

海南职业技术学院教务处文件

教务〔2024〕85号

海南职业技术学院 2024年国家学生体质健康标准测试实施方案

各部门、各单位：

为认真落实教育部关于2024年《国家学生体质健康标准》测试及海南省教育厅《关于做好“国家学生体质健康标准”测试和上报工作的通知》相关精神，现结合学校实际情况制定本实施方案。

一、测试目的

通过学生体质健康测试，促进学生身心健康发展，激励学生积极进行身体锻炼，提高自我保健能力和体质健康水平；全方位了解学生身体形态机能和运动技能，充分了解和掌握学生的体质状况，为学校的体育教学与管理提供可靠的参考依据。

二、组织领导

（一）领导小组

组 长：沈振国

副组长：钟清云、李少敏、李国建

（二）工作小组及分工

1.测试工作小组

组 长：钟清云

副组长：吴林炎

成员：体育教研室全体成员、后勤保卫处、各学院辅导员、校医室

职责分工

- (1) 数据整理上报 负责人：苏业奇
- (2) 纪律管理 负责人：各学院辅导员、各班班长
- (3) 测试监督 负责人：谢洪辉 吴林炎
- (4) 医疗安全保障 负责人：后勤保卫处、校医室

三、测试内容

- (一)身高、体重
- (二)肺活量
- (三)坐位体前屈
- (四)立定跳远
- (五)一分钟仰卧起坐（女）、引体向上（男）
- (六)50 米跑
- (七)1000 米跑（男）、800 米跑（女）

四、测试对象及方式

(一)2022 级、2023 级五年制学生，2024 级学生：在课堂上测试

(二)2023 级全日制在校生：在课外时间测试

五、测试时间：（详见附件）

六、测试地点

第一教学楼一楼、田径运动场

七、测试须知

(一)各学院务必密切配合，做好宣传和组织工作，保证每位同学都参加测试。

(二)参加测试者须穿着运动鞋服（穿拖鞋、高跟鞋等不适合运动者不予参加测试），项目测试前由班干部统一带领做好准备活动。

(三)学生随身携带学生证，否则不予测试。

(四)各班同学按测试时间表参加测试以免影响测试进度。

(五)测试过程中要遵守秩序，听从安排，保持现场安静，切勿大声喧闹。

(六)严禁替代测试或作弊，如跑步过程中抄近道、漏圈等。一经查实，取消测试成绩，并上报学校做严肃处理。

(七)测试前请注意休息，切忌通宵熬夜。

(八)测试前期身体不适或有过感冒的同学可申请延后测试。

(九)有特殊病史或不适宜参加测试的同学请办好免测手续。

(十)如测试时间与上课时间有冲突，班长及时联系测试老师另行安排测试时间。

附件：2024年度国家学生体质健康标准测试安排表

