

# 广东茂名健康职业学院文件

茂健职院（2021）146号

## 关于印发《广东茂名健康职业学院 2022 年体育 工作实施方案》的通知

各党政管理机构，各教学教辅机构，各群团组织，各直属单位：

现将《广东茂名健康职业学院 2022 年体育工作实施方案》  
印发给你们，请认真贯彻执行。

广东茂名健康职业学院  
2021年12月31日



# 广东茂名健康职业学院 2022 年体育工作 实施方案

为贯彻落实中共中央办公厅、国务院办公厅印发的《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》的文件精神和《高等学校体育工作基本标准》的有关规定，进一步加强我校体育工作的实施与管理，促进学生健康水平的提高和可持续性发展，依据《学校体育工作条例》有关规定，结合我校实际，特制定本方案。

## 一、总体要求

### （一）指导思想

以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，以立德树人为根本，以服务学生全面发展、增强综合素质为目标，坚持健康第一的教育理念，加强和改进学校体育工作，不断提升学校体育工作水平。

### （二）工作原则

遵循改革创新、面向未来；补齐短板、特色发展；凝心聚力、协同育人的工作原则。

### （三）主要目标

建立完善以学校为主导、学科融合、部门协作、社团联动的全方位、多维度、深层次有效融合的学校体育工作机制；切实加强组织保障，成立体质测试中心；不断深化教学改革，提高教学质量，开足开齐体育课（体育选项项目开齐 15 项）；全面改善办学条件，逐步配齐配强体育教师；全面改善体育场馆设施，建设

乒乓球、瑜伽、武术等体育室内教学场地，提高基础设施建设水平；逐步实现学生“五个一”目标，学生体育竞赛体系基本构建；学生身体素质和综合素养有较明显的提升（学生体质测试合格率突破 75%，优良率突破 3.5%，）。

## 二、工作要点

（一）确保开足、开齐、上好所有体育课程；稳步提高体育教学质量；

（二）加强交流学习与合作，整合社会资源，借鉴先进的体育教育理念和经验，深化学校体育课程改革，开发别具特色的体育项目，形成学院特色品牌；

（三）构建课堂教学、课外活动、校园文化“三位一体”的推进机制；

（四）建立一支稳定、专兼职结合的体育教师队伍，加大培训力度，提升体育师资的整体水平；

（五）加强中华传统体育项目建设，推进五禽戏健康操、八段锦以及潘茂名养生保健操等中华传统体育项目进课堂，形成中华传统体育校园文化氛围；

（六）全面实施《学生体质健康标准》工作；着力提高学生体质健康水平；

（七）广泛开展校内普及性体育活动（两操、课外活动、社团团建、阳光乐跑等）；

（八）办好每年一度的学校运动会，夯实校内体育比赛基础，实施学校体育比赛全覆盖行动；

(九)办好校内系部间、班级间的各单项运动竞赛，组织参加市内比赛，组织第十一届大学生运动会武术比赛；

(十)改善学校体育器材配置、场地设施条件，积极落实各项资金保障，全面改善办学条件；

(十一)建立体育发展协同机制；开展学校体育质量监测和督导。

### 三、工作内容及措施

#### (一)不断深化体育教学改革，全面提升教学质量

##### 1. 开齐开足体育课程

按《高等学校体育工作基本标准》的要求，大专学生体育课程共开设 108 学时（分三学期，每学期 36 学时），开设不少于 15 门的体育项目（在目前现开设 13 个项目的基础上增加如健美操、跳绳、匹克球、毽球、高尔夫等项目）。第一学期课程内容为体质测试项目+八段锦，第二、三学期课程内容为选项项目+体质测试项目（中长跑等弱项）。针对残、病等学生开设体育保健课解决学生的免测、免考问题。帮助学生掌握至少 2 项运动技能，逐步形成终生体育锻炼习惯。

##### 2. 加强体育课程和教材体系建设

(1) 建立“体育课+课余体育锻炼+课余体育训练竞赛+学生体质健康达标“四位一体的体育课程体系，并纳入学校人才培养方案，明确课程思政建设目标要求和内容重点，聚焦提升大学生体育核心素养，与本校创新人才培养相结合，继续加强课程思政的融合与教学，构建“健康知识+基本运动技能+专项运动技

能”的体育教学模式。

(2) 以“扎根广东、立足本校”为指导思想，建设学校体育教材体系，围绕课程目标和运动项目特点，编制校本教材，积极推进信息技术在体育教学中的广泛、深入应用，通过自建、共建、引进等途径开设线上体育课程或线上线下混合式体育课程不少于2门（其中一门为体育理论课（内容由健康知识+体质测试内容、测试方法、运动处方等））。

### **3. 推广中华传统体育项目。**

我校大力推进“一校一品”“一校多品”、传统体育文化的发展，梳理自编五禽戏健康操、八段锦以及潘茂名养生保健操等中华传统体育项目，因地制宜开展体育教学、训练、竞赛活动。形成中华传统体育校园文化氛围。

### **4. 全面实施《学生体质健康标准》工作**

(1) 健全管理机构。我校要把此项工作作为学校体育的重点工作，建立学校体质测试中心，实行专人管理与专人测试。构建目标明确、机制健全、制度配套的多部门联动管理的工作机制，建立岗位责任制，实行奖励机制，制定相关方案并落实各系部、体育老师责任，确保我校学生身体素质指标（合格率与优良率）和体质健康水平逐年提高。

(2) 完善测试制度。完善修改《广东茂名健康职业学校学生体质健康测试实施办法》、《广东茂名健康职业学校学生体质健康测试违纪行为的认定与处理办法》、《学生体测缓测办法》、《学生免测申请办法》等工作制度。

(3) 学生体质测试成绩量化与制度化。建立健全《国家学生体质健康标准》管理制度，学生测试成绩列入学生档案，将体质健康状况、体育课成绩、参与体育活动等情况作为学生综合素质评价的重要内容。作为对学生评优、评先的重要依据。

(4) 完成年度体质测试及上报工作。测试前将体测测试方法、训练方法等编制成手册发放给辅导员、班主任以及每一位学生，并将体测培训讲座纳入学前教育；督促并指导学生日常的训练。按照要求，每名学生在校两年每年需进行一次的体质测试，在次年进行不及格项目的补测。在每年年底完成学生体测成绩的上报工作。学校要落实好测试仪器设施，加强培训，熟练、正确地掌握操作方法，科学地使用测试仪器，逐步实现贯彻实施《学生体质健康标准》工作的规范化、制度化、科学化。

(5) 建立学生体质健康状况分析和研判机制，根据学生体质健康状况制定干预措施，视情况采取分类教学、个别辅导等必要措施，指导学生有针对性地进行体育锻炼，切实改进体育工作，提高全体学生体质健康水平。

## 5. 广泛开展普及性体育运动

学校应健全学校课余体育活动管理机制，统筹协调全校课余体育活动开展与实施。组建校级运动队、体育社团、规范“步道乐跑”推动学生积极参与常规课余训练。着力保障学生每天校内1个小时体育活动时间。

(1) 大力发展学生体育社团。在原有11个体育社团增加至20个，如田径、体适能、瑜伽、健美操、体育舞蹈、飞镖、气

排球、健身健美等，完善社团的组建制度，加强学生体育社团的管理，做到活动训练有制度、有组织、有要求、有记录。

(2) 规范课余体育训练，学校组建篮球、排球、田径、武术等运动队，积极开展课余训练，努力建设高水平运动队。

(3) 开发别具特色的体育项目，将传统体育特色（如瑜伽健身操，五禽戏健身操，养生保健操等）作为学生的早操、课间操以及课外体育团建活动内容，形成学校特色，创造条件申报广东省体育传统项目学校。

(4) 完善乐跑平台，并进行科学管理。

**6. 办好每年一度的学校运动会, 夯实校内体育比赛基础, 实施学校体育比赛全覆盖行动。**

(1) 以贯彻落实每天锻炼一小时的健身行动计划为活动宗旨，坚持“健康第一”，以人为本，组织办好一年一度的秋季运动会。提高我校学生体质健康，促进学生德、智、体、美，劳全面发展，创设我校良好的体育文化氛围。

(2) 提高认识，加强领导。成立以学院书记、院长为组长的校运动会组织委员会，明确职责与分工，构建全员动员全院参与的管理机构，完善工作制度。

(3) 统筹协调、周密组织，精心安排，通力配合。在组委会统筹领导下，树立“一盘棋”的思想，各施其职，落实责任，周密组织、精心安排，密切配合。

(4) 科学设置，扩大参与面，提高身体素质。通过创新选择运动会比赛项目（增加集体接力等项目）、参赛组队形式、加

大奖励范围等举措，对校运动会进行科学设置与组织，扩大学生参与面，做到全员参赛提高学生体育锻炼的兴趣和体质健康水平。

**7. 办好校内联赛，组织参加校际、省市级比赛，健全学校体育运动训练与竞赛机制。建立学校体育竞赛体系。**

(1) 科学设置学校体育赛事，立足校园，建立全员覆盖、人人参与的常态化校内联赛、建立班级、年级、系部、校级为一体的校内体育竞赛制度。完善学校运动队管理机制。办好全校性的各单项运动竞赛。逐步形成系统的学校“体育节”按项目建立班级、年级、学校代表队，定期开展不同项目的校内开展多层次、升降级的体育联赛，定期组织举办“体育节”。

(2) 学校要因地制宜建设各项目学校代表队，定期开展训练。选拔优秀运动员参加校际、市级及省级体育比赛，为学校增光。组织学校武术队的训练及第十一届省大学生运动会的参赛工作，利用周末或节假日开展足球、篮球、排球、乒乓球、羽毛球、网球、田径、武术等项目比赛。重点打造以足球、篮球、排球、武术等运动项目的比赛。

## **(二) 全面改善办学条件**

### **1. 强化师资队伍建设**

(1) 配齐配强体育师资。通过公开招聘、聘用优秀退役运动员兼职等多种方式，解决体育教师短缺问题，拟招聘高水平专任体育教师 3 名，增加场地器材管理员 1 名。

(2) 加强体育教师培训培养。完善体育教师专业培训标准，



支持教师参加教学培训、教学观摩，鼓励教师参加教学比赛、专业技能比赛、论文评选、活动等，努力提高业务水平。组建科研团队，设计体育课程思政优秀案例、创建体育精品课程。进一步加强师德师风建设。培养“人格有魅力、专业有实力、教学有活力”的体育名师团队。

（3）强化体育教师师德师风建设。全面提升体育教师的综合素养和执教能力。推动体育教师师德建设工作常态化，将师德师风评价纳入体育教学评价、评优评先、职称评定、岗位聘用、课题申报等各项工作中，实行师德师风“一票否决”制。

（4）激发体育教师内生动力，保障体育教师待遇。制定学校体育教师工作量指导标准，科学合理确定体育教师工作量，将体育教师课余指导学生练和常赛，组织开展课外活动、学生体质健康测试、课后训练、指导参赛等任务计入工作量，并在绩效工资分配方案中予以充分考虑。落实体育教师运动服装与高温补贴；确保体育教师在职称（职务）晋升、教学科研成果评定、课题申报等方面，与其他学科教师享受同等待遇，且占有一定比例。

## **2. 加强体育场馆设施、器材等基础建设**

（1）对标《普通高等学校体育场馆设施、器材配备目录》，加大体育经费的投入，建设学校乒乓球室、健身房、形体室、武术室、简易高尔夫教学场、攀沿等大众健身活动场地设施。

（2）完善场馆管理制度，建立专业化场馆运行模式，实行专人管理，充分发挥体育场馆的教学效应与社会效应，为教学、训练与全民健身提供强有力的保障。

(3) 加大维护经费投入，并对学校的体育场馆设施进行全方位的定期排查与维修保养，确保体育场馆最大的使用率 and 安全性。

### **3. 加强交流学习与合作，整合社会资源。**

(1) 加强与茂名市体育局进行对接，开发省内其他医卫类高校的人力资源，争取体育资源，主动与广东石油化工学校体育学校对接，在我院设立体育教学实习点，同时可拓宽运动营养咨询与指导等级证书的培训渠道与生源。加强对学校体育的管理。全方位进行体育工作的学习与提高。

(2) 加强与本地区各校进行联谊与交流、学习。联合茂名市其他高校（石油学校、茂幼、农林、茂职）的体育名师，成立体育名师工作室及建立茂名市高校体育专家库，服务茂名市的体育工作及建设，进中小学交流并指导工作，提升茂名市中小学体育教师的科研、教学水平。

### **（三）加强组织保障**

#### **1. 加强组织领导**

建立健全学校体育工作领导小组。成立学校体育工作领导小组，明确岗位目标和职责。学校各有关职能部门、系部、辅导员、班主任和体育教师都要各司其职，加强学校体育工作的统筹协调和指导，研究解决存在的问题，协同推进本校体育工作各项任务落实。

#### **2. 加强经费保障**

学院逐年增加体育经费投入，进一步改善学生体育活动场地

设施，根据国家安全质量标准和体育场地器材配备目录配足配齐体育器材。维护并使用好体育场地器材设备，提高场地器材的使用效率。

### **3. 加强制度保障**

认真贯彻执行上级有关体育教育的政策法规要求，建立健全体育工作各项规章制度，完善体育社团管理制度、运动队管理制度、体育竞赛管理制度、学生体质测试管理制度。要加强对师生的安全教育，完善学校体育设施、体育课程和活动和各项管理制度，要建立校园意外伤害事件应急处理机制，积极为学生购买意外伤害保险。建立日常活动、体质监测和专项运动技能测试相结合的考查机制，将达到国家学生体质健康标准要求作为相关职能部门、辅导员、体育教师等的教育教学评价考核的重要内容。

### **4. 强化宣传引导**

学校要加大学校体育工作政策的宣传解读力度，形成正确的舆论导向。要落实家庭教育指导，凝聚各方面共识，树立“健康第一”的理念，形成学校、家庭、社会共同关心学生身心健康的良好体育文化氛围。

### **5. 制定落实措施**

学校要研究落实加强和改进新时代体育工作具体措施，结合实际制定实施学校体育教师配备和场地器材建设三年行动计划，全面改善学校体育办学条件。并围绕学校体育发展目标，组织开展专项课题研究，用科学理论指导具体教学实践，确保体育发展规划中各项任务的完成。

附件：

## 广东茂名健康职业学院 2022 年体育工作 任务分解和进度安排表 (试行)

序号	时间安排	工作任务	责任处室
1	全年	1. 加强学生体能测试项目训练,提高学生体能水平	体育教研室、各系部
		2. 学院室内乒乓室、瑜伽室、武术室、形体室、体质测试厅室;室外大众健身场等体育教学活动场馆建设	后勤保卫部、体育教研室
		3. 不定期派出体育教师进行校内、校外学习与培训	教务部、组织人事部
		4. 学校体育教学及常规管理;体育教学实践及研究	教务部、基础教学部、体育教研室
		5. 各体育社团的指导及活动开展,各运动队的日常训练与管理	教务部、团委、体育教研室
		6. 步道乐跑的日常管理	工会、学工部、体育教研室
2	2022.03	1. 拟定 2022 年体育工作实施方案	体育教研室
		1. 编写学期体育工作计划 2. 编写体育教学授课计划 3. 编写体育线上与线下的教案(教学设计)	体育教研室
		4. 收集短缺体育教学用具器材数目,并申请购置	体育教研室
		5. 拟写大众健身器材建设方案	体育教研室

3	2022.04	1. 体育研讨课听评	体育教研室
		2. 学院篮球、排球、足球、羽毛球、乒乓球、网球等项目“欢送杯”比赛	团委、体育教研室、各系部
		3. 省运会武术套路比赛的报名与训练	基础部、体育教研室
4	2022.05	1. 以教研室为单位,挖掘不同学科所蕴涵的体育资源,融入课堂教学,安排示范课听评	基础教学部、体育教研室
		2. 体育科研论坛	体育教研室
		3. 潘茂名养生保健操校内推广培训	体育教研室、学工部 健康促进系、各系部
		4. 潘茂名养生保健操全市机关事业单位内推广培训	体育教研室、学工部 健康促进系、各系部
		5. 组织参加省运动武术套路比赛	基础教学部、体育教研室
5	2022.06	1. 招聘专职体育教师	组织人事部
		2. 中职部“五禽戏健康操”比赛	中职教学部、体育教研室
		3. 21级体育课第二次进行选项分班	教务部、各系部、基础教学部、体育教研室
6	2022.07	拟定《学院体育兼职教师管理办法》、《体育社团指导、课外活动、课后服务任务工作量课时计算方法》	组织人事部/教务部
7	2022.09	1 编写学期体育工作计划、体育教学授课计划、体育线上与线下的教案(教学设计)	基础教学部、体育教研室

8	2022.10	1. 以教研室为单位,挖掘不同学科所蕴涵的体育资源,融入课堂教学,安排体育课程思政示范课听与评	教务部、体育教学督导组
		2. 21、22级体质测试(第一轮)	体质测试中心、体育教研室、各系部
		3. 篮球、排球、足球、羽毛球、乒乓球、网球等项目“新生杯”比赛	团委、各系部、体育教研室
9	2022.11	1. 学院第五届运动会	体育领导小组成员各单位
10	2022.12	1. 21 高职生八段锦比赛	团委、学工部、体育教研室
		2. 体育教科研成果展示与总结	基础部、体育教研室
		3. 21 级、22 级第二轮体质测试(主要是补测), 数据整理及上报。	体质测试中心、体育教研室、各系部
11	2023.01	1. 召开年度体育工作会议	体育工作领导小组成员
		2. 22 级体育课进行选项分班	教务部、体育教研室、各系部