

石河子大学 学工部 文件

学发〔2016〕15号

关于践行“三早一晚”制度及普及民族文化健身操的通知

各学院学办，护校、竞技体校学生科：

为进一步贯彻落实国务院《全民健身条例》，推进自治区“民族团结进步年”工作，践行我校学生工作长期倡导的“三早一晚”（早起床、早读书、早锻炼，上晚自习）制度，展现大学生良好精神风貌，增强学生体育文化素质，决定组织全校本专科生落实早操、晚自习制度，利用早操时间普及民族文化健身操，并以学院为单位组建参赛队伍，于今年五月在校运动会期间举行民族文化健身操大赛，现将具体事宜通知如下：

一、“三早一晚”制度及民族文化健身操比赛工作安排

（一）关于早操工作相关事宜

1、早操时间

夏季时间：每学年4月至6月，每周一至周五早晨8：20。

冬季时间：每学年9月至11月，每周一至周五早晨8：20。

备注：雨雪等不宜户外活动的天气除外。

2、早操地点

各学院根据自身情况自行安排早操地点，并报至思想教育办公室。

3、早操内容

即日起至民族文化健身操大赛开始前，各学院组织学生学习民族文化健身操，为比赛做准备；比赛结束后，一年级学生继续出早操，其他年级学生可利用早操时间开展跑步、广播操、球类运动、太极拳、舞蹈等文体活动。具体管理由学院按实际情况出台相关细则。

（二）关于晚自习工作相关事宜

晚自习是学生管理的一个重要组成部分，也是学生学习的有效阵地。为践行我校长期以来一直倡导的“三早一晚”制度，全面促进学风建设，特要求组织低年级学生严格执行晚自习制度。

要求各学院组织一年级本专科生按时到院系协调好的教室参加晚自习，时间为每周日至周四晚，共五天（法定节假日除外）。具体管理由学院按实际情况出台相关细则。

（三）关于民族文化健身操比赛相关事宜

民族文化健身操大赛评比定于学校运动会开幕期间。要求各学院充分利用早操时间组织好本专科一年级学生学习民族文化健身操，由学工部协助协调体育学院、文学艺术学院教师或学生开展前期培训，届时由各学院选派早操期间练习优秀的学生组成60—80人方队参赛。

二、工作要求

1、高度重视、提高认识，确保活动质量

各学院要高度重视“三早一晚”制度，引导广大学生提高对“三早一晚”制度的认识，使学生养成良好的守纪意识，将“三早一晚”活动作为学生自我学习、自我管理、自我教育、自我服务的重要载体之一。同时各学院要职责明确，认真部署，确保活动有效开展。

2、结合实际、认真落实，形成长效机制

对于早操和晚自习工作要认真组织实施，结合学院学生实际，出台相应的管理细则，加强监督管理，确保能够有效促进学风、丰富学生生活、提升学生文体素养。充分调动广大学生的积极性、主动性，发挥好学生干部的示范带头作用，并确保常年坚持、形成特色，促进我校学风建设。

2016年4月14日

