

最新毕业设计论文开题报告的要求 毕业设计论文开题报告(大全11篇)

通过撰写实践报告，我们可以更深入地了解自己在实践中的不足和问题，并进行反思和改进。实践报告是对实际行动的总结和概括，以下是小编为大家精选的一些实践报告范文，供大家参考和学习。

毕业设计论文开题报告的要求篇一

别的，就是为了记录一下时间，怕自己到时候忘记，毕业设计开题报告。实在记性一直不是很好，所以就让网页帮我往记忆吧。

今天上午用了一上午的时间，大家在一起分享了自己这一学期为自己的毕业设计所做的预备。

说实话，一开始的时候，气氛就已经相当的凝重，大家一个接着一个站在讲台上，对着下面的指导老师和亲爱的战友们讲解着自己毕业设计的具体方案、关键技术、技术难点及实验的终极要达到的一些技术指标。作为战友，我们见证的是他们的成过，我们需要做的是给予掌声，让他们感觉到他们的付出得到了认可；作为导师，他们见证的是我们的长大，他们需要做的是对我们的方案进行讨论，并提出他们的疑问，通过他们的题目，让我们的设计变得更加顺利。究竟姜还是老的辣，他们对问题的分析能力比我们强。

这是一个很好的学习机会，每个人都有自己的设计任务，每个人的任务都不尽相同。这就是一次见证自己成长的机会，这也一次见证团体合作能力的机会。

在整个过程中，我学到了很多。学到了人要细致，每一个东西都要考虑，抗干扰性问题、功效问题、热效应问题、本钱

问题等等；学到了条理性，设计文档、流程图一个不能少；学到了思维的扩展，问题的解决方案不止一种，哪种才是最好的，只有经过了比较，才有发言权。

我知道我的问题还有很多，我是一个大大咧咧的人，考虑问题从来都是丢三落四的；还比较的懒惰，有了一种方案后就不会去想其他的方案。实在这是不对的。还有几个月的时间，毕业设计就要结束了。我会慢慢地去克服自己的这些缺点，用笔记本记录下来每一需要留意的事项，每一需要解决的问题，每一需要达到的指标。

实在一直很庆幸自己是学工科的，我知道固然我的能力不够，但是我很享受我们学习的每一个过程。学工科其实并不是挑战，人可以切身亲身的体验到每一个实验成果。这就是所谓的实时性，哈哈。当一个个分立元件，通过组合就能用于控制，成就感油然而生啊；当把一块块的集成块组合在一起就是一个系统，人能不开心吗。假如可能，我希望能够一直坚持搞设计研究，由于发现自己无法自拔。

毕业设计论文开题报告的要求篇二

(一) 论文选题的理论研究现状

2. 国外相关研究文献介绍。

(二) 论文选题研究的理论意义和实际意义

1. 理论意义。如拟研究哪些基本理论问题、热点问题，理论上有何创新等。

2. 实际意义。如针对现实存在的问题，拟提出立法或司法建议等。

二、论文写作拟突破的难点问题

如针对哪些有争议的学术观点、将突破哪些理论或实际中的难点问题等。

三、目前参考资料收集情况

1. 中文资料(著作、论文)
2. 英文资料(著作、论文)
3. 法典类(列出收集的国内外法律、法规)

四、写作提纲

论文的开题报告应拟有写作提纲，其中应写明，全文共分几大部分，并就各部分的主要内容，拟出二级或三级标题。

列如, 论文通常分为三部分或四、五部分。第一部分为基本理论概述或热点难点问题探讨; 第二部分为外国两大法系及中国四个法域的法律制度介绍; 第三部分为比较研究(或比较评析制度利弊、立法缺失、揭示立法发展趋势); 第四部分为完善立法的建议(见例一)。论文也可以第一部分为基本理论概述; 第二部分为国外立法及评析; 第三部分为我国立法及评析; 第四部分为完善立法的建议(见例二)。

五、写作计划

硕士论文初稿最迟必须在第三学年第二学期3月开学后第一周内以书面的形式交至导师处。

硕士论文正稿应在第三学年第二学期3月31日前修改完成。凡超过上述期限交硕士论文初稿的，由于修改、评阅的时间不够，一律推迟至当年下半年推荐参加答辩。

毕业设计论文开题报告的要求篇三

开题报告既是规范本科生毕业论文工作的重要环节，又是完成高质量毕业设计(论文)的有效保证。为了使这项工作规范化和制度化，特制定本要求。

一、选题依据

1. 设计(论文)题目及研究领域；
2. 设计(论文)工作的理论意义和应用价值；
3. 目前研究的'概况和发展趋势。

二、设计(论文)研究的内容

1. 重点解决的问题；
2. 拟开展研究的几个主要方面(设计思路或论文写作大纲)；
3. 本设计(论文)预期取得的成果。

三、设计(论文)工作安排

1. 拟采用的主要研究方法(技术路线或参数)；
2. 设计(论文)进度计划。

四、文献查阅

学生至少阅读10篇以上的文献资料，其中近期的与毕业设计(论文)相关的期刊、论文最少5篇，并在此基础上通过分析、研究、综合，形成开题报告。必要时应在调研、实验或实习的基础上递交相关报告。报告作为开题报告的一部分附在后面，要求思路清晰，文理通顺，较全面地反映出本课题的研

究背景或前期工作基础。

五、其他要求

1. 开题报告应在设计(论文)工作开始后的前四周内完成;
2. 开题报告必须经学院教学指导委员会审查通过;
4. 开题报告通过后, 不得随意允许更换论文题目或指导教师;
5. 开题报告内容, 要求打印并装订成册(部分专业可根据需要手写在统一纸张上, 但封面需按统一格式打印)。

毕业设计论文开题报告的要求篇四

题目: _____

系别: _____

班级: _____

专业: _____

姓名: _____

指导教师: _____

朝阳师范高等专科学校教务处印制

年月日

一、毕业设计(论文)题目及基本内容、框架

(要有明确的题目, 并根据题目论述拟开展毕业设计的基本内容和论文框架)

二、本研究在行业中的理论或实践现状

（要有相关的选题调查和详细的数字说明，引用资料要说明出处。）

三、研究的理论意义和实践价值

（能够为行业的哪些方向的研究提供依据，能够解决哪些实践应用上的难题。）

四、研究所采取的主要方法和手段

五、设计（论文）总体进度和相关的时间安排

六、指导教师意见

毕业设计论文开题报告的要求篇五

【导语】本站的会员“xiaowu2893”为你整理了“毕业设计论文开题报告”范文，希望对你有参考作用。

一、综述国内外对本课题的研究动态，说明选题的依据和意义：

在我国经济快速发展的今天，随着人们对日益增长的物质、文化的需求不断提高，舞蹈这门艺术将被更多人认识、接受、认可，并喜欢。舞蹈作为一种语言，是通过动作过程来表现人类情感的艺术。舞蹈教育则通过教授这门艺术来反映人们的思想、情感以及社会生活。在提倡素质教育的新形势下，许多家长为了培养全面发展的下一代，也十分注意艺术教育。于是，社会上普遍出现了这样的现象：在课余时间中，数量庞大的少儿舞蹈学员涌进各类舞蹈培训机构，接受舞蹈教育。但是近年来，不少儿童舞蹈教育工作者对舞蹈的本质认识还

不够，对孩子经常使用“强化法”与“突击法”来进行训练，这些方法效果不甚理想，有的甚至让儿童对舞蹈产生了畏惧感，抹杀了他们原有对舞蹈的兴趣，从而不能自始至终坚持下来。作为一名少儿舞蹈工作者首先要了解与熟悉孩子的生活，知道他们爱什么、恨什么、喜欢什么、讨厌什么，懂得他们的追求和希望，所以在基础动作的训练中我们要摆脱以往的那种苦练模式，杜绝强制性，而要想尽办法采用生动、形象、多变的教学方法开展儿童的舞蹈教育。

在目前我国中小学为期xx年的课程教材中，仅有小学低年级音乐课的“唱游课”中，舞蹈作为辅助手段应用于音乐教学。而在美国，根据“美国艺术教育标准”，在整个中小学的xx年中，舞蹈一直作为独立课程贯穿始终，并立法通过了xx年的教育大纲。显然，舞蹈在我国中小学教育中现有地位，既远远跟不上素质教育改革的要求，也与发达国家的状况有着很大差距。鉴于上述事实，我国中小学教育应尽快从全面发展的教育方针出发，完善素质教育机构，努力创造舞蹈教学条件，科学地制定教材，适度加大舞蹈课程教学的分量，这对于素质教育改革是很有必要的。

二、研究的基本内容，拟解决的主要问题：

基本内容

1□ a□少儿舞蹈活动课的目的与宗旨；

b□少儿舞蹈活动课与学科课的关系；

c□少儿舞蹈活动课教材编写的原则

2、教材编排基本顺序的建议

3、少儿舞蹈活动课教学应注意的几个问题

解决的问题：

- 1、如何培养学生良好的审美观和道德情操，使之热爱舞蹈，擅长舞蹈；
- 2、在编写教材过程中，应该坚持哪两个原则
- 3、如何对不同年龄层次的学生进行舞蹈训练
- 4、如何解决舞蹈活动课中对基训、少儿舞的教学

三、研究的步骤、方法、措施及进度安排：

1、研究步骤

(1) 依据论文参考题目查阅资料

(2) 根据对收集到的资料的阅读，构思论文提纲，写出开题报告

(3) 根据选定的论文题目继续进行资料收集与分析

(4) 论文撰写

(5) 准备论文答辩

2、方法与措施

(1) 到图书馆查阅相关资料及前人写的相关文献

(2) 网上查询相关资料及文献

(3) 与同学相互讨论

(4) 请教论文指导老师（或走访专家）

3、研究工作进度

四、主要参考文献：

- 1、 《中国音乐教育》 吴斌著人民音乐出版社xx年
- 2、 《音乐?舞蹈》 刘海鹏著南海出版社1999年
- 3、 《艺术课堂》 华剑著济南出版社xx年

五、指导教师意见：

签名：

六、教研室意见：

签名：

注：此表由学生本人填写，一式三份，一份留系里存档，指导教师和学生本人各保存一份。

修改版, 毕业设计(论文)开题报告

(毕业设计) 毕业设计(论文)开题报告模版

毕业设计(论文)开题报告

科技大学毕业设计(论文)开题报告

4, 毕业设计(论文)开题报告

毕业设计论文开题报告的要求篇六

2. 本课题要研究或解决的问题和拟采用的研究手段(途径)：

泌的激素和一些其它体液因素，也要通过血液循环运送到靶细胞，实现机体的体液调节，维持机体内环境的相对恒定；此外，血液防卫机能的实现以及体温相对恒定的调节，也都要依赖血液在血管内不断循环流动，而血液的循环是由于心脏“泵”的作用实现的。心脏对维持人体运动及生命活动至关重要的，而不同的运动形式及运动强度对心脏也产生不同的影响。运动作为一种应激会对机体各系统产生一定的影响，身体负荷时，心血管系统也在神经体液调节下发生相应变化以适应代谢要求。对不同类型的身体负荷，心脏的反应有所不同，并随着对身体负荷的适应过程，心脏的形态、结构及功能均发生相应的代偿性改变。运动作为一种刺激会对心脏产生双向的影响。适宜的运动训练可对心脏产生良好的影响，健美操运动就是一种就是一种很有效的运动[2]。

二、研究目的意义

本人通过对南昌航空大学体育学院、音乐学院和艺术与设计学院部分同学进行访问调查，了解当前健美操运动在大学的普及状况，并通过问卷、实验等形式，将参与健美操训练的同学和未训练者进行对比，分析健美操运动对心血管系统的影响，为大学生参加健美操运动训练提供参考。

三、国内外研究现状（文献综述）

1、当前健美操的发展趋势

随着我国居民生活水平不断提高，越来越多的人开始关注生活质量的提高。而生活质量的提高需要健康的身体作为支撑和载体，如何利用工作余暇来使自己的身心保持健康，则成为每个居民非常关心的话题。当前，西方发达国家将健美操运动广泛开展作为提高国内公民健康的一条途径之一，在这些多样化的运动项目中，有氧运动是增进人的健康的最有效的途径，它的广泛性、丰富性和经济性，使越来越多的人了解并参与其中，这对我国国内人们生活质量的提高、培养健

康的生活方式、多元化社区体育的构建及全民健身运动的开展起到重要的作用。另一方面，我国大学生学习负担较重，锻炼时间较少，致使健康状况较前明显下降。因此，制定合理有效的健身运动处方，提高在校大学生的身体健康水平已成为人们关注的热点之一[3]。

健美操作为一项有氧运动，人们对其健身功能已达成共识。有研究显示，经常参加健美操锻炼的人，心脏总体积指数显著大于没有参加锻炼者，吸氧量明显增加。有氧运动最能发展人体的心肺功能，增强心肌，增加肺活量，减少心肺呼吸系统疾病。健美操不仅具有有氧运动的功效，且兼备发展身体柔韧性和灵敏性的作用。因此，专家认为，健美操是目前发展身体全面素质的较为理想的运动项目[4]。

2、健美操运动对心血管系统的影响

心脏为人和脊椎动物的器官之一，是循环系统中的动力。心脏的作用是推动血液流动，向器官、组织提供充足的血流量，以供应氧和各种营养物质，并带走代谢的终产物（如二氧化碳、尿素和尿酸等），使细胞维持正常的代谢和功能；体内各种内分泌的激素和一些其它体液因素，也要通过血液循环运送到靶细胞，实现机体的体液调节，维持机体内环境的相对恒定；此外，血液防卫机能的实现以及体温相对恒定的调节，也都要依赖血液在血管内不断循环流动，而血液的循环是由于心脏“泵”的作用实现的。心脏对维持人体运动及生命活动至关重要的，而不同的运动形式及运动强度对心脏也产生不同的影响[5]。

长期坚持健美操锻炼可以使毛细血管数量增加，血管弹性改善，血管口径增大，血流阻力减小，因而能使心血管的功能增强。经常坚持健美操锻炼的同学，心血管机能都有显著提高，心肺机能明显提高，具体表现为安静心率下降，肺活量明显增大，说明健美操对呼吸系统及有氧耐力有显著性促进作用。心血管机能和呼吸机能亦有明显改善。说明练习健美

操可以增强呼吸肌的力量，提高最大吸氧量，增加血红蛋白的含量。因而人体吸氧、运氧、贮氧和用氧得到明显改善，有氧耐力随之得到明显提高[6]。

3、当前大学生学习健美操训练意义重大

心肺机能明显提高，具体表现为安静心率下降，肺活量明显增大，说明健美操对呼吸系统及有氧耐力有显著性促进作用。心血管机能和呼吸机能亦有明显改善。说明练习健美操可以增强呼吸肌的力量，提高最大吸氧量，增加血红蛋白的含量。因而人体吸氧、运氧、贮氧和用氧得到明显改善，有氧耐力随之得到明显提高。同时，健美操锻炼对心脏功能的改善亦有显著作用。心肌组织同其他组织一样，长期中等强度的锻炼可以使其收缩力增强，冠状动脉循环状况的改善和毛细血管的增生，并可以使之营养供应充分。肌肉发达有力，心脏容积扩大，心室壁大大增厚，心搏慢而有力。因此，大学生学习健美操意义重大。

四、研究对象与研究方法

1、研究对象

南昌航空大学健美操队成员30人。

2、研究方法

2.1文献资料法

本文查阅了有关专著和教材10余本。通过查阅、参考相关资料、论文了解到健美操运动方面的资料，这些为本人撰写此文提供了大量的参考依据。

2.2观察法

通过对被调查学生的观察，了解到参加健美操训练前和训练后身体状况的差异。

2.3实验法

对参加健美操锻炼的50人进行训练前后的安静心率、肺活量、最大摄氧量的检测（训练时间3个月）。

五、主要研究内容

1观察被调查的学生训练前与训练2个月后的身体状况

2训练前测试学生的安静心率、肺活量和最大摄氧量。

3训练两个月后，对学生（30,名）安静心率、肺活量和最大摄氧量进行测试。

4对实验测试所得的数据进行统计分析。

六、预期结果

1大学生学习健美操的兴趣有待提高。

2经常参加健美操锻炼可以增强大学生的体质

3健美操运动有助于提高大学生心血管系统，提高身体素质。

七、研究进度

1、查阅文献资料

2**0年10月——2**0年11月

2、确定题目与制定研究计划

2**0年11月——2**0年12月

3、完成开题报告并开题

2**0年12月

4、收集资料、整理分析资料

2**1月——3月

5、完成论文初稿

2**11年4月

6、修改毕业论文

2**11年5月

7、完成与上交毕业论文

2**11年5月

8、论文答辩

2**11年6月

八、参考文献

[1]马莉。健美操起源和发展简介[j]体育师友，2**5, 1.

[2]张全海，张煜，李秋霞。有氧运动对女大学生心脏功能及血清免疫球蛋白的影响[j]心脏杂志，2**6.

[3]马鸿韬。健美操运动[m]北京体育大学出版社1995，2版。

学杂志2**1

[7]肖光来。健美操[m]2**3

[8]王成，孙蔚，陈善平。大学生身体素质发展趋势研究[j]北京体育大学学报，2**5, 10.

[9]王洪。论“健美操”与“有氧操”的甄别使用[j]北京体育大学学报，2**3.

毕业设计论文开题报告的要求篇八

《呼啸山庄》被誉为“最奇特的小说”，成为19世纪英国文学史上绝色异彩的1粒宝石。艾米丽·勃朗特笔下的男主人公希思克利夫更是以他特有的性格和对爱情的追求方式深深的吸引了众多读者。选题的目的在于从弗洛伊德心理分析的角度对希思克利夫的性格进行分析，提出希思克利夫内心中本我，自我，超我的剧烈冲突，以及他内心中复杂的心理状态和由爱为恨的转变过程。研究在疯狂复杂的现实社会中，人性的扭曲和复杂的心态，以此展现主人公希思克利夫扭曲的性格，进而阐述人性在扭曲社会中发生裂痕，扭曲和毁灭的社会根源。

通过描述希思克利夫和凯瑟琳之间的爱情，展现主人公希思克利夫在畸形社会中人性扭曲，进而变得暴虐无情，产生强烈的复仇心理，达到复仇目的以后以自杀告终，它以狂飙般猛烈的情感达到了震撼人心的艺术力量。从男主人公出走，重归，报复的过程中表现出的双重人格进行进一步的探讨，进而提出自己对这部作品深刻的理解，努力发掘人性的现实意义，展现《呼啸山庄》对人物深刻的心理描写所体现出的巨大艺术魅力。

1、《呼啸山庄》出版时并未引起国内外评论界多大的注意，即便是书中的情节和人物所引起的巨大震撼也被认为令人作

呕的恐怖，评论界一些人斥之为骇人听闻，荒谬绝伦，毫无意义的作品。近年来人们开始越来越认识到这部书的价值。作品发表1百510年来，从最初的遭受冷遇，到后来的备受崇拜，评论界从未停止过对这部作品的关注。如今，《呼啸山庄》被公认为1部不朽的传世之作，艾米丽·勃朗特也因此受到了极高的评价，被认为是唯1可以同莎士比亚齐名的伟大作家。但是对小说中的主人公希思克利夫的评价可谓众说纷纭，尽管也有少数评论对他的行为表示理解与同情，认为他的复仇是人受到不公正待遇后的正常反应，但多数评论家都对他横加指责，认为他的复仇毫无人性可言河南理工大学本科毕业设计论文开题报告河南理工大学本科毕业设计论文开题报告。

2、在国内，很多学者对《呼啸山庄》也进行过深入的研究。有的学者从作品的社会背景和故事结构上分析它的思想主题，也有的学者对作品中体现出来的维多利亚时代女性对婚姻爱情的自我追求进行研究，有的学者对作品所运用的哥特式艺术手法进行分析。但是大多数学者还是将主要精力放在了《呼啸山庄》中男女主人公的心理、性格、形象分析上。通过对男主人公希思克利夫疯狂的复仇计划进行研究，分析其复仇根源，探询他的悲剧人生。

3、在国内有很多研究《呼啸山庄》的作品，如葛志宏的作品《论呼啸山庄中的现代主义因素》，袁翠珍的作品《1个扭曲的灵魂——简评〈呼啸山庄〉的主人公希思克利夫》，黄晓燕的《仇恨与爱情》等等。

理论研究法：通过对弗洛伊德人格结构学说的研究分析，增强对作品主人公的了解，并对其形象进行深刻的研究，增强文章的说服力河。

对比分析法：通过作品中男女主人公形象性格的分析对比，对研究对象进行进1步 分析。

文本分析法：通过阅读作品，分析文章的主要思想及精神信

仰，价值追求等，充分显示作品的艺术魅力。

[英]艾米丽·勃朗特：《呼啸山庄》，杨苡译，译林出版社，1990年。

[奥地利]弗洛伊德：《精神分析引论》，高觉敷译，商务印书馆，1987年。

[美]约翰·霍夫曼：《弗洛伊德主义与文学思想》，王宁译，3联书店，1987年。

黄晓燕：《仇恨与爱情》，四川教育出版社，1997年。

张厚得：《西方文论精解》，吉林大学出版社□20xx年。

方平：《希望在人间——论〈呼啸山庄〉》，上海译文出版社□20xx年。

徐光兴：《世界文学名著心理案例集》，上海教育出版社□20xx年。

第11周(5月13日——5月19日)撰写论文提纲，确定文章框架结构。

第12周(5月20日——5月26日)完成正文部分，形成初稿。

第13周(5月27日——6月2日)根据指导教师意见，对初稿进行修改。

第14周(6月3日——6月9日)根据指导教师意见，对论文进行再次完善。

第15周(6月10日——6月16日)论文定稿，装订成册。

毕业设计论文开题报告的要求篇九

题目：健美操运动对大学生心血管系统的影响——以南昌航空大学为例

专业名称：社会体育

班级学号：*****

学生姓名：刘**

指导教师：周**

一、选题依据

二、研究目的意义

本人通过对南昌航空大学体育学院、音乐学院和艺术与设计学院部分同学进行访问调查，了解当前健美操运动在大学的普及状况，并通过问卷、实验等形式，将参与健美操训练的同学和未训练者进行对比，分析健美操运动对心血管系统的影响，为大学生参加健美操运动训练提供参考。

三、国内外研究现状（文献综述）

1、当前健美操的发展趋势

随着我国居民生活水平不断提高，越来越多的人开始关注生活质量的提高。而生活质量的提高需要健康的身体作为支撑和载体，如何利用工作余暇来使自己的身心保持健康，则成为每个居民非常关心的话题。当前，西方发达国家将健美操运动广泛开展作为提高国内公民健康的一条途径之一，在这些多样化的运动项目中，有氧运动是增进人的健康的最有效的途径，它的广泛性、丰富性和经济性，使越来越多的人了

解并参与其中，这对我国国内人们生活质量的提高、培养健康的生活方式、多元化社区体育的构建及全民健身运动的开展起到重要的作用。另一方面，我国大学生学习负担较重，锻炼时间较少，致使健康状况较前明显下降。因此，制定合理有效的健身运动处方，提高在校大学生的身体健康水平已成为人们关注的热点之一。

健美操作为一项有氧运动，人们对其健身功能已达成共识。有研究显示，经常参加健美操锻炼的人，心脏总体积指数显著大于没有参加锻炼者，吸氧量明显增加。有氧运动最能发展人体的心肺功能，增强心肌，增加肺活量，减少心肺呼吸系统疾病。健美操不仅具有有氧运动的功效，且兼备发展身体柔韧性和灵敏性的作用。因此，专家认为，健美操是目前发展身体全面素质的较为理想的运动项目。

2、健美操运动对心血管系统的影响

心脏为人和脊椎动物的器官之一，是循环系统中的动力。心脏的作用是推动血液流动，向器官、组织提供充足的血流量，以供应氧和各种营养物质，并带走代谢的终产物（如二氧化碳、尿素和尿酸等），使细胞维持正常的代谢和功能；体内各种内分泌的激素和一些其它体液因素，也要通过血液循环运送到靶细胞，实现机体的体液调节，维持机体内环境的相对恒定；此外，血液防卫机能的实现以及体温相对恒定的调节，也都要依赖血液在血管内不断循环流动，而血液的循环是由于心脏“泵”的作用实现的。心脏对维持人体运动及生命活动至关重要的，而不同的运动形式及运动强度对心脏也产生不同的影响。

长期坚持健美操锻炼可以使毛细血管数量增加，血管弹性改善，血管口径增大，血流阻力减小，因而能使心血管的功能增强。经常坚持健美操锻炼的同学，心血管机能都有显著提高，心肺机能明显提高，具体表现为安静心率下降，肺活量明显增大，说明健美操对呼吸系统及有氧耐力有显著性促进

作用。心血管机能和呼吸机能亦有明显改善。说明练习健美操可以增强呼吸肌的力量，提高最大吸氧量，增加血红蛋白的含量。因而人体吸氧、运氧、贮氧和用氧得到明显改善，有氧耐力随之得到明显提高。

3、当前大学生学习健美操训练意义重大

大学生生理发育日渐成熟，害羞，对青春期的体形尤为敏感，羡慕苗条，不希望发胖，但又不喜欢剧烈运动（比如长跑），怕晒太阳，害怕有竞争性、对抗性的运动项目；害怕别人看见自己在运动。而健美操正是一种真正适合我们的运动。它运动强度为中等强度，运动强度比较适宜，易于控制。在这个运动强度下可以使心率较长时间保持在有氧工作范围之内。它既安全可靠，又优美大方、生动活泼，并且从运动量来讲，做完一套健美操不亚于跑一次长跑，只是在音乐伴奏下做动作不感到累罢了。健美操不仅锻炼价值高，运动量可随意调节，而且运动不受气候、场地的限制，活动全身经脉，有助于消除疲劳，振奋精神，也对丰富校园文化生活，提高学生审美能力，培养自觉锻炼身体的良好习惯，促进同学间的友好交往，进一步推动精神文明建设有重要作用。

长期坚持健美操锻炼，能够使心血管和呼吸系统机能增强，各项身体素质显著提高，心肺机能明显提高，具体表现为安静心率下降，肺活量明显增大，说明健美操对呼吸系统及有氧耐力有显著性促进作用。心血管机能和呼吸机能亦有明显改善。说明练习健美操可以增强呼吸肌的力量，提高最大吸氧量，增加血红蛋白的含量。因而人体吸氧、运氧、贮氧和用氧得到明显改善，有氧耐力随之得到明显提高。同时，健美操锻炼对心脏功能的改善亦有显著作用。心肌组织同其他组织一样，长期中等强度的锻炼可以使其收缩力增强，冠状动脉循环状况的改善和毛细血管的增生，并可以使之营养供应充分。肌肉发达有力，心脏容积扩大，心室壁大大增厚，心搏慢而有力。因此，大学生学习健美操意义重大。

四、研究对象与研究方法

1、研究对象

南昌航空大学健美操队成员30人。

2、研究方法

2.1文献资料法

本文查阅了有关专著和教材10余本。通过查阅、参考相关资料、论文了解到健美操运动方面的资料，这些为本人撰写此文提供了大量的参考依据。

2.2观察法

通过对被调查学生的观察，了解到参加健美操训练前和训练后身体状况的差异。

2.3实验法

对参加健美操锻炼的50人进行训练前后的安静心率、肺活量、最大摄氧量的检测（训练时间3个月）。

五、主要研究内容

2训练前测试学生的安静心率、肺活量和最大摄氧量。

3训练两个月后，对学生（30,名）安静心率、肺活量和最大摄氧量进行测试。

4对实验测试所得的数据进行统计分析。

六、预期结果

1大学生学习健美操的兴趣有待提高。

2经常参加健美操锻炼可以增强大学生的体质

3健美操运动有助于提高大学生心血管系统，提高身体素质。

七、研究进度

1、查阅文献资料

2、确定题目与制定研究计划

3、完成开题报告并开题

4、收集资料、整理分析资料

20xx年1月——3月

5、完成论文初稿

20xx年4月

6、修改毕业论文

20xx年5月

7、完成与上交毕业论文

20xx年5月

8、论文答辩

20xx年6月

毕业设计论文开题报告的要求篇十

健美操的教学过程，是一个技术动作、情感情绪、神态目光、语言文化的交流过程，在这个过程中教师起着主导作用，其个性决定和影响学生的个性素质。正如人们常说，高校健美操教师不仅是“人类灵魂的工程师”，而且是“塑造人类健美的建筑师”。也就是说，高校健美操教师应有健康的个性心理素质，以自己优雅的风度、脱俗的气质、活泼开朗的性格及谦逊宽容的态度，陶冶学生的思想情操、影响学生的心灵，使学生受其师而乐于学，在师生友好合作中顺利完成教育教学任务；同时，健美操教师在课堂上还要充分发挥自己的表现能力，极大地释放自己的热情、活力、自信，将优美的健美操动作展现在学生面前，使课堂进入一个展现自我、表现自我的佳境，让学生在一种和谐生动、精神愉悦、心情舒畅的教学氛围和环境中学学习、领会、感受健美操的“美”。总之，高校健美操教师是大学健美操课程的实施者、设计者和管理者，其职业素质关系着健美操教学质量的成效，关系着学生学习的兴趣和效果，而且关系着大学体育课程改革的成效。因此，高校健美操教师应在工作实践中不断加强提高职业素质，使学生获得在身体上、心理上和社会适应上的健康和谐发展，切实推进我国健美操项目向终身体育、健身体育、娱乐体育和大众体育发展。

普通高校,健美操教师,职业素质

健美操是在音乐伴奏下、以身体练习为基本手段、以有氧运动为基础，达到增进健康、塑造形体和娱乐目的的一项体育运动。健美操教学是一项典型的师生双边活动，并通过教师的精心设计来完成的。所以，健美操教师的职业素质的高低直接影响着是否充分展示健美操的“健、力、美”，是否提高学生学习的兴趣和热情，是否取得良好的教学效果，是否促进健美操项目在高校广泛开展。也就是说，健美操教学对教师的职业素质提出了更高的要求。那么，高校健美操教师应具备哪些职业素质呢？对此问题，我阐述了一些个人见

解。

古人云：“无德无以为师。”恪守职业道德、热爱事业、敬业是成为优秀健美操教师的先决条件，是个人和事业发展的动力[1]。并且教师的思想情操、品德、人格是学生学习的直接楷模。因此，高校健美操教师应热爱健美操事业，具有崇高的职业道德、高度的事业心和较强的责任感，以身作则，以身立教，为人师表，从思想道德、行为规范等方面严格要求自己，凡是要求学生做到的，自己首先做到，用自己的模范行为影响、教育学生。同时在健美操课教学中，对待每一次课都应认真准备、精心设计，全身心地投入到传授健美操知识、技术和技能中，全心全意热爱学生、关心学生、理解学生，对学生一视同仁，富于同情心，不管身体素质好的还是身体素质差的，甚至身体有缺陷的学生，都要做到平等对待、认真负责；把健美操教学工作同社会和国家的发展和提高全民族的身体素质紧密结合起来，为加强全民族的体质建设作奉献。

健康是人类最基本的要求，是人类永恒的主题，是人类共同追求的目标，能够保持终生健康是每一个人的最大愿望。而“健身”体育观，是一种以健康为理念、与社会可持续发展相适应的新型体育观。《全民健身计划纲要》明确指出：“努力实现体育与国民经济和社会事业的协调发展，全面提高中华民族的体质与健康水平，基本建成具有中国特色的全民健身体系”20xx年8月，教育部颁布的《全国普通高等学校体育课程教学指导纲要》明确提出“将体育课程主要使学生获得运动知识、技术和技能以及增强体质，扩展到促进学生的生理健康和社会适应能力的提高，强调体育课程的健康促进功能”。大学生是社会中最积极最活跃分子，是全民健身运动的主力军，其学习和成长、认识和行动、习惯和意识都影响着对终身体育思想的理解和投入。因此，高校健美操教师应在“以人为本、健康第一、终身体育”这一理念的指导思想下，树立新型的“健身”体育观，实现由社会功用性目的驱动的身体开发向人的全面发展为宗旨的自由和谐

化，由追求强身的一种“客体”为中心的对象性改造向以“主体”为中心健身为目的的优化发展转化，由意志和毅力支撑的一种“刻苦锻炼”为中心向心理丰满的一种社会化发展转化[2]。

3.1 完善的专业知识体系

健美操运动中的任何一个动作都包含着科学的理论，健美操教师要不断学习和掌握各种知识，完善自己的专业知识体系，以确保在教学中为学生提供科学的指导。具体主要包括教育学、运动解剖学、体育保健学、运动生理学、运动心理学等体育基础理论知识；健美操的概念与分类、健美操的起源与发展、健美操的特点与功能、健美操术语、健美操音乐与编排、健美操比赛的组织与裁判等健美操专业理论知识。只有具备广博和完善的知识体系，才能在教学中游刃有余。

3.2 扎实的专业技术能力

专业技术是健美操教师的基本功，它直接关系到示范动作的质量。健美操是一项直观性很强的运动，学生是在实践活动中通过直观感觉模仿教师的动作，在教师的讲解中获取知识，在跟随教师的示范动作中获得感官效果与动作方法，从而变为自己的知识体系的。因此，高校健美操教师应具备扎实的专业技术能力，从而做到示范的动作准确优美，编排的成套动作优美流畅，选择和编辑的音乐既紧密联系动作强度，又富有个性与新颖性等。

3.3 高超的教学技能

教学技能是高校健美操教师应具备的最重要、最基本的业务能力。它主要包括教学设计能力、动作技术示范能力、教学提示能力、技能观察分析能力、运用教法能力等方面。

3.3.1 教学设计能力

健美操教师为了保证教学顺利进行，达到预期的教学效果，往往先进行教学设计，就像工程师造房先要有蓝图一样。教学设计，就是按照教学科学化、最优化的要求，对教学过程的各个方面作出合理的安排，并围绕完成教学目的这个中心安排教学内容，组织教学过程和选择教学方法，制订出完整的教学方案。

3.3.2 动作技术示范能力

健美操教师的身体姿态和动作技巧是学生学习的一面镜子。因此，教师的示范动作应准确、标准、流畅、充满活力，同时还要根据学生的实际情况选择示范点、示范面，且示范面的转换要合理适宜。这样才能使学生更直观更清楚地看清教师的示范动作，并快速掌握动作技术，感受到教师优雅健美的身体姿态、娴熟的专业技能，成为学生学习的典范。

3.3.3 教学提示能力

提示是一门学生在做练习前被告知应怎样做的艺术技巧。成功的提示能使全体学生整齐划一，在同一时间完成相同的动作。因此，健美操教师必须熟练地掌握与运用语言提示和非语言提示两项技能，也就是人们常说的口令、动作提示与手势等。

3.3.4 技能观察分析能力

学生在学习健美操各种动作技术和技能的过程中，经常会出现各种各样的错误动作，这就要求健美操教师具有观察分析错误动作的能力，即及时发现学生的错误动作，及时分析找出错误动作的原因，并选择纠正错误动作的方法，使学生迅速掌握正确的动作技术。

3.3.5 运用教法能力

线性渐进法、金字塔法、递加法、连接法、过渡动作法和分解变化法是健美操教学中常用的六种方法。教师在健美操教学中要根据不同水平的学生及不同动作难度，灵活选择和运用不同的教学方法，使学生学习起来感觉不到学习的困难，特别是对复杂的动作组合，而是觉得简单易懂、有趣、不枯燥，使各层次的学生都能学到健美操的技术动作。

3.4 科研能力

科研可以革新充实教学内容，提高教学质量。教师只有通过科研活动，不断吸收新知识、创造新成果，才能把这些新知识、新成果充实到教学内容之中，使教学内容更具有科学性和超前性，提高教学效果。高校健美操教师也应具备科研能力，深刻地把握和理解健美操教学的理论与方法，并在健美操教学实践中灵活运用。

3.5 创新能力

现代的教育理念提倡创新，创新是教师取得成就的重要保障。因此，健美操教师应具备创新能力，并敢于在实践中不断提出新的技术、新的动作、新的成套练习，还要善于广泛吸取不同的意见，不断改进自己的教学内容、教学方法和手段，探索新的教学途径。

健美操是一项艺术性较强的运动项目，教师的体态、体力、仪表等在教学中具有重要的作用，因为教师是学生心目中的楷模，教师的一举一动都会对学生产生吸引力。健美操教师，最理想的莫过于身体力行，会讲、会教、会做；教师的一举一动都应具有美的吸引力，不仅示范动作要美，而且形体要保持健美，更要有充沛的体力。因为健美操课的教学特点是教师的示范量大，许多练习都需要教师来带，体力消耗多，再加上教师还要以表情、情绪来感染学生，所以如果没有好的体力，将不能胜任健美操的教学工作。由此看出，健美的形体和充沛的体力是顺利进行健美操教学、吸引学生积极参加

健美操锻炼的一种无形力量，是顺利完成教学任务的重要条件。

健美操的教学过程，是一个技术动作、情感情绪、神态目光、语言文化的交流过程，在这个过程中教师起着主导作用，其个性决定和影响学生的个性素质。正如人们常说，高校健美操教师不仅是“人类灵魂的工程师”，而且是“塑造人类健美的建筑师”。也就是说，高校健美操教师应有健康的个性心理素质，以自己优雅的风度、脱俗的气质、活泼开朗的性格及谦逊宽容的态度，陶冶学生的思想情操、影响学生的心灵，使学生受其师而乐于学，在师生友好合作中顺利完成教育教学任务；同时，健美操教师在课堂上还要充分发挥自己的表现能力，极大地释放自己的热情、活力、自信，将优美的健美操动作展现在学生面前，使课堂进入一个展现自我、表现自我的佳境，让学生在一种和谐生动、精神愉悦、心情舒畅的教学氛围和环境中学学习、领会、感受健美操的“美”。总之，高校健美操教师是大学健美操课程的实施者、设计者和管理者，其职业素质关系着健美操教学质量的成效，关系着学生学习的兴趣和效果，而且关系着大学体育课程改革的成效。因此，高校健美操教师应在工作实践中不断加强提高职业素质，使学生获得在身体上、心理上和社会适应上的健康和谐发展，切实推进我国健美操项目向终身体育、健身体育、娱乐体育和大众体育发展。

[4]王洪编著.健美操教程.北京：人民体育出版社□20xx.

[5]吴义，赵少雄主编.现代大学生体育与健康教程.北京：北京体育大学出版社□20xx□9.

毕业设计论文开题报告的要求篇十一

1、当今影视行业正处于竞争激烈的年代，而随着计算机和电讯急速发展，影视制作与多媒体已经结为一体。目前各行各业对活动影像的需求大大增加，尤其是大企业、大机构，纷

纷成立媒体制作部，借助活动影像进行形象树立、产品推广和促销、内部管理、员工训练等活动。近二年，多媒体公司也如雨后春笋般纷纷成立，专门从事广告片制作，纪录片拍摄，企业推广，多媒体教学，互动节目制作等。

2、在影视作品中影视合成最关键影视合成技术就是将多种来源不同的素材混合成一复合画面的技术处理过程。影视合成主要体现在节目的包装，包括片头片尾动画，片花演绎，字幕□logo的花式。影视作品中若干个不同内容的画面，通过合理组接，构成一个个完整的蒙太奇段落。

3、影视创作者而言，单个画面就是词汇和句子，而画面的组接技巧则是语法和修辞。因此，影视创作必须要掌握好影视合成处理技术。研究影视合成技术的常见处理方法及探讨数字化影视的意义将动画的创作理念、创作方式和科技手段等方面进行了有机结合，培养我形成一种系统性的、创造性的专业思维习惯也可以锻炼我将理论联系实践的动画操作能力。

我比较热衷于影视艺术，通过这次毕业设计可以学到更多有用的知识。不仅丰富了我的业余生活，也让我对影视有了更进一步的了解，对以后的事业有所帮助。

1、自20世纪90年代中期以来，随着计算机硬件环境和视音频编辑软件的进一步完善和发展，录像节目的后期制作进入数字时代。其特点是采用了在线和非在线的非线性编辑，视频编辑的观念发生了重大的变化，压缩技术的实用化的使脱机编辑和非线性编辑成为可能。

2、市场资源丰富，但是国内的作品还不是很成熟，对于人才方面更是缺乏。

3、动画及多媒体产业具有当今知识经济的特征，涉及文化、艺术、科技、传媒、出版、商业等多种行业。在欧美、日韩等国家，已经形成了完整成熟的产业链，形成了投入产出的

良性循环结构，为动画及多媒体产业带来了十分可观的经济效益和社会效益。

影视是一种媒体，也是媒体的一种，所以它跟多媒体技术专业与影视媒体艺术专业是有本质上联系的！媒体专业是比较广泛的！

当前，后期特效已经被广泛地应用在电影制作的方方面面，可以说，后期特效就是利用计算机图形图像技术实现的电影特效。

影视后期制作就是对拍摄完的影片或者软件做的动画，做后期的处理，影视制作使其形成完整的影片，加特效，加文字，并且为影片制作声音等等。

合成技术就是将多种素材混合成单一复合画面的技术处理过程。既要又好的素材更要熟悉影视合成处理技术。

1、获取影像

通常用肉眼来观察周围的世界，由于我们可能会用某种摄像机来拍摄一些类似的影片，所以我們也需要学习摄像机是如何感觉这个世界的。最重要的是要记住在使用摄影机就是用来拍摄场景的表达。距和视角合成师处理的的一个任务就是提取出元素并决定它们在场景中的深度位置。视角的不同是由于场景从两个不同角度进行拍摄的缘故。如果我们靠近或远离某个指定场景，场景内的物体间的空间关系也会随之改变，会扩大或压缩，一个很常见的错误概念就是认为差异是因为使用不同镜头拍摄的缘故。事实上确实不同焦距的镜头可以用来表示这种差异，但是认为镜头只是用来对场景进行一定量扩放的简单装置。

2、影像的合成处理

在合成中，来源的素材肯定是不一样的，要构成同一画面，必然要经过的一步就是调色，谈到调色，现在在premierepro中，就开始引入了aftereffects的内核。影视剪辑是影视创作最重要的环节之一。每一部影视作品都是由若干个画面组合而成。以flash的小动画穿插。

3、本课题研究的实施方案、进度安排

20xx年9月至20xx年12月：资料的查阅搜集整理及素材的搜集，确定影视合成作品的主题。

20xx年12月至20xx年2月：总结遇到的问题并对作品进行修改和完善，影视合成作品初步完成，撰写毕业论文初稿。

20xx年4月：对毕业论文进行审查，为毕业答辩做好充分准备，提交毕业设计作品及毕业论文。