**附件2 厦门市初中线上课程教学指导意见**

**（语文科）**

**初一年语文在线教学学习进度及学习建议**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **周次** | **日期** | **课时数** | **教学内容** | **教学建议** |
| 第八周 | 3月30日—4月3日 | 5 | 1.学习《邓稼先》、《说和做——记闻一多先生言行片段》、《回忆鲁迅先生》。2.继续阅读重点古诗词，争取熟读成诵。3.精读《骆驼祥子》、《海底两万里》。 | 1.背诵《登飞来峰》、《游山西村》、《己亥杂诗（其五）》、《泊秦淮》。 2.观看第六周（3月19日）的名师课堂《文学类文本阅读策略之人物篇》，了解如何从“鲜”“小”入手，品读杰出人物的不平凡中的平凡；从过渡句、议论句入手，学习写人物的具体方法。3.根据数学学校提供的古诗系列微课程，更深入感受《约客》《游山西村》《贾生》《登幽州台歌》《逢入京使》等古诗的意蕴和内涵。 |

**初二年语文在线教学学习进度及学习建议**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **周次** | **日期** | **课时数** | **教学内容** | **教学建议** |
| 第八周 | 3月30日—4月3日 | 5 | 1.《大道之行也》、《马说》两篇文言文的文意疏通，通过反复诵读，领会文言文的丰富内涵，了解其中对理想社会的期望，对“不平则鸣”的呐喊，感受古人的智慧，并积累一些常用的文言词语和句式，学习古人论事说理的技巧，体会他们的人生感悟，从中得到思想启迪和情感陶冶。2.背诵《北冥有鱼》、《虽有嘉肴》，并熟读《大道之行也》、《马说》。3.继续阅读《傅雷家书》，每天至少阅读3封家书。阅读八上的《昆虫记》。 | 1.根据文言文阅读的学习的特点，进行阅读指导，重点在于文言文重点实词的识记和运用，以及断句的训练。可以用练习题的方式，比如重点字词的解析，比如没有断句的文言文原句都可成为练习材料。2.了解传统名家名篇《礼记》及唐宋八大家之一的韩愈，学习以“知人论世”的方法学习文言文。3.了解“说”，复习《爱莲说》，将对“说”这种文体的学习延伸到课外，可以阅读《捕蛇者说》、《黄生借书说》等。 4. 根据数字学校提供的微课程系列“名著导读专题”，进一步了解《傅雷家书》、《昆虫记》，反思自己的课外阅读。 |

**初三年语文“云课堂”教学进度及教学建议**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **周次** | **日期** | **课时数** | **教学内容** | **教学建议** |
| 第八周 | 3月30日—4月3日 | 5 | 1.《陈涉世家》、《出师表》两篇文言文的文意疏通，把握文言文的意蕴，了解古人的政治、军事生活。感受古人的智慧，体会他们的责任感和担当精神，运用历史眼光审视作品的当代意义。积累常见文言词语,理解词语古今意义的差异,提高阅读文言文的能力。2.背诵《曹刿论战》、《邹忌讽齐王纳谏》,并熟读《出师表》。3.写作技巧训练4.重点作者的专题阅读：杜甫、范仲淹。 | 1.根据中考文言文阅读的考查要求，进行阅读指导，重点在于文言文重点实词的识记和运用，以及断句的训练。可以用练习题的方式，比如重点字词的解析，比如没有断句的文言文原句都可成为练习。2.关注历史叙事的内在逻辑和精彩细节，思考司马迁为什么将陈涉列为“世家”。3.根据第六周（3月20日）的公开课《《规劝情切，谏诤有道——劝谏类文言文教学与复习》》其中的整合的理念，整合劝谏类的文言文，进行组合复习，让学生根据课内文言文的学习，辐射到课内外同一类型的文言文文本学习中去。举一反三，达到迁移的目的。4.根据线上教学的特点，提供比如“经典咏流传”中的《岳阳楼记》、《望岳》等吟诵片段，激发学生阅读的兴趣，更好地巩固学习内容。熟练背诵上周所学文言文，熟读本周的文言文学习内容。5.根据初三总复习培训（3月22日）提供的文言文阅读教学策略，结合九上福建省各地市的质检试卷中的文言文文本阅读材料，进行解析，反思，归纳，总结。延续上周的复习路径，对两个重点作家的作品进行整合复习。6.结合第七周（3月26日）的名师课堂《天生我才爱写作》提供的策略，对学生的写作技巧进行有效训练。 |

**（数学科）**

**初一年数学在线教学学习进度及学习建议**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **周次** | **日期** | **课时数** | **教学内容** | **教学建议** |
| 第八周 | 3月30日—4月3日 | 5 | 第九章  不等式与不等式组9.1不等式9.1.1不等式及其解集（1课时）9.1.2不等式的性质（2课时）9.2 一元一次不等式9.2.1以解含括号的一元一次不等式为主（1课时）9.2.2以解含分母的一元一次不等式为主（1课时） | 1. 教学内容处理：（1）通过类比等式的性质，让学生经历从观察具体数值，到获得猜想，再归纳出不等式的性质的探究过程。尤其是不等式性质3，要适当设置认知冲突，多举例，让学生通过计算和比较，从特殊到一般，从具体到抽象，发现规律后进行归纳。（2）解一元一次不等式，要类比一元一次方程，循序渐进，逐步掌握运算技能。2. 依照课标实施教学，不要人为加难，尤其注意精准选题。3. 尽可能从目标、内容、教法上实施分层教学。4. 遵循“小步走、勤回头；慢节奏、多检测；知学情、善调整”的原则，以适应线上教学的特点。 |

**初二年数学在线教学学习进度及学习建议**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **周次** | **日期** | **课时数** | **教学内容** | **教学建议** |
| 第八周 | 3月30日—4月3日 | 5 | 17.1勾股定理（4）（1课时）17.2勾股定理的逆定理（4课时） | 1. 教学内容处理：（1）勾股定理：重视技能叠加（与识图画图或作图技能、二次根式运算技能、整式乘法及因式分解运算技能、三角形有关定理的推理技能等叠加）；（2）勾股定理的逆定理：在新课教学中，设计适宜的数学活动，引导学生感受数学探究的乐趣，通过活动获得猜想，并基于具体、特殊的例子，清晰理解该定理与勾股定理之间的逻辑联系，为“构造法”证明逆定理做铺垫；技能练习中关注应用逆定理推理的规范与逻辑；设计技能叠加；关注发展学生依题意画示意图的能力； 2. 尽可能从目标、内容、教法上实施分层教学；3. 遵循“小步走、勤回头；慢节奏、多检测；知学情、善调整”的原则，以适应线上教学的特点（课堂检测以填空和选择题为主考查简单技能）。 |

**初三年数学“云课堂”教学进度及教学建议**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **周次** | **日期** | **课时数** | **教学内容** | **教学建议** |
| 第八周 | 3月30日—4月3日 | 5 | 第二十八章 锐角三角函数复习（2课时）第一轮总复习 方程与不等式（1-3）（3课时） | 1. 教学内容处理：（1）锐角三角函数：复习课重点关注技能叠加，关注实际情境中的应用；（2）方程与不等式：本周主要复习一元一次方程、二元一次方程（组）；重视知识及知识间逻辑联系的再理解、重要技能的反馈与针对性矫正、技能叠加的设计和训练；能力题的选题应紧扣考试要求；2. 还未完成新课教学的备课组，仍宜结合本校具体情况，不要急于追赶进度；3. 尽可能从目标、内容、教法上实施分层教学；4. 遵循“小步走、勤回头；慢节奏、多检测；知学情、善调整”的原则，以适应线上教学的特点（课堂检测以填空和选择题为主考查简单技能）。 |

**（英语科）**

**初一年英语在线教学学习进度及学习建议**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **周次** | **日期** | **课时数** | **教学内容** | **教学建议** |
| 第八周 | 3月30日—4月3日 | 5 | 七年级（下）Unit 3 Section A | 1. 本单元的话题功能是谈论出行方式，涉及较多的交通方式短语，同时继续学习更多的数字表达交通工具、时间和距离；2. Section A部分建议尽量通过听力活动来增强学生语言输入的真实性，同时强化学生的听力技能，帮助学生为突破将来的数字听音理解及听力填词这一难点打下良好的基础；3. 重要词句的教学尽量不求全，而是根据使用频率，以旧带新，由少到多，由易到难的循序渐进的规律来处理。\*长时间的线上教学，学生在家一直用电脑或手机来听课，老师应关注学生注意力保持的难度及初中生自觉自律性不足的问题，尽量不要照搬线下教学的模式，突出线上互动和线下任务的布置、督促和检查，以最大化线上教学的效果，同时减少对学生的眼睛和身心状态的负面影响。 |

**初二年英语在线教学学习进度及学习建议**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **周次** | **日期** | **课时数** | **教学内容** | **教学建议** |
| 第八周 | 3月30日—4月3日 | 5 | 八年级（下）Unit 3 Section A | 1. 本单元的语用功能是“礼貌地提出请求和征得许可”，以家庭生活为话题背景，涉及很多和家务琐事有关的短语，部分为新的目标语言，部分为旧知识；2. 由于家务类的词汇新旧混杂，在词汇处理上建议根据新旧、难易进行分层：重点：take out the rubbish; fold your clothes; sweep the floor; take the dog for a walk；次重点：borrow some money; invite friends to a party; buy drinks and snacks；复习：do the dishes; make the bed; clean the room; use the computer；3. 本单元的交互性较强，Section A在设计任务时，应多设置两人或多人对话，让学生在问答中学会礼貌请求和征得许可。\*长时间的线上教学，学生在家一直用电脑或手机来听课，老师应关注学生注意力保持的难度及初中生自觉自律性不足的问题，尽量不要照搬线下教学的模式，突出线上互动和线下任务的布置、督促和检查，以最大化线上教学的效果，同时减少对学生的眼睛和身心状态的负面影响。 |

**初三年英语“云课堂”教学进度及教学建议**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **周次** | **日期** | **课时数** | **教学内容** | **教学建议** |
| 第八周 | 3月30日—4月3日 | 5 | 3月30日：运用reading response模板作阅读笔记3月31日：初三英语词汇复习分步走4月1日：报刊阅读策略指导4月2日：初中英语书面表达写作技巧4月3日：记叙文写作之“人物介绍” | 1. 本周的初三年总复习策略主要聚焦于读、写部分，大家应重点关注下面两个途径的领会和应用：（1）通过阅读输入进行有效的知识积累；（2）通过写作输出实践提升语用能力，同时为语言输入提供驱动力。2. 所有的策略和技巧都只是纸上谈兵，更重要的是勇于尝试的实践行为；3. 在实际语言应用中应同时关注“质”和“量”，没有精读、精记，再大的练习量也没用；反过来，如果没有大量的有规律的重现，知识面过窄，遗忘率过高，一样是初三总复习的致命伤。\*长时间的线上教学，学生在家一直用电脑或手机来听课，老师应关注学生注意力保持的难度及初中生自觉自律性不足的问题，尽量不要照搬线下教学的模式，突出线上互动和线下任务的布置、督促和检查，以最大化线上教学的效果，同时减少对学生的眼睛和身心状态的负面影响。 |

**（物理科）**

**初二年物理在线教学学习进度及学习建议**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **周次** | **日期** | **课时数** | **教学内容** | **教学建议** |
| 第八周 | 3月30日—4月3日 | 3 | 第十章 机械与人§10.1科学探究：杠杆的平衡条件§10.2滑轮及其应用 | 本章是劳动教育的好素材，通过机械与人的学习，对学生渗透劳动精神的教育。同时使学生感受科技对生产生活和社会的推动作用，激励学生学好物理知识。杠杆的应用可以渗透古代劳动技术教育。杠杆概念的学习要抓住本质，所举的实例要以学生身边熟悉的为主。教学时要注意举一反三，鼓励学生结合生活实际认识杠杆的五要素。在学完杠杆的平衡条件后，请学生自行对所举例的杠杆进行分类并阐明理由。杠杆的平衡条件可以布置学生进行居家实验。确定杠杆的固定点（支点）后，先把重物固定在杠杆上的某一位置不动，用橡皮筋向上拉杠杆，记录重物、橡皮筋的结点位置和橡皮筋拉长的长度，改变橡皮筋在杠杆上的结点位置，多次实验，定性得出实验结论。再把橡皮筋在杠杆上的结点固定，改变重物结点位置，进行探究。滑轮的学习要演绎其由杠杆演变的过程，通过等效关系，使学生领悟到其实质是变形的杠杆，从杠杆的角度理解定滑轮不省力而动滑轮省力的原因，然后通过视频实验进行验证。滑轮组的学习可以运用任务驱动，通过事先设定条件让学生根据要求设计滑轮组的不同连接。 |

**初三年物理在线教学学习进度及学习建议**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **周次** | **日期** | **课时数** | **教学内容** | **教学建议** |
| 第八周 | 3月30日—4月3日 | 5 | 复习第七章《力与运动》 | 本章本身要求不高，但可以较好地体现初高中衔接。复习过程可以打破章节界限，联系前后面的知识模块，形成力学体系。如二力平衡部分，可以回顾摩擦力的测量原理，浮力的测量原理，整体法研究滑轮受力问题，克服重力做功的平衡，分子力的宏观体现等问题。学习力改变物体的运动状态时，可以回顾弹簧测力计的测量原理，可以联系物体的浮沉规律，流体压强问题实例的解释，带电粒子的受力问题，小磁针的偏转、电动机的转动等，所有这些现象中物体运动状态的改变都是因为受到力的作用。适度拓展。力的平衡问题可以适当涉及三力平衡问题，力与运动的关系可以用来解释加速运动和减速运动的成因。牛顿第一定律的学习要渗透物理学史教育和理想实验思想的教育。惯性的学习要结合生活实际，培养用学科视角观察并解释生活现象的能力，形成科学观念。 |

**（化学科）**

**初三年化学 “云课堂”教学进度及教学建议**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **周次** | **日期** | **课时数** | **教学内容** | **教学建议** |
| 第八周 | 3月30日—4月3日 | 4 | 溶液（三）：溶液的浓度（第一课时）溶液（三）：溶液的浓度（第二课时）溶液单元复习（第一课时）溶液单元复习（第二课时） | （1）《课题3 溶液的浓度》是一个技能性内容，应依据技能的特点开展教学。教学过程中，教师一定要有完整的示范，尽量用微课手写示范整个过程，切不能一带而过。在示范后，精选习题让学生做适当的练习，对学生练习中的问题及时纠正。刚开始的习题作业切不可太过于综合、太急于拔高，重点解决规范问题及常见问题，再递进其他内容的教学。（2）在建构溶质质量分数时要用好演示实验的视频，让学生理解溶液浓度的含义。对于配制一定质量分数溶液的分组实验，目前的情况下不能完成，也要用好实验视频，讲解到位，返校后及时让学生补上。（3）针对线上教学特点，溶液单元复习过程中，建议不需系统复习，更多针对学生的问题补缺补漏，学生的问题在哪，教师就要针对相应的问题开展复习，切不要贪多贪全，应重实效。 |

**（道德与法治科）**

**初一年道德与法治“云课堂”教学进度及教学建议**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **周次** | **日期** | **课时数** | **教学内容** | **教学建议** |
| 第八周 | 3月30日—4月3日 | 2 | 第三单元第六课第二框《集体生活成就我》 | 通过填表格、自我体验等形式，梳理出“我”在集体生活中可能发生的冲突事件，引导学生分析原因和寻找解决的办法。让学生回忆并记录自己为集体做过的具体事例，对效果进行评价，引导学生反思自己该如何为集体做贡献。 |
| 第三单元第七课第一框《单音与和声》 |

**初二年道德与法治“云课堂”教学进度及教学建议**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **周次** | **日期** | **课时数** | **教学内容** | **教学建议** |
| 第八周 | 3月30日—4月3日 | 2 | 第三单元第六课第一框《国家权力机关》 | 组织学生走访相关政府部门，了解政府及其部门如何履行自己的职权。 |
| 第三单元第六课第二框《中华人民共和国主席》、第三框《国家行政机关》 |

**初三年道德与法治“云课堂”复习进度及建议**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **周次** | **日期** | **课时数** | **复习内容** | **复习建议** |
| 第八周 | 3月30日—4月3日 | 3 | 八下第四单元：自由的内涵及其重要性；法治与自由的关系；平等的含义及其重要性；公民在法律面前一律平等；珍视自由；践行平等。 | 从学生的生活经验入手，课堂上创设丰富的教学情境或列举案例，组织学生辩论和讨论，通过个体化的情感体验与感悟，深化对自由平等的认识。 |
| 八下第四单元：公平的内涵及其价值；正义的力量；坚守公平；守护正义。 | 组织学生开展“体验公平”和“向正义榜样学习”的主题学习活动，搜集周围正义人物的正义事迹等，正确认识和把握公平正义的含义，树立公平正义的意识。 |
| 八下模拟测试 |  |

**（历史科）**

|  |
| --- |
| **初一年历史在线教学学习进度及学习建议** |
| **周次** | **日期** | **课时数** | **学习内容** | **教学建议** |
| 第八周 | 3月30日—4月3日 | 2 | 七年级下册新知探究7：《辽、西夏与北宋的并立》七年级下册新知探究8：《金与南宋的对峙》 | 以课标为依据，讲重点、难点，注意探究时的问题设计，适当通过导学案帮助学生自主预习、探究生成。由于是网上课程，注意探究时的互动性、生动性、趣味性，图文并重。充分利用云课堂的初一微课资源以及丰富的纪录片资源。注意学科核心素养和学科关键能力的融入培育。注意配套相应练习巩固新知。 |
| **初二年历史在线教学学习进度及学习建议** |
| **周次** | **日期** | **课时数** | **学习内容** | **学习建议** |
| 第八周 | 3月30日—4月3日 | 2 | 八年级下册新知探究9：《对外开放》八年级下册新知探究10：《建设中国特色社会主义》 | 以课标为依据，讲重点、难点，注意探究时的问题设计，适当通过导学案帮助学生自主预习、探究生成。由于是网上课程，注意探究时的互动性、生动性、趣味性，图文并重。充分利用云课堂的初二微课资源以及丰富的纪录片资源。注意学科核心素养和学科关键能力的融入培育。注意配套相应练习巩固新知。 |

|  |
| --- |
| **初三年历史在线教学学习进度及学习建议** |
| **周次** | **日期** | **课时数** | **学习内容** | **教学建议** |
| 第八周 | 3月30日—4月3日 | 2 | 八年级上册第4、5单元复习串讲八年级上册第6-8单元复习串讲 | 以课标为依据，参考“福建省考试指导意见”的要求，重新整合教材、考点，讲重点、难点，理清线索，认真解析考纲对每一个知识点的表述，讲解务求精准到位，帮助学生了解并掌握核心、主干知识，注意渗透历史学科核心素养，培养学科关键能力。充分利用云课堂的初三复习微课资源。 |

**（地理科）**

**初一年地理在线教学学习进度及学习建议**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 周次 | 日期 | 课时数 | 教学内容 | 教学建议 |
| 第八周 | 3月30日——4月3日 | 2 | 新授课：第八章 认识国家  第一节 日本（第2课时）  第二节 埃及 | 1.注重情境创设，多展示一些日本和埃及的具有地理特点的景观照片，激发学习兴趣。2.研读课程标准，精准对标，突出教学重点。3.教师提前进入在线课堂，关注出勤率，与学生多一些课前交流，给学生多一些肯定和鼓励。4.日本第2课时，应重点分析日本工业分布特点及其原因，分析农业特点及其原因。5.展示日本木屋民居照片，分析其与自然资源、地壳运动的关系，有机渗透生命教育。6.埃及一节，应以尼罗河、气候主线，分析埃及的农业分布特点及其原因，分析埃及旅游业特色形成原因。 |

**初二年地理“云课堂”教学进度及教学建议**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 周次 | 日期 | 课时数 | 教学内容 | 教学建议 |
| 第八周 | 3月30日——4月3日 | 2 | 新授课：第六章 认识区域：位置与分布 第三节 东北地区的产业分布复习课：第一轮复习：主题六 中国的地理位置和人文地理概况 | 1.注重情境创设，激发学习兴趣。2.教师提前进入在线课堂，关注出勤率，与学生多一些课前交流，给学生多一些肯定和鼓励。新授课建议1.运用地图和其他资料说出东北地区产业的结构与产业布局特点。复习课建议：1.地理位置（空间定位）是区域认知的基础。教学中应充分运用地图，引导学生从图中获取有用信息，强化阅读地图能力；回顾区域地理位置的知识框架，引导学生从评价的角度去分析地理位置的优劣，反对为了确保知识结构完整而面面俱到地呈现区域地理位置的“地理八股”。2.地图是地理学习的工具，也是地理学习的内容，复习教学一定要以地图阅读为抓手。3.地理复习教学，既要注重知识梳理，更要注重地理思维、地理逻辑，体现地理学科思想。4.应记住的地理基础知识，要在复习课时明确界定，特别要做好学困生的落实工作，将应记住的地理基础知识落实在地图上。5.本主题中所说的“人文地理概况”主要包括中国的疆域与行政区划、人口与民族、工农业与交通运输业。 |

**（生物科）**

**初一年生物在线教学学习进度及学习建议**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **周次** | **日期** | **课时数** | **教学内容** | **教学建议** |
| 第八周 | 3月30日—4月3日 | 2 | 1.“人体的呼吸”单元检测2.流动的组织——血液  |  1.本节内容是学生理解血液循环系统功能的基础内容之一，建议教师在进入本单元教学之前，做好单元整体备课和设计，可从“血液为什么能在身体中沿一个方向不停地流动？”问题入手，展开各节的学习，逐步解决包括血液循环的动力、管道、血液成分变化（在何处变化、变化的意义）等关键问题，建构对人体血液循环的整体认识。 2.关于血液，学生是有一定生活经验基础的，要充分调动学生经验，引导学生从经验到从生物学角度认识血液的组成和功能，纠正错误前概念。 3.本节应结合血涂片、血液化验单、视频、图片等直观手段，加强图文、数据的观察比较，帮助学生理解血液各组成成分，理解血液的重要性。 |

**初二年生物“云课堂”教学进度及教学建议**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **周次** | **日期** | **课时数** | **教学内容** | **教学建议** |
| 第八周 | 3月30日—4月3日 | 2 | 1.七年级上册检测2.第一轮复习：生命的起源和进化；生物的生殖和发育  |  1.七年级上册内容较多，学生遗忘率较高，建议在完成全册复习后安排检测，及时发现问题并予以补充教学。 2.“生命的起源和进化”部分，参照考试指导意见的要求，主要考查自然选择学说的主要内容，教学中还应注意在动植物类群特征的复习中，揭示生物进化的现象和规律，帮助学生建立进化观。 3.生物的生殖和发育专题，应包括植物的生殖、动物的生殖和发育、人的生殖和发育的相关内容，教学中建议结合微生物类群的繁殖方式，通过恰当的对比、归纳等，帮助学生形成对生物生殖、发育的整体认识。 |

**（体育科）**

|  |
| --- |
| **初中体育在线教学学习进度及学习建议** |
| **周次** | **日期** | **课时数** | **学习内容** | **学习建议** |
| 第八周 | 3月30日­­ | 每天30-40分钟 | 1.技能类：排球球性练习；2.体能类：灵敏、协调。 | 1．连续自抛自垫练习、对墙垫球一抛垫练习、对墙连续自垫练习、左右移动一抛一垫练习。2．以跳绳为主的练习：（1）计时跳练习： 40秒、50秒、60秒、70秒各1-2组；（2）计数跳180-200次／组×2组。3. 3米直线前进与后退练习、三角形折返移动练习、快速左右移动抛接球练习各3-5次。 |
| 第八周 | 3月31日­­ | 每天30-40分钟 | 1.技能类：篮球球性练习；2.体能类：心肺耐力与肌肉耐力。 | 1.原地单手抛接球、8字地滚球、膝盖间绕球、膝盖间绕球接胯下绕球、左右手原地高低手运球、体前变向换手运球、行进间体前变向换手运球。2. Tabata 间歇训练组合一： （1）跪姿俯卧撑20秒；（2）俯撑伸髋20秒；（3）高抬腿20秒；（4）小步跑20秒；（5）登山跑20秒；（6）俯卧摸脚20秒；（7）波比跳20秒；（8）开合跳20秒。 每个间练习间隔10秒，8个动作为一组，做3-5组. |
| 第八周 | 4月1日­­ | 每天30-40分钟 | 1.技能类：足球球性练习；2.体能类：速度、爆发发与力量练习。 | 1．踢反弹球练习、原地左右脚踢球与拉球、左右脚脚内侧踢球与停球、左右脚脚背外侧踢球与停球、运球、停球、踢球组合短距离跑动组合练习。2．（1）快速蹲起10s／组×6组；（2）仰卧起坐40次／组×3组；（3）台阶跳30次/组×3组；（4）靠墙手倒立30秒/组×3组。 |
| 第八周 | 4月2日­­ | 每天30-40分钟 | 1.技能类：排球球性练习；2.体能类：灵敏、协调。 | 1．连续自抛自垫练习、对墙垫球一抛垫练习、对墙连续自垫练习、左右移动一抛一垫练习。2．以跳绳为主的练习：（1）计时练习： 40秒、50秒、60秒、70秒各1-2组（2）计数跳180-200次／组×2组。3. 三米左右、前后交换折返移动练习、三角形折返移动练习、快速左右移动抛纸接球练习各3-5次。 |
| 第八周 | 4月3日­­ | 每天30-40分钟 | 1.技能类：篮球球性练习；2.体能类：心肺耐力与肌肉耐力。 | 1.原地单手抛接球、8字地滚球、膝盖间绕球、膝盖间绕球接胯下绕球、左右手原地高低手运球、体前变向换手运球，行进间体前变向换手运球。2. Tabata 间歇训练组合二： （1）支撑高抬腿；（2）仰姿臂屈伸；（3）蹲跳起；（4）前后左右跳，4个动作为一组，4分钟内循环做2组，总共完成3个4分钟。 |

**说明**：1.每天练习前，要完成5分钟以上的准备活动，以慢跑和拉伸为主；2.每天练习结束后，要进行肌肉放松3-5分钟；3.初三年的学生，可根据自己中招考试的选项有选择的进行练习；4.初一、初二年的学生，每天训练的组数可根据自己的能力进行适当的调整，但练习的内容均要完成。

**（音乐科）**

|  |
| --- |
| **初一音乐在线教学学习进度及学习建议** |
| **周次** | **日期** | **课时数** | **学习内容** | **学习建议** |
| 第八周 | 3月30日—4月3日 | 1 | 丝竹江南——表现与实践《无锡景》《杨柳青》 | 1.  紧紧抓住单元主题，着重了解、感受江南民歌委婉、清丽、细腻的音乐特征，感知文化特色。2.  从音乐本体入手，从聆听角度，抓住音乐的特点（旋律、节奏、和声等表现要素），围绕音乐形式等开展学习。3.  围绕核心价值观的渗透，演唱与欣赏江南民歌与丝竹乐曲，汲取民间音乐丰富的营养，以开放的心态，接受并传承祖国优秀民族文化。4.  素材提供区别于常规教学，要具有网络学习的资源包，便于学生自学。减少学生负担，多结合听一些减压音乐，总体教学时间控制在15-20分钟。 |

|  |
| --- |
| **初二音乐在线教学学习进度及学习建议** |
| **周次** | **日期** | **课时数** | **学习内容** | **学习建议** |
| 第八周 | 3月30日—4月3日 | 1 | 清明雨花——表现与实践《雨花石》《共和国之恋》 | 1.  学习一组赞美先烈或缅怀先烈的作品，回顾历史，憧憬未来，共同感受、体验、分析和感受音乐表现形式与风格的多样性。2.  从音乐本体入手，从聆听角度，抓住音乐的特点（旋律、节奏、和声等表现要素），围绕音乐形式等开展学习。3.  围绕疫情下的核心价值观的教育，以《雨花石》和《共和国之恋》为例，赞颂医务工作者的舍身救人的精神，共和国的繁荣，正是无数人默默的付出和奉献，激发学生的思想共鸣。4.  素材提供区别于常规教学，要具有网络学习资源包，便于自学。减少学生负担，多听一些减压音乐，总体教学时间控制在15-20分钟。 |

|  |
| --- |
| **初三音乐在线教学学习进度及学习建议** |
| **周次** | **日期** | **课时数** | **学习内容** | **学习建议** |
| 第八周 | 3月30日—4月3日 | 1 | 戏曲百花——表现与实践《江山无限》《包龙图打坐开封府（片段）》 | 1.  看一看、听一听、品一品、唱一唱，在丰富多彩的实践活动中走进戏曲天地，感受它博大的内涵，品味它浓厚的韵味。2.  感受经典的名剧、名家、名段，了解戏曲常识，总结不同戏曲唱腔、语言、唱词、身段、舞台表演、行当分类、伴奏乐器等方面的异同，从而对传统戏曲共性的艺术表现特征形成基本的认识。3.  围绕疫情下的核心价值观的教育，医务工作者的舍身救人的忘我精神。关注音乐创作与表现手段，提供力所能及的指导与方法。4.  素材提供区别于常规教学，要具有网络学习的资源包，便于学生自学减少学生负担，多结合听一些减压音乐，总体教学时间控制在15-20分钟。 |

**（美术科）**

|  |
| --- |
| **初一美术在线教学学习进度及学习建议** |
| **周次** | **日期** | **课时数** | **学习内容** | **学习建议** |
| 第八周 | 3月30日—4月3日 | 1 | 美术欣赏：西方美术欣赏——文艺复兴时期美术作品鉴赏，选择一件或几件文艺复兴时期的经典作品，进行深入识读、理解与领会，了解与把握文艺复兴时期艺术作品的整体特征。 | 1.从教材或者网络，选择一件或几件文艺复兴时期经典的美术作品，进行主题欣赏；2.通过观察、分析、比较等方式，了解文艺复兴时期美术作品产生的历史文化背景，认识文艺复兴时期美术作品的艺术语言及表现形式，理解美术作品所蕴含的深厚的人文内涵，学会欣赏和尊重不同文化和时代的美术作品，涵养人文精神。 |

|  |
| --- |
| **初二美术在线教学学习进度及学习建议** |
| **周次** | **日期** | **课时数** | **学习内容** | **学习建议** |
| 第八周 | 3月30日—4月3日 | 1 | 美术欣赏：西方美术欣赏——印象主义绘画作品鉴赏，选择一件或几件印象主义流派的经典作品，进行深入识读、理解与领会，了解与把握印象主义绘画作品的整体特征。 | 1.从教材或者网络，选择一件或几件印象主义流派经典的美术作品，进行主题欣赏；2.通过观察、分析、比较等方式，了解印象主义绘画作品产生的历史文化背景，认识印象主义绘画作品的艺术语言及表现形式，理解美术作品的时代性特征，学会欣赏和尊重不同时代和文化的美术作品，涵养人文精神。 |

|  |
| --- |
| **初三美术在线教学学习进度及学习建议** |
| **周次** | **日期** | **课时数** | **学习内容** | **学习建议** |
| 第八周 | 3月30日—4月3日 | 1 | 美术欣赏：西方美术欣赏——超现实主义绘画作品鉴赏，选择一件或几件超现实主义流派的经典作品，进行深入识读、理解与领会，了解与把握超现实主义绘画作品的整体特征。 | 1.从教材或者网络，选择一件或几件超现实主义流派经典的美术作品，进行主题欣赏；2.通过观察、分析、比较等方式，了解超现实主义绘画作品产生的历史文化背景，认识超现实主义绘画作品的艺术语言及表现形式，理解绘画与心理学的跨科融合特征，学会欣赏和尊重不同时代和文化的美术作品，涵养人文精神。 |

初二综合实践活动（信息技术）

根据市教科院发布的《2020年厦门市初中信息技术学业水平考试指导意见》，安排好线上教学指导。