

上海财经大学健美操队队员守则

1、新队员入队

操队招新有申请通道和推荐通道，通过申请通道进入操队的同学要首先测试身体素质和动作学习能力，通过推荐通道进入操队的同学则不需要参加测试。之后填写信息进入操队成为新队员，新队员身份持约续两个月。新队员应在两个月内完成《上海财经大学健美操队新队员培训方案》中的内容，两个月后所有新队员参加第二次测试或经教练确认后成为操队正式队员。

新队员拥有和正式队员一样的参加各级比赛的资格，赛前训练须正常参加，无比赛任务时每周至少参加一次训练，比赛成绩、训练费和比赛奖金与正式队员相同。

新队员正常情况不予免体育课、体测、体锻等福利，特殊情况下由教练决定。

2、正式队员规定

正式队员每学期初向队长确认是否参加操队本学期的活动。操队训练正常情况下从该学期第二周开始，至该学期最后一次比赛或大规模考试前一周结束。

参加操队的正式队员遵守队员守则并在该学年至少参加一次操队比赛可以获得相应福利。

队员以操队名义到校外参加比赛等活动，要遵守《上海财经大学健美操队外出活动纪律》。

3、训练和请假

每学期常规训练时间由队长在学期初统计后确定公布，赛前加训由教练和参赛队员协商确定。

训练时间与课程时间冲突的，应该在该学期训练开始前向教练和队长出示课表，记为长期请假。

按照如下格式并在训练当天 12 点前向队长请假的，记为临时请假。如有课表或通知等证明材料要一并发给队长，由队长记录、存档。请假格式：（姓名）因（事由），（不能/迟到）参加操队（日期、时间）的训练，特此请假。

经队长通知没有请假的训练视为应到的训练，尽量在训练时间前 5 分钟到达训练场地签到、做准备。训练必须穿训练服、运动鞋等适合训练的服装，不得佩戴饰品。

具体执行方式以《上海财经大学健美操队纪律和福利细则》为准。

4、训练时间

2017-2018 学年第一学期常规训练时间为：

周一 20:00-22:00

周二 13:30-15:30

周五 18:00-20:00