

四年级学习指导计划

第三周 3.2-3.6

本周运动指南：

同学们，上周你们坚持锻炼了吗？

第三周的自主学习又开始了！老师们按照上级专业指导意见，继续为同学们提供了涵盖上肢、下肢、核心力量的体能素质练习建议。同学们可以根据自己的实际情况，自愿选择其中部分或全部内容，也可以通过其他运动项目来增强体质。

快快开始运动起来吧！每日健身的你别忘了锻炼完毕奖励自己一个大大的笑脸啊！😊

四年级	每日运动建议	日期	今天你锻炼了吗？
第三周	1、平板支撑； 2、蹲跳起； 3、单脚支撑平衡 4、原地跑跳 5、立卧撑 6、前后滚动 7、仰卧起坐 8、两头翘 9、座位体前屈 10、跳绳 11、放松拉伸：压腿	3.02	
		3.03	
		3.04	
		3.05	
		3.06	

本周生活指南：

1. 我当小厨师（帮助爸爸妈妈烹饪一道美味）
2. 班级群发照片

思政学习：

亲爱的同学们，在家自主学习阶段，我们要多收看新闻、关心时事、心系祖国。请你每天做好记录，我通过_____方式，了解到_____。

方式选择：听新闻联播、看腾讯视频、使用学习强国等

记录内容：每日时事、疫情发展情况、如何消毒、口罩用法等一个方面即可注意事件表达的完整性，写好日期，每周内容记录在一张 A4 纸上，记录形式不限，可以用表格、文字、图画来呈现，开学上交。

(3月2日 周一)

一、 学习指南

(一) 请你按时观看空中课堂，观看完毕请给自己画一个笑脸。()

节次	第一节	第二节	第三节
科目内容	道德与法治 《二十四节气之 清明》	语文 《了解说明文的 阅读方法》	

(二) 今天你读书了吗？

阅读《中国古代神话故事》，读完后想一想，文章讲了什么？选一个喜欢的故事讲给爸爸妈妈听。

(三) 认认真真学习的时间到了。(语文、数学、英语)

第一项：语文学习时间：

准备一个单线本，将答案一笔一划地写在本上，开学本要上交哦。加油吧，孩子们！

1. 我是小小书法家

sǎo dòng

()

mèng xiāng

()

tián mì

()

fù zá

()

hēi yǐng

()

qí huàn

()

2. 挑战阅读开始了

回忆学过的古诗三首《出塞》、《凉州词》、《夏日绝句》，说说下列诗句的意思。从中体会到了什么？将你的体会写在单线本上。

(1) 但使龙城飞将在，不教胡马度阴山。

(2) 醉卧沙场君莫笑，古来征战几人回？

(3) 生当作人杰，死亦为鬼雄。

3. 我是朗读者

塞下曲
[唐] 卢纶

月黑雁飞高，
单于夜遁逃。
欲将轻骑逐，
大雪满弓刀。

第二项：数学学习时间

学习目标：解决问题

请你阅读下面一段文字，回答问题。

孩子们，寒假已经结束，相信大多数同学都感受到了这个寒假和以往有些不一样，时间长了，热闹少了，辛苦的人多了，而这都是因为我们在与疫情进行严肃斗争。时间不等人，病毒不等人，从1月22日确诊的473人，到2月26日24时累计确诊病例的65187人，我们在用中国速度进行一场与时间赛跑的战役“疫”！

从2020年1月23日《医疗机构内新型冠状病毒感染预防与控制技术指南（第一版）》到2020年2月5日《新型冠状病毒诊疗方案（试行第五版）》，不断的细化的注意事项、预防方法、诊疗方案，让我们看见了医疗速度；1月23日13时06分，国机集团中国中元公司收到武汉市城乡建设局的求助函，78分钟后，修订完善的小汤山医院图纸送达武汉。从1月23日下达建设武汉火神山医院任务，到2月2日完工交付，建筑者们不舍昼夜，奋力拼搏，保质保量的完成任务，让我们看见了建设速度。火神山医院总占地面积6万平方米，其中医疗区3.5万平方米，其余为办公生活区。2月4日上午9时左右，武汉各医院集结，组成急救车车队，以70千米/时的速度向火神山医院出发，9时30分，火神山医院接受了第一批患者。为减少火神山医院人员的之间的接触，保证安全，火神山设的商店为无接触收银超市，店内“无接触收银系统”由中百仓储和淘鲜达团队合力搭建，整个过程只用了不到5小时。

1. 解决问题

①修订完善的小汤山医院图纸是什么时间送达武汉？

②火神山医院的办公生活区的面积是多少？

③从武汉医院集结到火神山医院的路程是多少千米？（30分=0.5时，列算式，无需计算）

④完成表格

序号	名称	数量	单位	单价	应收				
1	牛奶	2	箱	70.50					
2	泡面	4	箱		320.00				
3	火腿肠	6	袋	25.00					
4	水		箱	36.00	216.00				
5	榨菜	15	包	3.00					
						原价金额:		折扣金额:	0.00
						应收金额:		已收金额:	1000.00
						待收金额:		找回金额:	

2. 根据以上文字中的数学信息，你还可以提出两个数学问题吗？

① _____

② _____

第三项：英语学习时间

Part 1 温故而知新：1) 复习三下第五单元前三课。

第一课：给第一课 A 部分单词用 3 种以上的方式进行分类，写清楚分类理由及所包含的单词；并多找一些和单元话题相关的单词写入自己的分类中。

第二课和第三课：听读并背诵第二和三课对话和课文；仿写或改写第二课对话。

2) 语音：复习 e_e 的发音，自己找出符合该发音规律的 3-5 个单词，并编写 2 个句子或者一个韵文（仿照书上 Let's Spell D 部分）。

Part 2 绘本乐园：听读绘本 The Power Cut，或者根据自己水平选择不同级别的绘本，录音分享到群里。（绘本资源包见班级群 级别 7）

学习任务评价表（3.2 周一）

对于今天的学习，来给自己评个分吧：

语文评分标准

1. 看拼音写词 答错 1~2 词 5★；答错 3~4 个词 4★；答错 5 个词以上 3★
2. 阅读 要点齐全、语句通顺、书写规范 5★；要点齐全、语句通顺 4★；要点齐全 3★。
3. 朗读 会背诵 5★；读通读顺 4★；读准字音 3★

数学评分标准

1. 根据学生完成情况，答错 0-3 个空，为 5★；
2. 答错 4-5 个空，为 4★；
3. 答错 6 个空以上（包括 6 空），为 3★。

英语评分标准

1. 听读：听读了所有内容 1★，能正确朗读 3★，能熟练流利朗读 5★。
2. 背诵：能背诵所有内容 3★，能流利背诵 5★。
3. 书写：完成书写任务 2★，能正确规范书写 4★，能书写漂亮 5★。

(3月3日 周二)

一、 学习指南

(一) 请你按时观看空中课堂，观看完毕请给自己画一个笑脸。()

节次	第一节	第二节	第三节
科目内容	数学 《图形运动—学 科实践活动》	科学 《制作观测天气 的工具》	

(二) 今天你读书了吗？

阅读《中国古代神话故事》，读完后想一想，文章给你留下了什么印象？说说你的感受。

(三) 认认真真学习的时间到了。(语文、数学、英语)

第一项：语文学习时间：

准备一个单线本，将答案一笔一划地写在本上，开学本要上交哦。加油吧，孩子们！

1. 我是小小书法家

nù hǒu

()

sōng zhī

()

māo tóu yīng

()

huī chén

()

fú shì

()

rè là là

()

2. 挑战阅读开始了

阅读《爬天都峰》，想一想，“我”开始不敢爬，最后爬上去了。课文是怎么把我爬山的过程写清楚的？

3. 我手写我心

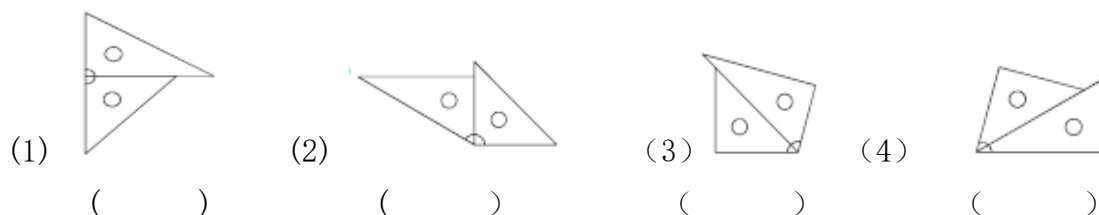
观察家人炒菜、擦玻璃或者做其他家务的过程，用一段话把这个过程写下来，注意用上表示动作的词语。

第二项：数学学习时间

学习目标：复习角的度量

一、选择

1. () > () > () > () > ()
A、平角 B、钝角 C、锐角 D、周角 E、直角
2. 度量一个角，角的一条边对着量角器上“180”的刻度，另一条边对着刻度“60”（两个刻度都在外刻度线中），这个角是（ ）。
A、60 B、180 C、20 D、120 E、90
3. 从 3:00 走到 3:15，分针转动了（ ）度。
A、15 B、60 C、90 D、120 E、180
4. 钟面上，分针转动 360 度，相应地时针转动（ ）度。
A、360 B、180 C、60 D、30 E、20
5. 写出下列由三角尺拼成的角的度数。



二、填空

1. 时针指向 6，分针指向 12，这时分针和时针成（ ）角。
2. 直角=（ ）度，平角=（ ）度，周角=（ ）度。
1 周角=（ ）平角=（ ）直角。

三、判断

1. 180 度的角是平角，小于 180 度的角是钝角。（ ）
2. 从 1:00 走到 1:01，分针转动了 5 度。（ ）
3. 9:00 时，钟面上时针和分针组成了直角。（ ）

四、动手做一做，动脑想一想。

1. 将一张正方形的纸对折一次，得到的三角形每个角分别是多少度？



2. 拿两张长方形的纸，将一张放在另一张的上面，如下图所示。你能动手做一做，说说 $\angle 1$ 和 $\angle 2$ 之间的关系吗？



第三项：英语学习时间

Part 1 温故而知新： 1) 复习三下第六单元前三课。

第一课：画一张家的平面图（理想或现实的都可），并多找一些和本单元话题相关的单词；抄写 A 部分单词一遍。

第二课和第三课：听读并背诵第二和三课对话和课文；仿写或续编第二课对话。

2) 语音：复习 a_e 的发音，找出更多符合发音规律的单词，并用自己找到的单词编写 2 个句子或者一个韵文（仿照书上 Let' s Spell D 部分）。

Part 2 绘本乐园：听读绘本 Australian Adventure，或者根据自己水平选择不同级别的绘本，录音分享到群里。（绘本资源见班级群 级别 7）

学习任务评价表（3.3 周二）

对于今天的学习，来给自己评个分吧：

语文评分标准

1. 看拼音写词 答错 1~2 词 5★；答错 3~4 个词 4★；答错 5 个词以上 3★
2. 阅读 要点齐全、语句通顺、书写规范 5★；要点齐全、语句通顺 4★；要点齐全 3★。
3. 练笔 语句通顺★；结构完整★；表达清晰★；语言生动★；卷面整洁★
（每满足一项一★，满分 5★）

数学评分标准

1. 根据学生完成情况，答错 0-1 个空，为 5★；
2. 答错 2-3 个空，为 4★；
3. 答错 4 个空以上（包括 4 空），为 3★。

英语评分标准

1. 听读：听读了所有内容 1★，能正确朗读 3★，能熟练流利朗读 5★。
2. 背诵：能背诵所有内容 3★，能流利背诵 5★。
3. 书写：完成书写任务 2★，能正确规范书写 4★，能书写漂亮 5★。

二、 艺术实践(选做)

音乐空间：

人类的爱、希望和恐惧，与动物一样，他们就像阳光，出于同源，落于同地。希望我们能从小意识到保护大自然就是保护人类自己，让爱洒满人间。今天我们来聆听演唱《爱的人间》。链接如下：<https://y.qq.com/portal/player.html>
给自己打个星吧：3 年级聆听歌曲，跟音乐画拍 5 星（ ）；4—6 年级画拍演唱，音准 5 星（ ）。

科普天地：选看内容：

《太阳系的奇迹》是一部非常优秀的纪录片，在这部纪录片中你可以足不出户了解到自然的力量如何创造并管理太空秩序，使我们的星球与太阳系紧密联系在一起。让我们一起来欣赏吧，链接如下：

<https://v.qq.com/x/page/k0131xxhpjo.html>

(3月4日 周三)

一、 学习指南

(一) 请你按时观看空中课堂，观看完毕请给自己画一个笑脸。()

节次	第一节	第二节	第三节
科目内容	语文 《把握神话的阅 读方法》	美术 《抗“疫”招贴》	

(二) 今天你读书了吗？

阅读《中国古代神话故事》，读完后想一想，你喜欢哪些人物？选择一到两个人物，结合文本说一说原因。

(三) 认认真真学习的时间到了。(语文、数学、英语)

第一项：语文学习时间

准备一个单线本，将答案一笔一划地写在本上，开学本要上交哦。加油吧，孩子们！

1. 我是小小书法家

měi cān

()

huá dòng

()

shǎng wǔ

()

yān mò

()

zhēng zhá

()

chōng shuā

()

2. 挑战阅读开始了

选择一个词语，仿照例子用动作描写来表现它。

(1) 害怕 (2) 生气 (3) 自豪 (4) 快乐 (5) 着急 (6) 伤心

写害怕：

我们马上都不说话了，贴着墙壁，悄悄地走过去。我的心里很害怕，怕它们看见了会追过来。

妈妈一走，我就把屋里所有的灯都打开，然后钻进被窝，蒙上头。大气都不敢出。

3. 我是朗读者

墨梅
[元] 王冕
我家洗砚池头树，
朵朵花开淡墨痕。
不要人夸好颜色，
只留清气满乾坤。

第二项：数学学习时间

任务一：提示同学们将栽蒜苗的过程性资料今天私信给老师，照片包括：如何栽种的，测量高度的，记录的数据内容。

任务二：小小时间规划师—感悟如何对事情的顺序进行合理安排

爸爸妈妈平时非常辛苦，假期大家别忘了帮忙做些力所能及的事哦。

今日目标：做爱心早餐

请你为家人做一份爱心早餐，并记录各项内容的时间。

序号	内容	耗时
1	洗米	
2	煮粥	
3	洗菜切菜	
4	炒菜	
总共需要耗时		
实际耗时		

(1) 你在做早餐过程中发现了什么？

(2) 在做早餐时如何安排做事顺序可以最大化地节约时间？

(3) 在日常生活中，你应该如何节约时间？

第三项：英语学习时间：

Part 1 温故而知新： 1) 复习三上第一单元前三课。

第一课：找一些另外的单元话题单词；做一张简单的思维导图。

第二课和第三课：听读并背诵第二和三课对话和课文；仿写或续编第二课对话。

Part 2 绘本乐园：听读绘本 The Riddle Stone，或者根据自己水平选择不同级别的绘本，录音分享到群里。（绘本资源见班级群 级别 7）

学习任务评价表（3.4 周三）

对于今天的学习，来给自己评个分吧：

语文评分标准

1. 看拼音写词 答错 1~2 词 5★；答错 3~4 个词 4★；答错 5 个词以上 3★
2. 阅读 要点齐全、语句通顺、书写规范 5★；要点齐全、语句通顺 4★；要点齐全 3★。
3. 朗读 会背诵 5★；读通读顺 4★；读准字音 3★

数学评分标准

1. 为家人制作出爱心早餐，并有自己的发现，知道如何节约时间，5★；
2. 没有发现如何节约时间，为 4★。
3. 如果你交了栽蒜苗的过程性照片就给自己额外附加 1★

英语评分标准

1. 听读：听读了所有内容 1★，能正确朗读 3★，能熟练流利朗读 5★。
2. 背诵：能背诵所有内容 3★，能流利背诵 5★。
3. 书写：完成书写任务 2★，能正确规范书写 4★，能书写漂亮 5★。

(3月5日 周四)

一、 学习指南

(一) 请你按时观看空中课堂，观看完毕请给自己画一个笑脸。()

节次	第一节	第二节	第三节
科目内容	英语《中国文化——Chinese Zodiac 生肖》	书法 《书法·众志成城——成》	

(二) 今天你读书了吗？

阅读《中国古代神话故事》，读完后想一想，文章讲了什么？把故事讲给爸爸妈妈听。

(三) 认认真真学习的时间到了。(语文、数学、英语)

第一项：语文学习时间

准备一个单线本，将答案一笔一划地写在本上，开学本要上交哦。加油吧，孩子们！

1. 我是小小书法家

qíng xíng

()

chōng shuā

()

ní shā

()

tuī cè

()

xiáng xì

()

duàn jué

()

2. 挑战阅读开始了

读课文的三层境界：读通、读顺、读好，相信课文里的字词都难不倒你。请带着自己的体会朗读《在天晴了的时候》，选择自己喜欢的诗句多读几遍吧！

3. 我手写我心

仿照下面的例句，选一种情况写一组连续的动作。

例 1：他勇敢地抓住窗框，两只脚有力地蹬着车厢，攀上了窗口。

例 2：妈妈顺着这些树枝爬了上来，坐在那个三角形的鸟窝里。她打开背包，从

里面拿出好多东西:巧克力、香肠、面包、花生、牛奶……她把这些好吃的分给小动物们。

情况:蝴蝶飞舞、小男孩在打羽毛球、妈妈下班回到家

第二项:数学学习时间

学习目标:复习线路图(二)

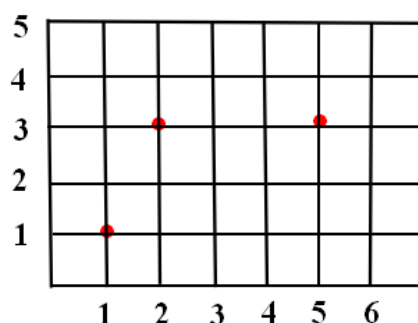
一、填空题

- 1、聪聪坐在教室的第5列第4行,用数对(5, 4)表示。明明坐在聪聪的正前方,明明的位置用数对表示是(,)。
- 2、小芳和小明是同班同学。小芳的位置是(2, 6),小明的位置(3, 4),小芳在第()列第()行,小明在第()列第()行。

二、综合题

- 1、北京到香港的高铁 G79 的线路图为:北京西—石家庄—郑州东—武汉—长沙南—广州南—深圳北—香港西九龙,其单程需要准备多少种不同的车票?
- 2、北京到南宁的列车 Z5 共 11 站,其往返(往返车票不同,不区分硬座和卧铺)一共需要准备多少种不同的车票?
- 3、北京到长沙的高铁 G83 共 5 站,近期由于肺炎疫情的出现,目前列车在武汉站暂时取消停靠,目前该列车往返(往返车票不同,不区分几等座)共有多少种不同的车票?
- 4、有一个 A 点,和下面的三个点组成一个平行四边形,你能画出 A 点的位置并

用数对表示吗？



第三项：英语学习时间

Part 1 温故而知新： 1) 复习三上第二单元前三课。

第一课：找一些另外的单元话题单词；做一张简单的思维导图。

第二课和第三课：听读并背诵第二和三课对话和课文；仿写或续编第二课对话。

Part 2 绘本乐园：听读绘本 A Sea Mystery，或者根据自己水平选择不同级别的绘本，录音分享到群里。（绘本资源包见班级群 级别 7）

学习任务评价表（3.5 周四）

对于今天的学习，来给自己评个分吧：

语文评分标准

1. 看拼音写词 答错 1~2 词 5★；答错 3~4 个词 4★；答错 5 个词以上 3★
2. 阅读 要点齐全、语句通顺、书写规范 5★；要点齐全、语句通顺 4★；要点齐全 3★。
3. 练笔 语句通顺★；结构完整★；表达清晰★；语言生动★；卷面整洁★
(每满足一项一★，满分 5★)

数学评分标准

1. 根据学生完成情况，答错 0-1 个空，为 5★；
2. 答错 2-3 个空，为 4★；
3. 答错 4 个空以上（包括 4 空），为 3★。

英语评分标准

1. 听读：听读了所有内容 1★，能正确朗读 3★，能熟练流利朗读 5★。
2. 背诵：能背诵所有内容 3★，能流利背诵 5★。
3. 书写：完成书写任务 2★，能正确规范书写 4★，能书写漂亮 5★。

二、艺术实践（选做）

艺术长廊：

绘画日记是利用文字与图画相结合，共同表达日记主题的绘画形式。回忆生活中发生了哪些有趣或者有意义的事情呢？请用画日记的形式表达自己的感受吧！

给自己打个星吧：我学会了画日记的方法 4 星（ ） 画面生动又有意思 5 星（ ）

科普天地：

四年级	居家科学小实验	变色的花青素	探究活动	紫甘蓝叶片、碱面或小苏打、白醋或雪碧	紫甘蓝叶片中含有大量花青素。花青素是一种水溶性色素，可以随着细胞液的酸碱改变颜色，在酸性环境下，它会变成红色，在碱性环境下它会变成蓝绿色。白醋和雪碧是酸性的，碱面和小苏打是碱性的。 做实验来验证一下吧！ 自愿记录你的探究过程	第三周
-----	---------	--------	------	--------------------	---	-----

(3月6日 周五)

一、学习指南

1. 请你按时观看空中课堂，观看完毕请给自己画一个笑脸。()

节次	第一节	第二节（二选一）	第三节
科目内容	信息技术 《网络信息的获取与甄选》	武术 《武术——组合动作（2）》 或 综合实践 《下厨房——五谷飘香幸福粥》	

2. 今天你读书了吗？阅读《中国古代神话故事》，读完后想一想，文章讲了什么？把故事讲给爸爸妈妈听。

3. 认认真真学习的时间到了。

第一项语文学习时间：

准备一个单线本，将答案一笔一划地写在本上，开学本要上交哦。加油吧，孩子们！

1. 我是小小书法家

kǒng lóng

()

bón zhòng

()

chí dùn

()

gē zi

()

gēn jù

()

mò qī

()

2. 挑战阅读开始了

语文园地3——词句段运用第1题：读一读，注意加点的部分。你还知道其他描写颜色的句子吗？选择三句写下来。

(1) 在我的窗前，有一棵白桦，仿佛涂上银霜，披了一身雪花。

(2) 白雾与远天晴空连在一起，晶白中透着淡蓝、青苍，一碧万顷。

(3) 那草滩的绿,绿得娇嫩;那菜花的黄,黄得蓬勃;而那湖水的蓝,又是蓝得多么醉人啊!

3. 我是朗读者

题西林壁
[宋]苏轼
横看成岭侧成峰,
远近高低各不同。
不识庐山真面目,
只缘身在此山中。

第二项: 数学学习时间

学习目标: 在栽种蒜苗过程中提出数学问题(请同学们及时关注周四所发的蒜苗生长数据)。

下表是某位同学栽种蒜苗的一组数据:

请你根据此表格,提出有关蒜苗生长情况并能用数据解决的两个不同的数学问题并尝试解决。

问题 1: _____

问题 2: _____

1号蒜苗:

天数	第二天	第四天	第六天	第八天	第十天	第十二天
高度	6	9	13	18	26	32

2号蒜苗:

天数	第二天	第四天	第六天	第八天	第十天	第十二天
高度	5	7	13	20	32	33

3号蒜苗:

天数	第二天	第四天	第六天	第八天	第十天	第十二天
高度	6	9	14	22	23	30

4号蒜苗:

天数	第二天	第四天	第六天	第八天	第十天	第十二天
高度	3	8	23	31	44	46

5号蒜苗:

天数	第二天	第四天	第六天	第八天	第十天	第十二天
高度	3	6	14	23	25	25

6号蒜苗:

天数	第二天	第四天	第六天	第八天	第十天	第十二天
高度	1	3	12	23	27	29

7号蒜苗:

天数	第二天	第四天	第六天	第八天	第十天	第十二天
高度	9	19	29	35	35	36

8号蒜苗:

天数	第二天	第四天	第六天	第八天	第十天	第十二天
高度	8	13	17	20	24	28

第三项：英语学习时间

Part 1 温故而知新： 1) 复习三上第三单元前三课。

第一课：找一些另外的单元话题单词；做一张简单的思维导图。

第二课和第三课：听读并背诵第二和三课对话和课文；仿写或续编第二课对话。

Part 2 绘本乐园：听读绘本 The Joke Machine，或者根据自己水平选择不同级别的绘本，录音分享到群里。（绘本资源包见班级群 级别 7）

学习任务评价表（3.6 周五）

对于今天的学习，来给自己评个分吧：

语文评分标准

1. 看拼音写词 答错 1~2 词 5★；答错 3~4 个词 4★；答错 5 个词以上 3★
2. 阅读 要点齐全、语句通顺、书写规范 5★；要点齐全、语句通顺 4★；要点齐全 3★。
3. 朗读 会背诵 5★；读通读顺 4★；读准字音 3★

数学评分标准

1. 你能提出值得研究的好问题吗？
2. 如果能提出 2 个值得大家深入思考的好问题给自己打 5★，只能提出 1 个值得大家深入思考的好问题，4★，一个都不能提出 3★。

英语评分标准

1. 听读：听读了所有内容 1★，能正确朗读 3★，能熟练流利朗读 5★。
2. 背诵：能背诵所有内容 3★，能流利背诵 5★。
3. 书写：完成书写任务 2★，能正确规范书写 4★，能书写漂亮 5★。