

浙江大学公共体育与艺术部文件

浙大体艺发〔2026〕3号

关于印发《浙江大学本科生体育课程修读办法 (2026年9月修订)》的通知

各中心、科室:

经党政联席会研究决定,现将《浙江大学本科生体育课程修读办法(2026年9月修订)》印发给你们,请遵照执行。

公共体育与艺术部

2026年9月18日

浙江大学本科生体育课程修读办法

（2026 年 9 月修订）

为规范浙江大学本科生体育课程修读，结合学校培养德智体美劳全面发展、具有全球竞争力的高素质创新人才和领导者的目标，特制定本办法。

一、修读目标

浙江大学本科体育教育教学始终围绕“立德树人”的宗旨，以体育育人，以体育心，以学生成长成才为中心，弘扬“强体魄，树我邦国”的浙大体育精神。在体育教育中贯彻“课内精教、课外勤练、课余常赛”的理念，让学生在体育课程学习中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志，树立正确的运动观与健康观，培养学生爱国荣校情怀，使其养成终身锻炼习惯，掌握终身体育技能。

二、修读要求

根据学校培养方案规定，实施本科阶段体育课程全覆盖。四年制本科生最低修读 6.5 学分，五年制本科生最低修读 7 学分方能毕业。

前三年每学期修读一门体育课程，达到课程要求后可获得 1 学分，即 6 个学期 6 学分。第一和第二学期要求同时修读“专项技能课”和“身体素质课”，或修读“运动训练课”。

四年制学生大学四年级修读“体测与锻炼Ⅰ”；五年制学生大学四年级修读“体测与锻炼Ⅰ”，大学五年级修读“体测与锻炼Ⅱ”。

每位全日制学生必须按照教育部颁布的《国家学生体质健康标准》（2014 年修订版）完成国家学生体质健康标准测试，每名学生体质健康标准测试成绩每学年评定一次，与体育课成绩、评奖评优及毕业挂钩。

三、课程种类

1. 专项技能课

为大学一至三年级学生必修课，指篮球、乒乓球、游泳等体育专项课程。

2. 身体素质课

为大学一年级学生必修课，须与专项技能课同时修读，旨在发展学生力量、耐力、速度、灵敏、柔韧等身体素质。如第一学年因特殊原因未能同时修读且完成“专项技能课”和“身体素质课”，学生应在后续学年顺延同时修读“专项技能课”和“身体素质课”，以确保正常获得体育课程学分。

3. 运动训练课

运动训练课分 A、B、C 三类，A 类专门针对高水平队学生开设，为高水平运动员运动训练课；B、C 两类为面向具有某一运动项目特长的普通学生开设的训练与竞赛类课程，学生修读该类课程后可免修专项技能课和身体素质课。

4.体测与锻炼课

为大学四、五年级学生必修课程。

四、成绩记载及学分获得

1.专项技能课

该部分课程成绩为百分制，其中：专项技术占 40%，身体素质占 30%，体育理论占 5%，学习过程占 10%，课外锻炼占 15%，详见课程大纲。学生在学期内参加由校体育与美育委员会主办的校园体育竞赛，可按赛事等级每次加分 1~2 分，每学期累计加分不超过 5 分；未参加者不予加分。竞赛加分计入体育课程总评成绩，总评成绩以 100 分为上限，超过 100 分的，按 100 分计。

一个学期原则上只能选一个专项的体育课程，同一项目体育课可跨学期重复修读。大学一、二、三年级体育成绩不及格，原则上顺延至大学四、五年级进行重修，允许多次重修。体育课程总评成绩不足 60 分，视为课程未通过，可在修读学期内向任课教师提出补考申请，补考内容只限于专项技能和身体素质考核，任课教师可给予一次补考机会。

2. 身体素质课

身体素质课不实施项目考核，但其学习过程评价成绩计入同期专项技能课的学习过程成绩。身体素质课累计旷课次数达到本学期应上课次数的 $\frac{1}{5}$ ，或因病、因事累计缺课次数达到本学期应上课次数的 $\frac{1}{3}$ ，该学期体育课成绩最高分为 59 分（含竞赛加分），且不安排补考。

3. 运动训练课

成绩为百分制，由学生参加训练的过程性评价及竞赛成绩评价综合构成。

4. 体测与锻炼课

学生须在修读学年内完成体质健康测试和课外锻炼要求，课程成绩采用二级制，记为合格或不合格，不合格者须重新选课修读。课程分为体质健康标准测试评价和课外锻炼评价两部分，两项评价均合格者方可获得 0.5 学分。

体质健康标准测试评价：按照教育部颁布的《国家学生体质健康标准》（2014 年修订版）评价标准进行评价。学生体质健康标准毕业总评成绩由毕业当年得分与其他学年平均得分各按 50% 的权重计算，毕业总评成绩达到 50 分及以上的，评定为合格。

课外锻炼评价：学生须在修读学年秋冬学期开始至春学期结束期间（含寒假），通过 App 跑距锻炼累计完成 24 次及以上有

效课外锻炼，每日最多计入 1 次。达到上述要求的，课外锻炼评价为合格。

五、其他

1. 本办法适用于非体育类专业普通本科生。
2. 本办法自发布之日起施行，由公共体育与艺术部负责解释。