

# 揭阳职业技术学院教学日历

二〇二五~二〇二六 学年第一 学期

授课计划时数:	32	学时
授课周数:	16	学时
每周教学时数:	2	学时

专业 \_\_\_\_\_ 班别 2025级公体篮球1—9班

任课教师 张乐为、邓耀明、林秋生、曾喜佳

课程名称 体育一（篮球）

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

周次	日期	时数	教学方式	教学内容	备注
3	9月22日至 9月26日	2	实践	1、熟悉球性（高、低运球，左、右手运球） 2、学习各种步法（变向、转身、交叉步、滑步） 3、学习单手肩上投篮或双手胸前投篮（女） 4、素质练习（指卧撑）	
4	9月29日至 10月3日	2	实践	1、熟悉球性， 2、复习各种步法，单手肩上投篮或双手胸前投篮（女） 3、学习双手胸前传球、单手胸前传球、反弹传球 4、素质练习。	
5	10月6日至 10月10日	2	实践	1、熟悉球性， 2、复习各种步法，单手肩上投篮或双手胸前投篮（女） 3、复习双手胸前传球、单手胸前传球、反弹传球 4、素质练习。	
6	10月13日至 10月17日	2	实践	1、熟悉球性。 2、复习各种步法、单双手胸前传球。 3、学习行进间低手上篮。 4、投篮练习 5、素质练习。	
7	10月20日至 10月24日	2	实践	1、熟悉球性。 2、复习各种步法、单双手胸前传球。 3、复习行进间低手上篮。 4、投篮练习 5、素质练习。	
8	10月27日至 10月31日	2	讲授	1、熟悉球性，复习行进间低手上篮。 2、学习左、右手变向运球，运球转身，背后运球。 3、投篮练习。 4、素质练习。	
9	11月3日至 11月7日	2	实践	1、复习运球、行进间低手上篮。 2、学习急停跳投（男），投篮练习（女）。 3、学习交叉步突破 4、素质练习。	

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。

周次	日期	时数	教学方式	教学内容	备注
10	11月10日至 11月14日	2	实践	理论课。（篮球运动的起源与发展）	
11	11月17日至 11月21日	2	实践	1、复习步法，运球，传球，行进间低手上篮。 2、教学比赛（半场 3 打 3）	
12	11月24日至 11月28日	2	实践	教学比赛	
13	12月1日至 12月5日	2	实践	1、复习急停跳投，交叉步突破。 2、学习二人行进间传球上篮。 3、素质练习。（中长跑）	
14	12月8日至 12月12日	2	实践	1、复习行进间低手上篮，两人行进间传球上篮。 2、学习防守技术（全场 1 防 1，从无球到有球） 3、投篮练习。 4、介绍基本裁判知识。 5、素质练习	
15	12月15日至 12月19日	2	实践	1、介绍考试内容（三角滑步，中长跑） 2、教学比赛（全场）	
16	12月22日至 12月26日	2	实践	1、复习三角滑步 2、教学比赛（全场）	
17	12月29日至 1月2日	2	实践	篮球考试	
18	1月5日至 1月9日	2	实践	篮球考试	

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。