字词，抄写字音字词三遍。 老师示范 1-2 段，学生朗读 3-6 段并传音频。

	8:50—9:20	数学	学习八下中心对称图形
	9:40—10:10	英语	1. U1 Grammar 2. 完成 Grammar 学案 3. 对照下发答案校对
	10:30—11:00	自学/作业	
	13:30—14:00	政史	政治：3-1 公民基本权利
	14:20—14:50	物理	密度的测量：常规测固体和液体密度的方法
	15:10—15:40	美术欣赏	
	16:00—16:30	活动	在家完成，跳绳，俯卧撑等
3月6日	8:00—8:30	语文	预习《大雁归来》，积累生字词，抄写字音字词三遍。 老师示范 1-3 段，学生朗读 4-6 段并上传音频。
	8:50—9:20	数学	学习八下中心对称图形
	9:40—10:10	英语	1. U1 Integrated& Study 2. 完成学案 3. 对照下发答案校对
	10:30—11:00	自学/作业	
	13:30—14:00	政史	政治：3-2 依法行使权利 历史：八下第 3 课：《土地改革》
	14:20—14:50	物理	复习密度的概念、密度的单位换算，应用密度公式进行一步计算
	15:10—15:40	音乐欣赏	
	16:00—16:30	活动	在家完成，跳绳，俯卧撑等
3月9日	8:00—8:30	语文	预习《桃花源记》1-2 段并诵读，老师提供示范朗读 结合页下注释翻译并背诵 1-2 段，老师提供参考译文

	8:50—9:20	数学	学习八下中心对称图形
	9:40—10:10	英语	1. Unit1 Task 2. 根据书本仿写文章 3. 对照下发答案校对
	10:30—11:00	自学/作业	
	13:30—14:00	政史	历史：：八下第4课：《工业化与人民代表大会制度的确立》
	14:20—14:50	物理	密度的测量2：一些特殊测量 教师自己再举例说明
	15:10—15:40	美术欣赏	
	16:00—16:30	活动	在家完成，跳绳，俯卧撑等
3月10日	8:00—8:30	语文	预习《桃花源记》3-5段并诵读，老师提供示范朗读。 背诵3-5段，尝试翻译，老师提供第三段参考译文，学生尝试翻译4-5段
	8:50—9:20	数学	学习八下中心对称图形
	9:40—10:10	英语	1. 完成U1复习学案 2. 对照下发答案校对
	10:30—11:00	自学/作业	
	13:30—14:00	政史	政治：4-1 公民基本义务
	14:20—14:50	物理	密度的测量上一节习题课
	15:10—15:40	音乐欣赏	
3月11日	16:00—16:30	活动	在家完成，跳绳，俯卧撑等
	8:00—8:30	语文	结合课后练习六，朗读《桃花源记》节选，思考陶渊明要表达的社会思想 再次积累页下注释，完成课后四、五两题，并继续背诵全文

	8:50—9:20	数学	学习八下中心对称图形
	9:40—10:10	英语	1. U2 Comic&welcome 2. 完成 Welcome 学案 3. 对照下发答案校对
	10:30—11:00	自学/作业	
	13:30—14:00	政史	历史：八下第 5 课：《三大改造》
	14:20—14:50	物理	密度知识的应用（密度两步计算） 教师自己再举例说明
	15:10—15:40	美术欣赏	
	16:00—16:30	活动	在家完成，跳绳，俯卧撑等
3 月 12 日	8:00—8:30	语文	预习《小石潭记》1-2 段，结合页下 注释尝试翻译 老师示范朗读 1-2 段
	8:50—9:20	数学	学习八下中心对称图形
	9:40—10:10	英语	1. U2 Reading1 2. 完成 Reading1 学案 3. 对照下发答案校对
	10:30—11:00	自学/作业	
	13:30—14:00	政史	政治：4-2 依法履行义务
	14:20—14:50	物理	密度计算上一节习题课
	15:10—15:40	音乐欣赏	
	16:00—16:30	活动	在家完成，跳绳，俯卧撑等
3 月 13 日	8:00—8:30	语文	预习《小石潭记》3-5 段，结合页下 注释尝试翻译 完成课后练习四
	8:50—9:20	数学	学习八下中心对称图形
	9:40—10:10	英语	1. U1 Reading2

		2. 完成 Reading2 学案 3. 对照下发答案校对
10:30—11:00	自学/作业	
13:30—14:00	政史	政治：单元练习讲解 历史：八下第 6 课：《艰辛探索与建设成就》
14:20—14:50	物理	物质的物理属性（其他物理属性） 物质的硬度
15:10—15:40	美术欣赏	
16:00—16:30	活动	在家完成，跳绳，俯卧撑等

奔牛初级中学九年级学生线上教学时间安排（3月2日~3月13日）

日期	上课时间	学科	教学内容
3月 2日	8:00——8:30	语文	《与我所欲也》第一节（课件及音频）
	8:50——9:20	数学	5.1 二次函数
	9:40——10:10	英语	1. 9B U1 Reading 1 2. 完成 Reading 1 学案 3. 对照下发答案校对 4. 人机对话听力和口语的指导。
	10:30——11:00	化学	第8章第1节 什么是有机化合物 自学指导、知识梳理
	12:00——13:10	休息	
	13:30——14:00	政治	九下第五课
	14:20——14:50	物理	电功率习题课
	15:10——15:40	自学	
	16:00——16:30	体育	1、热身运动 2、复习五步拳连续 2遍/组×3组 3、徒手练习：双手 向前头上掷实心球 10次/组×3 组 4、原地高抬腿 10秒/组×3 组 身蹲起 30个/组×3 组 提踵练习 30次/组 3组 5、 拉伸放松
3月 3日	8:00——8:30	语文	《与我所欲也》第二、三节（课件及音频）
	8:50——9:20	数学	5.2 二次函数的图像和性质（1）
	9:40——10:10	英语	1. 9B U1 Reading 2 2. 完成 Reading 2 学案 3. 对照下发答案校对 4. 人机对话听力和口语的指导。
	10:30——11:00	化学	第8章第1节 什么是有机化合物 巩固练习（1课时 15分钟）

	12:00——13:10	休息	
	13:30——14:00	历史	专题复习（1）：《三国两晋南北朝》
	14:20——14:50	物理	家庭电路：电路的组成、测电笔、熔断器、
	15:10——15:40	自学	
	16:00——16:30	体育	1、热身运动 2、复习五步拳连续 2 遍/组×3 组 3、徒手练习：双手向前头上掷实心球 10 次/组×3 组 4、原地高抬腿 10 秒/组×3 组 身蹲起 30 个/组×3 组 提踵练习 30 次/组 3 组 5、拉伸放松
3 月 4 日	8:00——8:30	语文	《唐雎不辱使命》第一二节（课件及音频）
	8:50——9:20	数学	5.2 二次函数的图像和性质（2）
	9:40——10:10	英语	1. 9B U1 Grammar 2. 完成 Grammar 学案 3. 对照下发答案校对 4. 人机对话听力和口语的指导。
	10:30——11:00	化学	第 8 章第 2 节 糖类 油脂 自学指导、知识梳理
	12:00——13:10	休息	
	13:30——14:00	政治	九下第七课
	14:20——14:50	物理	家庭电路：电灯与开关、故障、安全用电
	15:10——15:40	自学	
	16:00——16:30	体育	1、热身运动 2、复习五步拳连续 2 遍/组×3 组 3、徒手练习：双手向前头上掷实心球 10 次/组×3 组 4、原地高抬腿 10 秒/组×3 组 身蹲起 30 个/组×3 组 提踵练习 30 次/组 3 组 5、拉伸放松

3月5日	8:00——8:30	语文	《唐雎不辱使命》第三四节（课件及音频）
	8:50——9:20	数学	5.2 二次函数的图像和性质（3）
	9:40——10:10	英语	1. 完成 U1 Revision 学案并校对 2. 中考写作训练 1 3. 人机对话听力和口语的指导。
	10:30——11:00	化学	第 8 章第 2 节 糖类 油脂 巩固练习（2 课时 各 15 分钟）
	12:00——13:10	休息	
	13:30——14:00	历史	专题复习（2）：《新民主主义革命的兴起》
	14:20——14:50	物理	家庭电路作图、故障巩固
	15:10——15:40	自学	
	16:00——16:30	体育	1、热身运动 2、复习五步拳连续 2 遍/组×3 组 3、徒手练习：双手向前头上掷实心球 10 次/组×3 组 4、原地高抬腿 10 秒/组×3 组 身蹲起 30 个/组×3 组 提踵练习 30 次/组 3 组 5、拉伸放松
3月6日	8:00——8:30	语文	《送东阳马生序》第一二节（课件及音频）
	8:50——9:20	数学	5.2 二次函数的图像和性质（4）
	9:40——10:10	英语	1. 限时阅读训练 1 2. 答疑
	10:30——11:00	化学	第 8 章第 3 节 蛋白质 维生素 自学指导、知识梳理
	12:00——13:10	休息	
	13:30——14:00	政治	考点 1：发现自己
	14:20——14:50	物理	综合实践：对家庭用电研究

	15:10——15:40	自学	
	16:00——16:30	体育	1、热身运动 2、复习五步拳连续 2 遍/组×3 组 3、徒手练习：双手向前头上掷实心球 10 次/组×3 组 4、原地高抬腿 10 秒/组×3 组 身蹲起 30 个/组×3 组 提踵练习 30 次/组 3 组 5、拉伸放松
3 月 9 日	8:00——8:30	语文	《送东阳马生序》第一二节（课件及音频）
	8:50——9:20	数学	5.3 二次函数与一元二次方程(1)
	9:40——10:10	英语	1. 9B U2 Reading 1 2. 完成 Reading 1 学案 3. 对照下发答案校对 4. 人机对话听力和口语的指导。
	10:30——11:00	化学	第 9 章第 1 节 能源的综合利用 自学指导、知识梳理
	12:00——13:10	休息	
	13:30——14:00	历史	专题复习（3）：《中国的对外交往——中国走向世界之路》
	14:20——14:50	物理	电功电热本章复习
	15:10——15:40	自学	
	16:00——16:30	体育	1、热身运动 2、复习五步拳连续 2 遍/组×3 组 3、徒手练习：双手向前头上掷实心球 10 次/组×3 组 4、原地高抬腿 10 秒/组×3 组 身蹲起 30 个/组×3 组 提踵练习 30 次/组 3 组 5、拉伸放松
3 月 10 日	8:00——8:30	语文	《送东阳马生序》第三、四节（课件及音频）
	8:50——9:20	数学	5.3 二次函数和一元二次方程（2）
	9:40——10:10	英语	1. 9B U2 Reading 2 2. 完成 Reading 2 学案 3. 对照下发答案校对 4. 人机对话听力和口语的指导。

	10:30——11:00	化学	第9章第1节 能源的综合利用 巩固练习（2课时 各15分钟）
	12:00——13:10	休息	
	13:30——14:00	政治	考点2：珍视生命
	14:20——14:50	物理	电磁波及现代通信
	15:10——15:40	自学	
	16:00——16:30	体育	1、热身运动 2、复习五步拳连续2遍/组×3组 3、徒手练习：双手向前头上掷实心球10次/组×3组 4、原地高抬腿10秒/组×3组 身蹲起30个/组×3组 提踵练习30次/组3组 5、拉伸放松
3月 11 日	8:00——8:30	语文	《词四首》一二两首（课件及音频）
	8:50——9:20	数学	5.4 二次函数的应用（1）
	9:40——10:10	英语	1. 9B U2 Grammar 2. 完成 Grammar 学案 3. 对照下发答案校对 4. 人机对话听力和口语的指导。
	10:30——11:00	化学	第9章第2节 新型材料的研制 自学指导、知识梳理
	12:00——13:10	休息	
	13:30——14:00	历史	专题复习（4）：《近代资本主义的确立与巩固》
	14:20——14:50	物理	能源分类、核能、太阳能
	15:10——15:40	自学	
	16:00——16:30	体育	1、热身运动 2、复习五步拳连续2遍/组×3组 3、徒手练习：双手向前头上掷实心球10次/组×3组 4、原地高抬腿10秒/组×3组 身蹲起30个/组×3组 提踵练习30次/组3组 5、拉伸放

			松
3月 12 日	8:00——8:30	语文	《词四首》三四两首（课件及音频）
	8:50——9:20	数学	5.4 二次函数的应用（2）
	9:40——10:10	英语	1. 完成 U2 Revision 学案并校对 2. 中考写作训练 2 3. 人机对话听力和口语的指导。
	10:30——11:00	化学	第 9 章第 3 节 环境污染的防治 自学指导、知识梳理
	12:00——13:10	休息	
	13:30——14:00	政治	考点 3：青春的证明
	14:20——14:50	物理	认识磁体与磁场
	15:10——15:40	自学	
3月 13 日	16:00——16:30	体育	1、热身运动 2、复习五步拳连续 2 遍 /组×3 组 3、徒手练习：双手向前头上 掷实心球 10 次/组×3 组 4、原地高抬 腿 10 秒/组×3 组 身蹲起 30 个/组×3 组 提踵练习 30 次/组 3 组 5、拉伸放 松
	8:00——8:30	语文	名著导读《儒林外史》
	8:50——9:20	数学	5.4 二次函数的应用（3）
	9:40——10:10	英语	1. 限时阅读训练 2 2. 答疑
	10:30——11:00	化学	第 9 章第 3 节 环境污染的防治 巩固练习（2 课时 各 15 分钟）
	12:00——13:10	休息	
	13:30——14:00	历史	专题复习（5）：《中国近代化的艰难探 索》

	14:20——14:50	物理	磁场、地磁场
	15:10——15:40	自学	
	16:00——16:30	体育	1、热身运动 2、复习五步拳连续 2 遍/组×3 组 3、徒手练习：双手向前头上掷实心球 10 次/组×3 组 4、原地高抬腿 10 秒/组×3 组 身蹲起 30 个/组×3 组 提踵练习 30 次/组 3 组 5、拉伸放松