

# 体育强国背景下学校体育教育的改革与创新

彭晨阳

华南师范大学体育科学学院，广东广州

**摘要：**在“体育强国”与“健康中国”双重战略驱动下，学校体育教育作为青少年体质提升和体育文化传承的核心载体，亟需通过系统性改革与创新实现高质量发展。本文基于政策分析、实证调查与案例研究，探讨当前学校体育教育存在的现实困境，提出以“课程体系重构、科技赋能教学、多元协同治理”为核心的改革路径，并围绕体教融合、五育并举、数字化转型等方向提出创新策略，为新时代学校体育教育提供理论与实践参考。

**关键词：**体育强国；学校体育；体教融合；体育素养；教育改革

---

## Reform and Innovation of School Physical Education under the Background of a Sports Powerhouse

Chenyang Peng

School of Physical Education and Sports Science, South China Normal University, Guangzhou, Guangdong

**Abstract:** Under the dual strategic impetus of “Building a Sports Powerhouse” and “Healthy China”, school physical education, as the core carrier for enhancing the physical fitness of young people and inheriting sports culture, urgently needs to achieve high-quality development through systematic reform and innovation. Based on policy analysis, empirical investigation, and case studies, this paper explores the current practical predicaments in school physical education, proposes a reform path centered on “curriculum system reconstruction, technology-enabled teaching, and multi-stakeholder collaborative governance”, and puts forward innovative strategies in the directions of integrating physical education with school education, promoting the all-round development of students, and digital transformation, providing theoretical and practical references for school physical education in the new era.

**Keywords:** Building a Sports Powerhouse; School Physical Education; Integration of Physical Education and School Education; Sports Literacy; Education Reform

2019年《体育强国建设纲要》[1]明确提出“将学校体育作为青少年体育工作的主阵地”，同时在2020年《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》要求“开齐开足体育课，强化体育育人功能”。通过研究新时代学校体育的论述，我们可以更深入地理解“健康第一”的教育理念的内涵与价值。可以探索如何在体育锻炼中帮助学生享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志，从而培养他们的团队合作精神、竞争意识以及面对挫折的勇气。系统降低青少年体质健康问题及探索体育强国目标与学校体育改革的协同机制，丰富中国特色体育教育理论体系。

## 1 体育强国背景下学校体育教育重要论述的形成基础与渊源

学校体育教育重要论述的形成植根于三重渊源：一是马克思主义“人的全面发展”理论，强调体育在素质教育中的基础性作用；二是中华传统体育文化基因；三是中国共产党百年体育实践，从毛泽东“健康第一”到新时代“体教融合”政策的延续发展。同时，借鉴国际体育教育先进理念，在回应青少年体质下降，最终形成服务体育强国战略的中国特色学校体育理论体系。

## 2 体育强国背景下学校体育教育的时代背景与价值

新时代关于学校体育教育[2]的重要论述，根植于深厚的时代背景，蕴含着丰富的价值内涵。以下从四个方面对其时代背景与价值进行阐述。

### 2.1 健康中国与体育强国的战略需求

在推进健康中国与体育强国的国家战略中，学校体育承载着提升国民健康水平、培养健康生活方式的核心使命。当前，我国青少年体质健康问题严峻，2022年数据显示，中小学生近视率超50%，肥胖率接近20%，体能指标持续下滑。在此背景下，新时代学校体育论述强调：体育教育是学生强身健体的基础工程。例如，《体育强国建设纲要》明确提出“将学校体育作为青少年体育主阵地”，要求

通过课程改革、体质监测等手段，系统性改善学生健康水平。同时，学校体育需为体育强国建设输送后备人才，如“校园足球”“体教融合”等政策，构建从小学到大学的竞技体育培养链条，为国家储备具有国际竞争力的新生力量。

### 2.2 和平崛起与学校体育的多元功能

随着中国和平崛起的步伐加快，学校体育成为展现国家软实力、促进国际交流的重要窗口。新时代学校体育论述提出，体育教育需培养兼具国际视野与民族精神的青年。例如，通过武术、龙舟等传统体育项目课程，传播中华文化；借助国际青少年赛事（如世界中学生运动会），搭建跨文化交流平台。2023年成都大运会期间，中国大学生运动员的竞技表现与文明素养赢得全球赞誉，彰显了学校体育在塑造国家形象中的独特价值。此外，体育教育还承担着培养规则意识、团队精神的功能，为学生参与全球化竞争奠定素质基础。

### 2.3 新时代学校体育工作的指南与引领

新时代学校体育论述为教育工作提供了科学指导，强调体育应成为学生全面发展[3]的核心路径。政策层面，《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》要求“开齐开足体育课”，将体育纳入中考计分科目，强化其育人地位。实践层面，学校体育从“单一技能训练”转向“五育融合”，例如：德育渗透：通过篮球、足球等团队项目培养合作精神；智育协同：引入运动科学知识，提升学生认知能力；美育与劳育结合：开设体育舞蹈、户外拓展等课程。

### 2.4 高校体育育人策略的推进与实践

在体育强国目标下，高校体育成为“三全育人”体系的关键环节。新时代学校体育论述提出“三向协同”策略：目标协同：将体质健康、运动技能、体育精神纳入人才培养目标；内容协同：构建“理论+实践+竞赛”一体化课程体系，如清华大学开设“体能科学”“运动损伤防护”等创新课程；评价协同：推行“过程性+终结性”综合评

价，建立学生体育素养电子档案。

新时代学校体育论述立足健康中国与体育强国战略需求，通过多元功能拓展、科学政策引领及高校实践创新，构建了“以体育人、以体强国”的中国特色路径。其价值不仅在于破解青少年健康危机，更在于为民族复兴培育身心健康、全面发展的时代新人，为国家长远发展注入持久动力。

### 3 体育强国背景下学校体育教育的实践现状与经验

新时代关于学校体育的重要论述为学校体育工作提供了科学指导，并在实践中形成了可推广的经验模式。以下从四个方面阐述其具体实践现状与经验。

#### 3.1 实践引领与时代前瞻的紧密衔接

在“健康中国2030”[4]与体育强国目标驱动下，学校体育实践注重与国家战略同频共振。教育部明确提出“保障学生每天校内、校外各1小时体育活动”，全国90%以上中小学已落实大课间、课后体育服务等制度。例如，北京市推行“零点体育计划”，要求学生在文化课前进行30分钟运动，试点学校学生体质合格率提升15%。同时，学校体育活动形式不断创新，如冰雪运动进校园、AI体测设备应用等，既回应“双减”政策需求，又契合科技赋能教育的趋势。

#### 3.2 体教融合问题的具体实践与措施

针对竞技体育与学校体育资源割裂的“体教两张皮”困境，各地积极探索特色融合路径并取得显著成效。浙江省创新性地联合省体育局推出“游泳进课堂”项目，不仅累计覆盖80万中小學生，更使区域溺水率大幅下降40%，实现了安全教育与体育教学的有机统一；四川省通过实施“退役运动员入校任教”计划，三年内为乡村学校输送1200余名专业教练，有效缓解了基层体育师资短缺问题；上海市则着力构建“小学-初中-高中-大学”四级校园足球联赛体系，其为国家青训梯队输送的球员比例已突破30%，充分彰显了学校体育在竞技人才培养中

的基础性作用。这些创新实践通过课程共建、人才互通、赛事协同等多元模式，成功打通了体教融合的“最后一公里”，使学校真正成为竞技体育人才储备的新基地和全民健身推广的重要阵地。

#### 3.3 整合社会力量，打造学生身边的体育

在推动学校体育社会化发展的进程中，“家校社企”协同供给模式展现出强大的创新活力。武汉市率先推行“学校体育场馆周末向社区开放”政策，不仅盘活了现有体育设施资源，更让50万家庭享受到便捷的运动服务；安踏集团通过“茁壮成长计划”向中西部23省3100所学校捐赠专业运动装备，有效改善了欠发达地区的体育教学条件；腾讯体育则运用科技手段开发“AI运动助手”，为2000余所学校提供个性化的训练方案，实现了体育教学的智能化升级。这些创新实践通过“体育+公益”和“体育+科技”的融合模式，不仅缓解了学校体育资源短缺的困境，更构建起一个多方参与、资源共享的学校体育生态网络，为新时代学校体育的高质量发展提供了可持续的社会支持体系。

#### 3.4 法律法规与政策支持的实践经验

新时代学校体育发展已建立起坚实的法治保障体系，为体育强国建设提供了制度支撑。2022年新修订的《体育法》[5]具有里程碑意义，首次设立“学校体育”专章，从法律层面确立了体育课程地位和评价要求；《学校体育运动风险防控暂行办法》的实施成效显著，不仅使校园运动伤害纠纷率下降37%，更推动“校园体育意外险”覆盖率达到85%；教育督导机制的强化则通过将体育纳入“督政”考核，对12所违规学校进行通报，有力保障了政策落地。这一系列法治举措构建了涵盖立法保障、风险防控和督导问责的完整制度体系，为学校体育工作规范化发展奠定了坚实基础。

当前，我国已形成“以学生发展为核心、全社会协同推进”的学校体育发展新模式。展望未来，需要重点提升基层执行能力，加快优秀实践经验的全国推广步伐，让学校体育切实肩负起培养新时代

建设者和接班人的历史使命，为体育强国建设提供持续动力。

## 4 体育强国背景下学校体育教育改革与创新的实施路径与优化

新时代关于学校体育的重要论述为改革与创新提供了理论指引，其实施路径需结合政策保障、课程优化、法治护航与社会协同，形成系统性推进方案。以下从四个方面具体阐述：

### 4.1 健全组织领导与保障机制

我国正着力构建“双核心”领导体系推动学校体育改革发展，通过自上而下的责任链条确保政策落地见效。在组织架构方面，高校普遍成立校级体育工作委员会（如清华大学体育战略发展中心）统筹规划，基层学校设立执行办公室具体落实；资源保障方面多措并举：实施“体育教师国培计划”累计培训12万人次，推动教师向“一专多能”转型；财政部投入50亿元支持场馆智能化改造；建立考核激励机制，将体育工作纳入校长绩效考核，对达标学校给予专项奖励（如山东省“阳光体育示范校”年补贴20万元）。这一体系有效整合了行政与专业力量，为体育教育改革提供了坚实的组织保障和资源支持。

### 4.2 推进重要论述的有机融入

新时代学校体育以“课程思政”[6]为突破口，将体育强国理念有机融入教学实践。在课程设计方面，创新开发“体育精神”专题模块，将奥运冠军奋斗史（如全红婵、苏炳添）融入专业课程教学，在传统武术课程中嵌入“文化自信”主题，系统阐释太极拳与中华文明的哲学关联；同时组织编写《新时代学校体育思政案例集》，精选抗洪救灾志愿者、冬奥服务团队等典型案例。师资培养方面实施“体育教师思政能力提升工程”，通过北京大学等高校开展专题研修，2023年完成全国2.3万名体育教师的轮训工作，显著提升了教师将思政元素转化为教学实践的能力，为培养德才兼备的新时代体育人才奠定了坚实基础。

### 4.3 完善法律与制度保障

我国正着力构建“刚性约束+柔性激励”的学校体育制度体系。依据2023年新修订《体育法》，各地严查挤占体育课时行为（如江苏实行“一票否决制”），并规定体育成绩占中考总分不低于10%。同时注重权利保障，出台《特殊学生体育教育指南》配备适应性器材，在“云贵试点”山区学生运动营养补贴”（每人每年800元）。创新建立“学校-家庭-保险公司”三方风险分担机制，上海“校园运动伤害互助基金”覆盖率已达95%，为学校体育活动开展提供了制度保障。

### 4.4 构建多维主体统筹推进的环境

新时代学校体育正积极构建“家校社企媒”五位一体的协同发展新格局。在家庭联动方面，深圳市创新推出“天天跳绳”APP家庭体育作业平台，将亲子运动纳入学业评价体系，北京市“家校体育文化节”吸引超50万户家庭参与。社会支持层面，安踏集团在宁夏援建20所“梦想体育中心”，成都市实施“学校场馆周末开放”政策惠及120万居民，并培养专业社区体育辅导员。国际交流领域，“一带一路青少年体育交流计划”2023年举办300余场跨国体育活动，同时引进国际田联少儿田径等优质课程在500所中小学试点，推动学校体育向社会化、国际化方向发展。

## 5 结语

体育强国背景下的学校体育教育改革与创新，是在马克思主义“人的全面发展”理论指导下，融合中华优秀传统文化精髓，回应国家战略需求与时代命题的系统性实践。研究显示，改革创新需把握三个关键：一是理论与实践结合，既要贯彻“体教融合”等国家政策，又要推广“体育选项走班制”等基层创新；二是资源与制度协同，通过完善《体育法》配套措施、优化师资设施、构建家校社协同机制，破解“重智轻体”难题；三是传统与国际并重，在弘扬武术等传统文化的同时，吸收国际先进经验。这些举措将为健康中国和体育强国建设

提供支撑，助力培养全面发展的人才。

## 参考文献

- [1]王萌,黄竹胜,王焱.加快建设体育强国背景下的体育政策：是何、为何、如何[J].体育研究与教育,2025,40(02):40-44.
- [2]李宝国,陈家起.学校体育政策的向度、时代特征与未来进路[J].教育理论与实践,2025,45(08):17-20.
- [3]邹立昌.体育事业高质量发展与体育社会科学创新融合研究[J].文体用品与科技,2025,(05):49-51.
- [4]王富百慧,张现苓.共同富裕视角下国民健康福利发展研究——兼及体育锻炼的贡献率[J].中国体育科技,2024,60(06):32-40.
- [5]向会英.国际体育法新维度、新视角：AI改革与体育规则演变——第26届世界体育法大会综述[J].体育科研,2025,46(02):23-31+41.
- [6]郭贇程,鲁长芬.体育课程思政建设的理论框架与推进策略[J].体育学刊,2024,31(05):80-87.

Copyright © 2025 by author(s) and Global Science Publishing Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access