

聊城大学关于伤病学生修读公共体育课程的暂行规定

为完善公共体育课程管理，保障教学秩序，学校针对确实患有不宜参加体育活动疾病或严重残疾的学生，专门设立了《体育保健课》作为公共体育课的补充，使其完成学业。为了保证《体育保健课》更好地服务特殊人群，同时促使学生尽可能地参加体育活动，提高身体健康水平，特制定本暂行规定。

一、学生有以下严重伤病之一者，可申请体育保健课。

- (一) 脊柱类：严重畸形、残疾、椎间盘突出；
- (二) 四肢骨骼类：严重畸形、残疾、骨折；
- (三) 心肺类：心脏病、哮喘、中重度高血压病、严重贫血；
- (四) 其他脏器疾病：脏器恶性肿瘤、严重的代谢性疾病、有出血倾向疾病；
- (五) 因手术或重病未痊愈，恢复期 3-6 个月或有严重后遗症；
- (六) 严重视网膜疾病；
- (七) 其他严重疾病。

二、学生有以下一般伤病之一者，须正常选修公共体育课

- (一) 关节肌肉损伤：关节肌肉损伤稍有功能障碍；
- (二) 心肺类：轻度高血压；中轻度贫血
- (三) 其他脏器疾病：脏器轻微慢性疾病；
- (四) 光照过敏类；
- (五) 骨折固定物应取未取，对其他关节部位活动影响较小。

三、严重伤病学生管理办法

有严重伤病的学生，可申请参加体育保健课学习，凡参加体育保健课学习者，必须在每学期开学后四周内提出申请，过期不予补办。具体申请程序如下：

(一) 本人提出申请。填写体育保健课申请表一式三份；提交有关的病历、医学检查报告等有效材料；校医院证明原件一份，复印件两份。以上三种材料齐全。

(二) 由学生所在学院核实申请有关材料，并签署意见。

(三) 由校医院复查或核实病情，并根据本规定的有关条款签署意见。

(四) 由公共体育教学部审核，提出意见，作出安排。

(五) 申请材料交教务处审核备案。

凡在规定时间内未能申请《体育保健课》学生，应视自身身体情况，书面告知任课教师是否进行正常的体育课程学习和考核，并保证因此引发的一切后果自负。如不能正常上课，应选择退课缓修或重修。

四、一般伤病学生管理办法

有一般伤病的学生，应正常修读体育公共课，除体能课外，选项课应选择适合自己身体状况的项目。上课时持病历、医学检查报告和校医院诊断证明（三种材料齐全），交任课老师备案注明，以便区别对待，由任课老师安排其参加力所能及的身体练习，如下肢活动受限可安排躯干和上肢活动，光照过敏可安排在遮阳处活动等。

五、课程考核与成绩管理

(一) 严重伤病学生应在期末参加《体育保健课》的考试，成绩的最高分值为 70 分，体育课成绩备注“保健课”。不及格者须重修。

(二) 一般伤病的学生，如无身体的特殊限制，应参加体育课期末考试。在身体素质考核时，任课教师应视其身体状况，从仰卧起坐、俯卧撑、屈臂悬垂、斜身引体、引体向上、立定跳远、短跑、

长跑等项目中选取两项考核，成绩与正常学生同等对待。只能参加身体素质考核者最高成绩按 70 分计。

（三）所有伤病学生均应遵守课堂纪律与规范，凡缺课 1/3 者，取消考试资格。

六、在学期中途出现意外伤病，属于严重伤病者，应及时申请退课缓修或重修体育课。属于一般伤病者，急性期可请假治疗，一个月后仍未痊愈或功能障碍者，可向任课教师提出申请从事力所能及的身体练习，考试内容可有别于正常学生，也可申请缓考或放弃考试选择重修。学期中途不能转入体育保健课程学习。

七、本条例未尽事宜，由教务处、体育学院会同研究处理。

教务处 体育学院

2019-3-4

附件：

特殊考试项目评分标准

分数	男子：双杠臂屈伸 (次)	男子：屈臂悬垂 (秒)	女子：斜身引体 (次)	男子：俯卧撑 (次)	女子：屈臂悬垂 (秒)	男子：仰卧起坐 (次)
100	17	81	38	50	33	58
95		77	36	48	30	56
90	16	73	34	46	27	54
85		69	32	44	24	51
80	15	65	30	42	21	48
75		61	28	40	18	44
70	14	57	26	38	15	40
65	13	53	24	36	12	35
60	12	45	22	34	9	30
55	11	41	20	32	7	29
50	10	37	18	30	5	28
45	9	33	16	28	4	27
40	8	29	14	26	3	26
35	7	25	12	24	2	25
30	6	21	10	22	1	24
25	5	17	8	20		23
20	4	13	6	18		21
15	3	12	4	16		20
10	2	11	2	14		19
5	1	10		12		18
0						

男子引体向上，女子仰卧起坐考试标准参照大学生体质健康测试标准；其他项目考试标准，按照公共体育课程标准的規定执行。

屈臂悬垂测试方法

测验器材：单杠（高度2米左右），板凳，秒表

测验方法：受试者占于凳上，两臂全屈反握横杠，两手与肩同宽，是横杠位于下颌之下，然后双脚离凳做静止用力的悬垂姿势，

但下颌不得挂于杠上。第一次失败后可以重做。当受试者脚离凳时开始计时，头顶低于横杠是停表，计算悬垂的时间。

斜身引体的测试方法

测试器材：不同高度的低单杠若干副

测试方法：要求杠面高度与受试者乳头平齐。受测者两手与肩同宽正握杠，两脚前伸蹬地（或垫物），是两臂与躯干成九十度的斜悬垂，由同伴压住两脚，做屈臂引体时下颌触及或超过横杠，然后伸臂复原为完成一次。记录屈臂引体的次数。注意事项：斜身引体时身体要保持正直，脚不能移动，不能用臀部的上下摆动进行助力，两次引体之间超过10秒则停止测试。

双杠臂屈伸

测试器材：双杠

测试方法：受试者两手握住双杠一端，跳上成支撑，然后两臂尽量弯曲，使杠面达到胸部位置，然后两臂用力伸直成支撑，然后，重复动作。计数次数。身体不能做大的摆动，借助其他附加动作撑起。

俯卧撑

测试方法：受试者面朝下俯撑在地面上，身体挺直，腹部收紧，脚尖着地。手臂伸直支撑身体，双手间距与肩同宽，这是动作的起始位置。保持身体挺直，慢慢弯曲手臂使身体下降，同时吸气，直至胸部接近地面。然后快速伸直手臂，将身体撑回起始位置，同时呼气。在顶端稍适停留，再进行下一次动作。以上是一次完整动作，重复动作至推荐次数。