

## 附件2

# 自治区 2025 年普通高等学校招生体育类专业测试考生须知

一、考生于 4 月 18 日起可登录新疆教育考试院官网（[www.xjzk.gov.cn](http://www.xjzk.gov.cn)），须按系统提示了解“考生须知”，接受考前诚信教育。考生须认真阅读《自治区 2025 年普通高等学校招生体育类专业测试考生须知》及《自治区 2025 年普通高等学校招生体育类专业测试考生承诺书》（以下简称“体育测试考生承诺书”）。在网上自行下载并打印《体育测试考生承诺书》，签字确认后交带队老师，由带队老师统一收齐后提交至测试点；同时打印《自治区 2025 年普通高校体育类招生专业测试准考证》（以下简称“专业测试准考证”）。

二、考生须携带专业测试准考证、有效身份证件，在规定时间内和地点参加测试。主动配合监考员按规定进行身份验证等必要检查。考生严禁携带具有通讯功能的工具（如手机、智能手表、智能眼镜和照相、摄像等设备）或者有存储、编程、查询功能的电子用品等测试违禁物品以及与考试无关物品进入测试场地。

三、测试时间：4 月 23 日至 25 日（如因天气原因临时有变动，另行通知，请随时关注新疆教育考试院官方网站 [www.xjzk.gov.cn](http://www.xjzk.gov.cn)）。

四、考生认真做好自我防护和健康管理，随时关注天气情况、

随气温变化增减衣物，谨防感冒。合理安排食宿，提前熟悉考试环境、及早规划出行路线。

五、考生进入考点应服从现场工作人员管理，考点内不得随意走动，不得大声喧哗，不得吹哨，不准乱扔杂物及尖锐物品，不得赤裸上身，文明参考。测试结束后迅速离场、返回驻地，严禁聚集和逗留。为避免人群聚集，考生须独立应考，家长不送考、不在考点门口聚集。

六、跨地（州、市）参加体育测试的考生由所在地（州、市）教育考试机构安排专人带队严格管理，定点安排食宿。服从测试点统一安排及分组管理，严格按工作人员的指令在指定区域参加测试，避免发生运动损伤和安全事故。

七、考生须穿符合塑胶场地要求的跑鞋，否则不得参加测试。贵重物品一律交带队教师保管，不得带入测试场地。在测试过程中有任何问题及时通过工作人员或地区总领队进行协调，不得以任何理由干扰测试工作正常进行。

八、遵守体育测试各项项目的纪律要求。100米跑每位考生只有一次测试机会，原则上起跑犯规两次将取消测试资格；800米跑每位考生只有一次测试机会，如犯规不得再考。

九、测试过程中须注意安全。考生需根据天气和温度选择合适的服装，考前做好充分的准备活动。100米跑、立定跳远和原地推铅球应做好全身肌肉的拉伸，防止肌肉拉伤。若考前未做过800米跑最大强度训练，在测试时应注意控制强度，防止发生意外。测试后注意放松，800米跑后不要立刻坐下或躺下，应慢走

直至心率恢复至正常水平。800 米跑应充分做好心肺系统的准备活动，把握好做准备活动到测试的时间。考前 30 分钟之内避免进食。

十、患有传染性疾病、心脏病、心肌炎、高血压以及其它限制参加体育运动疾病的考生，须在考前如实向带队教师报告，且不能参加体育测试。如因考生隐瞒病情、伤情等，强行参加体育测试导致不良后果的，责任自负。

十一、考生考试期间如感到身体不适，应立即向带队教师及考务人员报告，以便及时妥善处理。