

计算机与软件学院文件

学工[2012]2号

武汉软件工程职业学院 计算机与软件学院 关于开展早锻炼活动的工作方案

院团、学，各班级：

根据教育部颁布的《学生体质健康标准》精神，为了增强学生身体素质，提高学生全民健身意识，认真贯彻，以实际行动推行全民健身计划，计算机与软件学院决定从2012年2月27日开始实行早锻炼计划。认真开展好这项工作对学生掌握知识技能增强体质，活跃校园课余生活和精神文明建设都具有重要意义。为了有效地开展早锻炼活动，达到预期效果，根据我院学生实际情况和活动场地情况特制定学生早锻炼活动实施办法。现将具体事项安排如下：

一、工作组安排：

组 长：陈文强

副 组 长：张胜洪、刘菲、杨富强

组 员：10级、11级辅导员以及学生会体育部

二、参与的对象：2010、2011级全体学生。

三、出操时间

2012年2月27日开始实施，每周周一至周五，早上7:00-7:45，每年级维持一个月时间，从2010级开始。

四、活动口号

“我运动，我阳光。我运动，我快乐。我运动，我健康”。

五、早锻炼场地

1、运动场 2、一号篮球场 3、三号篮球场。

（具体活动安排请见附件1）

六、早锻炼内容

1、晨跑 2、打篮球 3、羽毛球 4、乒乓球 5、排球。

早锻炼的活动方式由学生自己决定，在田径场活动时必须跑步不得走路，以免影响其他人的锻炼。

七、个人及班级出操要求：

（一） 各班分为2个小组，分别安排出勤。

（二） 班级出操人数要达到每班的50%以上，每班团体按100分计算，总共20天。每次每班参与人数少于50%的扣5分，等活动结束，总出各班成绩，80分以上为优秀，60-80为合格，低于60为差。

（三） 个人10次为满勤，也用100分计算，差一次扣除10分，90以上为优秀，70-90为良好，60-70分为合格，60以下为不合格。以上成绩纳入该生年终体育成绩，以及纳入优秀班级和优秀个人评比。

八、考勤管理

每位辅导员的班级组成一个检查小组，以各班班长为成员，比如刘菲班级6个班，成员则为6个。检查方式以互查的方式为主，学生会体育部负责抽查，最终每日检查表交于体育部长何佰丹汇总。

每日检查表如下:

周一	李博—杨瑾—何波—邓丹—胡馨、邓成一杨富强—李博
周二	杨瑾—李博—何波—胡馨、邓成一杨富强—邓丹—杨瑾
周三	李博—杨瑾—何波—邓丹—胡馨、邓成一杨富强—李博
周四	杨瑾—李博—何波—胡馨、邓成一杨富强—邓丹—杨瑾
周五	杨瑾—李博—何波—胡馨、邓成一杨富强—邓丹—杨瑾

附件:

- 1、计算机与软件学院早锻炼安排表
- 2、计算机与软件学院早锻炼考勤表
- 3、计算机与软件学院早锻炼班级考勤统计表

计算机与软件学院学工

二〇一二年二月十日

主题词: 学生工作 早锻炼 方案

2012年2月22日印发

共印 20 份

附件 1

计算机与软件学院早锻炼安排表

时间 \ 地点	运动场	1 号篮球场	3 号篮球场
周一	李博、杨瑾、 何波	邓丹	胡馨、邓成、 杨富强
周二	杨瑾、李博、 何波	胡馨、邓成	杨富强、邓丹
周三	李博、杨瑾、 何波	邓丹	胡馨、邓成、 杨富强
周四	杨瑾、李博、 何波	胡馨、邓成	杨富强、邓丹
周五	杨瑾、李博、 何波	胡馨、邓成	杨富强、邓丹

附件 2

计算机与软件学院早锻炼考勤表

[illegible]

附件 3

计算机与软件学院早锻炼班级考勤统计表

[illegible]