## 12.26—1.6线上导学和学生居家生活建议

**（一年级）**

## 各位家长、各位同学：

根据上级疫情防控要求，12月19日起全市小学、幼儿园停止线下教学活动，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，目前学校开展第二期（12.26-1.6）线上导学和学生居家生活安排，请家长和学生都了解相关工作流程，做好导学准备，确保学生居家有序学习、健康生活。

**一、居家学习生活阶段作息时间建议**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 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、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）** |
| 12.26  （周一） | 复习第一单元 | 1. 复习第一单元所有二会字、四会字和词语。   四会字按笔顺抄一遍   1. 背诵第一单元所有需要背诵的内容。 2. 读一则童话故事，并讲给爸爸妈妈听。 | https://www.zxx.edu.cn/syncClassroom/classActivity?activityId=a1b6c70b-7241-422c-8a37-ef9bc9e06c3b |
| 12.27  （周二） | 复习第二单元 | 1. 认读第二单元的二会字。 2. 复习第二单元声母，单韵母和整体认读音节。并且自默一遍。 3. 复习第二单元的拼读。 | https://www.zxx.edu.cn/syncClassroom/classActivity?activityId=83509ada-4999-4a5b-bdc0-fc901e711d62 |
| 12.28  （周三） | 复习第三单元 | 1. 认读第三单元的二会字。 2. 复习第二单元声母，复韵母和整体认读音节。并且自默一遍。 3. 复习第三单元的拼读。 | https://www.zxx.edu.cn/syncClassroom/classActivity?activityId=11fe2c88-ebc8-4413-812a-a73419e437aa |
| 12.29  （周四） | 复习第四单元 | ① 复习第四单元所有二会字、四会字和词语。  四会字按笔顺抄一遍  ② 背诵第四单元所有需要背诵的内容。  ③ 选择你最喜欢的季节，画一幅画。 | https://www.zxx.edu.cn/syncClassroom/classActivity?activityId=9a9e9933-a34c-4b0c-8ac6-fe72da414fe1 |
| 12.30  （周五） | 复习第五单元 | 1. 复习第五单元所有二会字、四会字和词语。   四会字按笔顺抄一遍   1. 背诵第五单元所有需要背诵的内容。 2. 读一读《拔萝卜》这个故事给爸爸妈妈听 | https://www.zxx.edu.cn/syncClassroom/classActivity?activityId=ffd2289f-6394-4b32-bc68-1f784b9c3210 |
| 1.3  （周二） | 复习第六单元 | 1. 复习第六单元所有二会字、四会字和词语。   四会字按笔顺抄一遍   1. 背诵第六单元所有需要背诵的内容。 2. 和爸爸妈妈一起读一读，演一演《谁会飞》（可以一问一答地读） | https://www.zxx.edu.cn/syncClassroom/classActivity?activityId=35584acc-bccb-4960-a6d0-a4627bd7dea6 |
| 1.4  （周三） | 复习第七单元 | 1. 复习第七单元所有二会字、四会字和词语。   四会字按笔顺抄一遍   1. 背诵第七单元所有需要背诵的内容。 2. 画一画你想象中地大海。 | https://www.zxx.edu.cn/syncClassroom/classActivity?activityId=f62a9631-dce6-40b4-9ea1-d224e4e2345d |
| 1.5  （周四） | 复习第八单元 | 1. 复习第八单元所有二会字、四会字和词语。   四会字按笔顺抄一遍  ② 背诵第八单元所有需要背诵的内容。 | https://www.zxx.edu.cn/syncClassroom/classActivity?activityId=f18a61c8-19d9-42d9-88db-504c8934216c |
| 1.6  （周五） | 总复习 | 期末复习 | <https://www.zxx.edu.cn/syncClassroom/classActivity?activityId=d3625482-00f8-4099-9dcb-e2f701056dd1> 识字复习  <https://www.zxx.edu.cn/syncClassroom/classActivity?activityId=ddc3d5fe-f3aa-49b1-b174-6916d722fd45> 课文复习 |

**数学学科**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **时间** | **学习内容** | **具体要求** | **备注（资源、技术支持等）** |
| 12.26  （周一） | 数学书第104页  口算本第63页 | 记录口算时间  有问题的个别提问 | 班级QQ群在线答疑 |
| 12.27  （周二） | 数学书第105页 口算本第64页 | 记录口算时间  有问题的个别提问 | 班级QQ群在线答疑 |
| 12.28  （周三） | 数学书第106页  口算本第65页 | 记录口算时间  有问题的个别提问 | 班级QQ群在线答疑 |
| 12.29  （周四） | 自主复习  口算本第66、67页 | 记录口算时间  有问题的个别提问 | https://pan.baidu.com/s/1XFRAaiQr\_GqOI3yylEr8mg?pwd=1111  提取码：1111 |
| 12.30  （周五） | 自主复习  口算本第68、69页 | 记录口算时间  有问题的个别提问 | https://pan.baidu.com/s/1XFRAaiQr\_GqOI3yylEr8mg?pwd=1111  提取码：1111 |
| 1.3  （周二） | 自主复习  口算本第70页 | 记录口算时间  有问题的个别提问 | https://pan.baidu.com/s/1XFRAaiQr\_GqOI3yylEr8mg?pwd=1111  提取码：1111 |
| 1.4  （周三） | 自主复习  口算本第71页 | 记录口算时间  有问题的个别提问 | https://pan.baidu.com/s/1XFRAaiQr\_GqOI3yylEr8mg?pwd=1111  提取码：1111 |
| 1.5  （周四） | 自主复习  口算本第72页 | 记录口算时间  有问题的个别提问 | https://pan.baidu.com/s/1XFRAaiQr\_GqOI3yylEr8mg?pwd=1111  提取码：1111 |
| 1.6  （周五） | 自主复习  口算本第73、74页 | 记录口算时间  有问题的个别提问 | https://pan.baidu.com/s/1XFRAaiQr\_GqOI3yylEr8mg?pwd=1111  提取码：1111 |

**艺术学科**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **学科** | **学习内容** | **学习要求** | **学习素材** |
| 12.26 周一及每天 （居家劳动） | 根据需要整理自己的生活用品、学习用品，如衣物、玩具、书本、文具等。 | 能够将自己的物品整理好。 |  |
| 12.27 周二（美术） | 欣赏梵高纪录片 | 了解画家梵高生平和代表作品 | [【【纪录片《文森特·梵高全传 Full biography of Vincent Van Gogh》】-哔哩哔哩】 https://b23.tv/JQiO4YO](https://docs.qq.com/sheet/DTUlTV3JhSE9nZG1x" \o "https://docs.qq.com/sheet/DTUlTV3JhSE9nZG1x) |
| 12.28 周三（科学） | 想潜水的乒乓球 | 从前有一只乒乓球，它非常向往海洋中自由自在的生活，所以它从小的梦想就是成为一名优秀的深海潜水员。你能帮它实现这个梦想么？ | [http://mp.weixin.qq.com/s?\_\_biz=MzU5MDI4OTE3OQ==&mid=2247490640&idx=1&sn=2df256ea7cc12264cb2637b6a95c5d14&chksm=fdc1dc24cab6553245b24e57a19491aed3a66d3f50ee4f0f19c762b0ba715f389634528731e0&mpshare=1&scene=23&srcid=1223qpZievtbqqostk1zoCf4&sharer\_sharetime=1671787054630&sharer\_shareid=3aa60118d29df8e82c9339b4af727315#rd](http://mp.weixin.qq.com/s?__biz=MzU5MDI4OTE3OQ==&mid=2247490640&idx=1&sn=2df256ea7cc12264cb2637b6a95c5d14&chksm=fdc1dc24cab6553245b24e57a19491aed3a66d3f50ee4f0f19c762b0ba715f389634528731e0&mpshare=1&scene=23&srcid=1223qpZievtbqqostk1zoCf4&sharer_sharetime=1671787054630&sharer_shareid=3aa60118d29df8e82c9339b4af727315" \l "rd) |
| 12.29 周四（音乐） | 你早 | 能用有趣灵动的声音演唱歌曲 | [https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource\_id=10539](https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource_id=10539" \o "https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource_id=10539) |
| 12.30 周五（心理健康） | 《认识新朋友》 | 学会在不同的场景下要怎么认识新朋友 | [https://www.zxx.edu.cn/sedu/detail?contentType=x\_audio\_video&contentId=ab32d1f7-d380-4416-8f5a-8be63d7a9927&catalogType=sedu&subCatalog=xljk](https://www.zxx.edu.cn/sedu/detail?contentType=x_audio_video&contentId=ab32d1f7-d380-4416-8f5a-8be63d7a9927&catalogType=sedu&subCatalog=xljk" \o "https://www.zxx.edu.cn/sedu/detail?contentType=x_audio_video&contentId=ab32d1f7-d380-4416-8f5a-8be63d7a9927&catalogType=sedu&subCatalog=xljk) |
| 1.3 周二（美术） | 学做新年小手工 | 能够用超轻粘土做一些简单的新年小手工——福袋小兔 | [36 镜子的粘土世界发布了一篇小红书笔记，快来看吧！ http://xhslink.com/l2gg7l，复制本条信息，打开【小红书】App查看精彩内容！](https://docs.qq.com/sheet/DTUlTV3JhSE9nZG1x" \o "https://docs.qq.com/sheet/DTUlTV3JhSE9nZG1x) |
| 1.4 周三（科学） | 吸管大力士 | 冷饮店的吸管特别爱凹造型，猝不及防就用吸管给我们比个心。在冷饮店整天被凹来凹去的吸管，到了实验室竟然摇身一变成了力大无穷的“小金刚”。明明也只是凹了个造型，怎么就“变身”了呢？快和爆爆一起见证这位“大力士”是如何诞生的吧！ | [http://mp.weixin.qq.com/s?\_\_biz=MzU5MDI4OTE3OQ==&mid=2247490688&idx=1&sn=7e50f2f13df97ed6a629b3831c0ae480&chksm=fdc1dcf4cab655e22a303483f353384602b38e48c40300d76a00572783e22b05338d5d63641d&mpshare=1&scene=23&srcid=1223RxpZRJK8AXbIari4fIiv&sharer\_sharetime=1671787092162&sharer\_shareid=3aa60118d29df8e82c9339b4af727315#rd](http://mp.weixin.qq.com/s?__biz=MzU5MDI4OTE3OQ==&mid=2247490688&idx=1&sn=7e50f2f13df97ed6a629b3831c0ae480&chksm=fdc1dcf4cab655e22a303483f353384602b38e48c40300d76a00572783e22b05338d5d63641d&mpshare=1&scene=23&srcid=1223RxpZRJK8AXbIari4fIiv&sharer_sharetime=1671787092162&sharer_shareid=3aa60118d29df8e82c9339b4af727315" \l "rd) |
| 1.5 周四（音乐） | 动物说话 | 能用活泼跳跃的声音演唱歌曲 | [https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource\_id=10542](https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource_id=10542" \o "https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource_id=10542) |
| 1.6 周五（心理健康） | 《你真好》 | 观看有声心理绘本《你真好》，知道让一个孩子变好的，从来只有爱和关注 | [https://www.bilibili.com/video/BV1iq4y1W7xA/?spm\_id\_from=333.337.search-card.all.click&vd\_source=5ab13544beb7f2f3f537a5cd5367736e](https://www.bilibili.com/video/BV1iq4y1W7xA/?spm_id_from=333.337.search-card.all.click&vd_source=5ab13544beb7f2f3f537a5cd5367736e" \o "https://www.bilibili.com/video/BV1iq4y1W7xA/?spm_id_from=333.337.search-card.all.click&vd_source=5ab13544beb7f2f3f537a5cd5367736e) |

**体育锻炼**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **日期** | **学习内容** | **学习要求** | **学习素材** |
| 12.26 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！" |  |
| 12.27 周二 | 上午广播操，下午军体拳，仰卧举腿，观看体育游戏视频并邀请家人一起做 | 仰卧举腿每组8个，共4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！ | [https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource\_id=14684](https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource_id=14684" \o "https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource_id=14684) |
| 12.28 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！ |  |
| 12.29 周四 | 上午广播操，下午军体拳，跳短绳，观看体育游戏视频并邀请家人一起做 | 跳绳每组30个，共2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！ | [https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource\_id=14672](https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource_id=14672" \o "https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource_id=14672) |
| 12.30 周五 | 上午广播操，下午军体拳，跳短绳，仰卧举腿 | 仰卧举腿每组8个，共4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！ |  |
| 1.3 周二 | 上午广播操，下午军体拳，两点左右跑，观看体育游戏视频并邀请家人一起做 | 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！ | [https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource\_id=10477](https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource_id=10477" \o "https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource_id=10477) |
| 1.4 周三 | 上午广播操，下午军体拳，跳短绳，原地高抬腿 | 高抬腿30次1组，共4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！ |  |
| 1.5 周四 | 上午广播操，下午军体拳，跳短绳，观看体育游戏视频并邀请家人一起做 | 跳绳每组30个，共2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！ | [https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource\_id=10523](https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource_id=10523" \o "https://mskzkt.jse.edu.cn/cloudCourse/seyk/detail.php?resource_id=10523) |
| 1.6 周五 | 上午广播操，下午军体拳，跳短绳，原地高抬腿 | 高抬腿30次1组，共4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！ |  |

**线上班级建设工作**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **内容** | **时间** | **对象** | **要求** |
| 线上集体晨会 | 周一 上午8:20-8:30 | 全体学生 | 各班开展“清澈的爱 只为中国”线上升旗仪式。 |
| 主题活动  （庆元旦 迎新年） | 周二 下午3:30-3:50 | 全体学生 | 主题：庆元旦 迎新年，形式：   1. 一年级：小小歌唱家   2.二年级：小小诵读家  3.三年级：非遗手艺人——剪窗花  5.四年级：精美贺卡diy  6.五六年级：小小作家——我身边的新年新气象 |
| 劳动教育 | 周三下午3:30-3:50 | 全体学生 | 主题：爱劳动，爱科学，爱观察  1.栽种大蒜或绿豆，完成图文结合的观察日记。  2.动动做一做饺子、馒头，培养劳动精神。  3.完成一副祝福对联的书写，培养动手能力。 |
| 主题班会 | 周四下午3:30-3:50 | 全体学生 | 各班开展“庆元旦 迎新年”为主题的主题班会。 |
| 心理讲座 | 周五下午2:10-2:30 | 全体学生家长 | 居家学习有妙招 |
| 主题活动  （寻年味 助成长） | 1.3周二  下午3:30-3:50 | 全体学生 | 主题：寻年味 助成长，形式：   1. 二年级：做一个购物达人——根据自己要求，做一份年货采购清单，由你做主角外出采购，用图片加文字的方式记录。   三、四年级：做一位美食达人——可以在父母的帮助下，任意做两道美食拍照发群里。  五、六年级：做一个影评达人，从《寻梦环游记》《三傻大闹宝莱坞》《摔跤吧，爸爸》中选一部与家人一起看，从情节、故事内容、演员表演、导演风格、影片质量等方面任选角度，完成一份不少于400字的观影报告。 |
| 劳动教育 | 1.4 周三  下午3:30-3:50 | 全体学生 | 主题：爱劳动，爱科学，爱观察   1. 观察鸡蛋的结构，画一画鸡蛋结构图。 2. 以动物为原型利用废旧纸张制作创意模型。 3. 每日餐桌的摆放自己也参与进去，增强家庭小主人意识。 |
| 主题班会 | 1.5周四  下午3:30-3:50 | 全体学生 | 各班开展“假期安全教育”为主题的主题班会。 |
| 心理讲座 | 1.6周五  下午2:10-2:30 | 全体学生家长 | 家庭语言红绿灯 |
| 关注心理 | 每周 | 全体学生 | 1. 班主任及时关注班内学生心理情况，重点关注各类特殊学生，每天在群里跟孩子互动交流。   2.及时向家长学生推送心理常州市“同心抗疫 真爱护航”家庭教育公益课程等优质资源。 |
| 家校协同 | 每周 | 全体班主任 | 1.通过电话、微信、QQ等多种方式开展云家访活动，引导家长更加耐心、主动参与到学生的居家学习生活中，积极回应家长关切，缓解家长焦虑。 |

**三、延期开学期间其他学习资源平台选用**

1.https://mskzkt.jse.edu.cn/jsedu/pc（江苏省名师空中课堂）

2.常老师云上课堂：

[https://mp.weixin.qq.com/s/GMiUzr1exbz2YSF3klCpSQ](https://mp.weixin.qq.com/s?__biz=MzU4OTkxNDAyOQ==&mid=2247492213&idx=1&sn=14f623fd1f018b15e9f1e2c48a76d24e&scene=21" \l "wechat_redirect)

3.APP一起作业网、语音学习

4.QQ在线指导

**四、生活指南**

1.合理、规律作息，保证学习和生活张弛有度。

2.及时了解疫情防控趋势，继续做好科学防护措施，非必要不外出、勤开窗通风勤换衣物勤洗手，做好家中个人卫生和室内保洁，养成良好的卫生习惯。

3.适**量加强室内体育锻炼，增强体质，提高免疫力，减少疾病的侵扰，合理饮食，主动参加家务劳动，自主开展有益身心的艺术娱乐和学习活动，如阅读经典、手工制作、科技小发明等，多与家人互动沟通，保持身心愉悦。**

**五、家校合作要求**

疫情防控居家学习期间，在保证孩子健康的同时，我们要保证孩子的学习。为了培养孩子养成良好的学习和生活习惯，达到家校共育，家长要注意指导孩子做到以下几点：

1.保证正常的生活作息，加强学生卫生教育和体育锻炼及分担家务劳动，让孩子在家养成热爱劳动、孝敬老人等良好的生活习惯。

2.及时关注和了解学校的具体导学方案、学习方式和计划，和孩子一起制定周密的学习计划，养成良好的自主学习习惯。

3.预防孩子沉迷网络，家长要以身作则，为孩子做好榜样。

4.家长和老师保持沟通，配合学校和老师做好各方面的准备，保证孩子的学习进度，随时了解孩子学习情况。学习之余，还要加强心理辅导，同时做好视力保护，加强体育锻炼。

同学们，隔离病毒，不隔离爱，让我们线上线下一起努力，迎难而上！“停课不停学,学习不延期”！让我们一起做到：努力向上，不放松学习；自律自强，不放任自己；宅而有法，宅而有序；永远不停止学习的脚步！

常州市新北区罗溪中心小学

2022年12月25日