

附件5：

体适能系统操作方法

一、下载登录体适能 APP

1.1 下载“体适能”APP

方式 1:

苹果（iso）和安卓（Android）用户打开微信，然后扫一扫下方“体适能”学生端 APP 二维码下载安装；



方式 2:

苹果（iso）版在 App store 搜索“体适能”下载

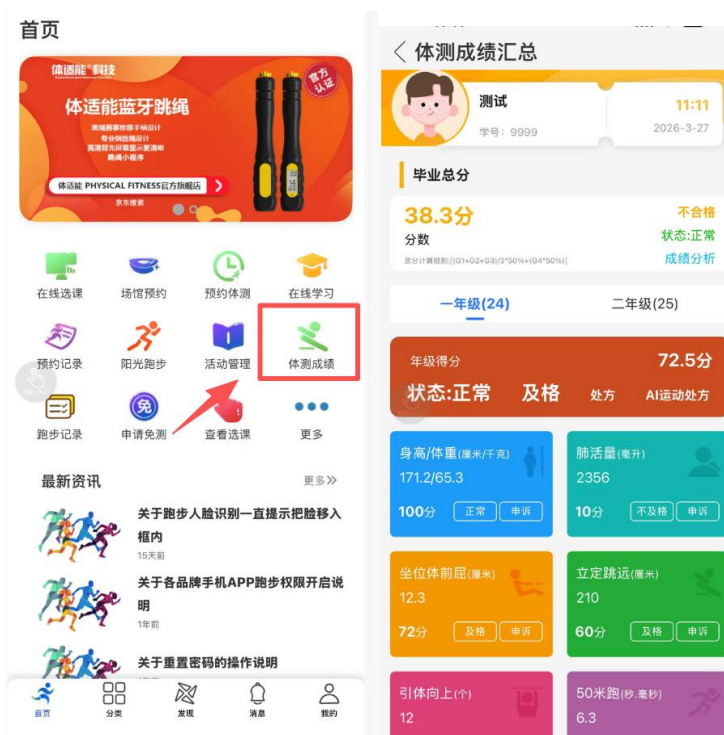
安卓（Android）版可在腾讯宝等各大应用市场搜索“体适能”下载

二、登录“体适能”APP

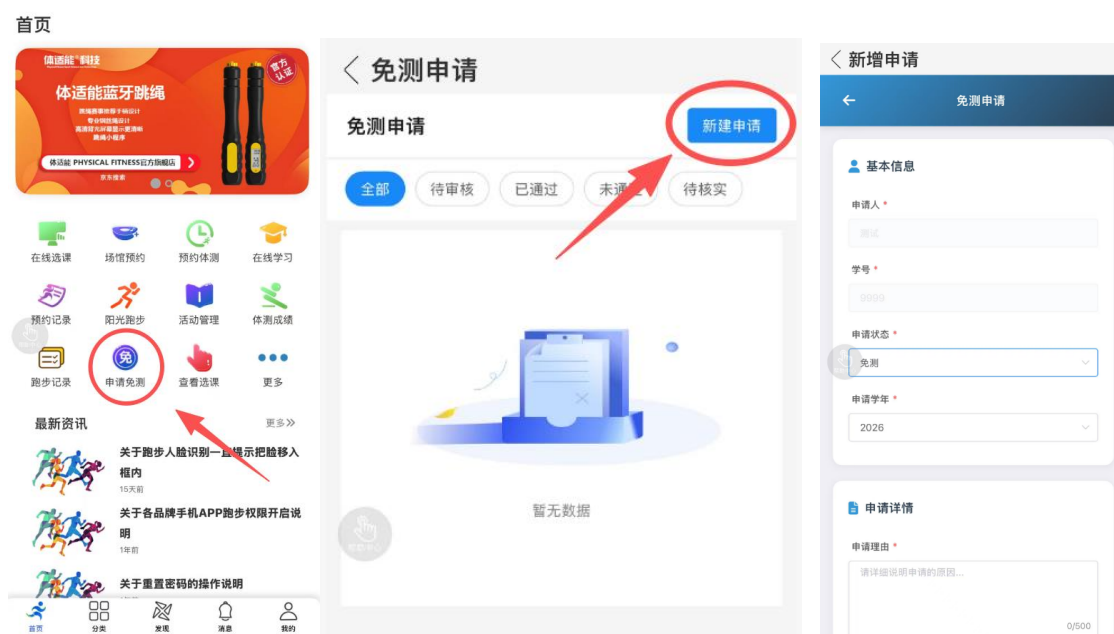
2.1 打开“体适能”APP，输入“xx 学校”，然后选择 xx 学校，选择“我的”，输入学号和初始化密码“stu123456”，点击同意用户隐私协议，然后点击“登录”；系统会提示修改密码，密码规则：新密码至少包含字母、数字的 8 位及以上字符组合

三、查询体测成绩与申请免测

3.1 在“首页”，打开“体测成绩”界面，便可查询自己的成绩；



3.2 在“首页”，打开“申请免测”，点击“新建申请”，选择“申请状态”、“申请学年”和填写“申请理由”，上传“证明材料”，最后点击“提交申请”，然后等待老师审核；

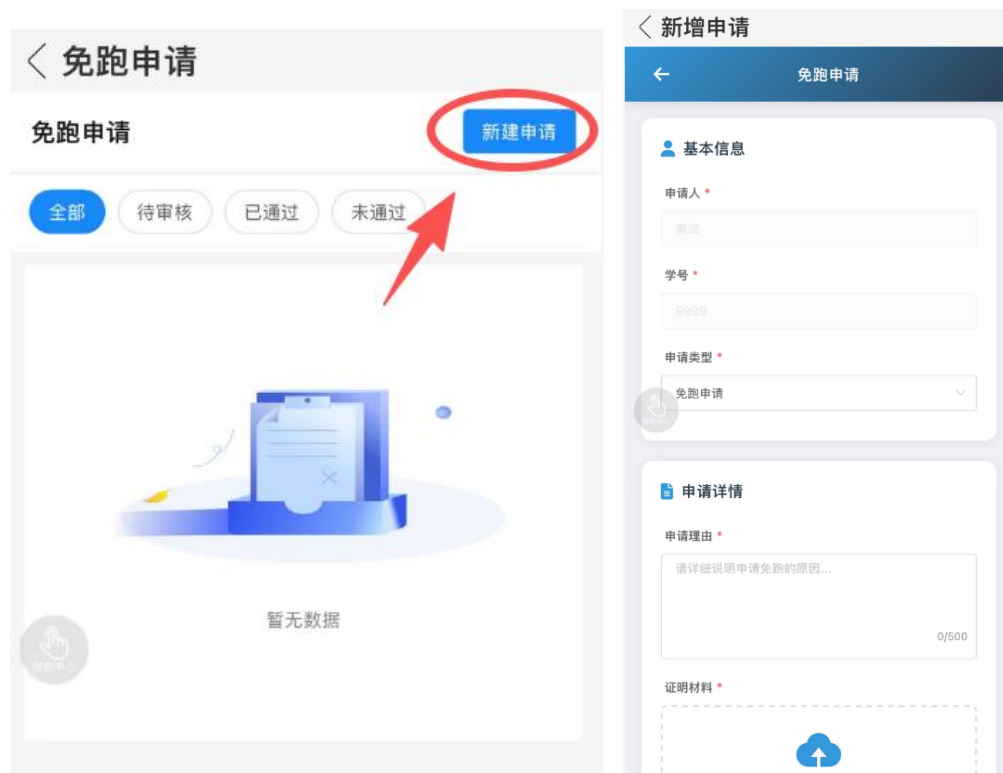


四、免跑申请

4.1 在体适能 App 首页界面，点击“更多”，在课外锻炼页面点击“免跑申请”



4.2 点击“新建申请”输入“申请理由”和上传“证明材料”，点击“提交申请”，然后等待教师审核



五、体适能教师端 APP 操作流程

5.1 下载“体适能”教师 APP

方式 1:

苹果（iso）和安卓（Android）用户打开微信，然后扫一扫下方“体适能”教师端 APP 二维码下载安装；



体适能教师端

方式 2:

苹果（iso）版在 App store 搜索“体适能”教师下载

安卓（Android）版可在腾讯宝等各大应用市场搜索“体适能”下载

5.2 打开“体适能”教师 APP，输入“xx 学校”，然后选择 xx 学校，输入工号和初始化密码“tsn654321”，点击阅读并接受用户隐私协议，然后点击“登录”；系统会提示修改密码，密码规则：新密码至少包含字母、数字的 8 位及以上字符组合



体适能 广东

教师端

请登录

账号: 请输入账号

密码: 请输入密码

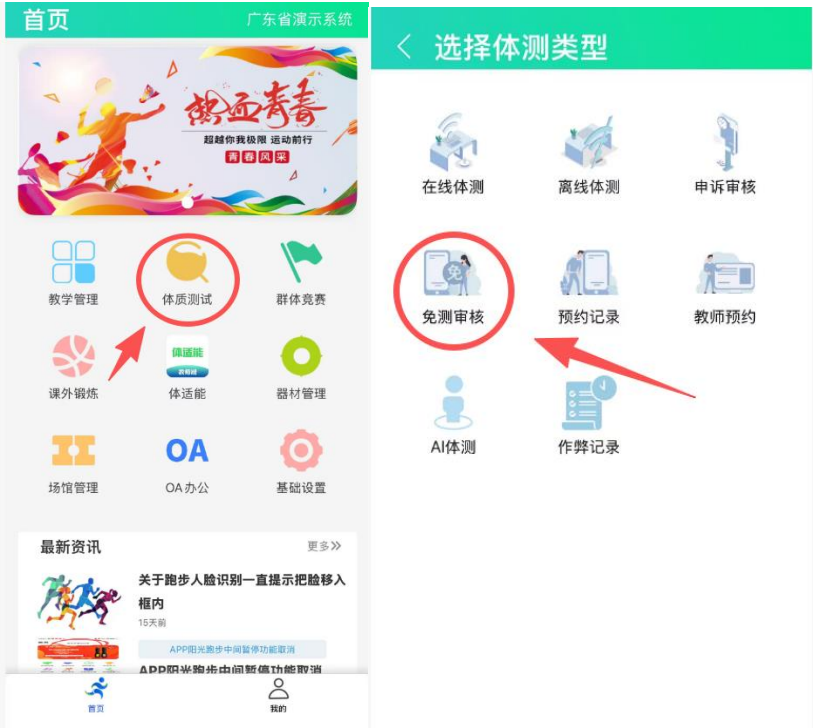
☐ 阅读并接受《用户隐私政策》和《软件许可协议》

登录

切换学校

5.3 免测审核

在“首页”，打开“体质测试”，点击“免测审核”



选择要审核的学生，填写“审核说明”，点击“通过”、“拒绝”完成免测审核



5.4 免跑审核

在首页，打开“课外锻炼”，点击“免跑审核”



选择要审核的学生，填写“审核说明”，点击“通过”、“拒绝”完成免跑审核

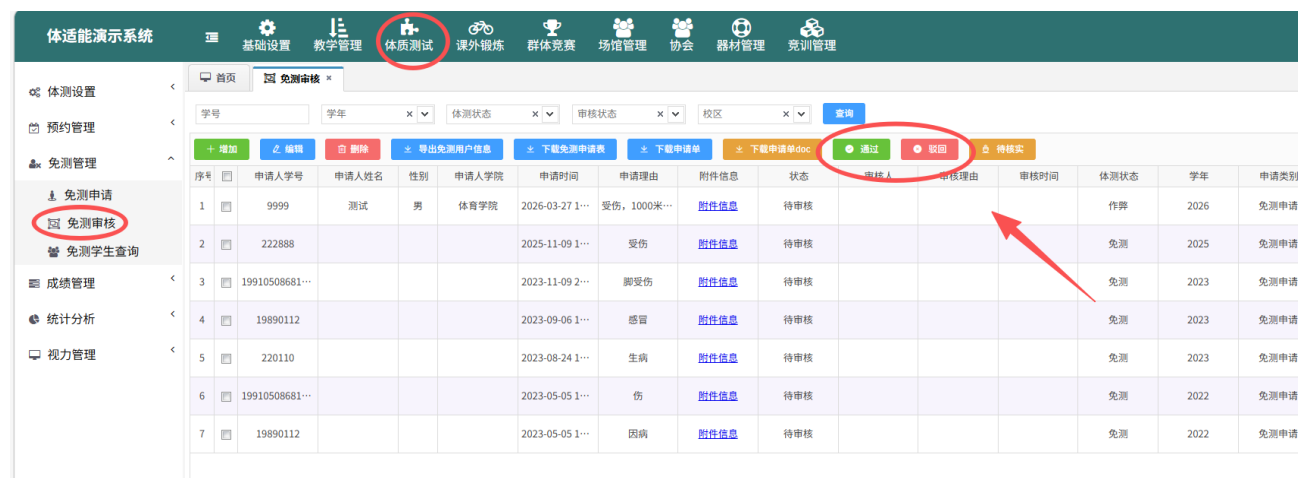


六、体适能教师电脑端操作流程

6.1 电脑上输入 <https://hzu.boxkj.com/>，输入用户名和密码



6.2 在体质测试，免测管理中，审核申请免测的学生



6.3 在课外锻炼，免跑管理中，审核申请免跑的学生

