

1 唯一的单独体育成绩报告单

这张成绩单记录的是89年前宁波中学学生李瑞璋的体育成绩。报告单发现于著名宁波籍实业家李康年遗存的档案中，是宁波教育博物馆保存的唯一的单独体育成绩报告单。

1936年，李瑞璋就读浙江省立宁波中学初中二年级乙班。成绩单显示，当时的李瑞璋同学，“年龄14岁1个月，体重97英磅（约44千克），身高64.4英寸（约163.58厘米）”。

他的标准运动测验项目成绩（占总分的50%）分别为：“1分钟投篮中13次，100公尺跑步15.8秒，急行跳远3.8公尺（米），推8磅铅球5.8公尺（米）”，实得分数精确到小数点后两位。

他的总分为78分。

这张成绩单上还有校长沈其达、教务主任胡蒙子、体育主任胡士煊的名字和体育教员政霖的印章。

宁波教育博物馆馆长黄兴力介绍：“上世纪三四十年代，宁波各个中学都非常重视体育，专门成立了体育科教学研究会，研究体育的教学。学校里除了体育课，还有早操和课余体育活动。当时的《中学规程》规定，体育不及格者不得升级或毕业。”

2 李同学的成绩在今天处于什么水平

那么，李瑞璋同学的身体素质和体育成绩，放到今天处于什么水平呢？

宁波市教育局教研室体育教研员马杨旭和同事们一起，对这张成绩单进行了重新打分。

身体方面，李瑞璋同学身高163.58厘米，体重44千克，BMI为16.35，属于正常体形。“如果是我们现在，还要测一个肺活量。但是体形方面还是可以拿100分的。”马杨旭。

李瑞璋一共参加了4项体育测试，由于年代相距较远，大多数项目不是现在测试项目，只能查对其他测试标准。比如100米跑，现在是测试50米。因此，表格中的100米和跳远，是按照原《国家体育锻炼标准》计算的。

总体来看，李同学的成绩，换算下来的得分为82.5分，等级是良好。不过，马杨旭觉得，李瑞璋的实际成绩可能会更好。

“我们是按照原来的标准计算的，难度其实比现在要高。”马杨旭说，篮球和铅球两项难以直接对比，但也可以做下推测。

“李瑞璋同学按现在要求看，投篮应该是优秀。8磅的铅球合3.36千克，而现在用的一般是3千克或者5千克的铅球。如果用比较接近的3千克铅球做测试，我估计李同学拿到八九十分应该没问题。”马杨旭说。

89年前的李同学“穿越”到今天 体育能拿多少分？

新学期伊始，浙江省教育厅发布消息，从2025年春季学期开始，浙江鼓励各地各校将课间活动时间由10分钟延长至15分钟，保障学生的综合体育活动时间。

近年来，体育越来越受到重视。宁波素有“文教之邦”的美誉，让我们通过宁波教育博物馆珍藏的一张体育成绩单，穿越时间隧道，看看89年前的宁波体育课是什么样的？

3 当时宁波已非常重视体育课

那么，当时的宁波为何这么重视体育呢？我们可以从1928年余姚县教育公报的文件中一窥究竟。

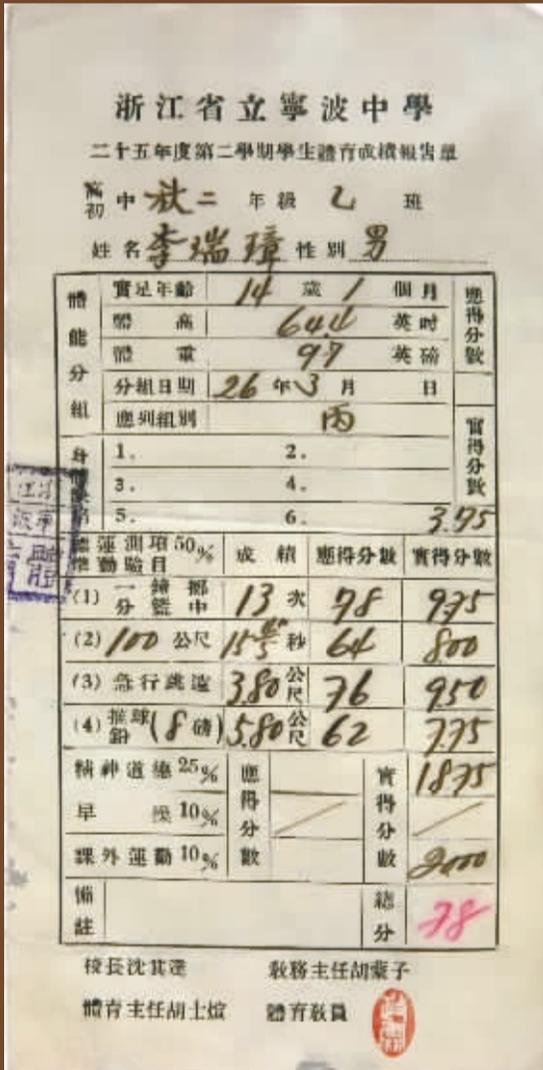
这份文件全名叫“国立浙江大学训令：奉大学院令各学校一律注重体育由”（下图）。当时的教育行政制度采用大学院制，大学院类似教育部。各省则分为若干大学区，每区设大学一所，以大学校长综合管理区内教育行政及一切学术事宜。

令文中是这么说的：“照得吾国积弱不振，……国民忽视体育缺乏军国民训练，亦为召侮之由。……欲肩救国之重任，必须有强健之体魄。……各专门以上学校应一律加课军事教育，每星期至少三次，以两年为限。各中等以下学校，应一律注重体育，每星期亦至少三次至毕业时为止。其应授科目，……暂由各校自行规定。”

作为五口通商城市之一，宁波人对此感受尤其强烈。因此，彼时宁波的中学教育，除了开设修身、国文、英文、数学等文化课程外，还有体操科，每周三个课时，包括普通兵操和兵式体操。而在小学阶段，1928年的《小学暂行条例》规定，体育和国语、算术、地理、卫生等被列入小学教授科目，还规定音乐和体育可以合并教授。

另外，这张独立的体育成绩单以及上面的校长签名，也印证了当时宁波教育界对体育的重视。

记者 张志龙 通讯员 张静

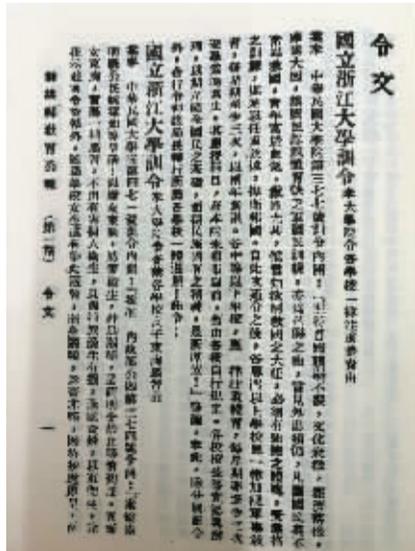


项目	原成绩	原得分	现得分
身高	64.4英寸 163.58cm	8MI	100分
体重	97磅 44kg	15.35	正常体形
100米	15.8	64	75
急行跳远	3.8公尺	98	无对比标准
推铅球	5.8公尺	76	75
精神道德	25%		
早操	10%		
课外运动	10%		
总分		78	82.5

换算标准：1英寸=2.54厘米，1磅=0.45359237千克，100公尺=100米，3.8公尺=3.8米，5.8公尺=5.8米，8磅=3.63公斤，BMI=体重(kg)/身高(m)²=44/(1.6358)²=16.35



1932镇海县立商科职业学校商科篮球队



令文

国立浙江大学训令奉大学院令各校一律注重体育由... 奉大学院令各校一律注重体育由... 奉大学院令各校一律注重体育由...