

教育部办公厅

教体艺厅函〔2026〕4号

教育部办公厅关于实施大学生 体质提升专项行动的通知

各省、自治区、直辖市教育厅（教委），新疆生产建设兵团教育局：

为贯彻落实《教育强国建设规划纲要（2024—2035年）》，根据《教育部等五部门关于实施学生体质强健计划的意见》，现就实施大学生体质提升专项行动（以下简称专项行动）有关事项通知如下。

一、工作目标

通过专项行动，推动各地各高校筑牢健康第一教育理念，聚焦影响大学生体质水平的关键问题，全面加强高校体育教学、活动、竞赛、文化、保障等关键环节，进一步提高高校体育工作的科学性、针对性、实效性，帮助大学生养成科学锻炼习惯，切实提升体质健康水平，为建设教育强国、科技强国、人才强国提供坚实支撑。

二、主要任务

（一）强化组织领导。各省级教育行政部门加强统筹指导，组织属地高校“一校一策”制订实施大学生体质提升专项行动。各高校党委要把抓学生体质提升作为落实党的教育方针的重要内

容，加强领导指导，每年定期研判本校学生体质健康形势，研究解决体育工作中存在的实际问题。学校要把体育工作纳入总体发展规划和年度工作计划，加强体育工作委员会建设，完善校内体育工作协同机制，强化体育教学、学生工作、教务、后勤保障等部门的联动，压实院系责任，形成工作合力。将学生体质健康工作纳入学校综合办学水平和教育教学质量评价体系，纳入院系及相关部门考核评价范围。

（二）推进体育课和课外锻炼改革。严格落实体育课规定最低学时要求（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。高校要根据学生基础、学科专业特点、体育文化传统、教学资源条件等系统设计体育课程，丰富体育课程内容，通过俱乐部制、运动项目班、体质强化班等多种模式深化体育教学改革，进一步提升体育课质效。面向全体学生设置多样化、可选择、适配性的锻炼项目，组织学生每周至少参加 3 次有强度的课外体育锻炼，鼓励学生组建体育社团，鼓励每名学生在校期间至少参加一个体育社团（协会、俱乐部），营造浓厚的校园体育文化氛围，激发学生体育锻炼内生动力。

（三）打造体育竞赛活动体系。广泛组织开展面向人人、充满活力的群体性体育赛事活动，大力开展形式多样的班级赛、院系赛、校际赛，办好高校运动会、体育节，开展体质达标运动会等竞赛活动。鼓励各高校加强体育交流合作，建立校内竞赛、校际联赛、区域性竞赛和选拔性竞赛为一体的大学生体育竞赛体系。建好学生体育运动队，鼓励高校基于普通专业和体育类专业等多种生源组建高水平运动队，带动全校学生积极参加体育锻炼和比赛。加强校园体育文化建设，深入挖掘校园体育传统和特

色，打造“一校一品”“一校多品”校园体育品牌赛事和文化交流活动。

（四）完善激励约束机制。高校要按规定全面实施《国家学生体质健康标准》，改进体育评价机制，将学生体质测试、体育课成绩、日常体育锻炼情况等纳入学生综合素质评价体系，作为评优评先、毕业考核等方面的重要参考。鼓励高校运用数字化技术手段，改进体质测试数据的采集，建立学生体育运动档案，对体质健康水平持续下降的学生，“一生一策”科学指导。鼓励高校在学生毕业前颁发体质健康证书。探索建立针对院系和班级的体质健康促进激励机制。

（五）强化条件保障支撑。保障体育场地设施建设、维护与更新，充分挖掘高校场馆设施空间，鼓励建设“微操场”“微球场”，探索数字化体育基础设施和智慧体育校园建设，打造一批适用性好、学生喜爱的体育场馆，确保体育场地、设施在课余时间和节假日免费或低收费向学生开放。配齐配强体育教师队伍，保障体育教师待遇，支持业务培训和专业发展，为体育教师开展教学、科研、训练、竞赛及指导体育活动创造良好条件。加强体育运动安全防范，落实安全责任，完善保障机制，提升师生运动风险意识和处置能力，强化对体育场馆设施、器材设备和大型体育竞赛活动的安全管理。

三、工作要求

（一）压实工作责任。各省级教育行政部门切实履行属地管理责任，加强对所在地区高校实施专项行动的部署推动和跟踪指导，完善监测通报，确保工作实效。高校要结合实际，科学制定行动方案，明确时间表、路线图和责任分工，专项行动方案经学校党委讨论确定后报所在地教育行政部门备案，同时面向全校师

生公开。

（二）细化工作安排。请各省级教育行政部门及时向属地高校完成工作部署。2026年3月底前，请各高校“一校一策”制订专项行动方案并报省级教育行政部门备案。2026年4月15日前，请各省级教育行政部门向教育部（体育卫生与艺术教育司）报告本省份专项行动开展情况，并按照属地高校总数10%的比例、综合考虑高校类型，择优推荐报送一批高校专项行动方案。教育部将组织专家开展调研指导，分批遴选推荐典型案例，适时开展经验交流与总结。

（三）加强宣传引导。各地各高校要结合实际实施学生体质强健计划，加强对提升大学生体质工作的宣传引导，营造热爱体育、崇尚运动、健康向上的校园氛围，塑造全方面支持大学生体育锻炼的舆论环境。

教育部办公厅

2026年1月28日

（此件依申请公开）

抄 送：部属各高等学校、部省合建各高等学校。
部内发送：有关部领导，办公厅

教育部办公厅

2026年1月29日印发
