

中共安徽商贸职业技术学院委员会文件

院党字〔2026〕21号



中共安徽商贸职业技术学院委员会关于印发《安徽商贸职业技术学院大学生体质提升专项行动方案》的通知

党总支、直属党支部，各部门：

现予印发《安徽商贸职业技术学院大学生体质提升专项行动方案》，请遵照执行。

特此通知。

中共安徽商贸职业技术学院委员会

2026年3月25日



安徽商贸职业技术学院大学生体质提升专项行动方案

为深入贯彻落实《教育强国建设规划纲要（2024-2035年）》精神，积极响应《教育部办公厅关于实施大学生体质提升专项行动的通知》（教体艺厅函〔2026〕4号）部署，结合我校实际情况制定本实施方案，旨在通过强化组织领导、深化体育教学改革、丰富课外锻炼形式、完善竞赛活动体系、优化保障支持条件等多项举措，有效提升学生的体质健康水平。

一、工作目标

通过三年集中行动，实现以下目标：

1. 体质健康水平明显提升。全校学生体质健康测试合格率显著提升，优良率明显提升，学生体质健康整体水平有显著改善。
2. 体育锻炼习惯全面养成。确保全体学生每周至少参加3次有强度的课外体育锻炼，学生体育社团（协会、俱乐部）参与率达到90%以上。
3. 体育教学改革深入推进。严格落实体育课时要求，体育课程开设率达100%，建成3门以上校级精品体育课程，形成“基础+专项+特色”的课程体系。
4. 竞赛活动体系基本建成。构建“班级—院系—校级”三级联动的体育竞赛体系，每年举办校级体育赛事不少于20项，院系级赛事覆盖全体学生。
5. 校园体育文化氛围浓厚。打造“一院一品”特色体育活动，

形成热爱体育、崇尚运动、健康向上的校园风尚。

二、主要任务与具体举措

（一）强化组织领导，压实责任主体

1. 成立专项行动领导小组。由校党委书记、校长担任组长，分管教学、学生工作、后勤的副校级领导担任副组长，成员包括办公室、组织人事处、教务处、学生工作处、基础教学部、校团委、校医院、后勤管理处、财务处等相关部门负责人及各二级学院党总支书记。主要职责是统筹全校体质提升工作，审定实施方案，协调解决重大问题，督导检查工作进展。（责任部门：校办公室）

2. 建立“一院一品”工作台账。各二级学院根据学校总体方案，结合本学院专业实际情况制定本学院实施细则并报领导小组备案，建立专项行动工作台账，定期记录任务进展、存在问题及整改情况。基础教学部对近三年学生体测数据进行深度分析，形成《学生体质健康状况分析报告》，明确各年级、各专业学生体质薄弱环节。（责任部门：各二级学院、教务处、基础教学部）

3. 优化考评体系。将学生体质健康工作纳入学校年度工作要点，作为二级单位绩效考核的重要内容。将各学院学生体测合格率、优良率、课外锻炼参与率等指标纳入学院及相关职能部门年度考核评价范围。（责任部门：组织人事处、教务处、学生工作处）

4. 健全校内协同工作机制。强化体育运动委员会建设，体育运动委员会主任由分管教学学校领导担任。每年召开至少一次会议研究

解决体育工作中的实际问题。建立“体育教学—学生管理—后勤保障”联动机制，定期沟通学生体质状况、场地使用需求、活动组织协调等事项。（责任部门：基础教学部、学生工作处、后勤管理处）

（二）全面落实体质健康标准

5. 规范测试组织流程。严格按照学校《学生体质健康标准实施方案》规定，每学期组织 1 次常规测试和补测，测试项目、评分标准、成绩评定均按国家标准执行。提前公布测试时间、地点、要求，各二级学院做好学生通知、安全教育、诚信教育，测试现场由基础教学部和各二级学院共同组织，校医院提供医疗保障。（责任部门：基础教学部、各二级学院、校医院）

6. 加强数据管理与应用。建立学生体质健康电子档案，将测试成绩、评定等级、个体分析纳入学生学籍档案。测试数据由基础教学部统一录入“国家学生体质健康网”，确保数据真实、准确、完整。定期向各学院反馈学生体质状况，为改进活动组织和教学改革提供依据。（责任部门：教务处、基础教学部）

（三）深化教学改革，提升体育课质效

7. 严格落实体育课时要求。教务处严格审核各专业人才培养方案，确保高职体育课总学时不低于 108 学时，严禁以任何形式挤占、削减体育课时。将体育课纳入教学常规检查范围，定期通报课时执行情况。（责任部门：教务处）

8. 构建分层分类课程体系。实行“体质强化+专项教学”双轨

制，低年级学生开设“体质强化”课程，开展针对性体能训练。在学生具备相应体质基础后，实行“专项教学”，开设篮球、足球、瑜伽、健美操等专项课程。打破年级、专业界限，开设“职业体能特色课”，针对不同体质特点设计颈腰椎保健、力量训练、急救技能等模块。（责任部门：基础教学部、教务处）

（四）丰富课外锻炼，打造竞赛体系

9. 实施“每周三练”行动。全体学生主要通过参加体育社团训练、院系代表队训练，参加学校或院系组织的群体体育活动，参加体育竞赛活动等方式，每周至少参加3次有强度的课外体育锻炼。通过线上APP实现锻炼打卡、数据统计、积分管理等功能。（责任部门：学生工作处、团委、各二级学院、基础教学部）

10. 繁荣体育社团文化。支持现有篮球、足球、羽毛球、街舞等体育社团发展，每个社团配备至少1名指导教师，提供场地、器材支持。鼓励每名学生在校期间至少加入一个体育社团，社团参与情况计入第二课堂学分。每学期组织“社团开放日”“社团联赛”等活动，提升社团吸引力。（责任部门：团委、基础教学部）

11. 构建三级体育竞赛体系。鼓励各班级利用课余时间开展篮球、跳绳、拔河等小型比赛，做到“周周有活动、月月有比赛”。各二级学院每年举办一次院级体育竞赛活动，设置田径、球类、趣味项目等，要求参赛人数不低于本学院学生总数的70%。学校重点办好运动会、“商贸杯”、体质健康运动会等系列校级赛事，打造

“阳光体育文化节”品牌活动。同时组织学生参加校际联赛、区域性比赛，扩大学校影响力。（责任部门：各二级学院、团委、基础教学部）

（五）完善激励约束，强化结果运用

12. 优化综合素质测评体系。将体测成绩、课外锻炼完成情况、竞赛获奖纳入综合素质测评体系，作为评优、推优入党的重要参考。

（责任部门：学生工作处、教务处、基础教学部）

（六）强化条件保障，筑牢安全底线

13. 升级体育场地设施。在宿舍区、教学区周边因地制宜建设“微操场”“健身路径”，增加单杠、双杠、乒乓球台等设施，满足学生碎片化锻炼需求。引入智能体质测试设备，实现数据自动采集上传。确保体育场地、设施在课余时间和节假日向学生开放，延长晚间照明时间。（责任部门：后勤管理处、基础教学部）

14. 配齐建强体育师资队伍。按照在校生人数足额配备体育教师，确保生师比符合国家标准。将课外活动指导、运动队训练、体质测试组织等计入教学工作量，纳入绩效分配体系，提高体育教师积极性。支持体育教师参加各级各类培训、学术交流，每年安排不少于1次专项培训。（责任部门：组织人事处、基础教学部）

15. 完善体育运动安全防范体系。制订并实施《体育活动安全应急预案》。每学年开展一次运动安全专题教育，利用宣传栏、微信公众号普及运动损伤预防、急救知识，在体育课、大型活动前进

行安全提示。校医院在体测和大型赛事期间派驻医护人员现场值守，配备急救药品和设备，建立急救绿色通道。建立体育设施定期巡查制度，每月对场馆器材进行安全检查，及时消除安全隐患。（责任部门：校医院、后勤管理处、基础教学部）

16. 加强经费保障。筹集专项经费列入学校年度预算，用于场地扩容改造、维护升级、器材购置、教师培训、学生奖励、医疗保障等。鼓励通过社会赞助、校企合作等方式筹集资金，支持体育事业发展。（责任部门：财务处）

三、实施步骤与时间安排

（一）部署启动阶段（2026年4月-2026年8月）

成立专项行动领导小组，各二级学院完成特殊体质学生摸排，制定本学院落实细则并报领导小组备案。教务处修订人才培养方案，落实体育课程开课任务。基础教学部制订修订《体育活动安全应急预案》和《学生体质健康标准实施方案》。组织人事处调研完善综合考核制度。同时广泛开展宣传动员，营造全校重视体质提升的浓厚氛围。

（二）全面实施阶段（2026年9月-2026年12月）

启动“每周三练”行动，组织体育社团招新和课外锻炼活动。实施首次全覆盖体质健康测试，推进体育教学改革，初步构建分层分类课程体系。举办院系级体育文化节和校级系列赛事，确保各项任务举措有序落地并取得初步成效。

（三）中期推进阶段（2027年1月-2028年6月）

持续开展各项体育活动，定期分析体测数据并动态优化教学和锻炼方案。组织中期评估，召开体育工作联席会议研究解决突出问题，进一步丰富竞赛活动体系，推进“一院一品”体育品牌建设，巩固提升学生体质健康水平。

（四）总结完善阶段（2028年7月-2028年12月）

全面总结三年行动成果，形成系统经验材料。开展最终体质健康测试和数据对比分析，完善长效机制。将成功经验固化为学校制度，纳入日常体育工作体系。对先进集体和个人予以表彰奖励，并规划后续体质健康持续提升工作。

四、保障措施

（一）强化监督检查与动态管理

领导小组定期组织专项督查，及时发现和解决工作中存在的问题。各责任部门建立动态管理台账，每月上报工作进展情况，形成闭环管理机制，确保各项任务落到实处、取得实效。

（二）加强宣传引导与文化建设

充分利用校园广播、微信公众号、宣传栏等载体，广泛宣传体质健康的重要意义和典型经验。组织优秀学生、社团经验分享会，开展“阳光体育”主题教育活动，营造人人重视体育、人人参与锻炼的良好校园风尚。

（三）加大经费投入与条件保障

将改进学校体育场地设施条件纳入学校升级改造总体安排，学校年度预算列支专项经费，用于场地设施升级、器材采购、教师培训、学生奖励和医疗保障等方面。

（四）建立长效机制与持续改进

行动结束后，将成功经验转化为学校体育工作的常态化制度，纳入人才培养方案和日常管理。建立定期体质健康监测制度，持续跟踪学生体质变化，实现体质提升工作的制度化、规范化、长效化，为学校高质量发展和学生全面成长提供有力保障。

学校党办

2026年3月25日印发
