**奉贤区曙光中学2020学年第一学期课程计划**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 年级  周课时  课程 科目 | | 高一 | 高二 | 高  三 | 说明 |
| 基    础    型    课    程 | 语 文 | 3 | 4 | 4 | （1）生命科学课程在高一开设  （2）高一心理课内容包含职业生涯规划，高二、三年级的“心理健康教育”以讲座形式，每月安排一次，一次约40~60分钟。  (3)高二年级的艺术、劳技整合为劳艺专项课，两节课连上。  （4）高三思想政治课程，本学期为期两周的社会调查专题课程。 |
| 数 学 | 3 | 4 | 4 |
| 外 语 | 3 | 4 | 4 |
| 物 理 | 2 | 2 |  |
| 化 学 | 2 | 2 |  |
| 生命科学 | 3 |  |  |
| 科 学 |  |  |  |
| 思想政治 | 2 | 3 | 1 |
| 历 史 | 2 | 3 |  |
| 地 理 | 3 |  |  |
| 社 会 |  |  |  |
| 艺 术 | 1 | 1 | 1 |
| 体育与健身 | 3 | 3 | 3 |
| 心理健康教育 | 1 |  |  |
| 劳动技术 | 1 | 2 |  |
| 信息科技 | 2 |  |  |
| 周课时数 | 31 | 28 | 17 |
| 拓  展  型  课  程 | 学科类、活动类（可包括体育活动） | 5 | 6 | 19 | 高一年级：学科类2体育活动2 拓展课1  高二年级：学科类3体育活动2拓展课1  高三年级：学科类选修17 体育活动2  每天晚餐后30分钟至晚自修开始前10分钟是学生自由体育活动时间 |
| 专题教育  或班团队活动 | 1 | 1 | 1 |  |
| 社区服务  社会实践 | 集中（1周） | | | 高一年级：军训（第8周）  高二年级：志愿者服务（因疫情另作安排）  高三年级：社会考查、志愿者服务等社会实践（分散安排） |
| 周课时数 | 6 | 7 | 20 |  |
| 研究型课程 | | 2 | 2 | 2 | 开展课题研究（集中、分散使用相结合） |
| 晨会或午会 | | 每天15-20分钟 | | |  |
| 广播操、眼保健操 | | 每天约40分钟 | | | 广播操每天每次20分钟，眼保健操上下午各一次 |
| 周课时总量 | | 39 | 37 | 38 |  |

**关于本学期课程计划的说明：**

1．本学期教学活动的总时间为21周，授课时间约为18周。复习考试、节假日及重大活动时间为3周。

2．高二劳技实际每周上课1课时，另1课时放在第二学期期末（每班集中两天在本校进行学工实践）。

3．重大时政宣讲通过政治课、午会课、升旗仪式等渠道落实，每周一天。

4．各年级拓展型课程安排：

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
|  | 高一 | 高二 | 高三 |
| 学科  类 | 学科拓展及辅优补差 | 学科拓展及辅优补差 | 学科拓展（选修课）辅优补差 |
| 活动  类 | 兴趣课（每周一节，周二下午）  体育活动（每周2节）  学校运动会（第五周）  学校艺术节  社团活动 | 兴趣课（每周一节，周三下午）  体育活动（每周2节）  艺、体类特长生辅导  学校运动会（第五周）  社团活动  学校艺术节 | 体育活动（每周2节）  艺、体类特长生辅导  学校运动会（第五周）  社团活动  学校艺术节 |
| 班会 | 行为规范教育和其它专题教育 | 行为规范教育和其它专题教育 | 行为规范教育和其它专题教育 |
| 主题  教育 | 安全教育——紧急逃生演练、学法指导、校史教育、法制教育、国防教育、环境教育、民族团结教育、健康教育（青春期教育、预防艾滋病、心理健康）、廉洁教育 | 安全教育——紧急逃生演练、法制教育、禁毒教育、课程选修指导、人口教育、环境教育、民族团结教育、健康教育（毒品预防）、廉洁教育 | 安全教育——紧急逃生演练、毕业生专题、心理辅导、法制教育、禁毒教育成人教育（成人仪式）、廉洁教育 |
| 社会  实践 | 军训（开学前一周）  社会志愿者服务（周五8、9节） | 学农（开学前）  社会志愿者服务（周五8、9节） | 社会考察  社会志愿者服务（周五8、9节） |

5．各年级研究课程安排：

重点在高一、二年级，以课题研究为主要形式，第4周开始听讲座、选题，第6周开始分组调研，期末进行阶段性总结。

教导处

2020年9月