

河北北方学院文件

校字〔2023〕114号

河北北方学院 加强和改进体育工作实施方案

为全面贯彻落实中央办公厅、国务院办公厅《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》《深化新时代教育评价改革总体方案》《高等学校体育工作基本标准》和河北省《关于深化体教融合 促进青少年健康发展的实施意见》等文件要求，以习近平新时代中国特色社会主义思想 and 党的二十大精神为指导，将我校体育教育融入到人才培养和校园文化建设全过程，培育和确立具有北院特色的体育教育、体育文化和体育精神特质，让体育运动、竞赛氛围充盈校园各个角落，让不怕吃苦、勇于拼搏的体育精神融入学生成长全过程，进一步加强和改进我校体育教育工作，全面提升体育教

育质量，培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人，结合我校实际，制订本实施方案。

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和全国全省教育大会精神，遵循教育和体育规律，牢固树立“健康第一”的教育理念，使学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志。改革创新体制机制，全面提升体育教育质量，健全学生人格品质，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，培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。

二、工作原则与主要目标

（一）工作原则

改革创新，面向未来。立足时代需求，更新教育理念，深化教学改革，使学校体育同教育事业的改革发展要求相适应，同广大学生对校园健康生活的美好期待相统一，同构建德智体美劳全面育人体系相匹配。

坚持课堂教学与课外活动相衔接。提升课堂教学效果，强化课外练习和科学锻炼指导，强化社会参与度，确保学生每天锻炼一小时。

坚持培养兴趣与提高技能相促进。遵循教育和体育规律，以兴趣为引导，注重因材施教和快乐参与，重视运动技能培养，逐步提高运动水平，为学生养成终身体育锻炼习惯奠定基础。

坚持群体活动与运动竞赛相协调。面向全体学生，广泛开展普及性体育活动，有序开展课余训练和运动竞赛，积极培养体育后备人才，大力营造校园体育文化，全面提高学生体育素养。

（二）主要目标

把促进学生全面发展、健康成长作为学校体育工作的出发点和落脚点，全学段开设体育课程，实现体育课程教学低年级到高年级的全程覆盖；加强教学改革，强化育人特色，构建“教、练、赛”一体化的课程教学体系；完善体育评价改革，构建体质监测、专项支持技能测试、平时运动习惯或第二课堂、竞技比赛于一体的学生体育成绩评定体系，完善学生综合测评度；打造冰雪运动特色，加强学校体育文化与学生体育精神培育。打造体系健全、制度完善、充满活力、注重实效的具有我校特色的多样化、现代化、高质量的学校体育体系。让学生在体育锻炼中享受乐趣、养成良好的锻炼习惯和健康的生活方式，掌握一定的运动技能和体育知识，增强体质、健全人格、锤炼意志，提高体育育人效果。

三、具体任务和措施

（一）不断深化体育教学改革，构建科学完备的体育课程体系

1. 全学段开设体育课程

（1）体育课是本科学生必修课程，所有学生必须按照学校规定修满全部课程和学分并参加考试且每年参加《国家学生体质健康标准》测试，两项成绩均达到合格者才能毕业。

(2) 学生在校期间本科生一、二年级，必须修满 4 个学期共计 144 学时的体育课程，学分为 4 学分。三、四年级以俱乐部形式开设公共选修课，每学期 16 周，每周 2 学时，共 32 学时。学生获得体育课程学分并达到基本要求是学生毕业、获得学位的必要条件之一。

(3) 根据学校教育的总体要求和体育课程的自身规律，面向全体学生开设不同项目的基础班和提高班的体育课程，以满足不同层次、不同水平、不同兴趣学生的需要。体育课选课实行一学年一选课，即一学年两学期不换项目，同时试行“三固定”：“固定项目、固定教师、固定时间模块”，通过一个学年对一个体育项目的基础班、提高班的系统学习，以最大程度保证学生能熟练掌握两项终身受益的体育锻炼项目，养成良好的锻炼习惯。

(4) 重视理论与实践教学相结合，在运动实践中注意渗透相关理论知识，运用多种形式和现代教学技术手段，进行必要的理论教学，理论教学内容每学年安排不少于 4 学时，拓宽学生体育理论知识面，提高学生认知能力。

(5) 对部分身体异常、特型和病、残、弱等特殊群体的学生，开设以指导康复和保健内容为主的适应性体育保健课程。

(责任单位：公共体育部、教务处、各学院)

2. 体育课程教学内容改革

学校聚焦“教、练、赛”主线，结合我校体育工作实际，遵循教育体系的脉络梳理建构具有我校特色的“教练

赛”一体的体育教育改革体系。

(1) 教会：教会学生专项运动技能，养成终身受益的运动习惯。深化教学改革，让每位学生熟练掌握2项或以上专项运动技能。

(2) 勤练：组织学生反复锻炼并形成制度化、常态化，增强体质，享受乐趣。坚持常年训练机制，充分利用课余时间，刻苦训练。严格执行科学化训练，养成习惯、掌握技能、增强体能，培养良好的体育道德，取得优异运动成绩。

(3) 常赛：健全竞赛体系，面向全体学生，根据体育教学内容合理组织课堂教学比赛，结合体育课堂教学组建班队，周六周日可组织全校体育比赛，以赛促练，使学生享受竞赛乐趣、牢固地掌握专项运动技能，培养学生的体育与健康素养。

(4) 以体成德：加强体育课程思政建设，打破长期以来高校思想政治教育与专业教育相互隔绝的“孤岛效应”，树立两条腿走路的思路，将课程思政教育贯穿于教会、勤练、常赛各个环节，融入课堂教学全过程。

(责任单位：公共体育部、团委、各学院、教务处)

3. 修订本科人才培养方案和体育课程教学大纲

(1) 人才培养方案修订。明确本科各专业一、二年级，必须修满4个学期共计144学时的体育课程，以及本科各专业三、四年级“体育俱乐部”选修教学模式课程运行方案。

(2) 教学大纲修订。将教练赛纳入教学活动，尤其是将全天候常练和教学比赛等体育教学活动写入教学大纲和教案。并对具体改革举措专门做出修改说明。

(责任单位：公共体育部、教务处)

(二) 加强协同育人，培育学校体育文化和学生体育精神

构建公共体育部、各院系、校团委、实践教学单位协同育人机制，切实打造全学段“教练赛”一体的体育协同育人体系，全面提升体育教育教学质量。

1. 加强课余训练体系建设。面向全体学生，广泛开展普及性体育活动，有序开展课余体育训练，全面提高学生体育素养。注重培养学生体育特长，按照“发挥特长、分类培养、因材施教”的原则，组建一批高水平体育运动队，以赛代训，提高学生课余运动训练水平。

(责任单位：公共体育部、团委、各学院)

2. 创新体育锻炼内容与形式。各院系、职能部门高度协调配合，充分利用第二课堂开展体育锻炼活动，坚持课内与课外、校内与校外、普及与提高相结合，开展丰富多彩的体育锻炼活动。定期开展阳光体育系列活动和“走下网络、走出宿舍、走向操场”主题群众性课外体育锻炼活动。扩大“闪动校园”校园阳光跑覆盖范围，将群众性体育文化活动有机融入校园文化艺术节等品牌活动中。

(责任单位：公共体育部、团委、各学院)

3. 加强校内体育竞赛体系建设。研制《河北北方学院

体育竞赛管理办法》，完善和规范学生体育竞赛体制。发挥学校运动会的示范引领作用，通过完善赛制、丰富竞赛项目，逐步在全校实现“校综合运动会”模式，并以此为基础发展校园体育文化节。鼓励各学院、团委设置学生喜闻乐见、易于参与的竞技性、健身性和民族性、地域性体育项目，广泛开展小型多样的班级、院系和校际间体育比赛。完善竞赛选拔机制，畅通有体育特长的学生进入校运动队的渠道，鼓励支持学生参加各级各类体育竞赛。

（责任单位：公共体育部、团委、各学院）

4. 提高体育场馆场地设施使用率。推进体育设施建设，加大对学校体育设施的更新维护，完善学校体育场馆场地设施，制定体育设施开放制度，保证日常体育运动设施正常开放与使用，服务校内体育“教练赛”一体教学体系，便于学生运动。

（责任单位：后勤管理处、基建处场馆中心、公共体育部）

5. 加强学校体育文化与体育精神培育。

以学校运动会、体育文化节系列竞赛活动、冰雪运动进校园，和“闪动校园”阳光为载体营造学校体育文化氛围；“教练赛”一体教学竞技性体育教学体系，培育学生体育精神。有效组织体育文化、体育精神宣传，以及观赛、观影、讲座、演讲、报告、广播和新媒体等手段，加强对学校体育工作宣传力度，特别是做好对校内外体育赛事、典型人物的宣传报道，总结交流典型经验和有效做法，传播科学的教育

观、人才观和健康观，弘扬团队精神，丰富校园体育文化生活。

（责任单位：宣传部、教务处、公体部、团委、各学院）

（三）推进评价改革，促进学校体育健康发展

构建学生体质健康测试、专项技能测试、平时运动练习和竞技比赛于一体的学生体育成绩评定体系或学生综合测评机制。

1. 完善学生体质监测与评价制度。推进学生体质健康测试中心建设，配备专任教师，完善工作条件，定期开展学生体质健康测试，编制学生体质健康报告，将学生测试成绩列入学生档案。将体质测试成绩作为毕业依据之一；对当年体质测试成绩不及格的学生，在评奖评优方面实行“一票否决”；对当年体质测试成绩达到“优秀”的学生，在评奖评优方面给予倾斜。

（责任单位：公共体育部、团委、各学院）

2. 构建课内课外相结合的成绩评定体系。完善体育教学考核评价办法，形成专项技能测试、平时运动练习和竞技比赛为一体的“教练赛”学生体育成绩评定体系（或学生综合测评机制）。探索体现增值评价的体育教学、训练和竞赛评价机制，取代传统的简单量化考核，以激发学生对体育活动的热情，从而提高体育教育教学效果。

（责任单位：公共体育部、团委、各学院）

（四）完善体育教师考核评价体系，促进教师队伍建设

1. 夯实体育教学质量监测。完善体育课堂教学质量评价机制，强化以教学为中心地位，建立健全以教学质量、体育竞赛、裁判工作成绩为主要指标的体育教师岗位聘期考核、职称评定的评聘办法。加强体育课过程监督，落实领导干部听课制度，校督导组加强体育课程教学督导和学生信息员队伍建设。建立健全学生体质健康档案，严格执行《国家学生体质健康标准》，将其实施情况作为学校体育教学质量评价机制的重要基础，纳入学校体育教学计划和部门业绩考核。

（责任单位：教务处，人事处、公共体育部）

2. 加强体育教师教学业绩考核。建设一批校级体育教学俱乐部和学生专项运动队，组织开展体育教师培训，着力提高体育课教师业务水平和教学能力。探索建立符合体育教育尤其是俱乐部教学和学生运动队教练员教学学时计算办法，制定满足体育教育教学特点的与课余训练、学生省级以上竞技体育成绩挂钩的工作量认定机制和教练员优秀考核评价体系，促进体育教学与体育竞赛有机融合。

（责任单位：人事处、教师发展中心、教务处、公共体育部）

四、强化保障，进一步加强对学校体育工作的组织领导

完善学校体育工作运行机制。将学校体育工作纳入学校发展规划，摆上重要议程。建立健全由学校分管领导任组长，相关职能部门为成员的大学体育工作领导小组，每年召开一次全校体育工作专题会议，形成由学校统筹协调、相关部门和院系密切配合、党政工团齐抓共管、校内外协同的体育工

作机制。坚持问题导向，细化责任落实，按照职能分工，落实好推进学校体育工作改革发展的各项任务。

建立健全体育工作责任制和考核体系。将体育工作纳入单位领导班子和领导干部考核重要内容，对成绩突出的部门和个人进行表彰。健全目标考核机制，研究制定和实施学校体育工作督导检查办法，建立体育工作专项督导制度，定期联合有关部门开展学校体育工作专项督导，并将督导结果向全校公布。将学生体质健康水平纳入院系各类考核评估指标中。



河北北方学院党政办公室

2023年8月25日印发