**武进区坂上小学大课间活动安排表（2020.9）**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **水平一（一、二年级）** | | | | | | | | | | |
| 周次 | 丢手绢 | 跳短绳1 | 小篮球1 | 小排球 | 投准 | 小篮球2 | 小足球 | 跳绳 | 换物接力 | 跳房子 |
| 星期一 | 一（1） | 一（2） | 一（3） | 一（4） | 一（5） | 二（1） | 二（2） | 二（3） | 二（4） | 二（5） |
| 星期二 | 一（2） | 一（3） | 一（4） | 一（5） | 一（1） | 二（2） | 二（3） | 二（4） | 二（5） | 二（1） |
| 星期三 | 一（3） | 一（4） | 一（5） | 一（1） | 一（2） | 二（3） | 二（4） | 二（5） | 二（1） | 二（2） |
| 星期四 | 一（4） | 一（5） | 一（1） | 一（2） | 一（3） | 二（4） | 二（5） | 二（1） | 二（2） | 二（3） |
| 星期五 | 一（5） | 一（1） | 一（2） | 一（3） | 一（4） | 二（5） | 二（1） | 二（2） | 二（3） | 二（4） |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **水平二（三、四年级）** | | | | | | | | | | |
| 周次 | 背夹球 | 仰卧起坐 | 篮球 | 两人三足 | 跳短绳3 | 长绳 | 排球自垫 | 足球运球 | 篮球运球 | 跳短绳4 |
| 星期一 | 三（1） | 三（2） | 三（3） | 三（4） | 三（5） | 四（1） | 四（2） | 四（3） | 四（4） | 四（5） |
| 星期二 | 三（2） | 三（3） | 三（4） | 三（5） | 三（1） | 四（2） | 四（3） | 四（4） | 四（5） | 四（1） |
| 星期三 | 三（3） | 三（4） | 三（5） | 三（1） | 三（2） | 四（3） | 四（4） | 四（5） | 四（1） | 四（2） |
| 星期四 | 三（4） | 三（5） | 三（1） | 三（2） | 三（3） | 四（4） | 四（5） | 四（1） | 四（2） | 四（3） |
| 星期五 | 三（5） | 三（1） | 三（2） | 三（3） | 三（4） | 四（5） | 四（1） | 四（2） | 四（3） | 四（4） |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **水平三（五、六年级）** | | | | | | | | | | |
| 周次 | 跳绳 | 跳长绳3 | 乒乓球 | 踢毽子 | 仰卧起坐 | 滚铁环 | 排球 | 保龄球 | 篮球 | 跳长绳4 |
| 星期一 | 五（1） | 五（2） | 五（3） | 五（4） | 五（5） | 六（1） | 六（2） | 六（3） | 六（4） | 六（4） |
| 星期二 | 五（2） | 五（3） | 五（4） | 五（5） | 五（1） | 六（2） | 六（3） | 六（4） | 六（5） | 六（5） |
| 星期三 | 五（3） | 五（4） | 五（5） | 五（1） | 五（2） | 六（3） | 六（4） | 六（5） | 六（1） | 六（1） |
| 星期四 | 五（4） | 五（5） | 五（1） | 五（2） | 五（3） | 六（4） | 六（5） | 六（1） | 六（2） | 六（2） |
| 星期五 | 五（5） | 五（1） | 五（2） | 五（3） | 五（4） | 六（5） | 六（1） | 六（2） | 六（3） | 六（3） |