

# 北京市普通高等学校 高水平运动队建设项目

## 自 评 报 告

学校： 中央民族大学

类别： 新申报项目

项目： 足球

日期： 2017 年 7 月 30 日

# 目 录

第一部分 学校体育工作基本情况 .....	- 3 -
一、学校简介 .....	- 3 -
二、体育工作概况 .....	- 4 -
(一) 体育教师情况 .....	- 5 -
(二) 竞赛所获奖项 .....	- 6 -
(三) 体育教学情况 .....	- 6 -
(四) 群体竞赛活动 .....	- 6 -
三、申办足球高水平运动队的目的和意义 .....	- 8 -
第二部分 我校申报高水平足球运动队评价报告 .....	- 9 -
一、校领导重视 .....	- 9 -
二、足球背景深厚，文化影响力大 .....	- 10 -
三、规划合理，原则明确 .....	- 10 -
四、条件保障 .....	- 10 -
五、经费保障 .....	- 11 -
六、教学建设与运动员管理： .....	- 11 -
(一) 《中央民族大学高水平运动队教练员管理制度》 .....	- 11 -
(二) 对教学人员的培训与提高 .....	- 16 -
(三) 教练员素质 .....	- 16 -
(四) 训练竞赛管理 .....	- 16 -
(五) 运动员管理 .....	- 16 -
(六) 学籍管理办法 .....	- 18 -
(七) 日常管理 .....	- 18 -
七、足球教练员队伍建设 .....	- 22 -
八、足球教学与成绩 .....	- 23 -
(一) 足球教学 .....	- 23 -
(二) 女子足球队竞赛成绩 .....	- 24 -
九、综述 .....	- 27 -

# 第一部分 学校体育工作基本情况

## 一、学校简介

中央民族大学建校初至 1966 年，毛泽东、刘少奇、周恩来、朱德等党和国家领导人先后 14 次接见学校师生代表。改革开放以后，邓小平 3 次接见师生代表。1993 年学校更名为中央民族大学时，国家主席江泽民同志为学校题写了新校名。2001 年 6 月，学校 50 周年校庆之际，国务院总理朱镕基同志到校视察，并代表中央政府提出了“把中央民族大学建成世界一流的民族大学”的奋斗目标。同年，胡锦涛、李岚清等国家领导人亲自审批了国家民委、教育部、国家计委、财政部四部委联合上报的《关于进一步办好中央民族大学的请示》。2002 年 6 月，国家民委、教育部、北京市人民政府签署了《关于重点共建中央民族大学的协议》。在党和国家的高度重视下，学校 1978 年被批准为国家重点大学，在其后发展中，先后进入“211 工程”、“985 工程”和“一流大学、一流学科”国家重点建设大学行列。

学校现有 23 个学院，有覆盖 10 个学科门类的 64 个本科专业、5 个一级学科博士学位授权点、5 个博士后科研流动站，26 个一级学科硕士学位授权点，国家级重点学科 3 个、省部级重点学科一级 5 个、二级 17 个，2 个国家文科基础学科人才培养和科学研究基地，1 个教育部人文社会科学重点研究基地，6 个国家民委人文社会科学重点研究基地，1 个国家民委-教育部共建重点实验室，1 个教育部民族教育发展研究中心重点研究基地，1 个北京市重点工程中心，1 个国家级实验教学示范中心，5 个北京市实验教学示范中心。

学校面向全国 31 个省、自治区、直辖市和台港澳地区招生，现有全日制在校生 15841 人，其中本科生 11270 人，硕士、博士研究生 4386 人，少数民族预科生 185 人（本校）；本科生（含预科生）中，少数民族学生比例为 50%。学校是“中国政府奖学金”留学生接收学校，有来自 50 多个国家的 672 名留学生在校学习。建校以来，学校为国家输送了 10 万余名各民族毕业生。其中有知名专家学者近千名，少数民族省部级领导干部近百名，地厅级领导

干部近千名，县处级领导干部万余名，他们在不同的岗位上为国家的民族团结与发展事业做出了突出的贡献。中央民族大学已成为培养少数民族杰出人才和民族团结表率的摇篮。

中央民族大学海淀校区现占地面积为 38 万平方米，另规划新校区占地面积 81 万平方米。校园建筑面积 59.2 万平方米，教学行政用房 20 余万平方米，资产总值 34 亿元。2007 年中央民族大学拟在北京市丰台区王佐镇青龙湖地区建设新校区，新校区占地东至规划西六环路辅路，西至规划道路，南至魏各庄路，北至规划云岗西路，总用地面积 80.67 公顷，总建筑面积约 38 万平方米，在校学生规模约 1.3 万人。拥有各类图书和电子图书 430 万余册，民族学、中国少数民族语言文学图书文献资料藏量居国内高校前列。学校出版社是全国民族学科教材和著作的出版基地，《中央民族大学学报》和《民族教育研究》是面向国内外发行的全国核心期刊。民族博物馆藏有 3 万余件珍贵的民族文物，已经成为学生爱国主义教育和教学实践基地。

## 二、体育工作概况

### （一）体育教师情况

中央民族大学体育学院自 1951 年以来，经过 60 多年的发展壮大，目前承担着公共体育、体育教育、教育硕士（体育）的教学、科研、训练及所学校群众体育工作。

体育学院下设学院办公室、教学管理办公室和学生工作办公室，田径、球类、群体与体侧、理论和民族传统体育五个教研室以及学生体质测试中心，另有若干少数民族传统体育基地和协会常设于我院。

全院有正式教职工 41 人，专职教师 32 人，其中教授 6 名、副教授 11 名。博士后 2 人、博士 7 人、硕士 20 人，宝钢奖优秀教师获得者 5 人，2 人入选教育部新世纪优秀人才支持计划，2 人入选国家民委中青年英才计划，1 人入选北京市青年英才计划，7 人获得北京市最佳教练员称号，形成了一支结构合理、业务精湛、特色鲜明的教学、科研、训练团队。

## （二）体育教学情况

所有学生大学四年必须完成 4 个学期 128 学时体育课程的学习并通过考核，共 7 个学分。根据学生特点及学校师资、场地、器材等条件确定课程内容，目前可开设：篮球、足球、排球、网球、珍珠球、乒乓球、羽毛球、武术、健美操、艺术体操、基地陀螺、木球、龙舟、藤毬球、田径、健美运动、跆拳道、拓展训练、瑜珈、体育舞蹈、保健体育、散打、街舞、拉丁、轮滑等共 34 门课程。其中足球项目每学期开设 15-18 个教学班。

## （三）群体竞赛活动

**学校运动会：**每年 4 月和 10 月我校举行两次校级运动会，校级运动会是学校最重要的体育活动，每次均有两千人以上参加，有大型团体操或武术操表演，有 23—30 个田径单项，团体趣味项目 8—12 个及民族传统体育项目，比赛场面激烈，组织管理有序。

**校内各项体育竞赛：**我校体育部每年都制定群体工作计划，多年来坚持每年定期举办的校级传统体育竞赛有：田径、篮球、足球、排球、乒乓球、羽毛球、拔河、健美操、武术、跳绳、踢毬子及新生运动会等多个项目，以及由各院系、学生会、协会、班级举办的小型、分散、多样的体育竞赛贯穿全年，实现了课内外一体化。

**学生体育社团活动：**20 余个体育社团开展全校性的比赛：篮球、足球、羽毛球、乒乓球、武术、拓展、自行车、轮滑、网球、登山、定向越野等。各体育社团还开展各种内部竞赛，非常普及，极大地推动我校全体同学自觉进行锻炼的好风气。校团委将一些传统体育竞赛交予学生会、体育社团来承办，纳入竞赛计划中。

## （四）运动训练与竞赛

中央民族大学运动训练分为两部分：高水平运动队训练和普通生运动队训练。

**高水平运动队：**自 2006 年，学校被教育部批准为招收高水平足球、网球、排球运动队学校以来，一级运动员近 30 名。

**普招生运动队：**近几年，包括男女篮球代表队、乒乓球代表队、男女排球代表队、健美操代表队、跆拳道代表队、男女足球代表队、校园铁人三项队、武术队、毽绳队、羽毛球、橄榄球、登山队、体育舞蹈代表队等先后参加首都高校体育竞赛活动，均取得了较好的成绩。

### 三、申办足球高水平运动队的目的和意义

2015年8月教育部等6部门日前下发《关于加快发展青少年校园足球的实施意见》，《意见》要求，允许足球特长生在升学录取时合理流动，获得良好的特长发展环境。《意见》强调，要提高校园足球普及水平、扶持特色引领普及，遴选一批全国青少年校园足球特色学校，重点建设200个左右普通高等学校高水平足球运动队，支持其加强建设、深化改革、提高水平和办出特色，发挥其在发展青少年校园足球中的骨干、示范和带动作用。

为了响应国家青少年足球发展战略和结合中央民族大学大学具体情况，特申请组建一只高水平足球运动队。

1. 中央民族大学高水平运动队建设已有10余年，从开始有三个项目（网球、排球、足球），自2010年以后足球停止招生，在京其他教育部直属院校的高水平运动队都至少有2-3个项目，中央民族大学处于落后状态。中央民族大学每年高水平招生人数28人，每年高水平考试最后录取的只有一半左右，浪费了招生的名额。

2、建设高水平运动队的目的是为国家培养全面发展的高水平体育人才，目标是完成世界大学生运动会及国际、国内重大体育比赛的参赛任务，为国家奥运争光计划和竞技体育可持续发展作贡献。

3. 加强国、内外交流，培养复合型人才，提高学校运动水平，为校争光的重要力量，为创建世界一流大学服务。

4. 高水平运动队同时也是带动学校体育活动开展，丰富校园体育文化，促进素质教育，增强学生体质。



## 第二部分 我校申报高水平足球运动队评价报告

二十一世纪的社会发展对体育改革提出了新的要求。当前，在中国的国情下，竞技体育的发展如何走出单一体制实现多元化发展格局；普通高等院校如何发挥教育与科技优势培养国家级优秀大学生运动员；如何把粗放型的训练体制变成集约、高效型的训练体制，保证竞技体育可持续发展等等这些问题都是对国家二十一世纪体育事业发展全局有重大影响的问题，如何从实践和理论上做出科学的回答都是非常重要的。

现从我校足球文化、组织领导工作、发展规划、条件保障、经费投入、教练员队伍建设、教学管理、球队成绩等八个方面具体汇报如下：

### 一、校领导重视

我校领导一贯重视学校体育工作，非常关心高水平运动队建设工作。学校体育运动委员会主任由校党委书记担任，并在主管校长的主持下，每年均召开体育运动委员会的专题会议，总结前一学年高水平运动队建设、招生、管理、训练、比赛、文化学习等方面所取得的成绩，指出存在的问题并提出整改措施，汇报新学年高水平运动队工作计划，对试办过程中所遇到的各种困难和问题予以研究和解决。在学校各项经费都比较困难的情况下，对高水平运动队建设所需资金尽可能给予支持，使我校高水平运动队的日常经费、训练场地、学生住宿、训练时间、文化课学习等方面得到了有力保证。

校党委书记：张京泽

校党委副书记、校长：黄泰岩

校党委副书记、纪委书记：马文喜

校党委副书记：刀波

校党委常委、副校长：宋敏、石亚洲、曲木铁西

副校长：再帕尔·阿不力孜

校党委常委、副校长：邹吉忠

总会计师：张艳丽

## 二、足球背景深厚，文化影响力大

足球队是我校的传统项目队，早在 1986 年建队以来，不断总结经验，完善和规范学籍管理、训练与生活管理等方面的条例，设立专项经费保证运动队的训练和比赛，逐步完善运动队训练所需的专用场地设施，取得了显著的成果。但因该项目还不是正式的高水平运动队，在招生方面受到一定的局限，如能成为正式的高水平运动队，在学校和体育部的支持下，教练员和运动员的努力下定将为学校、北京市乃至国家获得更多的荣誉。我校高水平运动队目前只有田径项目，但多年来对于足球队的建设，各方面均执行我校对高水平运动队的各项管理规定。

## 三、规划合理，原则明确

经过近 21 多年的实践和总结，我校确定了符合学校实际和特点的发展规划，确立了以田径为龙头项目，辅以篮球、足球、乒乓球等中学发展基础较好的项目，加大“体教结合、资源共享”的建设力度，发展目标定在田径项目代表北京市参赛，取得奖牌，篮球、足球、乒乓球等项目争取在北京市及全国大学生体育比赛中夺取奖牌的发展规划。

建设好我校高水平运动队总的原则是：在为国家“奥运争光计划”和可持续发展做出贡献以及提高教学与训练效果的指导思想下，加强领导、严格管理；以人为本、提高素质；科学训练，尊重知识；公平竞争、共同提高；勇攀高峰、争取第一。把“科学训练 尊重知识”作为原则：科学训练、尊重知识是建设我校高水平运动队的中心。科学训练是提高成绩的关键，是因材施教提高运动员素质的基本要求。要按照素质教育的基本要求，通过科学训练过程，提高运动水平。

## 四、条件保障

我校共有足球场地 5 块，训练器材（包括力量房等）设备完善，基本满足了足球项目高水平运动员的训练要求。目前我校具备为高水平运动队项目提供观看比赛转播和录像的电化教室和进行身体素质练习的辅助的场地设施与专门的训练器械，为高水平队进行高水平专项辅助性练习提供了保障。我们为所有的高水平运动员交纳了医疗保险，配备了急性运动伤病的急救箱，运动员康复的理疗设备，以及少部分保障运动员训练的科学实验仪器。在队伍集

训时期，以自助餐的形式保证运动员的营养，平时给运动员发放训练补助，以保证运动员营养的需要。

**综合素质训练中心：**面积 280 平米，内设各种综合训练器械。该中心主要用于运动队队员课余自我训练、保持体能、训练力量。

## 五、经费保障

随着我校高水平运动队运动水平不断提高，学校对高水平运动队的经费投资力度逐年加大。有稳定的年度经费预算，保障运动员训练和比赛的需要。人均经费数额为： $\geq 1.0$  万元/年（以 2016 年为例），我校现有特长生 160 余人。

## 六、教学建设与运动员管理

我们制定了引进优秀教练员和特殊人才的相关优惠政策，如合理的工作量计算办法、建立健全的教练员档案、竞聘上岗、职称晋升和精神、物质奖励的机制。

### （一）《中央民族大学高水平运动队教练员管理制度》

#### 第一条 教练员聘任办法

一、中央民族大学高水平运动队的总教练、主教练、教练员的选拔实行聘任制。

二、总教练由体育学院主管院长推荐，体育学院班子会议讨论批准，上报中央民族大学高水平运动队领导小组备案。

三、教练员由总教练组织招聘提名，由体育学院主管院长和总教练考核，体育学院班子会议讨论批准，上报中央民族大学高水平运动队领导小组备案。

四、教练员任期三年。在任期中实行岗位责任制及目标管理。任期内要求教练员要针对运动员的具体情况，制定三年发展规划、目标和运动成绩指标。

第二条 对教练员实行目标管理，严格要求教练员遵守教练员管理办法、细则，努力钻研专业知识，提高业务素质。

#### 第三条 对教练员的考核

## 1、考核内容

（一）检查训练文件包括多年训练计划、年度训练计划、阶段训练计划、周训练计划和每日训练计划。

（二）考核训练计划实施以及训练常规与训练课要求执行情况。

（三）考核完成比赛任务情况，运动员在运动成绩上提高的幅度，在全国和北京高校比赛中取得的成绩。

我们制定了引进优秀教练员和特殊人才的相关惠政策，如合理的工作量计算办法、建立健全的教练员档案、竞聘上岗、职称晋升和精神、物质奖励的机制。

## 2、考核程序

（一）教练员的考核由体育学院主管院长、主管院长助理、总教练对教练一年来的工作进行全面考评。

（二）考评后由主管院长将考评结果提交体育学院班子会议复评，最后由体育学院班子会议决定对教练员续聘与解聘。

（三）对符合考核要求和业绩突出者，给予表彰和奖励。任期内对教练员实行定期考核，对思想素质好、责任心和事业心强、训练质量高、完成任务和业绩突出的教练员给予相应的表彰与奖励。对在年度考核中未完成任务和业绩不突出的教练员给予相应的处罚直至解聘。

第四条 体育学院是教练员的管理机构，体育学院主管竞技训练的院长负责对职权范围内的高水平运动队的教练员进行组织和管理。由体育学院成立运动训练管理办公室负责对教练员和运动员的日常训练管理，定期对教练员所制定的任务目标进行审核，监督教练员行使职责，有责任了解在校高水平运动员学生的训练、运动成绩和日常表现情况。体育学院有对违反《高水平运动员学生管理条例》的高水平运动员学生作处理意见的权力，对在体育代表队成员中，运动成绩优异者进行奖励，或因严重违反有关管理办法进行处罚时，需由体育学院运动训练管理组提交体育学院院长办公会决议。体育学院有义务为教练员解决运动训练所需基本条件。

## 第五条 教练员工作职责

一、认真执行学校及体育学院对运动员管理有关规定。加强对运动员的思想政治工作及三观教育，使运动员树立正确的人生观、价值观、道德观。

二、教练员全面负责运动员的训练、比赛、学习、日常生活管理，应努力担当好训练时的教练员，比赛中的指挥员，思想工作上的指导员，生活上的管理员，招生工作中的宣传员，文化学习上的教员等角色。

三、教练员要具有高度的责任和事业心，高标准，严要求地做好高水平运动队的招生、训练和比赛工作，定期接受业务考核和培训。

四、训练时要坚持从难、从严、从实战出发的训练原则，以身作则，严格管理，严格要求，充分调动运动员训练的积极性和主动性，树立良好的队风和赛风。

五、加强自身思想政治及业务理论学习，努力钻研业务，及时了解和掌握项目技术发展趋势及规则变化，运用科学的知识指导训练，不断提高科学训练水平。

六、要及时做好运动员的补充工作，按照中央民族大学招收高水平运动员的有关规定积极主动地做好招生计划。

#### 第六条 教练员工作要求

一、教练员在冬训前需根据运动训练管理办公室对高水平运动队工作总体任务与目标要求，制定全年训练计划并上交运动训练管理办公室，体育学院主管运动训练工作的院长与教练员会议通过。训练计划为当年度教练员训练工作指导方案，体育学院将按阶段计划审核训练工作。教练员需有每次课的训练计划，课后认真填写训练笔记。

二、凡参加比赛（包括测验），需将成绩册（成绩证明）和比赛总结上交运动训练管理办公室，参加重要比赛后需由体育学院分管运动训练工作的院长组织总结工作。要发扬成绩，表彰先进，克服不足，制定措施。

三、教练员相对成熟的任务目标、训练计划和赛后总结在可能的情况下，需和运动员及时沟通，达到使运动员明确任务目标和了解存在问题的目的。

四、在职教师所担任的运动训练属于体育课的一部分，一次运动训练课按 1 标准学时计算工作量。对于工作勤勉、成绩突出的在职教练员，可在教师岗位聘任和职称评审方面上计算工作业绩。对于承担运动训练的非我校外聘教练员，根据工作成绩给予每学期 1000 元的工作补贴，对有特殊贡献的外聘教练员考虑以 奖金形式给予鼓励。

五、教练员需按规定时间在指定地点进行运动训练课教学，如有变化请上报运动训练管理组备案，并通知运动员。教练员考勤由体育学院和运动训练管理办公室抽查，出勤情况以抽查结果为准。

#### 第七条 训练课

一、教练员在训练前要认真备课，准备训练计划，并于课前 10 分钟到场，准备场地和器材。

二、训练时须穿运动服、运动鞋、仪表整洁。每节课需要按完成训练内容，如停训需要报主管院长批准。

三、教练员在训练中要以身作则、精神饱满、语言举止文明，做运动员的表率，要求做到不迟到、不早退、不无故缺席，公、病、事假事先向主管院长请假。

四、严格执行训练计划，科学地安排技、战术及身体训练，合理分配运动量、密度和强度，努力提高运动水平。

五、严格检查运动员训练日记。

#### 第八条 训练计划

一、要针对运动队的发展、目标、比赛任务及运动员的运动能力、技术水平、身体条件和身体素质等各项指标制定多年训练计划，年度训练计划，并在年度训练计划的基础上制定阶段训练计划、周计划及每日训练计划。

二、多年训练计划包括四年的训练目的、任务、奋斗目标、训练年周期安排、身体素质指标、实现成绩。以及每年应达到和增长的身体素质指标和运动成绩指标。

三、年度训练计划包括每年度训练目的、任务、奋斗目标、训练年周期安排、上一年的身体素质指标和取得的运动成绩。本年度身体素质应达到的指标和运动成绩指标。

四、阶段训练计划和周训练计划包括本阶段、周训练目的、任务、运动量、强度、密度的安排。以及每日训练计划包括具体训练内容、运动量、强度、密度、组数和次数等。

五、做好运动员的伤病记录。

#### 第九条 教练员训练补助

教练员带训练实行考勤制，每次训练 1.5—2 小时，补助 50 元，每学期训练 18 周，每月训练次数最高 24 次。体育学院安排的赛前集训（比赛前一个月含节假日）补助，教练员每人每次另加 10 元。根据学校安排教练占用假期集训，每单元补助 50 元。

#### 第十条 教练员奖励

##### 奖励条件

（一）在相当于北京市级别甲组的高校运动会上，按其项目运动员得分的最高一个单项得分奖+（兼项或其他队员奖励）×50%计算，每分 60 元，不封顶。

（二）参加全国大学生性质的比赛按运动员得分的最高一个单项得分奖+（兼项或其他队员奖励）×50%计算，每分 100 元，不封顶。达到健将级标准的奖励 1000 元。

## **（二）对教学人员的培训与提高**

我们制定了教练员政治、业务素质的培养提高规划，并予以经费保障。

一、在体育学院工作满一年以上的正式教练员享受进修提高的待遇。

二、对训练急需的项目，经体育学院安排的，经考核合格者，其学费给予全额报销。对于进修研究生课程的教练，由体育学院统一安排进行进修，经考核合格者，其费用由学校、体育学院、个人各承担 1/3。经考核不合格者，其费用全部由个人承担。

## **（三）教练员素质：**

我校足球教练员队伍政治上可靠、作风正派、工作认真、责任心强、业绩突出、平时对运动员特别关心，并有一定的科研成果。

## **（四）训练竞赛管理：**

在多年的训练中形成了严谨、科学、规范的训练计划（包括长远、年度、阶段、周及课时计划）、训练比赛总结等。

## **（五）运动员管理**

招生管理：

严格遵守有关招生的政策，制定了相关的规章制度、处罚条例等管理文件。

报考我校高水平运动队的资格必须严格符合教育部办公厅[2004]20 号和教学厅[2005]2 号的精神。录取高水平运动员资格依据教育部办公厅件:[2006]1 号精神，严格控制一级运动员和享受二本线 65%的运动员的比例。没有违章招生，符合国家的招生政策。



# 《北京高水平特招运动员特长生招生办法》

## 第一条 制定本办法的依据

《中央民族大学高水平特招运动员特长生招生办法》是按照国家普通高校招生有关政策规定和《中央民族大学竞技体育工作指导纲要》指导下，由中央民族大学招生就业处和体育学院共同认真研究制定。

## 第二条 招生与录取

一、中央民族大学是经国家教育部批准于 2006 年起举办高水平运动队的学校。

二、每年需特招的高水平运动员，必须经遵照教育部《普通高等学校招收高水平运动员的办法》举办由特招项目专家组对报考中央民族大学的考生进行专项测试，并签署意见后报教育部（专项测试标准详见《中央民族大学高水平运动员测试内容与评分标准》），中央民族大学依据教育部《普通高等学校招收高水平运动员的办法》对专项测试合格的考生经过体检合格和文化课考试合格者可以择优降分录取。

三、为确保体育特长生的招生质量，体育学院进行如下工作：

第一、体育学院成立体育特长生招生领导小组，组长由部主管院长担任，副组长由部副院长、总教练担任。在学校特长招生领导小组指导下开展工作。

第二、领导小组根据学校及招生办公室给予的招生指标，研究各专项组招收特长生的名额分配及成绩要求。

第三、提前到有关省份物色高水平体育特长生。要求报考中央民族大学的特长生，必须来我校参加测试，测试工作由主管院长和总教练负责安排。

第四、招生领导小组根据物色和测试等情况，确定签订合同对象。

第五、协助学校招生办做好招生录取工作。在招收体育特长生过程中，要遵守招生纪律，坚持原则，保证质量，择优录取，不谋私利，廉洁奉公。

## （六）学籍管理办法

为加强对我校体育特长生的管理，调动他们学习和训练两方面的积极性，鼓励优秀体育人才提高运动水平，创造优异成绩，为学校争取更大的荣誉。经教务处、体育学院研究特制定体育特长生学籍管理办法。

一、体育特长生经教务处、招生就业处、体育学院严格审核后，根据其学习能力、特长，参考本人意愿，安排学习专业。

二、体育特长生原则上随专业上课、实习。如遇重大比赛，经教务处批准后可免该学期部分或全部课程的考试和实习，其成绩按平时成绩计算，最低 60 分，并取得相应学分。

三、体育特长生各科成绩均按学校统一要求进行考试、评分。除选定的专业主干课程外，一、二年级每学期可有 4 门课程，三、四年级每学期可有 2 门课程所得分数按照《体育特长生考试成绩折算办法》折算，作为最后得分。该生学习成绩折算等级由体育学院根据其比赛成绩，运动水平确定。每学年核定一次报教务处备案。折算及格方可获得该课程学分。折算后仍不及格课程按学校有关学籍管理规定处理。

四、体育特长生必须参加外语四级考试。成绩按上述考试成绩折算办法折算，折算及格方可毕业、申请学位。

五、体育特长生免修体育，其体育成绩由教练员按训练出勤、比赛成绩评定。

六、因伤病或调整离队的体育特长生学习成绩第一年降一级折算。以后每一年再降低一个等级。

七、凡无故缺课达 1 / 3 者，该课程不享受折算办法。

八、非正常退队或被代表队除名者学习成绩按普通学生处理。

## （七）日常管理

我们一定按照要求，在原有基础上进一步加强高水平运动员的日常管理，在已配备领队的基础上再配备辅导员，达到有完备的日常管理文件，包括训练比赛制度、补课制度、考试制度、晚自习制度、考勤制度等；有完整的伤病、事故、奖惩等记录等。

保送优秀运动员就读研究生的意见

按照《中央民族大学竞技体育工作指导纲要》要求，研究生院和体育学院认真研究，对提高学校体育运动水平，扩大学校影响，做出了重大贡献的本科生中的高水平优秀运动员，要做好保送研究生推荐工作，以延长其为学校服务年限，对保持体育运动高水平非常重要，特提出如下保送优秀运动员就读研究生推荐工作的意见：

一、保送条件：

- 1、遵守纪律、思想进步、学习努力、成绩较好、刻苦训练、比赛认真。
- 2、获得全国大学生比赛前三名，或一级运动员以上，或北京市高校冠军，并能继续保持高水平者。

3、完成本科学业，获得毕业资格。

## 二、保送程序

1、高水平优秀运动员个人提出申请，教练员根据保送条件，提出个人意见，报体育学院研究，提出初步保送研究生推荐名单。

2、体育学院主动向学生所在学院及学生处、教务处了解学生详细情况，并向研究生院了解招生情况，拟定推荐保送研究生推人选。

## 3、正式报告学校审批

三、被批准保送的高水平优秀运动员研究生在读一年级和二年级期间，在完成学业的同时，必须保证正常的训练和参加竞赛。

## 高水平运动队训练与竞赛管理规定：

一、特招运动员，要服从教练员管理，训练如同文化课亦是课程，训练场亦是课堂，训练时不准迟到、早退，认真执行教练训练安排，刻苦训练，主动完成训练计划，积极代表学校参加竞赛。

二、特招运动员在队期间，可免修公共体育课。在学期末由教练根据对平时训练、竞赛考核情况，向体育学院提出考核意见，经体育学院主管院长审核后，登录公共体育成绩。

三、特招运动员，不服从教练管理，无故迟到、早退和不完成训练及竞赛任务者经批评教育无效，由体育学院报学校学生工作领导小组审批，给予相应的纪律处分，直至勒令退队。

四、高水平运动队日常训练应得到充分保证。每周训练保证 5 次，每次训练时间为 2 学时。运动员要认真填写训练日记，备教练检查。

五、设置特长生辅导员，在教练员中选配（兼职），负责日常管理工作。

## 六、高水平运动员队员违纪行政处罚的规定

（一）高水平运动员学生应严格执行《学生手册》和有关学籍管理的规章制度，坚持上文化课，做到不迟到，不早退，不旷课，有事有病须按正当途径严格履行请假手续，否则以旷课论，按学校有关规定给予相应的纪律处分。

（二）高水平运动员学生应认真参加训练和比赛，坚持出勤，有事有病要严格履行请假手续，否则以旷课论处。

(三) 每学期旷课累计达 10 学时以下者，给予批评教育，由本人写出深刻检查，一式三份分别交教务处学籍科，学生所在学院和体育学院备案。

(四) 每学期旷课累计达 20—29 学时者，给予严重警告处分，取消一年的高水平运动员待遇资格。

(五) 每学期旷课累计达 30—39 学时者，给予记过处分，取消两年的高水平运动员的待遇资格。

(六) 每学期旷课累计达 40—49 学时者，给予留校查看处分，永久取消高水平待遇资格。

(七) 每学期旷课累计达 50 学时以上（含 50 学时）者，给予勒令退学或开除学籍处分。

(八) 高水平运动员学生日常严禁酗酒，赌博等不良行为，训练比赛时严禁吸烟，违反此规定第一次给予取消一个月训练补助的处罚，并责令写出书面检讨和保证书，第二次违反规定给予行政记过处分扣除 5 个月训练补助；如再犯，取消高水平运动员待遇，直至开除队籍。

(九) 高水平运动员严禁打架，队员与队员之间，与比赛队员之间与普通学生之间等均需保持“打不还手，骂不还口”的宽容态度，如发生打架行为，对当事人将依据情节轻重，分别给予批评教育，行政罚款，行政处分直至开除学籍，其中与普通学生打架将加重处罚。

(十) 严禁破坏团结和聚众闹事的行为，如发生对当事人给予必要的处分，领头肇事者，加重处罚。

七、高水平运动员训练给予补助，其补每次训练补助标准：健将 34 元，一级 14 元，二级 9 元。以北京市高校运动会或以上级别正式比赛成绩为准，每年评定一次。运动员每月训练补助最高为 20 次，每月训练次数少于 10 次者不予补助。体育学院安排的赛前集训（比赛前一个月含节假日）补助，运动员每人每次另加 5 元。根据学校安排教练占用假期集训，运动员每天增加 10 元。

## 八、高水平运动员奖励办法

### (一) 奖励条件

高水平运动员和代表队代表学校参加全国大学生比赛、北京市大学生比赛、北京市高校比赛，参动员予以奖励。

## （二）奖励标准

1、在相当于北京市级别的高校比赛上，按运动员比赛成绩计算

1) 甲组：按运动员得分计算，每分 60 元，不封顶。

2) 参加全国性的比赛每分 100 元。

3) 比赛中获得体育道德风尚奖或入场式组织奖的队，每人奖励 20 元。加列入当年高校竞赛计划中的各项比赛，获优秀名次的运

## 七、足球教练员队伍建设

中央民族大学有一支知识结构、年龄结构、学历结构、职称结构合理的专门的教练员队伍，由 5 人组成。均为大学以上学历，其中硕士学位 2 人，教授 1 人，副教授 3 人，他们能够承担足球项目竞赛与训练的执教。

## 八、足球教学与成绩

### (一) 足球教学

我校足球教学主要设立男子足球课，按选课类别区分为必修课和全校选修课，按照教学等级分为足球一和足球二，具体情况如下：

#### 足球一

授课对象：大一新生以及大一以上从未修过足球课的学生。

授课内容：包括课前热身准备工作，足球理论知识讲解、颠球、短距离传球、长距离传球、左右脚运球以及分组对抗训练等。

授课目的：需要学生基本掌握足球理论知识，了解足球的发展历程以及足球精神，基本掌握足球训练基本技能，能在比赛以及分组对抗中对足球的技战术水平和团队精神有更直接的认识和理解。

考核内容：50 米测试、1000 米测试、立定跳远、实心球、颠球、运球、短传球、长传球等

#### 足球二

授课对象：已学习过足球一的学生

授课内容：包括课前热身准备工作，足球规则的讲解、多部位颠球、左右脚运球、左右脚接球转身、停球、长距离传球、短距离传球以及分组对抗训练等。授课目的：需要学生熟练掌握足球规则，深刻理解足球团队合作的重要性，熟练掌握足球各项基本技能，能达到校园足球比赛的要求。

考核内容：50 米测试、1000 米测试、立定跳远、实心球、多部位颠球、运球、长传球等。

#### 足球三

授课对象：已学习过足球二的学生

授课内容：包括课前热身准备工作，足球规则的讲解、足球裁判知识讲解、多部位颠球、左右脚运球、左右脚接球转身、停球转身、长距离传球、短距离传球、绕杆训练以及分组对抗训练等。

授课目的：需要学生熟练掌握足球规则，熟练掌握裁判知识，深刻理解足球团队合作的重要性，熟练掌握足球各项基本技能，能达到校园足球比赛的要求。考核

内容：50 米测试、1000 米测试、立定跳远、实心球、多部位颠球、绕杆运球、长传球等

## 足球四

授课对象：已学习过足球三的学生  
授课内容：包括课前热身准备工作，足球规则的讲解、球场典型事件讲解、裁判知识讲解、多部位颠球、左右脚运球、左右脚接球转身、停球、长距离传球、短距离传球、体能训练、战术整合演练以及分组对抗训练等。

授课目的：需要学生熟练掌握足球规则和裁判规则，深刻理解足球团队合作的重要性，熟练掌握足球各项基本技能，能达到校园足球比赛和裁判工作的要求。

考核内容：50 米测试、1000 米测试、立定跳远、实心球、多部位颠球、限时绕杆、长传球、战术跑位、裁判知识审核等

## （二）女子足球队竞赛成绩

中央民族大学女足成立于 1998 年，至今已有 19 年，现有队员约 18 人，由来自不同院系的一群热爱足球、敢爱敢恨的姑娘们组成。在这里，你可以享受运动的快感、体验足球的激情——因为我们是民大真正的铿锵玫瑰！

2005 年首都大学生女足锦标赛第一名

2009 年全国大学生女足锦标赛甲组第四名

2010 年全国大学生女足锦标赛甲组第四名

2011 年首都大学生女足锦标赛甲组第三名

2012 年全国大学生女足五人制锦标赛甲组第四名

2013 年首都大学生女足锦标赛甲组第四名

2013 年首都大学生女足五人制锦标赛甲组第四名

2014 年首都大学生女足锦标赛乙组第一名

2014 年首都大学生女足五人制锦标赛乙组第一名

2015 年首都大学生女足锦标赛乙组第一名

2016 年首都大学生女足五人制锦标赛甲组第四名



2013 年全国女子大学生室内五人制足球锦标赛



2014 年全国女子大学升室内五人制足球锦标赛



2014 年首都高校女子五人制足球锦标赛



2014 年首都女足锦标赛



2016 年全国女足锦标赛



2016 年首都五人制锦标赛



## 九、综述

综上所述，我校高水平运动队建设工作在教育部、北京市教委的关心、扶持下，在校领导重视和支持下，运动队管理，教练员队伍建设，场地设施及经费保障，教学与训练效果等方面均有很大的提高和发展。通过近十多年来的高水平运动队的建设工作，取得宝贵的经验，按照“体教结合”的培养模式，利用学校的教学资源、科研能力和运动队的场地设施、经费、教练员资源，达到培养目标。通过高水平运动队建设的自评，目前我校只有网球、排球高水平运动队两支，我们充分认识到作为一所部属高等院校，在首都全国重点院校林立的大环境下，我校的高水平运动队建设工作还处于发展阶段。从过去高水平运动队发展来看我们取得了阶段性胜利，运行是规范的，效果是明显的，成绩是突出的，我校有信心、有能力在继续做好这项工作的同时做好高水平足球队的建设工作。新一轮高水平建设工作的序幕已经拉开，接下去还有很长的一段路要走。我们相信，在国家大力发展校园足球的战略要求下，在教育部和市教委的坚强领导下，在各高校共同努力下，在我校良好的足球氛围引导下，我们的高水平运动队建设工作一定能稳步、持续向前推进，北京的体育、教育事业必将迎来更加美好的明天。我校将为国家和北京争取更多的荣誉，培养更多高水平、高层次的体育人才，做出应有的贡献。