## 4.11—4.22五年级未返校学生居家自主学习建议

## 各位家长、各位同学：

为贯彻落实中央、省、市、区有关疫情防控的工作部署，落实中小学复学后的各项工作，根据新北区教育局《关于做好全区小学阶段复学工作的通知》要求，结合我校实际情况，为使复学后未返校学生健康生活、自主学习，特制定第五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、五年级自主学习内容安排**

**语文学科**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **时间** | **学习内容** | **具体要求** | **备注（资源、技术支持等）** |
| 4.11  （周一） | 1. 复习第五单元 2. 第15课《自相矛盾》 | 1. 背诵并自默《自相矛盾》 2. 自默词语表13课和14课的词语 3. 预习《田忌赛马》 | https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource\_id=14969 |
| 4.12  （周二） | 1. 复习第四单元 2. 第16课《田忌赛马》第一课时 | 1. 背诵并自默古诗三首 2. 抄写16课词语一遍 | https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource\_id=15421 |
| 4.13  （周三） | 1、复习第三单元  2、第16课《田忌赛马》第二课时 | 1. 自默10-12课词语表的词语 2. 预习《跳水》 | https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource\_id=15537 |
| 4.18  （周一） | 《田忌赛马》第一课时 | 1、抄写16课词语两遍，生字标拼音 | https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource\_id=15421 |
| 4.19  （周二） | 《田忌赛马》第二课时 | 1. 用自己的话说说田忌赛马的古诗 2. 预习17课 | https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource\_id=15537 |
| 4.20  （周三） | 《跳水》第一课时 | 1、抄写17课词语两遍，生字标拼音 | https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource\_id=15422 |
| 4.21  （周四） | 《跳水》第二课时 | 1. 自默《自相矛盾》 2. 预习语文园地六 | https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource\_id=14333 |
| 4.22  （周五） | 语文园地（六） | 1、背诵并自默日积月累，自批自改 | https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource\_id=15225 |

**数学学科**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **时间** | **学习内容** | **具体要求** | **备注（资源、技术支持等）** |
| 4.11  （周一） | 复习质数和合数、质因数和分解质因数 | 1.复习每天教学视频，提出学习疑问  2.完成当天老师  布置的作业给老师批改  3.等老师批改后，改正作业错题，发老师二次。批改。  4．线上交流答疑 | <https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource_id=11728>  https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource\_id=11729 |
| 4.12  （周二） | 复习公因数和最大公因数，公因数和最大公因数练习 | <https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource_id=11731>  https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource\_id=11732 |
| 4.13  （周三） | 复习公倍数和最小公倍数，公倍数与最小公倍数练习 | <https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource_id=11732>  https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource\_id=11733 |
| 4.18  （周一） | 分数的意义，分数与除法的关系 | 1.观看教学视频，提出学习疑问；  2.完成并提交当天的练习；  3.改正作业错题，发老师二次批改。  4.答疑。 | https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource\_id=11770 |
| 4.19  （周二） | 求一个数是另一个数的几分之几，分数的意义练习 | <https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource_id=11737>  https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource\_id=11738 |
| 4.20  （周三） | 真分数和假分数，假分数化整数、带分数 | <https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource_id=11739>  https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource\_id=11740 |
| 4.21  （周四） | 分数与小数的互化， | https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource\_id=11741 |
| 4.22  （周五） | 分数的基本性质 | https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource\_id=11742 |

**英语学科**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **时间** | **学习内容** | **具体要求** | **备注（资源、技术支持等）** |
| 4.11  （周一） | 1. 复习U4，背诵默写单词表，纠正读音 2. 熟读背诵ST,CT，纠正读音 3. 课课练U4第1,2课时 | 1. 按时完成每天的学习任务 2. 观看老师发的视频或者听老师发的讲解录音 3. 语音学习系统每天跟读背诵当天所需复习内容，纠正读音 4. 有疑问及时记录，并向老师提出 5. 及时提交作业并注意修改订正 | 语音学习系统  老师讲解视频  QQ、电话联系等 |
| 4.12  （周二） | 1. 复习U4，背诵默写ST 2. 复习U4grammar,sound,culture,纠正读音 3. 课课练U4第3,4课时 | 语音学习系统  老师讲解视频  QQ、电话联系等 |
| 4.13  （周三） | 1. 复习U4，背诵默写CT 2. 课课练U4知识整理词组句子抄写背诵 3. 课课练U4四课时错题回顾，重做错题 | 语音学习系统  老师讲解视频  QQ、电话联系等 |
| 4.18  （周一） | 1、复习U5，背诵默写单词表，纠正读音  2、熟读背诵ST,CT，纠正读音  3、课课练U5第1,2课时 | 1. 按时完成每天的学习任务 2. 观看老师发的视频或者听老师发的讲解录音 3. 语音学习系统每天跟读背诵当天所需复习内容，纠正读音 4. 有疑问及时记录，并向老师提出   5、及时提交作业并注意修改订正 | 语音学习系统  老师讲解视频  QQ、电话联系等 |
| 4.19  （周二） | 1、复习U5，背诵默写ST  2、复习U5 grammar,sound,culture,纠正读音  3、课课练U5第3,4课时 | 语音学习系统  老师讲解视频  QQ、电话联系等 |
| 4.20  （周三） | 1、复习U5，背诵默写CT  2、课课练U5知识整理词组句子抄写背诵  3、课课练U5四课时错题回顾，重做错题 | 语音学习系统  老师讲解视频  QQ、电话联系等 |
| 4.21  （周四） | 1、默写课课练U5知识整理词组句子  2、课课练U5checkout | 语音学习系统  老师讲解视频  QQ、电话联系等 |
| 4.22  （周五） | U5作文仿写 | 语音学习系统  老师讲解视频  QQ、电话联系等 |

**科学艺术学科**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **学科** | **学习内容** | **学习要求** | **学习素材** |
| 4.11 周一及每天 （居家劳动） | 劳动最光荣 | 今天你劳动了吗？居家期间可以做力所能及的事，帮助家人分担家务。 | 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…… |
| 4.12 周二（美术） | 《画脸》 | 1.学习教学视频。2.用局部画脸、整体画脸或者侧面画脸的方式在脸部画出自己喜欢的形象。 | https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource\_id=11615 |
| 4.13 周三（科学） | 《搭支架》 | 观看江苏省名师空中课堂的视频课，了解不同结构的稳固性 | [https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource\_id=11559](https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource_id=11559" \o "https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource_id=11559) |
| 4.18 周一及每天 （居家劳动） | 劳动最光荣 | 今天你劳动了吗？居家期间可以做力所能及的事，帮助家人分担家务。 | 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…… |
| 4.19 周二（美术） | 《看戏》 | 1.观看教学视频。2.用撕纸添画的方式完成一个戏曲人物。 | <https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource_id=11617> |
| 4.20 周三（科学） | 《建桥梁》 | 观看江苏省名师空中课堂的视频课，了解不同桥面的承受力大小 | [https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource\_id=11560](https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource_id=11560" \o "https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource_id=11560) |
| 4.21 周四（音乐） | 学唱歌曲《划船歌》 | 能运用音乐力度变化来表达对歌曲的理解 | <https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource_id=11874> |
| 4.22 周五（心理健康） | 《童心珍爱生命 齐心守护生命》 | 根据老师布置的学习视频进行观看学习。 | https://ykt.eduyun.cn/ykt/yktlifeeducation/20200327/35023.html |

**体育锻炼**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **学科** | **学习内容** | **学习要求** | **学习素材** |
| 4.11 周二 | 上午广播操，下午军体拳，仰卧起坐，跳短绳，立卧撑15个，一分钟坐位体前屈 | 立卧撑四组，坐位体前屈两组。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！ |  |
| 4.12 周二 | 上午广播操，下午军体拳，仰卧起坐,跳短绳，深蹲 | 每组25个，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！ |  |
| 4.13 周三 | 上午广播操，下午军体拳，仰卧起坐，跳短绳，立卧撑15个，一分钟坐位体前屈 | 立卧撑四组，坐位体前屈两组。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！ |  |
| 4.18 周一 | 上午广播操，下午军体拳，仰卧起坐，跳短绳，侧向小步跑 | 每组三十秒，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！ |  |
| 4.19 周二 | 上午广播操，下午军体拳，仰卧起坐,跳短绳，深蹲 | 每组25个，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！ |  |
| 4.20 周三 | 上午广播操，下午军体拳，仰卧起坐，跳短绳，20秒高抬腿腿下击掌 | 每组二十秒，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！ |  |
| 4.21 周四 | 上午广播操，下午军体拳，仰卧起坐,跳短绳，深蹲 | 每组25个，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！ |  |
| 4.22 周五 | 上午广播操，下午军体拳，仰卧起坐，跳短绳，20秒高抬腿腿下击掌 | 每组二十秒，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4月10日