

2021-2022学年秋季学期体育课外锻炼管理办法

一、指导思想

为了更好地贯彻习近平总书记关于加强学校体育工作和青少年健康成长重要论述的精神，认真落实中央关于加强学校体育的决策部署，推动北航体育工作取得明显突破，提升学生体质健康水平，特制订此管理办法。

二、目标

（一）通过体育课外锻炼，学生有更多的时间参与运动，培养体育锻炼的兴趣，养成每天坚持锻炼身体的习惯。

（二）通过体育课外锻炼，学生可以有选择地参与、学习、享受体育，掌握一定的体育锻炼方法和运动技能，提高身体素质。

（三）通过体育课外锻炼，学生可以增强合作意识、竞争意识以及不怕艰辛、勇于克服困难的坚强意志，同时促进教师与学生、学生与学生之间的和谐关系，丰富校园体育文化生活。

三、体育课外锻炼形式

（一）跑体能锻炼走廊（TD线），或经过体育部认定的运动APP。

（二）校内外体育类赛事，如校内组织校级体育赛事、北京市大学生体育协会赛事等。

（三）体育类社团组织的体育活动，如校团委领导和体育部指导下的体育类社团。

（四）学院组织的体育类活动，例如学院体育代表队、学

院体育赛事活动等。

四、体育课外锻炼要求

（一）2021级本科生每学期要求课外锻炼的考勤次数为48次，计入体育课内成绩，占比10%。

（二）2018级、2019级、2020级本科生每学期课外锻炼要求48次，不足48次的下一学期补齐。在第7学期第十五周周日前课外锻炼次数未达到288次的学生，将不能获得体育7的学分。

五、体育课外锻炼刷卡时间及体育课外锻炼次数查询

（一）刷卡时间：

本学期从校历第四周星期一（9月27日）开始，到第十五周星期日（12月19日）结束，开放时间：

早晨 06:30——10:00

中午 11:30——14:00

下午 15:30——19:00

每个时间段最多计1次课外锻炼次数，每天最多计3次。

（二）TD线锻炼次数查询：

查询网址：<http://10.212.28.38>（健康云），网上更新时间为有效刷卡后24小时内。若有查询密码丢失，请工作时间联系杨老师，82317052；如有其他问题请工作时间联系孙老师，13501107347。

六、课外奖励次数具体管理办法

（一）各校级群体代表队学生参加校外体育赛事每场次给予5个TD次数，校内训练每次给予2个TD次数，TD奖励次数由教练员统计确认签字后，提交至群体办公室。

（二）校运会、长跑节、体育文化节展演等校体育部主办的体育赛事每次给予5个TD次数。承办单位统计后提交群体办公室。

（三）体育类社团、各学院（书院）组织体育活动由主办方负责人提前两周将活动策划方案、报名表等申请材料提交至群体办公室，经批准后方可获得TD次数的奖励，按一项一次给予不超过3个TD次数。由负责人上报实际参加活动的学生名单及奖励次数，经体育指导教师签字确认后报群体办公室。

所有奖励统计请于本学期第16周星期日前提交群体公共邮箱：beihangqunti@126.com。

七、免于课外锻炼考勤的学生

（一）留学生、交换生（交换当学期可免TD）、保健班学生（需要诊断证明书）、双学籍飞行员及其他短期进修或者在学校选修部分学分的学生等。

（二）由于身体状况等其他原因不能参加课外锻炼的学生，应当于第八周前提交免体申请及相关证明（学院、医院等出具的有效证明）至体育部教学办公室（体育部二楼209）。

八、本办法解释权在北航体育部。

体育部

2021.9.22