时集小学阳光课外体育活动安排表

（2024——2025第一学期）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 星  期  活  动  内  容  班  级 | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
| 一年级 | 拍小皮球 | 跳长绳、短绳 | 小游戏、踢毽子 | 足球、羽毛球 | 迎面接力跑 |
| 二年级 | 小游戏、踢毽子 | 三毛球、羽毛球 | 迎面接力跑 | 拍小皮球 | 跳长绳、短绳 |
| 三年级 | 跳长绳、短绳 | 立定跳远、踢毽子 | 羽毛球、乒乓球、三毛球 | 拍球、运球 | 各种奔跑游戏 |
| 四年级 | 各种奔跑游戏 | 羽毛球、乒乓球、三毛球 | 拍球、运球 | 立定跳远、踢毽子 | 跳长绳、短绳 |
| 五年级 | 拍球、运球 | 羽毛球、乒乓球 | 跳长绳、短绳 | 400米慢跑、奔跑游戏 | 立定跳远、踢毽子 |
| 六年级 | 篮球、排球 | 跳长绳、短绳 | 羽毛球、乒乓球 | 立定跳远、踢毽子 | 400米慢跑、奔跑游戏 |