



关于落实 《国家学生体质健康标准》的实施细则

沪交教〔2019〕48号

为全面贯彻落实习近平总书记系列重要讲话精神，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），以及《教育部关于印发〈学生体质健康监测评价办法〉等三个文件的通知》（教体艺〔2014〕3号）的要求，坚持“健康第一”的指导思想，切实加强学校体育工作，促进学生积极参加体育锻炼，养成良好的锻炼习惯，提高体质健康水平，结合学校实际情况，制定本细则。

一、测试指标与评价

1. 测试指标包括身体形态、身体机能和身体素质等三方面。本标准的学年总分由标准分与附加分之和构成，满分120分。标准分由各单项得分与权重乘积之和组成，满分100分。附加分根据实测成绩确定，即对成绩超过100分的加分指标进行加分，满分20分，加分指标为男生引体向上和1000米跑，女生1分钟仰卧起坐和800米跑，各指标加分幅度均为10分。

测试指标		权重 (%)
身体形态	体重指数 (BMI)	15
身体机能	肺活量	15
身体素质	坐位体前屈	10
	50 米跑	20
	立定跳远	10
	引体向上 (男) / 1 分钟仰卧起坐 (女)	10
	1000 米跑 (男) / 800 米跑 (女)	20

注：体重指数 (BMI) = 体重 (kg) / 身高² (m²)。

2. 《标准》根据学生学年总分设定等级：90.0分及以上为优秀 (A)，80.0—89.9分为良好 (B)，60.0—79.9分为及格 (C)，59.9分及以下为不及格 (D)。

3. 一、二年级测试在修读大学体育公共必修课程的学期统一进行，共4次，占体育课成绩35%。

4. 三、四年级测试在每学年秋季学期统一进行，共2次，本科第七学期期末按两次测试的最佳成绩写入本科成绩大表，以“体质健康水平 (physical fitness level)”名称呈现，标注“A”“B”“C”“D”四个等级，不记学分。

5. 三、四年级无故缺测一次，最高记作“C”；缺测两次，记作“D”。

二、测试安排

1. 实行全体学生体质健康测试。学校每学年统一开展覆盖全校各年级全体学生的体质健康测试工作。

2. 一、二年级每学期各一次，分别为4月份和10月份举行，三、四年级每学年秋季学期9月份安排一次，每次测试均设置补测；三、四年级学生因出国、生病、实习等原因，经本人

申请，学院确认，可以参加4月份和10月份举行的测试。

3. 所有学生体质健康水平由体育系反馈各院系，并报送教育部。一、二年级的测试成绩作为期末成绩评定组成部分报送任课教师；第七学期结束前，由体育系核准三、四年级学生体质健康水平等级报送教务处，做好进入成绩大表工作。

三、其他说明

1. 各项测试作弊、代考的，按学校《学生考试纪律规定》相关条款执行。

2. 一、二年级学生因病或残疾可申请进入体育保健班学习，免于执行《标准》，教学管理按体育保健班规定执行。

3. 三、四年级学生因病或残疾可向学校提交免于测试申请，经医疗单位证明，校医院审核，体育系核准，可免于执行《标准》，并填写《免于执行〈国家学生体质健康标准〉申请表》，存入学生档案。确实丧失运动能力、被免于执行《标准》的残疾学生，毕业时《标准》成绩需注明免测。

四、附则

1. 医学院学生离开闵行校区后，按医学院相关规定执行。

2. 本细则由体育系负责解释，自2019年9月1日起执行。