

四川省中考体育改革：价值重塑、现实困境与纾解路径

杨司涵¹ 杨成¹ 周楠¹

(1.西南石油大学，四川 成都 610500)

摘要：本研究以《中共中央国务院关于深化教育教学改革全面提高义务教育质量的意见》为指导，立足“健康第一”的教育理念，聚焦体育中考在提升学生体质健康水平、完善学校体育工作中的关键作用。体育中考作为国家教育评价体系的重要组成部分，其改革成效直接关系到“以考促改”“以考促练”“以考促学”政策目标的实现，对深化“健康中国”战略具有重要实践意义。本研究以四川省体育中考改革为切入点，综合运用文献研究法、实地调研法与专家访谈法，在系统梳理改革实践的基础上，从价值导向、现实困境与实施路径三个维度展开深入探讨。研究发现，随着体育中考改革的持续推进，一系列深层次问题逐渐凸显：考试目标与新课标核心素养要求存在偏差，内容设置与学生实际运动需求脱节，评分标准的科学性与公平性有待提升，应试化倾向仍未得到根本扭转。对此，本文提出纾解方案：一是构建“过程+结果”双轨评价体系，破除应试化倾向；二是完善考试机制，加快标准化与科学化进程；三是设计“固定+动态”双模测试实施方案，破解考练固化困局。通过多维路径破解改革困局，以期为四川省中考体育改革的深化提供理论依据与实践参考。

关键词：体育中考；改革；困境；路径

基金项目：四川省哲学社会科学重点研究基地、四川省高校人文社会科学重点研究基地——四川省教育发展研究中心项目“四川省体育中考技能项目结构化考核的内容设计与实验研究”(项目编号：CJF24024)

DOI: doi.org/10.70693/rwsk.v2i1.163

1. 中考体育的价值重塑

通过政策溯源、理论框架与实践机制三个维度，揭示其如何突破传统体育考试范式，实现从“应试导向”向“素养育人”的转型。通过剖析国家政策与地方实践的互动逻辑，阐明价值重塑的理论根基与实践路径，为后文分析现实困境与纾解策略奠定基础。

1.1 教育价值：五育并举，协同育人

四川省中考体育改革以“五育并举”为根本遵循，将体育教育从传统的“体能与技能训练”提升至“全人教育”高度，通过价值重塑实现德、智、体、美、劳的深度融合。一方面，体育中考改革通过多元化项目测试（如篮球、足球、羽毛球等）与过程性评价机制，不仅强化学生体质健康与运动技能，更注重培养团队协作、规则意识与抗挫能力等德育目标。另一方面，《四川省中考体育改革实施方案（2022年）》明确将“体育文化理解”“健康生活方式”纳入考核维度，推动体育教育与智育（健康知识）、美育（运动审美）、劳育（坚韧品质）的协同发展。从协同育人视角看，四川省改革构建了“学校-家庭-社会”三位一体的体育教育生态。学校通过课程整合强化体育的学科渗透力，如将长跑训练与地理学科中的“区域地理考察”结合；家庭层面，改革要求家长参与学生日常锻炼监督，并通过“体育家庭作业”制度促进亲子互动；社会层面，依托社区体育场馆与青少年体育俱乐部资源，形成“课后锻炼打卡”社会化评价机制。这种多维协同模式，不仅打破传统体育教育的封闭性，更使体育成为贯通五育、联结家校社的核心纽带，为“健康中国”战略下的育人体系创新提供实践范本。

作者简介：杨司涵（1998-），男，硕士，研究方向学校体育；

杨成（1974-），男，硕士，教授，研究方向学校体育学；

周楠（1998-），男，硕士，研究方向学校体育学。

1.2 社会价值：多元共识与价值效能协同

社会价值具有保障社会良性运转的重要作用，凡能满足社会主体存在和发展的需要，具有或能产生社会意义的事物、对象都具有社会价值。四川省中考体育改革通过构建多元主体协同机制与公共价值-政策效能双维驱动，实现了体育教育从“个体应试”向“社会健康治理”的功能跃迁。一方面，改革以《“健康四川 2030”规划纲要》为政策依托，通过“家校社体育责任共担”制度（如家长监督锻炼打卡、社区提供免费场馆资源），凝聚政府、学校、家庭、社区四维主体的价值共识，破解传统体育教育中“学校单兵作战”的困局。例如，绵阳市试点通过“体育积分银行”平台，将学生日常锻炼数据与社区公益活动挂钩，家长参与率达 72%，社区体育设施利用率提升 35%，显著强化了体育教育的公共属性。在价值效能协同层面，四川省改革以“公平优先、效率并重”为核心逻辑，平衡社会公平与资源配置效率。针对城乡资源差异，四川省推出“乡土体育项目替代考核”（如踢毽子、跳绳替代足球测试），并通过财政专项拨款缩小城乡生均体育经费差距（2023 年城乡差距从 1:2.5 降至 1:1.8）。同时，改革将体育测试与社会资源联动，例如成都市将中考足球测试成绩优异者纳入青少年足球联赛人才库，既提升个体发展动能，又激活社会体育资源存量。这种“公共价值引领、工具效能驱动”的模式，使体育中考成为社会健康治理的枢纽节点，为教育政策与社会治理的协同创新提供范式参考。此外，改革通过智能技术赋能强化效能转化。例如，引入运动手环和健康数据平台，实时监测学生体质变化并反馈至学校与家庭，形成动态调整的个性化锻炼方案。此类技术手段不仅提升政策执行效率，还推动体育教育从“经验驱动”向“数据驱动”转型，实现资源精准配置与效果量化评估。综上，四川省中考体育改革通过凝聚多元共识、优化资源配置及技术创新，构建了兼具公平性与效率性的社会协同网络，为全国体教融合与社会健康治理提供了可复制的“四川经验”。

2. 四川省中考体育改革的现实困局

中考体育改革确立了强化考试占比、提高分数比重及丰富考核项目等核心路径，并在政策实施中持续深化这一改革脉络。随着实践推进，阶段性成效逐步显现：体育科目正式成为升学评价体系的重要组成部分，学科教学价值得到显著提升，考核维度由单一技能向综合素质拓展。然而，改革策略的深化与中考制度稳定性之间的内在张力逐渐显现，具体表现为：考试权重与分值的提升空间存在客观上限，考核内容的扩展边界受制于教育评价体系的整体承载力。随着改革红利的持续释放，其边际效益呈现递减趋势，特别是当体育考试强化措施突破临界阈值后，不仅难以持续激发教学改进动能，反而可能因过度强化应试导向导致学生对体育锻炼的认知异化，使得改革初衷与实施效果产生背离，对学生的正向激励效应逐渐减弱。

2.1 四川省体育中考改革现状

各市（州）教育行政部门要认真总结本地推行初中毕业升学体育考试以来的成功经验，按照实施素质教育的要求，进一步研究和完善体育考试的内容、方法和形式，体育考试成绩要以不低于 30 分的分值计入中考升学总分。同时，在学生的综合素质评价中，要将学生日常体育成绩、体质健康状况、参与体育活动的表现作为重要评价内容。四川省全面推行体育中考的 23 年以来，各市州出台了不同的体育中考政策或实施方案：（1）成都市考立定跳远、坐位体前屈和中长跑（男子 1000 米，女子 800 米）三项，总分 50 分，评价标准和考试办法也早在十几年前就已向社会公开。去年成都市又出台了新的体育中考方案：将体育考试分为统一考试和过程性评价（即学生体质健康水平年度考评成绩）两部分组成，分值也从原来的 50 分提高到了 60 分，其中统一考试 50 分，过程性评价占 10 分。内容上也由单一身体素质测评发展成身体素质+运动技能（即篮球：考运球上篮，排球：考 40 秒对墙自垫球个数，足球：考绕杆运球），本办法从 2019 年 9 月新入学年级学生开始实施。（2）近几年，绵阳市体育中考 80 分，按照“身体素质+运动技能”思路，考试内容按“必考+选择性必考+自选”的模式进行；（3）南充体育中考采用“3+1”，为 3 个必考项目+1 个选考项目，分值为 60 分；（4）攀枝花已经宣布 2021 年体育中考分数将达到 100 分（2020 年为 80 分）；（5）内江市和阿坝州体育中考均为 30 分。从各市州体育中考的实施情况来看，四川省各市州体育中考政策在不断改进，体育中考也显得越来越重要，教育主管部门和老百姓也越来越重视。

2.2 四川省体育中考：功利化与应试化问题仍然严峻

考试内容和评价办法、评分标准等核心信息都是提前一至三年就向社会公开，成为名副其实的“开卷考试”。导致初中体育课和大课间体育活动、甚至是课外体育锻炼就都只教中考考试内容，学生也只练考试内容。。据实

地调研发现成都市“新中考”出来后，如排球项目就只教“排球的对墙垫球”，不会教发球、传球、扣球、拦网等技术，更不会教战术，也不会组织排球比赛，这样学生学了三年的排球依然不会打排球。即使教了学生也不会认真学和练，因为，发球、传球、比赛都不是考试内容。篮球、足球等项目亦然。学生、家长、体育教师和学校这种唯分数观是可以理解的，毕竟这门学科占升学总分的比例还是蛮高的，为了升学也只有弃其他项身体素质和运动技能的全面发展于不顾了，初中体育最终彻底沦为了“应考体育”。

2.3 四川省体育中考：考试项目的公平性争议

部分体育项目因学生体质差异引发公平性质疑。例如，引体向上对体重较大的男生难度较高，而女生两头起相对容易满分，家长呼吁增加项目选择灵活性。评分标准是否科学（如是否应“达到良好即满分”）也成为争议焦点，需平衡考试压力与锻炼初衷。此外，体质特异学生免试所得分数比率过高，免试条件过低。例如，成都市目前的面试政策是可以全部免试也可以免试单项，且在某单项考试开考前仍可以申请免试，免试成绩为满分的70%。

2.4 四川省体育中考：政策执行中的适应性挑战

尽管四川省多地要求“每天校内体育活动不低于2小时”，并推出中考体育分值提升至100分的政策，但部分学校面临师资不足、课程安排压力等问题。例如，遂宁市要求600人以上学校成立校队、开设7种以上运动项目，这对教育资源薄弱的学校构成挑战。此外，疫情后学生体能恢复问题也考验政策灵活性，如绵阳曾取消中长跑项目以缓解健康风险。

3.四川省体育中考改革：纾解路径

中考体育改革作为深化素质教育、提升青少年体质健康的重要举措，需在评价体系、项目设计、资源整合及制度保障等方面突破传统模式。结合多地改革实践与政策逻辑，其突破路径可归纳为以下四大方向。

3.1 构建“过程+结果”双轨评价体系，破除应试化倾向

传统体育中考以终结性测试为主，导致突击训练、忽视日常锻炼等问题。当前改革通过过程性评价与终结性测试相结合的多元评价机制，将学生日常参与度、体质提升幅度、技能发展水平等纳入考核范畴。例如，哈尔滨市将体育总分80分拆分为日常考核（30分）与统一测试（50分），其中日常考核覆盖七至九年级的课堂表现与年度体质健康测试，动态追踪学生成长轨迹。济南市则通过“过程性评价30分+统一测试30分”的结构，细化出勤率、技能测试等指标，避免“一考定终身”的弊端。此类改革通过分层赋权、动态追踪，推动评价从“结果导向”转向“成长导向”，真正关注学生体质健康的长期发展。

3.2 完善考试机制，加快标准化与科学化进程

研制与课程目标深度匹配的考试大纲，明确体能、技能、健康行为等核心素养的考核框架，并依托“固定模块+动态调整”的测试项目设计，将必测项目（如耐力跑、立定跳远）与年度随机抽取的选测项目（如球类、传统武术、新兴运动）相结合，既保障基础体能考核的稳定性，又通过项目轮换打破“考什么练什么”的僵化模式。同时，借助智能计时、AI评分等技术手段规范考试流程，建立省级专家命题、第三方机构监督、全程影像存档的标准化管理体系，提升考试公信力。在录取机制中，推行“基础分+拓展分”分层赋分制度，对体质达标学生给予基础分值，对参与体育竞赛或体质进步显著者叠加奖励分，并针对城乡差异实施“保底加分”政策，缩小资源分配差距。通过课程衔接、动态考核、技术赋能与差异化录取的立体化设计，推动体育考试从“分数竞争”转向“健康育人”，为深化素质教育提供制度支撑。

3.3 设计“固定+动态”双模测试实施方案，破解考练固化困局

在充分调研基础上，结合各地体育中考发展实际，综合全国各地试点经验，科学利用区块链和信息技术、大数据平台等进行过程+结果的考核评价方式，重点从学生参与体育活动情况、学生体质健康状况和运动技能三个层面进行评测，突出对学生体能+技能的测评。在分值设置上，严格依据教育部提出的中考计分分值将体育上升到与语数外同等的地位；在学生参加体育活动情况方面，利用区块链、大数据等信息技术手段，主要考察学生体育课出勤率、校园体育活动参加率、校外体育锻炼与竞赛参与情况；在学生体质健康状况方面将力量和耐力类项

目作为必测项目,突出对学生体能的考评,激励学生积极主动参与体育锻炼;在运动技能类项目测试上,参考《“体育艺术2+1项目”体育技能标准》和《青少年运动技能等级标准》,制定我省体育中考考试评价参考标准,采用选项制方式突出对学生运动技能的评定,以体育中考政策带动体育教学深化改革。在测评工具上,研制线上体育动作捕捉技术,结合手机APP方式,研发具有高科技含量、实时传输、便捷性高的测评技术装备。

参考文献:

- [1] 胡小清,唐炎.新时期体育中考的功能审视、现存问题及消解路径[J].北京体育大学学报,2021,44(09):67-75.
- [2] 孙民康,张一民,孙有平.中考体育改革的价值取向与两难博弈[J].中国考试,2021(11):26-34.
- [3] 聂真新,刘坚,高飞.中考体育改革:源流、价值与路径[J].北京体育大学学报,2021,44(09):76-85.
杨长久.回顾与展望:体育中考20年研究评述[J].浙江体育科学,2020,42(01):55-62.
- [4] 杨长久.回顾与展望:体育中考20年研究评述[J].浙江体育科学,2020,42(01):55-62.
- [5] 马蕊,王恒.河南省体育中考制度改革溯源[J].青少年体育,2019(05):129-131+137.

Reform of Physical Education in the High School Entrance Examination in Sichuan Province: Value Reconfiguration, Practical Constraints and Alleviation Paths

Yang Sihan¹ Yang Cheng¹ Zhou Nan¹

¹*Southwest Petroleum University, Sichuan, Chengdu 610500, China*

Abstract: Abstract: Guided by the "Opinions of the Central Committee of the Communist Party of China and the State Council on Deepening Educational Teaching Reform and Comprehensively Improving the Quality of Compulsory Education", this study focuses on the key role of the physical education high school entrance examination in enhancing students' physical health and improving school physical education work, based on the educational concept of "Health First". As an important part of the national education evaluation system, the reform of the physical education high school entrance examination directly affects the realization of the policy goals of "improving through examination", "training through examination", and "learning through examination", and has significant practical significance for deepening the "Healthy China" strategy. This study takes the reform of the physical education high school entrance examination in Sichuan Province as the entry point and comprehensively uses the methods of literature research, field investigation, and expert interviews. Based on a systematic review of the reform practice, it conducts in-depth discussions from three dimensions: value orientation, practical difficulties, and implementation paths. The research finds that as the reform of the physical education high school entrance examination continues to advance, a series of deep-seated problems have gradually emerged: there is a deviation between the examination goals and the core literacy requirements of the new curriculum standards, the content setting is disconnected from students' actual sports needs, the scientificity and fairness of the scoring standards need to be improved, and the exam-oriented tendency has not been fundamentally reversed. In response to this, this paper proposes solutions: first, to establish a dual-track evaluation system of "process + result" to break the exam-oriented tendency; second, to improve the examination mechanism and accelerate the process of standardization and scientificization; third, to design a dual-mode test implementation plan of "fixed + dynamic" to break the rigid training and examination situation. By exploring multiple paths to break the reform deadlock, this study aims to provide theoretical basis and practical reference for the deepening of the physical education high school entrance examination reform in Sichuan Province.

Keywords: Physical Education High School Entrance Examination; Reform; Constraints;; Pathways