**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** |
| 第九周 | 4.7—4.10 | 4 | 1.学习《黄河颂》、《老山界》。2.继续阅读重点古诗词，争取熟读成诵。3.精读《海底两万里》。 | 1.注重涵咏品味，调动体验和想象，把握课文的抒情方式，体会作品的情境，感受作者的家国情怀。2.可以配乐诗朗诵《黄河颂》，欣赏《黄河大合唱》系列作品。3.搜集关于长征的背景及优秀诗文，更好地了解《老山界》所写事件的历史背景。4.根据数学学校提供的名著系列微课程，更深入阅读《海底两万里》。 |

**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** |
| 第九周 | 4.7—4.10 | 4 | 1.背诵《大道之行也》、《马说》。2.《诗经》系列作品阅读3.《钢铁是怎样炼成的》的巩固阅读。 | 1.结合《大道之行也》，搜集归纳整理课内外关于儒家的大同社会理想的内容，进一步了解儒家思想。2.结合教材中的《诗经》中的选诗，拓展阅读《诗经》，可以用诗配画或者为诗配乐朗读的形式，加深对《诗经》的了解。3.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《钢铁是怎样炼成的》，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** |
| 第九周 | 4.7—4.10 | 4 | 1.背诵《出师表》,继续进行劝谏类文言文的学习。2.非连续性文本阅读训练3.写作技巧训练4.重点作者的专题阅读：苏轼。  | 1.根据数字学校提供的《谏诤方式殊异之说》微课程，以《曹刿论战》、《邹忌讽齐王纳谏》、《出师表》为例；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。2.重温《诫子书》和《三顾茅庐》，搜集有关诸葛亮的资料以及歌咏诸葛亮的诗文，更好地了解诸葛其人其事。3.根据初三总复习培训（3月29日）提供的非连续性文本阅读训练的教学策略以及第八周（4月2日）名师课堂“非连续性文本阅读的‘分’与‘合’”，结合九上福建省各地市的质检试卷中的非连续性文本阅读材料，进行解析，反思，归纳，总结。4.根据初三总复习培训（3月29日）提供的写作教学的策略，并结合第九周（4月9日）的名师课堂《我手写我心》提供的方法，回归教材，突破写作困境。5.根据数字学校提供的《浩然不知其涯也——古诗文系列之苏轼》，结合教材中的苏轼的诗文进行整合式复习。 |

**（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** |
| 第九周 | 4.7—4.10 | 4 | 第九章 不等式与不等式组9.2 一元一次不等式9.2.3 求一元一次不等式的特殊解（1课时）9.2.4一元一次不等式的简单应用（1课时）9.2.5 一元一次不等式阶段复习（1课时）9.3 一元一次不等式组9.3.1解简单的一元一次不等式组（1课时） | 1. 教学内容处理：（1）在一元一次不等式应用题的教学中，教师要精心设计更贴近学生生活的问题情境，引导学生抓住其中的不等关系，列出不等式，体会数学建模思想。（2）一元一次不等式的阶段复习，要引导学生类比一元一次方程，梳理知识结构。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** |
| 第九周 | 4.7—4.10 | 4 | 第十七章数学活动（1课时）第十七章勾股定理复习（2课时）18.1平行四边形（1）（1课时）   | 1. 教学内容处理：（1）数学活动：给予学生充分的时间思考、探究和交流，进行恰时恰当的点拨和指导，引导学生经历活动过程，积累活动经验、感悟数学思想（方法）；（2）勾股定理复习：复习课重点关注技能叠加的练习，能力题应体现综合性，并关注实际情境中的应用； （3）平行四边形：重视对平行四边形的直观感知，联系三角形的学习过程，进行单元建构，感受对几何图形的研究过程的连贯一致；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。 |

**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** |
| 第九周 | 4.7—4.10 | 4 | 第一轮总复习 方程与不等式（4-7）（4课时） | 1. 教学内容处理：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，应针对本校具体情况，稳打稳扎，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。 |

**（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** |
| 第九周 | 4.7—4.10 | 4 | 4月7日：七年级（下）Unit 3 Section B 第一课时4月8日：七年级（下）Unit 3 Section B 第二课时4月9日：七年级（下）Unit 3 Section B 第三课时4月10日：七年级（下）Unit 3 Section B 第四课时 | 1. 本单元话题贴近学生的日常生活实际，Section B部分教师可通过展示大量的生活场景或图片吸引学生的学习兴趣；在课堂上创设情景，进一步让学生通过角色扮演等活动多进行语言实践应用；2. 根据2b短文的思想和社会意义，让学生“用心”去读，“用心”去理解，引导学生产生情感的理解和共鸣，培养学生的同理心和社会责任感；3. 适当提供更多国家学生的日常交通行程和生活细节资料，拓宽学生的文化视野。 |

**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** |
| 第九周 | 4.7—4.10 | 4 | 4月7日：八年级（下）Unit 3 Section B 第一课时4月8日：窄式阅读，广式收获 --报刊时文主题阅读课4月9日：八年级（下）Unit 3 Section B 第二课时4月10日：八年级（下）Unit 3 Section B 第三课时 | 1. 本单元的对话关键在于could的礼貌表达，在具体教学中，教师可充分发挥Section B阅读的作用，让学生由读到写，明晰写作框架后，思考观点，写出文章；2. 以Section B 2b的阅读教学为例：（1）学生头脑风暴回答2a的两个问题，教师根据学生的回答做相应点评和引导；（2）学生快速阅读2b两封信，找出中心句并概括大意；（3）学生细读第一封信，将该短文进行分层，并小组讨论出各层大意；（4）将每层按照“事实”和“观点”进行区分，让学生理解，每一个观点背后都需有若干事实做支撑；（5）用同样的方法处理第二封信；（6）借用两封信的“事实”和“观点”的结构向学生强调论述文的写作结构，即由“事实”支撑“观点”；（7）全班学生分两大组展开辩论，分别为正方与反方，辩题为：孩子是否该做家务，老师负责将好的想法记在黑板上；（8）老师带领学生梳理辩论产生的观点和事实；（9）学生开始写作。 |

**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** |
| 第九周 | 4.7—4.10 | 4 | 4月7日：2019届毕业班市质检典型试题解析之“听音理解（1）”4月8日：2019届毕业班市质检典型试题解析之“听音理解（2）”4月9日：能力立意型测试的应对技巧4月10日：2019届毕业班市质检典型试题解析之“听音理解（3）” | 1. 本周开始主要以上届初三毕业班市质检的试题解析为主要学习内容，希望学生通过各模块典型例题的解析，能够从更宽（命题者的角度）及更深（解题的所以然）的视角，提高理解和应对中考英语学业水平测试的能力；2. 在进行真题训练和反思的时候，注意做到重点突出，重点收获，尽量避免整份试卷只是从头到尾对答案，面面俱到地就题论题；3. 注意通过“错题本”的收集整理做好补缺补漏工作，错题要有良好的分类和归因。 |

**（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** |
| 第九周 | 4.7—4.10 | 3 | 第十章  机械与人§10.3做功了吗§10.4做功的快慢 | * 本章教学必须高度重视对学生进行劳动教育，结合具体真实案例，进行培育学生热爱劳动，讲究劳动方法，提高劳动效率等方面的教育。
* 限于学生的认知水平，初中“功”的概念还不能结合能的改变深化认识，但是要通过实例让学生认识到力和力的方向上距离相乘是一个有实际意义的物理量，从而初步建立功的概念。
* 做功的快慢学生要渗透学科思想方法教育，通过问题驱动，让学生在解决判断做功快慢的过程中领悟比值法在定义物理概念方面的应用。对基础不好的学生提供脚手架，回顾速度概念建立过程，促进迁移。
* 功和功率的概念是中学物理重要的物理知识，教学中应重视在课件中进行板图板画设计，利用辅助图对学生进行物理过程性思维的培养，学会用物理学科视角观察世界，逐步建立科学的时空观。
 |

**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** |
| 第九周 | 4.7—4.10 | 4 | 复习第八章《压强》§8.1压 强§8.2科学探究：液体的压强§8.3空气的“力量”§8.4流体压强与流速的关系 | * 本章有较多中考高频考点，尤其是压强的概念，要重视概念的建构、影响因素的探究、影响大小因素在生活中的实际应用，相关计算等。
* 要认识到本章内容综合性强的特点，主要是压强与其他章节知识的综合应用，如压强与密度、做功等力学知识的联系，液体压强与浮力的综合，流体压强的生活实例。
* 利用压强知识解释生活现象方面，要引导学生善于揭示现象背后的科学本质。如改变压强的大小，要清楚其影响因素中不变量和变化量。用流体压强与流速关系解释现象方面，首先要明确对象，分析两个不同方位压强差产生的原因。
* 用压强公式进行计算方面，要善于建构模型，明确压强公式和液体压强公式的适用条件，梳理不同情况下压强压力的计算方法。
* 复习过程要重视营造活泼有趣的课堂气氛，利用有趣典型的物理实验视频展示神奇的大气现象，鼓励学生开展居家实验，并择优在课堂展播。
* 要利用流体压强特点结合生产实际、科技热点、灾害防范等方面，发挥学科育人价值，进行培育学生家国情怀，劳动精神和珍爱生命等方面的教育。
 |

**（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** |
| 第九周 | 4.7—4.10 | 4 | 酸和碱（一）：常见的酸和碱（第一课时）酸和碱（一）：常见的酸和碱（第二课时）酸和碱（一）：常见的酸和碱（第三课时）酸和碱（一）：常见的酸和碱习题课 | （1）确保第八、第九、第十二单元都完成复习、测试，落实完中下生的补缺补漏，才能开始新内容教学。如通过习题、测试等反馈，发现前面线上教学效果不好，建议在上新内容之前对前阶段的重难点进行重新梳理复习。在确保前阶段教学效果的前提下，各校根据校情学情，推进新内容教学，切不可盲目跟进。（2）第十十一单元是初中的重难点内容，也是中考的重点。两单元内容多、杂、难。建议教学中一定要稍放慢教学进度，把每节课教清楚、落实到位。教学中注意三个方面问题：一是酸碱盐内容需记忆的内容多，但不是都要背，要分清楚哪些是要记，哪些需要在教学中通过规律让学生掌握就可以了。比如有关的化学方程式要按照复习解、置换反应规律写出来的，要清楚相关的规律，切不可死记硬背；而对于一些名称、物质的反应现象应记清楚，不能含糊。二是这部分内容是元素化合物知识，实验在元素化合物教学仍然十分重要，特别对于强化学生记忆相关现象、性质，让学生基于现象，进行证据推理，建立元素化合物的模型认知，形成宏观辨识与微观探析等学科核心素养，发挥着举足轻重的作用。三是习题的选择以基础为主，这些部分内容有很多习题都是较综合，不利于初学者自我诊断。建议教学中一定要规划好习题的梯度，先基础后能力综合，切不可拔苗助长。 |

**（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** |
| 第九周 | 4.7—4.10 | 2 | 第三单元第七课第二框《节奏和旋律》 | 通过组织学生设计班徽并介绍自己的设计，让学生认同集体共同愿景并贡献自己的才华和智慧。 |
| 第三单元第八课第一框《憧憬美好集体》 |

**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** |
| 第九周 | 4.7—4.10 | 2 | 第三单元第六课第四框《国家监察机关》、第五框《国家司法机关》 | 组织学生旁听人民法院的审判活动，感受人民法院如何行使职权，实现司法公正。 |
| 第三单元复习 |

**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** |
| 第九周 | 4.7—4.10 | 3 | 九上第一单元复习：中华民族的伟大飞跃；改革开放创造的新奇迹；决定当代中国命运的关键抉择；新时代改革面临的挑战与对策；坚持以人民为中心，共享发展成果；创新及其重要性；科技创新的成就与面临的挑战；建设创新型国家；万众创新。 | 运用你和家人或朋友的经验，选择企业的生产方式改变；个人的就业、社会保障；农村的脱贫等方面进行调查，了解改革开放让我们体验到获得感、幸福感和安全感。比较我国与美国、日本等国在科技发展、教育现状方面的优势与差距，认识我国在科技、教育发展方面的现状。明确我国实施科教兴国战略、创新驱动战略的意义。 |
| 九上第二单元复习：社会主义民主是近代以来中国人民的自觉选择；新型民主的本质特征、基本特点、具体形式和民主制度；公民行使民主权利；增强公民的民主意识；法治的内涵、价值和要求；法治道路的探索与蓝图；政府的作用、宗旨；法治政府的内涵、原则及建设的要求；厉行法治的基本任务、共同要求和文化氛围；法治与德治。   | 通过资料收集、访谈、实地观察等途径，理解社会主义民主是维护人民根本利益的最广泛、最真实、最管用的民主。以班级为单位，模拟公民参与民主生活的形式，增强民主意识。收集并分享我国全面推进依法治国的新闻，感受法治中国的脉搏。开展校园法治文化宣传活动，了解厉行法治是对全体社会成员的共同要求。 |
| 九上第三单元复习：中华文化的特点、内涵、价值，传承与发展；坚定文化自信；中华传统美德的内涵及其价值；践行中华传统美德；中华民族精神的内涵及其价值，传承和弘扬；社会主义核心价值观的内涵、价值及培育和践行；发展中的人口问题及计划生育；我国的资源、环境面临的危机及其影响；坚持人与自然和谐共生，走绿色发展道路。 | 收集有代表性的、表现中华文化和中华美德的资料以及与世界其他文明交流的史料和时事，引导学生感悟中华文化内涵和精神价值，增强中华文化的自信心和自豪感。以当前抗击新冠疫情的先进事迹为例，组织学生讨论中华民族精神的伟大意义。调查身边存在的环境问题、资源问题，搜集环境、资源问题相关报道，尝试提出解决办法，树立可持续发展意识。 |

**（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** |
| 第九周 | 4.7—4.10 | 2 | 七年级下册新知探究9：《宋代经济的发展》七年级下册新知探究10：《蒙古族的兴起与元朝的建立 | 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** |
| 第九周 | 4.7—4.10 | 2 | 八年级下册新知探究11：《为实现中国梦而努力奋斗》八年级下册新知探究12：《民族大团结》 | 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** |
| 第九周 | 4.7—4.10 | 2 | 八年级下册第1、2单元复习串讲八年级下册第3、6单元（或4、5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** |
| 第九周 | 4.7—4.10 | 2 | 新授课：第八章 认识国家  第三节 俄罗斯  第四节 法国 | 1.注重情境创设，多展示一些俄罗斯和法国的具有地理特点的景观照片，播放一些地理影片,激发学习兴趣。2.教师提前进入在线课堂，关注出勤率，多与学生进行课前交流，多给学生肯定和鼓励。3.研读课程标准，精准对标，突出教学重点。4.俄罗斯一节的教学，应重点分析俄罗斯独特的地理位置和自然环境,分析俄罗斯丰富的自然资源与重工业基础的关系,分析人口和城市分布与自然环境、工业、交通等的关系。5.法国一节的教学，应以自主探究为主，引导学生自主分析法国的位置、地形、气候特征及其相互间的联系，注重能力迁移。以法国为案例，分析西欧畜牧业发展的有利条件。教学中多展示法国的自然、人文景观，愉悦身心。结合新冠病毒在欧洲肆虐的重大灾情，从地理角度分析灾情严重的原因。 |

**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** |
| 第九周 | 4.7—4.10 | 2 | 复习课：第一轮复习：主题七 中国自然地理概况（地形、气候、河流、自然资源） | 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，多与学生进行课前交流，多给学生肯定和鼓励。复习课建议：1.充分运用地图，将重要地理知识落实在地图上，形成心里地图。2.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。3.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。 |

**（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** |
| 第九周 | 4.7—4.10 | 2 | 1.血流的管道——血管2.输送血液的泵——心脏（第一课时） | 1.本周两节课，继续上周单元整体框架下推进。2.学生对血管有一定认识，也能观察到体表血管的存在，感受血管的脉动，教学中可引导学生现场体验。3.结合实验视频、动图、图片等直观手段，对比学习三种血管的结构特点，从结构功能观理解其功能。最后应帮助学生建构三种血管共同构成人体内血液流通管道的整体认识。4.“心脏”这一节的内容较多，建议分成两个课时。第一课时完成心脏结构和功能的内容，第二课时完成血液循环的内容。5.对心脏结构的认识，建议从模式图、模型、实物（猪心）有层次地展开，充分发挥不同媒体的长处，模式图易于理解结构特征，模型用于建立立体认知，实物则有利于学生认识真实的心脏，从模式图到真实情境，多层次帮助学生掌握。 |

**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** |
| 第九周 | 4.7—4.10 | 2 | 1.基因控制生物的性状2.基因在亲子代间的传递 | 1.“生物的遗传和变异”内容难度较大，新课教学进度应适当放缓。2.“基因控制生物性状”一课，建议课前组织学生开展“亲子特征小调查”，帮助学生初步理解性状、遗传和变异等科学概念；应通过典型的例子帮助学生辨析概念。理解性状受基因控制也受到环境的影响。资料分析“转基因鼠的启示”的活动，建议补充实验视频，帮助学生理解大鼠生长激素基因注入小鼠受精卵这一关键步骤，初步理解转基因技术。3.“基因在亲子代间的传递”一课难点较多，一是理解基因、DNA和染色体的结构关系和数量关系；二是理解染色体的组成、在体细胞中成对存在、同种生物细胞内染色体形态和数目一致等；三是生殖过程中染色体的变化特点。对于这些抽象的遗传知识，应通过图片、动画、直观教具演示，帮助学生从感性到理性逐步理解，切忌从文字到文字直接聚焦结论。 |

**（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** |
| 第九周 | 4月7日­­ | 每天30-40分钟 | 1.技能类：足球球性练习2.体能类：速度、爆发力与力量练习 | 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。 |
| 第九周 | 4月8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。 |
| 第九周 | 4月9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组。 |
| 第九周 | 4月10日­­ | 每天30-40分钟 | 1.技能类：足球球性练习2.体能类：速度、爆发力与力量练习 | 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.循环练习：（1）收腹跳15s／组×3组；（2）仰卧举腿40次／组×3组；（3）交换腿跳30次/组×3组；（4）俯卧撑20个/组×3组。 |

**说明**：1.每天练习前，要完成4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3-4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** |
| 第九周 | 4.7—4.10 | 1 | 丝竹江南——感受欣赏《二泉映月》《紫竹调》；活动与创造 | 1.  紧紧抓住单元主题，了解江南丝竹的有关知识，充分体验江南民间音乐的特色风格。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，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。 |
| **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** |
| 第九周 | 4.7—4.10 | 1 | 清明雨花——感受欣赏《做人要做这样的人》《游击队歌》；活动与创造 | 1.  学习现代京剧唱段和室内乐作品，运用多种音乐表现方式来表达情感、纪念先烈。2.  学习木管乐器的相关知识，了解其在管弦乐队中的鲜明色彩及作用。3.  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。4.  在作品的欣赏中渗透核心价值观的教育，激发学生铭记历史，继承先烈遗志，做新时代的追梦人。5.  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** |
| 第九周 | 4.7—4.10 | 1 | 戏曲百花——感受欣赏《看大王在帐中和衣睡稳》《姹紫嫣红开遍》；活动与创造 | 1.  学唱京剧、昆曲的代表性唱段，并加以表演，加深对戏曲审美的感受和体验。2.  聆听并尝试随乐哼唱，模仿人物角色进行表演，感受各具特色的伴奏乐器，从音乐本体出发，抓住音乐特点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，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** |
| 第九周 | 4.7—4.10 | 1 | 美术欣赏：**具象艺术**作品欣赏，从东西方美术经典作品中，选择一件或几件具象艺术作品，进行深入识读、理解与领会，了解与把握具象艺术作品的艺术语言和表现特质。 | 1.从教材或者网络，收集东西方美术经典的具象艺术作品，从中挑选一件或几件具象艺术作品，进行主题欣赏；2.通过观察、分析、比较等方式，了解具象艺术作品的特点，学会从典型形象或典型环境入手，去分析理解具象艺术作品，学会欣赏和尊重不同表现形式的美术作品，提高审美素养。 |

|  |
| --- |
| **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** |
| 第九周 | 4.7—4.10 | 1 | 美术欣赏：**意象艺术**作品欣赏，从东西方美术经典作品中，选择一件或几件意象艺术作品，进行深入识读、理解与领会，了解与把握意象艺术作品的艺术语言和表现特质。 | 1.从教材或者网络，收集东西方美术经典的意象艺术作品，从中挑选一件或几件意象艺术作品，进行主题欣赏；2.通过观察、分析、比较等方式，了解意象艺术作品的特征，理解并能够区别意象艺术的“真实”与具象艺术的“真实”，学会欣赏和尊重不同表现形式的美术作品，提高审美素养。 |

|  |
| --- |
| **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** |
| 第九周 | 4.7—4.10 | 1 | 美术欣赏：**抽象艺术**作品欣赏，从东西方美术经典作品中，选择一件或几件抽象艺术作品，进行深入识读、理解与领会，了解与把握抽象艺术作品的艺术语言和形象特征。 | 1.从教材或者网络，收集东西方美术经典的抽象艺术作品，从中挑选一件或几件抽象艺术作品，进行主题欣赏；2.通过观察、分析、比较等方式，了解抽象艺术的艺术语言和形象特征，认识热抽象和冷抽象两种抽象艺术形式，懂得抽象艺术特殊的艺术美，学会欣赏和尊重不同表现形式的美术作品，提高审美素养。 |

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。