

2023年社会体育论文(精选9篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

社会体育论文篇一

社会体育活动是促进全民健身、增强人民群众身体素质的重要方式之一。而为了能够有效地组织和开展这些活动，策划是必不可少的环节。在参与社会体育活动策划的过程中，我深深地感受到了策划工作的重要性和挑战。在这篇文章中，我将分享我在社会体育活动策划中的心得体会。

首先，策划前的调研工作是至关重要的。在策划开始之前，我们必须对目标受众、活动内容和地点等进行详细调查和研究。这有助于我们更好地了解目标受众的需求和兴趣，以及他们所在的社区或地区的特点和资源情况。只有通过充分的调研，我们才能够制定出适合目标受众的活动方案，并做出有针对性的准备工作。

其次，策划中的团队合作非常关键。一项成功的社会体育活动离不开团队的协作和合作。在策划过程中，我们需要与同事们进行密切的沟通和合作，共同制定活动目标、策略和计划。团队成员的互相支持和相互理解是保证活动顺利进行的重要因素。在此次社会体育活动策划中，我与团队成员建立了良好的沟通和合作机制，提高了策划活动的效率和质量。

第三，策划中的创新和亮点设计能够吸引更多的参与者。社会体育活动的目的之一是提供一种娱乐和轻松的方式让人们参与体育运动。为了能够吸引更多的参与者，我们需要在策

划中添加一些创新和亮点设计。比如，在这次活动中，我们特别设置了一系列有趣的比赛和游戏，旨在增加参与者的活动兴趣和参与度。这不仅使活动更加丰富多彩，也让参与者在参与体育运动的同时感受到了乐趣和挑战性。

第四，策划中的风险评估和应急预案是必不可少的。在策划过程中，我们必须预见到可能会出现的各种意外情况，并制定相应的风险评估和应急预案。比如，在活动进行中可能出现的突发天气变化、参与者的意外事故等等，我们要提前做好充足的准备和规划，以应对这些突发情况的发生。只有这样，我们才能够保证活动的顺利进行并让参与者在安全的环境下享受到活动的乐趣。

最后，策划后的总结和反思是继续改进的关键。在活动结束后，我们必须及时对活动进行总结和反思，以探讨活动的优点和不足之处，并汲取经验教训，为以后的活动做出改进和调整。通过总结和反思，我们能够更好地了解自己的不足和不足之处，不断提高自己在策划工作中的能力和水平。

总而言之，社会体育活动策划是一项复杂而有挑战性的工作。通过这次参与社会体育活动策划的经历，我深刻认识到策划工作的重要性和必要性，也意识到自己在策划过程中的不足之处。通过不断的学习和实践，我相信我将能够不断完善自己的策划能力，为社会体育活动的推广和发展做出更大的贡献。

社会体育论文篇二

因此，调查者先在大学生中开始粗略调查，发现很多同学大学体育只求及格，艺体类学分修满即可，对平时的锻炼却很少在意。甚至有不少同学体育也需参加补考。就连本校的武术协会里的很多大一成员都疲于应付体能上的锻炼。

继而，调查者在初、高中学生中展开详细调查。在四川省成

都市第三十六中学校，初、高中学生里随机抽取100人，其中男生50人，女生50人。调查方式主要为问卷调查，除此之外调查者采访了该校体育老师，与学生进行了一定交流。结果统计过程中省略了无效的答案，问卷设计、结果统计和初步结论如下：

问卷调查

您不用在本问卷上留下姓名，本问卷不涉及任何利益关系，调查者会尊重您的隐私，请如实填写，谢谢合作。

性别： 年龄：

1、你经常做哪些运动来锻炼身体（可多选）：

a跑步 b散步 c球类运动 d田径类运动 e游泳 f健身类运动 g其他统计结果：

结论：受中学生青睐的运动集中于跑步、散步、球类运动；女生最常用散步，男生最常用球类运动锻炼；经询问发现他们的跑步锻炼多数仅限于体育课，并不会特地地练习田径；田径类运动，游泳，健身运动等，男女喜好程度相去不远。

2、你最喜欢的运动具体是：

你从什么时候开始接触该运动的：

统计结果：

结论：男生主要集中于篮球、乒乓球，女生集中于羽毛球，其他都有部分分布。明显可以发现女生的兴趣比男生宽，而且很少有男生喜欢受女生青睐的羽毛球。在发展运动兴趣上，女生明显起步比男生早，大多数都在小学开始。

3、你对竞技类运动的比赛规则了解多少，请罗列所有你知道详尽规则的体育运动：你经常从哪些渠道获取那些运动的信息（可多选）：（）

a□电视b□网络c□体育课d□参加培训班e□社团活动f□书籍g□其他

统计结果：

结论：在了解体育规则方面女生的了解面更广，只有在足球上男生了解的人数更多，尤其排球和网球，男生竟无人了解。明显，篮球规则是最深入人心的。另外，可以发现中学生对自己喜欢的运动的规则是足够了解的。从了解渠道来看，男女都很少有人参加培训班或社团，调查者问及原因时，有人回答“没那么多时间和精力去培训班，而大多数中学根本就沒那些社团。”从电视到网络，体育课，选择的人数依次减少，调查者认为体育课所占的比重偏少，说明体育课上老师教学主体并非体育运动的信息，尤其是男生，甚至有些男生没有了解渠道，仅仅是道听途说。

4、以下体育明星你知道哪些？在你知道的名字前面注明他们是什么运动的明星（）刘国梁（）纳芙拉蒂诺娃（）史蒂夫纳什（）斯托伊奇科夫（）费戈（）德文韦德统计结果：

结论：从整体来说对体育明星的了解，男生的了解情况更好。从体育项目来看，对网球和足球的明星的了解最少。网球因为不够大众化还可以理解，可是他们对足球明星的了解明显不正常地偏低。同时，他们几乎都知道自己喜欢的运动的明星。

5、你以后希望从事与体育有关的工作吗？请选择（）

a□不希望从事b□运动员c□裁判员d□教练e□体育老师f□其他统计结果：

结论：希望从事体育行业的男生多于女生，在体育行业中男生更喜欢运动员和裁判员，而女生更看好运动员和体育老师，教练这一职业一致不受欢迎。

6、你在体育课的自由活动时间一般都干什么（）

a□健身类运动

b□球类运动c□观看别人运动d□其他统计结果：

社会体育论文篇三

做好初中阶段的体育教学工作自然是需要付出不少的努力，因此我很重视本学年教学工作的展开并事先制定了合理的教学方针，在有所准备的情况下做好体育教学工作自然会变得容易许多，因此我通过本学年在体育教学工作中的努力取得了许多成果，在年度考核之际回顾本学年完成的体育教学工作自然得做好相应的总结才行。

通过广播体操的教导从而让新生学会了这方面的动作，由于新生入校需要开展广播体操比赛的缘故自然要认真对待才行，为了强化初一新生体质自然要将每天做广播体操的传统坚持下去才行，所以我在体育课上很重视广播体操的教导并经常亲自进行示范，将广播体操的动作进行分解以后再教导下去从而取得了理想的效果，而且在每次的体育课上我也会对学生们不规范的动作进行纠正，毕竟想要做好体育教学工作自然得加强对学生的管理才行，所幸有着各班班主任的协助导致我能够较好地完成广播体操的教学工作。

做好了体育比赛的裁判工作从而做到公平公正，我积极参与到校运会的策划工作中去并担任裁判一职，因此在学校举办校运会期间能够较好地履行裁判的职责，而且我也根据比赛类型的不同向运动员们讲解规则，除此之外我也会和其他的工作人员看护好运动员们，主要是防止在跑步或者跳远的过

程中出现抽筋或者摔伤的状况，通过预防机制的建立从而保障了运动会期间的安全，而且即便出现了意外状况也能够通过自身工作的展开得到处理。

上好每一节体育课并做好体育设施的维护工作，为了保证教学质量导致我对体育课的开展十分重视，除此之外我也会组织好学校的早操和课间操并进行监督，上课期间也能够认真对待学生的要求并解答对方的疑虑，上体育课之前准备好体育器材并对操场进行布置，做好这项工作再去通知学生前来上课并尽到了自己的职责所在，虽然是体育课却也十分注重学生会的思想建设与习惯培养，为了不干扰到其他班级上课往往会在体育课期间禁止学生在教室内活动，通过体育课训练内容的完成从而保证了学生的体质得到有效的锻炼。

正因为重视体育课程内容的教导才能够做好体育老师的各项工作，因此我会重视体育教学工作的展开并争取在以后做得更好，肩负着校领导的信任自然不能够因为工作没做好导致对方失望，所以我会更加用心地做好自身的工作并成为更优秀的体育教师。

社会体育论文篇四

一、实践报告研究背景：

随着我市经济建设日益加快，人民生活水平日渐提高，广大群众对精神生活的要求随之提高。为了满足居民对于体育运动的需求，体育局通过对上积极争取，目前在石家庄各地陆陆续续，或多或少地安装了各种式样的体育设施，这既丰富了人民的业余生活，又增加了人民的身体素质。

然而，体育设施分布是否合理，设施是否完善受到了人们的普遍关注，随之产生的许多问题有待解决。比如：器械坏了是否有人修理；由于器械老化而产生了意外事故，这该由谁来负责等。本着一颗为人民服务的心。因此，我们确定了以调

查学府路附近社区体育设施为课题，力争减少社区居民的伤害事故，并为居民建立一个优美、舒适、安全的健身场所做一点力所能及的事。我们感觉到了研究此项课题的重要性及其必要性，对于此项课题的研究不仅可以锻炼我们的实践能力，也可以使更多人乐于其中。

二、研究过程

- 1、您是否知道小区体育设施的种类?是(57%) 否(43%)
- 2、您是否经常锻炼身体?是(57%) 否(43%)
- 3、您一般何时锻炼?时间为多长?早上1小时左右
- 4、您是否能正确使用体育设施?是(93%) 否(7%)
- 5、您是否曾因锻炼不当造成受伤?是(7%) 否(93%)
- 6、您所在的小区体育设施是否完好?是(71%) 否(29%)
- 7、您是否认为应新增一些体育设施?是(86%) 否(14%)
- 8、您认为用这些设施锻炼后是否有效果?是(86%) 否(14%)

由此可见，经常参加体育锻炼的人群为数不少，而且大多认为能正确使用体育设施，锻炼效果也不错；但小区体育设施完好程度和更新不够理想。那么，我社区现有的体育设施现状到底如何呢？为此，我们先后学府路附近等几处体育设施所在地进行实地考察，发现了一些存在的问题：

1、运动器材缺乏专人管理与维修：

这些外表披红挂彩的体育设施近看还真是披红挂彩，伤的伤，死的死，10%50%的器材是已损坏或快要坏了的。经过几场大雨的洗礼，这些器材上的铁锈爬满身，更严重的则面目全非

了，说不知道的，还真以为是几块烂铁搭起来晾衣服呢？还有的一些不是缺了胳膊就是少了腿的，可谓惨不忍睹。

访谈时，讲到这些体育设施该由谁来保管时，人们意见各异。有些男士在回答此问题时，还粗鲁地回答：这个又不关我们的事情，谁弄（这些体育设施）过来的，就由谁来保管嘛。这样回答的人还不止一两个。调查发现：48%的人认为是由大院来保养，有30%的人认为由体育局保养，仅有22%的人认为这是由广大群众和相关部门共同来保养的。看来体育设施到位了，但人们去维护这些公共财产的意识还没有到位。

2、个别居民把运动器材挪为它用：

我们在调查研究中也发现了另一道独特的风景线，令我们大为惊讶。在绿源小区，个别居民居然在双杠上晒被子，在单杠上挂内衣裤。这种情况在晴天常有，它不仅妨碍了居民的锻炼，也有碍于市容整洁。在调查过程中，有一老伯见我们刚想拍照，他马上收掉了被褥。不难看出，人们对于这些错误的做法还是有自知之明的，不至于麻木到一点反应都没有。

3、居民们不能正确使用运动器械：

在调查过程中，我们看到一部分居民没有按照介绍牌上所写的方法去锻炼，或在锻炼时动作加幅度太大，这都是造成器械损坏的主要原因。用来拉韧带的，中小学生们却用来打篮球；用来进行腰部运动的，有些人却站在上面转圈子。这样不仅让需要这种锻炼的人得不到锻炼，而且还很容易出事故，在被调查人之中，就有这么一位用法不当而出事故的人：那人因为动作幅度过大而导致身体不稳，摔了下来，造成骨折。

三、建议与对策：

1、加强宣传力度，让每一个人心中树立爱护体育设施的意识。

体育设施的保护最主要的是靠大家的自觉，希望有关部门积极开展活动。例如，体育局可以定期举行讲座，各小区居委积极进行宣传，定期向小区的居民分发传单，卫生部门也要加强环境卫生的管理，争取还给居民一个优美的环境。

2、希望居民们认真阅读体育设施使用说明，大院可以举行示范活动。

3、加强管理，有专门人员对体育设施进行保养。

4、经常对居民进行了解，知道他们对体育设施的需求，适当增加器材的种类和保养经费。

5、注意体育设施分布的合理性和及时性。

对居民集中地应重点投资。如绿源小区、红旗村等几处地方，因为这些地方，一旦到了早上或傍晚总是有不少人们在闲聊、说笑。我们觉得，在闲聊的同时，踩踩几步梅花拉，扭扭几下腰是再也合适不过了。

长路漫漫，其修远兮，吾将上下而求索。在以后的活动中，我们会再接再厉，力争将现在各小区内所存在的问题解决，完成我们的最终目的给居民们建立一个安全、优美、舒适有健身环境。

社会体育论文篇五

身体素质包括力量、速度、耐力、灵敏和柔韧五项基本内容。当今社会随着科技的发展，宅男宅女也就变得越来越多，很多人每天都在寝室里对着电脑，或打游戏，或聊天看电影等等。挑食，运动少等因素导致大学生体质越来越差。本校鼓励师生运动，还开展了各类活动，如阳光晨跑、太极拳、篮球赛等诸多活动。为此我组特进行了一次调研。于本月拟定了一份调查问卷，由本组成员在学校内对一百人做了调查。

调查内容包括锻炼次数、时间、形式等等。

本次调查实际调查100人，由于某种原因，实际收回调查问卷96份。其中男生38人，女生58人。对于理工来说男生多余女生太多，所以从此出发，对于女生的问卷调查可能更具代表性。而男生多偏于爱好运动，进行的随机调查也可体现大致情况。从总体上说男生每周的运动次数多于女生很多。大多数女生除了体育课之外逛街就已经是最大的运动了，这不能说是二十一世纪甚至科技发展的悲哀。随着经济的发展，社会的建设，人也是变得越来越懒，能坐车的走路，能用机器代替的绝不动手。男生多数爱好篮球足球等体育活动，所以没事的时候运动还是挺多的，但电子技术的发展，电脑手机变得普及，使得越来越多的大学生变成了宅男宅女，从另一方面说减少了很多的体育锻炼。这也造就了越来越多的近视，不能不说电脑业的发展促进了眼镜业的发展啊！在我们的调查中大二的学生占据了大多数，大三的很多学生忙着考研，所以运动会随之减少很多，而不考研的大多抓不住人影，所以本人认为不太具有代表性，故只调研了一部分人，大四的已近离校在忙着工作，所以这一部分人的一小部分就有代表性。

本次调查的主要内容有每周累计锻炼次数、每次锻炼时间、锻炼强度、有无锻炼计划、参加锻炼的主要形式、影响个人锻炼的主要因素、体育锻炼与学习的关系及其如何处理、对学校体育设施的满意度等相关内容。

根据调查报告显示：每周累计锻炼次数在两次以下的男生占34.2%，女生占65%。而两次以上的男生占65.8%，而女生仅35%。从性格方面来说男生喜好体育运动，而女生比较洗静或是文雅一类的活动。男生在5次以上的仅占21%，而根据其他的调查显示上网游戏的人越来越多，而且时间也较长，不能不说网络不仅浪费了很多人的时间，也坑害了很多人的身体。大学时代是最该保证一个健康的身体，养成一个良好的锻炼习惯，这才是今后工作的最大财富和保障。女生在5次锻

炼以上的人数为0。每次锻炼时间上男生小于1小时的占57.9%，1至2小时的占34.2%，两小时以上的占7.9%。女生1小时以下的占51.7%，1至2小时的占44.8%，而两小时以上的占3.4%。而锻炼的方式看，很多人还是处于被动锻炼的。男生主要在体育课上锻炼的占44.7%，以社团形式的占5.3%，学校组织的占2.6%，自主锻炼的占47.4%。女生主要在体育课锻炼的占62.1%，社团组织下锻炼的占6.9%，而独立自主锻炼的占34.5%。要想保持健康的身体就该养成一个良好的锻炼习惯，有计划有目的的锻炼才能取得更好的效果。最主要的是坚持。男生中没有锻炼计划的占50%，有计划但不坚持的占34.2%，有计划又能坚持的占10.5%，其他的占5.3%。女生中没有锻炼计划的占67.2%，有计划但不坚持的占19%，有计划又能坚持的占13.8%。从以上数据可以看出男生锻炼自是随爱好和一时兴起的较多。很多人虽然有计划但却实施不了说明不能坚持，从另一个侧面来说女生的韧性较男生好。我们的人生就是一个大的计划，很多人就像体育锻炼一样盲目而有毫无目的，到头来碌碌无为，而为什么很多人有理想有抱负但却无法实现就是不能坚持。所以只有那一少部分才能成功。身体是一切的基础，做个简单的比喻，身体就是一座楼房的地基，如果地基垮了那么无论楼房盖得多么的漂亮，最终仍是一堆废墟。而影响体育锻炼的主要因素80%以上的人都认为时间、天气和兴趣是影响锻炼的主要因素。而其中又有60%以上的人认为天气是影响体育锻炼的主要因素。90%以上的同学认为体育锻炼不仅不耽误学习，还能提高学习效率。所以增强体育锻炼是很有好处的，只是很多同学越来越懒，即使想也懒得动。在学习忙碌时，有37%的同学选择保证体育锻炼时间，还有42%的同学表示看心情，只有21%的同学会减少锻炼。同学们知道锻炼身体的好处，尤其是在学习压力加大的时候就更需要如此。男生中大运动量的占10.3%，中等运动量得占68.5%小运动量的占16.6%，微小运动量的占4.6%。女生中等运动量的占27.8%，小运动量的占32.6%，而微小运动量的占39.6%。对于学校的设备男生有39.5%的人表示不满意，60.5%的人表示一般。女生50%的人表示不满意，50%的人表示一般。通过上述的调查结果可以发现很多问题。

学校设立早上晨跑是一件有利学生身心素质的办法，尽管因为特殊原因取消了晨跑而改为早上打卡，但目的仍然是希望学生们能早起进行一些必要的身体锻炼，而大部分的学生却把早上打卡当成了一种负担，一种认为强加给自己的东西.....

据教育部专家介绍，一项针对38万多名学生的监测显示，7至18岁的城乡男生平均身高比监测结果分别高出0.7厘米、1厘米。体重和肥胖的学生比例也在迅速增加。但是，学生的多项体能指标却呈下降趋势。如肺活量，2007至18岁城市男生和女生肺活量分别下降了285毫升、303毫升；乡村男生和女生肺活量分别下降了237毫升、259毫升。

另外，年和20相比，大中小学生的立定跳远成绩也绝大多数下降，如7至18岁城市男生和女生立定跳远成绩分别下降了3.7厘米、3.9厘米。

似乎更多的同学认为运动会是运动员的事，开运动会就是作壁上观，看运动员能否取得名次，这违背了开运动会的真正意义。就社会意义而言，随着物质生活水平的提高，人们出于健身、娱乐、休闲的需要，对体育的追求已日趋变得强烈，从而使体育成为影响生活质量和生活方式的重要因素，所以大运会的目的不在于它的这种形式，而是要发现问题。

当代大学生身体综合素质普遍下降，一方面，大学生的运动意识和锻炼意识明显减弱了，丰富多彩的大学生生活和现代的物质文明充斥了大学生的日常生活，比起体育锻炼来，更多的人愿意把时间打发在网络上，追求和享受各种时尚文明上，而以强身健体为目标去体育锻炼的人寥寥无几。另一方面，高营养的饮食结构使当今青年人受到极大冲击，大学生人群明显出现两种现象，要么过于肥胖，要么“豆芽菜”型，而对待美的问题上，更多的同学一贯的做法是减肥，但对于减肥，更多的人又是减食，而并非锻炼。

身体是革命的本钱，未来的无论是国家的还是家庭的重任都义不容辞地落在当代年轻人的身上，如果我们仍像现在这样不爱惜自己的身体，不去加以提高，前景实在堪忧！

身体是我们灵魂、心智的载体。“一个没有身体的灵魂就如同一只被剥夺了飞翔能力的鸟儿一样”。我们通过各种积极有效的运动，调控呼吸，从而对身体产生积极的影响，排除浊气，清气上升，放松精神，消除疲劳，摆脱紧张、抑郁、焦虑、愤怒等不良的情绪，创造出内心的平静，进而获得身体与灵魂的协调。若忽视或虐待我们的身体，就无法把自己郁闷、沮丧的心情发泄出去，就会引发各种疾病，使得我们身心不宁。

我们来看看大一学生上体育课和平时锻炼的情况，在日常锻炼中经常会看到有的同学不跑步，有的从没摸过排球或篮球，有的动作协调性极差，跳不动，跑不动。体育课规定男生考1000米，满分是3分15秒，及格线是3分55秒，女生考800米，满分是3分10秒，及格线是3分50秒，有的班级只有少数人达到及格线，部分同学艰难完成，得满分的同学就更少了。近几年，学生中肥胖的也越来越多，有的重达260多斤，根本跑不动，只好选择快步走的锻炼方式。有的同学入学一个月左右就因胃炎、消化道出血等疾病住院，有的病我们从来都没听说过，例如成人斯蒂尔病，有的因过敏较严重夏天无法上体育课……要知道他们正值青春好年华啊！如此体质怎能不让人担忧？大学生正处在亚健康状态。

其实，影响当代大学生身体健康状况的因素很多，也很复杂。这跟家长、学校多年来不重视学生身体素质有关。长期以来，学校、家长和学生都比较关注学习。身体素质是一个长期积累的过程，并不是到了大学，学生的身体才变成这样。

大学时期是对大学生自理能力和自律能力的极大考验。很多学生在进入大学前习惯了家长的照顾和高中规律的学习生活，大学可支配的时间和生活费的增多使得很多学生有点不知所

措，健康意识淡薄或自律能力不强，这些成了威胁大学生身体健康最为重要的主观因素。

除了学生自己在健康问题上存在认识和实践上的错误，学生工作也要认真地反思，在教育、管理上应加大力度，提高学生身体健康的意识。

让我们共同野蛮体魄，文明精神，创造属于自己的美好未来。

毛泽东曾讲：“身体是革命的本钱。”法国启蒙思想家伏尔泰也在很早就提出了“生命在于运动”的至理名言。可见，一个强健的体魄对于一个人是多么的重要，而强健的体魄则来源于体育锻炼。总之，体育锻炼对我们每个人都有着非同寻常的意义，尤其是对于我们这些大学生。

大学生是一个比较特殊的人群。我们往往由于忙于应对繁重的课业负担以及其它一些事情而忽视了体育锻炼，另外，我们平时的学习生活又使我们不得不长时间不能活动，所以，我们更需要体育锻炼来强健我们的身体。

首先，也是最重要的，体育锻炼能增强我们的体质。天天深陷于繁重的学习生活，若想应对自如，一个强壮的身体是必不可少的坚强后盾。可想而知，假如自己的身体弱不禁风，迟早有一天自己会被压力压垮的，又何谈成绩如何如何，这是多么的得不偿失啊。另外，强健的体质还能帮我们抵御许多疾病的侵袭，使我们免于疾病的干扰，从而有更多的时间更好地进行大学生活。还有，比较长远地讲，一个强健的体魄对于我们寿命的延长也是大有裨益的。

其次，体育锻炼还能增强我们的心理素质。许多体育锻炼不仅对我们的身体有着考验、锻炼的目的，而且还考验锻炼着我们的毅力、耐力等心理素质。例如长跑就很能锻炼一个人的耐力与韧劲。通过体育锻炼来加强心理素质，从而使自己在学习生活中有一个健康强劲的心理，这肯定会使我们的学

习生活更加高效率、更美好。

另外，体育锻炼还有许许多多重要的作用，例如帮助我们塑造健美的体型，帮助我们放松、娱乐等等。

总之，体育锻炼对于大学生意义重大。我们应该科学合理积极地进行体育锻炼，塑造出一个更强壮、更健康、更美好的自己！

21世纪是一个充满生机和活力的世纪！21世纪更是中国人的时代！中国的发展靠什么？靠我们这一代的大学生。我们要为我们的祖国做贡献，可是这一前提是我们要有好的身体。所以，为了我们的未来，为了我们不会在老去的时候后悔，让我们从现在开始行动吧！只要每天抽出一点点的锻炼时间，我们就会有一个美好的大学生活，美好的未来！

社会体育论文篇六

赛出风格、赛出水平

团结拼搏、争创佳绩

飞跃梦想、超越刘翔

挑战自我、突破极限

奋发拼搏、勇于开拓

展现自我、争创新高

奥运精神、永驻我心

强身健体、立志成材

顽强拼搏、超越极限

挥动激情、放飞梦想

青春无悔、激情无限

顽强拼搏、勇夺第一

挑战自我、突破极限

奋发拼搏、勇于开拓

遵规守纪、团结互敬

拼搏奋进、永远进步

团结拼搏、争创佳绩

飞跃梦想、超越刘翔

挑战自我、突破极限

奋发拼搏、勇于开拓

展现自我、争创新高

奥运精神、永驻我心

强身健体、立志成材

顽强拼搏、超越极限

挥动激情、放飞梦想

青春无悔、激情无限

顽强拼搏、勇夺第一

挑战自我、突破极限

奋发拼搏、勇于开拓

遵规守纪、团结互敬

拼搏奋进、永远进步

全民健身 利国利民

健康第一 从我做起

社会体育论文篇七

大众体育的发展水平是衡量一个传统社会走向现代社会的复杂的，渐进的过程的一项重要内容，体育人口的发展是社会，经济发展到一定阶段，是人类文明，社会进步的必然结果利用随机调查提问的方法，整理数据并由此可得知城市人口进行体育锻炼健身的趋势。

对于我们自身来说，参与体育活动的动机，首先是增强体力、增进健康；其次是为了消遣娱乐和精神情绪的修养、改善；再次就是为了增加社交机会，与朋友同伴交流。也有部分人是为了提高运动能力和延续学生时代形成的体育习惯。

在遇到健康问题的时候，体育人口首先想到参与体育活动，而非体育人口首先想到的事补充营养保健品、改善生活规律、加强营养等非体育手段。

带着看看农村社会体育人口状况，问问他们参加体育活动的目的内容及效果。我们对广场进行体育锻炼的群众进行了调查。据调查，体育人口的活动项目主要有长走与跑步、羽毛

球、体操、舞蹈、跳绳，体育人口在身心方面的锻炼效果是十分明显的，其身体和心理的基本状况明显优于非体育人口。如各种慢性病的发病率低于非体育人口7.1个百分点。呼吸系统疾病的发病率只有非体育人口的12%肥胖的发生率低于非体育人口1.5个百分点。而有身体疲劳、体力衰退感觉的人，体育人口比非体育人口要少一半。体育人口饮酒、吸烟的比例比非体育人口要低得多。

在参加群众体育活动点的人群中，以年长的人员为主体，女性所占比重较大，男性较小，分析其主要原因，应该是男性普遍工作比较繁重，身心比较疲劳，闲暇时间都是抓紧时间休息，很少有人出来锻炼。活动点的活动时间——晨晚练为主，其中晨练占80.7%，晚练占47.7%，其中有一部分活动点是晨练与晚练都开展活动的。活动点稳定性较强，常年坚持的占93.4%。64.0%的体育锻炼者活动点的活动时间不随四季的变化而变化，活动时间最长的季节是5—10月份。每天活动时间在2小时以内的占总数的57.8%，在2小时以上的占总数的42.2%。

据调查，影响居民参加活动的主观原因，其中缺乏兴趣的占45.2%，认为“没有必要”的占18.2%认为自己“身体较弱，不宜参加体育活动”的占11.4%，学生时代就不喜欢体育活动的占11.0%，认为“体育活动不适合自己的举止行为”占6.9%，担心他人讥笑的占7.3%。对于影响人们参加体育活动的客观原因，缺少时间的占35.8%，缺少场地设施的占25.5%，精力不足的占20.8%，不懂锻炼方法和场地远、不方便的占8.9%，其他占11.0%。由此可见，时间与场地设施的问题依然是影响人们参与体育活动的主要问题。

近几年来，居民参加体育活动的的时间、体育消费额等有所改善，政府为改善群众健身活动的条件作了大量工作。但是，从调查中可以看出，场地设施及资金短缺问题依然是困扰群众体育发展的关键问题。

调查表明，人们的体育意识在不断加强，参加体育活动的场所也大体不一，有20%的人在马路上锻炼，5%在家里，20%在学校，45%在广场，10%则以其他的方式进行锻炼。由此可见，在广场参加活动的人较多，这是由于广场的设施比较齐全而且锻炼的氛围也好，而还有大部分人在学校，马路上进行身体活动，这也是现在人们进行体育活动的心趋势。

对于人们参加活动的方式，以社区活动为主的占10%，与家人一起锻炼的占10%，个人锻炼的占20%，与朋友一起锻炼的则占50%，而10%的人则以其他方式进行锻炼。由此看出，人们锻炼时大多愿意与朋友在一起，这也更能促进人们的锻炼乐趣，同时又增加了友谊，另有多数人喜欢个人锻炼，只与人的兴趣爱好有关，还有的是社区举行的，这也应该大力提倡，为我们热爱健身的人提供更好更多的机会。

经过这次实际性的调查可知，社会体育在农村居民中已经广泛的展开，人们对身体锻炼的兴趣也越来越高，而社会体育的方式多样，种类繁多，人们在何时何地都能进行身体锻炼，这为农村的体育人口提高，提供了有利得条件，随着社会的飞速发展，人们的空余时间也越来越多，而人们对健康的要求也越来越高，相信将来会有更多的人投身社会体育，农村的体育人口会日益壮大。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

社会体育论文篇八

近些年来，经济的发展与社会的进步极大的改变了我国人民的生活方式，物质生活的满足刺激了精神生活和业余生活需求的增多，从而为我国社会体育的发展提供了物质基础和精神需求。目前，我国社会体育呈现出科学性、社会性、规范性、法制性等特点，但同样在社会体育发展的过程中也出现了诸多不容忽视的问题。基于此，本文主要就对社会体育发展趋势进行探索，以期促进我国全民健身时代的到来。社会体育不同于竞技体育、学校体育和军队体育，是社会群众自发参与的体育活动，具有丰富多样和灵活性的特点，以增强群众的身体健康为目的的体育活动。社会体育参与的人群十分广泛，并没有严格的限制，在很大程度上丰富了群众的业余生活且满足了锻炼身体的需要，同时，社会体育并没有固定的发展模式与管理制，需要在不断摸索中促进社会体育的完善及发展。

一、社会体育存在的问题

(一) 体育设施较为落后

社会体育的对象十分广泛，参与的人数众多，但就目前来看我国社会公共体育场所的建设较为落后，大众体育健身设施严重缺乏，现有的体育场馆开放时间有严格的限制，不能满足社会体育开展的需要，尤其是在户外公共场所，公益性、开放性的健身场所十分缺乏。

(二) 年龄结构不合理

参与社会体育的人数非常之多，而从整体来看参与体育活动的人群年龄结构不合理，呈现着中间少、两端多的现象，进

行日常体育锻炼的人群主要是青少年和老年人，青年和中年人参与社会体育的人数较少，主要原因就在于青年和中年的生活压力较大，部分人忙于工作或者怠于运动，不合理的年龄结构不利于全民健身的实现。

(三) 存在不均衡的问题

现阶段，我国社会体育呈现出严重的不均衡态势，东部地区与中西部地区的社会体育发展程度差别较大，农村地区与城市地区的社会体育严重失衡，主要表现在人们的健身意识较差，公共场所体育设施严重不足、经费投入少以及缺乏科学的指导和规划。

二、我国社会体育的发展趋势

(一) 公益性和福利性的体育模式

我国有着明显的“单位”现象，主要指的是社会各个阶层的人们通过一定的途径和方式逐渐统一到一个个具体的社会组织之中，这些组织的代表会表达他们的利益诉求，满足其基本需要。与此同时，由于我国经济的发展和城市化进程的加深，资源逐渐由国家统一支配变为市场支配，非专业性的工作内容回归到社区的手中，所以在社会体育发展的过程中，会使社会体育逐渐回归到社区和单位，从建立起公益性和福利性的体育模式，设置专门的人员进行体育经费和器材的管理，促进了社会体育的完善和成熟。

(二) 加强与社会文化事业的融合

社会体育作为社会主义文化的重要组成部分，不仅需要实现社会体育的繁荣，而且还要加强体育事业与其它文化事业的融合，共同促进社会主义文化的繁荣和发展。社会体育应该加强与文化、旅游等事业的结合，丰富人们的业余闲暇时光，提高体育事业的经济效益。首先应该组织多种多样的文艺活

动，提高全体人民的精神境界和文化素养，同时加强文艺与体育活动的结合，把体育融入到文艺活动与旅游当中，建设体育旅游产业。这样不仅可以实现资源的合理配置与互补，也可以通过发展文化事业的手段，推动社会体育的发展。

(三) 体育人口不断增长，体育结构逐渐合理

在衡量社会体育发展程度的过程中，体育人口的数量是重要的一大因素。虽然改革开放后我国大力发展体育事业，体育人口随之不断增长，但与发达国家相比仍然存在着一些问题亟需解决。除了体育人口是体育发展水平的标志，社会体育的结构也是影响体育发展的重要因素，我国参与社会体育的人大多是老年人和少年儿童，青壮年的人数较少，随着我国社会体育发展的不断加深，这种情况在一定程度上得到了改善。由于社会和经济的发展使部分劳动者摆脱了冗杂的工作，他们可以利用大量的业余时间参与体育活动，大多参与的是一些较为新潮的运动项目，而老年人则主要是为了康复健身、延年益寿而置身于体育活动。

(四) 社会体育朝着法制化和规范化的方向发展

市场经济的正常运行离不开国家法律的制约和规范，同样社会体育的正常发展也需要对其进行规范和制约，加强社会体育的法制化建设成为社会体育发展的趋势之一。近几年来我国人民的法制意识在不断增强，利用法律武器积极维护自身的合法权益，所以在进行社会体育的过程中，为了实现体育活动的规范化和有序化，所以使社会体育走上法制化的发展道路是必然趋势。我国相继颁布了《全民健身计划纲要》、《国家体育锻炼标准》、《国民体育测定标准》等规章制度，而且在社区和单位内部也建立了相应的体育管理办法，加强对体育场馆、体育设施和器材、体育活动现场的管理以及体育市场的建设等方面。

三、结语

总之，国民的身体素质作为衡量一个国家综合实力的重要因素，彰显了国家的文明程度和经济发展水平，因而加强社会体育的发展尤为必要。社会体育属于公共性的一项事业，对培养人们科学合理的生活习惯和健身的身体具有积极的作用，所以，要加强社会体育与其它文化事业的结合，不断创新社会体育的模式，并且为社会体育提供发展的物质基础和群众基础，从而提高全体人民的综合素质，推进全民健身社会的建设。

社会体育论文篇九

美好愿望：希望以后可以有个自己的公司，或者可以拥有一家自己开的健身俱乐部

职业方向：公司里的体育顾问、社会体育指导员、体育老师

气质：自我形象较好，谈吐得体，具有一定亲和力；

学习能力：领悟性较强；

优势盘点：

从小生活条件坚苦，让我养成了不怕苦的精神，创业是一个坚苦的过程，在这个漫长坚苦的过程中，它将是唯一的，也是最宝贵的财富。

劣势盘点：

因为来自农村，没有经济基础，决定了我的事业起点相对言要低，而且，到目前为止，还没有任何工作经验，各类荣誉证书太少。

优点：

乐观，开朗，胆大，有一股不服输的屈气。

缺点：

做事不够细心，有时候也比较怀疑自己的能力，惰性较大。

当劣势和缺点成为了你前进道路上的障碍时，就应充分得用你的优点，让其把你带出围障；虽然恒心不够，但可凭借那份积极向上的热情鞭策自己，久而久之，就会慢慢培养起来，充分利用一直关心支持我的庞大亲友团的优势，真心向同学、老师、朋友请教，及时指出自存存在的`各种不同并制定出相应计划以针对改正。

1、一般社会环境：电子、网络铺天盖地，知识信息飞速发展，科技浪潮源源不绝，人才竞争日益激烈，形形色色人物竞赴出场，不禁感叹，这世界变化好快。

2、特殊社会环境：社会的发展，人们体育价值观念的转变，再加上《体育法》、《全民健身计划纲要》等法规文件在法律上的保障，使社会体育得到广泛的开展。社会体育专业是新兴专业，前景挺好的。而且随着2008奥运会之后我国体育方向的转变——全民健身的方向，我们社会体育的学生就业就好了。

父亲：目前，必须搞好学习，为以后找工作奠定基础，同时，还要多锻炼自己，让自己成为同龄人中的强者。

母亲：学习要认真，最好要考研。

老师：聪明、机灵古怪。

同学：有较强的工作能力。

1、学习生活规划

大学一年级：了解大学年活，了解专业知识，了解专业前景，了解大学期间应该掌握的技能以及以后就业所需要的证书。

大学二年级：熟悉掌握专业课知识，尽最大的努力考英语4级。考一些跟自己的专业有关有用的证书。

大学四年级：目标应锁定在工作申请及成功就业上，积极参加招聘活动，在实践中检验自己的积累和准备。积极利用学校提供的条件，强化求职技巧，进行模拟面试等训练，尽可能地做出充分准备。

2、近十年的目标

20xx~xx年：3年左右的时间，经过不断的尝试努力，初步找到合适自身发展的工作环境、岗位。

20xx~xx年：贮备资金，积累经验；

20xx年：了解市场行情；

20xx年：筹划资金，办理相关的手续，准备建立公司；

20xx年：拥有自己的公司或健身俱乐部

3、求职计划

(1)学位证书、资格证书，是我们求职的敲门砖，是一个公司招聘人才的首要条件，因此，我们要在大学生期间，拿到相关的证书。

(2)公司招聘人才看的不仅是文凭和证书，更多的是注重的个人的能力与素质，所以，我们在大学期间学习的同时，还在注重的是个人素质的提高和能力的培养。

(3)对于刚毕业的.大学生来说,经验的缺乏是一个很突出的问题,要想在众多应聘者中脱颖而出,就要在变方面占优势才行,所以,我们还要在大学生活中积累更多的工作经验,这一方面可以通过兼职来实现,但在其过程中,要懂得总结经验。

(4)一定要在大四之前把简历制好,留下更多的时间来找工作。

(5)要时刻关注招聘信息,积级参加招聘活动,在公司选择我们的同时也选择一个适合自己的公司。

任何目标,只说不做到头来都会是一场空。然而,现实是未知多变的,定出的目标计划随时都可能遭遇问题,要求有清醒的头脑。一个人,若要获得成功,必须拿出勇气,付出努力、拼搏、奋斗。成功,不相信眼泪;未来,要靠自己去打拼!实现目标的历程需要付出艰辛的汗水和不懈的追求,不要因为挫折而畏缩不前,不要因为失败而一蹶不振;要有屡败屡战的精神,要有越挫越勇的气魄;成功最终会属于你的,每天要对自己说:“我一定能成功,我一定按照目标的规划行动,坚持直到胜利的那一天。”既然选择了认准了是正确的,就要一直走下去。

在这里,这份职业生涯规划也差不多落入尾声了,然而,我的真正行动才仅仅开始。现在我要做的是,迈出艰难的一步,朝着这个规划的目标前进,要以满腔的热情去获取最后的胜利。