附件1

2025年学生体质健康测试工作方案

一、 测试项目

1、测试项目（男子）：身高、体重、肺活量、50米跑、

坐位体前屈、1000米跑、立定跳远、引体向上

2、测试项目（女子）：身高、体重、肺活量、50米跑、

坐位体前屈、800米跑、立定跳远、1分钟仰卧起坐

二、测试时间

2025年5月10日—6月8日每周末，各学院具体测试时间安排另行通知。

1. 测试时间地点和安排

1、检录地点：6号教学楼一楼西侧

2、田径场测试点

田径场测试项目：50米、800米、1000米

3、室内测试点：6号教学楼6101

室内测试项目：身高体重、肺活量、坐体前屈、仰卧起坐（女生）、立定跳远

4、单杠测试点：体育馆门口（教科院东侧）

测试项目：引体向上（男生）

测试地点示意图见附件3

四、测试对象及免测手续办理

本次体质测试对象为：2022级本科、2023级本科、2024级专升本学生。如有特殊情况，参照下列方式进行：

1、免测

因病或术后恢复期学生，可在体测当日10:00到体育学院体质健康测试中心（6号楼6103室）提交免于执行《标准》的申请，经个人填写《免于执行<国家学生体质健康标准>申请表》（附件4），由三甲医院出具证明或提供住院材料、经体育学院体质健康测试中心核准同意后，方可免于执行《标准》测试。

2、缓测

因个人原因不能按时参加测试的学生，可在体测当日10:00到体育学院体质健康测试中心（6号楼6103室）提出口头缓测申请，经与体育学院体测中心负责人沟通协商后，方可调整并登记补测时间。

五、测试程序

1、检录

学生按照具体测试时间（另行通知）持身份证及《湖北第二师范学院学生体质健康测试安全告知书》到6号教学楼一楼前集合检录。

2、室内测试点：完成检录后，按照工作人员现场安排的测试顺序进行测试。

3、田径场测试点

先测试50米，然后男女生分别测试1000米和800米。

4、测试过程中若遇降雨，室内测试项目（身高体重、肺活量、坐体前屈、仰卧起坐（女生）、立定跳远）正常进行，室外测试项目（引体向上、50米、800米、1000米）是否进行测试，以现场工作人员根据实际情况安排为准；因天气原因未参加室外项目测试的同学，需参加室外项目补测，补测时间以群通知为准（群号：943692093）。

六、注意事项

1、参加测试的学生必须携带身份证（身份证遗失的学生在身份证补办后参加补测）和《湖北第二师范学院学生体质健康测试安全告知书》，按时到测试检录地点，由测试工作人员统一安排测试顺序和测试项目。

2、测试学生应在测试前做好准备活动，穿着运动服和运动鞋，测试当天至少提前半小时吃饭，测试前不要通宵熬夜，保持良好精神状态，以避免晕厥或发生不适。

3、学生在体质健康测试过程中代他人测试或请他人代为测试，一律视为考试违纪，一经发现取消测试成绩，由所在学院参照教[2012]63号文件《湖北第二师范学院考试违规认定与处理办法》处理。

4、对于因伤病、轻/重度感冒等不适合参加本次体测的学生，请勿参加测试。如需办理免测或缓测，请与体测当日10:30 到体育学院体质健康测试中心（6号楼6103室）现场办理免测手续；由于体测工作现场繁忙，其他时间段不予办理。

七、测试成绩

本次测试要求学生以最佳身体状态完成，测试成绩发放到各学院，以备存档、查询。学校将参照《国家学生体质健康标准（2014年修订）》（【2014】5号）文件相关精神，酌情将测试成绩运用于学生毕业综合审查，测试评分标准见附件5。