**滁州学院大学生体质健康测试工作方案**

为贯彻落实国务院办公厅《关于强化学校体育促进学生身心健康全面发展的意见》（国办发〔2016〕27号）有关精神，按照《教育部办公厅关于2015年开展国家学生体质健康标准测试和落实学生体育三个办法有关工作安排的通知》（教体艺厅函〔2015〕32号）相关要求，结合学校实际，制定学生体质健康测试工作方案如下：

**一、组织保证**

体育学院是学生体质测试工作的领导和管理机构,体育学院设立大学生体质测试工作指导小组,负责大学生体质测试工作的具体组织实施，各学院务必密切配合，做好体质测试的组织与宣传工作，有本学院学生参加测试时，各学院需安排一名辅导员（班导师）进行值班，现场进行测试监督，以确保每位学生都能够安全和谐参加测试。

**二、医护保障**

为提高《体质测试》安全性，测试点设立医务监督，由校医务室选派1名医护人员负责现场应急事情的急救处理。尤其中长跑测试期间必须提供必要的医务监督。

**三、测试项目及地点**

（一）测试项目：身高、体重、肺活量、50米、坐位体前屈、立定跳远、一分钟仰卧起坐（女）、引体向上(男)、800米跑（女）、1000米跑（男），学生需完成全部测试项目才能取得成绩。

（二）测试地点：滁州学院运动场（室外）、体育馆测试中心（一楼）。

**四、测试对象**

全日制在校大学生（除专科），2019级新生将在下学期另行安排。

每周星期六、星期天（详情见附件3、附件4）

**五、体质测试要求**

（一）请各院部体测负责人通知并组织学生认真练习测试项目,提前做好准备活动,测试时需着运动服、运动鞋。

（二）《标准》规定,学生因病或残疾可向学校提交暂缓或免予执行《标准》的申请,经医疗单位证明,体育教学部门核准,可暂缓或免予执行《标准》,并填写《免予执行<国家学生体质健康标准>申请表》。因身体原因申请免测的同学,必须具有二级甲等以上医院开出的疾病诊断证明。

（三）如有特殊情况不能参加测试,可与负责老师沟通协调在其他时段安排测试。

（四）参加测试班级提前10分钟到测试地点集合,并事先做好准备活动。学生测试完成后观察5—10分钟可离场,离场后学院体测负责人要跟踪调查。

（五）如遇天气或其它特殊情况,时间另行通知。

**六、安全注意事项**

（一）《体质测试》应确保在安全的基础上完成,为提高测试的安全性,请各院部认真组织学生进行测试前的训练工作,特别是中长跑项目,要求学生每周参加两至三次中长跑练习,学生参加体质测试前练习次数必须达到多次,方可参加正式测试。

（二）由于测试具有一定的运动负荷强度,身体可能会产生不良反应,因此,要求学生测试前注意休息,严禁在熬夜、感冒、发烧、空腹等身体不适的情况下参加有相当强度的体育锻炼和测试,必要时听从医生的指导和建议。

（三）确认个人身体状况适宜参加运动时方可参加测试,如有隐瞒不适宜参加测试的情况者自行承担相应责任,有以下疾病的同学需申请免测：1.呼吸系统疾病：气管炎、哮喘、肺病等；2.心脑血管疾病：心率不齐、心脏病、高血压等；3.循环系统疾病：糖尿病、肠胃炎等；4.运动系统疾病：关节或肌肉有炎症或者出现损伤。

（四）为提高《体质测试》安全性,测试点设立医务监督,由校医院选派医护人员负责现场应急事件的急救处理。特别是中长跑测试期间提供必要的医务监督。

**七、其它说明**

教育部高度重视测试工作,每年会委派第三方到各校检查测试工作,请各年级同学务必按时间安排准时参加体质测试,无故不参加测试者不再安排补测，后果自负。大学生体质测试评分标准（见附件5），测试中出现违规、违纪行为按学校有关规定严肃处理。

大学生体质测试中心主任联系方式：丁敬龙(电话13955008097)

注：附件均从体育学院网站体质测试专栏下载打印。

大学生体质测试中心

2019年3月21日