西南石油大学 2020 年秋季学期本科生修读《科学健身》网络课程的实施办法

为加强一流本科建设,贯彻落实教育部《关于深化本科教育教学改革 全面 提高人才培养质量的意见》,培养学生科学健身能力,引导学生建立良好的体育 锻炼习惯,提高学生体育素养,促进德智体美劳全面发展,特要求在校学生必须 在中国大学 MOOC 平台注册并选修《科学健身》网络课程,具体要求如下:

一、选课对象

我校新都校区 2020 级非体育专业本科生; 2018 级、2019 级未选修《科学 健身》网络课程的非体育专业本科生。

二、课程学习时间

2020年11月9日至12月31日。

三、考核方式及要求

1、考核方式

通过网络课程学习过程中的单元测验、课堂讨论、作业和期末考试进行考核 (详情见课程主页),须在相应章节规定的时间内提交,否则将无法计分。

2、成绩结构

前三个单元测验在总成绩中占 60%, 作业互评占 10%; 课堂讨论部分占 5%, 期末考试占 25%。第四章为拓展学习内容,不计入成绩。

3、成绩应用

该课程的成绩将作为第四学期体育拓展课程(即体育俱乐部)成绩的一部 分。

四、注意事项

1、必须先经中国大学 MOOC 平台认证为我校学生后再选择《科学健身》 进行学习,否则学习成绩无法纳入我校考核体系。

2、由于《科学健身》 慕课分别在 2019 年 12 月和 2020 年 3 月完成两期教学,当前为第三期,在选课时容易混淆。因此,请务必选择 2020 年 11 月开课这一期课程,确保能够提交测验、作业和考试。

3、作业互评时间在 2020 年 12 月 25 日至 12 月 31 日,请在规定时间完成 互评。

五、注册与认证办法

1、Web 端认证学校云

第一步:登陆中国大学 MOOC 平台 http://www.icourse163.org, 点击 "学校云"进入。

	icourse163.org	Ċ		00+
中国大学MOOC		3 客户端	推着感兴趣的课程	Q 登录 注册
课程 名校 学・问 学校云 考研 🔝				更多课程频道
₽ 计算机	2			
③ 经济管理	0	Ā		免费学习名校名师的
EK ###		\cup		精品课程
◇ 心理学			$\langle \rangle$	
E 外语			\smile	
II 文学历史	I III I IIII	1		-
□ 艺术设计	· ···································			登录 最后
♀ 工学 "学管团	之术,畅管理之间,被加强能力,连事精制做不好!	- Served		网络和高等教育出版社出出
 更多 	• • • • •			「注意」
全部145所合作高校 ⑧北美	ta Competen Cased		@ kiles	A

第二步:进入学校云,点击学生认证。



注册中国大学生 MOOC 账号,或直接登录已有账号。

名校 学·问 学校云 考研 📷	
♥ 计算机	
 经济管理 外壳类 	
区 考研 × 8	品课程
◇ 心理学 使用网易邮箱帐号登录 使用爱课程网帐号登录 使用爱课程网帐号登录	-
© 948 💦 👘 👘	250
印 文学历史 ① 常用結箱成网易結箱	
全部145所合作高校 (*****
▶ 十大时用整束 1512年69.7 五注册	
· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	
WIT	

▶ 中国大学MOOC 学校云		1111 年 30天免费试用 立即来购 🛞 🗸
每个学	★4: 请输入你的姓名 认证码: 请输入你的身份证后6位作为认证码	学平台
() 免费试用:	完成认证 最示:认证成功后信息将不可伸改 并与当前登录板号yuting010419级163.com(网易邮箱帐号)绑定。	入除的学校主页
中国大学MOOC」学校云	^{调探路器} 查白索船 方台 立即认证,开启学习之旅	副 新 30天免费试用 立即采购 💮 · ×
每个学	学校: 講输入你的学校名称 ABCDE FGHIJ KLMNO PQRST UVWXYZ 学号: A 变课程 安徽医学高等专科学校 安阳工学院 B 白城涝范学院 百色学院(此用) 保定学院: 北京大学	学平台
金、社名及认证码()	北京电子科技学館 北京航空航天大学 北京化工大学 北京交通大学 北京科技大学 北京教育大学 北京市市美区教师社会学校 北京市市美区教师社会学校 小市石石。 老师告知的身份证后六位)	入你的学校主页
		10天久唐武用 立即来的 🛞 -
first tider in maintenit	立即认证, 开启学习之旅	
每个学	姓名:	学平台
enun:	完成认证 完成认证 揭示:认证成功后信息将不可修改 并与当前登录纸号yuting910419@103.com (周基邮箱帐号) 绑定。	入例的学校主页
中国大学MOOC I学校云	建建新潮 全白紫樹 方	地游客 30天免费试用 立即采购 🅞 - ×
每个学	立即认证, 开启学习之旅	学平台
	认证码: 910419 上~ 完成认証 完成认证 資源: 认证成功目信息將不可傳致 并与当約量录帳号yuting910419@163.com (词易能箱帐号) 绑定。	入你的学校主页

第三步:完成学生认证;输入学校和老师告知的学号。



第四步:完成学校云认证后,进入学校云选课学习。

2、移动端认证学校云

在应用商店下载中国大学生 MOOC APP, 登录/注册账号, 进入我的学校, 绑定学校云服务;

·····································	12:53	* * 76%	atl中国移动 专	12:54	* * 76%	utl 中国移动 夺	下午1:01	@ 7 \$ 11%
				我的学习	٢	<	设置	
中国大学都理						运 盐渍	曹菇干	>
						允许2G/3G/4G网络	各环境下载视频	\bigcirc
						允许2G/3G/4G网络	各环境观看视频	\bigcirc
						下载视频清晰度		流畅
	*			信还未登录		消息设置		×
	T			立即登录		学校云服务		>
	-					意见反馈		>
						关于产品		版本 2.2.1 >
-						清除缓存		1MB
6		3 有道		() () () () () () () () () () () () () (建 我的学习		退出帐号	

	••••• 中国移动 ◆ 〈	^{13:04} 在校学生认证	֎ ♥ \$ 73% ■)	all 中国移动 ◆	13:06	@ U \$ 73% 🖬)
学校云服务是面向高校学生的专属课程服务。美名认证后,您可参加本 校专属课程	学校云服务量面向高校 课程	デ生的な構体理解病、実名いる	8. 27924498		网易大学	
学校: 请输入学校坐标	学校: 网易大学			1		
学号: 请输入您在读学校的学考	学号: 910419			中国大学MOOC是高 MOOC最大量好的教 高教社和网易各自投	等教育出版社与网络公司 育平台,是政府与企业百 入核心团队和资源共同建]強殘联于打這的圖內 〔相合作的代表产物。 〕设,运营和维护。
姓名: 清晰人思的高粱姓名	姓名: 胡雨婷 认证码: 910419			课程	学校专有课程	老师
认证码: 请输入身份证后六位作为认证码		÷10011177				
立即认证		T GD/V IE		浙江教育技术平台培 6时中国大学提取 学校云在线培训		☆子MOOC №000邊桶商培训

六、课程学习

登录中国大学 MOOC, 认证为本校学校云学生。

1、Web 端选课学习

(1)选课——点击头像进入个人主页,点击右侧边栏"我的学校云"进入 本校专属平台。

(2)点击课程卡片进入课程介绍页选课,课程卡片右下角表示课程的时间 进度。

(3)如果本校还有开设 MOOC 课程,可以点击链接查看 MOOC 选课;另外,首页可以查看平台上所有的 MOOC 课程,均为免费开放课程。

(4)学习——进入学习页面后,根据左边的导航栏可以查看公告,评分标 准、课件、测验、作业和考试。点击课件进入课程内容学习页面,看过的视频和 课件,标题前的圆圈会变绿色。Web端,pdf课件可以直接下载,视频不支持下 载。

(5)对于误选的课程,可以将鼠标移至课程上方,点击右上角 x 进行退课。 目前课程有"正在进行"、"即将开始"、"已结束"和"全部"四种状态,点 击可以筛选不同课程状态。注意:如果同学不小心误删了课程,可以重新选课进 入学习,之前的学习记录是不会删除的。

2、移动端选课学习

中国大学 MOOC 有对应的移动端 app 可供学习,下载 APP 后登陆个人账 号,在首页顶部导航栏可以搜索平台上的所有课程参与学习。

(1)点击页面下方"我的学习"可以进入个人学习页面,查看报名过的课程。

(2)移动端可以在 APP 内缓存课程视频和课件用于离线观看,由于是 APP 内缓存,故一旦退出账号,或卸载 APP,缓存的内容也会清除。消息中心可以 接收来自课程的公告通知、课件更新、平台推送等提醒,以及讨论区的回复、评 论情况。

(3)点击"我的学校"进入学校云主页,可以查看本校的 MOOC 课程和 学校云专属课程(SPOC),以及本校老师。点击课程卡片选课,如果课程老师 设置了选课密码,需要输入对应的课程密码才能成功选课。

(4) 在课程学习页面,可以查看课程公告,课件内容,测验作业,以及讨论区情况。

(5)对于误选的课程,可以在课程卡片上向左滑动"放弃学习"。目前课程有"正在进行"、"即将开始"、"已结束"和"已报名下次开课"四种状态, 点击可以筛选不同课程状态。

西南石油大学体育学院

2020年11月6日