



完成144个体育学时 本科生才能毕业

教育部等五部门联合印发意见实施学生体质强健计划

据新华社电 记者11月19日从教育部获悉,教育部等五部门近日联合印发《关于实施学生体质强健计划的意见》,提出充分保障体育时间,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。

意见要求,要按照规定课时开齐开足体育与健康课程,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,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。针对高等教育,意见提出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。

围绕优化人才培养体系,意见提出,鼓励各地统筹体育运动特色学校和特色班,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。

在加强师资队伍建设方面,意见提出,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。意见还要求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。



活力校园

近日,永州市青少年运动会暨永州市第五届中小学生运动会在新田二中举行,开幕式上来自该县各中小学的武术操、瑶族长鼓舞、啦啦操、街舞等特色大课间项目进行了展演。近年来,新田县将武术、街舞、韵律操等项目纳入大课间活动,打造丰富多彩的特色大课间,让学生们享受运动的乐趣,增强体质、健康成长。图为教师带学生进行街舞表演。

图/通讯员刘贵雄

体育课也能走班了

各级赛事花式开赛,学校体育发展呈现新亮点

据央视

教育部等五部门近日联合印发《关于实施学生体质强健计划的意见》(以下简称《意见》),以强健学生体质、促进身心健康为目标,提出学生体质强健计划“二十条”举措,具体有哪些重点内容?

当前,青少年的身心健康备受关注。专家指出,从监测数据来看,我国学生体质健康状况总体有改善,但“小胖墩”“小眼镜”等问题依然突出。而体育是强健学生体质、解决身心健康问题最简便、最有效的途径。练体育,学生不仅能身体变棒,还能磨炼意志,对大脑发育也有好处。

推进学生体育活动时间,背后是育人需求

针对长期以来学校体育存在的时长不够、质量不高、师资不强、场地不足、评价不尽科学等难点和重点问题,此次《意见》从深化体育教学改革、加强师资队伍建设、强化条件保障等八个方面提出20条举措。

时间,是保障体育运动的前提。此次《意见》明确规定中小学生每天综合体育活动时间不低于2个小时,并对高等教育阶段的体育课程做出了最低学时的要求。

《意见》提出,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个小时。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。

中国教育科学研究院体育美育教育研究所所长王素梅表示,强调孩子的锻炼时间一定要增加,要保证,其背后实际上是育人,需要孩子有更多的实践活动,更多的锻炼空间、时间,促进孩子的身心健康。

关注高校学生:推动开设多样化体育课程

对于高等教育阶段,《意见》要求严格落实体育课程本科最低144学时、高职最低108学时的要求,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。

北京学校体育教学指导委员会秘书长刘海元表示,学生体质是小学好于初中,初中好于高中,高中好于大学。现在,一两万学生的大学随处可见,但是这么多的学生,学校的那几片运动场,一些场馆满足学生的多元的体育需求还是不足的。

大学144学时、高职108学时,专门把数字提出来,希望高校要保证基础的教学的课时要完成。

希望通过有组织的教学、活动,让大学生能积极参加到体育锻炼中来,从而提高他们的体质。

保障体育运动的同时,也要提高运动质量。《意见》提出要一体化推进教学改革,从课程设计、实施形式等方面展开,让学生喜欢体育、掌握技能、形成习惯,提升体育课程育人效果。

探索新形势:“走班上课”定制体育课堂

《意见》提出,要积极探索走班制、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,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。

体育课怎么走班?长沙虹桥小学,将同一年级的学生集中在同一时间上体育课。同时,要求从小学三年级到六年级,每位学生从足球、篮球、跳绳和健美操四大项目中选修一门进行系统学习。

学校根据学生的选修情况进行跨班重组,形成专项教学班,从而让学生重点掌握一项运动技能。此外,学校还推行“学生运动能力等级认证”评价方式,通过分层教学与个性化内容设计,确保学生真正“学会、学好”。

此外,《意见》还提出,坚持面向全体学生,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,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。

2025年以来,北京的中小学校园里各类“班超”已花式开赛,学生们在运动中释放活力,感受运动的独特魅力。

北京市教育委员会体卫艺处处长周凯介绍,2025年上半年,组织了19.6万场班级联赛,近600万人次中小学生参与,追求的是学生的深度参与、全面参与。

所有的北京市的中小学生在基础教育阶段都要在篮球、足球、排球当中至少选修其中的一个方向,以此为突破口,系统地提升学生的身体素质。



◀湖南“姐妹花”刘津含/刘津彤赛后在混采区合影。
图/新华社

湖南花游队收到湘超观赛邀约

本报长沙讯 18日,在第十五届全运会取得佳绩的湖南花样游泳队,收到一份特殊的“圆梦邀请”——长沙市体育训练竞赛管理中心主任陈平,来到湖南省游泳运动管理中心游泳训练馆,邀请花游队来长沙现场观看湘超联赛。

此前,湖南花游队双胞胎选手刘津含、刘津彤在全运会赛后许愿说:“比完赛最想看湘超足球赛!”这一呼声迅速得到回应。

自1983年创立以来,湖南省花样游泳队经过四十多年发展壮大,培养了大

批优秀人才入选国家队。在第十五届全运会上,张雅怡、樊家懿等运动员与北京体育大学队合作,勇夺集体项目金牌,为湖南代表团再添五金。谈及即将到来的湘超观赛之旅,刘津含、刘津彤兴奋地表示,希望能和队伍里的小伙伴们以及教练一起感受足球比赛的激情。湖南省花样游泳队总教练沈映沙也对这次观赛活动充满期待,她表示全队都很期待来到现场加油助威:“水里我们是王牌,湘超我们是铁粉,湘超加油!”

记者彭皓泽

贾一凡集齐三色奖牌

据新华社电 第十五届全国运动会羽毛球项目19日决出各单项铜牌。安徽小将董天尧、福建队韩悦分获男、女单打铜牌,湖南队贾一凡/张驰女双摘铜。

世界排名第87的董天尧堪称本届赛事黑马,他在八强赛中淘汰世界排名第5的李诗沣,可惜半决赛负于翁泓阳。铜牌战中,他在先失一局的情况下连扳两局,2:1逆转战胜湖南队世界排名第24的王正行。

回顾本届全运会之旅,这位22岁小姑娘觉得自己有收获也有遗憾。“这块男单铜牌对我们安徽羽毛球来说是一个突破,没能打进决赛是个遗憾,希望这次经历能成为自己新的起点。”

女双方面,湖南队贾一凡/张驰以21:18、21:15战胜广东队李怡婷/罗徐敏。加上此前两届全运会获得的女双金、银牌,贾一凡集齐了金银铜三色奖牌。“收集到三个颜色的奖牌很高兴。希望自己可以坚持到

下届湖南全运会,也感受一下主场优势。”贾一凡说。

女单铜牌战经历了一场88分钟的“马拉松”战役。双方各胜一局后,江苏队高昉洁在决胜局中以20:14领先。此时福建队韩悦放手一搏,连续挽救6个赛点,最终以25:23获胜。

混双铜牌战颇具看点,两队男、女选手互为对方的国家队搭档。当日比赛中,浙江队的郭新娃/吴梦莹稍胜一筹,以22:20、21:10战胜广东队的高家炫/陈芳卉,获得铜牌。郭新娃表示:“大家都比较熟悉对手的球路,而是当下搭档配合度不高。今天我们赢在通过技战术抓了对方几个习惯球路。”

另一场比赛中,北京队刘雨辰/冯彦哲2:0战胜福建队欧烜屹/何济霆,拿到男双铜牌。

20日,十五运会羽毛球赛将决出五个单项金牌。



11月18日,湖南队组合贾一凡(左)/张驰在比赛中回球。图/新华社

加强社会工作专业实习实践基地建设

据新华社电 记者11月17日从中央社会工作部获悉,中央社会工作部办公厅、教育部办公厅近日联合印发关于加强社会工作专业实习实践基地建设的通知,支持推动建设高校与乡镇(街道)、村(社区)及有关党政机关、企事业单位、社会组织等合作的社会工作专业实习实践基地。

通知提出,要建设功能完善、管理规范的社会工作专业实习实践基地,全面提升社会工作相关专业学生的实践能力和就业能力,推动社会工作专业教育深度融入社会治理实践,为社会工作专业高质量发展提供专业和人才支持。

通知明确,高校可结合社会工作专业人员培养需求,在有条件的乡镇(街道)、村(社区)设立实习实践基地,建立长期稳定的合作关系。支持因地制宜建设高校与有关党政机关、企事业单位、社

会组织等合作的“行业特色型”实习实践基地。支持高校与合作建设实习实践基地的有关单位建立健全“理论学习+岗位实践+项目实践”培养体系。引导合作单位为高校应届毕业生提供实习岗位,实现人才培养与就业需求的有效对接。鼓励依托各类实习实践基地开展社会工作专业培训和继续教育。

通知要求,要加强政治引领,将党的领导干部贯穿实习实践基地建设全过程,推动高校党组织与合作单位党组织建立协同工作机制。相关高校要加强投入和管理,规范有序组织社会工作相关专业学生开展实习实践,建立年度考核评价机制。各地党委社会工作部门、教育行政部门要加强对实习实践基地建设的监督指导,动态梳理本地区相关高校社会工作专业学科建设和实习实践基地建设情况,促进经验交流和信息共享。