

教育部等五部门关于实施学生体质 强健计划的意见

教体艺〔2025〕1号

各省、自治区、直辖市教育厅（教委）、发展改革委、财政厅（局）、人力资源社会保障厅（局）、体育行政部门，新疆生产建设兵团教育局、发展改革委、财政局、人力资源社会保障局、文化体育广电和旅游局，部属各高等学校、部省合建各高等学校：

为贯彻落实《教育强国建设规划纲要（2024—2035年）》，深入实施素质教育，深化学校体育改革，切实增强学生体质，促进学生身心健康，教育部、国家发展改革委、财政部、人力资源社会保障部、体育总局决定实施学生体质强健计划。现提出以下意见。

一、总体要求

坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，深入贯彻党的二十大和二十届历次全会及全国教育大会精神，切实落实立德树人根本任务，大力践行健康第一教育理念，以体育人，守正创新，深化改革，体教融合，推动学校体育高质量发展，让学生在体育锻炼中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志，为建设教育强国、体育强国和健康中国提供有力支撑。

到2027年，以义务教育阶段为重点中小学生每天综合体育活动时间不少于2小时要求全面高质量落实，学段衔接的学校体育教学改革全面深化，面向人人的课外体育活动竞赛普遍开展，结构更加合理的师资队伍初步建成，满足师生需求的场地设施条件更加完善。学生体质健康合格率、优良率，毕业生运动习惯养成率显著提升。培育一批特色鲜明的体育健康类国家级示范性学校，打造一批新型高校高水平运动队，建设一批学校体育高质量发展改革试点地区，学校体育更加多样化、个性化、项目化，成为校园新风尚、新气象。到2035年，现代化、高质量的学校体育体系基本形成，学校体育在促进学生健康成长、全面发展和教育强国建设中发挥重大作用。

二、主要任务

（一）深化体育教学改革

- 充分保障体育时间。基础教育阶段要统筹课内外、校内外，积极推进中小学生每天综合体育活动时间不低于2小时。按照规定课时开齐开足体育与健康课程，鼓励有条件的学校利用地方（校本）课程课时，引导学生加强体育锻炼。充分利用课间开展体育活动，鼓励有条件的中小学校上下午各安排一次不少于30分钟有质量的大课间体育活动。把体育作为义务教育学校课后服务的必要内容，丰富体育项目，满足学生需求。鼓励中小学寄宿制学校在保障学生充分睡眠的前提下建立实施早操制度。高等教育阶段要严格落实

体育课程最低学时要求（本科144学时、高职108学时），推动高校面向三年级以上学生（包括研究生）开设形式多样的体育课程，组织学生每周至少参加3次有强度的课外体育锻炼。引导大中小学生周末和节假日积极参加体育锻炼。

2. 切实提高教学质量。落实国家课程标准，一体化推进体育教学改革，构建学段衔接、目标一致、支撑有力的体育与健康课程实施机制，积极探索走班制、俱乐部制等实施方式，促进体育课与体育活动更加灵活贯通。学校要合理安排课程教学内容，体现连续性、进阶性、多样性，打造学生更加喜爱、更有质效的体育课，让学生立足学校即可熟练掌握至少一项运动技能，养成体育锻炼习惯。科学设计体育课、大课间和课外体育活动的运动负荷，重视体能练习，注重统整运动技能学练和比赛安排，加强科学运动指导与普及，确保运动安全与锻炼效果。修订高校体育课程教学指导纲要，办好全国体育科研与教学成果报告会。发挥全国高等学校和中小学校体育教学指导委员会作用，加强教学指导，组织开展精品体育课程遴选、教学成果推广交流。

（二）健全训练竞赛与人才培养体系

3. 广泛开展群体性活动。坚持面向全体学生，广泛组建体育兴趣小组、社团和俱乐部，有组织地开展学生群体性体育活动。以足篮排三大球为重点，大力开展形式多样的班级赛、校际赛，中小学校每年举办春季、秋季学期两次校级综合性运动会或体育节，确保每个学生经常参加校内体育竞赛活动，形成人人有项目、班班有活动、校校有特色、周周有比赛的学校体育发展新样态。健全体育课余训练制度，组建班级、年级、校级运动队，完善培养与选拔机制，为有体育兴趣爱好和发展潜力的学生参加课余训练、提升运动水平创造条件。支持学校与体校、符合条件的青训机构共同开展课余体育训练。

4. 完善体育竞赛体系。充分发挥体育竞赛牵引作用，注重以赛促教、以赛代练、以赛育人。以全国学生（青年）运动会为龙头，以全国青少年三大球运动会和单项运动全国联赛为主干，普及校园体育赛事，畅通区域选拔赛事，做精全国品牌赛事，构建定位清晰、层级分明、衔接有序、优质高效的体育竞赛体系。修订全国学生体育竞赛管理办法，规范学生体育赛事管理，倡导简约、安全、文明办赛，严格落实赛风赛纪和反兴奋剂工作要求。促进学校体育国际交流与合作。

5. 优化人才培养体系。各地要深化体教融合，科学规划运动项目在大中小学的合理布局，探索构建纵向畅通、横向融通、能出能进、转换便捷、规范有序的体育人才培养机制。鼓励各地统筹体育运动特色学校和特色班，在现有招生政策范围内进一步完善基础教育阶段学区划片、对口直升和自主招生等政策，畅通体育人才成长通道。进一步优化高等学校体育类学科专业布局，适度扩大本科和研究生招生规模。完善学生体育赛事与职业联赛的人才输送机制，为优秀学生运动员进入省队、国家队创造条件，进一步完善优秀运动员多样化升学通道。

（三）壮大体育骨干力量

6. 充分发挥示范性学校作用。整合原体育传统项目学校和体育特色学校，建设国家级示范性学校（体育健康类），带动中小学校体育质量整体提升。加强各级各类体育学校建设和管理，充分发挥体校在竞技

体育后备人才培养和学校体育改革发展中的重要作用，探索体校与中小学结对发展模式，体校为中小学校提供专业技术服务，中小学校助力体校提升教育教学质量。

7. 建设新型高校高水平运动队。大力推进高校高水平运动队创新发展，鼓励高校在校内实行面向普通类专业和体育类专业生源的二次选拔，充实高水平运动队建设，对在国内外重大赛事中取得优异成绩的高水平运动员，在学分计算、评优评奖、保送研究生等方面予以倾斜，充分发挥高水平运动队在探索体教融合、推动项目普及、塑造大学精神、增强学生体质、引领高等学校体育改革发展等方面示范作用。

（四）改进体育监测评价

8. 深化体育评价改革。以激励学生参加体育锻炼、提升体质健康为目标，完善学校体育工作评价机制。将体质提升、技能增强、运动参与、习惯养成等作为评价学生和学校体育工作的重要指标。优化体育考试评价，丰富选考项目，改进测评办法，淡化测试选拔性，强化正向激励，利用数字技术手段加强过程性评价，构建过程性与结果性相结合的综合评价体系。规范初中毕业升学体育与健康考试、普通高中体育与健康学业水平考试组织实施。鼓励高校在强基计划等特殊类型招生测试中增设体育项目。高校可积极探索在学生毕业前颁发体质健康证书。

9. 完善体质健康监测体系。认真实施国家学生体质健康监测制度，加强科学分析和反馈，建立数据共享机制，强化结果运用和实践推动。各地要建立学生体质健康测试抽查复核机制，落实结果公示反馈制度。鼓励各地探索开展以新生入学体质健康情况为基准，以上一学段毕业监测结果为参照，以毕业生离校监测结果为对照，建立校际、校内年级之间结果互为监督、突出过程评价的学生体质健康监测体系。加强体育与健康课程实施情况监测，将身心健康等学生成长发展要求纳入监测范围。

10. 加强学生体质精准干预。各级各类学校要普遍建立“监测—干预”联动机制，针对性地优化体育课程教学活动，开展家庭体育指导。鼓励有条件的地方和学校建立学生体质健康数字画像，探索运动、卫生、营养相结合，制定精准化干预措施。实施大学生体质提升专项行动，“一校一策”改善学生体质健康状况。

（五）加强师资队伍建设

11. 构建新型体育师资队伍。探索构建以专职体育教师为主体、体育教练员为辅助、兼职体育教师（教练员）和社会力量为补充的新型体育师资队伍。各地要根据体育课程开设需要，结合人口变化趋势，配齐配强专职体育教师，优化农村中小学校体育教师补充机制，鼓励建设区域体育教师共享中心。深入落实在学校设置教练员岗位，完善教练员资格、遴选、培训、使用、管理、待遇、评价等系列工作制度，畅通用人机制，激发各方积极性和参与度。鼓励支持优秀体育类专业大学生赴中西部等地区开展体育支教志愿服务。鼓励有条件的地区通过购买服务方式，与优质专业机构等社会力量合作，为学校提供课后服务和教练服务。

12. 加强培养培训。深化高校体育教育人才培养模式改革，加强体育教育专业师范生运动技能培养，强化教学实践，健全见习实习制度，全面提升体育教师综合素质和教学能力。鼓励通过公费师范生方式培养体育师资。优化实施中小学幼儿园教师国家级培训计划（简称“国培计划”），加强体育教师培训。鼓励各地建设一批体育名师工作室。办好全国普通高等学校体育教育专业学生基本功大赛。各地要加强体育专兼职教师和教练员培训，全面提升业务能力。健全体育教研工作体系，配齐配好体育教研员，深入一线开展体育教研指导和服务。

13. 完善激励机制。改进体育教师考核评价办法，综合考虑体育课教学质量、学生体质健康水平、指导参赛成绩等方面，开展科学评价。将教师组织开展大课间、体质健康监测、课余训练、课外活动、指导参赛和走教任务等计入工作量。体育教师在职称（职务）评聘、福利待遇、评优表彰、晋级晋升等方面与其他学科教师享受同等待遇，在学科带头人、特级教师、教学名师、教学成果奖等评选中保证体育教师占合理比例。

（六）强化条件保障

14. 推动场地设施拓展升级。将改进学校体育场地设施条件纳入各级各类学校升级改造总体安排。因校制宜推进运动空间升级改造，挖潜拓展校园体育运动空间，鼓励创设小型化运动锻炼场景，打造校内“微运动场”，合理配置体育器材设施。新建学校严格落实学校建设标准配置体育场地。

15. 加强社会资源共用共享。加强社区青少年活动场地设施建设，新建公共体育场馆设施优先选址学校和社区周边，促进学校与社区共建共享体育场馆。将学生作为体育公共资源统筹保障重点人群，鼓励公共体育场馆设施免费或低收费向学校和学生公益开放，推进学校体育场馆课后、周末和寒暑假期间向学生免费开放。

16. 探索实施数字赋能体育。鼓励有条件的地方和学校将传感技术、大数据、人工智能、虚拟现实等技术与学校体育深度融合，运用数字技术赋能学校体育。建强用好国家智慧教育公共服务平台，鼓励各地各校、行业企业发挥优势开发精品资源，增加体育资源供给。探索学校体育场馆设施智能化升级，打造智慧校园体育场馆和体育场景。

17. 强化体育活动安全保障。加强学校体育活动安全管理和运动伤害风险防控，支持各地制定有针对性的地方性法规，健全政府主导、部门协同、社会参与的运动伤害防范和处理机制，完善政府、学校、家庭多元投入的保险保障机制。学校要完善体育活动安全管理制度，加强运动安全日常教育培训和体育比赛活动安全管理，配齐必要急救设施设备，优化应急处理机制。

（七）培育体育文化

18. 培塑校园体育文化。树牢健康第一教育理念，弘扬中华体育精神，涵养阳光健康、拼搏向上的校园文化氛围，把体育贯穿人才培养全过程，融入校园生活全方位。深入挖掘校园体育特色，打造“一校一品”“一校多品”的校园体育文化品牌矩阵，凝练校园体育文化内核标识。强化校园体育赛事文化属性，

打造一批校园体育品牌赛事和文化交流活动，把赛场办成激发学生追求卓越、团结协作的舞台，培养学生爱国主义、集体主义和顽强拼搏精神。把体育作为教育系统各级领导干部和教师培训的重要内容。

（八）推进社会协同

19. 建立校家社协同机制。落实教联体协同工作方案，整合学校、家庭、社会育人资源，建立定期沟通协调机制，搭建常态化育人平台和活动载体，为学生参与体育锻炼提供全方位保障。学校发挥协同育人主导作用，提供家庭体育锻炼指导服务，鼓励支持学生与家长形成共同体育爱好，开展家庭亲子体育锻炼。引导家长注重培养孩子强健体魄，劳逸结合、科学锻炼，做好睡眠管理，确保充足睡眠时间，形成健康生活方式。

20. 推动形成育人合力。深化体教融合，以育人为宗旨、活动为载体、赛事为平台，促进理念、机制、人才、赛事、资源等深度融合。加强体育与德育、智育、美育、劳动教育的融合，充分挖掘和运用各学科蕴含的体育资源，共同促进学生树牢健康理念、提升运动能力、涵养体育品德、养成健康行为。鼓励各地加强公共资源统筹，共同提升学生体质健康水平。

三、组织实施

加强和改进学校体育、增强学生体质是一项重大系统工程。要完善部门协同，形成工作合力。教育部门做好牵头组织协调，切实履行好主管部门责任。发展改革、财政部门在重大项目建设和资金投入方面对学校体育予以支持，机构编制、人力资源社会保障部门支持加强师资队伍建设，体育部门发挥职能部门作用和专业优势，共同推进体教融合各项工作。各地各校要把实施学生体质强健计划作为教育强国建设的一项重要任务摆在突出位置，强化省级统筹，制定实施方案，认真组织实施。教育部在省级人民政府履行教育职责评价、县域义务教育优质均衡发展督导评估、国家义务教育和普通高中教育质量监测中，围绕学生身心健康等监测指标，强化督导评估。各地要优化经费支出结构，健全多渠道投入机制，多措并举保障学校体育综合改革。加强宣传推广，推介优秀案例，广泛凝聚共识，营造全社会共同促进学生体质强健的良好氛围。

教育部 国家发展改革委 财政部

人力资源社会保障部 体育总局

2025年11月7日