体育课开设课程一览表

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **课程类别** | **课程名称** | **上课范围** |
| 基础课 | 身体素质基础 | 一年级上 |
| 专项课 | Ⅰ | 足球、篮球、排球、乒乓球、羽毛球、游泳、太极（拳、剑）轮滑、健美、健美操、瑜伽、导引、体育舞蹈、普拉提、定向越野、武术（拳、棍）、跆拳道、艺术体操、橄榄球 | 一年级下 |
| Ⅱ | 足球、篮球、排球、乒乓球、羽毛球、游泳、太极（拳、剑）轮滑、健美、健美操、瑜伽、导引、体育舞蹈、普拉提、定向越野、武术（拳、棍）、跆拳道、艺术体操、橄榄球 | 二年级上 |
| Ⅲ | 足球、篮球、排球、乒乓球、羽毛球、游泳、太极（拳、剑）轮滑、健美、健美操、瑜伽、导引、体育舞蹈、普拉提、定向越野、武术（拳、棍）、跆拳道、艺术体操、橄榄球 | 二年级下 |
| 保健课程 | 保健班 | 一、二年级 |
| 选修课 | 实践 | 羽毛球、排球、气排球、拉丁舞 | 三、四年级 |
| 理论（含实践） | 形体塑造与形象优化、运动营养与形体塑造 | 一至四年级 |