2021年秋季上海海洋大学

大学生体质健康测试实施方案

一、体测安排

1.2021年 11月 5日（周五）～2021年 11月 28日（周日）为全校本科生体质健康测试时间。**具体体测时间：**

星期五：下午 13:00-17:00

周六至周日：上午 8:30-11:30，下午 13:00-17:00

2.**体测时间安排**

**学院安排：一年级本科生**

11月5日（星期五） 下午：工程学院

11月6日（星期六）上午：海洋学院 下午：信息学院

11月7日（星期日）上午：生环学院+经管学院 下午：经管学院

11月12日（星期五） 下午：生命学院

11月13日（星期六）上午：外语学院 下午：食品学院

11月14日（星期日）上午：文法学院+爱恩学院 下午：爱恩学院

**补测安排：全校本科生**

11月19日（星期五） 下午：全校

11月20日（星期六）上午：全校 下午：全校

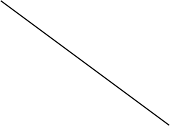
11月21日（星期五） 下午：全校

11月26日（星期六）上午：全校 下午：全校

11月27日（星期五） 下午：全校

11月28日（星期六）上午：全校 下午：全校

1. **学院体测时间安排表**



|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 日期  时间 | **11月5日** | **11月6日** | **11月7日** | **11月12日** | **11月13日** | **11月14日** |
| 上午 |  | 海洋 | 生环+经管 |  | 外语 | 文法+爱恩 |
| 下午 | 工程 | 信息 | 经管 | 生命 | 食品 | 爱恩 |

1. 各位学生测试的具体时间将在测试前公布，请在浏览器搜索栏输入202.121.66.196进入体测查询系统查询或搜索体育部网站查询。**请各位体测学生按体育部公布的体测时间准时入场，否则不被允许参加体测。**
2. **总成绩不合格**或**错过学生本人体测时间的同学请在**11月19（下午）、20、21日与11月26（下午）、27、28日**补测周时间进行测试。**
3. 由于**测试不规范等**原因**导致成绩出错**的同学请**在下一周进行补测，否则该项测试成绩不会改变。**

二、测试流程



准备学生证、一卡通和笔

在102入口领取测试卡并填写

身高体重测试

坐位体前屈测试

引体向上（男）测试

肺活量测试

仰卧起坐（女）测试

立定跳远测试

50米跑测试

800/1000米

测试

在出口处交测试卡

1. 体测项目一共 7项，学生体测过程中，可优先选择测试人数较少的测试项目，不必按指定顺序进行测试。
2. 学生在体测室102入口处领取测试卡，填写姓名、学号、测试日期等个人信息，体测成绩由工作人员填写。无论当次测试项目是否全部完成，**出体测室**时，必须在出口处**将测试卡交到指定位置**。
3. 体测前必须穿着适合运动的服装和鞋，体测前充分热身，带好**学生证和一卡通**，每项测试前需向工作人员出示学生证、刷一卡通，未带一卡通和学生证不予测试。
4. 各位同学如没有在 2021年 11月 28日前参加学生体测，则不再另外安排测试，由此产生的后果由学生本人承担。
5. **测试总成绩及格、单项成绩不及格的同学，以总成绩分数作为认定标准；**而总成绩不及格的同学，需要补测不及格或漏测单项。
6. **在籍、在校本科生都应参加体测**，如因自己原因未参加测试，由此产生的后果由学生本人自己承担。

三、免测申请

1. **本学期免测对象**

⑴患有疾病，经二级甲等以上医院诊断不宜参加体测的学生；

⑵体育保健班；

⑶出国留学学生（名单由各学院认定并提供）、服兵役（名单由保卫处认定并提供）。

1. **免测申请程序**

申请免测的学生填写《免予执行<国家学生体质健康标准>申请表》（附件 3）及复印患病证明一式 2 份，送交所在学院。

1. 申请免测学生按本人当年实际体测情况在体测成绩单上填写免测，不记录测试分数。

四、测试纪律

参照《上海海洋大学学生管理服务手册》中《上海海洋大学学生违反校纪校规处理规定》第十六条、十七条规定，在学生体质健康标准测试中发生以下任一行为，均属违反测试纪律行为，该生体测年度成绩按“零分”记录，标注“违规”，并通知该生所在学院，校外人员名单送交保卫处。

* 1. 替他人参加体测，让他人替自己参加体测；
  2. 组织或提供代测信息；
  3. 其他违规或扰乱测试秩序行为。

五、成绩查询

连接校园网后，学生可以凭自己的用户名（学号）、密码（身份证号后 6 位）和角色（学生）在浏览器搜索栏输入202.121.66.196，查阅自己的体测成绩**。测试结果在每周四前完成更新，学生可以在下周日补测前查询体测结果。**

六、咨询时间与地点

**时间：**2021年 11月 5日 至 11月 28日每周五：13：00～17：00

周六至周日：上午 8:30-11:30，下午 13:00-17:00

**地点：**体测室（具体事情，请向现场工作人员咨询）

七、其他

体育部网站-体质健康测试栏目和体测查询系统将及时更新体测的各项信息，请您随时保持关注。本方案解释权为体育部，如有未尽事情另行通知。

**上海海洋大学体育部2021年 10月 12日**

