



高等体育院校教材



体育学院
本科毕业论文
写作指导

体育学院

TIYU
YUANXIAO

/ 本科毕业论文写作指导 /

BENKE BIYE LUNWEN XIEZUO ZHIDAO

刘新民 朱 军◎主编



陕西出版集团
陕西人民出版社

陕西出版集团
陕西人民出版社

高等体育院校教材



体育院校

TI YU
YUANXI AO

/本科毕业论文写作指导/

BENKE BI YE LUNWEN XI EZUO ZHI DAO

主 编：刘新民 朱 军

编 委：李 蕾 王丽芳 丁 哲

李志杰 李文华 吴 琳

陕西出版集团
陕西人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

体育院校本科毕业论文写作指导 / 刘新民, 朱军主
编. —西安: 陕西人民出版社, 2011
ISBN 978-7-224-09848-8

I. ①体… II. ①刘… ②朱… III. ①体育院校-毕
业论文-写作 IV. ①G642.477

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 175995 号

体育院校本科毕业论文写作指导

主 编 刘新民 朱军
出版发行 陕西出版集团 陕西人民出版社
(西安北大街 147 号 邮编: 710003)

印 刷 西安市建明工贸有限责任公司
开 本 787mm×1092mm 16 开 19.5 印张
字 数 320 千字
版 次 2011 年 8 月第 1 版 2011 年 8 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-224-09848-8
定 价 33.00 元

前 言

毕业论文是高等学校本科教学计划的重要组成部分。撰写毕业论文是对学生进行科学研究基本训练的重要教学环节，是整个人才培养计划中的最后一个环节，是本科学生获得学士学位的重要依据。

在长期的工作实践中，我们越来越深切地感受到体育院校本科学生对于毕业论文的要求和规范性，以及选题乃至写作的常识性知识了解甚少，加之部分学校的论文写作指导力量不够强、图书资料不够丰富等，使本科生在毕业论文写作中有时会陷于困难的境地，得不到扎实的写作训练，对毕业论文写作缺乏系统性的认识和指导参考，毕业论文质量难以保证。我们受一种责任感和使命感所驱使，结合体育院校学生实际和论文指导工作实际，精心编撰了本书，希望能够成为广大体育院校学生毕业论文写作的有益参考书。

本书主要是为体育院校本科生而编写的，具有直接的适用性。在编写指导思想，突出了针对性、工具性、适用性。全书分为基础知识篇和案例实践篇两部分。第一篇紧密围绕毕业论文写作的基本程序逐步深入，详细论述了毕业论文写作从选题、研究方法、材料搜集与整理、写作准备、论文撰写、论文答辩等各个环节的基本理论、基本方法，力求使学生初步掌握毕业论文写作的相关知识，帮助学生顺利完成毕业论文写作。第二篇分为体育教学训练、运动人体科学、社会体育、民族传统体育、体育经济与管理等领域，分领域选登了部分优秀毕业论文。选登的论文虽然稍显稚气，在学术规范上尚欠严谨，但也能反映出体育院校学生在体育科学研究方面的一些思想，起到抛砖引玉的作用。

本书由刘新民、朱军担任主编。本书编撰的具体分工如下。第一篇：第一章，刘新民；第二、三章，朱军。第四章，李志杰；第五、六、七、八、九章，朱军。第二篇由李蕾、王丽芳、丁哲、李文华共同完成。全书由朱军进行最终的修订和统稿。

本书是在广泛参考各种科学研究、体育科学研究专著的基础上编撰而成的。在此，对各位专家、学者表示感谢。鉴于水平所限，疏漏和不妥之处在所难免，恳请批评指正。

2011年6月

目 录

第一篇 毕业论文基础知识

第一章 毕业论文概述	(1)
第一节 毕业论文的含义	(1)
第二节 毕业论文的种类	(3)
第三节 毕业论文的特点	(4)
第二章 毕业论文的选题	(6)
第一节 毕业论文选题的意义	(6)
第二节 毕业论文选题的一般原则	(7)
第三节 毕业论文选题的基本方法	(9)
第三章 毕业论文的常用研究方法	(12)
第一节 文献资料法	(12)
第二节 访问调查法	(12)
第三节 问卷调查法	(13)
第四节 专家调查法	(24)
第五节 观察法	(25)
第六节 常用数理统计知识	(30)
第四章 体育文献材料的收集与整理	(33)
第一节 材料的意义	(33)
第二节 材料收集的原则	(34)
第三节 材料的来源	(34)
第四节 体育文献检索的方法和途径	(36)
第五章 毕业论文的撰写	(47)
第一节 论文开题报告的撰写	(47)

第二节	研究计划任务书的撰写	(52)
第三节	论文提纲的拟定方法	(53)
第四节	论文标题的写法	(55)
第五节	论文摘要的写法	(58)
第六节	关键词的写法	(61)
第七节	正文部分的写法	(62)
第六章	毕业论文中图表的绘制	(68)
第一节	体育统计图的绘制	(68)
第二节	体育统计表的绘制	(71)
第七章	毕业论文撰写中常见问题和修改方法	(74)
第一节	毕业论文中存在的常见问题	(74)
第二节	论文修改的方法	(75)
第三节	常用文稿修改符号及其用法	(77)
第八章	毕业论文的答辩与评审	(81)
第一节	毕业论文答辩的意义和程序	(81)
第二节	如何做好毕业论文答辩	(82)
第三节	毕业论文的评审	(84)



第二篇 毕业论文案例实践

一、体育教学与运动训练领域	(86)
从第 38 届世界体操锦标赛看世界女子跳马发展趋势	(86)
影响我国优秀男子跳远运动员起跳诸因素的分析	(94)
论短跑摆腿技术的特点	(101)
对中外男子篮球中锋队员技术特点的比较分析	(108)
二、运动人体科学领域	(118)
对陕西省赛艇运动员运动负荷及机能状态的生化评定	(118)
背越式跳高“最佳”腾起角的生物力学分析	(129)
不良坐姿对可能引起颈椎病的生物力学分析	(139)
陕西省不同地区中年人体质现状的调查研究	(145)
三、民族传统体育领域	(153)
跆拳道横踢技术分析	(153)

散打新规则对散打运动技术的促进	(163)
散打侧踹腿技术特点及其训练研究	(171)
论武术套路的美学特征	(179)
陕西省散打队运动损伤调查	(186)
四、社会体育领域	(195)
健身俱乐部中健身操创编的科学性研究	(195)
西安市群众游泳活动现状及发展对策研究	(204)
西安市社区体育健身设施现状及对策研究	(210)
五、体育产业与体育管理领域	(217)
浅析西安市大学生体育消费观念	(217)
陕西省体育彩票现状及前景分析	(223)
CBA 陕西东盛篮球俱乐部消费市场需求环境研究	(230)
2008 奥运会对北京经济的影响	(240)

第三篇 附 录

附录 1 中华人民共和国学位条例	(250)
中华人民共和国学位条例暂行实施办法	(253)
附录 2 中华人民共和国国家标准科学技术报告、学位论文和 学术论文的编写格式	(259)
附录 3 国家语言文字工作委员会、新闻出版总署关于修订发布 《标点符号用法》的联合通知	(270)
附录 4 中华人民共和国国家标准 GB7714—87 《文后参考文献 著录规则》	(278)
主要参考文献	(302)

第一篇 毕业论文基础知识

第一章 毕业论文概述

第一节 毕业论文的含义

一、毕业论文的概念

毕业论文是高等院校毕业生在完成本科课程学习，在毕业前提交的一份具有一定学术价值的设计方案和文章。毕业论文是本科教学质量的一种综合反映，是大学生完成学业的标志作业，是对学习成果的综合性总结和检阅，是大学生从事科学研究的最初尝试，是在教师指导下所取得的科研成果的文字记录，也是检验学生掌握知识的程度、分析问题和解决问题等基本能力的一份综合答卷，是学生独立工作前的预研性准备。

毕业论文就其内容来讲，大致可以分为三种：一是解决实际问题，用自己的设计成果加以回答；二是只提出某一问题，综合别人已有的结论，指明进一步研究的方向；三是对所提出的某一问题，用自己的研究成果给予部分的回答。毕业论文是提出解决某一问题的方法和技术实施方案。从结构上看，毕业论文具有学术论文所共有的一般属性，其展开与构成，应严格按照绪论、本论、结论的逻辑思维方式，以事实为基础，以严密的推理过程为依据，经过缜密的论证，得出科学的结论。

二、毕业论文的目的

毕业论文主要是考查学生三方面的能力：一是综合运用所学专业知识的的能力；二是探索、思考、创新的能力；三是组织、写作、表达的技巧和能力。通过毕业论文写作，达到全面考核学习成果，提高学生综合能力，检验教育教学质量的目的。

（一）全面考核学习成果

毕业论文是对在校大学生所学知识的全面检验，是对学生基本知识、基本理论和基本技能掌握程度的一次总测试。大学生在学习期间，已经按照培养方案的规定，完成了公共基础课、专业基础课、专业课以及选修等课程的学习，每门课程也都经过了考试或考查。学习期间的考核是单科进行的，主要是考查学生对单门课程所学知识的理解程度和掌握运用能力，但毕业论文不是单一的考核，而是着重考查学生运用所学知识对某一问题进行探讨和研究的能力。完成好毕业论文，既要系统地掌握和运用专业知识，还要有较宽的知识面，有一定的逻辑思维能力和写作功底。这就要求学生既要具备良好的专业知识，又要具备深厚的公共课和专业基础课知识。通过毕业论文写作，能使学生发现自身的长处和短处，以便在今后的工作中有针对性地克服缺点，也便于学校和用人单位全面地了解和考察学生的业务水平和工作态度。

（二）提高学生综合能力

做毕业论文的第二个目的，是培养学生的科学研究能力、合作能力和信息收集能力等综合能力，使他们初步掌握进行科学研究的基本程序和方法。学生毕业后，无论从事何种工作，都必须具备一定的研究和写作能力。

完成毕业论文的过程是训练学生独立进行科学研究的过程。通过毕业论文撰写，可以使学生了解科学研究的过程，掌握如何收集、整理和利用材料，如何观察、调查、做样本分析，如何利用信息，如何进行实验和操作仪器等方法。这一过程是学习如何进行科学实践的良机，不仅有教师的指导和传授，可以减少摸索中的失误，而且直接参与和亲身体会了科学实践工作的全过程和各个环节，是一次系统的、全面的实践机会。

同时，这一过程也是专业知识再学习的过程，而且是更生动、更切实、更深入的学习。要把学过的专业知识运用于实践，在理论与实践结合的过程中进一步消化，加深和巩固所学的专业知识，并把所学的专业知识转化为分析和解决问题的能力。其次，在搜集材料、调查研究、接触实际的过程中，既可以验证所学过的书本知识，又可以学到在课堂和书本上学不到的新知识，开阔视野。此外，学生在撰写过程中，对所学知识的某一侧面或专题作了较为深入的研究，可以培养研究兴趣。



（三）检验教育教学质量

通过问题反馈，为相关的教学工作提供参考信息。毕业论文中暴露出来的问题，对教学工作具有重要的信息反馈作用。表现在学校、教师方面的反馈和调整，如果大多数学生的毕业论文质量较高，且能提出新见解，说明教学工作取得了实际成效。反之，如果学生毕业论文出现的问题较多，说明教学中存在的问题较大，需要针对性地改进和调整。譬如，论文中抄袭现象严重，就需要制订严格的管理处罚规定，并加强对学生的思想教育；如果论文大多不符合论文规范，就要加强写作知识的传授。这样，可以使学校、教师通过毕业论文来考察、了解教学质量，总结经验，改进工作。同时每个学生也可以通过写作，进行写作能力的强化训练，提高自身写作能力。

第二节 毕业论文的种类

毕业论文是学术论文的一个“品种”。由于毕业论文的写作具有总结学习成果、培养学生独立分析问题和解决问题能力的性质，所以，毕业论文并不一定都要有很高的学术价值。从这个意义上说，毕业论文只是学术论文的一个初级品种。

体育科学作为一个学科群，各学科之间有着内在的、本质的联系，是一个有序的完整体系。体育院校本科毕业论文作为体育科学研究成果的一种类型，属人文社会科学类研究，在对其进行分类时，必须遵循这一有序体系的内在本质属性和体系内部固有的层次关系，为体育工作者在研究过程中，确定研究方向，选择研究课题，制订研究计划，撰写学术论文提供一定的依据。常见的体育院校本科毕业论文分类主要有以下几种：

一、基础和应用理论研究论文

这类论文主要是对体育某一学科领域的有关理论问题进行探讨。具有基础性研究色彩，以逻辑分析、理论阐释、综合比较为主，学术性较强，应用性不十分明显等特点。例如，《健身原理的系统科学探索》、《武术理论体系框架构思》、《2010年中国学校体育发展趋势》、《面向21世纪我国普通高校体育教育专业课程体系改革研究》等。

二、应用和技术开发研究论文

这类论文主要运用有关体育科学理论成果,进行体育应用技术、方法、手段、材料、工艺设备的研究,直接为体育实践服务,具有应用性较强、针对性明确等特点。例如,《不同强度训练对提高学生100m游泳成绩的影响》、《排球后排扣球空中击球动作的三维高速录像分析》、《体育信息计算机管理系统的研制》、《大学生压力测量工具的研制与检验》等。

三、文献综述类论文

这类论文主要是在对前人研究成果大量搜集、分析归纳的基础上,总结某课题研究的发展与现状。其探索性、创新性色彩不多,应用价值不十分明显,但对系统全面了解前人研究成果或丰富发展某一学科理论具有重要参考价值等特点。例如,《体育教学方法研究进展》、《儿童青少年体育锻炼兴趣的影响因素》、《体育教学模式研究现状分析》、《我国学校体育思想的变革与发展》等。

四、总结、报告性论文

这类论文主要有各种专题调查报告、阶段实验报告、实践经验总结等。这类成果从科学认识的角度来看也属于研究成果,但创造性、理论成熟性、规范性稍差些,大多事先无明确研究假设,其成果仅初步提出某些假设,对进一步开展研究和改善管理及指导工作具有一定实际意义。总结、报告性论文对初搞科研的人来说,是练习科研基本功的主要途径,是普及科研成果的主要形式之一。例如,《对我国建设世界一流大学的若干思考》、《学生体育学风情况调查分析》、《我国阳光体育运动实施现状调查报告》、《福建省农村中学体育现状调查分析》等。

第三节 毕业论文的特点

一、创新性

体育论文的创新性着重反映在新见解的提出、新规律的发现、新技术的设计、新成果的报道、新理论的阐述、新方法的应用、新器材的研制等方面。例如,《“马泰背越式”跳高模式分析》一文,就罗马尼亚跳高运动员索林·马



泰创造的跳高新模式——抱膝滚翻过杆背越式与传统背越式——作了比较分析，得出在相同的起跳初速度下，马泰背越式比传统背越式能提高成绩 4.1%~6%；加强身体协调性、灵敏性训练，适当降低现用海绵垫高度，可避免新姿势存在的危险性；该姿势适合于中国运动员特点。又例如，《用“CT法”进行中国人惯性参数的研究》一文，成功地运用具有国际领先水平的 CT 技术对中国人惯性参数进行了实测，首次获得了我国具有自己民族特征的人体惯性参数，结束了用外国人参数分析中国人运动的历史，为我国航空航天、体育、医学、康复事业的发展作出了贡献。总之，体育科研论文正是把研究者在研究中的“有所发明、有所创造”以文字形式公布于世，不断推动体育科学事业“有所前进”。

二、科学性

作为反映科研成果的科研论文，对科研成果的描述必须真实可信，透过客观事实的表象，指出本质的真实。要明确地提出论据，指明资料的来源、时间、出处，详细说明研究的范围、实事求是地写明对问题各个方面了解的程度。论文中提出的数据要准确，现象观察要仔细，逻辑推理要缜密。

三、文体结构规范性

科研论文在文体上属于议论文体，但又不同于常规的议论文体，最好的语言应当是以最少的词句将内容确切而完整地表达出来。它必须具备充分的论据，运用严密的论证来阐述观点、验证假说、构建理论，形成新观点、新成果。在文体结构上要求按一定的规范格式写作，这样既便于读者快速而简捷地理解论文本身所要表达的真正含义，又便于信息的交流和传播，也便于编辑、排版。

四、参考性、实用性

体育科研论文的参考性和实用性是建立在科学性、创新性基础上的。科研论文虽有水平高低之分，但都应在丰富和发展科学理论、开拓新的知识领域等方面具有一定的参考价值；在指导体育实践中具有一定实用价值，产生积极的社会效益和经济效益。毫无独创的重复，拼凑前人的研究成果，弄虚作假或脱离实际的论文，对社会、对科学都只会有害无益，是一种人力、财力和时间的浪费。

第二章 毕业论文的选题

第一节 毕业论文选题的意义

毕业论文的选题十分重要，从某种程度上说，一个好的选题是论文成功的一半。毕业论文选题的意义主要有：

一、确定研究方向

在确定选题时，应对本人已掌握的知识、理论、分析工具等进行全面整理与编队，然后根据自身情况确定研究方向。论文选题的过程也就是确定研究方向的过程。

二、确定基本观点

在确定选题的过程中学生往往逐渐形成自己的基本观点。大学生在学习阶段，通过课堂学习、讨论、社会实践等，对一些问题形成一些基本看法，但这些看法还不等于观点，通过论文的选题、资料的收集与比较，可以总结和梳理这些看法，将其上升为观点，然后再从中选出一个比较成熟、比较有价值的观点，用论文的形式表述出来。

三、找到合适的切入点

论证一个观点，必须找到一个合适的切入点，即抓住整个论文的“牛鼻子”、“突破口”。学生确定选题的过程往往也是在寻找切入点，选择“突破口”。题目一旦确定，事实上也就基本选定了突破口。

四、促进论文的构想

论文的选题过程实际上是论文的最基本的构思过程，而一个好的选题，又



有助于论文的构思与论证。论文题目选定以后,能促进作者构思论文怎样开头、怎样发展、怎样深入、怎样完篇,考虑哪些材料用于论文的哪个部分,如何论证一个观点等。

第二节 毕业论文选题的一般原则

一般来说,体育院校本科毕业论文可按照以下原则进行选题:

一、客观性原则

选题的论述范围,有大小之分,大可大到体育改革与发展战略,小可小到体育专项中某一技术动作的变革。对毕业生而言,选题的大小及难易度应当“适中”。不少学生写毕业论文,论题拉得很大,论述面却很窄,使“大题小作”,而应当将论题定小,便于操作,可紧扣主题展开论述。故在选题上不宜“贪大求全”,题目应大小适当,易把握主要内容,写得精深一些,提炼出新见解。如《探讨艺术体操教学中编排徒手组合动作的方法》之类的选题,其大小较适中。体院大学生与一般院校大学生相比,文化基础相对薄弱,文字表达能力相对欠缺,所选论题太难显得“高不可攀”,不易抓住问题的关键进行全面、详尽地论述;太简单又失去意义,无科研价值。要从自身的研究能力出发,尽可能发挥自身优势,量力而行。形象地说,应选择一个类似“篮球架子”那样的题目,太低了,不费吹灰之力便可个个投中,无法达到体育锻炼的效果;太高了,即便高水平的运动员亦难命中,根本提不起球员的兴趣。只有将篮筐定到一个恰当的高度,才使一般运动员不易个个投中,又使他们经过训练后易于命中,这样才能引起球员的兴趣,让他们为提高投篮命中率而刻苦训练。如《对篮球运动员投篮命中率差异水平的研究》之类的选题,其难易比较适中。毕业论文选题,难度若超出了自身的驾驭能力,操作起来便捉襟见肘,难以保证文章质量。反之,选题太易,做起来又绰绰有余,达不到毕业论文的写作目的。

二、兴趣和特长相结合原则

有的学生写作毕业论文喜舞文弄墨,无病呻吟,或信马由缰,不着边际,忘却了自己的兴趣与专长。体育兴趣是从事体育科学研究的无声导师,它促使体育工作者去探索挖掘体育运动领域内的未拓荒地。当体育大学生对某一运动

技术课题兴趣浓厚乃至着迷时，便会自觉投入其中，积极考察研究对象，处处留意收集有关技术资料。比如，对足球临门一脚有浓厚兴趣的大学生，以此为毕业论文研究对象，那么脑际随时可能迸发灵感火花，选题、论证无时无刻不萦绕心中。有兴趣的选题，往往与作者学习的专项有关，或是有一定程度了解的课题。兴趣是可以培养和诱发出来的，假若对拟定的选题无什么兴趣，便无法投入到研究的境界之中，难以获得成功。因此体育大学生在选取论题时，切莫丢掉自己喜爱的体育项目，忘却兴趣与爱好。

三、体育学术价值原则

选题应考虑到它的体育学术价值，要能直接或间接对体育教学、运动训练或体育科研发挥效用，有一定的体育理论价值或技术运用价值。一般来说，选题应首选别人所未做的，或亟待解决的课题，围绕一个“新”字做文章，注重新颖性，善于运用体育研究的新理论、新方法、新观念、新视角、新材料，敢于独辟蹊径，对体育工作者有新的启迪和帮助。要注意联系社会体育、学校体育和竞技体育等领域里的研究动态，抓住新情况、新问题、新变化来做文章。目光敏锐的毕业生，可针对上述领域里的热点和焦点问题，发表自己独到的见解。旁人已有研究的，亦可补充、完善之，从更深更高的层次去探讨，文章的内容有了新意，才可以彰显出论题的学术价值。

四、紧贴体育专业（方向）原则

在自己的专业领域内针对若干问题开展专项研究、系列研究，容易获取成果，是谓“术业有专攻”。对大多数体育院校大学生而言，尽管尚未确定科研专攻方向，但在实际训练中都有自己的专选项目，做毕业论文时，可优先选取专项中的技术环节来研究，据此拟题，写来方能得心应手，不致不伦不类。论述当中，要充分运用所学体育学科知识来分析文章的研究对象，力求使论文有一定的应用价值。如学习排球专项的毕业生，长于打快攻反击，以该技术中某一新打法作论题，论证便有血有肉；以气功为专项的，平时致力于气功康复诊断学习的，可结合气功康复的机理与疗效来选题，既从气功理论上阐述，又可谈出自己在康复诊断实践中的体验，如此行文，才有优势。反之，研究的对象若非已从事的专项或并不熟悉的内容，则事倍功半，难有起色。如专修排球的选足球为题，去谈足球俱乐部的建设等话题；专修气功的放弃气功方面的论题去论篮球技术方面的内容，则很难谈出什么道理，形成独具的特色。因此，



要想出色地完成毕业论文这份答卷，选题务必结合体育专业实际，贴近所学所练。

五、密切联系体育环境原则

客观上能为体育大学生毕业论文写作所提供的环境条件，包括体育教育工作者、体育资料、体育实验器材等。其中，体育书刊是搞体育科研的基础，如不充分利用，就无法拟出有分量的论题，撰写出代表学历水平的论文。体育大学生所处的体育大环境虽同，但对学生个体而言，体育环境的质量存在着差异（如教练水平的差异、资料质量的高低）。论文选题时，应尽可能利用体育环境的优势，选择经过努力可以把握好的论题。体育资料中第一手资料是非常重要的，如体育政策法规、体育统计数据、体育实验结果等，若自己没有掌握这种资料，客观上又没有提供的可能性，那么对这个选题的研究就很困难。需强调的是，体育大学生对毕业论文选题要有信心。有调查显示，75.5%的体院大学生怕写毕业论文，有的连总结材料之类的文章都感到棘手。因此在对待事关论文全局的选题难关上，须树立足够的信心。须知，毕业论文选题在体育学科理论与应用上哪怕只有一点突破或创新，都是要付出艰辛的脑力劳动的。因而对选题过程中可能遇到的困难要有充分的估计，要有迎难而上的气魄和毅力。选题在毕业论文撰写中占有突出重要的位置，直接关系到论文的成败。体育学术论文选题既是体育大学生能力培养的实践，亦是体育科研方法学习的过程。需指出的是，指导教师只宜在选题的基本方法上予以指导，而不应越俎代庖，替学生选题，那种将选题和盘托出，交给学生从中挑选的做法也是不科学的。毕业论文在培养体育大学生独立、创造性地分析和解决问题的能力上占有不可替代的位置，应认真对待毕业前的这一综合“实战训练”，对以后从事体育事业的各项工作大有裨益。

第三节 毕业论文选题的基本方法

毕业论文的题目一般是由指导教师根据专业培养目标拟定，或者教师先征求学生意见，然后再定题目，下任务书；也可由学生自行拟题，教师修改后确定选题。

选题是毕业论文写作的第一步，实际上就是确定“写什么”的问题，大多数学生对于选题感到无从下手和茫然的根本原因在于，他们没有找到选题的