

# 安徽机电职业技术学院文件

校字〔2026〕3号

## 关于印发《安徽机电职业技术学院学生课外体育锻炼管理办法（修订）》的通知

各教学单位、各部门：

《安徽机电职业技术学院学生课外体育锻炼管理办法（修订）》已经2025年12月26日第34次院长办公会议研究同意，现印发实施，请遵照执行。

- 附件：1. 课外体育锻炼免锻申请表  
2. 学生参加体育训练及竞赛安全承诺书  
3. 校园跑异常记录申诉表

安徽机电职业技术学院

2026年1月9日



# 安徽机电职业技术学院学生课外体育锻炼 管理办法（修订）

## 第一章 总则

**第一条** 为贯彻落实《健康中国行动（2023—2030年）》和《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》（中办发〔2020〕36号）等文件精神，深化体教融合，规范学生课外体育锻炼管理，切实提升学生体质健康水平，结合学校实际，制定本办法。

**第二条** 课外体育锻炼坚持“健康第一”理念，以“天天锻炼、健康成长、终身受益”为目标，推动课内外体育活动协同联动，全面提升学生体质健康水平与终身锻炼意识。

## 第二章 组织与管理

**第三条** 学校由分管体育工作的校领导统筹学生课外体育锻炼工作，公共基础教学部、教务处、学生处、后勤保障处、团委及各二级学院共同协同落实。具体工作由公共基础教学部学生体育俱乐部管理中心承担日常办公职能。

### 第四条 职责分工

**（一）公共基础教学部：**每学期制定和发布校园跑实施细则，统计和管理学生各项考核数据，审核最终成绩。

**（二）教务处：**提供非毕业班级学生完整信息，动态更新转班、休学等信息。

**（三）学生处：**督促二级学院宣传动员，协调违规行为处理。

**（四）后勤保障处：**校医院负责医疗审核及医务救助等。

**(五) 团委:** 组织校级比赛, 落实“第二课堂成绩单”积分认定。

**(六) 二级学院:** 动员并组织学生参与锻炼和活动, 执行评优评奖关联政策, 落实安全教育。

### **第三章 锻炼对象与时间**

**第五条** 参与对象为学校三年制大一、大二学生和两年制大一学生, 鼓励其他年级学生自愿参与。

**第六条** 校园跑仅记录学期初公共基础教学部指定时段内的锻炼数据; 参与体育竞赛、组织及裁判等活动, 仅统计本学期及学期前假期的情况。

### **第四章 锻炼形式与要求**

#### **第七条 校园跑**

##### **(一) 计分规则**

1. 锻炼对象每学期完成 50 次单次跑计满分(100 分), 单次计 2 分。

2. 未满 50 次者, 学期总里程达 150 公里奖励 10 分, 每超 50 公里追加 10 分, 累计奖励上限 30 分。

##### **(二) 有效标准**

1. 男生单次跑  $\geq 2.0$  公里, 女生  $\geq 1.6$  公里, 配速 3—9min/km。

2. 每日仅记录 1 次有效跑, 超额次数计入总里程。

#### **第八条 体育竞赛活动**

**(一) 参加省级/市级比赛:** 代表学校参赛者, 学期成绩计 100 分。

**(二) 参加校级比赛：**获前 3 名计 50 分/项，4-8 名计 30 分/项，参与者计 15 分/项。

**(三) 参加俱乐部比赛：**获前 3 名计 30 分/项，4-8 名计 20 分/项，参与者计 10 分/项。

注：须提供秩序册、获奖证书等证明材料。

### **第九条 赛事组织与裁判工作**

(一) 参加校级比赛的组织者/裁判员计 10 分/场。

(二) 参加俱乐部比赛的组织者/裁判员计 5 分/场。

### **第十条 特殊情况**

(一) 因伤病等无法参与者，提交免锻申请(附医院证明)，经审批后成绩计 60 分。

(二) 因伤病或参加其他活动阶段性无法参与者，可申请任务减免，任课教师按实际参加课外锻炼时间应完成任务情况酌情计分。

## **第五章 成绩评定与应用**

### **第十一条 成绩核算**

(一) 学生课外锻炼成绩按 20%比例纳入体育课程总评成绩。

(二) 每名学生学期累计得分不超过 100 分。

### **第十二条 激励措施**

(一) 对每学年连续两学期单次跑满分进行总里程排名，大一、大二各取前 50 名评定为年级“健跑之星”，并颁发荣誉证书。

(二) 参加各级比赛获奖运动员、优秀组织者、优秀裁判员可申请“二课”积分等。

## 第六章 安全保障与监督

### 第十三条 安全要求

(一) 在学校环道进行校园跑时须逆时针靠右行进、避开机动车道，田径场沿逆时针行进。

(二) 遇雨、雪、大风等恶劣天气暂停户外活动。

(三) 规定的课外锻炼时间出现伤病情况可暂停，病愈后补锻或申请减免。

(四) 剧烈运动前要做好热身等准备活动。

(五) 校内竞赛参赛学生需签署《体育活动安全承诺书》。

### 第十四条 违规处理

(一) 校园跑使用交通工具、替跑、虚报身份等行为，核实后成绩记零分并通报批评。

(二) 同一账号频繁更换设备登录视为异常，核实后取消当日记录。

### 第十五条 申诉机制

对成绩或处罚有异议者，可向公共基础教学部提交书面申诉，公共基础教学部需在5个工作日内给予答复。

## 第七章 附则

**第十六条** 本办法自发布之日起施行。由公共基础教学部、教务处负责解释。原《安徽机电职业技术学院学生课外体育锻炼管理办法》（基础〔2020〕1号）同时废止。