

揭阳职业技术学院教学日历

二〇二五至二〇二六学年 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 2024级 班别 公体毽球

任课教师 连远斌、罗林苗、何丽琴、林秋生、曾喜佳

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 巫会朋

2026年2月14日填

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	理论	理论课：毽球竞赛规则与裁判法	
2	3月9日至 3月13日	2	实践	1、游戏：喊数抱团 2、毽球的脚内侧发球技术 3、身体素质练习	
3	3月16日至 3月20日	2	实践	1、游戏：“老鹰捉小鸡” 2、毽球的正脚背发球技术 3、身体素质练习	
4	3月23日至 3月27日	2	实践	1、游戏：“袋鼠”跳 2、毽球的脚外侧发球技术 3、身体素质练习	
5	3月30日至 4月3日	2	实践	1、游戏：“袋鼠”跳 2、毽球的脚内侧起球技术 3、身体素质练习	
6	4月6日至 4月10日	2	实践	1、复习脚内侧起球技术 2、毽球的脚外侧起球技术 3、身体素质练习	
7	4月13日至 4月17日	2	实践	1、复习脚外侧起球 2、毽球的正脚背起球技术 3、身体素质练习	
8	4月20日至 4月24日	2	实践	1、游戏：帖膏药 2、复习三种起球技术 3、身体素质练习	
9	4月27日至 5月1日	2	实践	1、游戏：“袋鼠”跳 2、毽球的腿部起球技术 3、身体素质练习	

周次	日期	时数	教学方式	教学内容	备注
10	5月4日至 5月8日	2	实践	1、复习腿部起球技术 2、毽球的腹部起球技术 3、身体素质练习	
11	5月11日至 5月15日	2	实践	1、复习腹部起球技术 2、毽球的胸部起球技术 3、身体素质练习	
12	5月18日至 5月22日	2	实践	1、复习胸部起球技术 2、毽球的头部起球技术 3、身体素质练习	
13	5月25日至 5月29日	2	实践	1、游戏：帖膏药 2、毽球的脚踏攻球技术 3、身体素质练习	
14	6月1日至 6月5日	2	实践	1、游戏：“袋鼠”跳 2、毽球的头部攻球技术 3、身体素质练习	
15	6月8日至 6月12日	2	实践	1、复习脚踏攻球和头部攻球技术 2、毽球的倒勾攻球技术 3、身体素质练习	
16	6月15日至 6月19日	2	实践	1、游戏：“袋鼠”跳 2、毽球的原地拦网技术 3、身体素质练习	
17	6月22日至 6月26日	2	考试	期末毽球专项考核： 两人隔网对踢、发球	
18	6月29日至 7月3日	2	考试	期末身体素质考核： 男生：100米、立定跳远 女生：100米、立定跳远	

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。