

2024 年度体质测试排名及其他体育相关内容公示

一、2024 年度各年级、各班体质测试排名链接：

https://tzjk.jse.edu.cn/fms/public/stud_health_stats5.jsp?unitId=002000012000000&version=2024&s=7517931e1a2a80d6d7aba92fafcd1ea8

二、2024 年度三好学生体质测试成绩：

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	魏娅因	女	2022	173 厘米	60 千克	3500 毫升	9 秒	28 厘米	84
2	李函玥	女	2022	171 厘米	60 千克	3600 毫升	9 秒	13 厘米	80.4
3	孟晓宇	女	2022	165 厘米	60 千克	3700 毫升	8.4 秒	13 厘米	84.2
4	王希菡	女	2022	162 厘米	57 千克	3400 毫升	8.1 秒	25.5 厘米	85.8
5	卢若瑜	女	2022	173 厘米	55 千克	3300 毫升	8.5 秒	8 厘米	80.3
6	高嘉旒	女	2022	173 厘米	63 千克	3200 毫升	9.2 秒	23 厘米	80.8
7	张黛喜	女	2022	165 厘米	58 千克	3454 毫升	9.9 秒	19 厘米	80.6
8	宋诗羽	女	2022	158 厘米	46 千克	2600 毫升	8 秒	15 厘米	81.3
9	徐珂昕	女	2022	170 厘米	43 千克	2900 毫升	9.1 秒	8 厘米	72.3
10	王新雨	女	2022	155 厘米	46 千克	2200 毫升	8.7 秒	20 厘米	76.4
11	刘笑言	女	2022	162 厘米	52 千克	3300 毫升	8.2 秒	25 厘米	86.5
12	翟明君	女	2022	170 厘米	55 千克	3700 毫升	8.6 秒	15 厘米	84.9
13	沙可曼	女	2022	172 厘米	60 千克	3310 毫升	8.6 秒	20 厘米	81.8
14	陈天宝	男	2022	173 厘米	70 千克	5494 毫升	7.4 秒	26 厘米	98
15	杜尚泽	男	2022	180 厘米	77 千克	5170 毫升	7.5 秒	15 厘米	74.8
16	张诗悦	女	2022	173 厘米	65 千克	2974 毫升	8.4 秒	24 厘米	80.9
17	孙炜迪	男	2022	178 厘米	65 千克	6005 毫升	6.7 秒	16 厘米	79.4

18	程浩轩	男	2022	175 厘米	50 千克	4230 毫升	7.1 秒	15 厘米	70.8
19	王馨晨	女	2022	171 厘米	59 千克	2222 毫升	8.6 秒	27 厘米	84.2
20	武蒙恩	男	2022	193 厘米	90 千克	5414 毫升	6.9 秒	17 厘米	76.8
21	陈泓宇	女	2022	165 厘米	57 千克	3006 毫升	7.9 秒	16 厘米	85.1
22	程立雪	男	2022	184 厘米	80 千克	5434 毫升	7.1 秒	21.3 厘米	78
23	冯奕宁	女	2022	173 厘米	52 千克	3526 毫升	9.2 秒	8.5 厘米	78.6
24	华俊皓	男	2022	180 厘米	65 千克	4521 毫升	7.1 秒	11.9 厘米	77.9
25	孟子豪	男	2022	180 厘米	60 千克	4761 毫升	7.3 秒	13.7 厘米	76.5
26	段毅恒	男	2022	180 厘米	70 千克	5193 毫升	7.2 秒	18.1 厘米	77
27	王译晗	女	2022	168 厘米	49 千克	2706 毫升	9.2 秒	7 厘米	76.5
28	王一凡	男	2022	183 厘米	75 千克	5394 毫升	7.6 秒	5.2 厘米	71.2
29	钱心宇	男	2022	181 厘米	58 千克	3800 毫升	6.9 秒	9.7 厘米	77.6
30	郭奕彤	女	2022	168 厘米	47 千克	3224 毫升	8.1 秒	7.1 厘米	82.9
31	滕萌初	男	2022	180 厘米	70 千克	4977 毫升	7.1 秒	11.9 厘米	80.4
32	罗艺珊	女	2022	170 厘米	53 千克	4200 毫升	9.2 秒	21 厘米	83.3
33	周靖轩	男	2022	184 厘米	76 千克	6200 毫升	7.2 秒	16 厘米	75
34	王玺钰	女	2022	170 厘米	60 千克	3400 毫升	8.7 秒	24 厘米	87.2
35	刘苏瑶	女	2022	164 厘米	48 千克	3100 毫升	8.4 秒	22.5 厘米	87.5
36	陈怡冰	女	2022	173 厘米	63 千克	3800 毫升	8.3 秒	24.5 厘米	83.7
37	耿伟祥	男	2022	172 厘米	70 千克	5200 毫升	7.2 秒	19 厘米	90
38	王浩翔	男	2022	175 厘米	56 千克	4300 毫升	7.2 秒	12 厘米	75.2
39	王国旭	男	2022	185 厘米	85 千克	4261 毫升	7.4 秒	14.7 厘米	67

40	刘卓奕	男	2022	185 厘米	70 千克	5474 毫升	7.2 秒	18 厘米	77.2
41	黄可依	男	2022	183 厘米	60 千克	4253 毫升	7.9 秒	15.5 厘米	70
42	刘修齐	男	2022	185 厘米	60 千克	4699 毫升	7.2 秒	12.5 厘米	80.2
43	李子阳	男	2022	180 厘米	67 千克	4437 毫升	7.1 秒	28 厘米	74.8
44	浦云翔	男	2022	179 厘米	80 千克	3700 毫升	7.3 秒	5 厘米	61.3
45	李雨泽	男	2022	178 厘米	56 千克	3777 毫升	7.6 秒	10 厘米	77.4
46	韩佳琪	女	2022	171 厘米	54 千克	3219 毫升	9.3 秒	11.8 厘米	76.4
47	唐梓诚	男	2022	174 厘米	65 千克	4651 毫升	7 秒	14.3 厘米	74.5
48	芮浩哲	男	2022	180 厘米	65 千克	4877 毫升	6.5 秒	11.7 厘米	93
49	赵寒石	男	2022	185 厘米	65 千克	4700 毫升	7 秒	17.9 厘米	84.5
50	董津铭	男	2022	186 厘米	87 千克	4903 毫升	6.3 秒	14.5 厘米	76.8
51	陈朱恒	男	2022	183 厘米	69 千克	3814 毫升	6.8 秒	11 厘米	87.3
52	李元辰	男	2022	182 厘米	73 千克	4490 毫升	6.8 秒	21.4 厘米	85.8
53	刘家绮	男	2022	182 厘米	73 千克	5179 毫升	6.3 秒	15.3 厘米	88.1
54	张汉杰	男	2022	181 厘米	69 千克	5200 毫升	6.6 秒	13.7 厘米	83
55	张子瑞	男	2022	179 厘米	85 千克	4950 毫升	7.3 秒	8.9 厘米	68.4
56	孟子睿	男	2022	180 厘米	70 千克	4559 毫升	7.3 秒	5.7 厘米	72.4

三、体育与健康课各任课教师课表：

2024—2025 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
5		高三(5)体育			
6		高三(6)体育	高三(5)体育	高三(1)体育	高三(2)体育
7	高三(4)体育			高三(3)体育	高三(3)体育

8
 =====共 12 节===
 课表执行时间: 2024.9

2024—2025 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
3	高三(12)体育		高三(9)体育		
4	高三(11)体育		高三(11)体育	高三(7)体 育	
5		高三(8)体育	高三(12)体育		
6		高三(10)体育	高三(10)体育		
7		高三(7)体育			
8		高三(9)体育		高三(8)体 育	

=====共 12 节=
 课表执行时间: 2024.9

2024—2025 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			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: 2024.9

2024—2025 学年度第
 一学期 王涛老师课表

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
1					
2					
3		高三(21)体育			
4		高三(22)体育			高三(24)体 育
5				高三(24)体 育	
6	高三(17)体育	高三(18)体育	高三(22)体育	高三(23)体 育	高三(23)体 育

育 育

7 高三(18)体育

8 高三(17)体育 高三(21)体育

====共 12 节=====

课表执行时间: 2024.9

2024—2025 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 高一(4)体育 高一(1)体育 高一(3)体
育
高一(1)体
育

4

5 高一(2)体育 高一(6)体育 高一(2)体育
6 高一(3)体育 高一(5)体育

7 高一(5)体育 高一(6)体
育 高一(4)体育

8

===共 12 节=====

课表执行时间: 2024.9

2024—2025 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 高一(7)体育 高一(12)体育 高一(9)体育 高一(7)体
育 高一(11)体
育
高一(8)体育

4

5 高一(10)体育 高一(12)体
育
高一(10)体
育

6

7 高一(8)体育

8

===共 12 节=====

课表执行时间: 2024.9

2024—2025 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
4
5
6
7
8

===共 12 节=====
课表执行时间：2024.9

2024—2025 学年度第
一学期 王灿老师课表

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
1					
2					
3		高一(13) 体育	高一(18) 体育		高一(17) 体育
4	高一(15) 体育				高一(13) 体育
5		高一(16) 体育	高一(15) 体育		高一(16) 体育
6	高一(18) 体育	高一(14) 体育	高一(17) 体育		高一(14) 体育
7					高一(17) 体育
8					

====共 12 节=====
课表执行时间：2024.9

2024—2025 学年度第
一学期 樊继鑫(高一)
老师课表

	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五
1					
2					
3					
4					
5			高二(8) 体育		
6					
7				高二(7) 体育	
8		高二(7) 体育			高二(8) 体育

====共 4 节=====

课表执行时间: 2024.9

2024—2025 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		高二(9)体育	高二(9)体育		
7		高二(10)体育	高二(10)体育		
8					

===共 4 节=====

课表执行时间: 2024.9

2024—2025 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	高二(14)体育				高二(15)体 育
4	高二(16)体育			高二(12)体 育	
5			高二(12)体育		高二(13)体 育
6	高二(15)体育			高二(16)体 育	
7			高二(11)体育		高二(11)体 育
8			高二(13)体育	高二(14)体 育	

====共 12 节=====

课表执行时间: 2024.9

2023-2024学年度第二学期						
		周一	周二	周三	周四	周五
上午	1					
	2					
	3	高二(16)高二(24)高三(4)高三(8)高三(15)高三(17)	高一(2)高一(6)高一(24)高一(26)高二(5)	高一(9)高一(19)高一(23)高二(6)高二(11)高二(16)高二(22)		高二(1)高三(11)高三(18)
	4	高二(12)高二(15)高二(23)高三(5)高三(11)	高一(12)高一(18)高一(23)高二(2)	高一(6)高一(12)高一(16)高二(5)高二(8)高二(15)高二(18)	高二(10)高二(20)	高二(20)高二(24)高三(15)高三(19)
下午	5	高一(4)高一(11)高一(15)高一(25)高一(27)高二(13)高二(18)高三(2)高三(7)高三(16)高三(19)	高一(5)高一(14)高一(24)高二(7)高三(10)	高一(26)高二(23)	高一(1)高二(19)高三(8)	高一(9)高二(3)高三(3)高三(6)高三(22)
	6	高一(13)高一(20)高一(21)高二(10)高三(1)高三(9)高三(13)高三(20)	高一(3)高一(7)高一(16)高三(14)	高一(7)高一(10)高一(18)高二(7)高二(21)高二(22)高三(21)	高一(17)高二(3)高二(12)高三(7)	高一(4)高一(13)高三(4)高三(5)高三(16)高三(20)
	7	高一(1)高一(14)高一(19)高一(22)高二(11)高二(14)高二(17)高三(3)高三(6)高三(12)高三(18)	高一(8)高一(11)高一(17)高二(6)	高一(8)高二(2)高二(9)高二(13)高二(17)高三(22)	高一(5)高二(1)高二(8)	高一(2)高一(10)高一(21)高二(19)高三(1)高三(9)高三(13)高三(21)
	8		高一(25)高一(27)高二(4)	高一(20)高二(4)高二(14)	高一(15)高二(9)	高一(3)高一(22)高二(21)高三(2)高三(10)高三(12)高三(14)高三(17)

课表执行时间：2024.2

任课教师：高一：李晓彦、李祥祥、王灿、施鹏、王鑫

高二：刘波、蒋磊、叶恒、王涛

高三：薛辉、樊继鑫、张士强、童伟

四、2024 年度阳光体育活动实施方案

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。

一、组织机构

(一) 领导小组

组长：魏全星（校长、全面督促大课间活动的落实情况）

副组长：孟彦（副校长、具体规划大课间活动及督导落实）

组员：倪科技（高一年级处处长、负责高一年级活动组织及指导）

朱 彭（高三年级处处长、负责高三年级活动组织及指导）

冯 杨（高二年级处处长、负责高二年级活动组织及指导）

田 涛（总务处处长、体育器材配备到位）

王 倩（团委副书记、统筹协调）

薛 辉（体育组组长、规划大课间活动）

二、管理责任制

（一）领导责任制：

成立由校长任组长、主管体育领导任副组长；校长、行政领导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。

三、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》《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。

四、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。