

# 2023年热爱运动演讲稿(汇总8篇)

使用正确的写作思路书写演讲稿会更加事半功倍。在日常生活和工作中，能够利用到演讲稿的场合越来越多。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？下面是小编帮大家整理的优秀演讲稿模板范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 热爱运动演讲稿篇一

那个迈着双腿，跑在江滨大道上，汗流浹背，充满自信的小男孩是谁？哦，原来是我啊！

大家有大家的爱好，我有我的爱好，生活中有的人爱跳远，有的人爱跳绳，还有的人爱扔垒球，我却对跑步情有独钟。小草总有一天会出土，雏鹰总有一天会展翅高飞，笋芽总有一天会发芽，当然，得让自己的一项技能练精，还得经过很多努力，“台上一分钟，台下十年功”啊！我相信，跑步一定能给我带来收获！

“快快快，加快速度，再跑快些！”爸爸指挥道，这是我在训练跑步，我才刚跑了一段路，就已经开始喘气了，“好累啊！”我稍稍放慢了速度，爸爸又催了起来：“快点跑！”汗水不停的往脸两侧流，像下了场大雨一样，我似乎变成了一只落汤鸡，感觉全身都湿透了，每次跑步，爸爸都这样训练我我也习惯了那汗流浹背的样子，就这样日复一日，年复一年，经历了“身经百战”的我，跑步已经对我说是小菜一碟，四年级时，我终于爆发了全力，显示出我最好的状态，四百米和两百米分别得了第一和第二。

“4407！”到！我正在检录处检录四百米。我四处张望，心里想：“这次我能跑到第一吗？会被吃冷菜冷饭吗？还是……”

第二场比赛又开始了，这回是两百米，我紧张起来：“四百米刚跑完，我休息也没休息，便又开始了，这下怎么办？”

我又站在了起跑线上，正如我所担心的，比赛结果在我意料范围之内——我得了第二名，比赛的场景的印在了我的脑海中：我奔了出去，咬牙切齿，眼睛瞪大，像一头疯了的狂牛，直奔终点，但是，这回合我遇到了强大的对手，“鄢珩？”我满脑子疑惑，“友谊战”？鄢珩可是“跑步王中王啊！”我本想超过他的，可是我已经累的筋疲力尽了，而我想超过他也不行了，因为他早已超过了终点。

虽然两百米没得第一，但是我为我的努力感到自豪！

## 热爱运动演讲稿篇二

那个迈着双腿，跑在江滨大道上，汗流浹背，充满自信的小男孩是谁？哦，原来是我啊！

大家有大家的爱好，我有我的爱好，生活中有的人爱跳远，有的人爱跳绳，还有的人爱扔垒球，我却对跑步情有独钟。小草总有一天会出土，雏鹰总有一天会展翅高飞，笋芽总有一天会发芽，当然，得让自己的一项技能练精，还得经过很多努力，“台上一分钟，台下十年功”啊！我相信，跑步一定能给我带来收获！

“快快快，加快速度，再跑快些！”爸爸指挥道，这是我在训练跑步，我才刚跑了一段路，就已经开始喘气了，“好累啊！”我稍稍放慢了速度，爸爸又催了起来：“快点跑！”汗水不停的往脸两侧流，像下了场大雨一样，我似乎变成了一只落汤鸡，感觉全身都湿透了，每次跑步，爸爸都这样训练我我也习惯了那汗流浹背的样子，就这样日复一日，年复一年，经历了“身经百战”的我，跑步已经对我说是小菜一碟，四年级时，我终于爆发了全力，显示出我最好的状态，四百米和两百米分别得了第一和第二。

“4407！”到！我正在检录处检录四百米。我四处张望，心里想：“这次我能跑到第一吗？会被吃冷菜冷饭吗？还是……”

第二场比赛又开始了，这回是两百米，我紧张起来：“四百米刚跑完，我休息也没休息，便又开始了，这下怎么办？”

我又站在了起跑线上，正如我所担心的，比赛结果在我意料范围之内——我得了第二名，比赛的场景的印在了我的脑海中：我奔了出去，咬牙切齿，眼睛瞪大，像一头疯了的狂牛，直奔终点，但是，这回合我遇到了强大的对手，“鄢珩？”我满脑子疑惑，“友谊战”？鄢珩可是“跑步王中王啊！”我本想超过他的，可是我已经累的筋疲力尽了，而我想超过他也不行了，因为他早已超过了终点。

虽然两百米没得第一，但是我为我的努力感到自豪！

有关热爱运动的作文合集八篇

### 热爱运动演讲稿篇三

每个人的心中都有一个美好的理想，有想做科学家的、想当工程师的、想成为厨师的……而我，则想当一个业余的游泳健将。因为，我热爱游泳运动。

记得我第一次步入游泳池学游泳的时候，别的小朋友畏缩地不敢下水，而我望着那清莹莹的水，却迫不及待的跳了进去，那时，我觉得整个人彻底地放松了，那清凉的水像妈妈温柔的手一样抚摸着，让我觉得无比的畅快。

我现在虽说不上是一个游泳健将，但也能说得上是一个“游泳小能手”了，今年暑假前，我已经学会四种泳姿了，而且速度很快。它们分别是自由泳、蛙泳、仰泳和“狗刨式”。今年暑假里我计划攻克“难度很高的”蝶泳，妈妈为我请来

了专业的游泳教练。

在教练严格而精心的指导下，我发现这蝶泳其实并不难，跟自由泳差不多，只不过手的幅度要再大一点，有的时候头和手要尽量往下，而且腿要“先跪再蹲”。不过“说起来容易，做起来难”。一开始我的手和脚就是协调不起来，手在水里好像就担着千斤重的石头，怎么也抬不起来，更别说往下了……，一般的人坚持不了几天往往就会放弃，但因为我热爱游泳，于是我猛下功夫，苦练各个分解动作，好一段时间几乎每天去游泳池。有几天甚至因为腿用力过猛而有点酸，不过，我仍然不放弃，如果腿酸，手总归还可以练吧？于是我即使在看电视还用手比划比划。终于功夫不负有心人，我终于可以在水中自如的游蝶泳了，前几天因为腿酸的不快一扫而光。

我热爱游泳，热爱运动。因为运动带给我健康，带给我快乐。尤其我从游泳运动中领悟了许多生活中的道理：坚持就是胜利；一分耕耘一份收获等等。

今年的08奥运会上，游泳是我最喜欢观看的项目，来自美国的菲尔普斯在游泳这项体育项目上一人夺八金，真让我羡慕得不得了。我想将来我要向国际奥委会建议，为所有的业余体育运动爱好者申办一个属于他们的“春季奥运会”。届时我要向菲尔普斯一样一鸣惊人。不过这可不能光说不练，还是那句话：“千里之行，始于足下”，我会永不放弃，继续努力，也许在不久的将来，我将会以奥运冠军的名义站在领奖台上向你们微笑呢！

## 热爱运动演讲稿篇四

我的爷爷，他个头不高，微胖，但是看上去特别有精神。小小的眼睛上架着一副大大的老花镜，脸上总是面带着亲切的笑容。

爷爷热爱运动，尤其喜欢抖空竹，每天都到广场上去练习。哦，对了，他还参加过许多比赛呢！每次比赛上他都有着精彩的表演。

有一次，我去看爷爷比赛，轮到爷爷上场了，我兴奋极了。只见爷爷将空竹往上一提，空竹就像一个乖宝宝，开始在线上转动起来。爷爷的手在哪，它就在哪跳圆圈舞。爷爷时而把空竹往上一弹，空竹蹦了个老高，在空中划出了一道美丽的弧线，然后把它稳稳地接住了；时而他又把空竹在自己的腰间转圈圈，一圈、两圈、三圈……直看得人眼花缭乱。比赛结束了，我满怀信心地对爷爷说：“爷爷你真棒，相信大奖非你莫属了！”

爷爷还是个新潮的老人，他用智能手机，还用上了平板电脑□qq□微信一样都不落下，发图片、发语音，遇到不明白的地方还会问我的爸爸妈妈呢！平时，他上网看看新闻，了解国家大事。不过，他最爱做的事就是找空竹表演视频看，跟别人学习抖空竹的`各种技巧。

这就是我的爷爷——一个新潮又热爱运动的老人！

## 热爱运动演讲稿篇五

敬爱的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

今天我演讲的题目是《生命在于运动》。

也许，你会说，我们每天的学习都那么紧张，根本没有时间锻炼身体。其实，运动不在于多，而在于持之以恒的坚持。早上来到学校可先到操场走两圈；晚饭后在家附近慢走十分钟，这些时间有吧。这些看似简单而且不花时间的运动，如果持之以恒地去做，一定会收到事半功倍的效果。

我们不仅要认真上好体育课，做好课间操。我们还要利用好课间十分钟，即使不走出教室，也让自己站起来走动走动。要知道，与其马马虎虎的对待，不如积极认真锻炼，达到健身的目的。

老师们、同学们：露出你们的笑脸，做个运动的自己，快乐的自己，健康的自己！

我的演讲完毕，谢谢大家！

## 热爱运动演讲稿篇六

甲：：唐老师，我有一个问题想问问你，您今年贵庚了。

乙：：我呀，快到80了。

甲：：老师，您都快到80了，那您的身体可真够棒的。

乙：：不瞒你说，现在我扛一个麻袋就是一个玩。（用手挡着点嘴，就是悄悄话的意思）甲：：真的。

乙：：小麻袋，10斤的。

甲：：那也不错呀，身体也够棒的，一般像您这么大岁数的，都已经主拐棍了，成问号了。你看你的身板还是这么直流。往这一站，都比李勇帅。

乙：：哪里哪里，我这都是喜欢体育，喜欢的。

甲：：老师，您也喜欢体育。

乙：；当然。

甲：：那您平常都喜欢炼什么体育呀。

乙：： 拳击。

甲：： 哎呀，唐老师，我还真不知道，就您的岁数还能炼拳击呢。

乙：： 能。

甲：： 那您平时都跟谁炼呀。

乙：： 太森，木头的，假的。

甲：： 假的，那也不赖呀，那也够硬的，不瞒老师您说，就连我这个岁数我都不敢炼这个。

乙：： 为什么。

甲：： 怕把我的手指头给堆折了。疼。

乙：： 唉，你不会像我似的。

甲：： 像老师你似的那是啥样，您快点好好跟我说一说。

乙：： 重重的打下，轻轻的放下，只为了活动活动筋骨就行了。

甲：： 唐老师，你还别说，这个办法还真行，还伤不着自己。还锻炼身体了。一举两得。

乙：： 对了，那你都喜欢什么运动呀。

上面这段只是垫话，还有瓢把儿，下面的正活和底就不能给你看了，谢谢

下面更精彩，想要全本的话，请和站长联系

联系人：站长：杜俭

电话：0455—5073607

qq□904224842

邮箱□duxin.888888@

## 热爱运动演讲稿篇七

每个人的心中都有一个美好的理想，有想做科学家的、想当工程师的、想成为厨师的……而我，则想当一个业余的游泳健将。因为，我热爱游泳运动。

记得我第一次步入游泳池学游泳的时候，别的小朋友畏缩地不敢下水，而我望着那清莹莹的水，却迫不及待的跳了进去，那时，我觉得整个人彻底地放松了，那清凉的水像妈妈温柔的手一样抚摸着，让我觉得无比的畅快。

我现在虽说不上是一个游泳健将，但也能说得上是一个“游泳小能手”了，今年暑假前，我已经学会四种泳姿了，而且速度很快。它们分别是自由泳、蛙泳、仰泳和“狗刨式”。今年暑假里我计划攻克“难度很高的”蝶泳，妈妈为我请来了专业的游泳教练。

在教练严格而精心的指导下，我发现这蝶泳其实并不难，跟自由泳差不多，只不过手的幅度要再大一点，有的时候头和手要尽量往下，而且腿要“先跪再蹲”。不过“说起来容易，做起来难”。一开始我的手和脚就是协调不起来，手在水里好像就担着千斤重的石头，怎么也抬不起来，更别说往下了……，一般的人坚持不了几天往往就会放弃，但因为我热爱游泳，于是我猛下功夫，苦练各个分解动作，好一段时间几乎每天去游泳池。有几天甚至因为腿用力过猛而有点酸，不过，我仍然不放弃，如果腿酸，手总归还可以练吧？于是我



即使在看电视还用手比划比划。终于功夫不负有心人，我终于可以在水中自如的游蝶泳了，前几天因为腿酸的不快一扫而光。

我热爱游泳，热爱运动。因为运动带给我健康，带给我快乐。尤其我从游泳运动中领悟了许多生活中的道理：坚持就是胜利；一分耕耘一份收获等等。

今年的08奥运会上，游泳是我最喜欢观看的项目，来自美国的菲尔普斯在游泳这项体育项目上一人夺八金，真让我羡慕得不得了。我想将来我要向国际奥委会建议，为所有的业余体育运动爱好者申办一个属于他们的“春季奥运会”。届时我要向菲尔普斯一样一鸣惊人。不过这可不能光说不练，还是那句话：“千里之行，始于足下”，我会永不放弃，继续努力，也许在不久的将来，我将会以奥运冠军的名义站在领奖台上向你们微笑呢！

## 热爱运动演讲稿篇八

每个人的心中都有一个美好的理想，有想做科学家的、想当工程师的、想成为厨师的……而我，则想当一个业余的游泳健将。因为，我热爱游泳运动。

记得我第一次步入游泳池学游泳的时候，别的小朋友畏缩地不敢下水，而我望着那清莹莹的水，却迫不及待的跳了进去，那时，我觉得整个人彻底地放松了，那清凉的水像妈妈温柔的手一样抚摸着，让我觉得无比的畅快。

我现在虽说不上是一个游泳健将，但也能说得上是一个“游泳小能手”了，今年暑假前，我已经学会四种泳姿了，而且速度很快。它们分别是自由泳、蛙泳、仰泳和“狗刨式”。今年暑假里我计划攻克“难度很高的”蝶泳，妈妈为我请来了专业的游泳教练。

在教练严格而精心的指导下，我发现这蝶泳其实并不难，跟自由泳差不多，只不过手的幅度要再大一点，有的时候头和手要尽量往下，而且腿要“先跪再蹲”。不过“说起来容易，做起来难”。一开始我的手和脚就是协调不起来，手在水里好像就担着千斤重的石头，怎么也抬不起来，更别说往下了……，一般的人坚持不了几天往往就会放弃，但因为我热爱游泳，于是我猛下功夫，苦练各个分解动作，好一段时间几乎每天去游泳池。有几天甚至因为腿用力过猛而有点酸，不过，我仍然不放弃，如果腿酸，手总归还可以练吧？于是我即使在看电视还用手比划比划。终于功夫不负有心人，我终于可以在水中自如的游蝶泳了，前几天因为腿酸的不快一扫而光。

我热爱游泳，热爱运动。因为运动带给我健康，带给我快乐。尤其我从游泳运动中领悟了许多生活中的道理：坚持就是胜利；一分耕耘一份收获等等。

今年的08奥运会上，游泳是我最喜欢观看的项目，来自美国的菲尔普斯在游泳这项体育项目上一人夺八金，真让我羡慕得不得了。我想将来我要向国际奥委会建议，为所有的业余体育运动爱好者申办一个属于他们的“春季奥运会”。届时我要向菲尔普斯一样一鸣惊人。不过这可不能光说不练，还是那句话：“千里之行，始于足下”，我会永不放弃，继续努力，也许在不久的将来，我将会以奥运冠军的名义站在领奖台上向你们微笑呢！