

武术演讲稿三分钟(优质6篇)

演讲是练习普通话的好机会，特别要注意字正腔圆，断句、断词要准确，还要注意整篇讲来有抑有扬，要有快有慢，有张有弛。优质的演讲稿该怎么样去写呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的演讲稿模板范文，我们一起来了解一下吧。

武术演讲稿三分钟篇一

课外兴趣小组在于培养学生的兴趣、爱好，并增加学生的课外知识，提高一定的技能，丰富学生的课余文化生活，为今后培养武术人才起着积极推动的作用。

通过兴趣小组的活动，使学生的武术特长得到更好的发展，进一步了解武术的基本知识与技能，培养学生的运动能力。

武术兴趣小组是课堂教学的补充和延伸，与课堂教学相比更加具有灵活性和可塑性，因而学生非常喜欢参加。但是它比较容易受到其他活动的限制和冲击，学生往往不能有始有终，保质保量地坚持到底。要办好武术兴趣小组指导教师必须根据学生的具体情况有计划有目的地进行，将武术兴趣小组办的有声有色。

(一)组织健全武术兴趣小组

1、武术兴趣小组参加这次兴趣小组的人员除了自愿以外，或是体育方面比较有特长的学生。活动要固定，而且不能轻易暂停，除了特殊情况外。做到精心计划，精心备课，精心上课，这样才能保证兴趣小组的深度、广度和力度。

2、每周五下午活动课要求学生练好基本功，包括武术手型、步型的练习。

(二) 具体计划小组活动内容

- 1、重点辅导学生套路方面的学习。
- 2、重视基础方面的学习，从而来解决课堂中难以解决的疑难问题；
- 3、指导学生从事套路学习，培养学生的观察能力和热爱生活的习惯。

(三) 定期举办学生作品展览

举办武术交流、回顾、总结学习成果，可以为学生提供表现自己实力，增强自信心。作为教师则要精心指导，严格把关。对于一些才华出众、个性鲜明的同学应鼓励。

- 1、培养学生对武术运动的兴趣，鼓励参与该项运动，。
- 2、掌握武术项目的基本动作，至少掌握1套拳术套路, 并通过参与武术专项锻炼，提高体能。
- 3、了解并运用部分武术运动规则和科学锻炼身体的方法，能够欣赏武术比赛、自觉的自我锻炼。
- 4、进一步强化武术运动兴趣，能够主动参加课外练习, 提高套路的动作规格和演练水平。
- 5、掌握并利用武术运动的特点，科学地锻炼身体，参与教学比赛、表演，制定自我训练计划。

第一周基本手型：拳、掌、勾。

第二周基本步型：弓、马、仆、虚、歇步。

第三周复习基本手型、步型。

第四周基本功：冲拳、亮掌、正踢腿。

第五周基本功：侧踢腿、里合、外摆、弹腿。

第六周武术操。

第七周复习正踢、侧踢、里合、外摆、弹腿。

第八周单拍脚，腾空飞脚。

第九周武术操。

第十周基本功：五步拳起式及1动。

第十二周基本功：学习五步拳2动。

第十三周基本功：学习五步拳3动。

第十四周基本功：学习五步拳4动。

第十五周基本功：学习五步拳5动。

第十六周基本功：学习五步拳6动。

第十七周基本功：学习五步拳7动。

第十八周基本功：学习五步拳8动。

第十九周基本功：复习五步拳。

第二十周基本功：五步拳总复习。

武术演讲稿三分钟篇二

当你们看着可爱的动画片，玩着迷人的电脑游戏，坐上快速

的列车，接听越洋电话的时候，??你可曾意识到科学的力量，科学不仅改变了这个世界，也改变了我们的生活，科学就在我们身边。

翻开20世纪的壮丽篇章，我们发现人类在这百年中不仅经历了血与火的洗礼，更创造了无数科学奇迹。19世纪法国著名科幻小说家凡尔纳的虚构，当时让人不可思议，他所幻想的登月旅行、飞机、远射程炮等，在20世纪都一一成为现实。在21世纪的今天，高科技更是无处不在。作为跨世纪的一代，我们又该以怎样的姿态去适应新世纪，担起新世纪的重担呢？科学技术的日新月异，使得科学不只为尖端技术服务，也越来越多地渗透到我们的日常生活之中，这就需要正处于青少年时代的我们热爱科学，学习科学。参加科技“五小”比赛、阅读科技书籍，使我明白了许多道理。精密的机器人，不用燃料的汽车，虚拟的足球赛，高科技信息的传送等等，一个个生动有趣的现象，激起了我探索科学的愿望。我们每个人都学习科学，传播文明，在享受新生活的同时，更要创造新生活，如今，科技产品的更新换代不断加快，可视电视、电脑上网、心脏起搏器，已经不算新鲜了。从1901年发明的真空吸尘器，到人造地球卫星、载人宇宙飞船，科技在不同领域里显示出了强大的力量。电子产业、通讯技术的日益普及，纳米技术、超导材料的广泛应用，不久的一天，也许就在你的餐桌上，会出现像太空青椒、人造牛排等生物工程食品。学习科学技术，不仅仅是为了成为科学家，也是为了能适应生活，更为了能成为新世纪的主人，担起新世纪，为国家建设，为人类文明做出贡献。

武术演讲稿三分钟篇三

课外兴趣小组在于培养学生的兴趣、爱好，并增加学生的课外知识，提高一定的技能，丰富学生的课余文化生活，为今后培养武术人才起着积极推动的作用。

通过兴趣小组的活动，使学生的武术特长得到更好的发展，

进一步了解武术的基本知识与技能，培养学生的运动能力。

武术兴趣小组是课堂教学的补充和延伸，与课堂教学相比更加具有灵活性和可塑性，因而学生非常喜欢参加。但是它比较容易受到其他活动的限制和冲击，学生往往不能有始有终，保质保量地坚持到底。要办好武术兴趣小组指导教师必须根据学生的具体情况有计划有目的地进行，将武术兴趣小组办的有声有色。

(一) 组织健全武术兴趣小组

1、武术兴趣小组参加这次兴趣小组的人员除了自愿以外，或是体育方面比较有特长的学生。活动要固定，而且不能轻易暂停，除了特殊情况外。做到精心计划，精心备课，精心上课，这样才能保证兴趣小组的深度、广度和力度。

2、每周五下午活动课要求学生练好基本功，包括武术手型、步型的练习。

(二) 具体计划小组活动内容

1、重点辅导学生套路方面的学习。

2、重视基础方面的学习，从而来解决课堂中难以解决的疑难问题；

3、指导学生从事套路学习，培养学生的观察能力和热爱生活的习惯。

(三) 定期举办学生作品展览

举办武术交流、回顾、总结学习成果，可以为学生提供表现自己实力，增强自信心。作为教师则要精心指导，严格把关。对于一些才华出众、个性鲜明的同学应鼓励。

- 1、培养学生对武术运动的兴趣，鼓励参与该项运动，。
- 2、掌握武术项目的基本动作，至少掌握1套拳术套路，并通过参与武术专项锻炼，提高体能。
- 3、了解并运用部分武术运动规则和科学锻炼身体的方法，能够欣赏武术比赛、自觉的自我锻炼。
- 4、进一步强化武术运动兴趣，能够主动参加课外练习，提高套路的动作规格和演练水平。
- 5、掌握并利用武术运动的特点，科学地锻炼身体，参与教学比赛、表演，制定自我训练计划。

第一周 基本手型：拳、掌、勾。

第二周 基本步型：弓、马、仆、虚、歇步。

第三周 复习基本手型、步型。

第四周 基本功：冲拳、亮掌、正踢腿 。

第五周 基本功：侧踢腿、里合、外摆、弹腿。

第六周 武术操。

第七周 复习正踢、侧踢、里合、外摆、弹腿。

第八周 单拍脚，腾空飞脚。

第九周 武术操。

第十周 基本功：五步拳起式及1动。

第十二周 基本功：学习五步拳2动。

第十三周 基本功：学习五步拳3动。

第十四周 基本功：学习五步拳4动。

第十五周 基本功：学习五步拳5动。

第十六周 基本功：学习五步拳6动。

第十七周 基本功：学习五步拳7动。

第十八周 基本功：学习五步拳8动。

第十九周 基本功：复习五步拳。

第二十周 基本功：五步拳总复习。

武术演讲稿三分钟篇四

大家好！

我们都是炎黄子孙，我们的幸福生活源于祖国。当我读了《祖国啊》这篇文章后，我更加觉得祖国是多么伟大。

在《祖国啊》一文中，作者满怀激情地抒发出了自己的情感：

祖国，给予我浩茫的天廓，让我这只小鸟，自由翱翔；祖国，给予我清澈的湖水，让我这条小鱼，轻松游动。祖国，她是一丝春风，吹拂着国民们的心；祖国，她是一缕阳光，把十三亿人民的力量凝聚于一体。

读了作者这样的感叹，让我联想到祖国曾经历的沧桑，我们不得不由衷地发出敬佩的感慨。那是因为，伟大的祖国，挣脱了那艰苦的岁月，成就了今日的辉煌。自“神舟5号”到“神舟7号”，这都是见证祖国科学发展的有力证据啊！

祖国的科学技术在不断地前进，辉煌也在不断延续。所以我们要认真学习，长大后为祖国贡献一份力量，报答祖国。

亲爱的祖国妈妈，您就像一颗种子，在我的心中抽芽发叶。根，已扎入我的骨髓。您，将永远树立在我的心中。

武术演讲稿三分钟篇五

大家好！

今天我演讲的题目是《可以贫穷，但不可以失去尊严》。

无论何时，最要紧的是尊严。懂得自己，尊重自己，哪怕你处于困境中时，也不能因为困难而没有尊严的接受别人施舍。有尊严的接受，不贪图不劳而获的钱财，不做卑躬屈膝的行为，而是坦荡自如的接受属于自己的那份劳动成果才是人格完善的人该做的。

可以贫穷，但不能失去尊严。只有从不奢望别人无偿的施舍，通过辛勤劳动过的人才能得到自尊，这是做人的根本。

自尊是人的一种美德，是无价的，是人最珍贵尚的东西。因此，我们可以贫穷，但我们不能失去做人的尊严。

朱自清宁可饿死也不要洋人的面粉，这是一种气节，也是维护国家尊严的象征。

苏格拉底曾经说过：“一个人是否能够有所成就，只看他是否具有自尊心与自信心两个条件就可以了。”是啊！如果一个人连自尊都没有了，别人又会怎样看待他呢？他又能够如何奋起直追，成就一番事业。

在此我要告诫大家的是，无论你今后的日子是富贵还是贫穷，你都要保持做人的尊严，唯有你自己自信自尊才会得到别人

的尊敬，并且希望你们牢记住：你们把自己看成什么，你在别人眼里就是什么。

我的演讲完毕，谢谢大家。

武术演讲稿三分钟篇六

大家上午好！

我是一·年级的××，今天我演讲的题目是《在书中找快乐》。

记得小时候睡觉前，妈妈常常给我讲书上有趣的故事，我听得津津有味，迷恋书中生动有趣的童话故事。后来我慢慢地识字了，最常去的地方是书店，最常说的一句话是“不让我看书，我就睡不着。”妈妈知道我爱看书，从当当网上买回了一大箱一大箱的书，有沈石溪的动物小说，二十几本呢。有《猫武士》三部曲，还有《科学实验王》、《三国演义》、《我的妈妈是精灵》等等。

在书里，我发现了许多秘密：在人们眼中十分残酷，千割万剐都不能解恨的狼，其实对同类是多么善良；人们认为一盘散沙一样的野猫，其实多么团结、友爱和忠诚。书让我学到了很多知识。读书之乐，乐在足不出户，便可遨游天下，悠然领略醉人的景致。一卷在手，千山万水皆在咫尺之遥。读书之乐，乐在重回历史，以史为鉴，学会珍惜。一卷在手，古今中外尽在眼前。书是快乐的天堂，让我忘记了忧伤；书是冬日里的阳光，带给我春的温暖；书是沙漠里的绿洲，给予我新的希望。

读书，让我从一本本可爱的书籍中学会分清美丑，识别善恶，明辨是非；从一次次感悟中体会到不断超越，逐渐成长，走向成熟。只有经过书香的滋润和熏陶，我们的生命才会如此丰富多彩，我们的生活才会处处洋溢着无穷无尽的快乐。

我的演讲到此结束，谢谢大家。

小学演讲稿 篇12