**2023—2024学年度第一学期墨河马场小学体育社团安排表**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 班级 | 单周 | 双周 |
| 一 | 二 | 三 | 四 | 五 | 一 | 二 | 三 | 四 | 五 |
| 一（1） | 丢沙包 | 50米 | 韵律操 | 立定跳远 | 韵律操 | 韵律操 | 跳小绳 | 韵律操 | 毽球 | 跳大绳 |
| 二（1） | 丢沙包 | 50米 | 韵律操 | 立定跳远 | 韵律操 | 韵律操 | 跳小绳 | 韵律操 | 毽球 | 跳大绳 |
| 三（1） | 50米 | 韵律操 | 立定跳远 | 韵律操 | 丢沙包 | 跳小绳 | 韵律操 | 跳大绳 | 韵律操 | 毽球 |
| 三（2） | 50米 | 韵律操 | 立定跳远 | 韵律操 | 丢沙包 | 跳小绳 | 韵律操 | 跳大绳 | 韵律操 | 毽球 |
| 四（1） | 丢沙包 | 韵律操 | 50米 | 立定跳远 | 韵律操 | 韵律操 | 跳小绳 | 韵律操 | 毽球 | 跳大绳 |
| 四（2） | 丢沙包 | 韵律操 | 50米 | 立定跳远 | 韵律操 | 韵律操 | 跳小绳 | 韵律操 | 毽球 | 跳大绳 |
| 五（1） | 50米 | 丢沙包 | 韵律操 | 立定跳远 | 韵律操 | 50米 | 跳小绳 | 韵律操 | 毽球 | 跳大绳 |
| 五（2） | 50米 | 丢沙包 | 韵律操 | 立定跳远 | 韵律操 | 50米 | 跳小绳 | 韵律操 | 毽球 | 跳大绳 |
| 六（1） | 仰卧起坐 | 韵律操 | 立定跳远 | 韵律操 | 丢沙包 | 跳小绳 | 韵律操 | 跳大绳 | 50米 | 毽球 |
| 六（2） | 仰卧起坐 | 韵律操 | 立定跳远 | 韵律操 | 丢沙包 | 跳小绳 | 韵律操 | 跳大绳 | 50米 | 毽球 |