

大学体育报告(大全10篇)

报告在传达信息、分析问题和提出建议方面发挥着重要作用。掌握报告的写作技巧和方法对于个人和组织来说都是至关重要的。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。

大学体育报告篇一

为了全面贯彻落实《中共中央国务院关于加强青少年体育增强青少年体质的意见》精神和教育部《中小学体育工作督导评估指标体系（施行）》的通知文件精神，加强学校体育工作，增进学生的身心健康，促进学生全面、健康、和谐的发展，现将我校体育工作自检自查情况报告如下：

体育教育是素质教育的重要组成部分，学校领导对此十分重视，首先在校行政会上向中层以上干部传达和学习文件精神，认识到体育专项督导检查是贯彻党的教育方针，促进和加强学校体育教育工作的重要措施。

我校一贯把体育教育工作纳入到学校整体工作计划之中，建立校长领导下的学校体育教育工作领导小组，实行分管负责制。工作流程为：校长—分管领导—体育教师一条线。学校主要领导积极学习国家体育教育工作政策和法规。学校每学年的工作计划和年终工作总结中，都把体育教育工作的内容作为重要的一项。开足开齐体育课程，并认真落实一小时课外活动制度。学校还有专项的体育教育工作计划和专项工作总结，从而为这项工作的顺利开展奠定坚实的基础，提供可靠的保障。

1、加强师资培训，构建优质教师队伍，保障体育工作的落实。

学校一直把优化学校体育教育师资队伍作为提高体育工作水

平的重要方面来抓，不断充实教师队伍，学校按规定配备专兼职体育教师11名，为了保证体育教师教学的积极性，不断选派体育教师参加培训学习，培训过后他们都将自己的所学运用实际教学中。

在体育卫生设备配备方面，学校教室采光照明达标，教室课桌椅配备达标。学校学生及老师饮用水全部达标。今年学校迁址，学校购买了校方责任险。这些工作，都保障了体育卫生工作的顺利实施。

2、严格执行课程计划，确保正常教学秩序。

我校严格执行国家教育课程管理计划，按要求开足开齐体育课程，并按教学大纲的要求进行授课，充分发挥体育课堂的主阵地作用。学校体育教师配备齐全，体育场地及器材达标。各年级和班级不得以任何理由挤占、挪用体育课时间，同时开展大课间操活动，保证了阳光体育锻炼的实施。学校认真落实并全面实施初中毕业升学体育考试制度。

3、开展丰富多彩的活动，提高学生素质。

“强化管理，制定制度，分工协作”，我校体育工作已形成规律。学校建立了高中阶段学生军训制度，高一新生到校，都必须参加为期一周的军训。学校每年召开秋季运动会，学生和老 师都积极参与其中。在锻炼身体，增强体质的同时，也培养了学生团结协作，奋勇争先的良好品德。

近年来，学校体育工作取得了很大的进步，这些成绩的取得离不开上级主管部门对我校的大力扶植，虽然我们做了很多工作，但工作中还存在有一些不足，如学校的硬件条件还不达标；体育教师教学水平存在一定的差距。今后，我们要不断加强学习，进一步提高教师队伍整体水平，不断提高教育教学水平。积极创造一切条件，克服一切困难，想尽一切办法，多方筹措资金，不断向高层次的目标迈进。今后我们还

将在这方面工作中不断努力，促进师生综合素质的提高，为教师的事业成功和学生的终身发展奠定坚实的基础。

大学体育报告篇二

第一段：引言（200字）

大学体育实训是一种重要的教学方法，它为大学生提供了锻炼身体、培养团队合作精神和发展个人能力的机会。我有幸参与了大学体育实训，并完成了相应的报告。通过参与实训和撰写报告，我深刻体会到了大学体育实训的意义和价值，也对自己的身体素质和学习能力有了更深层次的认识。

第二段：体验与收获（200字）

大学体育实训让我有机会接触到了不同的体育项目，如羽毛球、足球、篮球等。这些项目让我感受到了运动的乐趣和魅力，也让我切身体会到了锻炼的重要性。在实训过程中，我遇到了各种困难和挑战，但通过自己的努力和不断的尝试，我克服了困难，提升了自己的体能和技术水平。此外，在实训中我还结交了许多志同道合的朋友，我们相互激励、互相进步，共同提高。通过实训经历，我不仅学到了体育知识和技能，也锻炼了自己的团队合作和沟通能力。

第三段：锻炼身体与促进学习（200字）

大学体育实训的一个重要目标就是锻炼身体，提高身体素质。在实训中，我经历了长时间的运动，身体得到了很好的锻炼，身体状况也明显好转。通过锻炼，我不仅增强了体质，提高了免疫力，还增加了体力和耐力。这些身体变化对我的学习和生活都起到了积极的影响。我发现，身体的健康状况好转后，我能够更加专注地学习，也更有精力处理日常生活中的琐事。因此，参与大学体育实训不仅使我身体更健康，也促进了我的学习进步。

第四段：培养团队合作精神（200字）

参与大学体育实训不仅是个人能力的展示，更是团队合作的体现。在实训中，我和队友们共同面对了许多困难和挑战，但通过相互合作、互相配合，我们战胜了困难，取得了成功。这使我深刻认识到团队合作的重要性。只有团队成员们相互信任、相互支持，才能在困境中寻求解决办法，取得良好的实训效果。团队合作不仅培养了我的合作精神，还提高了我的沟通和协调能力，这对我未来的发展具有重要意义。

第五段：结语（200字）

通过参与大学体育实训并撰写实训报告，我深刻认识到大学体育实训的重要性和价值。它不仅是个人的身体素质的提高，也是团队合作精神和个人能力的锻炼。参与实训使我体验到运动的乐趣和挑战，也获得了身体和心理上的成长。大学体育实训是我大学生活中宝贵的一部分，我将时刻保持锻炼的习惯，注重身体健康，同时也会在学习和工作中灵活运用实训中培养的团队合作精神和个人能力。我相信这些经历将对我的未来发展起到积极的促进作用。

大学体育报告篇三

作为大学生活中不可或缺的一部分，体育实训在我眼中扮演着非常重要的角色。通过这一系列有关体育的训练，我不仅学到了专业知识和技能，还培养了团队合作意识和领导才能。在这篇文章中，我将分享我在大学体育实训中的心得体会。

首先，大学体育中实训给予我了很多机会去了解自身的潜力和限制。我们的体育实训项目涉及各种各样的运动项目，包括篮球、足球、游泳等等。而对于我这种在高中时期从未接触过这些项目的人来说，这是一个很好的机会去尝试新的事物，并寻找我感兴趣并擅长的项目。通过一系列的试验和实践，我发现自己对于瑜伽和游泳有着极大的兴趣，并且在这

方面展现出了一定的才能。然而，我也认识到自己在某些运动项目上的限制，并找到了进一步改进的途径。这种对自身能力的识别让我更加了解自己，并为将来选择适合自己的锻炼方式提供了指导。

其次，在大学体育实训中，我学到了团队合作的重要性。在团队运动中，个人的力量并不足以完成任务，而是需要所有队员的协作和互补。在篮球比赛中，我与队友们紧密合作，相互传球，协同进攻和防守。通过反复的训练和比赛，我逐渐体会到团队中每个人的重要性，也学会了倾听他人的意见和尊重他人的能力。我意识到在团队中互相支持和合作可以更快地取得成功，并且这种团队合作的精神在其他方面也能得到应用。

再次，大学体育实训锻炼了我的领导才能。在一些训练课程中，我们需要组织和指导我们的小组完成特定的任务。这要求我具备一定的领导能力和责任感。我学会了在团队中发挥领导作用，协调队员间的关系，分配任务，并激励他们取得更好的成绩。这种经历让我认识到领导并不仅仅意味着控制和指挥别人，而更重要的是成为一个榜样，为团队提供方向和支持。

最后，大学体育实训加强了我对健康的认识和重视。通过实际锻炼，我更深刻地理解了运动对我们身体和心理健康的重要性。我学到了如何合理安排训练计划，并在充分了解自身能力和需求的基础上，进行有效的锻炼。我也了解到运动不仅仅是身体上的锻炼，还能够给人带来积极的心理影响。在繁忙的学习生活中，体育实训让我能够释放压力，放松身心，提高学习效率。

总之，大学体育实训不仅仅是一堂课程，更是一次全面培养和锻炼的机会。通过体育实训，我不仅获取了专业知识和技能，还学到了团队合作和领导才能。我认识到了自己的潜力和限制，并对健康有了更深刻的认识和重视。体育实训的经

历将成为我大学生生活中宝贵的财富，并在未来的发展中发挥重要的作用。

大学体育报告篇四

体育是大学生生活中不可或缺的一部分，它不仅有助于身体健康，还培养了我们的团队精神和领导能力。在大学里，大家都必须参加一些体育实训课程，为了完成我在体育实训中的报告，我经历了一段充实而有收获的时光。

第二段：体育实训的内容和目标

我们的体育实训课程主要包括多种体育项目，如篮球、足球、排球等。通过这些项目的训练，我们不仅可以提高我们的体育水平，还可以培养团队合作能力和自信心。在每一次训练中，我们不仅要发挥个人的特长，还要与队友紧密配合，共同取得胜利。此外，我们还经常与其他班级进行友谊赛，不仅享受了比赛的乐趣，还与同学们建立了深厚的友谊。

第三段：体育实训中的挑战与成长

在体育实训中，我遇到了许多挑战，但是这些挑战也让我有了更多的成长。首先，体育实训项目的要求往往很高，需要我们付出更多的时间和努力来达到更好的水平。其次，在队伍中，每个人都有自己的特长和不足，需要我们更好地互相支持和鼓励。最重要的是，体育实训的过程往往是艰苦的，需要我们坚持不懈地努力。通过这些挑战，我变得更加坚强和自信，也更加清楚了成功的路上没有捷径。

第四段：体育实训中的收获

在体育实训中，我收获了很多，不仅是体育技能的提高，更是在团队合作、沟通能力和领导能力方面的成长。通过与队友共同训练和比赛，我学会了如何与人合作，并认识到每个

人都有自己的价值和特长。在比赛中，我也学会了如何更好地与队友沟通，做出正确的决策。此外，通过担任队长的角色，我也提升了自己的领导能力，学会了如何协调队伍中的不同意见，带领队友共同进步。

第五段：总结与展望

通过体育实训，我不仅锻炼了身体，还培养了团队合作和领导能力。体育实训是培养我们全面发展的机会，它不仅让我们变得更健康，还让我们在面对困难时变得更加坚强和自信。我相信，在大学里的体育实训经历将对我的未来产生积极的影响，我将继续努力并不断提高自己的体育水平和领导能力。

通过这次体育实训报告，我了解到体育不仅是一项运动，更是一种生活态度。只有拥有坚韧不拔的毅力，才能登上成功的巅峰。我希望未来的大学生生活中，我能够继续参与各种体育活动，不断挑战自己，追求更高的目标。体育实训是一次珍贵的经历，我将铭记于心，并将这种积极的态度和精神延续到我的未来人生道路中。

大学体育报告篇五

20xx—20xx动物医学院·学生会·体育部述职报告尊敬的各位老师，亲爱的同学：大家中午好！我是动物医学院学生会体育部副部长xx，很荣幸在这里为大家作我部门在过去一年中的工作总结。我部门隶属于动物医学院学生会，是一支有着优良传统的先进集体。下面我将从以下几个方面总结我部门这一年来的工作情况。

从工作上来讲，我部门所有成员兢兢业业，恪守职责，一年来，成功举办了一系列活动：

一，动物医学院20xx级新生拔河赛。活动中，各小班发扬团队精神，勇于拼搏，增强整个参赛队伍之间的凝聚力，也加

强了参赛团体之间的合作、交流，增强了各班级之间的相互联系，培养学生的集体荣誉感、热爱集体的组织观念及不怕吃苦的精神。

二，动物医学院第四届院运会。通过紧张而有序的比赛，挑选出了一批成绩优异的运动员。同时，以小班为单位的形式，使得班级同学之间了解更加深入，关系进一步拉近，让整个班集体更有家的感觉。

三，教室游园活动。为贴近老师的想法，我们对去年的游园活动项目做了一些调整，增加了集体项目，改善了个人项目，让老师感觉到丝丝新意，积极性提高，更加投入游戏，享受新年节日的欢乐氛围。

四，动物医学院第xx届校运会冬训及春训。很可惜因为地震取消了本届校运会，但训练也不能说完全白费。整个过程中，参加训练的人员不少，他们走出室内，身体得到了锻炼，人际得到了拓宽，进入到一个更加宽广的世界，相信跟我们部门成员一样，他们的一些认识看法也有了改变，逐步走向成熟。

对于我部门成员来说，在繁杂的准备工作里，面对着很多困难，接受着许多挑战，但却不断调整自我心态，尽可能在学习与工作之间找到一个平衡点，避免出现本末倒置的'错误。

仅仅就学习成绩来讲，对部门的平均成绩，我表示很不满意。所有成员的平均分为78.73分，虽然也不差，可没能上80分，我觉得很遗憾。分开来讲，大二成员的平均成绩达到了81.92分，大一的却只有77.47分，相差不多，但这是一个不好的征兆。在换届后，落在大一成员头上的事情就更加繁重，学习这一块能否保证值得担忧。所谓学生干部，先是学生，才是干部。体育部，并不是一些人误解的出苦力的部门。在这里，我们也得先把自己本职工作——学习搞好，才能说做一个好的干部。这一点，体育部定会坚持，坚决不能让部门工作成

为自己学习的阻力。以后，部门一定会创造越来越好的学习氛围，真正做到锻炼大家，帮助大家成长。

生活里，体育部就是一个温馨的大家庭，所有成员相处和谐，能说能笑，欢乐无比。我想，大家的豪爽营造了这么一个大家庭氛围，作为体育部的成员，相信这种氛围会一直保持。即使大二成员上次换届名义上已经离开部门，可他们的实际行动表明，他们仍旧是体育部的一员，为部门的事，做的不比仍是部门成员做的少。这就是体育部的魅力！每逢有人生日，我们尽可能的以不同方式送上祝福，让这个家的成员越发感受到身处体育部的温暖。体育部，每个人都独立存在，没有被忽略，同时也互帮互助，共同支撑起这个难得的大家庭。

人无完人，同样，部门也存在一些问题。对于显现出来的问题，在以后的工作中我们体育部将积极改正，防微杜渐，努力改进工作中的不足，总结经验，全面性、预见性的想问题，争取把今后的工作做得更好。

体育部述职报告完毕，望大家批评指正。

大学体育报告篇六

目的：通过了解沈阳医学院学生体育锻炼的目的、内容、场所选择、锻炼频度与时间、态度与动机、影响锻炼的因素、对体育锻炼的认识等几个方面，对其结果进行分析，并针对存在的问题提出意见和建议。方法：运用文献资料法、问卷调查法、实地访谈法和统计分析法等方法对我校学生体育锻炼行为现状进行调查。结果：我校学生体育锻炼意识较为薄弱，锻炼场所及锻炼内容较为单一，锻炼频度大多数较低，锻炼时间偏少，对体育锻炼的认识较少，大多数没有正确的体育锻炼的认识。结论：我校并没有面向大多数学生关于体育锻炼方面的讲解，我校体育锻炼设施较少较为单一，并不能满足所有学生的兴趣。因此，学校应加大对体育场的设施

建设的力度，并开设一些医学院校大学生喜闻乐见的、时尚的兴趣选修课程，积极开展多种形式的课外活动，开展大众性的健身项目的课余训练，引导医学院校大学生的体育锻炼行为。

医学院校大学生；体育锻炼；行为现状；

大学是有体育课程的最后一阶段，也是培养终身体育锻炼意识的最重要的阶段。医学生作为大学生中特殊的群体，大学期间要面临繁重的学业任务，将来走向工作岗位也肩负着重大的责任，必须要有一个好的身体素质来支撑，而体育锻炼是提高身体素质最好最简单的方法。所以医学院校大学生培养终身体育锻炼的意识是很有必要的。

1.1研究对象

沈阳医学院预防医学、临床医学2016、2015、2014级部分大学生。

1.2研究方法

(1) 问卷调查法：共发放1500份问卷，回收有效答卷1400份，回收率为93.3%，男生40.6%，女生59.4%。

(2) 统计分析法：对回收的问卷进行数据的整理、汇总、制表、统计、分析。

(3) 实地访谈法：对我校在职体育老师进行实地访谈，对于他们提出的问题及意见进行分析。

(4) 文献资料法：查阅、参考相关文件、专著。

2.1对大学生进行体育锻炼的目的及态度与动机的研究

经研究表明，52.1%的学生进行体育锻炼的目的是为了减肥和

保持体形，31.5%的学生为了应付考试，剩下的16.4%的学生是多年养成的进行体育锻炼的习惯。70%以上的学生对于体育锻炼的态度是无所谓，觉得体育锻炼并不重要，也无法在进行体育锻炼的过程中得到欣喜和快乐。这个结果表明大多数学生对体育的锻炼的认识不够，没有终生进行体育锻炼的意识。

2.2对大学生进行体育锻炼的内容及场所选择的研究

结果显示，大多数学生进行体育锻炼的内容很单一，80%的学生都会选择跑步，70%以上的男生会选择打篮球；剩下少数学生会根据自己的兴趣选择体育锻炼项目，比如：游泳、健身、跳舞、足球、乒乓球、羽毛球等。随着各种健身软件的流行，很多女生也会选择健身软件制定的计划。80%以上的学生选择在学校操场进行体育锻炼，很多学生表示体育馆很少对学生开放，而且学校设施较少，无法满足学生进行多方面体育锻炼的想法。

2.3对大学生进行体育锻炼的频度与时间进行调查研究

调查学生体育锻炼频度与时间结果显示，当前大学生体育锻炼时间在“30min以下”占34.5%，“30-60min”占45.6%，“60min以上”占19.9%，大部分学生为一周锻炼两到三次，极少数学生为每天都进行体育锻炼且在60min以上。体育锻炼是一种长期坚持才能出成效的健身方式，机体只有在长期适应与提高的相互作用下才能得以提高。对我校学生课余时间进行调查发现，“看手机”占38.6%，“阅读杂志小说”占39.7%，“学习专业知识”占58.3%，“体育锻炼”占43.5%。符合医学院学生以学习专业知识为主的主流，但是体育锻炼也同时占据重要地位，只要加强对健身知识的教育、注重引导，使学生对体育锻炼的认识加深主动参与。

2.4探究影响学生进行体育锻炼的因素

经研究发现我校学生影响体育锻炼的主要因素是课业繁重，60%以上的学生在上完一天的课程之后已经没有多余的力气再去进行体育锻炼，同时又因为对体育锻炼认识不够，无法在进行体育锻炼过程中得到放松。10%的学生表示进行体育锻炼很累，不想进行体育锻炼。30%的学生表示自己一个人不愿意进行体育锻炼，自己的同伴表示不想进行体育锻炼。影响锻炼的因素多种多样，主要是因学生对体育锻炼的意识薄弱。

据调查显示，我校学生对于体育锻炼的认识不足，锻炼时间与频度处于较低水平，锻炼项目和可选择的锻炼场所较为单一，以下是针对本次调查存在的问题提出地意见和建议。

(1) 加强对体育健身基础知识的宣传，加深学生对体育健身的认识，积极参与到体育锻炼中。

(2) 学校增加关于体育方面的竞赛，鼓励学生积极参与，让学生在体育锻炼过程中享受到快乐，增加学生对体育锻炼的兴趣。

(3) 学校加大对体育设施建设的力度，为学生提供一个可多方面进行体育锻炼的场所，鼓励学生全面发展。

(4) 建议学生本身也要提高对体育锻炼的认识，不再仅仅局限于保持身材和减脂，找到适合自己的健身计划，并寻找自己感兴趣的体育锻炼的方式，积极参与。

(5) 建议学生在学习之余多参加体育活动，体育锻炼能增进身体健康，使疲劳的身体得到积极的休息，使人精力充沛地投入到学习、工作中。体育锻炼还可以促进细胞循环，加强基础代谢，提高自身免疫力，长期坚持进行体育锻炼还可以培养一个人坚强的意志力。

大学体育报告篇七

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。

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炼，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、K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！

大学体育报告篇八

敬重的领导，老师，敬爱的同学们：

大家晚上好！

时间荏苒，转瞬间，我在中文系团总支学生分会的其次年又飞速地过去了。在这一年里，在领导，老师的悉心栽培下，在学长学姐的鞭策下，在同学们的鼎力支持下，我和体育部一起强壮成长，一路走来，有困难，有挫折，也有丰收的喜悦，华蜜的泪水。可以说，能在团总支学生分会任体育部部长一年，是我高校期间最珍贵的经验。那么，下面请允许我花一点时间来介绍体育部这一年的详细工作状况。

1、组织并带领我系同学参与学校组织的田径运动会。在第十三届校内田径运动会上，我系运动健儿发扬奋勇争先，不甘人后的运动拼搏精神，在上届取得的男女团体总分第八名的基础上再接再厉，取得了男女团体总分第六名的突破性成果。在这里，我要感谢全部为运动会倾注过心血的工作人员和在赛场上拼搏的运动员，没有你们，就不会有这面来之不易的锦旗！

3、组织并带领中文系男女篮球队参与学校系际篮球竞赛。这是我系第一年来组队参与篮球赛，训练、队服等等一系列事务都是从零起先，但队员们没有因为我们技不如人而退缩，每一场竞赛都全力以赴，打出了精神，打出了风格；正因为如此，即使最终的成果不尽如人意，我们还是得到了组委会授予的精神文明奖。我谨代表体育部向每一位刻苦训练，努力参赛的队员致敬！

回首过往，在记录我成长的档案里，写满了领导老师对我的信任和激励，以及广阔同学对我的认可与支持。在担当体育部部长的这一年里，我不仅提高了自己的工作实力，变得更有效率更有目的性，更培育了自己的人际交往实力，让我在

与形形色色的人打交道的时候都游刃有余。从助理到部长，是一个飞跃，我迈上了一个新的台阶；从部长的位子上退下来，是一次转身，或许不华丽，但足够稳健。每一次转型，都是一次成长，不管我能否在团总支学生分会中接着任职，我都将会恒久牢记这一段令人难忘的时间！最终，还是要感谢两位书记，两位辅导员老师，以及诸位学长学姐，没有你们对我的支持和栽培，或许我就没有这个机会站在这个台上。

我的述职报告到此完毕，感谢！

大学体育报告篇九

当今社会，大学的扩招等因素导致大学生越来越多。但是，做名优秀大学生的难度却随着国际油价一路飙升——因为“竞争”。而良好身体素质作为把握制胜权的最基本要素，却往往成为当代大学生的软肋。

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，能坐车的不走路，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！在我们的调查中二大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，这才是今后工作的财富和保障。女生在5次锻炼以上的人数为0.4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7.9%。女生1小时以下的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。

据教育部专家介绍[]20xx年一项针对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20xx年监测结果分别高出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[]20xx年7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[]20xx年和20xx年相比，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。

大学体育报告篇十

为了解人们对体育锻炼的情况，加强人们对体育锻炼的意识，增强人们对体育健身的热情。

体育学院部分教职工进行调查，共19人。男14人，女5人。

本次采取的是随机问卷调查，在师范大学体育学院教师办公室当场发放当场回收。共发放19份，回收19份，回收率100%（问卷附后）

20xx年6月29日-20xx年7月6日

1. 运动种类

分析：根据运动类型可看出无论是男教师是女教师对爬山和打羽毛球比较喜欢，女老师不太喜欢比较剧烈的运动，男教师对剧烈运动比较喜欢，而女教师喜欢能够健美的运动。

2. 运动时间

从运动时间可直接看出年年男教师运动30-60分钟时间段的人数在男教师中占大多数，说明每次运动都能起到良好的效果，有益于身体健康。而女教师中运动时间在30分钟以内和30-60分钟差不多。总体还是不错的能够达到总人数的79%。运动频率分析：根据运动频率可了解到每周运动1-3次的教师占大多数，而且一周内没有不运动的，说明都能够坚持锻炼。

4. 科学健身意识

分析：从运动后是否有放松练习看出女教师对放松练习不重视，说明她们没有科学健身意识。而男教师一半一半。从整体上一大半教师没有科学健身意识。

从以上数据中可以得出多数人喜欢做无器械运动而且时间也比较长，每周运动的次数稳定比较具有系统性。科学健身意识比较欠缺，希望能够增强科学健身意识。由此说明大多数人心里都对体育锻炼的重要性有一定的认识和明白体育锻炼可以带来的好处。现应加强人们对体育锻炼意义的认识，提倡全民进行体育锻炼，提高国民身体素质。

在做问卷中缺乏严密性，有的问题问的不细。问卷中涉及到多选在数。

据统计与分析时有些混乱，初次写调查报告对格式不太了解。有待提高实践能力。