
2025 年上海市实验学校
——秋季运动会

秩
序
册

二零二五年十一月

为全面推进学校体育工作，努力落实“立德树人”的根本任务和树立“健康第一”的指导思想，上海市实验学校 2025 年秋季运动会将于 11 月 7 日在学校田径场举行。通过体育运动全面提升学生的核心素养，促进校园体育文化建设，真正意义做到，享受乐趣、增强体质、健全人格、锻炼意志，促进学生德智体美劳全面发展。

大会主席团名单

陈兴冶 盛 况 瞿祖芳 陈 慧 范 莉 朱 琳 张 瑶 金 珉
朱潇清 陈珺珺 程晓蕾 曹 怡 干晓云 杨 燕 史颖芳 徐心涵

大会工作人员名单

仲裁组： 陈兴冶 盛 况 倪琛宏
总裁判长：倪琛宏
径赛裁判长：王文斌 陈 磊 金 稜 贾家旺
田赛裁判长：施 惠 周晶晶 王歆瑶 张春源
赛前控制中心主裁判：★王海生 徐大玮 杨振华 张小杰 志愿者（6 人）
发令主裁判：★金 稜 志愿者（2 人）
终点主裁判：★汤卫忠 蒋黎骊
★屠唯一 史 瑾 蒋露瑶
终点记录员：★胡玲燕 彭 捷 张梦洋 纪玉婷
★张 唯 童 婕 志愿者（4 人）
计时主裁判：★陈 磊
计时裁判员：学生志愿者（16 人）
实心球主裁判：（男西区）★张捷
实心球裁判员：陈新元 朱德凤 郑炎星 冯 源 钟意菁 盛雨婷 夏 钧
刘瑞麟 志愿者（2 人）
实心球主裁判：（女东区）★余文骅
实心球裁判员： 林冬青 黄宁宁 李春丽 丁 洁 胡晓玲 田金宗 李善斌
赵蕙伊桐 志愿者（2 人）
立定跳远主裁判：（男西区）★ 陆 骅 王文革
立定跳远裁判员：纪荣耀 吴理 张继禄 孙可 刘镭赫 禹舜尧 吴海丰 潘艳
赵丽娟 志愿者（2 人）
立定跳远主裁判：（女东区）★ 王佳贤 胡佳
立定跳远裁判员：陈 意 杨 蕾 朱澄乾 顾世一 谭彤彤 张晓澜 王 婷
朱 频 陈 申 志愿者（2 人）
跳远主裁判：（男南区）★ 张旻舒 刘瑛
跳远裁判员：孟晓明 浦 洋 宋姑来 李婉琪 安 焕 史复辰 裴 明
钱智豪 徐玉珺 谢昕佚 李梦丹 志愿者（2 人）
跳远主裁判：（女北区）★ 金一鸣 潘鸿颖
跳远裁判员：张爱琳 方积良 陈夏明 潘 瑾 郭田粟 李秀梅 李 洋
黄贤凯 马海萍 陈 琦 志愿者（2 人）
总记录： ★施惠 马莹莹 陆伶俐 戴治伊 魏春丽 钟俊 学生会干部（8 人）
场地器材组：★倪琛宏 施 惠 王文斌 周晶晶 王歆瑶 陈 磊 金 稜 贾家旺
张春源

颁 奖 组：★朱琳 朱潇清 陈珺珺 张 瑶 程晓蕾 曹 怡 史颖芳
学生会干部（4人）
宣传报导组：★徐心涵 胡尔姝 孙顶峰 学生会干部（4人）
纠 察 组：★王佳梅 杨 芸 邬晓燕 汪菊红 薛梦超 鲁 燕 黄婧琳
后 勤 保障：★干晓云 物业
医 务 组：★周 叶 赵晓艳
应 急 小组： 陈兴冶 盛 况 瞿祖芳 陈 慧 范 莉 金 珉

大 会 程 序

2025 年 11 月 7 日（上午：8:30）

- 1、运动员入场（广播操队形）
- 2、升中华人民共和国国旗、奏唱中华人民共和国国歌
- 3、升上海市实验学校校旗、奏唱上海市实验学校校歌
- 4、校领导致词
- 5、运动员代表发言
- 6、裁判员代表发言
- 7、广播操展示比赛
- 8、运动员退场
- 9、田径运动会比赛开始

运 动 员 裁 判 员 须 知

- 1、赛风格、讲文明、促团结、比参与、炼意志。
- 2、遵守大会纪律，服从裁判裁决。
- 3、各项比赛前 30 分钟预告，前 20 分钟点名。
- 4、参赛运动员必须佩戴好号码布，不佩戴者不得参加比赛
（规格：长 20 公分。宽 15 公分，白底黑字，用毛笔书写）。
- 5、赛前充分做好准备活动，注意安全，严防伤害事故发生。
- 6、裁判员在赛前 15 分钟到达比赛现场。

运动员号码及各班编号（例）

高一（1）	41 X X	中一（1）	11 X X
高一（2）	42 X X	中一（2）	12 X X
高一（3）	43 X X	中一（3）	13 X X
高一（4）	44 X X	中一（4）	14 X X
高一（5）	45 X X	中一（5）	15 X X
高一（6）	46 X X	中一（6）	16 X X
高一（7）	47 X X	6A6B	6A X X / 6B X X
9A9B	9A X X / 9B X X		
高二（1）	51 X X	中二（1）	21 X X
高二（2）	52 X X	中二（2）	22 X X
高二（3）	53 X X	中二（3）	23 X X
高二（4）	54 X X	中二（4）	24 X X
高二（5）	56 X X	中二（5）	25 X X
高二（6）	56 X X	中二（6）	26 X X
10A11A	10A X X / 11A X X	7A7B	7A X X / 7B X X
高三（1）	61 X X	中三（1）	31 X X
高三（2）	62 X X	中三（2）	32 X X
高三（3）	63 X X	中三（3）	33 X X
高三（4）	64 X X	中三（4）	34 X X
高三（5）	65 X X	中三（5）	35 X X
高三（6）	66 X X	中三（6）	36 X X
		8A8B	8A X X / 8B X X

备注：运动员号码为四位数，第一位是年级编号，第二位是班级编号，

第三、四位是参加比赛运动员的学号。

例如：	中一（2）	01 号	号码为：1201
	中二（1）	21 号	号码为：2121
	中三（5）	33 号	号码为：3533
	国际 6A	05 号	号码为：6A05
	国际 7A	11 号	号码为：7A11
	国际 8A	13 号	号码为：8A13
	国际 9A	09 号	号码为：9A09
	国际 10A	06 号	号码为：10A06
	国际 11A	15 号	号码为：11A15
	高一（3）	18 号	号码为：4318
	高二（6）	25 号	号码为：5625
	高三（4）	09 号	号码为：6909

上午 径赛 上午 田赛

上午 田赛

1	中一男子 100 米	9:00	1	中一男子立定跳远	9:00
2	中二男子 100 米		2	中一女子立定跳远	9:00
3	中三男子 100 米		3	高二男子跳远	9:00
4	中一女子 100 米		4	高二女子跳远	9:00
5	中二女子 100 米		5	中二男子立定跳远	10:00
6	中三女子 100 米		6	中二女子立定跳远	10:00
7	高一男子 100 米		7	高三男子跳远	10:00
8	高二男子 100 米		8	高三女子跳远	10:00
9	高三男子 100 米		9	中三男子实心球	9:00
10	高一女子 100 米		10	中三女子实心球	9:00
11	高二女子 100 米		11	高二男子实心球	9:45
12	高三女子 100 米		12	高二女子实心球	9:45
13	中一男子 400 米	9:40	13	高三男子实心球	10:30
14	中二男子 400 米		14	高三女子实心球	10:30
15	中三男子 400 米		15	中二男子实心球	11:15
16	中一女子 400 米		16	中二女子实心球	11:15
17	中二女子 400 米				
18	中三女子 400 米				
19	高一男子 400 米				
20	高二男子 400 米				
21	高三男子 400 米				
22	高一女子 400 米				
23	高二女子 400 米				
24	高三女子 400 米				
25	中二女子 800 米	10:40			
26	中三女子 800 米				
27	高一女子 800 米				
28	高二女子 800 米				
29	高三女子 800 米				
30	中二男子 1000 米	11:15			
31	中三男子 1000 米				
32	高一男子 1000 米				
33	高二男子 1000 米				
34	高三男子 1000 米				

下午 径赛

1 中一男子 200 米	13:00
2 中二男子 200 米	
3 中三男子 200 米	
4 中一女子 200 米	
5 中二女子 200 米	
6 中三女子 200 米	
7 高一男子 200 米	
8 高二男子 200 米	
9 高三男子 200 米	
10 高一女子 200 米	
11 高二女子 200 米	
12 高三女子 200 米	
13 中三男子 4*100 米	14:20
14 中三女子 4*100 米	
15 高一男子 4*100 米	
16 高一女子 4*100 米	
17 高二男子 4*100 米	
18 高二女子 4*100 米	
19 高三男子 4*100 米	
20 高三女子 4*100 米	
21 中一 50 米*20 迎面接力	15:00
22 中二 50 米*20 迎面接力	

下午 田赛

1 高一男子跳远	13:00
2 高一女子跳远	13:00
3 高一男子实心球	13:00
4 高一女子实心球	13:00
5 中一男子实心球	14:00
6 中一女子实心球	14:00
7 中三男子立定跳远	13:00
8 中三女子立定跳远	13:00

中一男

100 米 (16 人 2 组)

一	二	三	四	五	六	七	八
1121	1226	1322	1427	1524	1627	6A20	6B17
1532	1628	6A17	6B11	1133	1227	1332	1419

200 米 (16 人 2 组)

一	二	三	四	五	六	七	八
6B21	1129	1519	1226	1627	1330	6A23	1420
1227	6A17	1333	6B17	1425	1523	1125	1616

400 米 (16 人 2 组)

一	二	三	四	五	六	七	八
1616	1521	1213	6A21	1322	6B11	1129	1430
1126	1327	6B15	1420	1633	6A24	1234	1528

立定跳远组 14 人 1 组

1125 1137 1221 1230 1336 1334 1431 1425
1528 1620 1633 6A21 6A22 6B15

实心球 16 人 1 组

1128 1118 1233 1237 1333 1335 1422 1418
1534 1530 1622 1618 6A20 6A25 6B20 6B13

迎面接力 2 组

一	二	三	四	五	六	七	八
中一 1		中一 2		中一 3		中一 4	
中一 5		中一 6		6A		6B	

中一女

100 米 （14 人 2 组）

一	二	三	四	五	六	七	八
1502	6B07	1101	1607	6A02	1206	1305	
1110	6B08	1304	1509	1406	1612	6A04	

200 米 （13 人 2 组）

一	二	三	四	五	六	七	八
1105	1508	6B05	1202	6A02	1304	1603	
	6A11	6B01	1312	1609	1511	1210	

400 米 （13 人 2 组）

一	二	三	四	五	六	七	八
1401	6A05	1512	1101	1609	1203	1306	
	1107	1611	1207	6A07	1505	6B07	

立定跳远 14 人 1 组

1110 1201 1206 1311 1309 1411 1502 1511
1602 1611 6A05 6A01 6B08 6B03

实心球 14 人 1 组

1111 1112 1209 1212 1305 1408 1413
1503 1510 1607 1615 6A10 6A03 6B05

中二男

100 米 （16 人 2 组）

一	二	三	四	五	六	七	八
2233	2316	7A21	2416	7B29	2521	2120	2619
7B28	2516	2125	2633	2221	2336	7A32	2432

200 米 （14 人 2 组）

一	二	三	四	五	六	七	八
2620	2515	2417	7B30	7A31	2216	2120	
7B19	2232	2635	2116	2524	2432	7A21	

400 米 （15 人 2 组）

一	二	三	四	五	六	七	八
2426	2235	2117	7A31	2634	7B29	2331	2523
7A19	2616	7B18	2326	2219	2127	2534	

1000 米 16 人 1 组

2422 2434 7B30 7B19 7A30 7A26 2532 2526
2320 2331 2634 2616 2233 2219 2117 2119

立定跳远 16 人 1 组

2416 2433 7B26 7B25 7A23 7A22 2531 2516
2125 2131 2315 2326 2635 2626 2218 2235

实心球 16 人 1 组

2435 2437 7B24 7B26 7A26 7A24 2523 2531
2131 2133 2324 2336 2624 2637 2224 2227

迎面接力

一	二	三	四	五	六	七	八
中二 1		中二 2		中二 3		中二 4	
中二 5		中二 6		7A		7B	

中二女

100 米 （13 人 2 组）

一	二	三	四	五	六	七	八
2101	2406	7A10	2614	2210	7B07	2301	
	7B13	2213	2414	2303	7A09	2613	

200 米 （14 人 2 组）

一	二	三	四	五	六	七	八
2112	7A08	2301	2207	2506	2610	7B01	
2412	2512	2615	7B02	7A10	2305	2206	

400 米 （14 人 2 组）

一	二	三	四	五	六	七	八
2410	2605	2111	7B01	2503	2303	2209	
7A08	2506	2302	2213	2611	2106	7B02	

800 米 14 人 1 组

2207 2214 2605 2607 2111 2101 2503 2501
7A03 7A14 7B05 7B12 2408 2410

立定跳远 14 人 1 组

2209 2206 2614 2608 2304 2309 2110 2114
2502 7A03 7A17 7B15 7B16 2408

实心球 13 人 1 组

2210 2205 2609 2606 2312 2110 2105
2502 7A16 7A35 7B05 7B12 2411

中三男

100 米 （16 人 2 组）

一	二	三	四	五	六	七	八
3336	3220	8A17	3526	3634	8B13	3127	3434
3617	8B23	3122	3426	3340	3221	8A25	3529

200 米 （16 人 2 组）

一	二	三	四	五	六	七	八
3220	8A13	3522	3336	3127	8B22	3434	3629
3123	8B21	3432	3634	3224	8A23	3528	3316

400 米 （15 人 2 组）

一	二	三	四	五	六	七	八
3519	3629	8A19	8B12	3224	3130	3328	3426
3535	3632	8B23	3234	3140	3338	3425	

1000 米 15 人 1 组

3523 3535 3627 8A31 8A29 8B15 8B24
3230 3238 3130 3120 3329 3334 3425 3433

立定跳远 14 人 1 组

3536 3631 3621 8A22 8A19 8B13 8B12
3230 3234 3123 3328 3316 3416 3417

实心球 13 人 1 组

3519 3520 3622 3632 8A28 8A11 8B14
3221 3231 3122 3121 3320 3318

4*100 米接力

一	二	三	四	五	六	七	八
中三 3	中三 2	8A	中三 5	中三 6	8B	中三 1	中三 4

中三女

100 米 （14 人 2 组）

一	二	三	四	五	六	七	八
3208	8A04	8B02	3510	3301	3410	3601	
3105	3313	3405	3608	8A06	8B05	3514	

200 米 （12 人 2 组）

一	二	三	四	五	六	七	八
	3108	3611	3409	8B30	3205	3504	
	3306	3512	3208	3608	3412	8B03	

400 米 （10 人 2 组）

一	二	三	四	五	六	七	八
	3607	3509	8B04	3410	3206		
	3107	3412	3511	8B02	3312		

800 米 11 人 1 组

3501 3505 3611 3607 8B04 8B08
3105 3107 3305 3402 3409

立定跳远 13 人 1 组

3506 3510 3601 3603 8A01 8A09
8B09 8B07 3205 3108 3312 3402 3440

实心球 13 人 1 组

3503 3508 3602 8A32 8B10 8B08
3213 3214 3112 3307 3314 3403 3440

4*100 米接力

一	二	三	四	五	六	七	八
中三 3	中三 2	8A	中三 5	中三 6	8B	中三 1	中三 4

高一男

100 米 16 人 2 组

一	二	三	四	五	六	七	八
4328	4737	4426	4630	4536	4139	9B20	4228
4522	4122	9B24	4233	4339	4725	4427	4639

200 米 16 人 2 组

一	二	三	四	五	六	七	八
9A13	4630	4131	4335	4705	4536	4230	4423
4717	4530	4232	4430	9A18	4624	4129	4328

400 米 16 人 2 组

一	二	三	四	五	六	七	八
4233	4535	4421	4136	4325	4645	4717	9B15
4235	4534	4438	4120	4331	4626	4737	9A23

1000 米 15 人 1 组

4634 4642 4535 4533 4421 4437 4136 4120
4715 4727 9A30 4321 4335 4228 4229

跳远 14 人 1 组

4637 4626 4534 4529 4425 4438 4139 4122
4708 4710 9A31 9B26 4225 4241

实心球 15 人 1 组

4647 4637 4545 4532 4422 4134 4133
4715 4721 9B13 9A21 4332 4322 4238 4241

4*100 米接力

一	二	三	四	五	六	七	八
高一 2	高一 7	高一 1	高一 6	高一 5	高一 4	9AB	高一 3

高一女

100 米 15 人 2 组

一	二	三	四	五	六	七	八
4610	9B03	4103	4515	4403	4719	4201	4307
4404	4720	4212	4615	9A02	4118	4513	

200 米 15 人 2 组

一	二	三	四	五	六	七	八
4212	4512	4403	4731	4103	4614	4307	9A10
4113	4607	4312	4205	4501	4404	4713	

400 米 12 人 2 组

一	二	三	四	五	六	七	八
	4413	4610	4511	4732	4116	9B10	
	4205	4733	4105	4604	4513	4310	

800 米 14 人 1 组

4514 4515 4416 4116 4110 4731 4732 9B11
4310 4315 4201 4215 4603 4614

跳远 13 人 1 组

4507 4503 4416 4418 4104 4110 4729 4713
9A28 4213 4216 4603 4606

实心球 15 人 1 组

4514 4505 4413 4414 4104 4114 4719 4729 9A06 9B05
4303 4208 4211 4623 4622

4*100 米接力

一	二	三	四	五	六	七	八
高一 2	高一 7	高一 1	高一 6	高一 5	高一 4	9AB	高一 3

高二男

100 米 13 人 2 组

一	二	三	四	五	六	七	八
5434	5238	5652	10B29	5536	5331	5149	
	5551	5325	5138	5237	5625	10B26	

200 米 14 人 2 组

一	二	三	四	五	六	七	八
5434	10A29	5342	5614	5576	5121	5238	
5652	5521	5129	5437	5220	5347	10A20	

400 米 12 人 2 组

一	二	三	四	五	六	七	八
	11A20	5236	5645	5572	5137	5337	
	5554	5152	5335	11A17	5225	5615	

1000 米 13 人 1 组

10A17 11A22 5572 5554 5634 5632
5334 5351 5436 5230 5242 5142 5137

跳远 11 人 1 组

10B21 10B26 5542 5538 5625
5331 5342 5249 5221 5142 5138

实心球 14 人 1 组

10B30 10A18 5544 5551 5641 5647 5339 5343
5450 5452 5237 5235 5132 5154

4*100 米接力

一	二	三	四	五	六	七	八
高二 1	高二 3	高二 6	10AB11A	高二 5	高二 4	高二 2	

高二女

100 米 12 人 2 组

一	二	三	四	五	六	七	八
	5446	10A03	5575	5218	5155	5609	
	5569	5247	10B10	5112	5415	5315	

200 米 13 人 2 组

一	二	三	四	五	六	七	八
5455	5555	5204	5612	5115	10B10	5301	
	5549	5250	5610	5102	10B01	5319	

400 米 10 人 2 组

一	二	三	四	五	六	七	八
	11A06	5501	5204	5114	5607		
	5403	5146	5548	5213	5314		

800 米 11 人 1 组

10A12 11A06 5563 5502 5319
5455 5407 5212 5207 5155 5114

跳远 12 人 1 组

10A03 10B03 5555 5549 5606 5315
5446 5412 5252 5215 5101 5111

实心球 13 人 1 组

10B35 10A27 5501 5563 5649 5608
5314 5303 5413 5216 5255 5113 5108

4*100 米接力

一	二	三	四	五	六	七	八
高二 1	高二 3	高二 6	10AB11A	高二 5	高二 4	高二 2	

高三男

100 米 9 人 2 组

一	二	三	四	五	六	七	八
	6634	6559	6439	6148	6235		
		6132	6230	6578	6437		

200 米 11 人 2 组

一	二	三	四	五	六	七	八
	6349	6638	6445	6229	6143	6566	
	6354	6634	6433	6243	6148		

400 米 10 人 2 组

一	二	三	四	五	六	七	八
	6338	6149	6575	6623	6239		
	6436	6141	6538	6639	6249		

1000 米 8 人 1 组

6643 6652 6445 6443
6242 6238 6149 6145

跳远 9 人 1 组

6622 6653 6436 6433 6242
6229 6575 6141 6132

实心球 12 人 1 组

6350 6342 6635 6633 6440 6453
6223 6235 6529 6531 6143 6136

4*100 米接力

一	二	三	四	五	六	七	八
	高三 5	高三 2	高三 6	高三 3	高三 4	高三 1	

高三女

100 米 5 人 1 组

一	二	三	四	五	六	七	八
	6150	6605	6417	6121	6604		

200 米 5 人 1 组

一	二	三	四	五	六	七	八
	6118	6613	6508	6102	6611		

400 米 7 人 1 组

一	二	三	四	五	六	七	八
6417	6501	6615	6150	6504	6607	6120	

800 米 9 人 1 组

6102 6121 6218 6317 6319
6502 6550 6608 6615

跳远 7 人 1 组

6420 6422 6116 6112
6248 6602 6610

实心球 7 人 1 组

6421 6412 6103 6113
6248 6616 6609

4*100 米接力

一	二	三	四	五	六	七	八
	高三 5	高三 2	高三 6	高三 3	高三 4	高三 1	

