

北京工商大学体优班管理指导细则

第一章 总则

第一条 为落实《北京工商大学关于进一步深化大学体育课程改革的实施办法》关于体优班管理的相关要求，规范体优班日常管理，明确指导教师职责，保障体优班学生在自主锻炼中实现体质健康水平的持续提升，特制定本细则。

第二条 体优班管理遵循“底线管理、自主发展”原则。打破统一训练的时间束缚，赋予学生自主安排锻炼的权利；同时设定明确的考核底线，确保不放松、不放任，体现“有管理、有标准、有退出”的制度刚性。

第三条 体优班仅设大一、大二两个班级，由体育教学部指派专任教师担任指导教师，负责日常管理、信息传达、线上指导及考核工作。

第四条 体优班学生须以自主锻炼为主，通过体质健康测试成绩的动态变化检验锻炼效果。学生应增强自律意识，主动做好自身健康的第一责任人。

第二章 管理职责

第五条 体育教学部是体优班管理的责任主体，负责以下工作：

（一）统筹体优班管理工作，制定并适时修订管理细则；

（二）确定指导教师人选。指导教师配备按以下顺序确定：部班子成员中的专任教师优先担任，之后每学期按教研室主任、教学科研委员会委员的顺序轮流担任，后续视运行情况研究是否扩展至普通专任教师；

（三）协调校运动队、体质测试中心、场馆管理中心等相关资源，为体优班管理提供保障；

（四）每学期组织一次体优班管理工作评估，汇总考核数据，形成评估报告。

第六条 体优班指导教师承担以下具体职责：

（一）信息传达：及时发布和传递体育教学部相关教学安排、体质测试通知、体育活动信息等，确保学生知晓率达 100%；

（二）线上指导：通过线上平台（微信群、教学平台等）提供专业领域技术指导，包括运动处方建议、锻炼方法指导、运动损伤预防咨询等，每学期线上指导不少于 6 次，每次应形成简要记录；

（三）考核执行：按本细则第三章规定，组织实施学期考核，确保考核数据真实、过程规范、结果有据；

（四）名单管理：每学期初完成体优班学生名单审核与确认，期末完成成绩录入与报送，确保名单准确、成绩及时归档；

（五）过程沟通：每学期至少召开一次体优班集体座谈会（线上或线下），了解学生锻炼情况与困难，解答疑问。

第七条 体优班只计一个班教学工作量，不参加任何超工作量奖励，相关工作量核算按体育教学部统一标准执行。

第三章 考核管理

第八条 体优班考核实行“底线考核+自主选择”机制。学生须在以下两项中任选其一完成：

（一）校队训练出勤：每学期参加校队训练出勤不少于 3 次。出勤以校队教练、队长（经理、副队长）签到的实际到场记录为准，指导教师负责汇总核实；

（二）阳光长跑：每学期完成阳光长跑里程不少于学期总要求的 1/3。具体标准按当学期《北京工商大学阳光健康长跑实施方案》执行，以系统记录数据为准。

学生一经选定考核方式，学期内不得更改；确有特殊情况需调整的，须经指导教师审核同意。

第九条 考核结果处理：

（一）完成上述任一项要求者，学期考核认定为“合格”，正常获得体优班学期成绩；

（二）两项均未完成者，学期考核认定为“不合格”。首次不合格，由指导教师进行约谈，并列入下学期重点关注名单；连续两学期不合格，须参加学期末补测，补测仍不合格者，退出体优班，转入普通体育课程学习。

第十条 指导教师应于每学期第 16 周前完成考核数据汇总，第 17 周前完成成绩评定，第 18 周前完成成绩录入。考核全过程须留存可追溯的记录，包括出勤签到表、长跑系统截图、线上指导记录等。

第四章 自主锻炼引导

第十一条 体优班学生自主锻炼期间，指导教师应做好以下引导工作：

（一）提供锻炼方案建议：入学初根据学生体质测试成绩和运动基础，提供个性化锻炼方案建议，明确锻炼频次、强度和时间安排；

（二）推送线上资源：每两周通过线上平台推送运动科普内容、锻炼示范视频或体质提升技巧，保持学生在自主锻炼中的专业获得感；

（三）阶段性提醒：在学期中期（第 8—10 周）进行一次进度提醒，通报学生当前考核完成情况，对进度滞后学生进行定向督促。

第十二条 鼓励体优班学生参加校内外体育竞赛和体育活动。学生参加校级以上体育竞赛并获得前八名者，当学期考核直接认定为“合格”，不受第八条完成情况限制，体现以赛促练、以赛代考的导向。

第五章 退出与转入

第十三条 体优班学生出现以下情形之一者，退出体优班（原则上加入体优班后不得随意退出）：

（一）连续两学期考核不合格且补测未通过的；

（二）主动申请退出并经指导教师审核、体育教学部批准的；

（三）因伤病等原因确实无法继续参加体育锻炼，经校医院或专业医疗机构出具证明的；

（四）违反校纪校规受到纪律处分，不适合继续留在体优班的。

第十四条 学生退出体优班后，转入普通体育课程学习，体育教学部配合教务处做好课程调整及学分衔接工作。退出学生的相关记录纳入体育教学部管理档案。

第十五条 普通体育课程学生当学期体质健康测试成绩达到 80 分及以上者，经本人申请、体育教学部审核，可转入体优班。转入时间为每学期初，转入后即适用本细则的全部管理规定。

第六章 附则

第十六条 本细则由体育教学部负责解释。

第十七条 本细则自发布之日起施行。原相关规定与本细则不一致的，以本细则为准。

北京工商大学体育教学部

2026 年 10 月 10 日