**体育课程补缓考考核方案及标准**

根据体育教学大纲要求，结合体育课特点，达到锻炼身体，提高身体素质，增强自身抵抗力的目的，做好健康的第一防护人。现将2023-2024学年第二学期体育课程补、缓考考核方案公布如下：

**一、补考考核内容与标准**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 内 容 | 类别 | 题目 | 评分标准 | 分值比重 |
|  理论 | 体育理论 | 体育锻炼对身心的影响及运动损伤防护 | 有自己的心得与体悟，不虚夸、不作假。字数3000以上，制作封面，格式要求（标题黑体小三，一级标题宋体四号加粗，正文宋体小四，尾注宋体小五，间距1.5倍）打印装订好考试时交给监考老师，没按时提交的将不给予此项成绩的分数。 | 30%（平时成绩） |
| 身体专项素质 | 项目1 | 立定跳远（男、女） | 以《国家学生体质健康标准》要求一致 | 30% |
| 项目2 | 1000米跑（男）800米跑（女 |  《国家学生体质健康标准》要求一致 | 40% |

**二、缓考考核内容与标准**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 内 容 | 类别 | 题目 | 评分标准 | 分值比重 |
| 平时成绩 | 过程性评价 | 1、学习态度及奖励加分（30 分） | 考查点：（1）学生着装鞋子符合体育课规范，精气神充沛，学习态度端正，意志品质、人际关系、团队精神，上课表现积极，服从老师教学安排等；采用四级分制，分为优秀（A）、良好（B）、及格（C）和不及格，18分以上为优秀、15-17为良好、12-14为及格、11以下为不及格。 | 30% |
| 2、平时作业（情意表现）40 分 | 考查点：运用华为运动健康、Keep、咕咚、第一赛道等其中一款跑步软件进行跑步打卡，每周8公里，并在微信小程序“群打卡”中上传每周数据截图，需要打卡6周，总里程不少于48公里。学期末共打卡6周，每周不少于8公里者，记满40分，否则记0分。 |
| 3、出勤率（30 分） | （1）、出勤一次得4分。（2）、满勤按30分算。 |
| 体测水平 | 过程性评价 | 立定跳远（男、女） | 以《国家学生体质健康标准》要求一致 | 30% |
| 专项能力 | 终结性评价 | 1000米跑（男）800米跑（女 |  以《国家学生体质健康标准》要求一致 | 40% |

**二、注意事项**

1、请申请了大学体育课程补考、缓考的同学查明考试时间和地点的安排，准时参加考试。不参加本次考试的同学，将视为弃考，不再另行安排。

2、请参加本次考试的同学带好本人身份证、学生证，身份证丢失者请于考试之前补办或办理相关证明，否则不准参加考试。迟到15分钟者按自行放弃本次考试资格处理。

3、参加考试的同学必须服穿运动服并服从监考教师的安排，扰乱考场纪律者，成绩以零分记。

体育部

2024年3月