

2025 年度体质测试排名及其他体育相关内容公示

一、2025 年度体质测试排名链接:

https://tzjk.jse.edu.cn/fms/public/stud_health_stats5.jsp?unitId=002000012000000&version=2025&s=eb50b59449604f18d783a1ad6867f2cd

二、2025 年度三好学生体测成绩公示:

2025-2026 第一学期三好学生体质测试成绩公示									
序号	姓名	性别	年级	身高	体重	肺活量	50 米	坐位体前屈	总分
1	孙浩轩	男	2023	183 厘米	80 千克	4646 毫升	8.2 秒	13 厘米	61.1
2	郭晴	女	2023	165 厘米	58 千克	3424 毫升	9.5 秒	10.8 厘米	76.4
3	荣昱杰	男	2023	180 厘米	73 千克	4174 毫升	7.9 秒	10.0 厘米	62.3
4	何睦睦	女	2023	165 厘米	54 千克	3180 毫升	9.7 秒	18.8 厘米	76.8
5	柳苏桐	女	2023	168 厘米	50 千克	3880 毫升	8.7 秒	11.2 厘米	85
6	顾凯博	男	2023	180 厘米	72 千克	4581 毫升	7.1 秒	3.7 厘米	77.8
7	连承誉	男	2023	174 厘米	68 千克	5139 毫升	6.9 秒	13.6 厘米	83.4
8	张善玮	男	2023	165 厘米	51 千克	3688 毫升	7.7 秒	7.1 厘米	67.5
9	陈宝寒	男	2023	165 厘米	51 千克	3688 毫升	7.7 秒	7.1 厘米	67.5
10	张乐尧	男	2023	185 厘米	62 千克	3831 毫升	6.8 秒	4.8 厘米	88.5
11	崔智涵	女	2023	175 厘米	65 千克	2890 毫升	9.6 秒	13.2 厘米	73.7
12	高朗	男	2023	187 厘米	70 千克	5282 毫升	7 秒	17 厘米	79
13	张航瑞	男	2023	197 厘米	95 千克	5729 毫升	7.7 秒	4.3 厘米	68.2
14	段珺凯	男	2023	181 厘米	60 千克	4979 毫升	7.1 秒	13.7 厘米	87.7
15	崔家睿	男	2023	182 厘米	60 千克	4487 毫升	6.8 秒	5.5 厘米	84
16	李玥莹	女	2023	175 厘米	55 千克	3546 毫升	8.6 秒	27 厘米	91.6
17	杨朔恒	男	2023	176 厘米	90 千克	5220 毫升	7.6 秒	10 厘米	66.6
18	王瑀晨	男	2023	178 厘米	74 千克	4908 毫升	6.7 秒	8 厘米	83.7

19	张乐	女	2023	160 厘米	52 千克	3566 毫升	9.9 秒	14 厘米	73.7
20	宋雨霏	女	2023	167 厘米	52 千克	2966 毫升	9.1 秒	20 厘米	77.7
21	苏上杰	男	2023	180 厘米	60 千克	4476 毫升	8 秒	4 厘米	68
22	王橄榄	女	2023	165 厘米	56 千克	3424 毫升	10 秒	14.5 厘米	77.8
23	李玥潼	女	2023	172 厘米	58 千克	3230 毫升	9.5 秒	21.5 厘米	73.7
24	李羽璇	女	2023	167 厘米	49 千克	2525 毫升	9.5 秒	11 厘米	73.7
25	王艺潼	女	2023	173 厘米	70 千克	3596 毫升	9.3 秒	20.7 厘米	82.2
26	吴思瑶	女	2023	171 厘米	55 千克	3196 毫升	8.3 秒	23 厘米	84.8
27	李元一	男	2023	185 厘米	85 千克	5992 毫升	6.9 秒	18.5 厘米	78.6
28	邢椿璐	女	2023	165 厘米	55 千克	2396 毫升	9.1 秒	14.3 厘米	76.5
29	鲁思齐	女	2023	161 厘米	53 千克	3197 毫升	9.5 秒	23 厘米	80.4
30	赵一惠	女	2023	165 厘米	70 千克	3510 毫升	8.5 秒	18 厘米	78.8
31	姚柏宇	男	2023	184 厘米	65 千克	4486 毫升	6.4 秒	12.4 厘米	86
32	孙可心	女	2023	167 厘米	50 千克	2750 毫升	9.5 秒	26.5 厘米	76
33	董泊言	男	2023	181 厘米	85 千克	5060 毫升	7.1 秒	11 厘米	76.8
34	石宸宇	男	2023	179 厘米	79 千克	5238 毫升	7.6 秒	10 厘米	70
35	孙嘉阳	男	2023	177 厘米	64 千克	5017 毫升	6.8 秒	16.5 厘米	94.8
36	吴佳赓	男	2023	183 厘米	68 千克	4465 毫升	7.2 秒	11.5 厘米	74.8
37	王士嘉	男	2023	180 厘米	75 千克	4970 毫升	8.5 秒	13 厘米	68.6
38	宋锦昂	男	2023	175 厘米	65 千克	4691 毫升	6.7 秒	20.8 厘米	92.9
39	李文睿	男	2023	179 厘米	76 千克	4947 毫升	8.4 秒	16 厘米	69.8
40	孟宸宇	男	2023	173 厘米	67 千克	3740 毫升	7.8 秒	10.2 厘米	68
41	贾一鸣	男	2023	181 厘米	77 千克	5396 毫升	7.5 秒	13.8 厘米	73

							秒		
42	许云童	女	2023	155 厘米	53 千克	2889 毫升	8.4 秒	17.3 厘米	82.9
43	周弋森	男	2023	170 厘米	54 千克	4001 毫升	6.6 秒	17.5 厘米	79.4
44	孙戴茜	女	2023	173 厘米	50 千克	3747 毫升	9 秒	14.2 厘米	75.2

2025-2026 第一学期三好学生体质测试成绩公示

序号	姓名	性别	年级	身高	体重	肺活量	50 米	坐位体前屈	总分
1	陈梓瑞	女	2023	164 厘米	54 千克	2914 毫升	8.4 秒	27.5 厘米	83.7
2	任子贤	女	2023	167 厘米	65 千克	3310 毫升	10.3 秒	18.6 厘米	77
3	张傲然	男	2023	188 厘米	87 千克	5470 毫升	7.4 秒	26 厘米	74.2
4	柳苏桐	女	2023	168 厘米	50 千克	3880 毫升	8.7 秒	11.2 厘米	85.7
5	刘宇轩	男	2023	182 厘米	75 千克	4527 毫升	7.5 秒	9 厘米	71.5
6	李宇翔	男	2023	178 厘米	75 千克	4469 毫升	7.3 秒	23.6 厘米	72.4
7	贾宇哲	男	2023	178 厘米	70 千克	5257 毫升	7.1 秒	24.5 厘米	86.5
8	何睦睦	女	2023	165 厘米	54 千克	3180 毫升	9.7 秒	18.8 厘米	76.8
9	高鹏飞	男	2023	180 厘米	75 千克	5021 毫升	7.5 秒	15 厘米	73
10	庄子逸	女	2023	154 厘米	43 千克	3140 毫升	8.7 秒	17.6 厘米	85.8
11	陈冠诚	男	2023	187 厘米	84 千克	4898 毫升	7.3 秒	7.8 厘米	70
12	周可馨	女	2023	175 厘米	63 千克	3639 毫升	9.5 秒	17.3 厘米	81.4
13	张译宸	男	2023	180 厘米	65 千克	4288 毫升	7.2 秒	18.6 厘米	71
14	王子翔	男	2023	170 厘米	60 千克	4784 毫升	6.7 秒	13 厘米	95.5
15	许汉宝	男	2023	180 厘米	60 千克	4868 毫升	6.9 秒	14 厘米	77.3
16	杨竞尧	男	2023	180 厘米	85 千克	6938 毫升	9.0 秒	9.4 厘米	62.2
17	李晨曦	女	2023	156 厘米	55 千克	3058 毫升	10.4 秒	21.2 厘米	70.3
18	王启迪	男	2023	178 厘米	80 千克	5290 毫升	7.3 秒	10.2 厘米	72.6
19	卢嘉祥	男	2023	176 厘米	70 千克	3769 毫升	7.8 秒	15 厘米	78.2
20	李航宇	男	2023	174 厘米	55 千克	4434 毫升	6.9 秒	6 厘米	82.8
21	宋厚坤	男	2023	174 厘米	70 千克	3807 毫升	8.3 秒	6 厘米	66.8
22	邵梓豪	男	2023	191 厘米	81 千克	5006 毫升	7.5 秒	3.2 厘米	72
23	王子焯	男	2023	175 厘米	62 千克	4875 毫升	6.8 秒	8 厘米	84.3
24	李恒旭	男	2023	181 厘米	70 千克	4368 毫升	7.3 秒	13.8 厘米	68.4
25	武昊腾	男	2023	175 厘米	56 千克	3000 毫升	6.6 秒	8.6 厘米	75.2
26	刘佳音	女	2023	170 厘米	57 千克	2708 毫升	10.1 秒	3 厘米	62.1
27	吴俊衡	男	2023	185 厘米	63 千克	4505 毫升	7.5 秒	6 厘米	72
28	刘子源	男	2023	178 厘米	70 千克	4803 毫升	6.8 秒	17 厘米	94.3
29	陈宝寒	女	2023	164 厘米	53 千克	3010 毫升	9.9 秒	19 厘米	72.6
30	张乐尧	男	2023	185 厘米	62 千克	3831 毫升	6.8 秒	4.8 厘米	88.5
31	沙钊同	男	2023	185 厘米	63 千克	4215 毫升	7.6 秒	3.2 厘米	71.2

32	杨绍康	男	2023	174 厘米	67 千克	4432 毫升	7.6 秒	17.5 厘米	72
33	赵祈同	男	2023	188 厘米	104 千克	5139 毫升	7.9 秒	12.5 厘米	61.8
34	甄子涵	男	2023	184 厘米	76 千克	4238 毫升	8.1 秒	4.8 厘米	64.4
35	刘熙元	男	2023	178 厘米	71 千克	4512 毫升	7.5 秒	17.2 厘米	71
36	邵薪卉	女	2023	168 厘米	50 千克	2361 毫升	9.5 秒	16.6 厘米	72.4
37	谢林甫	男	2023	183 厘米	66 千克	4995 毫升	7 秒	13.3 厘米	84
38	徐天正	男	2023	178 厘米	60 千克	4447 毫升	7.4 秒	7.5 厘米	70
39	李苏西	男	2023	182 厘米	75 千克	4277 毫升	6.8 秒	6.5 厘米	77.7
40	李培正	男	2023	177 厘米	65 千克	4820 毫升	6.8 秒	13 厘米	81.8
41	王冠麟	男	2023	177 厘米	75 千克	4730 毫升	6.7 秒	10.6 厘米	74.1
42	杜泊苇	男	2023	180 厘米	65 千克	3955 毫升	7.3 秒	12 厘米	68.1
43	舒杭	男	2023	189 厘米	85 千克	5575 毫升	8 秒	3.2 厘米	70.4
44	郭柯睿	男	2023	173 厘米	66 千克	4476 毫升	7.3 秒	3.2 厘米	69.5
45	段琚凯	男	2023	181 厘米	60 千克	4979 毫升	7.1 秒	13.7 厘米	87.7
46	丁仲远	男	2023	178 厘米	78 千克	4376 毫升	6.9 秒	8 厘米	70.6
47	郭恩城	男	2023	177 厘米	65 千克	4062 毫升	7.1 秒	11.5 厘米	71
48	王怡凯	男	2023	178 厘米	80 千克	5253 毫升	8.4 秒	24 厘米	65.1
49	丁卓凡	男	2023	175 厘米	65 千克	3500 毫升	7.2 秒	18 厘米	76
50	韩晓萱	女	2023	163 厘米	50 千克	3289 毫升	9.2 秒	14 厘米	78.9
51	刘子铭	男	2023	178 厘米	78 千克	5960 毫升	7 秒	28.2 厘米	89.2
52	徐海成	男	2023	180 厘米	80 千克	4753 毫升	7.7 秒	12.3 厘米	67.9
53	姚欣彤	女	2023	165 厘米	58 千克	3285 毫升	9.4 秒	25.4 厘米	81.3
54	张嘉轩	女	2023	171 厘米	51 千克	2973 毫升	8.6 秒	16 厘米	80.4
55	杨佳霓	女	2023	170 厘米	70 千克	3290 毫升	9.4 秒	11.0 厘米	72.3
56	崔家睿	男	2023	182 厘米	60 千克	4487 毫升	6.8 秒	5.5 厘米	84
57	朱雨桐	女	2023	168 厘米	53 千克	3399 毫升	8.6 秒	17.5 厘米	83
58	孙鹏飞	男	2023	187 厘米	70 千克	4700 毫升	7.2 秒	4.8 厘米	74.1
59	张暄	女	2023	164 厘米	50 千克	3450 毫升	8.9 秒	16 厘米	84.8
60	路博涵	女	2023	170 厘米	63 千克	3006 毫升	9.1 秒	17.3 厘米	78.6
61	王昱栋	男	2023	178 厘米	57 千克	3801 毫升	7.1 秒	9 厘米	76.6
62	谢尚宸	男	2023	180 厘米	68 千克	4531 毫升	7.2 秒	7 厘米	84.2
63	顾恒瑞	男	2023	177 厘米	67 千克	4038 毫升	7.2 秒	7.5 厘米	75.2
64	韦尚卿	女	2023	172 厘米	59 千克	3512 毫升	8.3 秒	31.4 厘米	89.6
65	陈启方	男	2023	174 厘米	60 千克	4551 毫升	6.6 秒	21.3 厘米	99.3
66	谢圣卿	男	2023	175 厘米	75 千克	4585 毫升	7.3 秒	7.2 厘米	70
67	王思语	女	2023	171 厘米	80 千克	3681 毫升	8.6 秒	21.7 厘米	78.7
68	张楚悦	女	2023	162 厘米	51 千克	3180 毫升	8.7 秒	6.7 厘米	78.2
69	周弋森	男	2023	170 厘米	54 千克	4001 毫升	6.6 秒	17.5 厘米	79.4
70	周怡然	女	2024	168 厘米	56 千克	4041 毫升	8.9 秒	22.5 厘米	83.8
71	康源熙	男	2024	171 厘米	75 千克	4630 毫升	7.8 秒	8 厘米	67.3
72	孟田宇	男	2024	190 厘米	95 千克	7000 毫升	7.1 秒	12 厘米	80
73	权子晨	男	2024	172 厘米	72 千克	4389 毫升	7.7 秒	14 厘米	67
74	宋子右	男	2024	175 厘米	55 千克	3285 毫升	7.4 秒	4.3 厘米	73

75	胡胤钦	男	2024	177 厘米	56 千克	3733 毫升	7.4 秒	12 厘米	70.7
76	孔梓玥	女	2024	171 厘米	52 千克	3820 毫升	8.6 秒	15 厘米	87.6
77	王子元	女	2024	171 厘米	60 千克	2988 毫升	8.4 秒	14.3 厘米	79.6
78	周心怡	女	2024	157 厘米	45 千克	2014 毫升	10.1 秒	8.5 厘米	71.3
79	谢雨岑	女	2024	165 厘米	57 千克	3740 毫升	9.2 秒	21 厘米	82.7
80	圣在棋	男	2024	180 厘米	78 千克	4565 毫升	7.2 秒	21.5 厘米	85
81	李昱辰	女	2024	170 厘米	45 千克	3066 毫升	8.6 秒	13.5 厘米	76
82	毛亦涵	女	2024	166 厘米	54 千克	3814 毫升	9.1 秒	11 厘米	81.4
83	许锦鸿	男	2024	180 厘米	50 千克	4543 毫升	7.3 秒	4 厘米	78.9
84	吴俊潭	男	2024	175 厘米	62 千克	4943 毫升	7.5 秒	-12 厘米	67
85	李伯文	男	2024	183 厘米	62 千克	4423 毫升	8.9 秒	10 厘米	66.3
86	马欣雅	女	2024	169 厘米	62 千克	3784 毫升	9.2 秒	24.5 厘米	84.7
87	郑思琦	女	2024	172 厘米	74 千克	3184 毫升	8.3 秒	25 厘米	80.6
88	裴新嵩	男	2024	177 厘米	58 千克	4200 毫升	8.1 秒	10.5 厘米	68.4
89	郝欣语	女	2024	180 厘米	75 千克	4395 毫升	8.4 秒	17 厘米	84.9
90	韩子奥	男	2024	175 厘米	58 千克	4486 毫升	6.6 秒	4.5 厘米	90.5
91	侯宇飞	男	2024	172 厘米	85 千克	5000 毫升	7.6 秒	19.4 厘米	71.7
92	周佳睿	男	2024	175 厘米	90 千克	4800 毫升	7.1 秒	12.4 厘米	69.8
93	岳芮羽	女	2024	159 厘米	45 千克	2663 毫升	8.7 秒	18.5 厘米	81
94	刘雨嘉	女	2024	164 厘米	58 千克	3333 毫升	9.3 秒	19 厘米	80.6
95	桂子舒	女	2024	168 厘米	72 千克	3368 毫升	8.7 秒	29 厘米	82.4
96	张晓燊	女	2024	167 厘米	55 千克	2979 毫升	8.7 秒	33 厘米	85.6
97	文修言	男	2024	171 厘米	60 千克	3321 毫升	6.7 秒	1.6 厘米	86.2
98	屈凌菲	女	2024	170 厘米	60 千克	3381 毫升	9.6 秒	12.2 厘米	80.2
99	张洪博	男	2024	181 厘米	89 千克	5261 毫升	7.7 秒	10.5 厘米	65.8
100	邓景誉	男	2024	175 厘米	75 千克	5043 毫升	7.9 秒	10.6 厘米	68.4
101	平智敏	女	2024	169 厘米	52 千克	3410 毫升	8.7 秒	7.8 厘米	80.8
102	陈奕彤	女	2024	174 厘米	80 千克	3792 毫升	9.7 秒	15.5 厘米	67
103	力彦哲	男	2024	180 厘米	65 千克	4129 毫升	6.8 秒	10 厘米	88
104	刘芊艺	女	2024	165 厘米	53 千克	2806 毫升	10.2 秒	7.8 厘米	66.1
105	蔡誉源	男	2024	183 厘米	82 千克	5491 毫升	7.3 秒	13 厘米	75.8
106	刘子衿	女	2024	170 厘米	60 千克	3867 毫升	10.2 秒	19 厘米	79.8
107	贾尊翔	男	2024	184 厘米	93 千克	5783 毫升	8.1 秒	9 厘米	65.6
108	刘昊翔	男	2024	181 厘米	66 千克	4750 毫升	7.2 秒	22.5 厘米	81.5
109	陈祺钧	男	2024	182 厘米	87 千克	4800 毫升	7.6 秒	4.5 厘米	67.2
110	李姿娴	女	2024	167 厘米	54 千克	2925 毫升	8.3 秒	13 厘米	81.2
111	王成诺	男	2024	175 厘米	63 千克	4204 毫升	7.5 秒	14 厘米	81.8
112	熊壮	男	2024	182 厘米	65 千克	4919 毫升	7.6 秒	22 厘米	83
113	易双琦	男	2024	173 厘米	53 千克	3378 毫升	7.7 秒	15 厘米	71.6
114	赵英杰	女	2024	170 厘米	55 千克	3975 毫升	10.1	19 厘米	79.6

							秒		
115	季诗涵	女	2024	171 厘米	50 千克	3378 毫升	8.7 秒	9 厘米	81.6
116	李梓萌	女	2024	172 厘米	62 千克	3069 毫升	8.9 秒	8.5 厘米	77.8
117	独子润	男	2024	159 厘米	60 千克	4222 毫升	7.4 秒	7 厘米	72.8
118	花瑞	男	2024	178 厘米	75 千克	4405 毫升	8.1 秒	11.5 厘米	69.2
119	厉玉丰	男	2024	175 厘米	68 千克	4683 毫升	7.5 秒	7 厘米	73
120	宋天语	男	2024	179 厘米	68 千克	5139 毫升	6.7 秒	17 厘米	87
121	吴伟豪	男	2024	183 厘米	57 千克	4800 毫升	7.5 秒	4 厘米	76.2
122	张腾珑	男	2024	185 厘米	60 千克	4527 毫升	7.1 秒	5.5 厘米	78.2
123	卜墨凡	男	2024	180 厘米	65 千克	5553 毫升	7.1 秒	2.5 厘米	77.2
124	李梓铭	男	2024	178 厘米	95 千克	6189 毫升	8.4 秒	9 厘米	61
125	徐若水	女	2024	156 厘米	43 千克	4000 毫升	9.1 秒	18.5 厘米	91.8
126	何俊龙	男	2024	168 厘米	61 千克	4715 毫升	7.2 秒	12 厘米	84.5
127	崔子妍	女	2024	165 厘米	56 千克	3481 毫升	8.9 秒	16 厘米	85.8
128	蔡玥瑶	女	2024	168 厘米	62 千克	3531 毫升	9.9 秒	17.5 厘米	75.8
129	仝誉婷	女	2024	173 厘米	55 千克	3924 毫升	8.3 秒	20.5 厘米	86.3
130	陈诗予	女	2024	171 厘米	70 千克	4037 毫升	9.8 秒	24 厘米	73.1
131	洪梓珊	女	2024	168 厘米	65 千克	3258 毫升	10.2 秒	9 厘米	77
132	张译今	女	2024	169 厘米	49 千克	3374 毫升	9.2 秒	18.5 厘米	81.2
133	李佳芮	女	2024	168 厘米	54 千克	3735 毫升	9.8 秒	11 厘米	78.4
134	薛淇文	女	2024	160 厘米	60 千克	3142 毫升	9.8 秒	22 厘米	67
135	雷薪语	女	2024	165 厘米	52 千克	3284 毫升	10.5 秒	26 厘米	79.4
136	黄奕山	女	2024	167 厘米	55 千克	2885 毫升	10.5 秒	16.5 厘米	70.8
137	龚一诺	女	2024	173 厘米	57 千克	3152 毫升	9.4 秒	7.5 厘米	75.7
138	刘姝慧	女	2025	170 厘米	58 千克	3500 毫升	9.5 秒	18 厘米	78.2
139	胡琪涵	女	2025	162 厘米	50 千克	2300 毫升	8 秒	16 厘米	85
140	黄子涵	女	2025	158 厘米	49 千克	2500 毫升	9.6 秒	16.5 厘米	77.9
141	王慕涵	女	2025	169 厘米	52 千克	2640 毫升	9.2 秒	-3 厘米	69.5
142	杜雨泽	男	2025	181 厘米	60 千克	4773 毫升	7.4 秒	11.5 厘米	81.6
143	赵雨诺	女	2025	169 厘米	70 千克	2400 毫升	9.6 秒	1 厘米	66.4
144	潘姿衡	女	2025	167 厘米	68 千克	3260 毫升	9.5 秒	16 厘米	81.4
145	许梓萱	女	2025	169 厘米	51 千克	3800 毫升	8.9 秒	26 厘米	87.1
146	段丫晴	女	2025	162 厘米	56 千克	3200 毫升	8.7 秒	17 厘米	83
147	卢宇涵	女	2025	164 厘米	48 千克	3100 毫升	9 秒	25 厘米	87.9
148	李沐泽	男	2025	183 厘米	78 千克	3900 毫升	8.6 秒	27 厘米	65.8
149	李金航	男	2025	165 厘米	55 千克	3800 毫升	7.2 秒	22 厘米	84.1
150	舒康娉	女	2025	162 厘米	85 千克	2750 毫升	10.3 秒	24.5 厘米	70.8
151	薛雅煊	女	2025	165 厘米	54 千克	3000 毫升	9.2 秒	15 厘米	79.4
152	刘宸希	女	2025	170 厘米	62 千克	3620 毫升	9.6 秒	10 厘米	76

153	吴冷语	女	2025	165 厘米	59 千克	2670 毫升	9.9 秒	14 厘米	63.3
154	丁默言	女	2025	167 厘米	52 千克	3484 毫升	8.7 秒	19 厘米	85.1
155	张杜维	男	2025	179 厘米	58 千克	3900 毫升	6.4 秒	10 厘米	86.2
156	邵明轩	男	2025	170 厘米	53 千克	4390 毫升	7.8 秒	8 厘米	75.7
157	李学彦	女	2025	167 厘米	60 千克	3010 毫升	8.9 秒	11 厘米	78.8
158	王欣悦	女	2025	160 厘米	47 千克	2230 毫升	9 秒	16 厘米	76.8
159	李佳宸	男	2025	180 厘米	65 千克	3441 毫升	8.6 秒	4 厘米	67.9
160	杨柳青青	男	2025	183 厘米	75 千克	4253 毫升	7.8 秒	17.5 厘米	73.7
161	全玉执	男	2025	186 厘米	98 千克	4397 毫升	7.4 秒	2.5 厘米	67.9
162	田安柏	女	2025	166 厘米	53 千克	2380 毫升	10.4 秒	10 厘米	77.2

三、2025 年度体育与健康课各任课教师课表:

2025.02

270.2024—2025 学年度第二学期 王灿老师课表						272.2024—2025 学年度第二学期 李晓彦老师课表					
	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
1						1					
2						2					
3				高二(4)体育		3			高二(15)体育	高二(15)体育	
4				高二(2)体育		4			高二(16)体育	高二(12)体育	
5		高二(3)体育	高二(2)体育	高二(3)体育		5			高二(12)体育	高二(13)体育	
6		高二(6)体育		高二(1)体育		6			高二(14)体育	高二(16)体育	
7		高二(5)体育	高二(1)体育	高二(6)体育		7			高二(11)体育	高二(11)体育	
8		高二(4)体育		高二(5)体育		8			高二(13)体育	高二(14)体育	
=====共12节=====						=====共12节=====					
课表执行时间: 2025.2						课表执行时间: 2025.2					

271.2024—2025 学年度第二学期 李祥祥老师课表						266.2024—2025 学年度第二学期 樊继鑫老师课表					
	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
1						1					
2						2					
3						3	高一(4)体育	高一(1)体育		高一(3)体育	
4						4		高一(6)体育		高一(1)体育	
5						5	高一(2)体育	高二(8)体育		高二(8)体育	高一(2)体育
6		高二(9)体育	高二(9)体育			6	高一(3)体育				高一(5)体育
7		高二(10)体育				7	高一(5)体育				高一(4)体育
8			高二(10)体育			8		高二(7)体育		高二(7)体育	高一(6)体育
=====共4节=====						=====共16节=====					
课表执行时间: 2025.2						课表执行时间: 2025.2					

268.2024—2025 学年度第二学期 薛辉老师课表						267.2024—2025 学年度第二学期 张士强老师课表					
	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
1						1					
2						2					
3						3	高一(7)体育		高一(9)体育	高一(7)体育	高一(11)体育
4	高一(18)体育		高一(15)体育			4					高一(8)体育
5	高一(15)体育		高一(18)体育		高一(16)体育	5	高一(10)体育	高一(11)体育			高一(10)体育
6		高一(13)体育	高一(17)体育		高一(14)体育	6	高一(9)体育	高一(12)体育			高一(12)体育
7		高一(14)体育			高一(13)体育	7	高一(8)体育				
8		高一(16)体育			高一(17)体育	8					
=====共12节=====						=====共12节=====					
课表执行时间: 2025.2						课表执行时间: 2025.2					

262.2024—2025 学年度第二学期 蒋磊老师课表						263.2024—2025 学年度第二学期 刘波老师课表					
	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五		星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
1						1					
2						2					
3						3	高三(12)体育		高三(9)体育		
4						4	高三(11)体育		高三(11)体育	高三(7)体育	
5		高三(5)体育				5		高三(8)体育	高三(12)体育		
6		高三(6)体育	高三(5)体育	高三(1)体育	高三(2)体育	6		高三(10)体育	高三(10)体育		
7	高三(4)体育			高三(3)体育	高三(3)体育	7		高三(7)体育			
8		高三(4)体育	高三(6)体育	高三(2)体育	高三(1)体育	8		高三(9)体育		高三(8)体育	
=====共12节=====						=====共12节=====					
课表执行时间: 2025.2						课表执行时间: 2025.2					

264.2024—2025学年度第二学期 叶恒老师课表					
	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
1					
2					
3			高三(16)体育		
4	高三(13)体育		高三(19)体育		
5	高三(14)体育	高三(15)体育	高三(20)体育		
6	高三(16)体育	高三(20)体育			
7	高三(15)体育	高三(13)体育	高三(14)体育		
8		高三(19)体育			
=====共12节=====					
课表执行时间：2025.2					

2025.09

288.2025—2026学年度第一学期 叶恒老师课表					
	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
1					
2					
3					
4					
5		高一(15)体育	高一(17)体育		高一(14)体育
6		高一(13)体育	高一(13)体育		高一(16)体育
7		高一(14)体育	高一(18)体育		高一(17)体育
8		高一(16)体育			高一(18)体育
=====共12节=====					
课表执行时间：2025.9					

287.2025—2026学年度第一学期 刘波老师课表					
	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
1					
2					
3					
4				高一(9)体育	
5		高一(9)体育	高一(11)体育		高一(8)体育
6		高一(7)体育	高一(7)体育		高一(10)体育
7		高一(8)体育	高一(12)体育		高一(11)体育
8		高一(10)体育			高一(12)体育
=====共12节=====					
课表执行时间：2025.9					

286.2025—2026学年度第一学期 蒋磊老师课表					
	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
1					
2					
3					
4			高一(3)体育		
5		高一(3)体育	高一(5)体育		高一(2)体育
6		高一(1)体育	高一(1)体育		高一(4)体育
7		高一(2)体育	高一(6)体育		高一(5)体育
8		高一(4)体育			高一(6)体育
=====共12节=====					
课表执行时间：2025.9					

291.2025—2026学年度第一学期 樊继鑫老师课表					
	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
1					
2					
3					
4		高二(1)体育	高三(7)体育	高三(7)体育	高二(5)体育
5		高二(2)体育	高三(8)体育	高三(8)体育	高二(3)体育
6			高二(5)体育		
7		高二(3)体育			高二(1)体育
8		高二(4)体育	高二(6)体育	高二(4)体育	高二(2)体育
=====共16节=====					
课表执行时间：2025.9					

292.2025—2026学年度第一学期 张士强老师课表					
	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
1					
2					
3	高二(12)体育				
4					
5	高二(9)体育	高二(7)体育			高二(11)体育
6	高二(10)体育	高二(8)体育			高二(7)体育
7	高二(11)体育	高二(9)体育			高二(12)体育
8		高二(10)体育			高二(8)体育
=====共12节=====					
课表执行时间：2025.9					

293.2025—2026学年度第一学期 薛辉老师课表					
	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
1					
2					
3	高二(18)体育		高二(13)体育		
4			高二(14)体育		
5	高二(14)体育				高二(17)体育
6	高二(16)体育				高二(13)体育
7	高二(17)体育	高二(15)体育			高二(18)体育
8		高二(16)体育			高二(15)体育
=====共12节=====					
课表执行时间：2025.9					

327.2025—2026学年度第一学期 王鑫老师课表					
	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
1					
2			高三(1)体育	高三(1)体育	
3			高三(2)体育	高三(2)体育	
4			高三(3)体育	高三(3)体育	
5			高三(4)体育	高三(4)体育	
6			高三(5)体育	高三(5)体育	
7			高三(6)体育	高三(6)体育	
8			高三(28)体育	高三(28)体育	
=====共14节=====					
课表执行时间：2025.9					

325.2025—2026学年度第一学期 李祥祥老师课表					
	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
1					
2					
3					
4					
5					
6			高三(9)体育	高三(9)体育	
7			高三(10)体育	高三(10)体育	
8					
=====共4节=====					
课表执行时间：2025.9					

326.2025—2026学年度第一学期 李晓彦老师课表

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
1					
2					
3			高三(14)体育	高三(11)体育	
4			高三(15)体育	高三(12)体育	
5			高三(13)体育	高三(13)体育	
6			高三(11)体育	高三(14)体育	
7			高三(12)体育	高三(15)体育	
8			高三(16)体育	高三(16)体育	
=====共12节=====					
课表执行时间：2025.9					

四、2025 年度阳光体育活动实施方案

春秋季（3—6月、9—10月）：

指导思想：为更好地贯彻党和国家教育方针，落实“阳光体育运动”，全面实施素质教育，培养德智体等全面发展的人才，坚持“健康第一”的指导思想，牢固树立终身体育的新课程理念。丰富学生的课余生活，为学生每天能有一小时的锻炼时间创造良好的条件，促进学生健康发展，最大程度地发挥学生、教师的主动性和创造性。变原有单一集体活动形式为年级、班级、项目、场地等多种活动形式并举。以大课间为辐射点，促进体育课堂教学的改革与创新，体现良好的校风、校纪和学生的精神面貌，带动校园文化的建设。使学生能在大自然中、在阳光下、在操场上体验活动的乐趣调动师生积极向上的热情，展现良好的精神面貌，推动学校教育的良性发展，为学校增添活力。

组织机构

（一）领导小组

组 长：秦晓华（书记）魏全星（校长）（全面督促大课间活动的落实情况）

副组长：冯仰聪（副校长、具体规划大课间活动及督导落实）

组 员：李剑亮（教学处处长、统筹协调）

冯 杨（高三年级处长、负责年级活动组织及指导）

倪科技（高二年级处长、负责年级活动组织及指导）

朱 彭（高一年级处长、负责年级活动组织及指导）

田 涛（总务处长、体育器材配备到位）

薛 辉（体育学科主任委员、规划大课间活动）

管理责任制

（一）领导责任制：

成立由书记、校长任组长、主管体育领导任副组长；干部到操场亲自参与活动，同时了解情况，发现问题及时解决，并提高全体师生对大课间活动的重视程度。

（二）体育老师负责制：

（1）负责安排、音乐选择和制作；（2）负责班级活动场所及进退场的安排；（3）组织大课间活动的全过程；（4）负责普及项目培训。

（三）班主任负责制：

要想提高大课间的质量，就必须充分发挥班主任的作用，因为班主任是凝聚力的核心，有相当强的感召力和约束力，而这些都是由班主任的特殊身份决定的。班主任的主要责任是组织本班学生按时、按要求出操，培养学生体育兴趣；正确引导并以身作则；指导学生活动，在大课间活动中负责本班一路纵队的组织。

（四）指导老师职责：

- （1）要加强安全教育，并使学生掌握必要的安全防范知识。
- （2）按《大课间活动方案》准备活动器材，做好安全检查工作。
- （3）检查学生衣着，了解学生的健康状况，合理安排运动量。
- （4）活动时，要做好组织及安全防护工作，防止伤害事故的发生。
- （5）如有意外伤害事故，要严格按照《伤害突发事件处理办法》进行处理。
- （6）及时做好活动记录，随时接受各级督查。
- （7）和学生一起参与活动，不能做与活动无关的事情。

大课间活动流程

1. 进场：（3.5分钟）上、下午第二节课下课，当响起《下课铃》时各班在教室走廊上站成两路纵队；当响起《运动员进行曲》时，各班出场。
- 2、整队：（1分钟）。
- 3、全校学生做《广播操》、特色《素质操》：（8分钟）。
- 4、广播操做完后，当音乐响起，各年级在指定场地分组活动（15分钟）。
- 5、《运动员进行曲》响起时，各班整队回教室。

活动原则及要求

1、全员参与、安全第一原则。师生全员参与，充分发挥师生的积极性和创造性，达到全体健身的目的。严密场地、器材管理，落实值周、班主任职责，强化活动过程管理，制定安全预案，全方位贯彻“安全第一”原则。在整个活动中，指导老师除教给学生科学的锻炼方法外，必须注重学生活动安全，特别是学生在使用体育器材时，必须在老师亲自指导下使用，杜绝一切哪怕是微小的伤害事故。

2、科学性与趣味性相结合的原则。根据学生实际情况安排运动量。从实际出发，以全面落实教学计划，又不增加学业负担为前提，合理地安排大课间课程计划和内容，将艺术、体育、特色创建融为一体，寓教于乐。

冬季（11—2月）：

指导思想：为更好地贯彻党和国家教育方针，落实“阳光体育运动”，全面实施素质教育，培养德智体等全面发展的人才，坚持“健康第一”的指导思想，牢固树立终身体育的新课程理念。丰富学生的课余生活，为学生每天能有一小时的锻炼时间创造良好的条件，促进学生健康发展，最大程度地发挥学生、教师的主动性和创造性。变原有单一集体活动形式为年级、班级、项目、场地等多种活动形式并举。以大课间为辐射点，促进体育课堂教学的改革与创新，体现良好的校风、校纪和学生的精神面貌，带动校园文化的建设。使学生能在大自然中、在阳光下、在操场上体验活动的乐趣调动师生积极向上的热情，展现良好的精神面貌，推动学校教育的良性发展，为学校增添活力。

管理责任制

（一）领导责任制：

成立由书记、校长任组长、主管体育领导任副组长；干部到操场亲自参与活动，同时了解情况，发现问题及时解决，并提高全体师生对大课间活动的重视程度。

（二）体育老师负责制：

（1）负责安排、音乐选择和制作；（2）负责班级活动场所及进退场的安排；（3）组织大课间活动的全过程；（4）负责普及项目培训。

（三）班主任负责制：

要想提高大课间的质量，就必须充分发挥班主任的作用，因为班主任是凝聚力的核心，有相当强的感召力和约束力，而这些都是由班主任的特殊身份决定的。班主任的主要责任是组织本班学生按时、按要求出操，培养学生体育兴趣；正确引导并以身作则；指导学生活动，在大课间活动中负责本班一路纵队的组织。

指导老师职责：

- （1）要加强安全教育，并使学生掌握必要的安全防范知识。
- （2）按《大课间活动方案》准备活动器材，做好安全检查工作。
- （3）检查学生衣着，了解学生的健康状况，合理安排运动量。
- （4）活动时，要做好组织及安全防护工作，防止伤害事故的发生。
- （5）如有意外伤害事故，要严格按照《伤害突发事件处理办法》进行处理。
- （6）及时做好活动记录，随时接受各级督查。
- （7）和学生一起参与活动，不能做与活动无关的事情。

大课间活动流程

1. 进场：（4分钟）上、下午第二节课下课，当响起《下课铃》时各班在教室走廊上站成两路纵队；当响起《运动员进行曲》时，各班出场。

- 2、整队：（1分钟）。
- 3、全校学生列队库伯跑（12分钟）。
- 4、库伯跑后，当音乐响起，各年级在指定场地分组活动（10分钟），以跳大绳、踢毽子、跳小绳为主。
- 5、《运动员进行曲》响起时，各班整队回教室。

活动原则及要求

1、全员参与、安全第一原则。师生全员参与，充分发挥师生的积极性和创造性，达到全体健身的目的。严密场地、器材管理，落实值周、班主任职责，强化活动过程管理，制定安全预案，全方位贯彻“安全第一”原则。在整个活动中，指导老师除教给学生科学的锻炼方法外，必须注重学生活动安全，特别是学生在使用体育器材时，必须在老师亲自指导下使用，杜绝一切哪怕是微小的伤害事故。

2、科学性与趣味性相结合的原则。根据学生实际情况安排运动量。从实际出发，以全面落实教学计划，又不增加学业负担为前提，合理地安排大课间课程计划和内容，将艺术、体育、特色创建融为一体，寓教于乐。

五、2025 年度体育社团活动方案

1. 活动背景与目标

背景： 响应“阳光体育”号召，丰富校园文化生活，满足学生个性化发展需求。

目标：

技能目标： 掌握[具体运动]的基本技术（如：发球、运球、基本步法）。

体质目标： 提高学生速度、耐力、协调性等身体素质。

育人目标： 培养团队合作精神、规则意识和坚韧不拔的体育品格。

2.活动地点与器材

地点： 校体育馆/室外篮球场/田径场）

器材： 学校提供： 场地、大球类、记分牌、医药箱。学生自备： 球拍、护具、饮用水（建议贴姓名标签）。

3. 经费预算

器材损耗如羽毛球/乒乓球/跳绳等易耗品（自己筹款/社费）

奖品、奖状、徽章、运动手环等（学校拨款/社费）

宣传、海报、横幅（学校拨款）

应急药品、创可贴、云南白药气雾剂（学校拨款）

4. 安全应急预案

（1）活动前： 指导老师检查场地器材安全；社员必须穿着运动服、运动鞋；患有心脏病、哮喘等不适宜剧烈运动的学生需提前报备。

（2）活动中： 充分热身（至少 10 分钟）；安排安全员负责维持秩序，防止器械伤人。

（3）突发处理：

轻微擦伤/扭伤： 立即停止活动，使用医药箱进行消毒、冷敷。

严重受伤： 立即联系校医或拨打 120，同时通知班主任及家长，保护现场。

极端天气： 室外社团活动转为室内理论课（如观看比赛录像、讲解规则）或延期进行。

5. 预期效果

80%以上的社员能熟练掌握 1-2 项核心技术。每学期至少举办 1 次校级展示或对内交流赛。

形成积极向上、互帮互助的社团文化氛围。

6. 高中阶段管理制度（自主管理）

放权： 社团活动以学生自主组织为主，指导老师做“安全底线”和“技术顾问”。

社团文化： 注重社团传承，建立社徽、社旗，甚至社团专属的公众号或短视频账号，记录精彩瞬间。

7. 体育社团拟开设清单

类别	社团名称示例	场地要求	安全系数
球类	篮球社、足球社、排球社、羽毛球社、乒乓球社、匹克球、板球	专用场地	对抗类需严控
传统类	武术社、跆拳道社、踢毽社	操场或室内空地	较高
新兴类	花样跳绳社、飞盘社、啦啦操社	特定区域	需专业指导
体适能类	体能游戏社、定向越野社、健身社	操场/体育器械区	需防器械伤