

# 河南科技大学体育课程通则

## （实施《全国普通高等学校体育课程指导纲要》试行方案）

### 一、体育教育指导思想

根据《中共中央、国务院关于深化教育改革，全面推进素质教育的决定》和《全国普通高等学校体育课程指导纲要》精神，我校体育教育的指导思想为：大力推进素质教育，增强学生的体质，增进学生的身心健康。培养学生良好的体育意识，使学生掌握体育基础理论知识，提高体育实践运用能力和体育文化品位，养成经常锻炼的习惯。充分利用体育教育的特殊功能，使学生个性得到发展，团队精神得到弘扬，成为具有开拓创新能力、体魄强健的社会主义事业建设者。

### 二、课程的结构

根据《全国普通高等学校体育课程指导纲要》规定的“课程目标”、“课程结构”和我校体育教育指导思想精神，体育课程设置为必修课和体育素质教育两大类。其中体育素质教育又分为任选课、《体质健康标准》测试、课外锻炼、训练与比赛等。

#### 1. 必修课

根据我校现有教学条件和新校区规划的前景条件，拟为一、二年级学生开设篮球、排球、足球、毽球、健美操、体育舞蹈、排舞、体育基础、健美、武术套路、武术散打、武术健身气功、女生武术、乒乓球、网球、羽毛球、定向运动、康复保健等 20 门

体育必修课（分别为体育（1）、体育（2）、体育（3）和体育（4），四个学期共计 144 学时）。

其中体育（1）为必选太极拳，而体育（2）、体育（3）和体育（4）学生可根据自己的爱好与特长任意选择所开课程、任意选择任课教师进行学习（康复保健课和定向运动课除外，因为保健课是针对病残学生开设，定向运动是野外生存知识必修课，要求在校生必须学修）。在我校完全学分制实行后，学生还可以任意选择上课时间进行学习。

## 2. 任选课

拟为三、四年级学生开设体育任选课（课程项目同必修课）。拟为研究生开设篮球、足球、排球、网球、羽毛球、乒乓球、健美操、体育舞蹈、太极拳等任选课。

## 3. 《国家学生体质健康标准》测试

《国家学生体质健康标准》是促进学生体质健康发展、激励学生积极进行课外身体锻炼的手段，是教育部规定的学生奖学金评定、毕业条件之一，凡是我校学生必须每年参加一次测试。

## 4. 运动训练与比赛

运动成绩优异的学生可以代表院、系参加学校组织的各种运动竞赛，或代表学校参加国家、省、市等各级竞赛的训练和比赛。

## 5. 课外体育锻炼

课外体育锻炼是体育课程的重要组成部分，是体育素质教育的主要内容，学生通过课外锻炼获得体育素质学分。

### **三、体育课程学分标准**

#### **1. 体育必修课**

一、二年级体育必修课 4 学分（备注：包括每学期一次定向运动）。

#### **2. 体育素质教育**

体育素质教育 2 学分（每学年 0.5 学分）

#### **3. 体育任选课**

一门体育任选课 1 学分

### **四、考核办法**

#### **1. 体育必修课考核办法**

体育课采用百分制评分，成绩达到 60 分以上者，可获得 1 学分。考核体系分为线上课程和线上线下混合课程考核方式如下表：

(一) 体育必修课考核体系表（线下课）

序号	考核内容		评分比例	
1	末考成绩	专项技术	70%	50%
2		身体素质		50%
3	平时成绩	理论知识	30%	30%
4		课堂考勤		30%
5		校园 APP 跑步		40%

体育必修课考核体系表（线上线下混合课）

序号	考核内容		评分比例	
1	末考成绩	专项技术	50%	50%
2		身体素质		50%
3	平时成绩	理论知识	50%	20%
4		课堂考勤		20%
5		校园 APP 跑步		20%
6		线上成绩		40%

(1) 专项技能考核办法见《河南科技大学体育课考核标准》。

（2）身体素质考核包括男 1000 米/女 800 米、男引体向上/女仰卧起坐、立定跳远、50 米跑共四项，分数计算标准按照国家体质健康测试标准执行。

运动世界校园 APP 考核标准：1-15 次每次 2 分，16-85 次每次一分，15 次 30 分，从 16 次开始每增加一次加一分，在一个学期规定时间内完成。

### （3）理论知识考核

理论知识考核由教师根据学生的理论作业情况进行评定。

### （4）平时成绩的考核

学生平时成绩由任课教师根据学生平时上课表现和课堂考勤情况进行评定。

### （5）定向运动考核办法

要求学生必须按照规定路线完成定向越野的全过程，根据学生的成绩进行评定。

### （6）线上成绩考核

线上成绩根据同学们的学习情况，由系统给出一个相应的分数，线上学习考核内容包括（作业、签到、章节学习次数、课程视频任务点完成度、互动等环节）

## 2. 体育任选课考核办法

体育任选课考核体系表

序号	考核内容	评分比例
1	专项技能	80%
2	平时成绩	20%

(1) 专项技能和专项素质的考核均见《河南科技大学体育课考核标准》。

(2) 学习态度的考核由任课教师根据学生平时上课表现情况评定。

## 3. 《国家学生体质健康标准》的考核

《国家学生体质健康标准》的考核按照教育部颁发的《国家学生体质健康标准》实施办法进行考核。每年测试一次，测试成绩 60 分为合格。

## 五、体育合格标准

我校学生在校期间必须完成体育必修课 4 学分、体育素质教育 2 学分以及毕业时《国家学生体质健康标准》测试综合评定达到 60 分，方为通过河南科技大学体育合格标准。凡通过体育合格标准者，准予毕业；达不到者，按肄业处理。

## 六、体育课程学修一般规定

1. 河南科技大学体育合格标准中，体育必修课和定向运动 4 学分是必修学分；体育任选课学分、体育竞赛奖励、运动训练或《体质健康标准》优秀奖励学分是任选学分。
2. 《体质健康标准》是教育部制定的学生体质健康的评价标准，学生达到良好及良好以上等级者方可评为三好学生，获得奖学金。
3. 学生在一学期内无论何种原因缺课时数达三分之一或旷课三次以上（含三次）者，该学期不予评定成绩。
4. 学生所选课程班级人数达不到体育班级组成规定人数时，该项目课程取消，学生可另行选择。
5. 学生在体育课中有下列行为者，将在平时成绩中给予扣分处理。旷课一次扣 50 分，早退一次扣 30 分，迟到一次扣 20 分，事假一次扣 12 分，病假一次扣 6 分。
6. 学生学修保健课，必须经校医院进行病、残核实，体育教学部认定，方可在教务科办理保健课学修手续。学修保健课的学生可以免除《国家学生体质健康标准》的测试和各种不适宜的运动项目测试（注：保健课上课时间、地点由体育学院待定）。

河南科技大学体育学院

2021 年 9 月