

广州番禺职业技术学院文件

番职院公〔2023〕1号

关于印发《广州番禺职业技术学院体育课管理办法（试行）》的通知

学校各单位（部门）：

《广州番禺职业技术学院体育课管理办法（试行）》业经学校校长办公会研究通过，现印发给你们，请遵照执行。

广州番禺职业技术学院

2023年6月27日

广州番禺职业技术学院体育课管理办法（试行）

体育是学校教育的重要组成部分，是学校培养德智体美劳全面发展人才的重要方面，为了进一步加强学校体育教学工作，深化体育课程改革，不断提高体育教学质量，促进学生身心健康发展，特对《广州番禺职业技术学院体育课程改革方案》（番职院教〔2010〕33号）进行修订。

一、指导思想

为了落实2020年10月中共中央办公厅国务院办公厅印发《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》等有关文件精神，坚持“健康第一”的教育理念，逐步完善“健康知识+基本运动技能+专项运动技能”的学校体育教学模式，构建体育教学、训练、运动竞赛、课外体育活动“四位一体”体育课程体系，不断推进学校课程思政建设，优化整合课程资源，通过分层教学和分类指导满足学生个性化教育需求，结合课内外一体化课程、线上线下混合式等模式，帮助学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志，培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。

二、课程性质

体育课程是把身体发展、思想品德教育、文化科学教育、生活与劳动技能教育、心智开发等寓于身体活动并有机结合的教育课程，是高等职业院校实施素质教育和培养全面发展人才的重要途径，是高等学校体育工作的中心环节。课程是大学生以身体练习为主要手段，通过合理的体育教育和科学的体育锻炼过程，达

到增强体质、增进健康和提高体育素养为主要目标的必修课程，是学校课程体系的重要组成部分。

三、课程目标

（一）正确树立“健康第一”的指导思想，培养大学生的“终身体育意识”，激发大学生参加各种体育活动的积极性，熟练掌握两项以上锻炼身体的技能和方法，提高自身运动能力和体育文化欣赏水平。

（二）掌握如何有效提高身体素质、全面发展体能的理论知识和方法，学会正确、客观地测试和评价自己的体质状况，养成良好的体育锻炼行为习惯，形成健康的生活方式，具有健康的体魄。

（三）通过积极参与体育活动，培养学生良好的团结协作、沟通能力和规则意识，让学生在体育锻炼过程中享受运动带来的乐趣，提高身体素质，为培养学生职业素养，掌握职业技能打下良好的身体基础。

（四）通过积极参与体育活动，调整自己的心理状态，形成积极乐观、向上的生活态度，提高适应社会的能力。

四、课程分类和实施

体育课程分为体育理论课程、体育实践类课程和体质健康测试，在大学一、二年级开设，总课时为 108 学时（两年制、3+2 模式和五年一贯制高职段为 72 学时），其中体育实践类课程分为体育专项课程、体育保健类课程和运动训练队课程，具体如下：

（一）体育理论课程

体育理论课程具体指超星平台《大学体育》线上课程，本课程是介绍体育基础理论、体育文化、运动项目的技术和规则等相关知识，以在线网络学习和课下自主练习为形式的课程。

此课程于第一学期开设，共 30 学时，记 2 学分，具体开课时间由教务处另行通知，须在规定时间内完成课程学习和考试。

（二）体育实践类课程

1.体育实践类课程分类

1.1 体育专项课程

体育专项课程是根据不同体育项目特征，分项目进行系统讲授。分为篮球、足球、羽毛球、网球、乒乓球、定向越野、太极拳、跆拳道、健美操、体育舞蹈、跳绳、皮划艇、飞镖等项目。公共课教学部也可根据学生需求和教师特长申请增开其它体育专项课，经教务处批准后实施。

1.2 体育保健课程

体育保健课程是以指导康复、保健养生为主要内容的体育课程，主要针对部分因身体原因无法参加正常体育专项课程学习的学生。身体原因具体指：遗传病史、伤病史、身材明显消瘦（ $BMI < 19$ ）或明显肥胖（ $BMI > 24$ ）的学生，若不符合上述条件的学生选修此课，教师有权对其进行调课处理。

1.3 运动训练队课程

运动训练队课程是指针对学校各项运动训练队开展的专项训练技术内容课程，将学校训练队训练纳入体育课管理范畴。课程内学生必须通过指导教师专项运动技能测试后方能入队训练，

每个体育项目仅开设一个班。专项训练队每周至少参加一次由教练员组织的教学、训练或课外辅导活动。学生有权利和义务代表学校参加对外体育竞技比赛和文化交流。

2.体育实践类课程实施要求

2.1 学时和学分 体育实践类课程每学期 30 学时记 2 学分，开设学期根据人才培养方案要求开设，其中运动训练队课程不受学期限制。

2.2 选课方式 学生根据兴趣爱好、体育特长和身体情况每学期自主选择其中一类课程进行学习，学生可任选一个与自己上其它课程不冲突的体育专项教学班上课。学生选课不受学院、专业或班级限制，自主选择上课时间、自主选择项目、自主选择授课老师的“三自主”选课模式，重新组织班级。原则上一个学生每学期只选修一门体育课程。学生在选修第二门体育专项课时，需选择与已修体育专项课不同的专项课。体育保健课程和运动训练队课程不受限制。

2.3 班级人数 为了保证教学质量，结合项目特点及场地，教学班一般为 30 至 40 人（教学场地限制的个别特殊课程除外）。

2.4 上课时间 学生按照所选班级时间上课，如遇实训等特殊情况，经任课老师批准后，也可参加同一体育专项的其它教学班的上课，每周只能上一次课。

2.5 教师与课程 体育教师可以根据自己的专长，提出开设体育专项课的申请，一经批准，该教师就是体育专项课指导教师。

一个体育专项可配备多名指导教师，也可以开设多个教学班，每个教学班配备一名老师，相同体育专项实行统一授课标准。

2.6 如遇特殊情况 室外体育课程如遇到雨天等特殊情况或室内课程场地被学校大型活动临时占用，无法按原计划上课时，为确保教学任务的全面落实，应采用以下两种方式组织教学：

（1）申请调配课室或将室外现场教学转为课室理论讲授。

（2）采用线上教学平台实施线上线下混合教学。

2.7 关于教学用品 羽毛球、网球、乒乓球等类课程上课使用的拍和球由学生自备。其它类根据项目特点由师生共同讨论决定。

（三）体质健康测试

体质健康测试是根据《国家学生体质健康标准（2014年修订）》测试标准对学生从身体形态，身体机能和身体素质等方面综合评定体质健康水平。

此课程每学年记6学时共18学时记0.5学分（两年制、3+2模式和五年一贯制高职段学年记6学时共12学时记0.5学分），学生须每学年完成一次体质健康测试，具体测试时间和要求根据教务处通知安排执行。

五、课程评价

（一）体育课程分类评价

1.体育理论课程 考核评价根据课程线上学习情况和理论考试进行综合评定。

2.体育实践课程 课程采取立体化考核模式，注重过程性考

核，具体如下：

体育实践课程类别	考核内容	占比	备注
1.体育专项课程	1.体育参与，学习态度和考勤	20%	
	2. 课外体育锻炼（阳光校园跑）	20%	
	3.专项运动技能	60%	
2.体育保健课程	1.体育参与，学习态度和考勤	20%	
	2.课外体育锻炼	20%	可其它锻炼代替。
	3.伤病康复管理	60%	
3.运动训练队课程	1.体育参与，学习态度和考勤	20%	
	2.训练次数或辅导次数	20%	
	3.运动成绩	60%	

考核结果采用“五级制”，即分为优、良、中、及格、不及格五个等级，其中 90 分（含）以上为优，80 分（含）至 90 分为良，70 分（含）至 80 分为中等，60 分（含）至 70 分为及格，60 分以下为不及格。对于上课时数达不到总学时的三分之二的学生，取消考试资格。

3.体质健康测试成绩评定根据《国家学生体质健康标准（2014 年修订）》成绩评定办法进行评定。学年测试成绩评定不及格者，在本年度准予补测一次，补测不及格，则学年成绩评定为不及格。学生毕业时体测成绩和等级，按照毕业当学年总分的

50%与其他学年总分平均得分的 50%之和进行评定,《标准》测试的成绩达不到 50 分者按照结业或肄业处理。

(二) 关于免修、缓考、补考、重修

1.免修: 符合条件的退伍军人可申请体育课程免修, 并根据要求办理免修手续。

2.缓考: 由于临时伤病等原因需要缓考, 按照教务处规定的缓考流程办理缓考, 并在下学期根据教务处通知时间要求内完成考核。

3.补考: 体育课不设补考, 不及格需重修。

4.重修: 凡具有我校学籍的全日制学生和已结业的学生, 在有效学制年限内由于未取得人才培养方案中体育必修课的学分, 均应申请重修。

六、附则

1.本方案自颁布之日起开始试行实施。

2.本方案不包含协同本科班学生。

3.本方案由教务处、公共课教学部负责解释。