

安徽医科大学临床医学院处室文件

教字〔2023〕67号

安徽医科大学临床医学院 校园长跑打卡管理规定

第一章 总则

第一条 为提高我院大学生体质健康水平，培养大学生崇尚运动的健康意识，形成良好的运动习惯，丰富校园体育运动，根据《高等学校体育工作基本标准》、《国家学生体质健康标准》、《“健康中国2030”规划纲要》、安徽省《体育强省建设方案》等文件精神，计划开展全校全院范围内的长跑打卡活动，制定相关管理规定。

第二章 基本要求

第二条 打卡对象

非毕业班本科在籍学生，重点为需参加体测的学生。其中大一、二年级（不含专升本）学生必须参加，其余学生自愿参加。体育俱乐部高级会员由指导老师确定是否参加。

第三条 打卡方式

使用学校选用的 APP 作为考勤、计量工具，APP 下载与操作方法另附。学生自主安排时间和场地，每天 6:00-22:00 可打卡跑步，每天计有效次数 1 次。

跑步情况自动上传管理后台并统计跑步成绩，对学生参加校园长跑活动进行量化考核。

第四条 打卡有效标准

男生：里程达到 2.0 公里，跑步配速在 3-9min/km 范围内。

女生：里程达到 1.5 公里，跑步配速在 3-9min/km 范围内。

单次跑步需要经过打卡记录点数 2 个，APP 会自动提示打卡点。该打卡点为途经点，并非起点和终点。学生可自行规划路线，跑步时经过打卡点，即可收到打卡成功的提示，完成打卡。未达到上述标准，此次跑步不计入 APP 有效跑步次数。APP 单次跑步里程上限为 10 公里。

第五条 打卡成绩换算

大学一、二年级学生长跑打卡成绩作为体育课程成绩的 20%。大学一年级学生每学期开展时间为第 5 周--第 16 周，二年级学生每学期开展时间为第 2 周--第 16 周。具体评分标准如下：

一年级学生跑步打卡有效次数与分值

有效次数	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
分值	1	2	3	4	5	6	7.5	8	8.5	9	9.5	10	10.5	11	11.5
有效次数	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
分值	12	12.5	13	13.5	14	14.5	15	15.5	16	16.5	17	17.5	18	18.5	19
有效次数	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45
分值	19.5	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20	20

二年级学生跑步打卡有效次数与分值

有效次数	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
分值	1.5	2	2.5	3	3.5	4	4.5	5	5.5	6	6.5	7	7.5	8	8.5
有效次数	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
分值	9	9.5	10	10.5	11	11.5	12	12.5	13	13.5	14	14.5	15	15.5	16
有效次数	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	45
分值	16.5	17	17.5	18	18.5	19	19.5	20	20	20	20	20	20	20	20

第六条 免测要求

(一) 身体有特殊原因不能参加长跑打卡活动者,可通过 APP 申请免跑。申请免测需在规定时间内(大学二年级申请免测时间为所在学期第 3 周, 大学一年级申请免跑时间为所在学年的第 6 周) 上传病例或相关证明, 由学校管理员审核通过方可免跑。其他时间申请免跑需填写纸质申请表并经系部签字盖章后提交到体育教研室, 同时本人仍需通过 APP 申请免跑。

(二) 长跑打卡免跑的同学, 体育选课需选择棋类保健班。长跑打卡免测的同时学生体质健康测试也免测, 所在学年的体育总成绩将不高于 75 分。

第三章 奖惩

第七条 为加强跑步过程监控, 公共课程部每两周将在全院范围内公开表扬长跑打卡前 50 名学生。学年内表扬次数累计达到 11 次的学生, 将予以表彰。

第八条 利用自行车、电动车、滑轮滑、滑板、找人代跑、软

件代刷等作弊行为者，经核实后，按照《安徽医科大学临床医学院学生违规违纪处分实施细则》中第二十四条中“有其它扰乱学院教学秩序、损害校风学风行为者，视情节轻重给予严重警告以上处分”的规定予以相应处分，且本学期之前长跑打卡成绩予以清零。

第九条 建立专门代跑群、为他人提供代跑服务等行为者，将视情节轻重加重处罚，且本学期之前长跑打卡成绩予以清零。

第四章 注意事项

第十条 一个手机号码注册时对应一个学生信息，若用自己手机号码登录他人账号跑步，则成绩无效。

第十一条 在参加长跑过程中，务必注意校园内的来往车辆，经过坡道路面时减慢跑步速度，扣系鞋带务必到路边进行等等，以确保人身安全。

第十二条 在跑步过程中，如遇突发情况需就医，请及时拨打总值班电话 13739286110。APP 使用期间遇有技术问题可在 APP 学生端联系客服。

第五章 附 则

第十三条 本规定自发布之日起实行，试行期一年，原《安徽医科大学临床医学院校园长跑打卡规定》（院教字[2022]12号）同时作废。

第十四条 本规定由安徽医科大学临床医学院体育工作委员

会负责解释和修订。

第十五条 本规定学习范围为学院全体学生，相关培训工作按《安徽医科大学临床医学院制度管理规定》（院字[2021]74号）执行。

安徽医科大学临床医学院



2023年11月30日

安徽医科大学临床医学院教务处

2023年11月30日印发