

هفته اول	کلاس	تبریک سال نو تحصیلی و اعلام برنامه های سال، آشنایی با دانش آموزان
	حیاط	ارزشیابی دانش آموزان درست راه رفتن و دویدن
هفته دوم	کلاس	صحبت در مورد تغذیه و اهمیت بهداشت ورزشی
	حیاط	انجام بعضی از حرکات جهت ارزشیابی توانایی حرکتی دانش آموز
هفته سوم	حیاط	انجام حرکات پایه ، آموزش درست راه رفتن و درست دویدن
	حیاط	آموزش چند نوع راه رفتن، خرگوشی، خرگوشی یک پا، خرچنگی و...
	حیاط	ارزشیابی درست راه رفتن و دویدن، انجام بازی امدادی صفی
هفته چهارم	حیاط	آموزش مهارت پریدن - دور زدن - چرخیدن
	حیاط	انجام بازی لکوموتیورانی و ماشین بازی
هفته پنجم	حیاط	آموزش مهارت حرکت به صورت لی لی و حرکت به پهلو
	حیاط	آموزش انواع استقرار در زمین به اشکال مختلف
هفته ششم	حیاط	آشنایی با انواع توپ در بازیها
	حیاط	انجام بازی لانه خرگوش. هدف: چابکی، سرعت، جایگزینی
هفته هفتم	حیاط	انجام بازی گروهی با کش یا طناب جهت ارزشیابی مهارت پریدن
	حیاط	آموزش دریافت و پرتاب توپ
هفته هشتم	حیاط	آموزش بهداشت و تغذیه ورزشی
	کلاس	آشنایی با صفحه شطرنج و نکات مربوط به آن و آشنایی با کل مهره ها
هفته نهم	کلاس	انجام عملی درست گذاشتن صفحه شطرنج وچیدن مهره ها روی آن
	کلاس	آموزش حرکت سرباز یا پیاده
هفته دهم	کلاس	ارزشیابی دانش آموزان در درست گذاشتن صفحه، درست چیدن مهره ها و حرکت سرباز
	کلاس	

انجام بازی شطرنج دو به دو فقط با حرکت پیاده	کلاس	هفته یازدهم
آموزش حرکت رخ و کار عملی	کلاس	
انجام بازی شطرنج دو به دو فقط با حرکت رخ و پیاده	کلاس	هفته دوازدهم
آموزش حرکت فیل و کار عملی	کلاس	
آموزش حرکت‌های اسب همراه با شکل	کلاس	هفته سیزدهم
آموزش حرکت وزیر و کار عملی	کلاس	
انجام بازی شطرنج دو به دو فقط با حرکت پیاده رخ، فیل و وزیر	کلاس	هفته چهاردهم
انجام بازی دلخواه دانش آموزان	حیاط	
آموزش انعطاف پذیری دانش آموزان و رفع اشکال	حیاط	هفته پانزدهم
آموزش انعطاف پذیری دانش آموزان و رفع اشکال	حیاط	
برگزاری امتحانات نوبت دوم	حیاط	هفته شانزدهم
برگزاری امتحانات نوبت دوم	حیاط	
انجام بازی طناب کشی.	حیاط	هفته هفدهم
انجام بازی دستمال بازی	حیاط	
انجام بازی توپ دیواری. هدف: سرعت، چابکی، تسلط بر توپ	حیاط	هفته هیجدهم
انجام بازی شهر مجسمه ها	حیاط	
انجام بازی طناب کشی	حیاط	هفته نوزدهم
انجام بازی خرگوش بی لانه (بی خانه)	حیاط	
انجام بازی دویدن در مسیر متنوع.	حیاط	هفته بیستم
انجام بازی پرتاب به سبد. هدف: هماهنگی چشم و دست	حیاط	
آشنائی و نرمشها و اندازه گرفتن طناب	حیاط	هفته بیست و یکم
آموزش طناب زدن به صورت جفت پا از جلو	حیاط	
اجرای طناب زدن به صورت جفت پا از جلو	حیاط	هفته بیست و دوم
انجام بازی بدو پاس بده.	حیاط	

آموزش و تمرین طناب زدن به صورت یک پا از جلو	حیات	هفته بیست و سوم
انجام بازی بردن توپ با پا. هدف: مهارت جلو بردن توپ با کنترل	حیات	
آموزش و تمرین طناب زدن از عقب	حیات	هفته بیست و چهارم
انجام بازی امدادی چیدن و بر چیدن. هدف: چابکی، سرعت	حیات	
آموزش طناب زدن به صورت ضربدری	حیات	هفته بیست و پنجم
انجام بازی لی لی	حیات	
انجام بازی دلخواه دانش آموزان در کلاس یا سالن	حیات	هفته بیست و ششم
انجام بازی طناب کشی	حیات	
انجام بازی حفظ تعادل با کتاب روی سر. هدف: تعادل، کنترل بدن	حیات	هفته بیست و هفتم
آموزش حرکات لک لک (آزمون تعادل)	حیات	
آموزش حرکات لک لک (آزمون تعادل)	حیات	هفته بیست و هشتم
ارزشیابی موارد آموزش داده شده جهت امتحان نوبت دوم	حیات	
ارزشیابی موارد آموزش داده شده جهت امتحان نوبت دوم	حیات	هفته بیست و نهم
انجام بازی دلخواه دانش آموزان	حیات	