

北京大学体育课程方案及体育教学管理办法

(2017年6月修订)

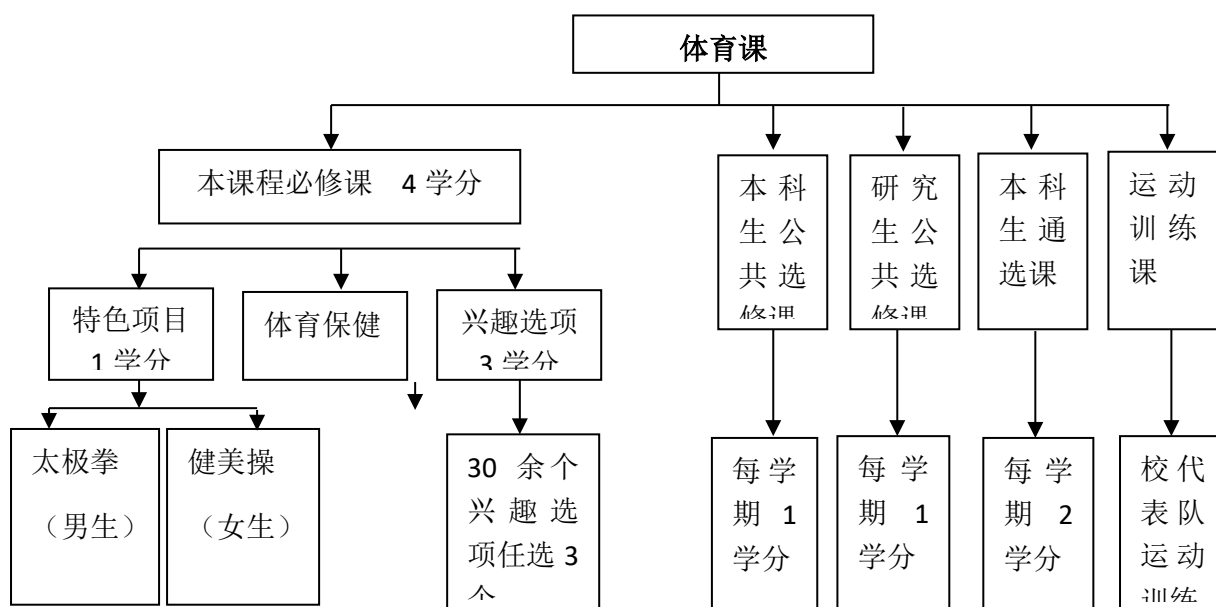
为全面贯彻素质教育,确立以学生为本位的体育教育思路,培养德体兼备的创新型人才,完善大学生培养内部质量保障体系,根据国务院《学校体育工作条例(2017)》(国务院令 第676号)、教育部《普通高等学校学生管理规定(2017)》(教育部令 第41号)、《国家学生体质健康标准》(教体艺[2014]5号)以及北京大学相关规章制度等规定的精神,制定本办法。

第一部分 体育课程方案

一、课程目标

1. 培养学生积极参加体育活动的兴趣和习惯,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2—4项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。
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。

二、课程设置



本科生必须获得4个体育课程必修学分,一学期只能选修一门体育课程,成绩合格后获得1学分。

三、课程内容

1. 本科生必修课（每学期只能选择 1 个项目）

（1）必修项目（指定必选）

男生：24 式简化太极拳。

女生：健美操（全国大众健美操锻炼标准）。

（2）兴趣选项（选择必修，每学期开设的项目略有调整）

网球，网球提高班，乒乓球，乒乓球提高班，羽毛球，羽毛球提高班，篮球，篮球提高班，足球，足球提高班，排球，排球提高班，游泳，游泳提高班，体育舞蹈，健美（男），形体（女），瑜伽，攀岩，安全教育与自卫防身，少林棍术（男），体适能，跆拳道，散打，击剑，剑道，曲棍球，地板球，棒垒球，中华毽，拓展，射箭、高尔夫，定向和徒步运动，汉字太极和养生。

（3）体育保健

体育保健课是专为身体异常、特型和病（心脏病、高血压、癫痫、哮喘等不宜从事较为剧烈体育活动的疾病）、残、弱及特殊群体的学生开设的以指导康复、保健为主的体育课程，属于体育必修课程，学生选修此课需提交校医院保健科的诊断证明，经任课教师同意后方可上课。

2. 本科生公共选修课

不占体育必修课学分，每门课程（每个运动项目）学习 1 个学期，成绩合格后获得 1 学分。

开设项目：运动、营养与减肥，黄帝内经与古导引，中国象棋，国际象棋，围棋，桥牌。

3. 研究生公共选修课

根据条件和条件每学期开设若干班级，每门课程（每个运动项目）学习 1 个学期，成绩合格后获得 1 学分。

开设项目：足球，篮球，排球，网球，台球，乒乓球，壁球，毽球，体育舞蹈，拓展。

4. 通选课

面向本科生开设通识教育的奥林匹克文化课，2 学分/学期，不占体育必修课学分。

5. 运动训练课

为校代表队训练课，限本科 4—6 学年完成，具体规定见《北京大学高水平运动员管理办法》。

四、体育课程成绩评定

1. 获得体育学分

完成体育课程内容和考核，达到课外体育锻炼要求，总成绩按照百分制予以评定，按照北京大学成绩管理的相关规定计算绩点。

2. 体育课程成绩结构

（1）总成绩（满分 100 分）

100 分= 技术 60 分 + 12 分钟跑 10 分 + 专项理论 10 分 + 学习态度 20 分。

（2）技术（满分 60 分）

根据各项目特点，设定 2—4 项考核内容，制定相对统一的评价标准。任课教师安排阶段性考核和总结性考核给予学生技术分数。具体学习内容和考核标准 见各项目的教学大纲。

(3) 12 分钟跑（满分 10 分）

任课教师在课中测试，根据下表换算学生跑步成绩。

| 12 分钟跑评分标准 | | | |
|-------------|-------|-------------|-------|
| 男生 | | 女生 | |
| 距离 | 分数 | 距离 | 分数 |
| 2100 米以下 | 0 分 | 1700 米以下 | 0 分 |
| 2100~2149 米 | 3 分 | 1700~1749 米 | 3 分 |
| 2150~2199 米 | 3.5 分 | 1750~1799 米 | 3.5 分 |
| 2200~2249 米 | 4 分 | 1800~1849 米 | 4 分 |
| 2250~2299 米 | 4.5 分 | 1850~1899 米 | 4.5 分 |
| 2300~2349 米 | 5 分 | 1900~1949 米 | 5 分 |
| 2350~2399 米 | 5.5 分 | 1950~1999 米 | 5.5 分 |
| 2400~2449 米 | 6 分 | 2000~2049 米 | 6 分 |
| 2450~2499 米 | 6.5 分 | 2050~2099 米 | 6.5 分 |
| 2500~2549 米 | 7 分 | 2100~2149 米 | 7 分 |
| 2550~2599 米 | 7.5 分 | 2150~2199 米 | 7.5 分 |
| 2600~2649 米 | 8 分 | 2200~2249 米 | 8 分 |
| 2650~2699 米 | 8.5 分 | 2250~2299 米 | 8.5 分 |
| 2700~2749 米 | 9 分 | 2300~2349 米 | 9 分 |
| 2750~2799 米 | 9.5 分 | 2350~2399 米 | 9.5 分 |
| 2800 米 | 10 分 | 2400 米 | 10 分 |

(4) 专项理论（满分 10 分）：闭卷考试，考试试题从各项目专项试题库中随机抽取。

(5) 学习态度（满分 20 分）：由任课教师根据学生出勤、课堂表现等情况综合评定。其中出勤情况为 15 分，课堂表现为 5 分。

3. 课外体育锻炼

课外锻炼是体育课程的一部分，学生选上体育课的学期，必须参加课外体育锻炼并达到相应要求。未达要求的，体育课成绩记 0 分，具体办法详见《北京大学关于开展学生课外体育活动的实施办法》。

第二部分 体育教学管理办法

一、体育课程管理办法

1. 学生选修体育课有自主选择课程、任课教师、上课时间的三自主选课方式。

2. 学生完成特色项目学习，获得体育课程 4 学分，是毕业和获得学位的必要条件。建议前 6 个学期修完 4 个体育必修课学分，以免因缺体育学分而影响保研、实习、求职、出境交流等事项的安排，甚至影响正常毕业。

3. 根据学校教学的总体要求和体育课程的自身规律，体育课程设置了丰富多样的兴趣选项，有些项目开设了初级班、提高班，以满足不同兴趣、不同层次、不同水平学生的需要。

4. 教师根据教学大纲要求教授专项技术和专项素质，结合每学期的体质健康测试项目安排一般身体素质的教学指导和练习，形成课内学习、课外锻炼、课外测试的课内外有机结合的教学模式，引导学生在每周一次体育课的基础上再进行两次以上课外体育活动，养成体育锻炼的习惯。学生务必加强课外体育活动，通过长期坚持锻炼发展身体素质，增强体质，提高健康水平。

5. 学生学习态度和努力程度对体育意识的培养和体育课成绩的提高有积极的促进作用，教师要根据项目特点、运用合理有效的教学手段和方法，调动学生学习和练习的积极性。

二、班级及课堂管理办法

1. 体育必修课每班人数根据项目特点和场馆器材条件，在 16—30 人之间，每班最多为 30 人，少于 16 人的班原则上取消。中国象棋、国际象棋、围棋、桥牌及通选课人数最多为 100 人，体育保健课最多为 50 人。因此，开课后不允许学生擅自换班，也不允许非本班学生旁听课程。

2. 学生根据教务部的安排通过教务系统自行选课，原则上不再办理中期退课，如有特殊情况（如意外受伤、疾病等经医院诊断不能继续该课程学习）需退课，由学生本人写退课申请，任课教师签字，并报体育部教学主任批准后方可到教务部办理退课。

3. 学生要注意自身和同学的安全，在课上出现胸闷、心慌、头晕等不适状况，或身体处于疲弱状态，或发现其他同学出现不适，应及时向任课教师告知，由教师根据情况处理。

4. 学生上课应按照所选项目的要求，穿着合适的、有利于运动的运动服、运动鞋。不允许穿便装、牛仔服、皮鞋、拖鞋（游泳课除外）；不允许戴围巾、太阳镜、接打手机、戴耳机等；女同学上课不允许披肩发。课前应根据相应项目的要求准备好所需的体育器材（例如球拍），选修游泳课的学生应准备好游泳衣、游泳裤、游泳帽、游泳镜等。

三、教学评估

教学评估是领导、专家、学生、同行及任课教师本人通过教务部指定网址（kcpq.pku.edu.cn）对任课教师的教学情况进行系统检测和评估的过程。新评估方法采用过程评价和结果评价相结合，贯穿教学始终。

具体规定参见教务部 2017 年 4 月颁布的“本科课程评估系统”规定。

四、体育课优秀率

由于体育课程的特殊性，为鼓励学生努力学习、加强课外体育活动、加大教师调控体育教学的力度，体育课程优秀率控制在 60%，即同一位任课教师所教同一项目的所有学生总成绩 85 分以上（含）的人数不超过 60%。

五、关于考勤、缓考和旷考的处理办法

1. 考勤：学生出勤情况和课堂表现是评定学习态度的依据。学生选上课后，需按学校教学管理规定准时上课，严格遵守考勤制度。

(1) 体育课为全程考勤，每次课教师要点名，并记录学生出勤和缺课情况。

(2) 缺课包括旷课、病假、公假、私假。每旷课一次扣 3 分，私假一次扣 2 分，公假一次扣 1 分（需提供院系或相关部门证明），病假一次扣 1 分（需提供校医院医疗诊断证明），迟到和早退一次各扣 1 分，扣满 15 分为止。一学期缺课累计超过该门课程学期总学时数三分之一者，不得参加该课程考试，该课程成绩以“0”分记。

(3) 选、退课调整期如没有上课，不论是否选上课，均以缺课记录，并扣 1 分。

(4) 对于围棋、国际象棋、桥牌、奥林匹克文化等上课人数较多的课程，教师可以根据考勤原则、所授课程之特点及学生人数等情况制定考勤办法，记录出勤情况，记载平时成绩。

2. 缓考：

(1) 因伤、病或其它个人特殊原因不能参加课程考试时，应在考试前向任课教师提出书面缓考申请，提交医院诊断证明等相关材料，经任课教师同意后可不参加该学期的考试，期末成绩记录为缓考。

(2) 学生务必在下学期（或缓考课程开设学期）期末联系原任课教师进行考试，获得成绩后，原任课教师向体育教研部教务办公室提交成绩。

(3) 未经批准同意擅自缺席体育课的，均按照实际分数予以记载。

3. 旷考：学生无故未参加一项或若干项考试，未考项成绩为 0 分，各项累加后体育课总成绩不论是否超过 60 分均按照实际成绩记载。

第三部分 附则

本办法经体育教研部讨论修订，并报教务部备案。自 2017 年 9 月 1 日起施行。

本办法由体育教研部负责解释。