



# 揭阳职业技术学院

## 艺术与体育系 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	
每周教学时数:	2	学时

专业 公共体育 班别 乒乓球 1-9 班

任课教师 郑顺新、巫会朋、张翼、钟晓雄

课程名称 体育二乒乓球

教材名称 《体育与健康信息教程》

系主任（签名） 巫会朋

二〇二六年 二月一日 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
1	3月2日至 3月6日	2	理论 实践	1、介绍本学期教学内容及重点 2、左推右攻 2、推挡侧身攻 3、发球抢攻 4、素质练习：立定跳远	
2	3月9日至 3月13日	2	实践	1、正手攻球技术 2、初步学习弧圈球技术 3 身体素质练习 4、素质练习：立定跳远	
3	3月16日至 3月20日	2	实践	1.复习掌握并步移动和左推右攻或推挡侧身攻； 2.身体素质：发展灵敏性和腿部爆发力。	
4	3月23日至 3月27日	2	实践	1、发球抢拉、发球抢攻、搓球起板 2、乒乓球步法 3、身体素质练习（100米跑）	
5	3月30日至 4月3日	2	实践	1、介绍单打基本战术。 2、趣味升降比赛。 3、身体素质练习（100米跑）	
6	4月6日至 4月10日	2	实践	1、介绍双打比赛方法及配对组合 2、复习考试内容 3、提高学生身体灵敏性，培养学生机智的品质 4、素质练习：立定跳远	
7	4月13日至 4月17日	2	实践	1、介绍乒乓球基本技术理论。 2、介绍乒乓球主要比赛规则。 3、改进本学期学习的主要技术。 4、素质练习。	
8	4月20日至 4月24日	2	实践	1、介绍裁判方法。 2、介绍比赛组织方法。 3、改进本学期学习的主要技术。 4、素质练习：立定跳远	

9	4月27日至5月1日	2	实践	1、介绍比赛组织方法。 2、介绍身体素质练习方法。 3、学生自己组织，教师进行辅导，学生自己学做裁判 4、100米练习	
10	5月4日至5月8日	2	实践	1、教学比赛（单淘汰）使学生运用技术于实践，提高实战能力 2、介绍身体素质练习方法。 3、学生自己组织，教师进行辅导，学生自己学做裁判 4、100米练习	
11	5月11日至5月15日	2	实践	1、教学比赛（单淘汰）使学生运用技术于实践，提高实战能力 2、介绍身体素质练习方法。 3、学生自己组织，教师进行辅导，学生自己学做裁判	
12	5月18日至5月22日	2	实践	2、教学比赛（单淘汰）使学生运用技术于实践，提高实战能力 2、介绍身体素质练习方法。 3、立定跳远学习	
13	5月25日至5月29日	2	实践	1 教学比赛（单淘汰）使学生运用技术于实践，提高实战能力 2、介绍身体素质练习方法。 3、立定跳远学习	
14	6月1日至6月5日	2	实践	1、介绍乒乓球的旋转知识。 2、学习乒乓球搓球技术。 3、组合练习。 4、素质练习。 5、通过本次课学习，使学生初步体会运动项目中的攻、守平衡及相互转换的概念。	
15	6月8日至6月12日	2	实践	1、学习乒乓球发球技术。 2、复习乒乓球搓球技术。 3、组合练习。 4、素质练习。 5、培养学生对乒乓球爱好的兴趣。	
16	6月15日至6月19日	2	实践	1、学习接发球技术。 2、复习发球技术。 3、组合练习。 4、培养学生积极参加运动的热情。	
17	6月22日至6月26日	2	实践	1. 巩固提高正手近台攻球； 2 复习交叉步，练习左推右攻； 3 复习正手发下旋球和正、反手搓球	

18	6月29日 至 7月3日	2	考试	考试： 1、乒乓球专项考试 2、身体素质考试（100米跑、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。