

学校体育演讲稿(大全5篇)

演讲比朗诵更自然，更自由，可以随着讲稿的内容而变化站位。一般说来，不要在演讲人前边安放讲桌，顶多安一个话筒，以增加音量和效果。我们想要好好写一篇演讲稿，可是却无从下手吗？那么下面我就给大家讲一讲演讲稿怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

学校体育演讲稿篇一

大家好！今天我讲话的内容是：加强体育锻炼，让运动成为习惯！

法国思想家伏尔泰有这样一句名言：“生命在于运动”，没有运动也就没有了生命，缺少运动生命也是短暂的。健康的身体需要运动来保证，而人生的财富正是健康。所以，要想拥有这笔财富，的方法就是：加强体育锻炼，让运动成为习惯。如今，美丽的校园正给我们提供了这样的条件，给我们一个充分展现自我的空间。

每天上午，放下手中的功课，跑上两圈，跳上几下，挥洒一些汗水，倦意便顿时消失，不仅达到了劳逸结合的效果，也丰富了我们的课余生活。若长期坚持下去，必将使我们的体魄有所增强，从而有利于我们以更好的状态投入学习活动中去，迎接未来的体测。然而，有些同学则认为体育锻炼是浪费时间，认为分秒必夺的读书学习才是硬道理。其实不然，有句话说的好，身体是革命的本钱。所以，要想在人生的征程中保持优秀的学业，必须要有强健的体魄来保证。如果哪一天身子垮了，优秀的学业自然也就难以为继。常言道：7加1大于8，意思是7小时的学习加上1小时的锻炼，胜于8小时不间断的学习，我们何乐而不为呢？运动给我们带来很多益处。它让我们健康，向上，快乐。什么是体育的精神？是团结，拼搏和坚持。我们应当坚持下去，永不放弃，以饱满的

热情、昂扬的斗志投入到运动中，让运动成为习惯。

给大家提几点注意事项：

1、注意天气变化。雾、大风等天气时，空气中的颗粒物会增多。如果经常在这类天气出现时运动，空气中的颗粒物会对呼吸道和肺部造成一定的伤害。所以当这类天气出现时，尽量不要在室外进行锻炼。

2、运动后的放松。在运动后要通过捏、拍打、抖动肌肉等按摩方法来放松肌肉。使紧张的肌肉得到放松，从而不至于使身体感到疲劳，影响工作和学习。

3、运动后的饮食。运动前一小时和运动后半小时内不益进食。可以在运动后喝少量的淡盐水来补充运动时丧失的盐分和水分。以便保持血液中水，盐的比例正常。待身体充分休息后再进食。

最后，希望大家通过体育锻炼有一个强健的体魄，在体测中取得好的成绩，谢谢！

学校体育演讲稿篇二

大家早上好。我来自一年级六班。我国今天演讲的主题是：通过参与成长。

当我们来到百外，我们参加了各种各样的学校活动。有严格艰苦难忘的军训，深情演绎，感染观众的热爱国情的诗词朗诵，竞争激烈的新电台招募，激发凝聚力的拔河比赛等等，我参与这些活动受益匪浅。

以爱国的诗歌阅读为例。当我听到带着情感朗诵的感人诗句时，我心中拥有的不仅仅是骄傲，更多的是情感。被学生的努力合作和统一表演所感动；我被老师孜孜不倦的细心指导

和谆谆教诲所感动；更让我感动的是诗歌中的童心。

再比如拔河。拔河是最能体现班级凝聚力的活动。虽然学生们开始参加比赛时并不自信，但当他们到达比赛场地时，他们都互相鼓励，团结起来，尽最大努力去比赛。我们不仅想以一个好的成绩为班级赢得荣耀，也想更多地展示我们6班1年級的群体风格。就像金斯利鼓励我们说的：当我们做一件事的时候，如果我们觉得不完美，我们想要的不是放弃，而是尽最大努力让它接近完美。在老师的鼓励下，以不服输的实力，全班同学团结起来，拔河取得了不错的成绩。虽然离我们的目标还有一段距离，但也是全班同学共同努力挣来的，让我们骄傲。

在参与中成长，短短三个月的学习生活让我快乐的成长：科学的安排时间，更加感恩，懂得团结的力量……最后，为了回应即将到来的盛大外语节，希望大家多多参与，因为只有参与，我才能体会和体验到更多的快乐，获得更多的正能量。

我的演讲结束了，谢谢。

学校体育演讲稿篇三

为了积极响应教育部、国家体育总局、共青团中央联合发出的”第二届全国亿万学生阳光体育冬季长跑运动“的号召，全面推进素质教育，贯彻落实”健康第一“的理念，今天，我们建湖双语实验小学在这里举行阳光体育运动会。在此，我代表校长室对精心筹备本次活动的全体工作人员表示衷心的感谢，对参加中长跑比赛的运动员表示亲切的问候。

一年一度的校运会，是一次展示的盛会。我们的队员精神饱满，神采飞扬，展示了我们实小人的激情与斗志，展示了我们实小人集体荣誉感和团结协作的精神。希望大家在田径场上，发扬”友谊第一，比赛第二“的体育精神，在”公开、公正、公平“的竞赛中，相互切磋，共同提高！希望大家在运

动场上发扬你追我赶、不甘落后，坚持不懈、奋力拼搏的精神!希望大家都能向着”更高、更快、更强“的奥林匹克精神奋进，都去追求”我运动、我健康、我参与、我快乐“的理想。

体育是活力，体育是美丽，体育是勇气，体育是进步。我希望，我也相信我们的运动员在比赛中更有活力，更有纪律;我们的裁判员在工作中更加有序，更加公正!

老师们，同学们，让我们在运动场上起跑吧，跑出青春的风采，跑向灿烂的明天，将不断进取的奥运精神坚持到底!

最后，预祝本次运动会开得安全、有序，圆满、成功!

谢谢大家!

学校体育演讲稿篇四

大家好!在这个充满希望的日子里，我们隆重举行我校阳光体育冬季长跑启动仪式，大力推进我校体育运动的蓬勃发展。

增强青少年体质，促进青少年健康成长，是关系国家和民族未来的大事。学校体育是素质教育的重要组成部分，是促进青少年学生健康成长、全面发展、终身发展的奠基性工程。”阳光体育运动“，目的就是要突出学校体育的地位，活跃学校文化氛围，采取切实有效措施，彰显学校体育工作特色，坚持把学校体育工作作为实施素质教育的突破口，把这项关系学生健康的大事、好事抓紧、抓好，落到实处。

本次活动，我校将以”我运动，我健康，我快乐“为主题，以全面实施《学生体质健康标准》、以冬季长跑为中心，积极参加体育锻炼，增强体质，培养集体主义观念和竞争合作意识，促进学校体育活动健康积极发展。生命在于运动，健康离不开运动，有了健康的体魄，才可能拥有未来的幸福和

生活。同学们，为了我们的健康和美好的未来，让我们牢固树立”健康第一“的信念，积极投入到校园阳光体育中来，像奥运健儿那样，人人参与，人人争光，形成浓郁的校园运动氛围，成为校园的一道亮丽的风景线。体育是跃动的音符，体育是舞动的旋律，体育是运动的艺术。希望同学们能够走出教室、走向操场、走向阳光，多呼吸清新的空气，踊跃参加丰富多彩的体育运动，在运动中领略体育的魅力，感受体育的激情，体会运动的快乐。

我坚信，通过我们的共同努力，我校体育运动一定会开展的轰轰烈烈，同学们的健康必将得到大大改善，我校的体育工作也一定会迈上一个新台阶。

同学们，让我们带着希望、带着愉快，敞开胸怀去拥抱充满活力的阳光冬季长跑运动。

最后，祝同学们天天锻炼，天天成长；祝我校”阳光体育冬季长跑“活动取得圆满成功！

学校体育演讲稿篇五

大家好！

今天我要竞选的是体育委员。我觉得我的体育素质很好，体力又强，平时喜欢运动，团结同学。在我的带领下，我一定让他们锻炼身体，强健体魄。

假如我当上了体育委员，我会在每天早上组织大家带领大家去跑步，让大家精神百倍。

假如我当上了体育委员，我会让大家说出自己的爱好，凭自己的爱好来锻炼自己。喜欢打球就打球，喜欢跳绳就跳绳。

假如我当上了体育委员，我会偶尔和同学们举办一次比赛，

而比赛的项目都是由大家的意见来决定。既趣味又丰富了同学们的业余生活。

请大家投我一票吧，谢谢大家的支持!谢谢!