

共青团北京科技大学委员会

北京科技大学学生会

校团通〔2021〕4号 校会发〔2021〕5号

关于北京科技大学 2020 级本科生开展 “阳光晨跑”早操项目的通知

各单位:

为促进素质教育，繁荣校园文化，深入贯彻落实健康第一的教育理念，帮助广大青年学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锻炼意志，2019 年经学校研究决定，在每届本科一年级学生中组织试行“阳光晨跑”早操项目。结合疫情防控形势和学校实际，现对《关于北京科技大学本科一年级学生开展“阳光晨跑”早操项目（试行）的通知》（教通知〔2019〕第 156 号）做出如下调整：

一、晨跑时间

每学期第 5 至第 14 教学周，周一至周五早晨 6:45-7:40。学生须在设定时间内完成晨跑活动。

二、晨跑要求

1. 打卡流程：到达任意监测点→扫二维码→通过认证→到达下一个监测点。

2. 距离要求：男生每次至少 1500m，女生每次至少 1200m，距离不予累

计。单次未达规定距离，该次跑操记为无效。

3. 速度要求：任意两个打卡点之间，男生平均速度为 2.3-5m/s，女生平均速度为 1.8-5m/s。未在规定速度范围内，该次跑操记为无效。

4. 次数要求：每位同学每周至少晨跑一次，每天至多计入考勤一次。

三、 工作要求

1. 为控制晨跑区域学生流量，将限定各学院晨跑时间（限定安排如下表），请同学们在规定时间内并选择合理的时段进行晨跑，不要造成入口处聚集排队情况。

周一	周二	周三	周四	周五
土资	自动化	文法	冶金	自动化
材料	计通	外语	高工	计通
机械	冶金	经管	化生	文法
能环	外语	土资	数理	高工
	化生	材料	机械	经管
	数理		能环	
1431 人	1427 人	1422 人	1426 人	1430 人

2. 本科一年级学生的晨跑活动是体育课程的一部分，晨跑成绩计入学生本学期的体育课程的考核成绩，占体育课成绩的 20%，计 20 分。即学生本学期的体育课成绩=20%×晨跑成绩+80%×体育课课堂成绩。

晨跑成绩根据学生晨跑的有效次数对应下表评定：

次数	20 及以上	19	18	17	16	15	14	13	12	11 及以下
晨跑分数	100	95	90	85	80	75	70	65	60	0

(1) 晨跑有效次数不足及格次数的，该学期体育课课堂成绩扣 20 分。

若期末体育成绩 < 60 则无补考资格；

(2) 如因雨雪、雾霾等恶劣天气或其他原因取消晨跑，学校将对成绩评定标准做出调整。具体调整如下：

晨跑取消当天，按规定需要进行晨跑的学院，该学期及格次数、满分次数减少一次。例：若 3 月 29 日（周一）取消晨跑考勤，则本学期土资、材料、机械、能环晨跑满分对应晨跑次数为 19 次；晨跑及格对应次数为 11 次。

3. 对于无法进行晨跑的，学生填写晨跑请假条，由学院审批后，交至学生会办公室（学生活动中心 216 室）。晨跑请假时间长短与晨跑有效次数关系如下：

请假时长不予累计。对于单次请假时长为 7 天以下的，晨跑有效次数不予增加；连续请假 7 天及以上的，每 7 天增加晨跑有效次数一次。

4. 对于骑自行车、代跑、抄近道等晨跑违规行为，第一次发现，对违纪学生该学期晨跑有效次数“置零”，从零重计；第二次发现，取消违纪学生晨跑资格，该学期晨跑成绩按不及格处理。

5. 疫情期间要做好防控要求，打卡跑步时前后距离保持一米以上，如遇拥挤请更换打卡点打卡，不建议戴着口罩跑步。发热学生禁止参加跑步，并及时向辅导员或所在学院报告，等体温恢复正常后再进行跑步打卡。

本文件自 2021 年 3 月 29 日起执行，未作调整事项以《关于北京科技大学本科一年级学生开展“阳光晨跑”早操项目（试行）的通知》（教通知〔2019〕第 156 号）为准，未尽事宜由校团委、学生会负责解释。

联系人:任书濠、吴东晓

联系电话:6233-2429

办公地点:学生会办公室(学生活动中心 216 室)

共青团北京科技大学委员会

北京科技大学学生会

2021 年 3 月 29 日