**关于2022-2023学年第二学期**

**校园健身跑的通知**

**一、参与对象**

全日制在校大一、大二学生

**二、活动时间和地点**

1.活动时间

第3至16周（2023年2月27日--6月4日，共14周）

有效时段: 周一至周日，早上5:30-7:00，晚上17:30-22:00

2.活动地点

衢州职业技术学院校园内。

**三、活动规则和考核机制**

1.采用“运动世界校园APP管理系统”，选择**“计分跑”**模式参与跑步，每次跑步男生至少2千米、女生至少1.5千米，**第3到4周为体能恢复阶段配速为3-15分钟/公里**，第5周开始（3月13日起）配速恢复为**3-8分钟/公里**钟即男生在6-16分钟内完成2公里，女生在4.5-12分钟内完成1.5公里。每次跑步距离和时间同时符合要求才能计有效次数1次，每天只记有效次数一次，**本学期大一、大二学生均需完成42次。**

2.学生课外体育活动纳入体育课程考评，如跑步次数低于规定次数，体育课期末成绩最高以**59分计**。如在规定日期结束后的一周内（2023年6月5日--2023年6月11日）补足课外体育跑步有效次数，该学期体育课成绩最高以60分计。

3.**若采用冒名顶替（一人带多个手机）或利用电动车、自行车、轮滑以及滑板等工具完成任务的，都视为违规行为。一旦发现违规行为，经过核实认定后，则该学生及协同违规学生本次之前参加跑步次数全部清零。**

4.公共体育部定期对学生参加课外体育活动的违规行为进行反馈，学生对反馈信息有疑异的，可以在规定申述期内向公共体育部提交申诉申请，**每月的15日和30日为校园健身跑的集中申诉日**（遇法定节假日和双休日往后顺延），在申述期内没有提出申述申请的，视同默认情况属实。

**四、其他**

1.免跑资格审核。因残疾或疾病无法参加校园健身跑的学生，必须在校园健身跑开始的**两周内（2023年3月12日之前）填写学生课外体育活动“校园健身跑”免跑申请表**（见附件1），并提供三甲及以上医院证明材料，由所在二级学院分管学生工作领导签署相关意见，统一汇总后交公共体育部认定。

2.**因中途意外受伤等特殊情况需要临时申请校园健身跑免跑的同学，从申请时所在周次开始直到结束时间计算免跑次数（每周三次），受伤前需正常完成校园健身跑次数。**（例：在第八周意外受伤，需要完成3--8周的校园健身跑次数，至少完成18次校园健身跑。）

3.休学复学的同学参加校园健身跑次数从复学所在周次开始计算，按照每周三次校园健身跑的次数，需要完成复学后到校园健身跑结束时所有周次的校园健身跑次数。（例：在第5周复学回校开始正常上课，需要完成5--16周校园健身跑次数，至少完成36次校园健身跑。

4.免跑同学管理。采用“运动世界校园APP管理系统”，选择**“计分跑”**模式参与健身活动（慢跑或健步走），30分钟内完成，配速不做要求（系统显示成绩无效请忽略，体育课结课时由授课教师统计）。需完成的次数、公里数、考核机制均与其他同学相同（**本学期大一、大二学生均需完成42次**）。

5.学生参加课外体育活动必须遵循安全第一原则，跑步前要做好准备活动，根据个人身体状况、校内道路交通、天气情况以及灯光照明等环境因素做出相应的调整。

衢州职业技术学院公共体育部

 2023年2月24日

附件1：

**衢州职业技术学院学生课外体育活动**

**“校园健身跑”免跑申请表**

申请学期： 学年第 学期

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 学院： | 班级： | 手机： |
| 姓名： | 学号： | 体育课任课教师： |
| 申请原因 |   申请人：  年 月 日 |
| 学生所在学院审批意见 |   分管学生工作领导签字：  年 月 日 |
| 公共体育部审批意见 |   签名：  年 月 日 |

备注：

1.相关证明材料附后。

附件2

**2022-2023-1免跑登记汇总表（ 学院）**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 序号 | 班级 | 学号 | 姓名 | 性别 | 电话 | 体育教师姓名 | 免跑申请原因 |
| 1 | 22会计1 | \*\*\*\*\*\*\*\*\* | XXX | 女 | 138\*\*\*\*9658 |  | \*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\*\* |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |