

# 揭阳职业技术学院教学日历

2025 ~2026 学年第二学期

授课计划时数:	36	学时
授 课 周 数:	18	周
每周教学时数:	2	学时

专 业: 公共体育 班别: 体育舞蹈 1-9 班

任课教师: 陈 冰

课程名称: 体育二

教材名称: 《大学体育与健康信息化教程》

系主任 (签名) 巫会朋

2026 年 2 月 15 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
1	3月2日至 3月6日	2	讲授	1. 简介体育舞蹈摩登舞教学内容与要求、期中期末评定方法 2. 简介华尔兹基本知识、起源、舞蹈风格特点、音乐节奏 3. 本学期华尔兹基本元素练习、中国体育舞蹈联合会规定单人三级、双人铜牌组合	
2	3月9日至 3月13日	2	讲授	1、通过引导课学生们要明确学习的目的和端正学习态度 2、学习华尔兹架型、升降、脚法 3、培养学生的发展意识	
3	3月16日至 3月20日	2	讲授	1. 学习华尔兹前进后退步 2. 培养学生的团队精神	
4	3月23日至 3月27日	2	讲授	1. 学习华尔兹左、右横步移动和方形步 2. 通过基础训练健全学生的体魄，培养学生的形体美育教育	
5	3月30日至 4月3日	2	讲授	1. 复习华尔兹前进后退步、方形步 2. 学习华尔兹左转步	
6	4月6日至 4月10日	2	讲授	1. 复习华尔兹方形步移动 2. 复习华尔兹左转步 3. 学习华尔兹右转步	
7	4月13日至 4月17日	2	讲授	1. 复习左转步 2. 复习右转步 3. 学习华尔兹前进并换步 4. 学习华尔兹后退并换步	

周次	日期	时数	教学方式	教学内容	备注
8	4月20日至 4月24日	2	讲授	1. 复习学过的基本步 2. 学习叉形步 2. 学习华尔兹单人三级组合前半段	
9	4月27日至 5月1日	2	讲授	1. 复习华尔兹单人三级组合前半段 2. 学习华尔兹单人三级组合后半段	
10	5月4日至 5月8日	2	讲授	单人三级组合完整串联练习	
11	5月11日至 5月15日	2	讲授	1. 单人组合音乐串联练习 2. 身体柔韧拉伸放松练习	
12	5月18日至 5月22日	2	讲授	1. 复习华尔兹单人组合 2. 学习双人华尔兹铜牌组合第一小节动作	
13	5月25日至 5月29日	2	讲授	1. 复习双人华尔兹铜牌第一小节动作 2. 学习双人华尔兹铜牌第二小节动作	
14	6月1日至 6月5日	2	讲授	1. 复习双人华尔兹铜牌第一、二小节动作 2. 学习双人华尔兹铜牌第三小节动作	
15	6月8日至 6月12日	2	讲授	双人华尔兹铜牌组合完整串联练习	
16	6月15日至 6月19日	2	讲授	双人华尔兹铜牌组合完整串联配合音乐练习	

17	6月22日 至 6月26日	2	讲授	1. 复习单人三级组合、双人华尔兹铜牌组合 2. 身体素质练习	
18	6月29日 至 7月3日	2	考核	单人三级组合、组合双人华尔兹铜牌组合考核	

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。