



揭阳职业技术学院

艺术与体育系 教学日历

2025-2026 学年第一学期

授课计划时数:	32	学时
授 课 周 数:	16	
每周教学时数:	2	学时

专业 _____ 班别 _____ 25 级公体羽毛球 2、4 班

任课教师 _____ 郑顺新、林秋生

课程名称 _____ 体育一《排球》

教材名称 _____ 《大学体育与健康信息化教程》

系主任（签名） _____ 巫会朋

二〇二五年 九月一日 填

揭阳职业技术学院教务处编制

周次	日期	时数	教学方式	教学内容	备注
三	9月22日至 9月26日	2	理论	1. 羽毛球运动的起源与发展 2. 羽毛球场地及器材 3. 基本握拍法	
四	9月29日至 10月3日	2	实践	1. 握拍技术 2. 正手发高远球 3. 羽毛球（发球） 4. 练习1000米/800米	
五	10月6日至 10月10日	2	实践	1. 羽毛球（后场击球技术） 2. 练习1000米/800米 3. 正手发高远球 4. 学习后场正手击高远球技	
六	10月13日至 10月17日	2	实践	1. 羽毛球（巩固高远球技术） 2. 练习1000米/800米 3. 正手发高远球 4. 学习后场正手击高远球技	
七	10月20日至 10月24日	2	实践	1. 复习：握拍技术 2. 复习：正手发高远球 3. 学习后场正手击高远球技 4. 羽毛球（熟悉球性练习）	
八	10月27日至 10月31日	2	实践	1. 羽毛球（复习发球、正手击高远球技术） 2. 复习正手发高远球 3. 介绍反手发球技术 3. 身体素质	
九	11月3日至 11月7日	2	实践	1. 羽毛球（复习正手发网前球技术、平高球技术） 2. 介绍反手发球技术 3. 身体素质	
十	11月10日至 11月14日	2	实践	1. 复习正手发网前球平高球技术，学习发平快球技术 2. 复习：反手发球 3. 复习：正手发高远球 4. 学习后场正手击高远球技	

十一	11月17日至 11月21日	2	实践	1、复习正手击高远球技术，学习前进步法)； 2、学习仰卧起坐(女)考试，引体向上(男) 3、复习反手发球技术	
十二	11月24日至 11月28日	2	实践	1反手击高远球技术，学习后退步法)；学习仰 2卧起坐(女)考试，引体向上(男)复习正 手发高远球 3介绍反手发球技术	
十三	12月1日至 12月5日	2	实践	1. 复习正手击球技术，前进后退步法 2. 复习正手高远球 3. 身体素质	
十四	12月8日至 12月12日	2	实践	1、学习头顶击球技术，练习前进后退步法 2 身体素质	
十五	12月15日至 12月19日	2	实践	1、800米/1000米考试 1、学习仰卧起坐(女)考试，引体向上(男)	
十六	12月22日至 12月26日	2	实践	2、800米/1000米考试 1、学习仰卧起坐(女)考试，引体向上(男)	
十七	12月29日至 1月2日	2	实践	1、1000米/800米考试 2、仰卧起坐(女)考试，引体向上(男)考试	
十八	1月5日至 1月9日	2	实践	考核(正手打高远球)	

说明：此表一式四份，由任课教师填写，于开学前一周内交系办公室，由系主任审核。一份由教师保存；一份由教师所在系办公室和学生所在系办公室作为“教师业务档案”保存；一份送教务处备案。