

四年级学习指导计划

第七周 3.30-4.3

本周运动指南：

四年级	每日运动建议	日期	你锻炼了吗？
第七周	1、平板支撑；	3.30	
	2、蹲跳起；		
	3、单脚支撑平衡	3.31	
	4、原地跑跳		
	5、立卧撑	4.01	
	6、前后滚动		
	7、仰卧起坐	4.02	
	8、两头翘		
	9、座位体前屈		
	10、跳绳	4.03	
	11、放松拉伸：压腿		

本周生活指南：

同学们，清明节马上到了，请大家根据本班要求完成班级清明节主题活动。

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30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。()

道德与法治《二十四节气之芒种》

(二) 今天你读书了吗？

每天坚持阅读，可以做一个阅读记录表，读完之后再填写表格。(可以学着老师的样子自己做一个阅读记录表，比比谁坚持的好。)

日期	书名/作者	起始页	结束页	开始时间	结束时间	阅读时长	阅读地点	为自己点赞

(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：

1. 我是小小书法家

预习四年级下册第一课，将生字“杂、稀、篱、蜻、蜓”工工整整地抄写在田格本上，每个字写5遍。温馨提示：注意“蜓”的笔顺。

2. 挑战阅读开始了

(1) 有感情地朗读《芙蓉楼送辛渐》，解释“洛阳亲友如相问，一片冰心在玉壶”的意思，思考这句诗表现了怎样的精神品格，写在单线本上。

(2) 熟读《乡下人家》这篇课文，并把它朗读给爸爸妈妈听。

3. 我手写我心

“清明时节雨纷纷，路上行人欲断魂”。清明是祭奠祖先、缅怀先人的日子。在这个抗击疫情的特殊时期，人们纷纷在网上开展祭扫，缅怀先烈。亲爱的同学们，我们的今天的幸福生活离不开革命先烈的奉献牺牲。在清明节即将到来之际，请你也选择几个熟悉的革命先烈，先了解他们的英雄事迹，然后结合事迹写下自己的感受。(字数在300字以上，写在作文本上)

第二项：数学学习时间

学习目标：面积单位换算

一、精题精练

(1) 北京的森林公园占地面积约为 8 平方千米，合 () 平方米。

(2) 2 平方分米和 19 平方厘米谁大？为什么？

(3) 边长是 1 米的正方形可以分为 () 个边长是 1 分米的小正方形？
(动手画一画)

(4) 1 个面积为为 1 平方米的正方形，边长扩大到原来的 3 倍，它的面积是原来的几倍？(动手画一画)

(5) 一台收割机 1 小时行驶 6 千米，收割的宽度是 2 米，这台收割机一天工作 10 小时，可以收割小麦多少平方米？

二、请你来挑战：

1 个正方形的边长增加 4 厘米，面积就增加 56 平方厘米，原来正方形的面积是多少？(动手画一画)

第三项：英语学习时间

1.绘本“悦读”开始了：

完成 1 篇绘本阅读：This is My Town（见资源包,可根据自己能力换成其他绘本）

温馨提示：请大家读完后，不认识的单词查字典，进行积累。

给自己打个分吧！完成阅读 3 分；完成阅读并查出生词 4 分；完成阅读文章没有生词 5 分（ ）

2.听写我能行

听写四上 U1 红词，熟练掌握拼读规则的可以听写整个单元。

3.音视频：

听一听，说一说 每天听看读两个音视频，小故事读的绘声绘色的可以自己打 5 颗星哦！

(3月31)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。()

语文《跟叶圣陶爷爷学观察》

(二) 今天你读书了吗？

选择一本喜欢的课外书进行阅读，这本书的作者是谁？对作者已经有哪些了解？你还想了解什么？读完后记得填写阅读记录表哦。

(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：

1. 我是小小书法家

将“蝶、宿、徐、疏、茅”工工整整地写在田格本上，每个字写五遍。写之前先观察字的笔画，想一想，有没有易错的笔画，写完后对照，是否都写对了。

2. 挑战阅读开始了

(1) 有感情地朗读《塞下曲》，解释“欲将轻骑逐，大雪满弓刀”的意思，思考这句诗表现了怎样的精神品格，写在单线本上。

(2) 熟读《天窗》这篇课文，并把它朗读给爸爸妈妈听。

3. 我是朗读者

宿新市徐公店

[宋]杨万里

篱落疏疏一径深，

树头新绿未成阴。

儿童急走追黄蝶，

飞入菜花无处寻。

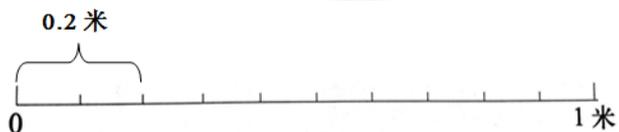
第二项：数学学习时间

学习目标：小数

1. 2分米=0.2米，答案为什么是0.2米呢？笑笑和淘气是怎么想的吧。

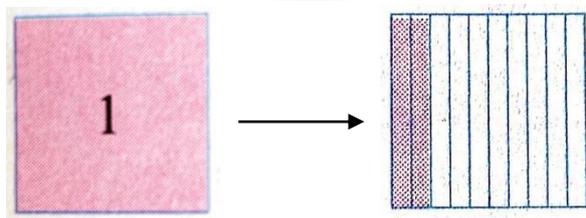
笑笑：

1米=10分米
1米平均分成了10段，其中的两段就
是 $\frac{2}{10}$ ，也是0.2米。



淘气：

1米=10分米，利用正方形模型，把1平均分
成了10份，其中的两份就是 $\frac{2}{10}$ ，也是0.2。



同学们，你们看懂上面淘气和笑笑是怎么表示0.2的吗？这些都是把1米平均分成10份，其中的2份就是0.2米。

2. 1分米=（ ）米，你能尝试表达一下0.1米吗？

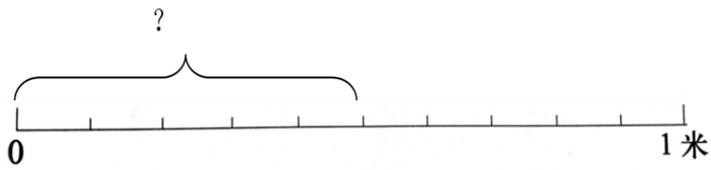
(1) 数线



(2) 正方形模型

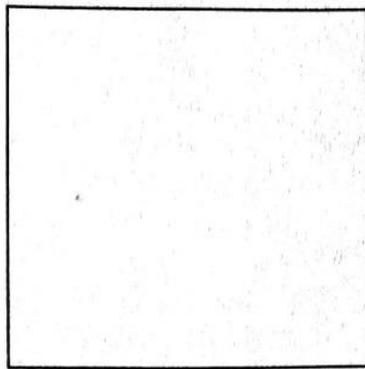


3.挑战



(1) 数线上表示的小数是 () 米。

(2) 你会在正方形模型中表示这个小数吗？



(3) 三年级我们学习过元角分，你可以用元、角、分来表示这个小数吗？先圈一圈，再填空。



=



() 元

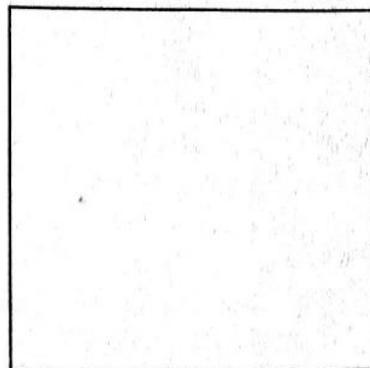
4.同学们有了刚才表达 0.1 米的经验，有同学认为 0.1 千克=1 克、0.1 平方米=1 平方分米，你同意吗？

答：

0.1 千克=1 克 ？



0.1 平方米=1 平方分米？



温馨提示： 0.1 千克的意思是把 1 千克平均分成 10 份，取其中 1 份，因为 1 千克=1000 克，所以 1000 克的 $\frac{1}{10}$ 是 100 克，则 0.1 千克=100 克。0.1 平方米的意思是把 1 平方米平均分成 10 份，取其中 1 份，因为 1 平方米=100 平方分米，所以 100 平方分米的 $\frac{1}{10}$ 是 10 平方分米，则 0.1 平方米=10 平方分米。

第三项：英语学习时间

1. 绘本“悦读”开始了：

完成 1 篇绘本阅读：Nana in the City（见资源包,可根据自己能力换成其他绘本）

温馨提示：请大家读完后，不认识的单词查字典，进行积累。

给自己打个分吧！完成阅读 3 分；完成阅读并查出生词 4 分；完成阅读文章没有生词 5 分（ ）

2. 听写我能行

听写四上 U2 红词，熟练掌握拼读规则的可以听写整个单元。

3. 音视频：

听一听，说一说 每天听看读两个音视频，小故事读的绘声绘色的可以自己打 5 颗星哦！

二艺术长廊：（选做）

音乐空间：

《三个和尚》是根据我们的民间谚语改编制作的动画短片。影片讲述了三个和尚没水吃、寺庙失火、三个和尚齐心协力救火直至后来三人合作吊水的故事，让我们一起欣赏。其中的小和尚、瘦和尚和胖和尚分别运用了不同的民族乐器，你能找出是什么吗？

完成度：

1. 观看影片

2. 找出不同的民族乐器：小和尚（ ） 瘦和尚（ ）胖和尚（ ）

(4月1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。()

美术《有趣的染纸》

(二) 今天你读书了吗?

坚持阅读，读完后想一想，这本书的主要人物是谁？你能用几句话给爸爸妈妈介绍一下他吗？

(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：

1. 我是小小书法家

将“檐、翁、赖、剥”工工整整地写在田格本上，每个字写五遍。写之前先观察字的笔画，想一想，有没有易错的笔画，写完后对照，是否都写对了。

2. 挑战阅读开始了

(1) 有感情地朗读《墨梅》，解释“不要人夸好颜色，只留清满乾坤。”的意思，思考这句诗表现了怎样的精神品格，写在单线本上。

(2) 熟读《琥珀》这篇课文，并把它朗读给爸爸妈妈听。

3. 我是朗读者

四时田园杂兴(其二十五)

[宋]范成大

梅子金黄杏子肥，
麦花雪白菜花稀。
日长篱落无人过，
惟有蜻蜓蛱蝶飞。

第二项：数学学习时间

学习目标：知道好问题的标准

请同学们先观看资料包中的小视频：“好问题的标准有哪些呢”。

上周搜集汇总了大家的好问题标准，发现大家的想法不谋而合。这些是咱们四年级同学通过集思广益，最终得出的心目中好问题的标准。

- (1) 数学信息要尽量丰富完整
- (2) 内容要有实际意义
- (3) 问题值得大家深入思考
- (4) 能激发起大家的兴趣

相信大家心中都已经明确什么样的问题是好问题了。请你根据这些标准对上周三关于速度提出的问题进行修改和完善，并于本周六之前发给组长，组长于本周日发给老师。大家加油哦！

修改后的问题： _____

第三项：英语学习时间：

1. 绘本“悦读”开始了：

完成1篇绘本阅读：My Travel Journey（见资源包，可根据自己能力换成其他绘本）

温馨提示：请大家读完后，不认识的单词查字典，进行积累。

给自己打个分吧！完成阅读3分；完成阅读并查出生词4分；完成阅读文章没有生词5分（ ）

2. 听写我能行

听写四上U3红词，熟练掌握拼读规则的可以听写整个单元。

3. 音视频：

听一听，说一说 每天听看读两个音视频，小故事读的绘声绘色的可以自己打5颗星哦！

(4月2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。()

英语《中国文化——Qingming Festival 》

(二) 今天你读书了吗？

坚持阅读，你觉得书里哪儿写得特别精彩？将有新鲜感的词语和句子记录在积累本上。

(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：

1. 我是小小书法家

预习第二课《乡下人家》，选择自己喜欢的方式解决不理解的词语。比如小脚丫同学在读课文时不理解“风趣”和“寄住”这两个词的意思。她通过查字典理解了词语的意思，并批注在书上。(风趣：风味，情趣。寄住：住在他乡或别人家里)

将“构、饰、蹲、凤、序”工工整整地写在田格本上，每个字写五遍。写之前先观察字的笔画，想一想，有没有易错的笔画，写完后对照，是否都写对了。

2. 挑战阅读开始了

正确流利地朗读《囊萤夜读》和《铁杵成针》这两则文言文，照样子，根据课文内容填一填。

胤恭勤不倦。(疲倦)

家贫不常得油。()

世传李太白读书山中，未成，弃去。()

3. 我是朗读者

清平乐·村居

[宋]辛弃疾

茅檐低小，溪上青青草。
醉里吴音相媚好，白发谁家翁媪？
大儿锄豆溪东，中儿正织鸡笼。
最喜小儿亡赖，溪头卧剥莲蓬。

第二项：数学学习时间

学习目标：观察物体

一、学习正方体模型的制作方法

同学们，老师给大家准备了“正方体模型制作方法”的小视频，大家赶紧看看吧。

二、制作正方体模型

看完视频，相信大家都学会了制作方法。现在，请你动手试一试，做至少 4 个大小相等的正方体模型。

三、搭一搭，画一画

请你用立方体模型拼搭出  和 ，并画一画你两个立体图形的正面分别看到了什么？

四、探索发现

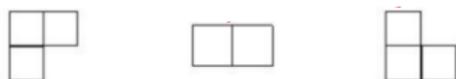
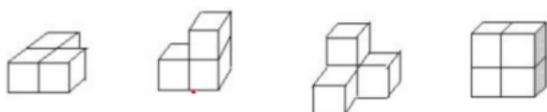
通过上面的搭一搭，画一画，相信很多同学都发现了：我们从正面都能看见



这样的图形，你有什么想说的吗？

五、拼一拼，看一看，连一连

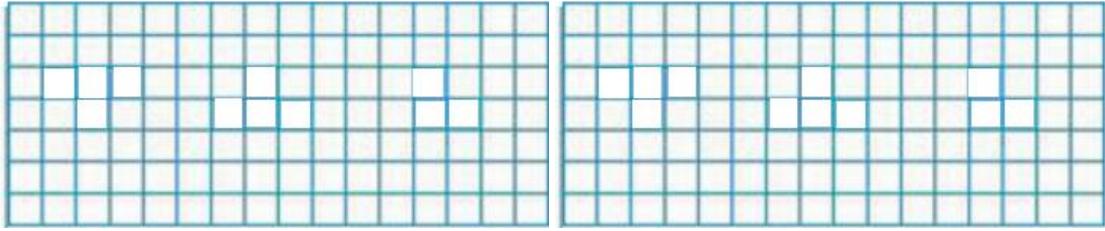
请你用正方体模型拼出下面的立体图形，观察从上面看到的分别是什么形状？连一连。



六、搭一搭，画一画

请你用正方体模型拼搭一个自己喜欢的立体图形。并通过观察，把你从上面、正面、背面、左面和右面看到的形状分别在方格纸上画出来。画好后，请你对照

立体图形再核对一遍。



第三项：英语学习时间

1. 绘本“悦读”开始了：

完成 1 篇绘本阅读：Hobbies（见资源包，可根据自己能力换成其他绘本）

温馨提示：请大家读完后，不认识的单词查字典，进行积累。

给自己打个分吧！完成阅读 3 分；完成阅读并查出生词 4 分；完成阅读文章没有生词 5 分（ ）

2. 听写我能行

听写四上 U4 红词，熟练掌握拼读规则的可以听写整个单元。

3. 音视频：

听一听，说一说 每天听看读两个音视频，小故事读的绘声绘色的可以给自己打 5 颗星哦！

二、艺术长廊：（选做）

贺卡是人们在遇到喜庆的节日或事件的时候互相表示问候的一种卡片。我国传统文化中非常强调“礼”，唐太宗也曾用贺卡给大臣拜年，每到新年和春节，上至国家元首，下至寻常百姓，都有向亲朋好友寄送贺卡的习惯。请发挥你的创意，尝试用彩纸、马克笔、剪刀、胶棒等材料做一张立体贺卡送给你感恩的人吧，并写上祝福的话语吧！

给自己打个星吧：

知道贺卡的用途、由来，4星（ ）

能够设计、制作出结构独特、装饰新颖的立体贺卡，5星（ ）

快把做好的贺卡送给你感恩的人吧！

科普天地：

年级	活动名称	活动内容	活动类型	活动材料	成果收集形式	周次
	与科学家同行--像科学家一样看动物	观察身边不同种类的动物，用喜欢的方式记录并给这些动物分类，看看你能分成几类，说说自己分类的理由	观察、动手实践	身边的动物	分一分、说一说	第七、八周
二年级	“今天我当家”—观察我的家	观察家中成员一天的活动，用喜欢的方式记录下来。	观察活动		自愿留下观察证据开学后在班级中展示。	第七周
三年级	“新冠肺炎疫情知多少”调查问卷		问卷		问卷	第七周

(4月3日) 周五

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。()

数学《数学绘本阅读——外星人来啦》

(二) 今天你读书了吗？

坚持阅读，可以将你的感受批注在旁边。读完后记得填写阅读记录表哦！

(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：

1.我是小小书法家

预习第二课《乡下人家》，你觉得哪儿写得美？选择几句话抄写在田格本上。(3句以上，标点不占格。)

2. 挑战阅读开始了

朗读《“诺曼底号”遇难记》，注意读好人物对话。“诺曼底号”遇难时，哈尔威船长是怎么做的？你从中感受到他怎样的品质？

3. 我手写我心

古人写关于春天的古诗有很多，那些诗句彪炳了岁月、绚烂了芳华，让人读了以后心中顿生美感，风景如在眼前，值得反复品味。你知道哪些关于春天的古诗，可以读一读，写一写。

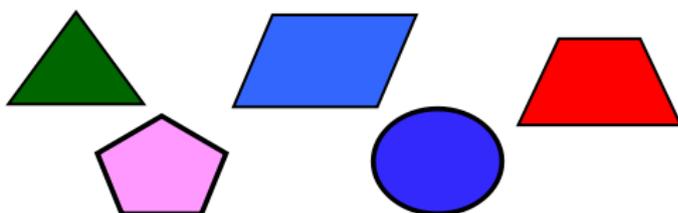
第二项：数学学习时间

学习目标：预习密铺的实践探索

导学提示语：你知道吗？无论什么形状的平面图形，如果能没有空隙，又不重叠的铺在一个平面上，这种铺法就叫做密铺。例如：



1. (1) 这些图形能单独进行密铺吗？可以把附件中的它们剪下来，自己试一试。



(2) 把你探索的结果写在下面：（注意：上图中的三角形为三条边长度相等的等边三角形）

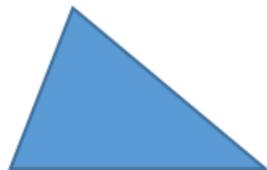
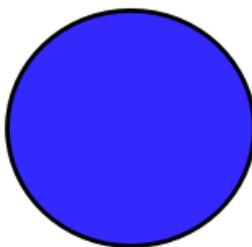
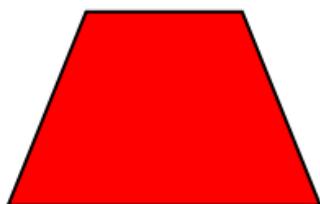
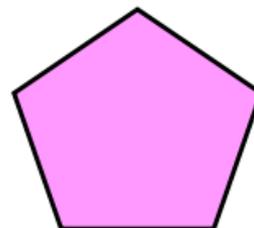
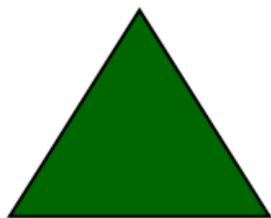
图形名称	是否能密铺

2. 考考你？形状、大小完全相同的任意三角形可以密铺吗？（附件中锐角、钝角、直角三角形）你有什么发现？

3. 形状、大小完全相同的任意四边形（附件中的一般四边形）可以密铺吗？为什么？

4. 关于密铺你还有哪些疑惑吗或者想要继续了解的问题？

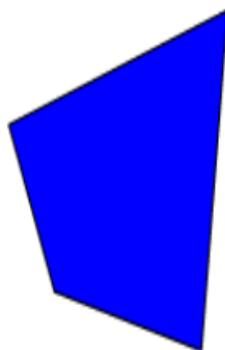
附件



锐角三角形

钝角三角形

直角三角形



一般的四边形

第三项：英语学习时间

1. 绘本“悦读”开始了：

完成 1 篇绘本阅读：A Weekend of Fun（见资源包，可根据自己能力换成其他绘本）

温馨提示：请大家读完后，不认识的单词查字典，进行积累。

给自己打个分吧！完成阅读 3 分；完成阅读并查出生词 4 分；完成阅读文章没有生词 5 分（ ）

2. 听写我能行

听写四上 U5 红词，熟练掌握拼读规则的可以听写整个单元。

3. 音视频：

听一听，说一说 每天听看读两个音视频，小故事读的绘声绘色的可以自己打 5 颗星哦！