

# 冬季长跑启动仪式讲话稿(精选5篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 冬季长跑启动仪式讲话稿篇一

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

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，促进学生健康成长，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！

## 冬季长跑启动仪式讲话稿篇二

敬爱的老师们、亲爱的同学们：

上午好！

今天我们在这里隆重集会，举行xx市港城小学阳光体育冬季长跑起跑仪式。

体育是跃动的音符、舞动的旋律、运动的艺术，体育也是学校工作的重要组成部分，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作。近年来，我校的体育运动不断发展，在学校领导、全体教师，特别是体育老师和运动员们的共同努力下，取得了很多的成就。就说这个学期吧，我校的田径运动队，在xx市中小学田径运动会上获得了突破性的分数，特别是六2班的罗熠同学，在竞赛中发挥出色，为学校争得了很多分数；在xx市的篮球比赛中，我校男篮这支组队不到两个月的队伍发扬了团结拼搏的精神，获得了20xxxx市小学生篮球优胜赛第二名的好成绩；在xx市的排球比赛中，学校的男排冒着风雨，凭借着扎实的基本功获得了第三名；在xx市的武术团体精英赛中，我们的队员动作整齐有力，正确到位，获得了评委的好评。

今天，在这里，我们举行20xx阳光体育冬季长跑启动仪式。长跑运动是学校每年都要举行的活动。较长时间的跑步会提高人体吸收氧气量，不但可以抑制癌细胞，还可以改善心肌供氧状态，加快心肌代谢，同时还使心肌纤维变粗，心肌收缩力增强，从而提高心脏工作能力。冬季气温较低，在冷风中晨雾中长跑，能刺激机体保护性反应，促进血液循环加快，加速脑部血液流量，调节大脑体温中枢的功能，从而供给大脑更多的养分，使大脑愈加清醒，不仅提高了学习效率，而且对大脑的记忆功能有增进作用。另外，通过长跑，可以培养同学们坚强毅力、练出强健体魄，而这学习、生活的保障。

老师们、同学们，希望你们积极参加阳光体育运动，走进自然阳光，呼吸清新空气，领略体育的魅力，感受运动的美丽，体会健身的快乐，让“每天锻炼一小时，幸福生活一辈子”的思想深入到每一个人的心中。希望各班班主任组织好学生参加课外体育活动，科任老师积极带动学生参加体育锻炼。希望全体同学珍惜人生中最美好的时光，刻苦读书，积极锻炼，全面发展，为校争光。

谢谢大家！

## 冬季长跑启动仪式讲话稿篇三

各位领导、各位来宾、运动员朋友们：

大家上午好！

今天，我们在风景如画的人工湖畔举办梁山县全民健身运动会暨“民丰银行杯”环湖长跑赛，在此，我谨代表县委、县政府对大家的到来表示热烈的欢迎！

长跑运动有着广泛的群众基础，深受人们喜爱，科学研究表明，长跑运动是一种最能改善人们心肺功能的耐力性锻炼，

不仅能够增强人的智慧和意志，还能减肥、健美。目前，不论富豪贤达还是平民百姓，为了健康健美，为了提高生活质量，都纷纷加入到长跑运动的大军中来。为提升梁山的城市品位、推动和普及全民健身运动，县委、县政府决定举办本次环湖长跑赛。

这次比赛得到了梁山县民丰村镇银行的大力支持，能够赞助这次比赛，显示了他们雄厚的实力，展现了他们积极回报社会、助力全民健身的责任担当。在此，我代表县政府对他们表示衷心的感谢。

参赛运动员来自全县各企事业单位、县直机关及各乡镇，具有广泛的群众代表性，真正体现了“全民健身，全民参与”的宗旨。在此，我衷心希望各位参赛运动员全力以赴参加比赛，安全参赛、规范参赛，赛出风格、赛出水平；希望各位裁判员坚持“公开、公平、公正”的原则，严格、认真、准确裁判；希望全体工作人员和志愿者认真工作，热情服务，为比赛提供良好的环境。希望“民丰银行杯”环湖长跑赛能够打造成梁山乃至鲁西南的有影响力的比赛赛事。向社会传递健康环保的生活理念，提高群众的健身意识，推进我县全民健身活动深入开展。

最后，祝参加本次比赛的朋友们身体健康，心情愉快！预祝环湖长跑赛圆满成功！

## 冬季长跑启动仪式讲话稿篇四

亲爱的老师、同学们：你们好！

古希腊伟大的哲学家柏拉图说过：人生最宝贵、最伟大的三样事物就是“健康、美丽和智慧”。人如果没有健康的身体，就谈不上美丽，就不会有承载智慧的载体，也就不会有生命活力。所以说：身心健康，是作为一个人的基本条件。

我们还常说：身体是“1”，成绩是后面的“0”。有了这个“1”，才会有100、1000，否则，0再多也没有意义。很显然，健康的身体才是大家学习进步的前提。

为此，我们学校决定从今天开始，开展“第四届阳光体育冬季长跑”活动。活动的主题是：“冬季长跑与体质达标同行”。开展这项活动，可以有效地增强我们的体质，特别是我们的耐力水平；可以磨炼我们的意志，形成积极向上的生活态度；可以培养我们良好的锻炼习惯，养成良好的生活方式；从而为我们自己未来的健康与幸福、为建设强大的祖国打下坚实的基础。

本次活动从今天开始，一直持续到20xx年4月30日。在活动过程中，一方面我们希望同学们能够在体育老师、班主任的带领下，跑好学校每天统一组织的课间操，做到集合快、整队静、跑操齐，退场好的。四大基本要求；另一方面，我们建议每个同学从今天起就为自己制定一个业余的跑操计划表——在数量上，女生每天至少跑1000米，男生每天至少跑1200米；在形式上，可以定时跑、亦可以小组跑。相信你们一定会跑出健康的体质、跑出阳光的人生，跑出灿烂的未来。

同学们，为了我们的健康和幸福的明天，让我们牢固树立“健康第一”的信念，积极投入到“冬季长跑”活动中来，在活动中领略运动的魅力、感受运动的激情、体会运动的快乐，营造浓郁的校园运动氛围，使体育运动成为我们校园一道亮丽的风景线！

最后，祝同学们天天锻炼，天天成长！天天健康！

我宣布□xx省xx中学第四届“冬季长跑”活动现在开始！

## **冬季长跑启动仪式讲话稿篇五**

大家上午好，今天我们在这里怀着无比欢快的心情举行20xx

年冬季阳光体育长跑活动。世界上最宝贵的是人，人最宝贵的是生命，生命最重要的是健康。

在20xx年的今天，阳光灿烂，从此刻开始，我们应该树立“阳光运动、健康第一”的观念，充分享受美好的阳光，享受阳光下美好的时光，积极投身体育活动，强健我们的体魄，深入开展“小学生阳光体育冬季长跑活动”。为此，受郭校长的委托，我对深入开展校园阳光体育运动提出以下几点希望和要求：

第一，开展阳光体育运动，要以“达标争优、强健体魄”为目标。形成良好的体育锻炼习惯，使体质健康水平得到明显的提高。第二，开展阳光体育运动，要与课外体育活动结合起来。配合体育课教学，不断丰富课外体育活动的形式和内容。同时，要营造良好的舆论氛围，通过多种形式，大力宣传阳光体育运动，广泛传播健康理念，增强广大我们的现代健康意识。

第三，开展冬季长跑活动，要注意安全。同学们要在老师指导下有秩序的、有纪律的开展活动，避免发生安全事故。

老师们、同学们，参与阳光体育活动，不只是每天要投入锻炼时间，而且要让健康和运动的理念深入每个人的心，成为我们的自觉行为习惯，为自己的健康与幸福打下坚实的基础。

希望全体师生都能够走出教室，走向操场，走向阳光，积极参加体育运动，在运动中领略体育的魅力，体会体育的激情，感受运动的快乐。

最后，祝全体师生在阳光体育运动中健康快乐！