**小学体育与健康空中课堂指导课程**

**水平三第一周课程**

**滚动--左右直体滚动**

**学程拓展**

亲爱的同学们，经过这节课的学习，老师相信大家已经能够基本掌握本课所学的左右直体滚动的动作方法，请同学们在此基础上巩固拓展，尝试更多的滚动动作（例如：1尝试从低处向高处直体滚动；2与同伴手拉手直体滚动；3双脚夹球滚动运球；4直体滚动过障碍。），也请同学们开动脑筋，创新出更多的滚动动作。

经过反复练习，大家是不是对体操技巧动作产生了浓厚的兴趣呢。为了丰富同学们的技巧知识，老师与大家分享一本儿童体操垫上运动的书籍——《少儿体操图解》。同学们可以在课下继续进行学练，学习更多的新动作，提高技巧动作技能，培养更加优美的身体姿态。

****