中共浙江外国语学院委员会文件

浙外党办〔2024〕16号

中共浙江外国语学院委员会办公室 浙江外国语学院 学院院长办公室关于印发学校大学体育教育 实施方案的通知

各二级党组织，各部门、学院（部）、单位：

为了扎实推进学校体育教育工作，增强学生体质，促进学生全面发展，根据《高等学校体育工作基本标准》《国家学生体质健康标准》《普通高等学校学生管理规定(2017)》《学校体育工作条例(2017)》《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的实施意见》《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的实施意见》等文件精神，制定本实施方案。

一、指导思想

以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，全面贯彻党的教育方针，落实立德树人根本任务，切实发挥体育教育在培育和践行社会主义核心价值观、推进大学生素质教育中的重要作用，服务学生全面发展，增强体质、健全人格，培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。

二、基本原则

1.坚持改革创新

立足新时代大学生体育教育要求，更新教育观念，深化教学改革，积极探索体育教育与价值引领相结合的有效途径，以体育人、以体化人，增强学生体魄，弘扬“更快、更高、更强、更团结”的奥林匹克精神和“为国争光、无私奉献、科学求实、遵纪守法、团结协作、顽强拼搏”的中国体育精神。

2.坚持特色发展

坚持整体推进与典型引领相结合，在强化以竞技强身为目的的体质训练同时，要充分发挥我校在太极拳、武术、舞龙舞狮等民族传统体育项目上的优势，促进竞技体育与民族体育均衡发展，让学生感悟中华优秀传统体育的魅力，弘扬中华体育精神。

3.坚持协同育人

深入体教融合，健全协同育人机制。强化与政府职能部门、职业体育俱乐部合作，建立学校、政府、社会共同关心的支持学生全面健康成长的激励机制，引导学生树立正确的健康观，帮助学生在体育锻炼中全面提高健康素养。

三、具体内容

1.构建科学课程体系

紧紧围绕《普通高等高校本科专业类教学质量国家标准》及学校的“国际化应用型”人才培养定位，坚持“以生为本，健康第一”的教育理念，聚焦提升学生核心素养，实施强健学生体质和体育技能双特培养计划，搭建体育社团和校运动队平台，以增强学生体质、健全学生人格，锤炼学生意志，促进学生全面发展。（详见附件）。

2.确定专业课程目标

(1) 运动参与目标: 能够编制可行的个人锻炼计划, 积极参与各种体育活动, 养成自觉锻炼的习惯, 形成终身体育的意识。具有一定的体育文化欣赏能力。

(2) 运动技能目标: 熟练掌握两项以上健身运动的基本方法和技能; 能科学地进行体育锻炼, 提高自己的运动能力; 掌握常见运动创伤的处置方法。

(3) 身体健康目标: 能够准确的测试和评价自身体质健康状况, 系统掌握提高身体素质、发展体能的基础知识与方法; 能合理选择健康营养食品; 养成良好的行为习惯, 形成健康的生活方式; 具有健康的体魄。

(4) 心理健康目标: 能够根据自己的能力设置体育学习目标; 自觉地通过体育活动改善心理状态、克服心理障碍, 养成积极乐观的生活态度; 运用适宜的运动方法调节自己的情绪; 在体育锻炼中体验运动的乐趣和成功的感受。

(5) 社会适应目标: 能够了解不同国家和地域的体育文化, 懂得体育礼仪与赛事规则。表现出良好的体育道德和合作精神; 正确处理竞争与合作的关系。

3.搭建专业化体育社团平台

体育社团是校园体育文化建设的重要阵地, 旨在满足学生个性化的运动兴趣和锻炼需求, 也为选拔校运动队人才提供保障。学校设有太极拳、武术、龙舟、舞龙舞狮、短兵、跆拳道、木球、篮球、足球、排球、网球、乒乓球、羽毛球、体育舞蹈、健美操、街舞、高尔夫、体能训练等运动类社团; 由体育教师进行专业指导(2学时/周), 并组织学生参加体育竞赛、体育表演和体育文化

交流等活动。

4. 打造高水平运动训练品牌

高水平体育训练是体育爱好者的发展平台，学校设有田径、篮球、足球、排球、网球、乒乓球、羽毛球、武术、体育舞蹈、健美操、舞龙舞狮、高尔夫、龙舟等校级运动队，在专业体育教师指导下（每周至少 4 学时和赛前集训至少 30 天），发展学生运动才能，使学生在某个运动项目上达到或相当于国家等级运动员水平，鼓励学生积极参加中国大学生体育竞赛、浙江省大学生运动会和各项目锦标赛。

5. 强化校园体育文化建设

校园体育竞赛旨在以赛促学、以赛促练、增强体质、锤炼意志、掌握技能，在全校形成“人人重视体育，个个热爱运动”的浓烈氛围，全面提高人才培养质量。学校以举办体育文化节为载体，每年组织千人太极拳和健美操展演，组织篮球、气排球、足球、羽毛球、乒乓球、网球、高尔夫、田径、操舞、武术、舞龙舞狮、校园马拉松等体育赛事。

四、完善评价体系

1. 课程评价

内容	课程				
	权重	专项技术	体育理论	身体素质	课外长跑
大学体育（一）	50%	10%	20%	10%	10%
大学体育（二）	50%	10%	20%	10%	10%
大学体育（三）	50%	10%	20%	10%	10%
大学体育（四）	50%	10%	20%	10%	10%
大学体育（五）			50%	30%	20%

2.课程重修

《大学体育》不及格的学生可以参加课程重修，但必须跟班学习，且随该教学班参加考核。

3.体质健康测试

学校严格按照教育部《国家学生体质健康标准》(2014年)的要求，于每年秋冬季对所有学生进行体质健康测试，测试成绩向学生反馈，并将测试结果上报国家学生体质健康标准数据管理系统，形成我校学生体质健康年度报告。每年6月份前，在校内公布学生体质健康测试总体结果。每年春夏季参加浙江省教育厅对全省高校三年级学生体质健康的统一抽样测试，测试结果成绩排名由省教育厅统一公布。

4.毕业要求

大学体育课程本科生开设三年，专升本开设半年；全日制普通本科生、专升本学生在校期间必须连续每年参加《国家学生体质健康标准》测试(以下简称“体质健康测试”)。修满人才培养方案规定学分，且毕业时的体质健康测试成绩达到50分及以上者，方可毕业。毕业时的体质健康测试成绩按毕业当年学年总分的50%与其他学年测试总分平均得分的50%之和进行评定。

根据教学要求，体育课成绩按学期综合评定，且执行学校相关规定，违规违纪者，按《浙江外国语学院学生违纪处分管理规定实施细则》处理。

五、保障措施

1.组织保障

体育运动委员会负责学校体育教育的顶层设计和督促执行。校长担任委员会主任，分管学生工作和教学工作的校领导担任副

主任，相关职能部门及各二级学院副书记、校学生会主席担任委员，办公室设在体育教研部。学校将学生体质健康测试合格率纳入二级学院（部）目标责任考核体系。

2.制度保障

为保证学校体育教育正常开展，学校将进一步完善体育教育教学的相关制度，同时严格执行已经出台的《浙江外国语学院大学体育课程思政实施办法》《浙江外国语学院体育课程成绩考核与管理办法》《浙江外国语学院学生体质健康标准测试实施方案》《浙江外国语学院阳光长跑管理规定》《浙江外国语学院新形势下校园体育竞赛实施方案》《浙江外国语学院体育活动意外伤害事故应急预案》《浙江外国语学院体育课堂教学规范》《浙江外国语学院教师教学业绩考核办法》等制度文件。

3.基础设施保障

健全学校体育保障机制，学校将体育工作经费纳入学校经费预算；根据体育课教学、课外体育活动、课余训练竞赛和实施《国家学生体质健康标准》等工作需要，合理配备体育教师；学校要加大经费投入，建立智慧化体育管理系统平台，保障体育场馆、设施和器材等基本满足体育教育需求。

4.质量保障

遵循《浙江外国语学院课堂教学质量标准》，实施“五位一体”教学过程监测与反馈机制（领导听课，同行听课、督导听课、学生评教、学生座谈）及“三段一贯”的教学质量评价与提升机制（期初对教学材料及场地器材的准备工作的检查与研讨、期中对课堂教学质量检查和教师教学能力的提升的研讨、期末对考试、教学材料的存档工作的检查及研讨）；进一步加强大学体育基层教

学组织建设，提升教学水平；同时严格体育课程和体育锻炼的各项管理，以优良的教风学风保障教学质量。

附件：浙江外国语学院大学体育课程

中共浙江外国语学院委员会办公室 浙江外国语学院院长办公室
2024年5月29日

附件：

浙江外国语学院大学体育课程

课程性质		课程名称	学分	学时	开课学期	考核方式
公共必修课程	特色必修	太极拳	0.5	16	(二)	考试
	兴趣选修	民族传统体育	1	32	(一)-(四)	考试
		木球	1	32		
		跆拳道	1	32		
		武术短兵	1	32		
		舞龙舞狮	1	32		
		高尔夫	1	32		(一)-(四)
		曲棍球	1	32		
		体育舞蹈	1	32		
		爵士舞	1	32		
		健美操	1	32		
		啦啦操	1	32		
		排舞	1	32		
		篮球	1	32		
		足球	1	32		
		气排球	1	32		
		羽毛球	1	32		
		乒乓球	1	32		
		网球	1	32		
	必修	身体素质提升	0.5	16	(五)(六)	考试
	体育保健	1	32	(一)-(六)	考试	
公共选修课 注意	体能训练	1	32	(一)-(八)	考查	
	武术短兵	1	32			
	高尔夫(高阶)	1	32			
	排球(高阶)	1	32			
	足球(高阶)	1	32			
	篮球(高阶)	1	32			
	健美操(高阶)	1	32			

*注 1.《太极拳》是我校的特色项目，是《大学体育（二）》的一部分，学校要求每位在校生必须学会太极拳，考核合格，《大学体育（二）》才合格，学生才能获得相应学分。

*注 2.课外长跑是《大学体育》的一部分，成绩计入期末体育成绩总分。每学期未完成总公里数的 60%，该模块成绩不予计分。

*注 3.学生严格体育课程考勤。无故旷课一次，扣 5 分。迟到、早退各扣 1 分，请假 1 次扣 2 分，直至扣完考勤 10 分。因任何原因缺课达 1/3 者，该学期体育成绩记为 0 分。

*注 4.学生代表学校参加中国大学体育协会、浙江省大学体育协会组织的大学生体育竞赛，期末体育成绩由该运动项目指导教师评定为 95 分。

*注 5.参加运动队训练的学生，由学生申请，经过指导教师的同意，可以免于阳光长跑，长跑成绩由指导教师根据学生表现评定，最高不超过 10 分。

*注 6.退伍学生，可持相关证明办理免修手续，其体育成绩为 90 分。

*注 7.体育保健班学生经过课程学习和考核，体育成绩最高为 60 分。