

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 25 级公体足球2、4、5、9班

任课教师 张翼、巫会朋、邓耀明

课程名称 体育一（足球）

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、本学期足球课程介绍 2、熟悉球性练习， 3、脚内侧踢定位球， 4、身体素质	
4	9月29日至10月3日	2	实践	一、本学年足球课程介绍 二、熟悉球性练习 三、脚内侧踢地滚球 四、身体素质练习	
5	10月6日至10月10日	2	实践	一、足球运动简介 二、熟悉球性练习 三、脚内侧和脚掌停地滚球 四、复习脚内侧踢球， 五、身体素质练习	
6	10月13日至10月17日	2	实践	一、运球练习：脚背内外侧、脚背正面运球 二、脚内侧传地滚球 三、复习脚内侧传接地滚球 四、身体素质练习	
7	10月20日至10月24日	2	实践	一、运控球：行进间拉扣拨 二、复习脚内侧传接地滚球 三、脚内侧传接空中球 四、规则介绍和教学比赛 五、身体素质练习	
8	10月27日至10月31日	2	讲授	一、复习脚内侧传接地滚球 二、脚底和脚内侧停反弹球 三、脚背内侧踢定位球 四、规则介绍和教学比赛 五、身体素质练习	
9	11月3日至11月7日	2	实践	一、行进间脚内侧传球练习 二、接—运—传球综合练习 三、复习脚背内侧踢定位球 四、规则介绍和教学比赛 五、身体素质练习	

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	一、复习脚背内侧踢定位球 二、挺胸式胸部停球、大腿停空中球 三、运球—传球—脚背内侧射门 四、教学比赛 五、身体素质练习	
11	11月17日至11月21日	2	实践	一、原地传抢游戏 二、学习脚背正面接空中球 三、学习脚背正面传定位球 四、规则介绍和教学比赛 五、身体素质练习	
12	11月24日至11月28日	2	实践	一、复习脚背正面传球 二、学习拦截球技术 三、学习掷界外球技术 四、教学比赛 五、身体素质练习	
13	12月1日至12月5日	2	实践	一、复习运控球 二、学习原地头顶球技术 三、运球—射门练习 四、足球其他规则介绍 五、教学比赛	
14	12月8日至12月12日	2	实践	一、过人假动作 二、一对一攻防练习 三、绕杆射门 四、足球理论介绍和教学比赛 五、身体素质	
15	12月15日至12月19日	2	实践	一、复习脚内侧传空中球 二、三人传球练习 三、足球理论与教学比赛	
16	12月22日至12月26日	2	实践	一、绕杆练习 二、足球考试项目练习 三、教学比赛	
17	12月29日至1月2日	2	实践	一、足球项目考试 二、教学比赛	

18	1月5日 至 1月9日	2	实践	一、教学机动课：补考、补测 二、教学比赛 三、本学期教学总结	
----	-------------------	---	----	--------------------------------------	--

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。