附件2：

**池州学院体育与健康俱乐部实施方案**

为了培养学生“终身体育”的意识和习惯，发现学生体育方面的兴趣、才能和潜能，提升学生综合素质，切实提高我校大学生体质健康水平。根据国务院发布实施的《学校体育工作条例》（国家教委8号令）、教育部颁布的《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》（教体[2002]13号）、《国务院办公厅关于强化学校体育促进会员身心健康全面发展的意见》（国办发[2016]27号）、《“健康中国2030”规划纲要》、“三走”活动和《安徽省教育厅关于在全省高校推行公共体育艺术教育俱乐部制教学改革的意见》（皖教秘高[2018]60号）等文件精神，结合池州学院实际情况，制定本方案。

**一、指导思想**

1.转变教育观念和管理理念、优化整合教育资源，实现大学体育教学内容个性化、教学形式多样化、教学安排生活化、教学管理网络化、教学评价过程化、课内课外一体化。努力培养学生“终身体育”的意识和习惯。

2.实行俱乐部制，是将学生的体育教学、运动训练与竞赛、课外体育活动所有体育活动都纳入俱乐部内进行教学、训练和指导。将俱乐部建设作为体育教学改革的核心和重点，构建符合当代大学生身心发展需要的课程体系，全面贯彻《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》，切实提高体育教学质量和育人质量。

3.根据学校教育的总体要求和体育课程的自身规律，面向全体学生开设多种类型的体育课程，打破原有系别、班级，重新组合，以满足不同层次、不同水平、不同兴趣学生的需要。

**二、培养目标**

1.培养学生积极参加体育活动的兴趣和习惯，让学生能够根据自身体质健康状况编制可行的个人锻炼计划，具有一定的体育文化欣赏能力。

2.掌握1-2种健身运动的基本方法、手段和技能，能科学地进行体育锻炼，养成健康的行为习惯，培养“终身体育”的意识。

3.根据自身能力设置体育学习目标，通过体育活动增强心理调适能力和对社会生活的适应能力，养成积极乐观的生活态度，建立良好的人际关系。

4.体验运动的乐趣和成功的喜悦，表现出良好的体育道德与合作精神。

**三、组织形式**

1.成立机构

成立公共体育教学俱乐部管理中心，负责全校公共体育教育课程的安排、管理和公共体育活动的组织工作。

2.单项俱乐部

(1)1、2、3、4学期，采用课内俱乐部的形式，5、6、7、8学期，采用课外俱乐部的形式。

　 每个俱乐部有人数限制，按照先选先得的原则；原则上要求学生第一学年与第二学年选不一样的运动项目。

(2)一、二年级俱乐部项目：排球，篮球，武术，羽毛球，网球，健美操，体育舞蹈，田径，足球,轮滑，定向运动，跳绳

3.课外体育活动

时间从每学期的第二周开始，以乐跑的形式进行，在规定时间内（6点—22点）进行校园长跑活动。

4.体育保健指导：面向特殊群体会员进行体育保健指导，如病、残、弱等。

**四、会员管理**

俱乐部实施会员制，一年级和二年级为初级会员，三、四年级为中级会员，校各个体育项目代表队成员为高级会员。

一、二年级会员为必修学分。俱乐部会员必须在每年度体质测试合格后方能参加俱乐部内的考试，并且会员需完成各个学期规定的乐跑相关要求才能修完相应的学分。

1.会员技术等级标准

初级会员：会员对本项目比较感兴趣；养成锻炼习惯；提高身体素质和运动能力；能够基本掌握本项目的技术动作；具有克服困难，不怕苦不怕累的思想品质。

中级会员：会员对本项目感兴趣；养成良好锻炼习惯；身体素质和运动能力有明显提高；能够比较熟练掌握本项目的技术动作，了解本项目的战术；具有积极向上、团结合作的思想品质。

高级会员：会员热衷关注本项目俱乐部发展动向；已养成经常锻炼习惯并具备一定的指导能力；身体素质和运动能力有显著提高；能够熟练掌握本项目的技术动作，基本掌握本项目的技术及战术；具有团结合作，勇争第一的思想品质。

2.助教来源

助教来源于体育学院的专业学生，这些学生包括致力于考取体育专业教师资格证者和各个体育项目高水平运动队的学生。

**五、学分及成绩评定**

1.获得学分

课时与学分分布表:

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | 学时 | 俱乐部内 | 乐跑 | 共计（分） |
| 1-2学期 | 64 | 0.7\*2 | 0.3\*2 | 2 |
| 3-4学期 | 64 | 0.7\*2 | 0.3\*2 | 2 |

5、6、7、8学期没有学分，但俱乐部内会员须体质测试合格，且完成乐跑相关的要求后，才予以核发毕业证书。

  2．会员成绩与奖励

（1）平时成绩的管理

旷课累计达总课时1/3以上学时，取消当学期期末考核资格。

俱乐部内成绩不足1/3者，视为平时成绩考核不合格，取消当学期期末考核资格。

学期累计完成指导教师布置的作业未达到作业总量1/3以上，取消当学期期末考核资格。

（2）考核内容

1、2、3、4学期：俱乐部成绩（70分）+乐跑（30分），俱乐部内成绩由各个俱乐部指导老师制定相应的考核内容；体育保健俱乐部每学期进行两次体育保健知识讲座，完成指导老师布置的学习任务，即可以给予合格。

5、6、7、8学期：需体质测试合格，并完成乐跑的相关要求数才能准予颁发毕业证书。

　　根据各俱乐部项目特点，负责俱乐部的指导教师可设定3—5项考核内容，会员可根据自己的技能水平有选择的进行考核。

（3）获奖项目、名称及所获得期末加分分配表

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 类别 | 项目名称 | 认定依据 | 分值 | 考核部门 | 备注 |
| 竞赛 | 国家级竞赛一等奖 | 证书或证明 | 20 | 公体教研室 |  |
| 国家级竞赛二等奖 | 证书或证明 | 18 | 公体教研室 |  |
| 国家级竞赛三等奖 | 证书或证明 | 17 | 公体教研室 |  |
| 国家级赛前集训 | 证书或证明 | 10 | 公体教研室 |  |
| 省级竞赛一等奖 | 证书或证明 | 15 | 公体教研室 |  |
| 省级竞赛二等奖 | 证书或证明 | 13 | 公体教研室 |  |
| 省级竞赛三等奖 | 证书或证明 | 12 | 公体教研室 |  |
| 省级赛前集训 | 证书或证明 | 5 | 公体教研室 |  |
| 市级竞赛一等奖 | 证书或证明 | 10 | 公体教研室 |  |
| 市级竞赛二等奖 | 证书或证明 | 8 | 公体教研室 |  |
| 市级竞赛三等奖 | 证书或证明 | 7 | 公体教研室 |  |
| 市级赛前集训 | 证书或证明 | 5 | 公体教研室 |  |
| 校级竞赛第一名 | 证书或证明 | 8 | 公体教研室 |  |
| 校级竞赛第二名 | 证书或证明 | 6 | 公体教研室 |  |
| 校级竞赛第三名 | 证书或证明 | 5 | 公体教研室 |  |
| 校级竞赛参赛 | 证书或证明 | 3 | 公体教研室 |  |
| 裁判员  证书 | 国家级 | 证书 | 20 | 公体教研室 |  |
| 国家一级 | 证书 | 15 | 公体教研室 |  |
| 国家二级 | 证书 | 12 | 公体教研室 |  |
| 国家三级 | 证书 | 10 | 公体教研室 |  |
| 各类文体实践活动 | 参加国家级文体活动 | 活动组织部门证明 | 10 | 公体教研室 |  |
| 参加省部级文体活动 | 活动组织部门证明 | 8 | 公体教研室 |  |
| 参加校级对外文体活动 | 活动组织部门证明 | 3 | 公体教研室 |  |
| 各级  裁判  工作 | 参加国家级比赛 | 活动组织部门证明 | 10 | 公体教研室 |  |
| 参加省级比赛 | 活动组织部门证明 | 8 | 公体教研室 |  |
| 参加市级比赛 | 活动组织部门证明 | 5 | 公体教研室 |  |
| 参加校级比赛 | 活动组织部门证明 | 3 | 公体教研室 |  |

（4）高级会员免修

俱乐部内的高级会员原则上不再参与俱乐部内活动，且在期末考试时直接给予优秀等级认定。

**六、日常管理**

1.会员必须严格按照所在俱乐部章程参加活动。

2.会员必须身着运动服（鞋）上课，某些项目俱乐部的自用器材需要由会员自备。（如球、羽毛球、网球、等课程所需球拍、球、鞋等由会员自备）

3.因病（事）请假的会员，办理请假手续（所在学院签署意见的请假条、医院证明），方可生效，按缺课处理。

4.每学期会员应按时参加俱乐部的期末考核，对无故旷考或考试舞弊者，考核成绩以零分计，并按照学校有关规定严肃处理。

5.特殊情况处理办法：

（1）若俱乐部考核成绩不及格和因病（事）已办缓考手续的会员，按学院相关规定处理。

（2）因患病或生理缺陷不宜参加相关“标准”测试者，须持医院诊断证明和个人申请，所在学院签署意见，并经体育教研部签署意见后报送教务处备案，“标准”测试可以免测，但成绩评定只能给予及格。否则体育考核成绩不合格，需补考。

6.会员参加期末考核必须出示能确定本人身份的证件，无相关证件的人员不得参加考核。

**七、本方案从2018级学生开始实行。**