

# 体育中考 改革观察

一年一度的中考牵动万千家庭，中考体育测试也备受关注。2020年10月，《深化新时代教育评价改革总体方案》《关于全面加强和改进新时代学校体育工作的意见》接连发布，要求强化体育评价，改进中考体育测试内容、方式和计分办法。

在文件颁布五年之际，新华社记者赴多地调研体育中考改革情况，围绕“改了什么？有何成效？还怎么改？”等话题，推出“体育中考改革观察”一组三篇稿件。

2025年7月2日星期三 责编李欣 美编孙春艳

## 海南体育中考 5年之变

### ● 2020年

中考体育考试  
不统一进行  
成绩不计入总分

### ● 2021年

考坐位体前屈；男生  
1000米跑、女生800  
米跑

两项共50分  
计入总分

### ● 2022年

考试方式调整为  
必考+选考  
新增跳绳、游泳

必考(30分)：男生1000米跑、  
女生800米跑  
选考(20分)：坐位体前屈、一  
分钟跳绳、50米游泳(三选一)

### ● 2023年

暂停考试  
以满分计入总分

### ● 2024年、2025年

总分增至60分  
新增3项选考项目

必考(30分)：男生1000米跑、女生  
800米跑  
选考(30分)：一分钟跳绳、50米游  
泳、足球、篮球、排球(五选一)

(据海南省考试局官网 编辑李欣整理)