## 3.28-4.1一年级学生居家自主学习建议

## 各位家长、各位同学：

根据上级疫情防控要求，学校积极响应区教育局“停课不停学”的号召，在这期间开展线上导学工作，目前学校将开展第三期导学计划和学生居家自主学习建议，家长和学生在此基础上再制定好家庭学习计划，希望每位学生在居家期间健康生活、自主学习，人人争做新时代好少年。

**一、居家学习生活作息时间建议**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 上午 | 时间 | 学习及活动内容 |
| 7:30—8:30 | 起床、早餐 |
| 8:30—8:50 | 晨读时光 |
| 9:00—9:20 | 数学自主学习/在线答疑 |
| 9:20—9:40 | 眼保健操/自由活动 |
| 9:40—10:00 | 语文自主学习/在线答疑 |
| 10:00—10:20 | 眼保健操/体育锻炼 |
| 10:20—11:00 | 课外阅读、动手实践 |
| 中午 | 11:20—13:30 | 午餐/午休/家务劳动 |
| 下午 | 13:30—13:50 | 三至六年级英语学科自主学习/在线答疑  一、二年级自主阅读 |
| 13:50—14:10 | 眼保健操/自由活动 |
| 14:10—14:30 | 艺术时光  （科学实验、绘画、手工制作、音乐、综合实践等） |
| 14:30—14:50 | 眼保健操/体育锻炼 |
| 14:50—15:30 | 在线答疑/师生互动 |
| 15:30—17:30 | 亲子活动、放松时刻 |
| 17:30—18:50 | 晚餐/亲子沟通/家务劳动 |
| 晚上 | 19:00—19:30 | 收看新闻联播，了解时事政治 |
| 19:30—20:00 | 阅读/休闲活动 |
| 20:00—21:00 | 洗漱、准备休息 |

**二、一年级自主学习内容安排**

**语文学科**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| 时间 | 居家学习指导 | 具体要求 | 备注（资源、技术支持等） |
| 3.28  （周一） | 夜色 | 1. 认识“胆、敢、往、外”等45个生字；会写“色、外、看、爸”等21个生字。 2. 正确、流利地朗读课文，读好长句子的停顿。 3. 初步懂得“克服胆小，做个勇敢的人，能收获美好”的道理。 4. 在朗读中初步了解端午节吃粽子的习俗、来历，感受端午节的传统文化，体会温暖的亲情和浓厚的爱国情。 5. 感受纯真的想象世界，体会关心家人的美好情感。 | https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource\_id=10621 |
| 3.29  （周二） | 端午粽  第一课时 | https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource\_id=10618 |
| 3.30  （周三） | 端午粽  第二课时 |
| 3.31  （周四） | 彩虹  第一课时 | https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource\_id=10619 |
| 4.1  （周五） | 彩虹  第二课时 |

**数学学科**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **时间** | **学习内容** | **具体要求** | **备注（资源、技术支持等）** |
| 3.28  （周一） | 1.观看视频《两位数加整十数、一位数练习》  2.完成数学书46页的练习 | 1.观察每天教学视频，参加群在线学习交流，提出学习疑问；  2.完成当天口头作业。 | 江苏名师空中课堂“苏e优课”，网址： https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource\_id=10415 |
| 3.29  （周二） | 1.观看视频学习《求被减数的实际问题》  2.完成数学书47、48页的练习 | 1.观察每天教学视频，参加群在线学习交流，提出学习疑问；  2.完成当天口头作业。 | 江苏名师空中课堂“苏e优课”，网址： https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource\_id=10421 |
| 3.30  （周三） | 1.观看视频学习《练习七》  2.完成数学书49页的练习 | 1.观察每天教学视频，参加群在线学习交流，提出学习疑问；  2.完成当天口头作业。 | 江苏名师空中课堂“苏e优课”，网址： https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource\_id=10422 |
| 3.31  （周四） | 1.观看视频学习《两位数减整十数、一位数》 2.完成数学书51页的练习 | 1.观察每天教学视频，参加群在线学习交流，提出学习疑问；  2.完成当天口头作业。 | 江苏名师空中课堂“苏e优课”，网址： https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource\_id=10427 |
| 4.1  （周五） | 1.观看视频学习《两位数减整十数、一位数练习》  2.完成数学书52页的练习 | 1.观察每天教学视频，参加群在线学习交流，提出学习疑问；  2.完成当天口头作业。 | 江苏名师空中课堂“苏e优课”，网址： https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource\_id=10428 |

**科学艺术学科**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **学科** | **学习内容** | **学习要求** | **学习素材** |
| 3月28日 周一及每天 （居家劳动） | 劳动最光荣 | 居家期间可以做力所能及的事，帮助家人分担家务，今天你劳动了吗？把你的劳动视频或照片分享给老师吧！ | 可以做的事： 洗一洗：洗碗、洗菜、洗衣物…… 擦一擦：书柜、门窗、地板…… 整一整：书桌、床铺、房间、客厅…… 做一做：做饭、浇花、拖地…… |
| 3月29日 周二（美术） | 《送你一个书签》 | 1.观看教学视频。2.选择你喜欢的内容设计一个独特的书签。3.作业上传形式：横拍图片上传。 | <https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource_id=16064> |
| 3月30日 周三（科学） | 《盐和糖哪儿去了》 | 观看视频课，了解物质放进水里的溶解和不溶解现象 | [https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource\_id=10275](https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource_id=10275" \o "https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource_id=10275) |
| 3月31日 周四（音乐） | 欣赏《快乐的啰嗦》 | 1分辨乐曲的段落，感受乐曲所表达的情绪。2能在歌曲第二部分加入表演并录制视频 | <https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource_id=10573> |
| 4月1日 周五 （心理健康） | 《非常假期，让心情晒太阳》 | 根据老师布置的学习视频进行观看。 | <https://haokan.baidu.com/v?pd=wisenatural&vid=6376077971034073998> |

**体育锻炼**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **学科** | **学习内容** | **学习要求** | **学习素材** |
| 3月28日 周一 | 上午广播操，下午军体拳，跳短绳，两点左右跑 | 两点距离五米，左右各碰三次为一组，做两组。 运动的时候请身边的家人给你拍个照片或视频，分享给老师吧。记得把手机横过来拍哦！ |  |
| 3月29日 周二 | 上午广播操，下午军体拳，跳短绳，双人反应力比赛（与父母） | 七局四胜制四组。运动的时候请身边的家人给你拍个照片或视频，分享给老师吧。记得把手机横过来拍哦！ |  |
| 3月30日 周三 | 上午广播操，下午军体拳，跳短绳，两点左右跑 | 两点距离五米，左右各碰三次为一组，做两组。运动的时候请身边的家人给你拍个照片或视频，分享给老师吧。记得把手机横过来拍哦！ |  |
| 3月31日 周四 | 上午广播操，下午军体拳，跳短绳，双人反应力比赛（与父母） | 七局四胜制四组。运动的时候请身边的家人给你拍个照片或视频，分享给老师吧。记得把手机横过来拍哦！ |  |
| 4月1日 周五 | 上午广播操，下午军体拳，跳短绳，双人反应力比赛（与父母） | 七局四胜制四组。运动的时候请身边的家人给你拍个照片或视频，分享给老师吧。记得把手机横过来拍哦！ |  |

**三、延期开学期间其他学习资源平台选用**

（1）苏e优课\_江苏省名师空中课堂https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/index/pc/  
（2）常老师云上课堂  
https://mp.weixin.qq.com/s/GMiUzr1exbz2YSF3klCpSQ  
（3）教学新视野 https://kczy.29029.com/main/index.html?type=1  
（4）江苏省语音学习系统 https://fh.yyxx.edu.cn/  
（5）新冠肺炎疫情影响下未成年人心理辅导系列微讲座  
https://mp.weixin.qq.com/s/XIj\_SLZiMs5CcQ6Dw06gOA  
（6）抖音直播 常州市“同心抗疫 真爱护航”家庭教育公益课程

常州市新北区罗溪中心小学

2022年3月27日