

T/GXDSL

团 体 标 准

T/GXDSL —2026

青少年体育技能等级评定与教学实施指南

Guidelines for the Assessment of Adolescent Sports Skill Levels and Teaching
Implementation

（工作组讨论稿）

（本草案完成时间：2026-01-29）

2026 - - 发布

2026 - - 实施

广西电子商务企业联合会 发布

目 次

| | |
|--------------------------|----|
| 前 言 | II |
| 1 引 言 | 1 |
| 2 范围 | 1 |
| 3 规范性引用文件 | 1 |
| 4 术语和定义 | 2 |
| 4.1 青少年 | 2 |
| 4.2 体育技能 | 2 |
| 4.3 技能等级评定 | 2 |
| 4.4 评定机构 | 2 |
| 4.5 考评员 | 3 |
| 4.6 教学实施机构 | 3 |
| 5 技能等级评定体系 | 3 |
| 5.1 基础等（1-3 级） | 3 |
| 5.2 提高等（4-6 级） | 3 |
| 5.3 专业等（7-9 级） | 3 |
| 5.4 考核内容 | 3 |
| 6 教学实施建议 | 4 |
| 6.1 教学计划 | 4 |
| 6.2 教学实施人员（教师、教练员） | 4 |
| 6.3 教学场地、器材 | 4 |
| 7 等级评定组织实施 | 4 |
| 7.1 总体管理机制 | 5 |
| 7.2 申报管理 | 5 |
| 7.3 现场评定实施 | 5 |
| 7.4 评定结果与证书管理 | 5 |
| 8 数据管理与证书查询 | 5 |
| 8.1 评定机构 | 5 |
| 8.3 证书真伪 | 5 |
| 8.2 体育技能等级 | 5 |
| 9 安全与保障 | 6 |
| 10 监督与改进 | 6 |
| 11 附则 | 6 |

前 言

本文件依据GB/T 1.1-2020《标准化工作导则第1部分：标准化文件的结构和起草规则》的规定起草。
请注意本文件的某些内容可能涉及专利。本文件的发布机构不承担识别专利的责任。

本文件由广西产学研科学研究院提出。

本文件由广西电子商务企业联合会归口。

本文件起草单位：

本文件主要起草人：

本文件为首次发布。

青少年体育技能等级评定与教学实施指南

1 引言

为深入贯彻《体育强国建设纲要》《关于深化体教融合促进青少年健康发展的意见》《健康中国2030规划纲要》精神，落实立德树人根本任务，推动青少年体育活动科学化、规范化、系统化开展，构建衔接教育与体育、覆盖普及与提升、兼顾基础与专业的青少年体育技能等级评定体系，以评促教、以评促学、以评促练，全面提升体育教学质量，引导青少年掌握体育技能、增强体质健康、锤炼意志品质、培养终身锻炼习惯与良好体育品德，特制定本指南。本指南依据国家相关法律法规与政策要求，借鉴国内外先进经验，结合我国青少年身心发展规律与全国体育教学实践，坚持科学性、权威性、实用性与可操作性相统一，旨在为全国各级各类开展青少年体育技能教学与评定工作的机构提供统一遵循，助力我国青少年体育事业高质量发展，为体育强国建设夯实人才基础。

2 范围

本指南规定了全国青少年体育技能等级评定的体系框架、核心内容、评定方法、实施程序，以及配套的教学实施、安全保障、监督管理等要求。本指南适用于全国范围内开展青少年体育技能教学与等级评定活动的各级各类教育机构（含中小学、中等职业学校、高等院校附属青少年体育机构等）、体育社会组织（含体育总会、单项体育协会等）、专业体育培训机构及相关企业。本指南覆盖的体育项目包括田径、游泳、篮球、足球、排球、乒乓球、羽毛球、武术、体操等普及性广、锻炼价值高、符合青少年身心发展特点的运动项目；其他运动项目的青少年技能等级评定工作，应参照本指南的基本原则、核心框架与通用要求，结合项目自身特点制定具体实施细则，并报相关行业主管部门或全国性行业协会备案。

3 规范性引用文件

下列文件对于本文件的应用是必不可少的。凡是注日期的引用文件，仅注日期的版本适用于本文件；

凡是不注日期的引用文件，其最新版本（包括所有的修改单）适用于本文件。

GB/T 1.1-2020 标准化工作导则第1部分：标准化文件的结构和起草规则

GB/T 20000.1-2014 标准化工作指南第1部分：标准化和相关活动的通用术语

GB/T 23792-2009 青少年体育锻炼器材和场所安全要求

GB/T 29433-2012 学生体质健康标准

T/CSGF 004-2022 青少年运动技能等级标准通用要求

《中华人民共和国体育法》（2022年修订）

《中华人民共和国教育法》（2021年修订）

《中华人民共和国未成年人保护法》（2020年修订）

《学校体育工作条例》（2017年修订）

《国家学生体质健康标准（2014年修订）》

《儿童青少年体育项目培训服务规范》（2023年发布）

《“十四五”体育发展规划》

《深化新时代教育评价改革总体方案》

4 术语和定义

下列术语和定义适用于本文件。

4.1 青少年

指年龄在6周岁至18周岁之间，处于义务教育和高中教育阶段的儿童与少年，衔接《中华人民共和国未成年人保护法》及国家教育阶段划分标准。

4.2 体育技能

指个体在体育运动实践中，通过系统性学习和重复性练习形成的、能够规范完成特定体育动作或任务的综合能力，涵盖动作技术规范性、战术意识运用、体能适配应用、心理调控能力及运动礼仪素养等核心维度。

4.3 技能等级评定

依据国家统一制定的标准和规范程序，由具备资质的评定机构组织专业考评人员，对青少年掌握特定体育技能的综合水平进行客观测试、科学评估并确定相应等级的规范化过程。

4.4 评定机构

指经县级及以上教育行政部门、体育行政部门或全国性、区域性体育行业协会认可，具备相应场地设施、专业人员、管理制度等资质条件，负责依法依规组织实施青少年体育技能等级评定工作的法人组织。

4.5 考评员

指经全国性或区域性行业主管部门、行业协会统一培训、考核认证合格，具备相应体育项目专业能力和职业道德，负责具体执行青少年体育技能等级测试与评定工作的专业人员。

4.6 教学实施机构

指依法设立并开展系统性青少年体育技能教学活动的各类组织，包括中小学、青少年宫、体育俱乐部、专业培训机构、体育院校附属教学单位等，承担技能传授、兴趣培养、等级申报指导等基础任务。

5 技能等级评定体系

全国青少年体育技能等级评定统一采用“三等九级”核心体系，构建与青少年身心发展规律、体育教学进阶逻辑、人才培养梯度相适配的等级架构。

5.1 基础等（1-3 级）

聚焦基本动作规范、基础体能达标和运动兴趣培养，核心目标是引导青少年入门，掌握运动项目核心基础动作，养成基本运动习惯，主要面向体育技能初学者和小学低中年级学生，考核内容以基础性、趣味性为主。

5.2 提高等（4-6 级）

聚焦技术组合应用、基础战术配合和专项体能提升，核心目标是夯实技能基础，培养战术意识，提升运动能力，主要面向有一定技能基础的青少年和小学高年级至初中学生，考核内容兼顾规范性与综合性。

5.3 专业等（7-9 级）

聚焦技术精准精炼、战术灵活应用、比赛实战能力和专项素质高水平发展，核心目标是培养体育后备人才，提升专项运动竞技潜力，主要面向具有较高运动潜质和专项发展目标的初高中学生，考核内容突出专业性、实战性。

5.4 考核内容

应统筹技能展示、体能测试（专项适配）、运动知识（规则、礼仪、安全）三大维度，其中技能展示权重不低于 70%，确保以技能提升为核心导向。评定标准须坚持明确化、客观化、量化化原则，可

量化指标（如速度、力量、准确率、完成时间等）必须设定具体数值范围和判定标准，例如：篮球项目运球绕杆达标时间、足球项目定位球踢准环数、游泳项目各泳姿达标时长等；体能测试指标须严格参照《国家学生体质健康标准（2014年修订）》对应年龄段要求，结合项目专项特征科学筛选，确保与青少年体质健康发展要求有效衔接。

6 教学实施建议

各教学实施机构须以本指南等级评定体系为核心导向，紧扣“健康第一”教育理念和体教融合要求，科学制定教学计划、优化课程体系、规范教学实施，推动青少年体育技能与综合素质协同发展。

6.1 教学计划

制定应严格遵循青少年身心发展规律和运动技能形成规律，坚持循序渐进、因材施教原则，内容安排从基础等向专业等逐级递进，确保技能学习的系统性、连贯性和有效性，杜绝盲目拔高、跳跃式教学。课程设置应兼顾趣味性与挑战性，创新采用游戏化、情景化、实战化等教学方法，融入体育品德教育元素，激发青少年运动参与热情，培养遵守规则、尊重对手、团结协作、顽强拼搏的体育精神。

6.2 教学实施人员（教师、教练员）

须具备相应体育专业背景或国家认可的职业资格证书，定期参加教育行政部门、体育行政部门组织的专项培训，及时更新教学理念、优化教学方法，提升专业素养和教学能力。课堂教学应科学把控运动负荷，平均心率建议达到120-160次/分钟，练习密度建议不低于50%，确保教学效果与运动安全平衡统一；重视个体差异，针对技能学习困难或具有特殊运动潜质的青少年，提供个性化指导服务，促进全体青少年共同发展。

6.3 教学场地、器材

必须符合GB/T 23792-2009标准要求，定期开展安全检查与维护，确保设施设备安全合规。每节体育课或培训课必须包含充分的准备活动（不少于10分钟）和整理放松环节，强化运动安全防护。教学实施机构须建立健全教学管理制度，规范教案撰写、课堂记录、学生成长档案、安全预案等工作，定期开展教学质量评估与反思，持续提升教学水平；鼓励运用大数据、人工智能等信息技术手段辅助教学与过程性评价，实现教学效率与管理水平双提升。

7 等级评定组织实施

7.1 总体管理机制

实行统一标准、分级负责、规范实施管理机制，由具备资质的评定机构组织实施，接受上级教育、体育行政部门及行业协会监督管理。评定机构需制定评定章程、实施细则等文件，报主管部门备案后向社会公开。评定活动每年定期举办不少于2次，可结合区域需求增设专项场次。

7.2 申报管理

青少年可通过教学实施机构或评定机构官方渠道申报对应级别，首次申报原则上从基础1级开始。确需越级申报的，需提供训练记录、比赛成绩等技能证明材料，履行严格审核程序。

7.3 现场评定实施

采用现场测试形式，每项测试由至少2名对应级别考评员共同执行，考评员独立评判、按全国统一标准打分。考评员须严格遵守考评纪律，确保评定结果客观公正。

7.4 评定结果与证书管理

结果实行百分制+等级制双轨管理，80分及以上为通过，通过者获相应等级证书；未通过者由评定机构出具书面反馈，明确技能短板与改进方向。证书为全国统一制式，由主管部门/全国性行业协会监制，包含持证人信息、项目、级别、编码等核心内容，确保权威、唯一、可追溯。评定机构对原始评分记录、影像资料等档案规范归档，保存期限不少于5年；评定全过程公开透明，设现场监督岗，接受社会及申报者、监护人监督。

8 数据管理与证书查询

建立全国统一的评定信息管理体系，推进数据互联互通，为青少年体育事业提供数据支撑。

8.1 评定机构

建立信息管理系统，对评定相关数据电子化归档，严格遵守个人信息保护法，落实数据安全，保护青少年隐私，严禁数据商业使用或非法泄露。评定通过数据需按要求上传至区域/全国性信息平台，实现统一归集管理。

8.3 证书真伪

及评定信息可通过官方网站、公众号等渠道，凭证书编号、身份证号查询，确保便捷高效。

8.2 体育技能等级

可作为教学成果评估、学生综合素质评价参考，纳入成长档案；教育、体育行政部门依托系统掌握核心数据，为政策制定、人才选拔等提供科学支撑。

9 安全与保障

坚持安全第一、预防为主、综合治理原则，全面落实教学与评定安全责任，建立安全管理制度和突发事件应急预案，明确责任分工。现场配备国标急救设备、药品，至少 1 名具备急救资质人员在岗，可快速处置突发健康事件。定期检查维护教学、评定场地及器材，建立安全台账；高风险动作相关活动需制定专项安全防护方案，采取严格保护措施。活动前对青少年进行健康问询，必要时要求提供健康证明；对体质特殊、不适宜剧烈运动的青少年，合理调整内容或建议暂停高负荷项目。考评员、教师等须具备基础安全防护和急救能力，定期参加安全培训与应急演练。为参与青少年购买公众责任险+意外伤害保险，覆盖全过程；加强运动安全教育，普及安全知识和避险技能，培养科学锻炼习惯。

10 监督与改进

构建政府监管、行业自律、社会监督、机构自治四位一体监督体系，接受全社会监督；对违规行为可向教育、体育行政部门或行业协会投诉举报，相关部门限时核查处理并反馈。评定机构建立内部质量监控机制，定期开展自我评估与审计，及时整改问题。全国性/区域性行业协会牵头成立专家委员会，负责指南解释、修订建议征集、标准审核及争议仲裁。

11 附则

本标准由广西电子商务企业联合会负责解释。本标准自发布之日起试行，试行期为一年。试行期满后，根据实施反馈情况进行修订和完善。各相关单位可依据本标准制定具体的实施细则。若本标准与国家新颁布的法律法规或强制性标准有不一致之处，应以国家法律法规和强制性标准为准。本标准所引用的规范性引用文件如有更新，其最新版本适用于本标准。广西电子商务企业联合会将根据技术发展和应用需求，适时组织对本标准的复审与修订工作，以保障其持续的先进性和适用性。本标准的有效实施，有赖于各级医疗机构、主管部门、技术服务商和各相关方的共同努力，通过规范智慧医院数据互联互通共享技术，推动医疗健康数据资源有效整合与安全共享，提升医疗服务质量和效率，促进智慧医院建设规范化发展，为推进健康中国建设提供技术支撑。
