

河南科技大学文件

河科大学〔2017〕26号

签发人：宋书中

关于印发《河南科技大学本科生课外培养项目清单》的通知

校属各单位：

为进一步贯彻落实《河南科技大学关于制定2017版本科人才培养方案的指导意见》《河南科技大学大学生课外培养工作指导纲要》和《河南科技大学创新创业教育改革实施意见》，构建课内课外“双轨并行 融合联动”的人才培养新模式，加大课外培养力度，经学校研究，决定印发《河南科技大学本科生课外培养项目清单》（见附件），并就做好相关工作通知如下：

一、充分认识印发课外培养项目清单的重要意义

印发《河南科技大学本科生课外培养项目清单》（以下简称《清单》），是推进大学生课外培养的重要举措之一，主要目的是为本科生参与课外培养提供指导和引领，引导大学生在以专业教

育为依托的课内培养的基础上，有计划、有目的地选择和参与课外培养活动，通过课内课外的共同培养作用，实现大学生德智体美的全面发展。

印发《清单》，在为大学生参与课外培养提供向导的同时，也为各部门、各学院、各学生组织和全体学工干部组织和开展课外培养，提供完善的培养体系、思维架构和活动导向，在课外培养活动的组织和参与两个方面都具有重要指导意义，是系统、科学、广泛、深入开展课外培养活动的一项探索性工作。

二、认真做好课外培养的宣传组织工作

近年来，我校积极探索课外培养工作，开展了理论研究，进行了顶层设计，建构了培养体系，提升了思想认识，实现了学生工作重心的转移，形成了以课外培养为核心的学生工作新格局。

此次印发的《清单》，共 12 大类 70 个课外培养项目，要求本科生在校期间，要从每一类课外培养活动中选择参加 2-3 项活动，4 年（或 5 年）共参加不少于 24-36 项有实际成效的课外培养活动。该《清单》中少部分项目的具体培养成效将纳入课外素质学分，录入河南科技大学课外培养成绩单（参见《河南科技大学课外培养成绩单管理办法》），作为大学生学业成绩的重要组成部分。其余绝大部分项目不与学分挂钩，由学生自愿选择、自觉参与、自我监督实施。通过多样化的途径提升大学生的综合素质和能力。

各学院要结合自身工作实际，积极宣传课外培养工作，尤其是做好《清单》的宣传工作，让广大学生了解课外培养，认识课

外培养，重视课外培养，参与课外培养，以《清单》为向导，选择、规划和实施自己大学期间的课外培养活动。

三、积极推进大学生课外培养实践探索

课外培养是人才培养的重要渠道，是高校学生工作的核心任务。各学院要动员和组织学工干部、学业导师、专业教师等各方面力量，紧跟时代步伐，紧贴学生实际，紧盯培养目标，认真组织实施，积极推进大学生课外培养工作，努力营造课内课外共同育人的新格局。

各学院要依据我校深化课外培养的思路和理念，以《清单》为导向，以学工干部为主导，以学生干部为主体，以素质和能力培养为目标，为大学生提供内容丰富、形式多样、目标明确、组织有力、成效显著的课外培养活动。学工干部要结合课外培养相关的要求，努力开展品牌化建设，不断探索课外培养的路径和形式，提升课外培养的业绩和成效，充分发挥课外培养在人才培养中的重要作用。

附件：河南科技大学本科生课外培养项目清单

河南科技大学
2017年12月20日

附件

河南科技大学本科生课外培养项目清单

一、主题教育活动

1. 参加思想政治教育类主题教育活动
2. 参加精神文明建设类主题教育活动
3. 参加爱国主义教育类主题教育活动
4. 参加学风建设类主题教育活动
5. 参加环境适应类主题教育活动
6. 参加成长成才类主题教育活动

二、党团组织活动

7. 参加党支部或团支部理论学习活动
8. 参加党支部或团支部组织生活会
9. 参加党课或团课培训活动
10. 参加主题党日或主题团日活动
11. 参加党员或团员民主评议活动
12. 参加党员或团员先锋活动

三、文化艺术活动

13. 参加文化艺术类晚会的组织或表演活动
14. 参加文化艺术类比赛的组织或表演活动
15. 参加文化艺术节的组织或表演活动
16. 参加一个文化艺术团队
17. 参加文化阵地（如校报、广播、新媒体等）建设

18. 聆听高水平的文化艺术讲座

19. 聆听高水平的音乐会

四、日常管理活动

20. 认真学习一遍学校有关学生管理的规章制度

21. 参加文明行为和习惯养成的讨论、思辨或实践活动

22. 通过自身的努力获得学校及以上组织的奖励和表彰

23. 参加对自己影响深刻的安全稳定教育活动

24. 做一段时间学生干部或主导参与组织一项学生活动

25. 制定并履行一份适合自己的时间管理计划

五、困难帮扶活动

26. 在自己需要帮助时寻找一条困难帮扶的路径

27. 参与帮扶活动体验帮扶他人的价值提升

28. 参与诚信励志教育活动培养诚信励志意识

29. 参与一个帮扶组织持续开展帮扶工作

30. 参加勤工助学或其它合法劳动获得生活费用

六、学业指导活动

31. 认真观看一遍河南科技大学入学教育系列专题片

32. 听几场专业发展及学习方法方面的专题讲座

33. 在学业导师的指导下为自己制定一个学业发展规划

34. 参照学校推荐的书单为自己制定一个课外阅读计划

35. 依据专业需求考取一个资格证书

36. 依据个人需要参加一次“乐学工作坊”

37. 培养一种学习习惯并长期坚持

七、科技创新活动

38. 参加科技创新思维训练的讲座或沙龙活动
39. 参加学校或学院组织的学术交流活动
40. 参加老师科研课题或自己寻找项目进行研究训练
41. 参加校级及以上的学科竞赛或创新比赛活动
42. 撰写发表一篇学术论文或参加专利发明

八、创业教育活动

43. 参加创业知识竞赛、创业论坛或创业沙龙等活动
44. 参加创业俱乐部、创业协会或创客空间活动
45. 参加一次创业模拟活动或创新创业大赛
46. 参加一次创业实践或创业实训活动
47. 组建创业团队、创办企业、开展创业活动

九、社会实践活动

48. 参加一次社会实践培训活动
49. 发起或参加一项社会调查或参观学习活动
50. 发起或参加一项专业技术社会服务活动
51. 参加一次挂职锻炼活动
52. 撰写一篇有分量的社会实践报告或政策性建议
53. 帮助社区或农村或企业解决一个实际问题

十、志愿服务活动

54. 参加校园志愿服务活动
55. 参加社区志愿服务活动
56. 参加扶贫济困志愿服务活动

57. 参加助老助残志愿服务活动

58. 参加生态建设志愿服务活动

59. 参加专项志愿服务活动

十一、学生社团活动

60. 发起或参与一个学生社团组织

61. 组织或参与一项有意义的社团活动

62. 研究和提出一套社团建设的管理方案

63. 推动一项跨组织的社团联合行动

十二、健康教育活动

64. 熟练掌握太极拳并作为终身锻炼的体育项目

65. 选择一项自己喜爱的其它体育项目长期坚持

66. 坚持早操活动和“三走”活动

67. 学习和了解心理健康知识

68. 在需要时预约心理咨询师做一次心理咨询

69. 参加一次学校运动会比赛

70. 参加一次素质拓展训练或团体心理辅导

