

2023年大学生体育锻炼调研报告 大学生 体育消费现状调查报告(汇总5篇)

在经济发展迅速的今天，报告不再是罕见的东西，报告中提到的所有信息应该是准确无误的。报告书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇报告呢？下面是我给大家整理的报告范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

大学生体育锻炼调研报告篇一

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。

- 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。

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。

大学生体育锻炼调研报告篇二

面对来之不易的实习工作机会，大家应当倍加珍惜，将其转化成为努力工作的不竭动力。现在，就让我们试着写一下体育专业的实习报告吧。你是否在找正准备撰写“大学生体育教育实习调查报告”，下面小编收集了相关的素材，供大家写文参考！

转眼间我一个学期的实习工作已经结束，这段时间里我们从学生一下变成了老师，曾经感觉非常不适应，可是经过一段时间的实习锻炼，使我完成了由学生到老师的角色转变。回想这一学期的实习工作还历历在目。

回想我刚到我的实习学校林口中学时，看着陌生的校园，操场，教学楼以及陌生的面孔，我既紧张又兴奋。一路走来，颇多留恋，诸多感慨。在实习期间，我既是学生，又是教师。作为学生，我虚心求教，不耻下问；作为人师，我兢兢业业，倍感骄傲。我付出了很多，同时收获了更多。

十年树木，百年树人。实习期间，我以做一名高素质的优秀体育教师为目标，全面严格要求自己，不断追求进步，不断

完善自己，不断超越自己。一个学期的实习，使我真正体会到做为一位老师的乐趣，同时，也使我的教学理论变成了现实，使虚拟教学变为真正的面对面的教学。回想这一学期的实习生活，每一秒都充满了汗水和感动。当我漫步在实习校园里，那出自学生一声声的真诚问候掩盖这段日子遇到的所有委屈，最后剩下的只有数不清的欣喜。

我在实习期间正好赶上学校的广播体操，而我从未接触过这套体操，必须从头开始学习，为了尽快适应教学，准确的将这一套体操传授给学生，我经常在休息时间和学校的其他体育老师一起讨论，研究体操视频，独自练习，虽然开始上课时比较仓促，但是我还是慢慢的适应过来了。

来到学校经过短暂的观摩后我独自走上了讲台，虽然刚开始心情特别紧张，由于经验不足和应变能力不强，课堂出现了示范动作不熟练，分解带操动作迟缓，口号不流利，底气不足，但我还是完完整整地把课上了下来。期间我针对出现的问题进行我反思，不断的改进自己，同时也得到了学校其他老师的指点。他们无私的奉献和帮助，使我体会到了教师这个大家庭的温暖。

为了弥补自己的不足，我严格按照学校的要求，仔细地备课，写教案，积极向其他老师学习，认真把握好每次上课的机会，锻炼和培养自己的授课能力。为了在短暂的实习期间充分锻炼自己，我们主动和学校的其他老师一起上课，带学生练操，虽然比较辛苦，但当看到学生们作出标准整齐的体操时，心理更多的是欣慰和自豪。

转眼间，实习生活已经结束，这段短暂的实习生活使我的教学经验得到了一个质的飞跃，我学到了很多书本上学不到的知识。学永无止境。在取得好成绩的同时，我时刻不忘超越自己，面对教育事业的满腔热情，将鼓舞着我不断前进。在这四个多月的体育教学实习中，我深深体会到，要当一名体育教师并不难，但要出色上好每一堂课，完成每一项体育训

练，培养出更多的体育优秀学生就需要付出更多的努力和汗水。教育实习让我更加坚定了献身教育事业的决心，我将继续以更加认真的态度虚心学习，不断完善自己，不断提高自身的素质和执教水平，为成为一名光荣的人民教师而努力奋斗！

我实习所在学校是宝鸡市斗鸡中学，实习基本内容包括三部分：课堂教学、班主任工作和教育调查。基本情况如下：

经历了六个星期的实习生活，让我尝试了作为一名教师的苦与乐，更让我体会到当一名教师所肩负的责任，在这两个月里，我能以教师的身份严格要求自己，为人师表，处处注意自己的言行和仪表，关爱学生，本着对学生负责的态度尽全力做好教学及班主任的每一项工作；同时，作为一名实习生，能够遵守实习学校的规章制度，尊重实习学校领导和老师，虚心听取他们的指导意见，完成我们的实习任务。现就本次实习总结如下：

一、 数学教学工作

先听两周的课，第三周开始正式上课，在听课过程中，我不再是听老师讲了些什么，为什么，而是听他如何讲解如何分析，以及这样安排教学内容等。我还积极去听学校其他老师的课，如本实习队所有数学实习老师，还有斗中最为有名气的老师的课都一有空就争取去听，做好听课记录，和老师交流，学习老师们的长处和丰富的教学经验。

我教的是高二理科7班和8班的数学，经过向老师了解和几天的答疑情况，我发现这个班的数学基础还不错，但由于高中新知识的跨度相当大，大部分学生对前段时间的数学学习存在较大的困难。课下聊天时，都纷纷向我诉苦：“老师，数学好难啊！”我一边以坚定的语气鼓励他们：“不怕，万事开头难，高中知识相对初中知识可以说在难度上是一个质的飞跃，但只要你们咬牙坚持，不断地在平时学习的碰壁中摸索

高中的学习规律，找到适合自己的学习方法，就会慢慢地找到学数学的感觉了。”给他们学好数学的信心，一边在心里苦苦思索着如何去帮助他们尽快地把学习方式从初中转变到高中来，适应难度较大的高中数学学习。

我主要通过培养他们的数学思维能力和解题能力来提高他们的数学学习能力。体现在平时上课和答疑时对他们的思路引导和方法总结上，基于初中知识与高中知识脱节较严重的状况，给他们那进行了相关知识的补充，如十字相乘法、二次函数最值问题求解、二次不等式的求解等内容。同时，注意培养学生学习数学的兴趣，上课时注意学生情绪的调动，利用学生的好强心理激发学生的学习动力。

为了尽量给学生更多的课后辅导，每天两节晚自修，我都会到班上进行答疑。同学们学习数学的热情都较高，课上听不懂的地方、作业、练习册遇到的问题都纷纷举手提问。经常在一个班一答疑就是一节课，根本抽不了空到另一个班去。为了公平，只能一节课去一个班。从学生的问题中，我发现他们的课堂效率很低，课堂上重复了好几次的题型，还是不会做相同类型的作业，如不等式最值问题，至今仍有好一部分学生是不懂的。

学习方式也存在较大问题，没有养成课后及时复习的习惯，该记的公式、定理、知识点还没记好就做作业。“巧妇难为无米之炊”，导致作业无从下手或乱造公式。一节课甚至整个晚自修就做几道数学作业题，学习效率非常低。针对这个问题，答疑时，我会让这种类型的学生先复习书上的相关知识再做作业，若还是不懂，再给他们讲解，避免让他们太过依赖老师，培养他们独立思考的习惯。

在批改作业和批改试卷的工作中，及时了解学生的学习情况，存在的突出问题，并做好记录。对学生做法不大肯定时，虚心地向老师请教后再批改。同时，在评卷中，学会了如何酌情给分。此外还参与了一次大型的月考和期中考试的评卷、

统卷工作，学会了如何使用软件进行统计、排名。

二、教育调查

我们实习队的教育调查内容不限，实习生分别对初中来至不同学校的同学、学校的领导老师进行了问卷和访谈调查。队友们积极配合，分工合作，共同完成了问卷派发与回收，数据统计与分析，访谈及访谈整理与分析，最终顺利整理成文，完成调查报告的撰写。

三、结语

回顾这40天的时间，我是用心的，但用心不一定等于成功，我毕竟是一名实习生，在知识的构建上还存在着许多断章，还缺乏教学经验，在为人师的这条路上，我迈出了第一步，接下来还有第二步、第三步……但不管怎样，我都会以人为本，把实习中学到的一切加以融会带到今后的事业中去，我会以我的真心去呵护学生，因为我面对的是一颗颗纯真的心。

本次教育实习，顺利完成了检查、实践、提高的实习目标，为以后的学习工作积累了宝贵的一线教学和班主任工作的经验。并且体会到了“爱心”在师生中的关键作用，只有对学生真心付出，才能取得学生的尊重和信任。但我还没有做到“爱”和“严”的很好结合，还要注意对学生的爱要有个度，不能过分迁就，一定要和严结合，而且还要学习更多好的教育方法、教育机智，才能高效率地管理好、教育好学生。总的来说，本次教育实习是一次成功的实习。

首先感谢____体育学院领导、老师们，感谢____学院体育学院领导、老师们，谢谢给予我们在2019年中一个非常好的平台。很荣幸，我们被分配到____学院体育学院参加实习。实习对于未来从事体育教育工作的我们来说，是门必修课，也是我们将来踏上社会的一个转折点，是必须要经历的。

在这段期间我们经历了很多，第一次真正站上讲台，第一次在这么多学生面前讲授知识，第一次体会到为人师表的滋味，那么多的第一次让我们也学会很多东西。这段充满酸甜苦辣的实习生活将成为我们人生中一次刻苦铭心的经历，也将是我们今后走上工作岗位的一笔财富。转眼间实习工作已经结束，这时间里从学生一下变成老师，大家感觉有些不适应，可是这一段时间的实习锻炼，使我们完成了由学生到老师的华丽转身。

回想这段实习工作经历历历在目。从第一天到实习学校报到，受到领导和指导老师的热情接待，让我们无比感动。这一路走来颇多留恋，诸多感慨。在实习期间，我们既是学生，又是老师。作为学生，我们虚心求教，不耻下问；作为人师，我们兢兢业业，付出了很多，同时也收获了很多。

一、实习目的

“十年树木，百年树人。”实习期间，我们以做一名高素质的优秀体育教师为目标，全面严格要求自己。不断追求进步，不断完善自己，不断超越自己。

二、实习内容

近一个月的实习，使我们真正体会到做以为老师的乐趣，同时，使我们的教学理论变为教学实践报告，使虚拟教学变为真正的面对面教学，短短的实习生活，让我们深深怀念。当漫步在校园里，那出自学生的一声声“老师好、老师好”，让我们意识到，我们肩负重任，无论如何都要全心全意为教育事业献身。

要慢慢的摸索与积累。实习的第二天，我本准备听听指导老师的课，出乎意料的是，指导老师让我直接就开始上课了。当时我在想，这是指导老师在考验我吗？最后我勉勉强强把这节羽毛球课完成了，课后指导老师还给我纠正各种错误，还

提醒我以后上课需要注意的事项，包括师生礼仪、上课口令、专业术语等。对于听课，我事先认真做好笔记，听课的重点是注意指导老师讲解思路与组织学生的方法跟自己的想法的差别，以吸收老师的优点。过了两天，我已经能够把课上好了，学生们也喜欢我的课，我们彼此配合的很好，指导老师也满意。

三、实习总结

在教学实习过程中，我深深感觉到作为一名老师的辛苦，更感觉到作为一名老师的能力我还差很多。经过我的充足准备与不断改进，以及指导老师的悉心指导，我的教学技能水平得到了很大的提高，上课也能得心应手了。

虽然现在的我与指导老师还不能相比较，但是我从知道老师身上学到了许多的教学经验，也学到了许多运动队训练的经验，我真的很感谢我的指导老师。指导老师还给我送了礼物作为纪念，一个羽毛球模型，让我记住这段一起度过的美好时光。

在实习过程中，我认真工作，任劳任怨，老师吩咐的任务有效率有质量的完成。总之，在这实习期间，使我深深体会到，要当一名体育教师并不难，但要出色上好每一堂课，完成每一项体育训练，培养更多的体育优生就很艰难了。总而言之，教育实习让我更加坚定了献身教育事业的决心，我将继续以认真和高度负责的态度虚心学习，不断完善自己，不断提高自身素质和能力水平，为成为一名光荣的人民教师而努力奋斗！

大家一起努力配合完成了实习工作，____学院体育学院领导、老师们给了我们各方面的指导，同时也充分肯定我们的付出。最后再次衷心感谢各位领导、老师、同学们！

很早就想实习了，可是一直没有机会和时间，假期的时候又

有点懒，不想出来，而在校的时候又没时间，一直拖到现在，也没出去实习一下。

我是____都市报体育部实习的，汶川大地震之后的一段时间里，体育新闻很少，甚至体育，娱乐版全部停刊，在那几天里，我一直埋怨自己选错了部门，要是在社会部那该多好，现在在肯定会很忙碌的，这时带我的刘老师就跟我说：其实每个部门都有自己的优势和劣势，虽然现在体育新闻不多，但你可以利用这段时间看一些体育方面的书，充实一下自己在这方面的知识。在过一段时间就是欧洲杯了，但你对欧洲杯却不了解，也刚好可以借此机会恶补一下，到时采写的时候就会得心应手些。

一个月的实习时间，让人感觉既漫长又短暂，而这次实习的经历也是既难忘又充实。回顾走过的点点滴滴，让我亲身体会到作为一个新闻工作者的艰辛，也让我对新闻工作者有了新的认识。实习不仅增长了我的社会阅历，拓宽了我的社会实践面，也提高我的新闻采编和采写能力。在此，我想谈谈我对此次实习的一些体会和自身的一些不足的地方。我的体会：

第一，做好采访计划和采访笔记。

访前准备和采访计划是一个采访进行前不能不重视的重要部分。无论是哪个记者老师，在出访前必定会通过各种手段了解采访对象，只有这样，我们和采访对象才会有更多的交流，也才有可能挖到独家和更深层次报道。如果一点都不了解的话，在采访中就可能遇到想不到的一些困难。

第二，写作时要先思考再下笔。

刚开始的这个阶段，我觉得最重要的是学习采访技巧和老师们对新闻的理解和对体育赛事的见解，得向老师多提问题，也要多听听他们那些比赛的想法，看看他们是从哪个方面和

角度报道的，在下笔之前，要想清楚自己这篇报道的主题是什么，只有确定了主题，理顺了思路，写稿子时自然会很快很流畅。

第三，勤劳 勤学。

要到的最早走的最晚。赶在老师之前先去领当天的报纸，然后可以打扫一下办公室的卫生，之后再看看当天的报纸，看看和老师昨天一起采写，当天见报稿子，看看编辑做了哪些修改，对于不明白的地方可以在笔记本上作记录，然后请教老师为什么要从这个角度写，并找出其它报社的同源新闻，仔细对比一下，看哪个写的比较好，到底是好在那里的。这样也可以了解自己在这方面有哪些不足之处。有对比才有发现。还有就是主动与老师交流，不要觉得不好意思，对于不懂的问题和知识及时的问老师，或者查资料。这样才便于自己更快的进步。腿勤、嘴勤、耳朵长，是当记者的基本素质。因为我是实习生，我是来学习的。所以我就必须要勤快和勤学。

第四，要拥有丰富的知识和认真的态度。

书到用时方恨少这句话真的很对。就体育新闻而言，首先要懂得一定的专业术语，其次，对于各种的体育活动也得有所了解。

不足之处：

知识上的缺乏，尤其是体育赛事方面的知识。因为这次是在体育部，以前对体育赛事不是特别的关注，导致刚开始的时候真的是无从下手，后来一端时间，通过看比赛，翻阅书籍和老师的指导，才慢慢的了解和积累了一些知识。我觉得在以后应该对于各个方面都要关注，不能仅凭自己的喜好，知识是要在平时生活中慢慢积累的。

1, 理论和实践出现脱节。感觉在课堂上学到的知识有时不能很好的运用到实际的采写中去。同时也能明显的感受到, 学校里面学的新闻理论还是很有用处的。

2, 采访技巧和提问技巧的不成熟, 在采访中, 常会感觉自己的问题很直白, 好象不会转弯一样, 有时甚至感觉很生硬, 所以, 在提问的技巧上面, 我觉得我还是应该多下功夫。

3, 文章的深度不够, 尤其是评论性的文章。

通过这次实习, 使我自己大学期间学习到的新闻理念和新闻业务有了更加深入更加全面的认识, 在三秦都市报体育部短短一个月的实习, 让我更清晰认识到记者的工作和媒体工作概况。从实习的开始到实习的深入, 再到实习的结束, 我也对自己有了进一步了解, 有了自己的一个理想定位, 一个回校后现实的计划和打算:

1、树立信心, 抓住机会锻炼自己的胆量。平时感觉自己是一个能说会道的人, 但在采访中, 我感觉很多时候自己还是有点放不开, 不敢大胆主动的提问, 也不敢将自己不同的见解说出来。所以在以后的生活和学习中, 我也要抓住机会, 好好锻炼自己!

2、努力学好专业知识, 为走上工作岗位打下坚实的理论基础。

3、课业外大量扩充知识面, 提高自己作为一个准媒体人的素质和涵养。因为无论是采访, 还是采访前和采访对象的寒暄, 都需要一定的知识和对该行业知识的了解。虽然临时准备很重要, 但是也绝对不能忽视平时准备这样一个漫长积累的过程。最好的解决办法就是平时多看些书, 丰富一下自己的知识。学校的图书馆给我们提供了很好的知识资源, 所以我们就应该充分利用起来, 扩展一下自己的知识面。

实习对于我们这来说, 是综合能力的一次全面考察, 是一个

将自己所学的专业理论知识与新闻实践联系结合起来的机；是我们走进生活，接触社会，学会与人沟通交流的机会；是一次毕业之前最为重要的励炼。作为新闻专业的学生，我们都希望通过实习来提高自己的实地采访能力和写作的能力，积累工作经验和社会经验，为今后走向工作岗位奠定基础。

以后的我还要继续提高自己的文采，博学多才，要做一个博学多能的全才型记者，这才是我想要的，在写稿子的时候，做到下笔如有神，写起什么样类型的的文章都可以信手拈来，这是最好的记者。

现在的我虽然还不是记者，可是我觉得我有做记者的潜质，现在的记者已经不是以前那样的兽人羡慕的行业了。太多的记者炒作文章，博取浏览量，瞎猜胡写一些垃圾文章来糊弄人，已经把记者这个行业圈都给抹黑了。我已经会遵守记者行业的基本准则，不会胡写一些垃圾文章，我想我会做到的！

大学生体育锻炼调研报告篇三

有这样的结果还是很高兴。一开始其实也挺有信心的后来看看到有高手参加，调研演讲一大学政管学院行政管理专业学生就业意向与专业发展调查演讲)终于进入调研大赛的决赛了紧张了大半个月。而且58支队伍里只能有8支进入决赛，心里还真是七上八下的。

现在来总结一下一些心得体会。

- 1、虽然说人的潜力是不可估量的但是有现成的为什么不用呢？大把的伟人也是站在前人的肩膀上才成为巨人的嘛，组队要找有经验的人一起。因此，不要照顾一些人，贸然组队，这样的结果往往是要么你一个人累死(太熟了又真的不太会，一推脱，就没辙了要么就是效果比较惨淡，比不上他人来的幼稚有深度。

2、投其所好，选题很重要。这需要队伍里有有眼光的人。可以选一些贴切主办单位的主题。或者是一些有针对性的话题…其实很难说怎么样的课题比较好。也是属于“乱来”型的人，觉得什么有趣就弄什么，没什么眼光。但是经过这次，觉得做调研一定要做一些有实际意义的课题，对调研对象有一定帮助的主题，才干双赢，也不算白费力气。还有要有可操作性，没有可操作性，或者可操作性低的话，那么就真的会举步维艰了。

3、要有计划，可以列出你有多少时间，或者你打算用多少时间，你有那些事是要做的，是可以做的。还要组织好你的队员。其实太忙的队员，或者和你离得比较远的的队员最好也不要多，即使他们很有实力，因为他们大多难以组织起来讨论，对小组来说，是一个很棘手的问题。

4、要清楚你的伙伴的“强项”在哪里，信任你的伙伴，要鼓励他们，要分好工，最好分得公平点，还有一定要在适当的时候督促一下。

6、一队人写报告不可避免的一个问题就是写作的风格的统一，在这里，我觉得找一份同类型模范的是最好的。按着那份写就比较整理，否则到后面就比较棘手，很难有一个整体的效果。

7、一个好的指导老师，一个负责人的指导老师，绝对很有作用。

大学生体育锻炼调研报告篇四

专业班级：信息141班

调查小组□xx小组

小组成员：

实验调查报告目录

- (一)、调查问卷背景
- (二)、调查报告样卷
- (三)、调查小组照片
- (四)、调查问卷回收
- (五)、调查报告分析
- (六)、调查报告总结

在如今经济迅速发展人们的生活水平大大提高的同时，疾病也越来越多。现实生活中这样的情况也变得趋向于普遍存在，人们的身体素质也日趋下降，所以国家和政府都呼吁全民健身，身体是革命的本钱。而我们作为大学生这个特殊的群体肩负着建设祖国的重任，所以身体健康与否还关系到祖国的未来。但是当代大学生的健康状况不容乐观，身体状况令人担忧，大学普遍的现象就是熬夜，早上起不来，整天整天宅在宿舍里，唯一出门的机会就是下楼去取外卖。当然高校体育设施建设不齐全是一方面的原因，但是这并不是影响大学生运动的主要原因。

大学阶段是青年接受系统的体育训练的最后阶段，也是形成健身意识和健身常态的重要阶段。在网络信息化的今天，大学生的体质健康和身体素质已经成为衡量大学生自身以及地区教育水平的一项重要指标。为此，本小组以调查当代大学生在体育锻炼存在的问题为目的，就本校大学生日常参与体育锻炼和相关体育活动的情况进行了调查与分析。并就分析结果对目前大学生在体育锻炼方面存在的问题提出针对性的建议，希望对我们大学生在体育锻炼方面有所改善与帮助。本次调查采用调查问卷的方式。共计40份调查问卷，分两次

进行，调查结果具有客观性、真实性和普遍性。在回收调查问卷后，进行数据统计及原因分析。分析结果如下。

亲爱的同学你好，本小组计划对关于大学生体育锻炼做调查报告，并制定了次调查问卷。本调查问卷为匿名调查，结果仅作为统计分析使用请放心填写。

性别：_____

年龄：_____

学院：_____

年级：_____

1、你喜欢运动吗？

a 非常喜欢

b 喜欢

c 一般

d 不喜欢

e 非常不喜欢

2、您认为参加体育锻炼是否有必要？

a 很有必要

b 有必要

c 没有必要

d□无所谓

3、你参加体育锻炼的动机（多选）

a□增强体质

b□丰富课余生活

c□社会交往

d□减肥

e□掌握技能、参加比赛

f□缓解压力

g□兴趣、娱乐

h□体育考核

i□其他

4、你每周花费多长时间来运动？

a□1-2小时

b□3-4小时

c□5-6小时

d□7-8小时

e□12小时以上

5、你喜欢那种类型的运动？（多选）

a 田径

b 球类

c 游泳

d 舞蹈类

e 智力类

f 其他： _____

6、你平常喜欢在哪里运动？（多选）

a 操场

b 公园

c 宿舍

d 健身房

e 其他： _____

7、您在校参加体育锻炼的方式（除体育课）

a 运动会等学校组织的运动

b 社团组织的运动

c 主动锻炼

d□其他： _____

8、哪些因素阻碍你进行体育锻炼（多选）

a□学校场地、设施限制

b□学业太重

c□自身惰性

d□课余时间安排太满

e□缺乏兴趣

f□没有同伴

g□空气质量太差

h□天气、温度

i□身体条件不允许

j□缺乏学校组织引导

k□其他

9、您课余时间都做些什么？（多选）

a□运动

b□学习

c□上网

d□聚会

e□其他: _____

10、你对自己的身体素质满意吗?

a□满意

b□一般

c□不满意

11、你觉得学校是否应该增加体育课的时间?

a□是

b□否

c□无所谓

12、你对学校运动基础设施的看法和建议。

1. 本小组就大学生体育锻炼的情况做了如下的调查，首先我们调查了大学生是否喜欢运动，根据调查问卷数据显示，百分之九十五的大学生都是喜欢体育锻炼的，而只有百分之五左右的大学生是不喜欢或非常不喜欢体育锻炼，这个结果显示被调查的大学生基本上都是喜欢体育锻炼，这说明了我国在建设体育强国的过程中让人人进行体育锻炼的思想深入人心，每个人为了身体健康都会进行体育锻炼。

2. 第二个调查的题目是大学生认为体育锻炼是否有必要，在被调查的大学生中，绝大部分大学生认为体育锻炼是有必要的，只有一小部分的大学生认为无所谓或不重要。

3. 关于大学生为什么要进行体育锻炼，通过我们得出的数据显示有如下的目的：增强体质、丰富课余时间、社会交往、减肥、掌握技能、参加比赛、缓解压力、兴趣娱乐等等，在这些目的里所占比重最高的是兴趣娱乐和缓解压力，我们分析得出因为低年级的大学生因为课程较少课余时间较多，他们通过体育锻炼来进行娱乐消遣。而高年级的大学生因为面临考验和就业以及较多的课程学业压力大，他们进而通过体育锻炼来缓解压力。

4. 接下来我们在问卷中设置了大学生每周话费多少时间来进行体育锻炼，根据调查结果显示百分之五十的大学生每周只有1-2个小时来参加体育锻炼，而且这个数据在年级越高的被调查者中所占比例越大，而被调查者中运动时间最长的也只有7-8个小时，12个小时以上者几乎没有。我们分析得出大学生每周参加体育锻炼的时间并不是很多，也许是因为网络时代的推进，越来越多的大学生的课外娱乐是网络而不是运动。

5、在喜欢哪种类型的运动的调查中，因为男生和女生的差别比较大，所以采用分性别统计。其中，64%的男生喜欢球类运动，28%的男生喜欢田径运动，只有8%的男生喜欢游泳及其他类型运动。而在女生中，47%的女生喜欢球类运动，27%的女生喜欢舞蹈，16%喜欢田径，仅有10%的女生喜欢游泳及其他运动。为此我们可以看出，不论女生还是男生，球类运动占有绝对的优势，而田径也有较多同学选择。对此我们可以认为，这种成本低，场地大众化，运动效果显著的运动项目更受大学生的欢迎。而像游泳、舞蹈及智力类运动并不受大学生欢迎。

6、在平时运动的场所的调查中，70%的同学选择去操场或者球场去锻炼，27%的同学选择去健身房，仅有3%的同学在宿舍里进行体育活动。由此可以看出，操场作为公共的无成本的活动场所深受大学生的喜爱，而健身房尽管设备齐全，基于成本原因，选择人数相对较少，而公园或宿舍几乎无人选择。可以认为，运动成本是大学生选择运动场所或方式的一大参

考准则。

7、在参与体育课以外体育锻炼途径的调查中，66%的同学选择自主锻炼，25%的同学会参与社团组织的运动，仅有9%的同学参与学校组织的运动会。在此项调查中我们发现，大学生的运动行为多出自于自发，社团和学校组织的运动并不能引起多数大学生的兴趣。

8、在统计因哪些因素阻碍体育锻炼的调查中，25%的同学表示因为学校场地和设施不到位，30%的同学表示因为课余时间安排的太满，12%-17%同学表示没有兴趣或自身惰性，16%同学表示没有同伴，12%同学表示有其他的原因。从中我们可以发现，学校设施的不到位以及课余时间被其他事情（学业或社团）所占据成为运动的巨大阻碍。而自身的懒惰或兴趣的缺乏也造成了缺乏锻炼的现象。

9、关于调查学生在课余时间所做的活动中，发现56%的学生选择了上网，29%的人选择了学习，由此可以发现，随着互联网的不断发展和普及，大多数的人选择在网上获取所需要的需求，包括学习，娱乐，购物等，也客观的反映了学生在丰富精神世界的过程中，忽略了身体体质方面的发展，从本次的调查中只有10%的选择了运动。虽然科学技术不断发展，但是我们不能忽略体质方面的发展，加强锻炼，增强体质，有句话说：“每天锻炼一小时，健康生活50年”，身体是革命的本钱。德智体美劳全面发展，展现大学生的风采！

10、关于调查学生是否对自己的体质满意，发现48%的学生对自己的体质不满意，由此也反映出现代大学生体质状况的发展，由于现在交通通讯工具的发达，大学校园里出现了大量的“宅男”“宅女”，他们吃饭叫外卖，有些外卖甚至可以送到寝室宿舍里，购物靠淘宝，终日呆在屋内不进行运动与锻炼，导致身体素质越来越差，另一方面大学生进入大学以来，心智年龄各方面趋于成熟，由于距离家较远，受到父母的管制和约束较少，大学的管理模式也不像中学时代的严格和苛

刻，不少学生喜欢喝酒吸烟，饮食不规律，熬夜打游戏，上网，唱歌等，不合理的作息习惯和规律对于身体体质的危害较大。从此次调查中，我们应深刻反省自身关于体质方面的发展，作为中国新一代的大学生我们要有蓬勃的气质和活力，经常参加体育活动，加强体育锻炼，如每天跑步，和同伴打球，爬山踏青等户外活动，提高自身身体素质，要自觉养成合理一日三餐的饮食习惯和健康的早睡早起生活作息规律。

11. 关于调查学生觉得是否增加体育课时间的调查中，发现65%选择了是，反映出学生对于自身体质发展还是有积极的心态，希望通过体育课时间来加强锻炼，从而达到强身健体的效果，以我校来说，体育课为每周一次，而且只有大学一二年级开展体育课程，三四年级没有体育课程，在一二年级的体育课程中，一年级为基础的体育素质锻炼，二年级为按兴趣选择体育项目进行训练，在二年级的课程中身体素质练习相对较少，因此可以延长体育课程的学年时间，延长至大学三年级，而且加大身体素质练习在教学时间上的比例。

12. 通过学生对体育设施相关器材数量少，场地不足，设施陈旧破损、老化严重，场地地面情况不好，设施不够卫生、环境太差，地面清理不及时等方面的建议和意见，发现多数学生希望能够完善学校的体育器材，并多增设项目及种类，丰富学生的课外活动生活，并加强设施的及时维护。

总结：我们作为社会的新鲜血液，我们应该加强体育锻炼，增强自身体质，丰富运动类型，为日后良好的生活打下一个扎实的基础。

大学生体育锻炼调研报告篇五

21世纪充满了挑战和机遇，大学生作为青少年中的一个重要群体，是国家发展的希望，是现代化建设的接班人，除了要求具备良好的科学素质外，还需良好的身体素质、但目前，

大学生的身体健康水平逐渐下降已是不争的事实。体育锻炼作为一种运动休闲的健身手段，不仅能增强学生体质，培养良好的运动兴趣和习惯，发展个性，丰富学生的校园文化生活，而且还有助于陶冶情操，缓解学习压力，形成积极、乐观的生活态度，提高学生的抗挫力。体育锻炼又是高校体育教育的拓展和延伸，它将学校素质教育扩展，形成课内与课外的统一。对于培养中国特色社会主义事业的合格建设者和接班人具有重要意义。

根据我们查阅的资料，我们知道大学生一般都是静坐在教室、实验室、自习室，低头弯腰学习与工作的，长期处于这种姿势，又不参加身体锻炼，往往会引起各种疾病。如供血不足，神经衰弱，胸腔狭窄，肌肉软弱无力，心脏疾病便秘等。因此，大学生要经常参加身体锻炼，因为身体锻炼可以使心脏和胃肠都得到良好的锻炼，使大学生精力充沛，同时，身体锻炼还是一种积极性休息，脑细胞各有分工，进行身体锻炼时，管理肌肉活动的精神细胞处于兴奋状态，而思考问题的神经细胞则处于抑制状态，得到很好的积极性休息。所以大学生更有必要积极地进行体育锻炼，但是现实生活中大学生体育锻炼的情况如何呢？为了了解大学生的体育锻炼情况，提高大学生体育锻炼的意识，探究如何根据本校实际，改善并利用现有的资源，来调动学生进行体育锻炼的积极性，我们小组决定对xxx大学生的体育锻炼情况进行调查。

（一）研究对象

我们对辽东学院学生进行调查，共发出问卷80份，收回有效问卷78份，其中男生29份，女生49份。问卷的有效率是97.5%。

（二）研究方法

1、问卷调查法

次调查为了保证调查结果的客观性真实性主要用问卷调查法，

采用发放调查问卷的方式，对我校大学生参加体育锻炼的现状进行调查。调查的形式是匿名的方式，这样可以合理的避免被调查者的主观偏见。同时也有利于运用常规数理统计方法，对所收回问卷的各项数据进行统计处理。

2、文献检索法

查阅了相关文献资料，为问卷结果的分析奠定了基础。

本文把把调查内容分解为课余体育锻炼的参与率、频率、时间、项目、方式、场所、兴趣、价值取向、影响因素以及渡过余暇的活动方式等几个方面。在此，结合调研所取得的大量来自大学生的第一手资料，对本校大学生课余体育锻炼现状作一分析。

（一）存在问题

1、体育锻炼意识薄弱

在此次调查中，很多学生没有意识到体育锻炼的重要性，在调查我校学生是否进行体育锻炼时，在被调查的学生中，有74%的学生不进行体育锻炼，尤其是女生，在被调查的49位女生中，有78%的人不进行体育锻炼，与男生相比要高出九个百分点。

2、体育锻炼时间和频率明显不足

我校大学生参加体育锻炼的时间和频率明显不足，近一半的学生每周不锻炼或者锻炼少于一个小时。每周锻炼达7小时以上的学生只占总人数的2.6%，也就是说我校97.4%的学生平均每天锻炼不足一小时。这与《全民健身活动条例》中规定每天活动1小时的要求相差甚远，这说明我校大学生还未养成每天锻炼的好习惯，这反映了我校在学生体育锻炼方面严重不足。我校大学生参加课余体育活动的积极性和自觉性还有待

进一步解决。

3、对体育锻炼的.基本知识和技巧掌握甚少就表现男女生在选择锻炼项目时有着明显的差异，跑步在我校学生体育锻炼中占近半比例。跑步项目之外，男生多以球类项目为主，而乒乓球则是大多数女生的首选。为什么跑步在我校学生锻炼中有如此之高的比例。在涉及我校学生是否掌握一些体育锻炼的基本知识和技巧这一问题时，三分之一的被调查者坦承几乎没有任何体育锻炼方面的知识及技巧。只有5.1%的同学认为自己掌握了较多的关于体育方面的知识及技巧。从调查中我们不难发现，学生对体育的锻炼方法和手段等知识了解甚少，其原因是多方面的，其中很大程度是由于受应试教育的影响，中学的体育课作为它用已不足为奇，因此，尽管学生进入大学后自主锻炼的意识有所增强，但苦于不知如何锻炼而只好作罢。

（二）影响因素

1、学业负担影响体育锻炼

有一半的学生认为学业负担重是影响自己进行体育锻炼的原因，学生们说大学的课业负担较重，除了日常的课业学习，还要考一些国家证书，致使他们没有时间进行体育锻炼。

2、学校体育设施缺乏影响体育锻炼我校学生是如何看待我校的体育设施的，学校体育设施的实际情况是否限制了他们进行体育锻炼，通过调差得知，我校学生认为体育设施很好的只有2.6%，认为我校体育设施一般的占到调查总人数的53.8%，43.6%学生对我校的体育设施不满意。在这些对学校设施不满意的同学们中，70%的学生认为这限制了他们进行体育锻炼。认为学校体育设施一般的学生中，也有三分之二的学生认为这降低了他们进行体育锻炼的积极性。

我校体育场地和设施限制了学生进行体育锻，学校体育锻炼

场所的开放时间和开放程度也是影响学生进行利于锻炼的一个因素，在调查的学生中，56.4%的学生对我校体育场所的开放程度不满意。以新建的学生活动中心为例，不仅开放的时间短，而且手续繁琐，每次都需要带干净的鞋子过去。这降低了很多学生进行锻炼的欲望。

3、主观因素影响学生进行体育锻炼

大学生体育锻炼的意识是我们研究的重要问题之一，71%的学生认为进行体育锻炼是有利于我们的学习和生活的，只有百分5%的学生认为体育锻炼对我们的学习和生活没有影响。也只有12.8%的学生对自己的体能感到很满意，52.6%的学生认为自己现在的体育锻炼不如以前，综合来看，我校大学生认识到了进行体育锻炼的意义，很大一部分人认为自己现在的体育锻炼程度不如以前，并且有87.2%的学生对自己现在的体能情况不是很满意。那么大学生是以一种什么样的心态进行体育锻炼的，在这一问题中我们提供了多个选项，我们可以从这里对我校进行体育锻炼的学生的心态有进一步的认识。

根据调查结果可得出，我校大学生进行体育锻炼的最重要原因是缓解压力，并非是我们所认为的强身健体，强身健体虽然也是我校学生进行体育锻炼的重要因素，但与前者相比，要少14个百分点。排在第三位的重要因素是应付考试，娱乐和方便交流分列第四和第五。经过分析，我们不难得出这样的结论：我校大学生虽然认识到了体育锻炼的重要意义，也清楚自身体育锻炼的不足，但是却并没有因此积极参加体育锻炼，即使在参加体育锻炼的学生中，很大一部分也是为了缓解压力和应付大学体育考试。

4、客观因素影响学生进行体育锻炼

根据调查结果还可以分析出，许多客观因素也是影响学生进行体育锻炼的原因。23.1%的学生认为是没有自己喜欢的项目，所以不喜欢体育锻炼。此外，缺少同伴和天气原因也是影响

我校学生进行体育锻炼的两个比较重要的原因。影响我校学生体育锻炼还有一些其他因素，如课余生活丰富。当今大学生的课余生活十分丰富，有诸多的选择如逛街、购物、上网、打游戏、唱歌、泡吧等等，体育锻炼相对于其它的休闲娱乐活动，显然不具备太多的优势和吸引力。

（一）加强组织和引导，创设良好的活动氛围

大学生的体育观念正在逐步转变，终身体育思想得到加强，娱乐、休闲体育逐步取代竞技体育将成为高校体育的热点。学校应加强对课余体育活动的引导工作，运用体育传媒，推广、传播体育知识，创建浓郁的体育氛围，增强学生对体育的关注程度，形成一个正确的舆论导向和声势，使体育锻炼成为人人享有、人人参与、人人有责的社会活动。

（二）完善体育资源配置，适应学生的项目要求

体育资源是学生进行课外体育锻炼的重要保证。但我校在场地、器材的配置上还不是很完善，学生进行锻炼的场地只局限于操场和学生活动中心，没有其它场地，这使得很多学生因没有场地而无法进行锻炼。同时，学校体育场所的开放时间也很短，学校的公共器材也未对学生采取开放的形式，这使学生不能够充分地运用学校的体育资源。对于场地、器材，学校应通过良好的组织管理和精心的设计编排使之能被充分利用，组织起吸引力更强的课余体育锻炼。同时，学校也应继续加大体育的投入，扩大体育场地和器材规模，建设更多的同时适应男、女生运动的场地。充分发挥现有学校体育设施，吸引学生参加课余体育活动，有组织地免费开放体育场馆，为学生参加课余体育活动提供方便。

（三）体育教师要加强对大学生运动技能的传授

在体育教学中，体育教师应该加强对大学生的体育知识和运动技能的传授，通过教学培养学生的体育学习兴趣，提高大

学生课外体育活动的参与意识和锻炼身体的良好习惯，使每个学生至少掌握1—2种体育锻炼的方法，通过长期的锻炼增强他们的运动能力和健康水平，以至于终身受益。在教学过程中，教师还要给学生创设一个宽松的学习氛围，使学生充分发挥主观能动性，变被动学习为主动学习，把教与学和谐统一起来，师生之间、学生之间要建立起良好的感情，从而促进学生乐于投身于体育活动中，逐渐养成坚持课余体育活动的习惯。

（四）建立奖励机制，定期奖励体育活动的先进

集体与个人在全校开展体育活动先进班级和先进个人的评选活动，每年要定期举行，由校体育运动委员会、体育部、学生会联合组织评选工作。在此基础上，每年举行一次全校的先进班级与个人的表彰大会，除给予精神鼓励之外，适当给予一些物质奖励，奖励一些体育器材，如篮球、排球、足球等，促进大学生基层体育活动的开展。

（五）加大宣传力度，使学生科学地进行课外体育锻炼

学生进行科学的体育锻炼能够有效地促进学生的身心健康，应当定期开展科学化体育锻炼的讲座，开展各种课外体育锻炼的咨询会，创办各类关于科学化体育锻炼的板报，使学生能够真正地从身体、心理多个角度去了解课外体育锻炼的作用，认识课外体育锻炼的意义。

生命在于运动，坚持体育锻炼，不仅可以增进健康，愉悦身心，而且可以预防疾病。鉴于体育锻炼对大学生的重要性，我们此次调查的目的和意义就在于通过调查发现当前我校大学生在体育锻炼方面的需求和存在的问题，根据调查结果分析原因所在，并且结合实际提出提出一些具体化建议，宣传体育锻炼的重要性。有利于学生养成与掌握终身进行体育锻炼的习惯和意识，让学生认识到体育的价值。生活中离不开体育，并且体育会给我们带来无穷的乐趣。希望新一代的大

学生不仅是智慧的，更是健康的！