|  |
| --- |
| 戚实中2022-2023学年第一学期课外活动表 |
|  | 星期一 | 星期二 | 星期三 | 星期四 | 星期五 |
| 八 | 初一（1、3、4、5、6）跳绳初二（1、2、3）踢毽初三（1-6）篮球 |  | 初一（2、3、4）篮球初二（4、5、6）羽毛球初三（1、3）篮球 | 初一（1、5）足球初二（1-4）跳绳初三（2、4）篮球 | 初一（2、6）跳绳、踢毽初二（5、6）篮球初三（5、6）蓝球 |
| 九 | 高一（4-9）羽毛球高二（1—4、8）篮球高三（2、3、4、5、6、8）足球、羽毛球、乒乓球、篮球 | 高一（1-9）篮球、羽毛球、乒乓球高二（5-7）篮球、跳绳高三（1、7）足球 | 高二（1-8）足球、羽毛球、乒乓球、篮球高三（2、3、4、5、6、8）足球、羽毛球、乒乓球、篮球 | 高一（1-9）足球、羽毛球、排球、篮球、乒乓球高二（5-8）足球、羽毛球、篮球高三(1、7)羽毛球、篮球 | 高一（1-3）足球、羽毛球、篮球高二（1-4）篮球，乒乓球、足球高三(1-8)足球、篮球、羽毛球、乒乓球、排球 |
| 课外活动基本要求：1、学生在班主任带领下着运动服装进行课外活动2、各班排成二路纵队绕田径场热身2圈，并在体育委员的带领下做好热身操3、各班级在课外活动课前5分钟借好器材，并在指定区域进行课外活动4、各班下课前提前2分钟进行集队，体委进行器材清点进行活动课总结5、保管好所借器材，如有遗失进行赔偿 |