关于开展 2026—2027 学年第一学期
学生体质健康测试工作的通知

各二级学院、各有关部门、全体师生：

为做好 2026—2027 学年第一学期《国家学生体质健康标准》测试工作，保障学生体质健康测试安全、规范、有序开展，现将本学期测试对象、时间、地点及有关要求通知如下。

一、测试对象与组织方式

本学期测试对象为：2026 级普通本科生、2023 级普通本科生、2025 级专升本学生及 2026 级专升本学生。

2026 级普通本科生自第九周（11 月 2 日）起，由体育课任课教师按照教学安排随堂组织测试，具体时间以任课教师通知为准。2023 级普通本科生、2025 级专升本及 2026 级专升本学生参加周末集中测试，计划涉及 136 个行政班级、5406 人。

二、测试时间及班级安排

（一）周末集中测试：11 月 7 日、8 日、14 日、15 日、21 日、22 日、28 日、29 日，共 8 天。上午 8:30—11:30；下午 14:00—17:00。各班具体测试日期及上、下午时段详见附件 1。周末场次已按测试容量确定常规测试班级及人数，各班须严格按既定时段参加，不得擅自调换班级、增减人数或更改测试时间。

（二）特殊情况调整时段：暂定 11 月 19 日、26 日、12 月 3 日（均为星期四下午 14:00-17:00），仅用于经审核批准的时间调整及符合条件的补测，不作为常规测试场次。周四场次同样受场地、设备和人员容量限制，申请不等于获准；请各班尽早协调、提交申请，以免申请集中导致人数超出容量而无法安排。未经批准的学生不得自行前往。

（三）如遇恶劣天气、场地占用、设备故障或其他特殊情况，测试中心将另行通知调整安排。

三、测试地点与项目

室内项目测试地点：体育馆二楼南侧走廊；项目包括身高体重、肺活量、立定跳远、坐位体前屈、女生一分钟仰卧起坐。

室外项目测试地点：学校田径场指定区域（起点、终点等）；项目包括 50 米跑、男生 1000 米跑、女生 800 米跑、男生引体向上。具体集合点和测试顺序服从现场安排。

校园卡激活须知：2026 级普通本科生及 2026 级专升本学生，须先前往体育馆二楼南侧走廊（室内项目测试地点）进行校园卡激活，激活后方可参加体质健康测试。建议同学们先完成室内测试项目，再按照现场工作人员安排参加室外测试项目。

四、学生注意事项

1. 按时参加：请严格按照附件 1 所列班级日期和时段参加测试，提前至少 5 分钟到达指定集合地点，服从工作人员组织。周末测试班级和人数已按容量排定，未经批准不得擅自换场、跨班或改期。

2. 证件与着装：须携带本人学生卡；2026 级普通本科生及专升本学生须提前完成校园卡激活。穿着适合运动的服装、运动鞋，不得穿拖鞋、皮鞋等不适宜运动的鞋类。

3. 运动安全：提前了解测试动作和注意事项，充分热身，合理安排作息；身体不适时不得勉强参加高强度项目，出现异常应立即停止并告知现场教师。

4. 测试纪律：须本人参加，按规定完成应测项目，严禁替考、冒名顶替或伪造成绩；漏测项目应及时向现场教师说明。

五、测试时间调整申请及纸质材料提交

因课程冲突、学校统一活动等确有特殊原因需调整测试时间的学生，应提前向所在班级提出申请。调整申请人数原则上不超过本班应测人数的 20%；须经体育部体质健康测试中心根据周四场次剩余容量批准后方可调整。周四下午仅有约 3 小时，容量有限，请提前协调，避免因申请集中而无法安排。因疾病、伤病等原因申请免测的同学，按学校有关规定另行审核，不受上述一般性调整比例限制。

各班须使用附件 2《学生体质健康测试时间调整申请表》，统一收集并核实申请材料，经学院审核后以班级为单位提交。纸质版申请材料最迟于 2026 年 11 月 6 日（星期五）下午 17:00 前，送至体育部办公室秘书陶老师。逾期原则上不再受理时间调整申请；测试期间突发疾病、意外伤害等特殊情况按学校规定处理。

六、工作要求

请各学院及时将本通知及附件 1（时间安排表）传达到相关学院、班级、辅导员和学生，提前核实人数，做好测试动员、到场组织及安全提醒。未经批准不得擅自更改班级测试时段。请相关师生积极配合，共同确保本学期体测工作顺利完成。

附件：1. 各班级具体时间安排表（周末测试）

2. 学生体质健康测试时间调整申请表

广东外语外贸大学南国商学院体育部

体质健康测试中心

2026 年 10 月 28 日