| **二年级大课间活动汇总表 2025.09** |
| --- |
|  **项目** **周次** | **1班** | **2班** | **3班** | **4班** | **5班** | **6班** | **7班** | **8班** |
|  | **室外** | **室内** | **室外** | **室内** | **室外** | **室内** | **室外** | **室内** | **室外** | **室内** | **室外** | **室内** | **室外** | **室内** | **室外** | **室内** |
| 第1-2周 | W1快乐兔子跳 | N5 拉伸运动 | W1快乐兔子跳 | N3背向传球 | W15花式拍球 | N4仰卧起坐比快 | W1快乐兔子跳 | N3背向传球 | W11前后左右青蛙跳 | N3背向传球 | W1快乐兔子跳 | N25过高山 | W27大象行 | N7过“山洞” | W1欢乐兔子跳 | N5拉伸运动 |
| 第3-4周 | W830米快速跑 | N7 过“山洞” | W4跳绳接力 | N4仰卧起坐比快 | W830米快速跑 | N23单腿下蹲 | W9西瓜蹲完什么蹲 | N7过“山洞” | W18花式沙包 | N4仰卧起坐比快 | W4跳绳接力 | N3背向传球 | W15花式拍球 | N4仰卧起坐比快 | W11前后左右青蛙跳 | N1快乐抛沙包 |
| 第5-6周 | W21双人拉手蹲跳转圈 | N8小小搬运工 | W6青蛙跳接力 | N7过“山洞” | W11前后左右青蛙跳 | N8小小搬运工 | W22听口令做练习 | N26孙悟空三打白骨精 | W24哈哈镜 | N7过“山洞” | W11前后左右青蛙跳 | N8小小搬运工 | W830米快速跑 | N23单腿下蹲 | W8 30米快速跑 | N18我是小火车 |
| 第7-8周 | W26一二三，木头人 | N9起立蹲下 | W830米快速跑 | N14颠乒乓球 | W1快乐兔子跳 | N9起立蹲下 | W26一二三，木头人 | N19矮子竞走 | W1快乐兔子跳 | N8小小搬运工 | W830米快速跑 | N7过“山洞” | W11前后左右青蛙跳 | N8小小搬运工 | W26一二三木头人 | N7过山洞 |
| 第9-10周 | W30救护战友 | N11 扳手腕 | W15花式拍球 | N15夹乒乓球 | W15花式拍球 | N11扳手腕 | W21双人拉手蹲跳转圈 | N21赶“猪”过河 | W15花式拍球 | N9起立蹲下 | W15花式拍球 | N9起立蹲下 | W1快乐兔子跳 | N9起立蹲下 | W4跳绳接力 | N9起立–蹲下 |
| 第11-12周 | W9西瓜蹲完什么蹲 | N19矮子竞走 | W16沙包投准 | N19矮子竞走 | W16沙包投准 | N15夹乒乓球 | W15花式拍球 | N8小小搬运工 | W9西瓜蹲完什么蹲 | N11扳手腕 | W14鸭子过河 | N19矮子竞走 | W15花式拍球 | N11扳手腕 | W9 西瓜蹲完什么蹲 | N16撑一撑、跳一跳 |
| 第13-14周 | W2划拳单脚跳 | N16撑一撑，跳一跳 | W5立卧撑、俯卧撑 | N9起立----蹲下 | W17袋鼠投掷 | N16撑一撑，跳一跳 | W25钻圈 | N16撑一撑，跳一跳 | W16沙包投准 | N15夹乒乓球 | W22听口令做练习 | N16撑一撑，跳一跳 | W16沙包投准 | N15夹乒乓球 | W20 推小车 | N4仰卧起坐比快 |
| 第15-16周 | W24哈哈镜 | N18 我是“小火车” | W7小羊闯沟赛 | N5拉伸运动 | W27大象行 | N19矮子竞走 | W11前后左右青蛙跳 | N6立位体前曲 | W26一二三，木头人 | N16撑一撑，跳一跳 | W9西瓜蹲完什么蹲 | N15夹乒乓球 | W17袋鼠投掷 | N16撑一撑，跳一跳 | W27 大象行 | N21赶猪过河 |
| 第17-18周 | W3背古诗跳格子 | N13举书包转体下蹲 | W10齿轮转 | N10拉绳角力 | W29跳袋接力 | N24蛤蟆顶球 | W24哈哈镜 | N5拉伸运动 | W29跳袋接力 | N19矮子竞走 | W29跳袋接力 | N24蛤蟆顶球 | W27大象行 | N19矮子竞走 | W3背古诗跳格子 | N13举书包转体下蹲 |
| 第19-20周 | W28急停急起 | N6 立位体前曲 | W18花式沙包 | N11扳手腕 | W11前后左右青蛙跳 | N8小小搬运工 | W20推小车 | N13举书包转体下蹲 | W27大象行 | N1快乐抛沙包 | W6青蛙跳接力 | N5拉伸运动 | W29跳袋接力 | N24蛤蟆顶球 | W18 花式沙包 | N18我是小火车 |
| 第21-22周 | W10齿轮转 | N7过山洞 | W25钻圈 | N13举书包转体下蹲 | W11前后左右青蛙跳 | N8小小搬运工 | W27大象行 | N9起立----蹲下 | W22听口令做练习 | N5拉伸运动 | W7小羊闯沟赛 | N8小小搬运工 | W11前后左右青蛙跳 | N8小小搬运工 | W10齿轮转 | N19矮子竞走 |