



让校园体育“热”起来

——代表委员热议学生体质强健计划

“身上有汗,关键是让学生动起来。把体育锻炼作为最有效的手段,让学生走出教室、走向操场。”在7日举行的十四届全国人大四次会议民生主题记者会上,教育部部长怀进鹏说。

以体育人、以体育心、以体育德,校园体育事关教育本质、育人大计。继马年新春教育部“新春第一会”明确“严防阴阳课表、严查挤占体育课”之后,“打造学生喜爱、能出汗的体育课”“让‘班超’‘校超’燃动校园”成为今年两会的热议话题。如何让好政策刚性实操落地?代表委员们带来了一线的观察与思考。



2025年11月28日,在位于南京市鼓楼区的天妃宫小学,足球社团的学生在训练。

1 “小体育课”里的“大育人观”

新学期,江西南昌师范附属实验小学的楼顶“空中运动场”热闹起来——跳绳、打球、攀爬,孩子们各有所乐。

“以前课间只能在走廊走走,现在可以到楼顶玩!”四年级学生李雨桐满脸通红,额头上渗着细密的汗珠。去年以来,江西鼓励中小学利用楼顶、走廊、地下空间见缝插针建设“微操场”,校园随之热闹了起来。

放眼全国,开学第一周,北京市中小学全面启动班级超级联赛,计划全年开展40万场次赛事;海南联动开展30多项全学段赛事,年度参与学生预计超百万人次……

这份热闹背后,是“育人观”的持续转变。

2025年11月,教育部等五部门联合印

发《关于实施学生体质强健计划的意见》,围绕每天综合体育活动时间、体育竞赛体系、体育人才成长通道等提出20条举措。这份被代表委员称为“首次以‘促进学生体质强健’为主题”的专项政策文件,针对学校体育长期存在的问题进行了系统性部署。

“学生体质强健计划不只是几节体育课的事,也不只是达标测试的事,而是关乎育人生态的系统工程。”全国人大代表、江西省教育厅厅长郑磊说,“这是从国家战略的高度,把‘健康第一’理念融入教育教学全过程。”

全国政协委员、国家体育总局运动医学研究所所长谢敏豪亲历政策出台全过程。过去五年,从体育总局出台运动员在学

校任教的文件,到民政部等部门为运动员就业创造条件,再到去年11月五部门联合发布“20条”,“体教融合的共识进一步凝聚,政策推力一茬接着一茬。”谢敏豪说。

全国人大代表、北师大附中校长邵志豪细数政策中一条条务实有效的举措:“比如明确提出要形成‘人人有项目、班班有活动、校校有特色、周周有比赛’的学校体育发展新形态,要求每学期举办一次体育运动会。这些细化的要求,给学校提供了具体方案。”

“一系列政策组合拳,实现了从‘关注学生成绩’到‘关注学生成长’、从‘倡导体育锻炼’到‘刚性实操落地’的重大转变。”全国人大代表、海南省教育厅厅长丁晖说。

2 根除“阴阳课表”还面临哪些“拦路虎”?

然而,当目光投向更广阔的校园,代表委员们注意到,政策落地的“最后一公里”还有不少“拦路虎”。

全国政协委员、国家体育总局运动医学研究所所长厉彦虎在调研中发现一个怪现象:有的学校课间从10分钟延长到15分钟,孩子反而更累了。为了挤出两个课间,学校取消最后一个课间,两节课连堂,午饭时间也被压缩。

“这叫‘拆东墙补西墙’,学业压力没减,只是重新包装。”更让他担忧的是,课间长了,活动空间反而小了,有些学校

不许上下楼,不许去操场,只能在教室门口“放风”;有些学校甚至搞起“阴阳课表”,遇到检查就改成15分钟,没检查就恢复原样。

全国政协委员、民建佳木斯市委主委赵坤宇在推广冰球运动时发现,孩子们热情很高,但到了高年级,学业压力增大后很难兼顾训练。“很多有潜力的孩子不得不放弃,因为面临‘升学断档’的焦虑。”

场地和师资也是“硬瓶颈”。一些地方城区学校空间有限,生均运动面积不

足;部分南方省份学校高温多雨时缺乏室内场馆,一旦遭遇恶劣天气,“每天2小时”目标就很难达到;师资方面,中小学体育教师存在一定缺口,面对每天2小时的活动量,现有教师分身乏术。

“体育课是大体育中的一环,是基础体育的一部分。”面对这些现实困境,全国政协委员、中国冬奥首金得主杨扬说,“理想的学校体育应该让孩子能够体验更多的项目,有大肢体的、小肢体的,也有技巧类的、竞技类的,如何设计更符合青少年发展的体育内容,才是关键。”

3 看到校园体育背后的“大账”

以“晒课表”的刚性约束,守住“每天2小时”“课间15分钟”的时长底线;以校园赛事设计,燃动“三大球”的校园活力……校园体育在促进学生全面发展、塑造健全人格和培养优良品德方面具有独特功能,代表委员们为此带来了各地的实践与探索。

把课表“晒”出来,让“硬杠杠”真正硬起来。

江西拿出实招,将全面推行总课表、班级课表、教师课表“三表统一”,不仅校内公示,还向社会公开。更关键的是,将学生体质健康状况纳入学校考核和校长履职评价的核心指标,对体质健康水平下滑的学校实行“一票否决”。

“要让办学治校者真正意识到,一所不重视学生健康的学校,升学率再高也不是成功的教育。”郑磊说,只有动真格,才能让“每天锻炼2小时”从要求变成习惯。

专业力量也正向校园汇聚。

前不久,人大附中海口实验学校的体育馆里,王楚钦、王曼昱等国家乒乓球队运动员和同学们同台竞技。“能跟专业运动员打球,紧张又激动!”学生邢博钧说。海南正推动学校与社会场馆双向开放,引入体育社团、俱乐部的专业人员进校园。

目前,国家已出台《关于在学校设置教练员岗位的实施意见》,各地纷纷跟进。“关键一招就是要打通退役运动员、社会体育指导员进学校、社区的渠道。”赵坤宇说。

北师大附中在体育课上开设武术、击剑、射箭等多样化项目,推行体育课走班选课教学。“让孩子真正爱上运动,需要课堂、社团、赛事三位一体。”邵志豪说。

当体育被摆在育人中心,成效正在被数据印证。在北京第二实验小学,这所从十年前就把体育作为“第一学科”的学校里,六年级学生梁谦益从“跑两圈就喘”的“小胖墩儿”,变成了能轻松跑完晨练10圈的阳光少年。从2017年到2025年,全校学生体质监测优良率从不足75%提升至近96%。

过去一年,“苏超”“赣超”“湘超”

等“城超”赛事火遍全国,学校老师、青年学生与银行职员、外卖骑手等一起成为绿茵场上的主角。赛场外,是文旅升温、消费提振的“大经济”。

代表委员们由此联想到,“班超”也应当“城超”,算好背后的教育发展“大账”——“班超”的目的不是打造精英球队,而是让每个孩子都能站上赛场,享受运动的快乐。

“运动能带给学生的,不只是强健的体魄,更是团队意识、抗压能力、终身受益的爱好。”厉彦虎说,当校园里随处可见奔跑的身影、随处可闻爽朗的笑声,那里面藏着的正是孩子们未来的无限可能。



1月9日,诸暨市陶朱街道城西小学的学生在操场上参加走板鞋游戏。

护生命之花 夯强国之基

——代表委员谈政府工作报告中的“体育任务书”

惊蛰至,春意浓。健康中国和体育强国、赛事经济、冰雪经济、2026年亚运会备战参赛……2026年政府工作报告中,一系列“体育热词”备受关注,开出的“体育任务书”引发代表委员热议。

代表委员们表示,在“十五五”开局起步之际,要扎实推动体育事业进步,积极发挥体育多元价值功能,更好赋能经济社会发展,为健康中国和体育强国建设贡献更大力量。

人均预期寿命80岁:以体育呵护生命之花

政府工作报告中介绍了“十五五”时期主要目标指标、重大战略任务、重大工程项目。在重大战略任务的第三个方面“突出推进全体人民共同富裕”中,“加快建设健康中国和体育强国,人均预期寿命提高到80岁”受到代表委员关注。

全国政协委员、国家体育总局运动医学研究所所长厉彦虎说,从世界范围看,人均预期寿命提高到80岁,标志着我国居民主要健康指标跃居中高收入国家前列。

“‘80岁’的明确提法很显眼。”全国政协委员、中国登山协会副主席王勇峰表示,“老年人如果有体育助力,会减少很多健康问题。”

应对老龄化社会痛点,老年人体育必不可少。

全国政协委员、湖北省社会主义学院院长丁亚琳说:“全民健身包括各个年龄段,老年人的健身意识和需求也在提升,科学的体育活动对提升老年人的健康水平、生活质量有重要意义。”她建议,依托社区小区的健身设施,完善老年人健身服务指导网络,举办更多小而美的群众赛事,给老年人更多参与机会。

除了“银发族”,还有青少年。政府工作报告提出“加强体育、美育、劳动教育和心理健康教育,健全学校家庭教育社会协同育人机制”。对此,全国人

大代表、东北师范大学附属中学校长邵志豪说:“政府工作报告的部署,精准把握了新时代教育的核心要义,为学生身心健康全面发展指明了方向、提供了遵循。”

全国人大代表、沈阳大学教授李晓霞说:“体育教会孩子们如何面对输赢、如何团结协作,如何在压力下保持坚韧,这些品质是心理健康和健全人格的基石。”她建议继续推动“体育家庭作业”和“课后体育服务”,鼓励退役运动员进校园,“让体育成为每个孩子成长的一部分”。

“一老一小”的健康,牵动着代表委员们的心。他们认为,持续推进全民健身,加强群众身边的场地和赛事供给是重要抓手。

全国政协委员、北京体育大学中国体育发展研究院名誉院长鲍明晓提出,要进一步夯实群众身边的运动场地,健身组织、赛事活动和科学指导,构建普惠、利民、好用的全民健身新生态。

他建议,场地建设要“往前迈一步”,在城乡组建社区全民健身中心,还可要求新修小区配建体育中心,逐步解决场地问题。

赛事供给方面,鲍明晓说:“要以群众喜闻乐见、参与度高的球类、冰雪、户外和路跑、骑行运动为抓手,建立健全多层次、广覆盖的体育赛事体系。”

释放消费潜力:让体育结出经济硕果

政府工作报告指出,过去一年,文旅体等服务消费潜力加快释放。展望未来,报告提出“释放文旅、赛事、康养等领域消费潜力”“高质量发展文化旅游业,丰富文旅体商等融合业态”“积极发展赛事经济、冰雪经济、户外运动”等任务。

鲍明晓表示,政府工作报告对体育促消费、惠民生方面提出了更加明确、更加具体的工作指引。他建议“做大做强做优体育产业,发挥体育在促消费、稳增长、带就业中的重要作用”。

全国人大代表、江西省水上运动管理中心运动员徐诗晓深有同感。过去一年,各地“城超”“村超”热闹非凡,她家乡的“赣超”,用66场比赛吸引了超123万人次现场观赛,线上累计观看量更是突破15亿人次。

“大家看完球,去逛夜市、吃小龙虾、住酒店,赛场流量转化成真金白银的消费。一场球赛,火了夜市,鼓了腰包,暖了人心。”“赣超”带动的综合经济效益超140亿元。”徐诗晓说,这就叫“办好一场赛,兴活一座城”。

东北地区的城市足球联赛“东北超”即将打响。李晓霞说:“‘东北超’既能

提振东北体育氛围,也将为区域消费注入新动能。”

全国人大代表、江苏游泳运动员张雨霏表示:“‘苏超’火遍全国,我看到了5元钱一张门票带动了家乡火热的文旅消费,看到了体育成为更多人主动选择的生活方式。”

据《中国冰雪经济发展报告(2025)》预测,2025年中国冰雪产业规模有望首次迈上万亿元新台阶。全国政协委员、中国冬奥首金得主杨扬说,要继续巩固和扩大“带动三亿人参与冰雪运动”的成果,让冰雪运动成为一种生活方式。“深度参与的人越多,市场越大,冰雪经济发展空间也就越大。”

杨扬建议加大冰雪装备制造业的科研投入,助推冰雪产业全面升级,同时鼓励冰雪运动与文旅业态深度融合,充分释放消费潜力,让冰雪运动更好地融入生活、赋能发展。

全国人大代表、黑龙江鹤岗市高山滑雪教练员李云峰说,冰雪运动已“进入寻常百姓家”,能带动冰雪文化、冰雪装备、冰雪旅游进一步升温,撬动全产业链发展。全国人大代表、短道速滑冬奥冠军任子威则建议培育优秀的南方冰雪赛事IP。

科研与青训:加快建设体育强国

在刚刚结束的米兰冬奥会上,中国代表团获得境外参赛历史最好成绩。其中,自由式滑雪空中技巧队收获2金3铜,表现出色。

“徐梦桃夺金在计划内,但决赛的分数令人欣喜;王心迪夺冠也不意外,因为我们队四个男孩都有实力。”谈及“金牌伉俪”,全国政协委员、国家自由式滑雪空中技巧队教练纪冬骄傲地说。

纪冬表示,下一步将带领队伍继续坚持科学训练,用优异成绩讲好中国体育故事,增强民族自豪感和凝聚力,为体育强国建设贡献力量。

政府工作报告指出,过去一年成功举办第九届亚洲冬季运动会、第十五届全国运动会,并对未来工作提出明确要求:“做好2026年亚运会备战参赛工作”“加快重塑足球青训体系”。

围绕竞技体育,代表委员们表示,要以科技助力训练,以青训厚植沃土,在新征程上增强中国体育的竞争力。

全国政协委员、上海市竞技体育训练管理中心射击射箭运动中心主任陶璐娜建议,运用大数据赋能科学训练、伤病预警和人才选拔,提升运动员为国争光能力。“去年全运会,上海队就用数据分析每支箭的速度、距离等,让运动员有了更直观的感受。”

谈到亚运会备战,陶璐娜介绍,上海体科所和上海交大研发的射击训练仪器,

能将运动员的训练数据精准呈现;上海自行车队每天训练结束后,也会根据数据分析制订次日训练计划。她同时提到,大数据还为后备苗子的科学选拔提供了依据。

人才根基的夯实,需要从青训抓起。徐诗晓表示,政府工作报告中对竞技体育和职业体育发展的关注,特别是对青训体系“重塑”的决心,抓住了体育长远发展的“牛鼻子”。这不仅是对足球的要求,也是对所有运动项目的鞭策。

“我们皮划艇项目之所以能保持长盛不衰,靠的正是扎实的后备人才培养。”她说。

李晓霞说,青训不是脱离教育的孤岛。“在东北,足球特色学校遍地开花,一些足球城市的足球课开设率达到100%,这正是体教融合的生动实践。”她还提到大连形成青训中心、特色学校、校园足球协作的全链条青训体系。“只有一茬又一茬好苗子成长起来,足球事业才会有希望、更有未来。”

体育工作的重要任务之一是为强国建设和民族复兴伟业培养更多体魄强健的建设者。面向未来,全国体育战线的工作者需要一步一个脚印地推动“任务书”的落地落实,让健康中国和体育强国建设的各项目标开花结果。

新华社电