

上海对外经贸大学 体育教学实施方案

一、教学目的

在体育技能分层的基础上，通过不同形式的教学内容安排，使不同层次不同兴趣的学生分别达到掌握或进一步提升体育知识和运动技能的目的，从而培养体育兴趣，养成自觉锻炼的习惯，建立终身体育的意识，增强体质，提高健康水平。

二、教学分类与实施

（一）体育选项课

1.男、女生分选项目

健美操（女）、瑜伽（女）、啦啦操（女）、篮球（女）、篮球（男）。

2.男、女生混选项目

乒乓球、羽毛球、网球、武术、体育舞蹈（国标）、棒垒球、器械健美、高尔夫球、游泳、滑冰、冰壶、中华射艺、排球、太极拳、极限飞盘、中国短兵、飞镖等。

（二）体育俱乐部

对体育部确定的体育俱乐部，由各学院选拔出各俱乐部成员，经体育部指派的项目指导教师确认后纳入学分制管理。

（三）常设运动队

对体育部确定的常设运动队学生，由体育部指派的教练员选拔确认后纳入学分制管理。

（四）保健体育

适合部分身体异常和病、残等特殊群体的学生，详见《保健体育课实施细则》。

以上所有类别的课程不分年级，实行混选。

三、教学安排

1.学分

体育为必修课，4个学分。

2.修读期限

学生可以在第一至第六学期内修完规定学分。

3.教学时间

周一至周五各个教学时间段。

四、选课办法及课程确定

1. 学生按每学期公布的体育选项课课程安排表，根据自己的兴趣爱好和下学期空余时间段，进行选课，参加体育俱乐部、常设运动队的学生不选课，由指导教师或教练员确定名单后，统一开设课程，保健体育学生需提出申请并通过后确定。

2. 参加选项的学生每学期的第 12 周开始第一轮选课报名，第 13 周部分学生进行第二轮选课，额满为止。

五、成绩评定与管理

1. 学期成绩总评采用百分制。总评成绩 60 分为及格，及格方能取得学分。

2. 学期总评成绩经补考仍不及格者，应重新学习。

3. 学生因故不能参加某一项目的考试，应按学校《全日制本科生学分制学籍管理规定》要求，申请缓考。

4. 课外锻炼，一学期内未达到规定次数，该学期的体育成绩最高分为 59 分。

5. 学生一学期内缺课（病假、事假、旷课）累计达到该学期体育课总时数的三分之一者，按学校规定重新学习。

6. 考试项目缺项，该学期的体育成绩最高分为 59 分。

7. 体育俱乐部、常设运动队的学生成绩根据各项目的课程考核办法执行。

六、附则

1. 本实施方案经教学指导委员会讨论通过，自 2019 级起施行。

2. 本实施方案由教务处负责解释。

2020 年 7 月第十四次修订