福建理工大学体育教研部

福工大[2023]体育1号

**2023-2024学年第一学期开展“苍霞乐跑”活动的通知**

**一、实施方式**

采用微信小程序-“苍霞乐跑”进行校园健康长跑。

**二、实施对象**

2022级、2023级本科学生。

**三、实施时间**

2022级本科生从2023年9月11日至2023年12月24日（第2周-第16周）共计15周，2023级本科生从2023年9月25日至2023年12月24日（第4周-第16周）共计13周。学生可在每日6:00--10:00、17:00--22:00两个时间段进行苍霞乐跑活动，其他时间苍霞乐跑小程序智能管理系统不予计算成绩。为避免出现因扎堆跑步而产生的安全事故，规定 2022级在日期的单号日、2023级在日期的双号日时进行苍霞乐跑。

**四、考核地点**

考核地点限定在旗山校区（北区田径场，南区田径场），鼓山校区田径场。超出田径场范围无法进行打卡，系统将不予记录成绩。

**五、考核组织：**

采用基于定向越野的趣味打卡模式进行跑步活动, 学生可自主安排时间和场地进行，苍霞乐跑小程序智能管理系统将跟踪监测，体育教师也将进行同步监督与指导。学生因学籍异动或伤病无法正常进行苍霞乐跑的，需申请免修或部分项目免修。

**六、考核标准与成绩管理**

根据本学期实际开展情况，考核标准与成绩管理在《福建工程学院“苍霞乐跑”课程实施方案（试行）》中规定的基础上做了适当调整。

**1、考核标准设置**

表1 “苍霞乐跑”考核标准

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 配速 | 4 ~12.5 m/km | | 经过打卡点数量 | 2个 | |
| 男生跑步里程 | 2~3 k m/次 | | 女生跑步里程 | 1.6~3 k m/次 | |
| 男生学期完成公里数 | 2022级 |  | 学期完成公里数 | 2022级 |  |
| 2023级 |  | 2023级 |  |
| 学期完成次数2022级 | 次 | | 学期完成次数2023级 | 次 | |

学生在符合苍霞乐跑考核标准（见表1）的前提下，成绩方可视为有效。每人每日的多次记录中，最多只计入1次有效成绩，每个月最多记录15次有效成绩。配速在4-12.5min/km范围内，单次完成里程男生应不少于2公里，女生不少于1.6公里，单次里程上限最多取3公里。

**2、完成次数与分数对应关系**

以学生学期内完成有效长跑的次数为依据进行考核评价，具体评分方式见表2。

表2 本学期有效长跑次数与分数对应关系

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 2022级有效  次数（次） | 0-23 | 24 | 27 | 30 | 33 | 36 | 39 | 41 | 43 | 45 |
| 2023级有效  次数（次） | 0-20 | 21 | 24 | 27 | 30 | 32 | 34 | 36 | 38 | 40 |
| 学期分数（分） | 0 | 60 | 65 | 70 | 75 | 80 | 85 | 90 | 95 | 100 |

**3、完成次数与体育成绩关联**

“苍霞乐跑”是一门独立课程，又是体育课的组成部分，占体育课成绩的20%，每位学生本学期完成有效长跑次数与对应的体育课分值见表3。

表3 “苍霞乐跑”本学期完成次数与体育课分值的对应关系

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 2022级有效  次数（次） | 0-23 | 24 | 27 | 30 | 33 | 36 | 39 | 41 | 43 | 45 |
| 2023级有效  次数（次） | 0-20 | 21 | 24 | 27 | 30 | 32 | 34 | 36 | 38 | 40 |
| 学期分数（分） | 0 | 12 | 13 | 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |

**4、课程补修**

2022-2023年第二学期苍霞乐跑分数低于60分的学生，需要补修该门课程，补修在本学期进行，本学期有效长跑的前10次作为补修任务，补修最终成绩记为60分，补修成绩不关联体育课成绩。本学期第11次的有效长跑及后续的有效长跑方可计入学期的苍霞乐跑课程成绩。

**七、“苍霞乐跑”课程考核中违规行为的处理**

体育部将组织相关人员不定时抽查，学生在长跑过程中被发现使用工具代跑、找人代跑、或代他人跑步等违规行为，一经发现核实将取消本学期体育课20%的关联成绩和“苍霞乐跑”成绩，并按照《学生手册》（2022版）《福建工程学院普通本科学生管理规定》第二十七条规定处理。

**八、“苍霞乐跑”课程学籍异动、参军复学和伤病学生的课程管理及申请流程，免修申请等，按《福建工程学院“苍霞乐跑”课程实施方案(试行)》中的要求执行。**

福建理工大学体育教研部

2023年9月1日

（此页无正文）

主题词：“苍霞乐跑” 活动 通知

主 送：各学院、体育部基础理论教研室

抄 送：教务处

体育部办公室 2023年9月1日印发