

# 2023年全民健身演讲 全民健身倡议书 书(大全8篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 全民健身演讲篇一

每天健身一小时，健康工作每一天，幸福生活一辈子。健康的体魄，是勤奋工作的基础，是幸福生活的保障。运动能使人健康、快乐、时尚。天天健身，天天快乐。请您积极参加体育锻炼。

生命在于运动，健康的体魄离不开持之以恒的体育锻炼。养成健身好习惯，使您在运动中获得好体魄，好生活。请您坚持体育锻炼。

坚持因人而宜、适时适度、劳逸结合、循序渐进的锻炼方法，使您更好地强身健体，不断增强身体素质，提高生活质量。请您掌握锻炼好方法。

同志们！全民健身，你我同行。让我们一起行动起来，共同唱响“迎接亚运会，创造新生活”主旋律，积极参与全民健身，倡导科学、文明、健康生活方式，为实现人的全面发展、构建和谐广东做出贡献！

倡议人□xxx

时间□xxxx年xx月xx日

## 全民健身演讲篇二

在距离全运会开幕倒计时100天之际，我们开展“广播体操·辽宁时间”全民健身活动。自5月23日起，每天10时至10时05分省内各主要广播频道播出第九套广播体操音乐。我们倡议全省人民伴随广播音乐一起动起来，学做第九套广播体操。

一、广泛宣传。全省各单位要积极宣传“广播体操·辽宁时间”全民健身活动，推广普及第九套广播体操，树立健身健康意识，激发体操锻炼热情，在全社会形成自觉锻炼、主动健身、追求健康的好风尚。

二、认真组织。全省各单位要积极做好组织和培训工作，动员和引导大家参与到学做第九套广播体操的活动中来，并通过组织会操表演等形式确保“广播体操·辽宁时间”活动广泛持续开展，让第九套广播体操成为一项常态化的健身活动。

三、积极参与。全省人民要积极参与“广播体操·辽宁时间”活动，每日10时，伴随电波中响起的广播体操音乐，暂时放下手中工作，踊跃参加广播体操活动，在运动中收获健康和快乐。

让我们积极投入到“广播体操·辽宁时间”全民健身活动中，保持健康的体魄、饱满的热情、乐观的心态，健康生活，努力工作，为建设富庶文明幸福新辽宁而奋斗！

中共辽宁省委宣传部

中共辽宁省直属机关工作委员会

辽宁省教育厅

辽宁省人民政府国有资产监督管理委员会

辽宁省广播电影电视局

辽宁省体育局

辽宁省总工会

辽宁省通信管理局

xx年5月23日

## 全民健身演讲篇三

### 一、加强领导，提高认识

为加强对我县“全民健身日”系列活动的组织领导，确保各项活动有序开展，县人民政府在接到通知后，分管副县长即做出批示：请县“全民健身领导小组”各成员单位相互配合支持，做好各自的工作，积极搞好第三个全民健身日的各项活动。文体局积极贯彻落实县政府的要求，结合我县实际制定措施，由文体局牵头，把“全民健身日”活动的项目计划组织落实到各单位和协会，项目分到个人，个人联系到项目的实施者，未落实的追究个人责任，形成了层层负责，层层落实的项目责任制，为整个活动的顺利开展提供了组织保障。

### 二、加快宣传，营造氛围

全民健身是一项提高全民身体素质的社会系统工程。宣传全民健身，烘托全县全民健身日的活动氛围，是动员和组织群众加入各种形式的体育锻炼，提高国民整体素质，促进群众体育事业发展的重要举措，实施全民健身，具有深远的历史意义和重大的现实意义。因此，全面实施全民健身，动员和组织全县广大群众广泛，是全县人民共同的心愿。在“全民健身日”活动中，通过广播、电视、报纸、网络、悬挂横幅、标语、发放传单、小册子，设置临时咨询点等途径和方式广

泛宣传全民健身日活动，积极营造良好社会氛围。

(一)在8月8日，各乡(镇)、县直各机关、企事业单位、学校、驻陆单位、各体育协会认真组织活动，并通过广播、电视、《爨乡陆良》杂志等媒体和标语口号等方式，广泛宣传《全民健身条例》、《全面建设计划(20xx—20xx年)》和全民健身日活动主题，宣传浓厚的宣传氛围，做到了家喻户晓、人人皆知。

(二)围绕20xx年“全民健身日”的活动主题：“每天锻炼一小时”和宣传口号：“我健康、我快乐”；“天天健康、天天快乐”；“好体魄、好生活”；“全民健身、你我同行”；“参与全民健身，乐享低碳生活”做宣传。

(三)在全民健身日，各体育协会进行了各类健身活动的展演，展演结束后，发放科学健身宣传册，提高了人民群众科学健身意识。

### 三、全民参与，注重实效，全民健身日活动丰富多彩

为确保“全民健身日”活动顺利进行，县活动领导小组统一思想、提高认识、明确目标，文化体育广播电视局按照县委、县人民政府的统一部署，在全县各个乡镇、县直各企事业单位进行广泛的宣传发动，积极参与全民健身活动。

8月8日晚7:00，“全民健身日”文体展演在爨文化公园广场拉开序幕，中共xx县委常委、副县长赵华芬等出席了展演仪式，会上赵华会作了激动人心的讲话，她强调要坚持“全民健身、全民快乐”的宗旨、“以人为本、科学健身”，“我参与、我健康、我快乐”的活动主题。继续保持北京奥运会激发的体育热情，不断提高人们的健康意识和积极参与体育锻炼的自觉性，让更多的人享受体育带来的健康快乐，形成健康文明的生活方式，促进陆良体育事业的全面发展，为构建文明和谐陆良做积极贡献。

全民健身日文体展演的内容丰富、形势多样，有健身舞、健美操、太极拳、拉丁舞、烟盒舞、小脚乐、霸王鞭、大刀舞、唱红歌、柔力球、少儿轮滑、少儿跆拳道等多个精彩的表演节目，演出赢得了阵阵掌声，有爷爷、奶奶看孙子表演的，有孙女、孙儿看爷爷、奶奶表演的；更有丈夫看妻子表演的，还有妻子看丈夫演奏的。真正体现了全民健身的热潮。

#### 四、突出特色，活动形式多样化

##### (一)充分发挥体育协会作用，开展好全民健身活动

在“全民健身日”活动中，我县充分发挥个体育协会作用。门球组织了37个队316人参加，进行了为期两天的比赛；地掷球组织了20个队，100人参加，进行为期一天的比赛；羽毛球组织了6个队，50人参加，进行了为期一天的比赛；乒乓球组织了35人单打，进行了为期两天的比赛；陀螺近50人参加活动；健身舞蹈晚会在爨文化广场演出，参赛18个队，240人，19个项目，为时2小时的演出，观众达3000多人。

##### (二)各行业、单位开展活动情况

###### 1□xx县青少年体育俱乐部

以xx县职业技术学校体育部为龙头的青少年体育俱乐部下属9个成员单位除常年进行训练的篮球、足球、田径、柔道、摔跤外，在假期间为增加培养学生兴趣爱好、丰富活动内容，增设了健身操、体育舞蹈、武术等项目的培训，提高了社会效益。

##### (三)乡镇

全县10个乡镇按照全民健身工作目标和任务，在党委政府的统一领导下，积极抓好群众性体育活动，广泛开展了形式多样、富有成效的文体活动，丰富了基层群众的业余生活，提

高了科学健身意识，增强身体素质。特别是板桥镇、召夸镇、芳华镇根据本镇的实际，开展了富有特色的健身活动。各乡镇还做了广泛的宣传，唱响了“生活奔小康、身体要健康”的主旋律。

#### (四)县直机关、企事业单位

为丰富广大职工的体育文化生活，满足全县职工日益增长的健康需求，推动全民健身活动深入持久开展，积极引导全民科学健身、积极向上的生活理念□xx县大部分县直机关、企事业单位常年举行各类型体育活动。8月8日，各机关、企事业单位以各种各样的形式组织了活动，庆祝第三个“全民健身日”：县农业局举行了篮球、拔河、象棋、扑克竞赛；县工业园区组织了拔河、游泳、乒乓球、篮球、门球等体育健身活动；县委机关、政府机关、县纪委、县委组织部等单位也经常性的开展体育健身活动。参加活动人数占单位人数60%以上，通过这些活动的开展，增进了友谊，加强了交流，提升了干部职工的凝聚力和战斗力，各单位建立了长效活动机制。

总之，我县各级领导高度重视“全民健身日”系列活动，措施得当、宣传到位、气氛浓烈，活动内容多样化，突出特色、主题鲜明，极大地丰富了广大人民群众体育文化生活。通过系列活动的开展，进一步促进了我县体育事业的蓬勃发展。

## 全民健身演讲篇四

- 1、让健康谱写生命的乐章。
- 2、谱写生命之歌，弘杨运动精神。
- 3、音符让音乐有了旋律，运动让生命充满健康。
- 4、儿童健身，天真活泼；青年健身，朝气蓬勃；中年健身，强身壮体；老年健身，延年益寿。

- 5、健康你我他，幸福千万家。
- 6、健康是人生第一财富。
- 7、开展全民健身，共建和谐社会。
- 8、锻炼身体，增强体质，抵抗疾病。
- 9、体育无处不在，运动无限精彩。
- 10、终点不是梦，重点是突破。
- 11、创新思路，务实巧干，努力集龙岗体育事业发展之大成。
- 12、生命无止境，运动无极限
- 13、发展体育事业必须始终坚持两手抓：一手抓竞技体育人才的培养；一手抓群众体育运动的普及。
- 14、发展体育事业，壮大体育产业。
- 15、发展体育运动，增强人民体质、贯彻执行《中华人民共和国体育法》。
- 16、生命不息，运动不止。
- 17、运动让生活更美好。
- 18、各级领导干部不断增强对发展体育事业的紧迫感和原动力，将是这个地区人民的福音。
- 19、保持健康是对自己负责，也是对社会负责。
- 20、青春在歌唱，生命在欢腾。

- 21、科学锻炼，有益健康；快乐健身，精彩人生。
- 22、留下你的汗水，展现你的风采，演绎一出精彩。
- 23、生命在于运动，运动源于健康。
- 24、运动与生命同在，青春与快乐永存！
- 25、生命在于运动，成功在于拼搏。
- 26、健康的体魄，永恒的追求。
- 27、生命在于运动，运动需要毅力，毅力来源与拼搏。
- 28、大力发展体育事业和产业，促使其真正成为现代服务业中独树一帜的崭新业态，是我们坚持人本发展、转型发展、创新发展、和谐发展的重要内涵。
- 29、运动是快乐的源泉，快乐是生命的财富。
- 30、每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子。
- 31、积极行动起来吧，让人人都有体育爱好，个个养成运动习惯，真正成为龙岗的一种时尚和风气。
- 32、搏生命之极限，铸青春之辉煌。
- 33、体育使学校充满活力，学校因体育勃发生机。
- 34、让运动挥散汗水，让青春闪耀光芒。
- 35、体育是运动的艺术，运动是体育的灵魂。
- 36、运动是我们充满活力，活力让生命变得美丽。



37、我运动，我快乐，争做时代好少年！

38、让激情进发，为生命喝彩。

39、青春的呼唤，心跳的韵律，生命的火焰，梦想的放飞。

40、健康就是生产力，健康就是战斗力，健康就是凝聚力。

41、健康的身体，幸福的家庭，文明的社会。

42、运动奏响生命，运动点燃我们的激情。

## 全民健身演讲篇五

大家早晨好！

今天，我们在这里隆重举行xx市首届“全民健身日”活动启动仪式。值此，我代表中共xx市委□xx市人民政府对xx市体育局领导莅临霸州，现场指导“全民健身日”活动表示热烈的欢迎！

经国务院批准，自20xx年起，每年8月8日定为“全民健身日”。“全民健身日”的设立，充分体现了党和国家对全民健身事业的高度重视和关怀，是党和政府坚持以人为本、重视提高全民族健康素质的重要举措，是北京奥运遗产社会化、全民化的重要成果。今年是国务院批准设立全国“全民健身日”的第一年，也是全民健身活动借奥运会举办成功、继承弘扬奥运遗产、积极探索全民健身活动长效机制的重要年份。设立“全民健身日”，一是以此纪念北京奥运会，永志铭记和谐盛世中国体育的崛起之日。二是有利传承奥运文化，推进群众体育，让北京奥运的“我参与、我健康、我快乐”变为经常性的活动。三是有助强化现代体育理念，让体育就是生活等更加深入人心，让身心更健康。四是体现法制体育建设的要求。从这个意义上说，它既是纪念日，更是活动日，既是动员推广日，更是参与实践日。为切实做好“全民健身日”活动

的组织实施工作，使设立“全民健身日”的成果真正惠及全体人民，真正体现广大人民群众和体育爱好者的共同愿望，市委市政府对首个“全民健身日”活动的指导思想、活动内容等做出明确规定，动员和号召全社会广泛关注、重视，引导和鼓励最广泛的人民群众参与体育健身，享受体育发展成果。

根据霸州实际，我市今年“全民健身日”活动为主线，确定本次活动的主题是：“人人共享体育，体育造福人人”。通过广泛深入宣传和组织开展丰富多彩、贴近生活、方便群众参与的体育健身展示、交流、比赛、辅导、培训等活动，全面展示我市全民健身活动的蓬勃发展，提高全社会对设立“全民健身日”重大现实意义的认识，增强全民的体育健身意识，养成良好的体育锻炼习惯，在全社会形成崇尚健身、参与健身，追求健康文明生活方式的良好环境和氛围，不断推进公共服务体系建设，进一步加大体育文化精品工程建设力度，为建设惠及全市人民的小康社会做出贡献。

今天全市的“全民健身日”活动除主会场外，各乡镇区办也都结合各自实际，安排了丰富多彩的体育健身活动。我相信，通过“全民健身日”及各类体育健身活动的举行，在霸州大地一定会掀起一个上下联动、乡村互动的全民健身热潮。

最后，我衷心希望全市人民通过本届“全民健身日”活动，牢固树立“体育就是生活，健身就是健康”的理念，走出家门，走向室外，健步走向健康，阔步走向小康。进一步培养科学文明健康的生活方式，让体育健身成为人们生活的一部分，使更多的人真正享受到体育带来的健康和快乐，让体育在人的全面发展与和谐社会构建中发挥更加积极的作用！

最后，祝本届“全民健身日”活动取得圆满成功！

谢谢大家！

## 全民健身演讲篇六

- 1、谱写生命之歌，弘杨运动精神。
- 2、牵手全民健身，拥抱健康。
- 3、强民族增体魄富国家兴盛事。
- 4、强身健体、强健。
- 5、强身健体大家练、和谐社会大家建。
- 6、青春的呼唤，心跳的韵律，生命的火焰，梦想的放飞。
- 7、青春无畏，逐梦扬威。
- 8、青春拥抱梦想，拼搏成就辉煌！
- 9、青春在歌唱，生命在欢腾。
- 10、倾注爱心无限，惊喜时刻相连。
- 11、驱病强身勤锻炼，合理膳食少油盐；科学养生限油烟，健康xx日中天。
- 12、全民参与健身全市奉献省运。
- 13、全民健身构建和谐喜迎省运。
- 14、全民健身，利国利民，功在当代，利在千秋！
- 15、全民健身、“众”在参与。

## 全民健身演讲篇七

运动比拼富二代，健康赛过高富帅。

职工健康是个宝，企业发展不可少。

强健体魄，健康生命。

健康门第春常在，锻炼之家福有余。

人类需要体育，世界向往和和平。

生命无止境，运动无极限。

开展体育活动，增强员工体质。

赛场树新风，文明看行动。

活动有方，五脏自和。

全民健身一起来，魅力水城更精彩。

强身健体，活力水城。

运动健身我参与，幸福生活我拥有。

快乐健身，舞动龙江。

同谱运动健身曲，共唱龙江奋进歌。

运动奏响生命，运动点燃我们的激情。

健康是智慧的条件，是愉快的秘诀。

企业重视体育，体育造福职工。

和谐企业春常在，健康职工天精彩。

健身不在一朝一日，运动在乎一生一世。

运动健身动起来，幸福龙江更精彩。

奥运精神，永驻我心。

强国须强民，强民须强身，强身须锻炼。

## 全民健身演讲篇八

随着生活节奏的加快与生存压力的增大，高校教师逐步扩大的亚健康状况令人堪忧。据上海社科院最新公布的数据显示，在北京，知识分子的平均寿命从10年前的59岁降到了调查时期的53岁。36岁的浙江大学教授何勇、36岁的清华大学教师焦连伟、45岁的清华大学教师高文焕……一个个生命的相继早逝，为我们敲响了关注健康的警钟。

要树立“关注健康、珍爱生命、善待身体、快乐工作”的理念，强化“我锻炼、我健康、我幸福”的意识，把健身作为生活的重要组成部分。生命在于运动，幸福源于健康。身体健康是对个人、家庭和社会负责的行为。

要循序渐进的锻炼，持之以恒的健身，找几个一起健身的伙伴，随时随地动一动，养成习惯，坚持不懈。每人每周至少锻炼3次，每次时长不少于1小时，不断为身体充电，为健康投资，为生命蓄能，为幸福加油。

要学习科学的健身知识，制订科学的健身计划，坚持“因人而易、适时适度”的原则，选择适合自身特点和兴趣爱好的活动。适时适度运动，保持良好心态，追求身心和谐，享受健康生活，感受生命精彩。

各基层工会、教职工文体协会要充分发挥自身优势，创造条件，做好组织、引导和服务工作，动员全体教职工积极参与学校组织的各种文体活动，提高教工活动中心和各基层工会的健身器材使用率。

全民健身，利国利民。让我们积极行动起来、运动起来，从我做起，从现在做起，在运动中收获健康，在健康中享受快乐，在快乐中体验人生。以健康的体魄、饱满的热情、乐观的心态和进取的精神，为构建和谐校园作出贡献。

倡议人□xxx

时间□xxxx年xx月xx日