# 综合素质体育作文范文精选11篇

来源：网络 作者：水墨画意 更新时间：2025-05-18

*综合素质体育作文范文 第一篇天啊!怎么这么早就要起床了，天还没亮呢。惨了!我军装呢?昨天晚上明明放在这儿怎么不见了?我满脸睡意在床边找着我军装。原来在这儿呀，快把我急坏了。穿上军装，开始紧张一天了。一个个动作训练使我有点不耐烦了。“交钱来受...*

**综合素质体育作文范文 第一篇**

天啊!怎么这么早就要起床了，天还没亮呢。惨了!我军装呢?昨天晚上明明放在这儿怎么不见了?我满脸睡意在床边找着我军装。原来在这儿呀，快把我急坏了。穿上军装，开始紧张一天了。

一个个动作训练使我有点不耐烦了。“交钱来受罪!”有同学开始小声嘟囔了。这句话说太有道理了，我们仇视教官。教官对我们很严格，只要动作稍有差错就得“享受”——拳头俯卧撑20个，如果手不扎得“千苍百孔”教官决不罢休。该吃早餐了大家等着教官发出指令“目标——食堂”，我们立刻就蜂拥向食堂。吃饭是军训中一大乐事，虽然军营里饭菜不如家里，但饥饿中我们不会挑剔而且吃饭时也很有趣，教官不许我们在吃饭时发出任何声音，如果出了声音所有在食堂里吃饭学生必须像时间停止一样保持当前动作不动。如此高明整人方法令人赞叹不已。

在军训中最难熬非站军姿莫属了，在太阳底下受煎熬滋味我永远也不会忘记。今天时间过得特别慢，额头上汗珠越来越多，时间却依然慢慢悠悠回荡。当脚跟每个关节都麻痹时候，一直在旁边取乐教官却告诉你才过了15，还得站15。我真很想很想坐下休息一小会儿，这一小会儿对我来说已经是非常宝贵了，可只会把快乐建立在别人痛苦上教官绝不会让你休息。“初一九班同学，原地踏步走。”漫长半个小时终于随着这句话过去了，这半个小时使我第一次感觉时间漫长。

痛苦之后就是快乐时光。站完军姿之后教官教我们唱歌，教官脸上第一次露出了笑容，其实教官笑起来挺可爱。一个个伤感曲调令许多离家同学们流泪了。教官依然微笑地教我们唱歌，我们现在这样哭教官们早就经历过了而且比我们更伤心。

在苦乐中度过了一天又一天。

绝世奇才没有机遇只能被埋没，我们苦练了七天，现在是大显身手时候了。总教官庄严宣布“阅兵式开始。”同学们整齐划一动作，气势凌云口号雄赳赳气昂昂博得了学校领导赞扬，或许他们从我们身上看到了未来军人英姿!经过努力拼搏，我们班得到了第二名，欣慰笑容怎么也掩饰不住点点泪花。

平静湖面只能留下呆板倒影，奔腾流水才能激起阵阵浪花——生命之舟只有放行于逆流才能驶入成功港湾。

我们坚毅地向钱走着，不再迷惘。不再徘徊。光荣桂冠是用荆棘编成，人生价值在执着追求中显示……

**综合素质体育作文范文 第二篇**

初中学生综合素质评价

各中学:

为进一步深化基础教育课程改革，根据、省教育厅和市教育局的通知精神，结合我区实际，宣化区教育局制定了，现现印发给你们，请贯彻落实实。现就有关事项通知如下:下

初中学生综合素质评评价是全面反映初中毕业生生发展状况、促进学生全面发展的重要举措，评价面结结果将是衡量学生是否达到初中毕业标准和高中学到校招生标准的重要依据，校也也是教育教学反馈、评估的的重要依据。从xx年开始始，各初中学校必须在认真真做好初中毕业班学生综合合素质评定工作的同时，从初一年级开始，在整个从初中阶段实施学生综合素初质质评价工作。各学校要从学生进校开始，建立

**综合素质体育作文范文 第三篇**

我与体育,可以说是一对亲密无间的朋友，因为它能帮我强身健体。说到体育，我最拿手的便是跳的一套动作。助跑，起跳，跳下，我的连贯性高达百分之九十九，就连最难的跪跳动作都能一次成功,不费吹灰之力。

第二拿手的便是耐力训练—一分钟跳短绳。即使是这短短的一分钟，我也能跳130多下，而且中断次数极少！这里教你个诀窍：跳绳时一开始慢一点，中间快一点，累了再慢一点。广播体操，同样是我的拿手好戏，手有力、动作规范……外加站立笔直，每节正确无误，快慢适当，经常受到老师的表扬。

我也经常参加校外体育活动。一次跑步比赛，一开始，我遥遥领先，一时疏乎大意，被人赶超，快到终点时，我破釜沉舟做最后一搏，终于以10秒8荣获第二名。我喜欢体育的背后还有一个故事：小时候，我经常生病，于是，妈妈带我参加体育活动。虽然很累，但是我依然坚持，抵抗力变强了，我也渐渐喜欢上了体育。

体育，你能帮助我强身健体，真是我的好朋友！

**综合素质体育作文范文 第四篇**

年华似水，匆匆流过。转眼间，大半个学期已经过去。一起学习生活了这么长时间，相信大家对我也有了一定的了解。

在道德品质方面，我做的应该还不错，我尊师重道，能主动帮助同学，好好遵守学校纪律。

在学习与实践能力上，我自认为不算太差，我能主动学习，上课认真听讲，虚心向别人学习。虽然可能还有做的不够的地方，我不太善于利用时间，常常把作业当任务一样完成，且没有处理好爱好和学习的关系，我一直认为淡定习需要刻苦钻研和勇于质疑的精神。所以，我将努力改正不足，以后更好地学习。

在交流与合作方面，我可以主动与同学交流，为班级和同学做一些我力所能及的事情，积极参加班级组织的活动，尽力做到最好，我有较强的集体荣誉感，热爱集体。

可能我在平时还有做得不够的地方，以后，我一定会努力改正，请大家多多指教。

谢谢大家！

**综合素质体育作文范文 第五篇**

转眼间，十天的学习时间就过去了。回顾这十天的学习生活，我感到自己收获很多，首先要感谢团领导为我们安排了此次学习的机会，并且为我们细致的选择了课程内容，在学习的过程中我深深的感受到，每一门课程的设置都蕴含着领导对我们进步的希望，都从不同的层面和意义上开扩了我们的思路和视野。现将学习心得汇报如下：

一、课程设置合理多元化，使我们的综合素质得到了全面提高。

《人格魅力与亲和力塑造》课程的学习，使我对领导与管理的艺术有了更加深刻的认识，也认识到当今社会硬权力发挥的作用相对来说越来越小，软权力所发挥的作用越来越大并且越来越强，一个好的管理者一定要不断的提升自己的人格魅力。《经济学基础知识》的开设，使我们对经济学知识有了初步的认识和理解，填补了我们知识的盲点和空缺。《社交礼仪》、《有效沟通》、《高效团队建设》、《高效执行力》的学习对我们今后在工作生活中的更好的进行人际交往、沟通协调、团结协作、发挥团队精神方面都很有帮助。通过 《兵团新型工业化发展问题专题研究》、《经济全球化与产业结构优化研究》、《我国经济结构构成与外向型经济》课程的学习，更使我认识到，走新型工业化、农业产业化道路的必要性和紧迫性，因为以农业为主特别是水土资源开发的外延式发展模式已经走到了尽头，职工单纯依靠种植增收的空间已经相当小了，要想更好的提高职工收入，就必须走农业产业化、新型工业化道理，大力发展二、三产业。《突发事件应急管理》课程的学习，使我们对突发性事件的处理原则和措施有了认识和了解，为我们在工作中处理突发事件提供了有效经验和理论支持。石河子经济技术开发区的参观不仅开阔了我们的眼界，更使我们对优秀企业的企业文化、规模化生产、高效管理、有了切身的体验与认识。

二、结合学习情况对××团经济发展的设想与愿景。

调整产业结构，大力发展二三产业，坚持走农业产业化、新型工业化道路。目前我们正处在国家继

续实施西部大开发战略和兵团大力发展工业的有力形势下，我们自身也具备有利条件：土地可实行连片种植，规模化管理，葡萄、棉花的产量高品质好。但是由于产业链过短，农产品的附加值较低，所以职工的收入很难有大的提高，因此提高职工的收入必须延长产业链，走农业产业化道路。

1、依托生态园，发展多种特色种养殖（特色珍禽养殖、特色蔬菜种植），逐步建立品牌，形成龙头企业，在生态园中发展特色餐饮、休闲，让客人参与蔬菜的采摘、餐饮的制作，并将生态园中产出的特色禽类蔬菜形成特色商品化包装，将生态园打造成集娱乐、休闲、餐饮为一体的综合园。

2、大力开发建设小李庄，建立影视城、红色旅游基地，打造特色文化品牌。

3、加大招商引资力度，引进有实力的企业和商会等社会及民间组织参与一四七团“一庄两园”开发建设。巩固和扩大团场工业基地，着力发展食品、纺织、化工、建材、机电制造、能源等六大支柱产业，实现农产品加工水平的整体提升和发展集团（龙头）企业的历史性突破。

**综合素质体育作文范文 第六篇**

综合素质评价 。

个性发展自我评价：

从小到大，无论对学习还是对生活，我都抱着一种坚持不懈的态度，充满了信心。我是老师的得力助手，父母眼中乖巧的女儿，对同学朋友我永远都用一颗热情善良的心去对待他们，对生活始终保持一颗感恩的心。遇到困难，我也曾彷徨，但我总这样告诫自己，不要彷徨，因为你不知道有多少人在你彷徨之时迎难而上。对生活，我永远都保持着乐观的心态，虽然会哭泣，但我知道眼泪预示着坚强，而不是迷惘！常会这样失败的时候，在手心写下一个败字，握紧拳头，用尽全力，把“败”捏得粉碎！无论遇到什么，我都不会放弃，因为我知道在这个世上没人能放弃你，除了你自己，只要自己不放弃，就会有希望。相信只要对自己有信心，坚持信念一定会实现自己的理想。

认真学习科学文化知识，有毅力的去努力学习，争取在真方面做到更好，并且树立正确的学习态度，定时为自己设定新的计划，并为目标努力奋斗。发展自己的爱好,塑造了一个健康、充满自信的我，生活中我从来不怕遇到困难,因为困难使我更坚强。在课余时间有丰富的业余活动，兴趣广泛，在课余时间有丰富的业余活动，兴趣广泛，求知欲强。

我是自信和执着的女孩，为了心中的梦想，我能坚忍不拔，奋力拼搏，从不退缩。曾经为取得成绩而开心地笑过，也曾为犯过的错真诚地悔过，也曾为学习的困惑伤心地哭过，可从未屈服过，凭借着自己的不断拼搏，为自己打造了一片天地。学习成绩保持在班级的上游，遵守纪律、热爱集体、尊敬老师、能和同学们相处融洽、也是老师得力的小助手。

我是一个性格开朗,做事细心认真的人,生活中我从来不怕遇到困难,因为困难会使我更坚强.一旦遇到困难，我会想尽办法去解决困难,而不是去逃避.同时我把困难和挫折看成是人生中不可避免的磨炼,如果没有困难和挫折的激励，我们的生活就不是完美的!学业成功的过程离不开勤奋和刻苦，“天才出于勤奋”，“书山有路勤为劲，学海无涯苦作舟”，“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”这些格言说的都是这个道理。

人生好比一场搏斗，最大的敌人是自己。只有不段的去经历才会使我在成长中吸取到教训,从而更好的去面对学习、生活上的每一个问题。我相信只要努力就会成功，只要我们有不断创新的精神，我相信我一定能够把每件事做好，即使不是最好也要努力去做好！我还有较强组织能力，有很强的责任心、集体荣誉感，有良好的交流及应变能力。我有自己的主见，喜欢让自己被许多工作上的事包围着。因为这样，我会觉得每一刻我都过得很充实。对于发展，希望三年以后的我，能够为社会作贡献，同时更希望自己能适应社会。

刚开学时的我：

在新的学期，新的环境下我们要重新开始，无论过去是失败还是成功。忘记以前的\'成功与失败，我们只需要把经验和教训铭刻于心。面对失败，让我们铭记一位老者的话：一个人如果失败了，并不证明他永远完了；如果他认输了，并且退却了，那他才永远完了。做人第一，做学问第二。看到同学个个都长高了，个个都精神饱满，我就非常想对他们再说几句鼓励的话：要有进步的信心和决心。

新年伊始，应认真总结过去，千万不要骄傲，应该在新学期再接再励，争取取得更好的成绩，取得更大的进步。应该振奋精神，争取迎头赶上。不论怎样，老师都希望每位同学都有“我会比昨天更进步”的信心和决心。

我遵纪守法，尊敬师长，热心助人，与同学相处融洽。我有较强的集体荣誉感，努力为班为校做好事。作为一名团员，我思想进步，遵守社会公德，积极投身实践，关心国家大事。在团组织的领导下，力求更好地锻炼自己，提高自己的思想觉悟。

我的发展目标

我要在新学期伊始下就下定决心使自己的人生有一个美好的开端.，把暑假的以玩为主的生活方式转变为以学为主的生活方式，在学习上要下功夫,持之以恒,战胜困难.。不仅要提高学习,同时还提高品德修养.尊敬老师,团结友爱,互相互爱,孝敬父母

**综合素质体育作文范文 第七篇**

浙江省教师资格考试历年真题（综合素质）

一、单项选择题（本大题29题。每小题2分，共58分。）

在每小题列出的四个备选项中只有一个是符合题目要求，请用2B铅笔在答题卡上对应的答案字母按要求涂黑。错写，多选或未选均五分。

1、悠悠喜欢唱歌跳舞，隋老师对她说：“整天蹦蹦跳跳，没有一个学生样，学生的老老实实的学习才行！”孙老师的说法忽视了

A．学生的心理发展 B。学生的全面发展

C．学生的主动发展 D。学生的主体发展

答案：B学生的全面发展

2、图1中，该老师的做法（）

A．违背了素质教育的理念 B违反了因材施教的原创

C．适应了社会竞争的要求 C。体现了学科教学的重要

答案：A违背了素质教育的观念

3、沈老师收集废旧轮胎、破篮球、废纸箱、塑料绳等废旧材料，“变废为宝”，将之改造成各种合适的教具、学具，这表明老师具有（）

A.教学资源开发能力 B.课程组织实施能力

C.教学程序设计能力 D.教育科学知识

答案：A教学资源开发能力

4、郑老师子啊指导新教师时说，了解学生身心发展规律、学习心理等，对做好教育教学工作极为重要。郑老师的体会表明，教师不可忽视（）

A．政治理论知识 B。文化基础知识

C.学科专业知识 D.教育科学知识

答案：D教育科学知识

5、小学教师梁某因上班迟到被罚款，她对学习的决定不服，提出申诉，申诉的受理机关应是（）

A．教职工代表大会 B.信访机关

C.教育行政部门 D.检察机关

答案：C教育行政部门

6、小学生陈某十分调皮，经常违反课堂纪律，班主任周某让其缴纳“违反金”，宣称再犯错误则从中扣取充作班费。周某的\'做法（）

A正确。有利于维护课程纪律 B正确。有利于提高管理效率

C．不正确。教师没有罚款的权利 D.不正确。批判无效后才能交罚款

答案：C不正确教师没有

7、就读于农村某校的亮亮小学未毕业，父母让其辍学帮忙照顾店里生意。依据《中华人民共

和国义务教育法》的相关规定，给予小英父母批评教育并责令明期改正的机构是（）

A.村受会 B.学校 C.乡级人民政府 D.县级人民政府

答案：C乡级人民政府

8、某小字让字生乐队停课参加某公司庆典，公司给予字校一定的经济回报。 该校做法（）

A.正确。 可以改善学校办学条件 B.正确。学校拥有管理学生权利\*

C.不正确。侵犯了字生的受教育权 D.不正碎。侵犯了学生的人身权-

答案：C不正确侵犯了受教育权

9、小学生军军的父母不履行监护职责，对其旷课和夜不归宿行为放任不管。依据《xxx预防未成年人犯罪法》的相关规定，应给予军军父母训诫并责令其严加管教的机关是（）

A.教育行政机关 B.公安机关 C.字校 D.检察机关务

答案：B公安机关

10、小学生王玲的作文被老师推荐发表，所获稿酬应归（）

A .字校 B .推荐老师 C .班主任 D .王玲+

答案：D王玲

**综合素质体育作文范文 第八篇**

体育是锻炼身体的代名词，是考验个人意志与耐力，技能与勇气的集合体，全人类都离不开体育。

体育代表着美丽。体操、花样滑冰、冰上芭蕾，都是用婀娜的身姿与纯熟技能的结合，展现无以伦比的美丽。

体育代表着速度、力量。速滑、短跑以秒计时，比的是快速的反应和箭一样的速度，用敏捷和超越赢得胜利。投掷、举重靠的是力拔千斤的臂膀，是臂力强健的象征。

体育代表耐力。游泳、长跑，需要坚韧不拔的毅力，过应的身体素质和不达目的不罢休的勇气。

体育代表准确技能。射击、击箭，比的是战胜对方的技艺和鹰一样疾速的眼力。

体育代表着集体荣誉。足球、篮球、排球靠的不是个人的努力。只有个人的技巧和能力与集体合二为一，才能集体发挥出最强的威力。

体育代表勇猛无敌。击剑、柔道、摔跤、拳击，比的是胆量与勇气，强壮稳健的身体素质只是前提，四两搏千斤的技艺才能使你立于不败之地。

体育用各种各样的形式，展现它神奇的魅力。我们热爱体育!

**综合素质体育作文范文 第九篇**

小学综合素质评价是基础教育课程改革的一项重要内容，是义务教育阶段学生综合素质评价体系的重要组成部分，是全面反映学生发展状况，促进学生全面发展的重要举措。我校根据学生综合素质评价方案认真评价。现作如下回报：

>一、加强领导、健全机构

综合素质评价是以激励为主导、以评价为方向，以促进学生发展为目的，充分体现对学生发展负责全面评价学生有效手段。对此学校领导高度重视评价工作，专门成立了以校长为核心班子成员、具体如下：

主任：赵春红副主任：祝敬慧成员：各班班主任

>二、达成共识、全员参与

校长亲自挂帅的评价委员会立即行动起来，对评价方案具体要求进行整合和量化，同时依据评价的具体要求结合我校孩子的特点制定出我校的自评、互评、家长平、小组评价及总评的具体要求。为了能让此次评价做到公正、公平、真实、客观，让每位教师了解评价的意义，我校相继召开了全校教师大会进行宣传和部署，并依据评价的具体要求组织了任课教师会议，对具体评价工作进行部署，并成立了班级评价小组。

>三、及时汇总、认真反思

小学生手册收上来后，从家长反馈回来的信息可以得知家长不仅对孩子学习非常重视，而且更加关注孩子的成长，对学校的教育教学工作给予配合。家长的建议是：

1、家长能理解和支持老师、学校的教育工作。多数家长认识到给孩子的最大财富就是学生身心的健康，良好的性格。

2、家长能把孩子在家的表现反馈回来。孩子能在假期中主动按计划完成作业，爱读书。孩子找到了自信，在家能做一些力所能及的家务，尊敬长辈，不乱花钱。

3、一些家长在教育和培养孩子时出现了很多困惑，需要多与老师沟通。

4、老师和家长对学生教育都要有耐心。

5、个别学生的表现家长认为不如意，如写作业缺乏自觉性，写作业不专心，注意力不集中，贪玩，需要老师的引导。

6、家长希望学生能更严格要求自己。

7、希望学生能多学习一些课外知识，扩大知识面，开阔视野。

8、增强体育运动，提高身体素质。

9、培养学生思考问题、解决问题的能力。

10、在语文方面多下功夫，增加阅读量。

多数家长写得很好，能针对自己孩子的特点写出孩子的优点和以后特别关注的方面，可见这些家长平时就留意观察孩子，也把孩子的培养当成了一件大事去做。通过看家长的建议，能深深感受到家长对孩子的殷切期望，同时也能感受到家长对学校工作的鼎力支持。

**综合素质体育作文范文 第十篇**

在寒假中，体育锻炼也非常重要，它可以增强我们身体的抵抗力，对身体有很大的好处。

最近，体育老师也发来了体育锻炼的项目，让我们每天都要有在家里锻炼身体的时间。其实我并没有每天坚持锻炼，但看到体育老师发过来的体育项目表时，我心中才醒悟了，那项目表上面有：跳绳练习、拳套练习等。我再一想自己平时体育锻炼的程度，我就想利用这几天的时间，把以前没有做到的体育锻炼补回来。

就在今天晚上吃饭前，我拿起了跳绳，甩了起来，双腿就不由自主的跟着跳了起来。一个、两个、三个，越来越快，有时候因为手脚不协调，还会五次三番的被绊住，有时身体劳累或分散了注意力而停顿，我顿时感觉自己因为没有坚持练习，手足都有些生疏了。但是，我越练越好，又过了一会儿，我准备停下歇息，又感觉到大腿处肌肉有些疼痛，后来才知道是因为体育锻炼肌肉起了反应，坚持锻炼几天就会恢复的。

之所以大腿肌肉会起这种作用，就是因为平时缺乏锻炼的事，经过这件事儿，我终于了解到了体育锻炼的重要性，只有多锻炼，多喝水，才会有强健的体魄。

**综合素质体育作文范文 第十一篇**

“生命在于运动。”体育运动是生命的源泉，体育运动是生命的韵律，体育运动更是持之以恒的耐心。这暑假我们为准备区里的“运动达人”比赛，我和妈妈在假期之初就制定了一份完美的“暑假达人计划表”。

这次的计划表不仅仅有必选跳绳和仰卧起坐。我还给自己增加了运动难度，加了篮球、足球和游泳项目，经过几天“磨合”，从最初的力不从心慢慢变成习惯，对自己的小坚持心里开始有些小小的成就感和满足感。

正当我沉浸在自己的幸福感中，不幸的事发生了。我的脚底板被钉子深深的扎了一下，顿时鲜血直流。此时此刻，我的内心是悲痛欲绝的，一是被钉扎了脚会不会不保了虽然妈妈带我去医院打了破伤风但我还是很担忧；二是我的体育计划表咋办呢？妈妈看我一脸焦虑安慰我道：“没事过几天会好的，我们虽然跳不了绳，但还可以做仰卧起坐呀！”一语惊醒梦中人，我瞬间心情好了一大半。于是接下来几天我改变计划，每天做好仰卧起坐，我发现我的腹部开始疼痛，数量也越做越少，我很纳闷。这时爸爸说可能长腹肌的过程，听完我乐了，为了腹肌我坚持练习着。没过几天我的脚底板也好起来了，我又继续每天我的计划锻炼了。

少年强则国强，作为新一代的少先队员我们应该加强体育锻炼，有了强健的体魄才能学更多的知识和本领。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！