

2017 级本科生体质测试运动会实施方案

一、测试时间:

2019 年 12 月 7—8 日（星期六、星期日），若因天气原因，不能如期测试将另行通知。

二、测试地点:

1、2019 年 12 月 7 日（星期六）——九里校区田径场

2、2019 年 12 月 7—8 日（星期六、星期日）——犀浦校区北区体育场/南区体育场

三、测试时间和项目安排:

日期	时间	测试项目	地点
12 月 7 日 (星期六)	上午 09:00—11:30	1、50 米（男/女） 2、立定跳远（男/女）	九里校区
	下午 14:00—17:00	1、引体向上（男） 2、仰卧起坐（女） 3、1000 米/800 米（男/女）	
12 月 7 日 (星期六)	上午 09:00—12:00	1、50 米（男/女） 2、立定跳远（男/女） 3、1000 米/800 米	犀浦校区 (南、北) 体育场
	下午 14:00—18:00	1、引体向上（男） 2、仰卧起坐（女） 3、1000 米/800 米	
12 月 8 日 (星期日)	上午 09:00—12:00	1、50 米（男/女） 2、立定跳远（男/女） 3、1000 米/800 米	犀浦校区 (南、北) 体育场
	下午 14:00—18:00	1、引体向上（男） 2、仰卧起坐（女） 3、1000 米/800 米	

四、测试组织方法:

1、任课教师提前通知学生测试指定地点、测试地点和以上测试安排，学生携带学生证备用。

2、50 米在两边直道上（5、6、7、8 道）同时分组测试，先到者先测，每组最多 4 人，站立式起跑，2 名测试员，分别计取 2 人成绩；1 名发令员。

3、800 米、1000 米按照终点位置不同，分组测试（男女不能混合），随机分组，每组最多 20 人，先到者先测，3 名测试员一组（需 3 组），1 人负责计取成绩，

其余 2 人负责组织学生；每组测试完毕，轮换下一组上道，及时清理疏散场地内学生，高度重视安全问题；

4、立定跳远分 **10 个测试点**同时测试，5 名测试员，每人 2 次试跳，先到者先测；

5、引体向上分 **4 个测试点**同时测试，4 名测试员，先到者先测；

6、仰卧起坐分 **6 个测试点**同时测试，3 名测试员，先到者先测；

7、每项测试后，测试者现场脸部识别，志愿者录入测试成绩，未及时录入成绩者，后果自负；

8、犀浦校区 800 米、1000 米测试，每班学生按照教师通知规定的时间、地点和测试项目安排及时根据自身身体情况参加测试；因特殊情况不能按时来测试的同学，由任课老师自行课堂补测。

9、每人必须完成《国家学生体质健康标准》规定的四个项目的测试。

10、峨眉校区 2017 级学生随堂进行测试，由高平副主任负责组织实施完成。

五、测试注意事项：

1、测试时，学生须穿着宽松的易于运动的服装或着运动服和运动鞋，穿皮鞋或牛仔裤者一律不能参加测试；

2、测试 800 米、1000 米之前，应向学生强调说明，若前一天因病、熬夜、失眠或未进食就餐以及身体不适者，一律不得参加测试，否则后果自负；

3、测试成绩不及格者，在本年度准予补测一次；时间另行通知；

4、学生应提前做好测试前的热身准备活动；

5、若无法脸部识别录入成绩，则现场核查学生证件，教师填写**《成绩记录单》**并签字确认。

六、测试人员配置：

测试项目		50 米		立定跳远		引体向上		仰卧起坐		800 米/1000 米		负 责 人	安全 医 疗 保 障
日 期	校 区	测试员	志愿者	测试员	志愿者	测试员	志愿者	测试员	志愿者	测试员	志愿者		
12 月 7 日	九 里 校 区	张问宇 张岳	3	苏华成 阳海英 罗敏	5	祁新民 王彦	3	易述鲜 陈亚	5	刘剑荣 李增强 陈锴	9	何 江 明	廖 智 君
	犀 浦 北 区	彭旭东 王锐	3	董琼 马朗 刘静霞 常有江 李世洪	6	黄德健 赵晔 任挽澜 卢立宝	5	王锐玲 杜力平 王新星	4	曾秀君 刘强 孙国欣 郭海阳	7	刘 江 潘 喆	高 海 平
	犀 浦 南 区	祝岷虹 洪霏	3	闻杨 周绪栋 赵丰超 陈曦 鲁成旭	6	侯磊 冯斌 樊西娜 朱曦	5	李鸿 刘媛粒 董又祯	4	龙萍 刘正丹 潘红兵 乔九全	7	李 宏 图	石 金 丽
12 月 8 日	犀 浦 北 区	彭旭东 王锐 张问宇	3	董琼 马朗 刘静霞 常有江 李世洪 苏华成	6	黄德健 赵晔 任挽澜 卢立宝 王彦	5	王锐玲 杜力平 王新星 陈亚	4	曾秀君 刘强 孙国欣 郭海阳 刘剑荣 李增强	7	刘 江 潘 喆	高 海 平 廖 智 君
	犀 浦 南 区	祝岷虹 洪霏 张岳	3	闻杨 周绪栋 赵丰超 陈曦 鲁成旭 阳海英	6	侯磊 冯斌 樊西娜 朱曦 祁新民	5	李鸿 刘媛粒 董又祯 易述鲜	4	龙萍 刘正丹 潘红兵 乔九全 陈锴 罗敏	7	李 宏 图	石 金 丽

七、学生测试时间具体安排：

九里校区

12月7日上午

50米/立定跳远

上午9点：星期一 排球(80) 乒羽两项(60) 太极拳(150)

上午10点：星期二 篮球(100) 乒羽两项(80) 太极拳(150)

12月7日下午

引体向上（仰卧起坐）/1000米（800米）

下午2点：星期一 排球(80) 乒羽两项(60) 太极拳(150)

下午3点：星期二 篮球(100) 乒羽两项(80) 太极拳(150)

犀浦校区

12月7日上午

星期一 13个班：50米/立定跳远

北区（659人）：上午9点：游泳50、篮球121、乒羽两项100、健康锻炼51；

上午10点：排球116、足球100、乒乓球121。

南区（672人）：上午9点：健身操129、型体51、赛事鉴赏100、网球80；

上午10点：太极拳199、身体素质113。

星期五 14个班：引体向上（仰卧起坐）/1000米（800米）

北区（690人）：上午9点：游泳50、篮球120、健身操124、健康锻炼51；

上午10点：排球116、足球100、乒乓球130。

南区（693人）：上午9点：乒羽两项101、型体51、赛事鉴赏99、网球90；

上午10点：太极拳199、身体素质113、户外50。

12月7日下午

星期二 13个班：50米/立定跳远

北区（692人）：下午2点：篮球121、乒羽两项99、身体素质119；

下午3点：排球122、足球100、乒乓球131。

南区（670人）：下午2点：赛事鉴赏100、户外54、健康锻炼52、健身操129；

下午3点：游泳50、网球80、太极拳205。

星期三 13个班：引体向上（仰卧起坐）/1000米（800米）

北区（680人）：下午2点：乒乓球130、乒羽两项100、赛事鉴赏100；

下午 3 点：型体 50、游泳 50、健康锻炼 50、太极拳 200。

南区（685 人）：下午 2 点：健身操 130、身体素质 120、网球 90；

下午 3 点：篮球 120、排球 124、足球 101。

12 月 8 日上午

星期一 13 个班：引体向上（仰卧起坐）/1000 米（800 米）

北区（659 人）：上午 9 点：游泳 50、篮球 121、乒羽两项 100、健康锻炼 51；

上午 10 点：排球 116、足球 100、乒乓球 121。

南区（672 人）：上午 9 点：健身操 129、型体 51、赛事鉴赏 100、网球 80；

上午 10 点：太极拳 199、身体素质 113。

星期五 14 个班：50 米/立定跳远

北区（690 人）：上午 9 点：游泳 50、篮球 120、健身操 124、健康锻炼 51；

上午 10 点：排球 116、足球 100、乒乓球 130。

南区（693 人）：上午 9 点：乒羽两项 101、型体 51、赛事鉴赏 99、网球 90；

上午 10 点：太极拳 199、身体素质 113、户外 50。

12 月 8 日下午

星期二 13 个班：引体向上（仰卧起坐）/1000 米（800 米）

北区（692 人）：下午 2 点：篮球 121、乒羽两项 99、身体素质 119；

下午 3 点：排球 122、足球 100、乒乓球 131。

南区（670 人）：下午 2 点：赛事鉴赏 100、户外 54、健康锻炼 52、健身操 129；

下午 3 点：游泳 50、网球 80、太极拳 205。

星期三 13 个班：50 米/立定跳远

北区（680 人）：下午 2 点：乒乓球 130、乒羽两项 100、赛事鉴赏 100；

下午 3 点：型体 50、游泳 50、健康锻炼 50、太极拳 200。

南区（685 人）：下午 2 点：健身操 130、身体素质 120、网球 90；

下午 3 点：篮球 120、排球 124、足球 101。

体育部

2019 年 11 月 8 日

2017 级学生体质测试成绩记录单						
姓名	学号	体育课项目		上课时间		备注
50 米 (秒)	立定跳远 (CM)	引体 向上	仰卧 起坐	1000 米 (秒)	800 米 (秒)	成绩记录
						考官签名

测试时间：2019 年 月 日

2017 级学生体质测试成绩记录单						
姓名	学号	体育课项目		上课时间		备注
50 米 (秒)	立定跳远 (CM)	引体 向上	仰卧 起坐	1000 米 (秒)	800 米 (秒)	成绩记录
						考官签名

测试时间：2019 年 月 日