

2026-2027 学年第一学期（9-12月）北京交通大学 《国家学生体质健康标准》测试预约须知 （2023级、2024级、2025级）

根据教育部对学生体质健康测试工作的要求，在校学生均要求参加体质健康测试。参加测试的学生在完成测试后，及时查看自己的测试数据是否已录入，参加测试项目不全者，本学年体质测试成绩综合评定为不合格。

1. 测试项目

男生：身高/体重、50米、立定跳远、肺活量、坐位体前屈、
引体向上、1000米

女生：身高/体重、50米、立定跳远、肺活量、坐位体前屈、
仰卧起坐、800米

2. 测试地点

(1) 体质测试中心：身高/体重、立定跳远、肺活量、
坐位体前屈、仰卧起坐（女）；

(2) 主区田径场西侧：引体向上（男）、50米；

(3) 800米（女）/1000米（男）以学院为单位，进行集体统一测试，
测试时间为10月31日、11月8日、11月14日9:00-11:00、
14:00-16:00。

3. 测试学生

2023级、2024级、2025级没有体育课的学生

（已选修体育课的学生由任课教师带领在体育课上完成测试）

4. 测试办法

本学期没有体育课的2023级、2024级、2025级同学采用个人预约的方式，在“步道乐跑APP”即约即测，并在预约时间参加测试。

预约流程见附件1。

5. 测试时间

9月21日-12月11日（学校放假日暂停）

教学周第三周至第十三周工作日（周一至周五）

16:30-18:00（人数上限220人）

6. 预约时间：9月21日-12月11日

个人预约方式：“步道乐跑APP”即约即测

7. 理论测试时间：9月21日0:00-12月13日23:59

8. 补测时间：

身高/体重、立定跳远、肺活量、坐位体前屈、仰卧起坐（女）、引体向上（男）、50米：12月21日、12月22日、12月23日、12月25日（教学周第十五周周一、周二、周三、周五）16:30-18:00；
800/1000米：12月24日（教学周第十五周周四）14:00-17:00。

9. 注意事项

（1）学生请按预约时间前来测试，随身携带身份证、校园一卡通，并向工作人员出示步道乐跑APP【我的预约】界面。

（2）如遇特殊情况不能按照预约时间参加测试，请在预约时间前在“乐跑APP”上取消预约，以免影响下次预约。

学生体质健康测试管理中心采取学生个人预约、限流量的方式进行体质健康测试工作，最大程度避免人员的过密接触。

10. 《学生体质健康标准》测试要求学生每学期必须完成，请在规定时间内完成所有项目的测试，过时不候，过期不补！！！！

11. 免测申请

因身体等原因需免测的同学，需要同时提交“网上申请”和“书面申请”，两者缺一不可。

- (1) 书面申请：《体质测试免测申请表》（已发给各学院电子版或到体质测试中心领取纸质版）和校医院或北京大学人民医院等三甲医院出具医学证明，于第13教学周的周五（12月11日）18:00之前将上述材料送交到学生体质测试中心备案。
- (2) 网上申请：需要在“步道乐跑APP”中提交申请，待审核通过后即完成免测申请。如审核不通过，请打电话或前往体质测试中心咨询。
- (3) 提交免测申请的学生，当学期本课程总评成绩记为“D”。

咨询时间：8:30—11:30, 14:00—16:00（工作日）

咨询电话：010-5168 5441

北京交通大学体质健康测试中心

2026年9月1日

附件：1. 体测预约流程

2. 体测申请免测流程、免测申请表和保健班申请表

3. 《体质健康教育与测试》课程与体测的关系

附件1:

2026年北京交通大学体质测试预约流程

2026-2027学年秋季学期北京交通大学体质测试需要个人在步道乐跑APP上进行预约，具体预约流程如下：

1. 下载步道乐跑APP。



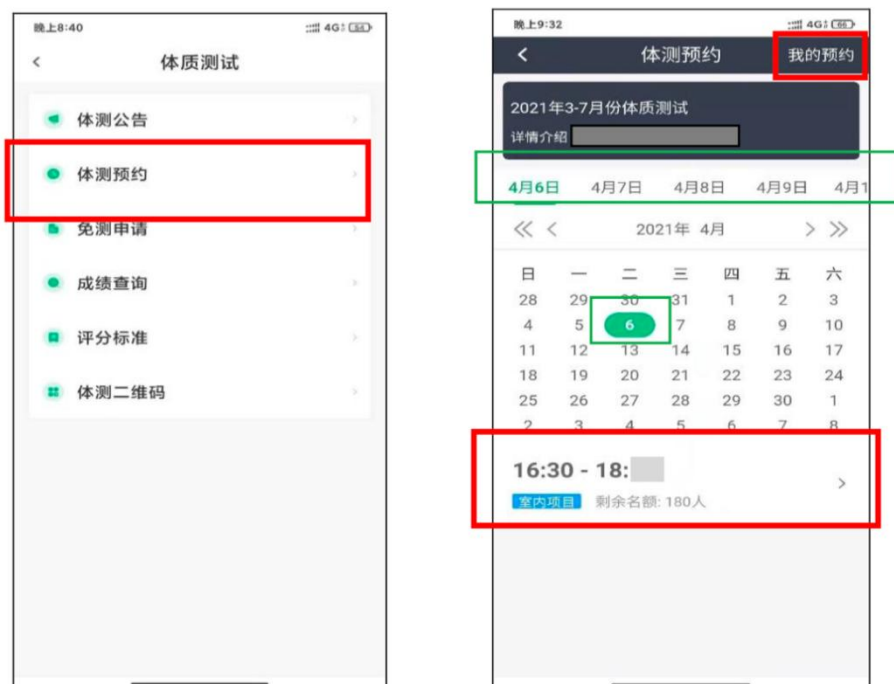
2. 打开步道乐跑APP，点击下方【校园】选项。

3. 点击【校园】选项页面中的【体质测试】模块。



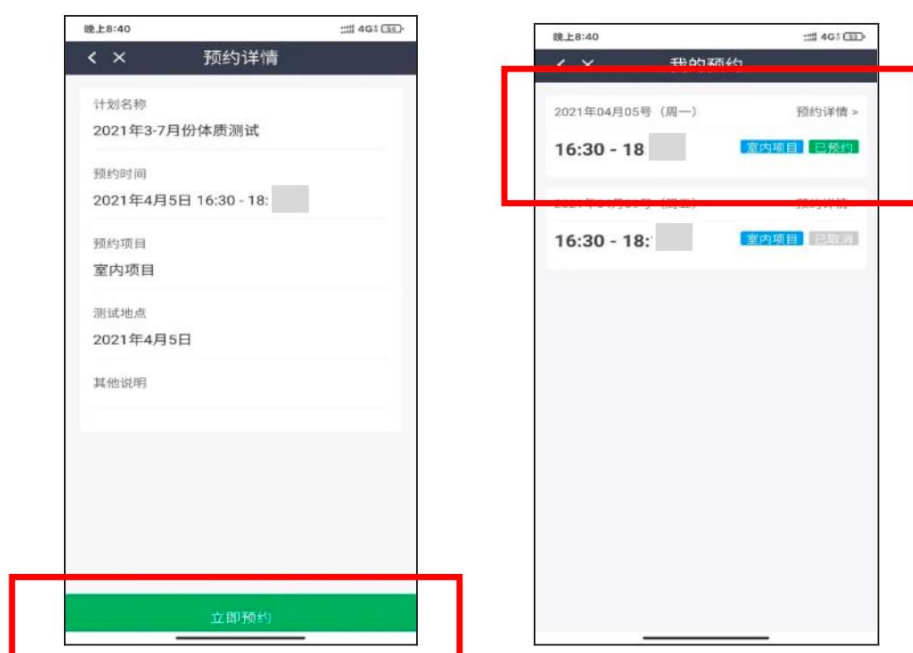
4. 点击【体质测试】模块中的【体测预约】。

5. 选择体测日期后，点击下方测试时间【16:30-18:00】进行预约。



6. 选择体测时间后进入【预约详情】界面后，点击下方立即预约即为预约完成。

7. 在【体测预约】右上角的【我的预约】界面可以查看自己的预约情况。



备注:

1. 参加体质测试时必须携带身份证和学生证（一卡通），缺一不可，否则无法测试。
2. 请提前进行预约并按照预约时间前来测试，测试前请提前做好双证并出示步道乐跑APP【我的预约】界面。

附件2:

2026年北京交通大学体质测试免测申请流程

体质测试免测申请由两部分构成：书面申请和网上申请。

一、 书面申请

书面申请需要打印《体质测试免测申请表》进行填写，将《体质测试免测申请表》交给本学院盖章后，和校医院或北京大学人民医院的医学证明一起，送交体质测试中心备案留存。

二、 网上申请

网上申请需要在步道乐跑APP中进行申请，具体申请流程如下：

1. 下载步道乐跑APP。

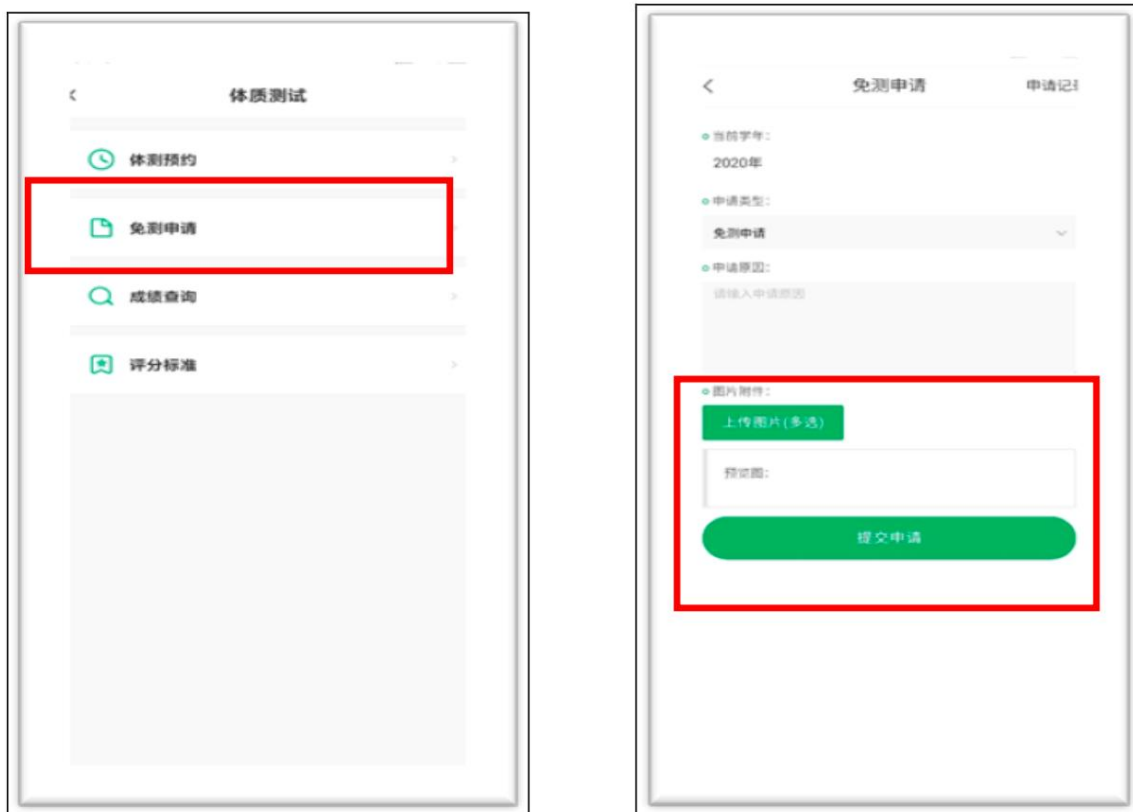


2. 打开步道乐跑APP，点击下方【校园】选项。

3. 点击【校园】页面中的【体质测试】模块。



4. 点击【体质测试】模块中的【免测申请】。



5. 根据页面提示，提交相关信息。图片附件中上传的图片应包括已经由学院盖章后的《体质测试免测申请表》和校医院或北京大学人民医院的医学证明。
6. 提交申请后，即为完成网上申请流程。由体质测试中心对相关信息审核。

三、 注意事项

网上申请和书面申请缺一不可，必须全部提交。提交免测申请的学生，如当学期没有体育课，则需要参加线上理论考试。

免与执行《国家学生体质健康标准》申请表

申请免测学期：2026-2027学年第一学期（2026.09-12）

是否有体育课：

☐

姓名		性别		年龄		联系电话	
学号		院系专业				班级	
申请理由	家长签字： 年 月 日						
院系意见	主管领导签字： 年 月 日						
体育学院意见	主管领导签字： 年 月 日						

注：中等职业学校及普通高等学校的学生，由学生本人签字。

申请表填好后交到学生体质测试中心（西操场看台下）

申请表编号：

体育课保健班及保健生申请表

年度：2026-2027学年 季别：春/秋

姓名		性别		所在学院	
学号		体育班级		老师姓名	
上课时间			联系电话		
申请理由					
学生所在 学院意见					
任课教师 意见					
体育学院 教学科意见					
体育学院 意见					
任课教师根据该生日常课堂见习表现、出勤率、志愿服务等进行考评，最高分数记为“D”。对于上述意见学生本人同意/不同意：					
学生本人签名：					
年 月 日					

注：请附校医院指定医生开具的免体证明，交送至新综合体育馆404室。

附件3:

2026-2027学年北京交通大学

《体质健康教育与测试》课程与体质健康测试的关系

1. 按照《北京交通大学本科生培养方案》，2023级、2024级和2025级学生每学期都需要参加《国家学生体质健康标准》测试。
2. 《体质健康教育与测试》课程成绩评价采用五级九段制。

2023级毕业学年成绩构成：

总评成绩为第7学期考核成绩

2024级、2025级体质测试教育与测试（上）成绩构成：

1-6学期考核成绩取平均

2024级、2025级体质健康教育与测试（下）成绩构成：

总评成绩为第7学期考核成绩

体测课程成绩=体测成绩*80%+乐跑成绩*10%+理论课成绩*10%

百分制成绩	100-90	89-85	84-81	80-78	77-75	74-71	70-68	67-65	64-61	60	60以下
五级制成绩	A	A-	B+	B	B-	C+	C	C-	D+	D	F
课程绩点	4.0	3.7	3.3	3.0	2.7	2.3	2.0	1.7	1.3	1.0	0

3. 每学期有体育课的学生，完成20次乐跑，乐跑成绩记100分；理论课成绩记100分。没有体育课的学生，完成20次乐跑，乐跑成绩记100分；理论考试成绩是在规定时间内完成线上理论考试，按照实际考试分数记录。
4. 2023级、2024级、2025级每学年的“评优评先”工作等，以每学年上、下两学期中体质测试平均成绩（裸分）为准。

2024级、2025级在推荐免试研究生资格审核等排名时使用的前五学期体测平均分的成绩。