

西藏民族大学文件

藏民大发〔2023〕17号

西藏民族大学关于加强体育工作的实施意见

各学院（部）、校直部门、附属单位：

为深入贯彻落实习近平总书记关于体育工作的重要指示批示精神，推动我校体育工作更好更快发展，全面提升师生员工体质健康水平，有力支撑学校高质量发展，依据中共中央办公厅、国务院办公厅《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》以及教育部《高等学校体育工作基本标准》，现结合学校实际，就进一步加强我校体育工作提出如下实施意见。

一、统一思想，进一步明确体育工作的目标和思路

1.指导思想。以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，全面贯彻党的教育方针，坚持社会主义办学方向，以立德树人为根本，以社会主义核心价值观为引领，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，推动学生文化学习和体育锻炼协调发展，帮助学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志，培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。要把体育作为学校全面实施素质教育的重要突破口和切入点，努力提高师生体质健康水平、促进体育学科发展和竞技体育上台阶。

2.目标与思路。围绕培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和可靠接班人的根本任务，统筹推进学校体育事业，把增强师生员工体质、培养健康向上、胜不骄、败不馁的体育精神作为学校育人工作的基本目标和重要工作内容；遵循体育运动规律，充分借鉴吸收国内外高校体育教育的成功经验，深化体育教学模式改革，创新体育工作组织模式，使之更加符合现代大学生健康成长的发展需求；落实国家标准，健全体育考评机制，提高学生参与体育运动、体育比赛的积极性；加强队伍建设，健全体育教师考核机制，不断提升体育教师队伍工作的创造性；加大资源投入，完善学校体育场馆等各项硬件设施，为师生体育锻炼提供更多优质的选择和保障；加强统筹协调，转变工作观念，健全体制机制，积极营造“健康民大，人人参与”的校园体育文化氛围。

二、改革体育教学模式，提高人才培养质量

3.培育体育一流品牌专业。积极优化调整体育专业结构，建设以满足西藏社会发展的人才需求为导向，培育社会发展急需的体育人才。立足陕西、面向西藏，服务社会，服务基层，服务基础教育，坚持理论教学、科学研究与运动训练三者并重，以体育

教育、运动训练、休闲体育为重点建设方向，将三个专业确定为重点建设专业，培养体育基础知识深厚，创新意识与社会适应能力强的复合型应用型体育人才。坚持整体推进与典型引领相结合，鼓励特色发展。

4.优化公共体育课程体系。拓展学校体育资源与课程内涵，在保持现有选项门类的基础上，不断提高体育课程建设水平，新增一批具有时代特色的新兴运动项目，满足大学生日益增加的个性化体育运动需求。推动学生掌握科学锻炼的基础知识、基本技能和有效方法，推动形成终身体育思想，养成终身锻炼习惯和健康生活方式，鼓励学生在校期间学会 2-3 项终身受益的体育专项技能。

5.创新教育教学方式。建立以课堂体育教学、课外活动和业余训练相互支撑的体育教学模式，切实增强体育教学的吸引力和实效性，充分发挥体育教学在培养学生的意志品质、团队合作精神、公平竞争意识、交往能力与创造力、表现力等方面的特殊功效。健全体育教研、科研制度，建立高水平研究团队，多渠道开展以提高学生体质健康、教学质量、课余训练、体育文化水平等为目的的战略性、前瞻性、应用性项目研究，带动学校体育工作整体水平提高。

6.开足开齐体育课程、运动项目。依照《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》规定，大学一、二年级每周须开设 2 学时的体育课。确保为本科生开设不少于 144 学时的体育必修课，每周安排体育课不少于 2 学时（每学时不少于 45 分钟）；每节体

育课须保证一定的运动强度，其中提高学生心肺功能的锻炼内容不得少于 30%；要将反映学生心肺功能的素质锻炼项目作为考试内容，考试分数的权重不得少于 30%。为大三、大四学生和研究生开设适量的体育选修课，在研究生中建立体育兴趣小组或体育社团。建立并坚持大一新生出早操制度，引导其他年级学生积极参加早操。要面向全体学生积极开展冬季长跑、年度篮球联赛、足球联赛等体育活动。

7.建立健全与《国家学生体质健康标准》相配套的学校管理制度。将学生测试成绩列入学生档案，作为对学生评优、评先的重要依据。努力使毕业年级学生测试成绩及格率达 95%以上。对于学生测试成绩达不到 50 分者按结业处理（因病或残疾学生，凭医院证明向学校提出申请并经审核通过后可准予毕业）。

三、营造“健康民大”氛围，提高师生员工体育锻炼积极性

8.大力实施阳光体育运动。推动体育课程、课间操和课外体育活动一体化，推动学生走下网络、走出宿舍、走向操场，每天至少参加一小时的课外体育锻炼。创新课外体育活动内容、方式，增强课外体育活动的趣味性和吸引力，着力培养学生的体育爱好、运动兴趣和技能特长，形成院院有体育特色、班班有体育活动、人人有课外体育活动项目的局面。加强对学生体育社团的管理与指导，提高学生体育社团建设数量和质量，鼓励学生在校期间都能够加入一个体育社团。

9.完善体育竞赛制度。进一步丰富体育竞赛项目，切实将体育竞赛纳入学校工作的重要内容。弘扬中华体育精神，推广中华

传统体育项目，尤其开拓具有区域特色的体育项目，形成具有民大特色的体育品牌。精心组织好每年的运动会，通过增设喜闻乐见、易于参与的竞技性、健身性、民族性、趣味性体育项目，逐步实现学生参与运动项目的比例达到60%以上。各学院结合实际制订全年学生竞赛计划，举办以球类、田径、棋类、健身操、民族传统体育等为主要项目的体育竞赛活动，支持以学院、专业、班级为单位组织开展体育竞赛，努力打造适合各学院特点的特色竞赛项目。采取激励措施，加大体育教师、体育协会对体育竞赛的指导力度。

10.实施全民健身计划。丰富教职工业余文体生活，改善教职工体育锻炼条件，加强教职工体育协会、老年人体育协会建设；加大教职工体育锻炼专项经费投入，切实组织开展各类体育活动，引导广大教职工特别是中青年教职工积极投身业余体育锻炼。充分发挥学校体育的社会服务功能，鼓励体育教师积极参与指导中小学体育教学、训练，在教职工中开展“健身指导”等公益活动。

11.传承创新学校体育文化。形成“健康民大，人人参与”的氛围，推动体育文化发展。加大体育工作宣传力度，加强对体育活动、体育榜样人物的宣传报道和终身体育知识与技能的宣讲普及，引导师生员工牢固树立和自觉践行“每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子”的生活理念，大力营造珍视健康、热爱体育、崇尚运动、积极向上的良好氛围。

四、加强体育业余训练及竞赛，提高体育工作对外交流合作水平

12.打造高水平运动队伍。结合我校传统特色项目及西藏体育发展实际，组建足球、篮球、田径、健美操（啦啦操）、网球等项目队伍，开展业余训练，切实提高训练效果，努力为西藏培养一批优秀的体育人才。争取打造 1-2 支能够代表西藏大学生参加全国单项比赛的高水平运动队。

13.健全体育运动队运行保障机制。争取向教育部申请高水平运动员单独招生政策，在运动队训练时间与运动员学业管理、训练与器械设备、训练经费投入以及高水平教练员引进与聘任机制等方面给予特殊政策支持，提升运动队日常管理与训练科学化水平。

14.加强体育交流合作。加大与国内知名高校、体育机构的交流与合作，积极参加国家、省（区）组织的体育竞赛活动，力争取得优异成绩，使我校体育工作再上新台阶。

五、加强体育教师队伍建设，提升教师队伍整体水平

15.加强体育师资队伍规划。按照立足现在、着眼长远的方针，坚持培训、引进并重原则，不断优化师资结构，逐步提高我校体育教师整体素质。做好现有中青年体育教师的业务培养，拓展进修培训渠道，进一步提高体育教师的学历层次和专业素质。扩大体育师资的来源，积极引进高素质高水平体育教师和高层次体育人才或教练员。

16.完善考核评价体系。建立适应我校体育发展需求、符合体育运动发展规律的激励机制，加大体育教学、体育科研、高水平运动员训练、赛事指导等因素在评价体系中的权重，切实激发体

育教师的工作积极性和创造性。

17.鼓励体育教师积极参与学科建设。充分发挥我校“国家体育科普基地”作用，整合学科资源优势，推进学科交叉融合，鼓励体育教师积极参与科学研究，力争取得一批有重要影响的科研成果。在未来5-10年，着力打造西藏民族传统体育文化、高原运动与健康、西藏高原特色体育高质量发展等重点学科，为广大体育教师提供业务成长、发挥潜力的良好平台。

18.重视体育教师全面发展。促进体育教师在组织体育教学、运动竞赛和传播体育精神文化的过程中更好发挥言传身教的作用。进一步关心体育教师的成长和生活工作，为体育教师的成长发展创造更好条件。支持体育教师广泛参加对外体育交流与合作，促进体育教师的全面发展。

六、加大资源投入，改善体育办学条件

19.加大体育经费投入。通过学校投入、专项资金、地方政府支持、体育产业开发等多种方式，增加学校体育工作经费投入，确保我校体育工作经费有较大增长，保障各项体育工作可持续发展。

20.加强校园体育场馆、设施器械建设。力争在“十四五”期间，完成秦汉校区运动场区建设提升工程，建成实用性强的综合室内运动馆；进一步提升渭城校区体育设施条件。优化体育场馆和设施管理的办法和机制。在课余和节假日向师生员工开放体育场馆、设施，切实提高各类体育资源的使用效益。

七、完善管理体系，强化体制机制保障

21.加强体育工作的顶层设计和统筹规划。充分发挥学校体育运动委员会的作用，将体育发展纳入学校总体规划，编制学校体育工作年度报告，明确学校各部门在学校体育工作中的职责，建立定期汇报和奖惩机制，实施体育工作绩效评估和监督问责，形成教学单位、教务处、学生工作部（学生工作处）、共青团委员会、教育工会等相关部门协调配合、齐抓共管的协同推进机制。

22.建立健全体育安全管理体系。加强对学校体育安全的指导和监督，形成包括安全教育培训、活动过程管理、保险赔付的学校体育风险管理制度，依法妥善处理学校体育意外伤害事故。制订和实施体育安全管理工作方案，强化监督管理，明确责任主体，落实安全责任制。加强对体育设施的维护和使用管理，切实保证使用安全。

西藏民族大学

2023年5月3日