

关于加强 2015 级学生课外阳光体育锻炼的通知

根据浙江省教育厅办公室《关于开展 2018 年全省高校学生体质健康状况抽测的通知》，以抽测为契机，进一步提高我校学生体质健康水平，并确保抽测工作顺利开展，现就相关工作做如下具体安排。

1. 实施对象：2015 级大三年级学生

2. 抽测时间：2018 年 5 月 14 日（一天）

3. 宣传动员：时间为 2018 年 3 月 12 日至 16 日，请学工部、宣传部、团委、学生会、各院系做好宣传动员工作，建议各院系召开 1 次大三学生动员会。

4. 制订计划：2018 年 3 月 14 日前，请各院系与公共体育与艺术部下院系辅导教师共同协商大三学生的课外辅导时间及辅导计划，共 6 周（3 月 19 日—4 月 29 日，清明节、五一节放假辅导时间暂停，如被抽中测试的重点学院辅导时间另行安排；竺院学生由所在专业院系安排辅导），每周 3 次，每次 2 学时，每位学生参与 15-18 次。计划内容包括：时间、地点、人数、负责领导或辅导员。（若在课外锻炼辅导计划时间段内学生因有课无法参与，可下载“浙大体艺”app，进行跑步计公里数锻炼，每次锻炼 2-7 公里为有效次数，每周 3 次，至少完成 30 公里及以上。请各院系于 3 月 14 日前将计划发至 tc88208813@163.com。

5. 辅导组织：各院系主管体育工作领导负责，每次辅导须指派至少 1 名以上辅导员到场组织协调。体艺部委派下院系辅导教师对各院系大三学生进行辅导。

6. 辅导项目：坐位体前屈，50 米跑，立定跳远，1000 米跑（男）/800 米跑（女）和引体向上（男）/仰卧起坐（女）共 5 个项目。

7. 考勤纪录：参与锻炼的大三学生、体艺部辅导教师、院系辅导员和主管领导，均通过各校区体艺部的刷卡机完成考勤记录（一卡通），体艺部负责统计，其结果随省抽测成绩报主管校领导及各院系。

8. 激励机制：积极开展课外阳光体育锻炼学生人均次数/学年（40%）、体测合格率（30%）、“三好杯”系列竞赛参赛率（30%）达前 10 名的院系，校体委颁发浙江大学阳光体育运动“优胜单位”奖杯，并给予适当金额的体育活动经费支持（从文体发展基金中支出）。

9. 激励补助：积极参与组织的院系辅导员和主管领导予以适当的交通、通讯、劳务补助。

浙江大学体育运动委员会

2018 年 3 月 9 日