

# 关于开展 2024-2025 学年学生体质健康测试的通知

为贯彻落实“健康第一”的指导思想，切实加强学校体育工作，促进学生积极参加体育锻炼，养成良好的锻炼习惯，提升学生体质和健康水平。根据教育部实施《国家学生体质健康标准》和《国家学生体质健康标准测试和上报工作有关要求的通知》精神，决定开展 2024-2025 学年学生体质健康测试。具体内容如下：

## 一、测试对象

全日制本科生均需在本学期完成体质健康测试（简称：体测），无故未参加视为旷考，本学年体测成绩记录为 0 分。

## 二、测试时间地点及预约

| 测试地点    | 测试日期                                                                      | 测试时段                                     |
|---------|---------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------|
| 东校区田径场  | 10 月 19 日、10 月 20 日、10 月 27 日                                             | 8:30-11:30<br>14:00-17:00<br>18:00-21:00 |
| 东校区田径场  | 10 月 21 日、10 月 22 日、10 月 23 日、10 月 28 日、<br>10 月 29 日、10 月 30 日、10 月 31 日 | 18:00-21:00                              |
| 高新校区田径场 | 11 月 3 日                                                                  | 13:00-17:00                              |

登录微信，搜索“USTC 体育俱乐部”小程序，进行线上预约，**密码为身份证后 6 位**。**备注：**未预约直接进行测试，后台系统无法记录成绩。

## 三、测试项目及测试要求

测试项目（男生）：身高、体重、肺活量、坐位体前屈、引体向上、1000 米跑、50 米跑、立定跳远。

测试项目（女生）：身高、体重、肺活量、坐位体前屈、仰卧起坐、800 米跑、50 米跑、立定跳远。

测试要求：（1）**一卡通刷卡测试。测试成绩实时上传，所有项目测试完成后，微信登陆“USTC 体育俱乐部”小程序，查询体测数据，确认无误后再离开。**

（2）**测试前至少提前两周进行体能恢复锻炼。**测试前一晚勿熬夜，切忌早晨空腹测试。

（3）**测试当天穿运动服、运动鞋，务必做足准备活动，测试过程中，若出现身体不适，应立即停止测试并告知在场负责教师。测试完成后，确保无身体不适，方可离场。**

（4）务必认真规范参加测试，如实反映自己的体质健康水平，如果发现替考、扰乱考场秩序、作弊、违纪等情况，一律按照学校相关规定处理。

（5）若遇雨雪等恶劣天气，根据现场情况确定测试是否继续进行，所缺项目在后续补测中完成。

重点提醒：（1）所有项目需完成测试，包括视力填报，由于视力不计入体测成绩，学生可以在小程序自行填报裸眼视力，或参加现场视力测试后填报。**因测试数据缺项漏项而导致数据上传失效，后果自负。**

## 四、免测申请

①身体重要脏器有疾病者②身体残疾影响运动，及可能因运动产生不良后果的器质性疾病③因伤病（短时间内无法康复）或实习等特殊情况（本学期不在校），**可线上申请本年度免测**。申请后关注进程是否通过，通过后本年度体测记录为免测。免测申请截止日期：11月4日。**备注：体育课已经申请保健生的学生，每学年体测均需要申请免测。**

具体操作流程：微信登陆“USTC 体育俱乐部”小程序，打开体测模块，选择免测申请，按流程填写，上传相关证明和附件（附件内容清晰可见）：

（一）、因身体残疾申请免测，提供残疾证。

（二）、因身体重要脏器疾病或伤病申请免测，需提交近期县级以上医疗机构相关证明材料：门诊病历及相关检查报告化验单；住院病历出院记录等。

（三）、因实习等特殊情况，本学期不在校，需提交相关证明。

## 五、缓测申请

因短期疾病及个人原因不能在11月3日前完成测试的学生需申请缓测，申请截止日期:11月4日，申请后应参加11月24日进行的补测。

具体操作流程：微信登陆“USTC 体育俱乐部”小程序，打开体测模块，选择缓测申请。按流程填写，上传相关证明和附件（附件内容清晰可见）。

## 六、关于补测

本学期补测为秋季补测，11月24日进行。补测对象:1.本学期申请缓测且审批通过;  
2.本学期测试有缺项漏项或不及格的学生。

| 测试地点   | 测试日期   | 测试时段                      |
|--------|--------|---------------------------|
| 东校区田径场 | 11月24日 | 8:30-11:30<br>14:00-17:00 |

## 七、其它事项

1、肺活量测试点配备一次性吹嘴。

2. 体育教学中心主页“学生体质测试”栏内有体测常见问题解答和体测相关政策文件，  
联系人：胡老师，电话：63607251，邮箱：huyanghy@ustc.edu.cn。关于“USTC 体育俱乐部”小程序的疑问，咨询张工：15205606230，邮箱：idigtek@163.com。