

# 体 育 教 学 部

## 广东财经大学校园阳光跑活动实施方案 (试行)

### 一、活动背景及意义

为贯彻落实教育部《高等学校体育工作基本标准》（教体艺〔2014〕4号）、《国家学生体质健康标准（2014年修订）》（教体艺〔2014〕5号）和中共中央、国务院印发的《“健康中国2030”规划纲要》等文件精神，执行《广东省促进学校体育卫生艺术国防教育高质量发展三年行动计划（2024-2026年）》（粤教体函〔2024〕26号）的要求，促进我校学生良好自主体育锻炼习惯的养成，全面提升学生体质健康水平，制定此活动实施方案。

### 二、依托平台

校园阳光跑依托“体适能”APP课外锻炼系统平台进行，学生需从手机应用市场下载并安装该APP，完成注册认证后即可使用。

### 三、参与对象

我校大一、大二、大三本科生（不含大四本科生和研究生）。

### 四、校园阳光跑规则

- （一）跑步区域：限广州校区和佛山校区校园内。
- （二）跑步时段：每日 5:30-23:00。
- （三）配速范围：男生 3-9 分钟/公里，  
女生 3-10 分钟/公里。

(四) 记录里程：单次跑步里程需为 2-5 公里。

(五) 记录频次：每日仅记录一次有效跑步数据。

(六) 活动时间：每学期第 2 周周一至第 15 周周日

## 五、校园阳光跑计分

(一) 普通学生计分：男生至少完成总里程 70 公里，女生至少完成 60 公里，基础分为 60 分，未达到最低总里程要求者成绩按 0 分计。总里程每超出 1 公里，阳光跑成绩加 1 分；男生最高分 100 分对应 110 公里，女生最高分 100 分对应 100 公里，超出部分不再加分。

(二) 校运动队队员计分：参加我校运动队训练和比赛的队员，可填写校运动队阳光跑成绩计分表，经主教练签字及体育教学部审核后，成绩计为 100 分。

(三) 免跑计分：因突发性伤病等原因无法继续进行跑步且成绩未达 60 分的学生，可申请免跑。需提供相关病历和证明材料，通过体适能 APP 提交申请，经体育教学部审核后，该学期成绩计为 60 分。保健班学生免跑，无需申请。

## 六、校园阳光跑成绩运用

(一) 体育选项课和体质健康教育课学生：阳光跑成绩占体育课总评成绩的 30%。

(二) 大四学生的体育课总评成绩：期末考核成绩 70%+平时成绩 30%计算；保健班学生成绩按保健课程要求执行。

## 七、校园阳光跑奖励

每学期对阳光跑总里程前 50 名的学生颁发荣誉证书。

## **八、校园阳光跑作弊处罚**

对于免跑申请作假、替跑、利用软件作弊、使用交通工具代跑等作弊行为，一经查实，校园阳光跑成绩计为 0 分。

## **九、校园阳光跑实施时间及解释**

本方案从 2024-2025 学年秋季学期开始实施，由体育教学部负责解释。

体育教学部

2024 年 9 月 10 日