

江苏城乡建设职业学院 学生体质提升专项行动方案

为深入贯彻落实《教育部办公厅关于实施大学生体质提升专项行动的通知》（教体艺厅函〔2026〕4号）和省教育厅相关工作要求，立足我校办学定位，紧密结合城乡建设行业人才培养特点，针对当前学生体质健康现状，牢固树立“健康第一”教育理念，切实发挥体育在立德树人中的重要作用，不断夯实体育教学基础，丰富校园体育活动形式，健全体质提升工作机制，强化各项保障措施，持续增强学生身体素质，稳步提高体质健康测试合格率和优良率，特制定本专项行动方案。

一、总体要求

（一）坚持立德树人

把增强学生体质、塑造健全人格、锤炼意志品质作为学校体育工作的核心目标，加快构建“党委统筹、部门协同、院系落实、师生参与”的体育工作格局。

（二）坚持问题导向

紧盯学生体质健康薄弱环节，精准施策、狠抓落实，推动课堂教学与课外锻炼有机衔接，实现体育教学课内外一体化、体育

活动常态化、体质管理精细化、评价考核科学化、保障支撑系统化。

（三）坚持系统施策

通过深化体育教学改革、打造特色体育品牌、加强重点学生精准帮扶、完善数字化管理评价体系，引导学生自觉树立健康意识，养成长期锻炼习惯，全面提升学生身心健康水平。

（四）坚持强化特色

严格对标上级工作部署，将学生体质提升纳入学校办学质量评价体系，层层压实责任，细化工作举措，强化过程督导，着力打造具有城建职业教育特色的体育育人模式，努力争创全省高职院校体质健康提升工作先进典型。

二、工作目标

（一）体质健康水平稳步提升

全校学生体质健康测试达标率不低于 95%，优良率不低于 25%，耐力、力量、速度等关键体能指标明显改善，培育一批体质提升工作先进班级和先进二级学院。

（二）体育锻炼习惯逐步养成

推动学生常态化参与校、院、班三级体育活动，实现从“被动参与”向“主动锻炼”转变，健全活动体系，积极开展校际交流与合作，提升学生锻炼积极性和主动性。

（三）重点群体帮扶实现全覆盖

对体质偏弱、锻炼不足、身心健康需要重点关注的学生，逐一建立台账，实行“一生一策”个性化帮扶，做到底数清、责任明、措施实。同步推进体育工作相对薄弱二级学院整改提升，确保帮扶全覆盖、见实效。

（四）校园体育氛围更加浓厚

深度融入城建专业特色，打造“一校一品、一院一品”体育文化品牌，形成“全年不间断、人人愿参与、班班有活动、院院有特色、校际有联动”的校园体育生态。积极参加省级及区域赛事，深化校社协同，不断提升学生参与度和满意度。

（五）体育工作机制更加健全

将体质提升工作纳入各相关部门、各二级学院年度考核，考核结果与评优评先直接挂钩。构建教学、训练、测试、评价、保障一体化管理体系，推动体育工作制度化、规范化。体育场地在课余及节假日全面开放，小型健身设施覆盖校园重点区域，满足学生日常锻炼需求。

三、重点任务与实施措施

（一）全面摸排监测，精准掌握学生体质状况

1.开展数据分析。由体育部牵头，联合学工处、教务处及各二级学院，系统分析近三年学生体质测试数据、体育课成绩及课

外锻炼情况，精准找准学生体能短板、体质提升重点人群和体育工作薄弱二级学院，形成专题分析报告。

2.建立分类台账。以班级为单位，对 BMI 异常、体质测试不合格、长期缺乏锻炼及存在特殊健康状况的学生逐一开展排查，分类建立专项管理台账；对体育工作相对薄弱的二级学院单独建档，实行动态管理、闭环整改，确保底数清、措施实、整改到位。

3.问题自查整改。围绕体育课程设置、教学实施、师资配备等关键环节开展全面自查，严格梳理存在的问题，建立问题清单、责任清单、整改清单“三张清单”，明确具体整改措施、责任主体和完成时限，确保自查有深度、整改有方向。自查整改完成后，由学校学生体质提升工作领导小组组织复核验收，严把整改质量关。

4.精准帮扶到人。组建专项帮扶小组，对排查出的重点学生实施“一生一策”个性化跟踪指导，严格落实“体育教师+班主任”双责任人制度，建立定期会商机制，定期研判帮扶成效、优化指导方案，确保重点学生帮扶全过程可追溯、可核查、见实效。

（二）深化体育教学改革，夯实课堂教学主阵地

1.严格课程管理。严格落实高职院校体育课程不少于 108 学时要求，将体育课程全面纳入人才培养方案，规范课程结构、学时安排、教学内容和考核标准。结合建筑类专业岗位实际，将应

急自救、实用体能训练融入课堂教学；2026年新增1-2门特色体育课程，推动传统项目、新兴项目与职业体能训练有机融合，将运动防护、急救技能作为重要教学内容，不断丰富课程供给。

2.加强师资队伍建设。配齐配强体育教师队伍，合理核定师资配比，保障体育教师在课时计算、职称评聘等方面享受合理待遇。通过校内培训、校外交流提升教师业务能力，2026年选派3-5名教师参加国家、省、市级专项培训，重点提升职业体能教学、重点学生指导等能力，建立教师培训成长档案。由体育部统筹师资力量，建立跨二级学院调配机制，保障各二级学院体育工作均衡开展。

（三）推进课内外一体化，促进学生全员参与锻炼

1.构建课堂教学+课外锻炼+社团活动+竞赛展示+校际交流“五位一体”体育育人模式，打通课内外壁垒。将课外锻炼、活动参与、竞赛表现纳入体育课成绩评定，其中过程性评价占30%，对积极参与各类体育活动与竞赛的学生给予附加分奖励，引导学生主动锻炼。

2.按照“春季促锻炼、夏季强体能、秋季抓竞赛、冬季葆坚持”节奏，组织学生每周至少参加3次有强度的课外体育锻炼，围绕体质测试项目开展针对性辅导训练。

（四）打造城建特色体育品牌，营造浓厚校园体育氛围

1.推进“一院一品”建设。鼓励各二级学院结合专业特色，打造1-2项特色体育项目，形成“院院有特色、班班有活动”的良好局面。城建专业可以重点发展定向越野、攀岩等户外项目，艺术类专业可以发展瑜伽、形体训练等项目，形成错位发展、特色鲜明的校园体育文化。

2.完善体育赛事体系。办好每年的校院两级田径运动会，常态化开展篮球、排球、足球、乒乓球等球类联赛，办好新生杯、毕业杯等特色赛事，做到“月月有比赛、周周有活动”，吸引广大学生积极参与。

3.深化校社协同育人。加强与地方体育部门、体育协会合作，共建体育实践基地，引进优质体育资源，拓展学生锻炼空间。

（五）完善管理评价机制，强化工作责任落实

1.建立数字化管理平台。依托学校校园信息化平台，建立学生体质健康数据管理系统，实现学生体质数据电子化存储、动态更新、精准分析，为精准帮扶提供数据支撑。

2.强化考核激励。将学生体质提升工作纳入各部门、各二级学院年度绩效考核，考核结果作为评优评先的重要依据。对工作成效突出的单位和个人给予表彰奖励，对工作推进不力、完不成目标任务的进行约谈整改。

四、保障措施

（一）加强组织领导

成立学校学生体质提升专项行动工作领导小组，由学校党委书记、校长担任组长，体育部、学生工作处、教务处、财务处、后勤保障处、各二级学院等部门负责人为成员，统筹协调推进专项行动落地落实。各二级学院相应成立工作小组，由党总支书记、院长担任组长，切实抓好本单位学生体质提升相关工作落实。

（二）强化经费保障

学校统筹年度经费预算，安排专项经费用于体育场地设施改造、特色课程建设、教师培训、赛事组织等，保障专项行动顺利开展。鼓励争取上级专项经费支持，提高经费使用效益。

（三）严格督导检查

学校领导小组每学期开展一次专项督导，通过听取汇报、实地检查、数据分析等方式，掌握工作进展情况，通报督导结果，督促整改落实。对工作推进不力、进度滞后的单位，责令限期整改。

江苏城乡建设职业学院

2026年4月3日

