

2023年倡导全民健身的演讲稿 生命的意义演讲稿(优秀7篇)

演讲稿也叫演讲词，是指在群众集会上或会议上发表讲话的文稿。演讲稿是进行宣传经常使用的一种文体。演讲的作用是表达个人的主张与见解，介绍一些学习、工作中的情况、经验，以便互相交流思想和感情。演讲的直观性使其与听众直接交流，极易感染和打动听众。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看看吧。

倡导全民健身的演讲稿篇一

大家好！

我常常在想，生命究竟是什么呢？

生命真是一个奇迹，一只小小的萤火虫竟能照亮黑夜，一个瓜子掉到了砖缝里，过几天竟然长出一截小瓜苗，即便只活了几天。

昨天晚上，我去洗手，发现洗碗池的边上有一大群蚂蚁，我灵机一动，去烧了一壶热水，准备浇下去烫死它们，结果一大群蚂蚁被我这样浇下去，死的死、逃的逃.....不过，几天后，我洗碗时，看到上次用热水浇蚂蚁的地方时，发现还有一只漏网之“鱼”，我立马伸手抓住它，只要我用手轻轻一收紧，它就动弹不行了，但它极力蹬着双脚，想逃出我的手掌心。这时，我似乎感受到一股生命的力量在我心中跃动，那么强烈，那么鲜明，我忍不住放了它。

今天，我和爸爸刚买回一包瓜子，我们父子俩一起坐在沙发上边嗑瓜子边看电视，结果，我们俩越看越兴奋，越嗑越尽兴，一袋的瓜子很快便被我们消灭了。但是，在我吃时无意中掉了一粒瓜子，过了几天，我在沙发上看电视，快睡着的

时候，我突然摸到了一个软绵绵的东西，我迅速清醒起来，看到那东西时，我吓了一跳，竟然是前几天的瓜子，现在竟然长成了一株瓜苗。

当我看见时，我的心被深深的震撼了，一株小小的瓜苗，竟然能在无光无水无土的情况下生长，这是多么强的生命力啊！

倡导全民健身的演讲稿篇二

大家好！

今天，是我校读书月活动启动的日子，在这个特殊的日子，我想首先和大家分享一组有关国民，人年均阅读量的数据对比：日本40本、韩国11本、法国20本、以色列60本、中国4.5本。

还有来自联合国对世界500强企业读书情况进行调查统计的数据：日本企业家一年读书50本，中国企业家一年读书0.5本，相差100倍。其中，中国人读的书中，还有一部分是教辅书、工具书和养生书，人文类书籍更是少的可怜。一名印度人写的《令人忧虑，不阅读的中国人》红遍网络。他在文中为我们感到忧虑：如果就此疏远了灵魂，未来的中国可能会为此付出代价。

记得有一位学者说过：一个人的精神发育史，应该是一个人的阅读史，而一个民族的精神境界，在很大程度上取决于全民族的阅读水平；一个社会到底是向上提升还是向下沉沦，就看阅读能植根多深，一个国家谁在看书，看哪些书，就决定了这个国家的未来。读书不仅仅影响到个人，还影响到整个民族，整个社会。要知道：一个不爱读书的民族，是可怕的民族；一个不爱读书的民族，是没有希望的民族。

为此我们向同学们发出如下倡议：

1. 制定读书计划，认真选择阅读经典名著，提高自己的文化品位。
2. 积极参加班级的新书推介会、读书报告会，与好书交朋友，让好书伴我们成长。
3. 周末的时候多光顾新华书店，浏览各种书籍，扩大自己的视野，并做到在家与父母共读好书，营造书香家庭。
4. 认真写好读书笔记，并及时将自己的读书笔记推荐给老师，发到班级的网上，以方便与老师、同学交流。

同学们，莎士比亚说：书籍是全世界的营养品。生活里没有书籍，就好像没有阳光；智慧里没有书籍，就好像鸟儿没有翅膀。今天，学校为我们提供了良好的阅读氛围，我们不要辜负了学校、老师对我们的期望，让我们捧起书本，与书为友，与经典为友，让我们灵动的心自由地翱翔于“学海”与“书山”之间，让读书成为习惯，让学习成为乐趣！让我们在这个充满书香的校园里茁壮成长吧！

倡导全民健身的演讲稿篇三

大家早上好！

水是我们人类的生命之源，但是每年有好多人因为不注意安全而被淹死，像今年暑假就有这样的事发生。

7月5日，有三位小学生认为自己游泳水平很高，三个人就约好一起去河里游泳。当他们游得正高兴时，其中的一位同学不知怎么的突然游不动了，他在水中挣扎了许久，接着溅起一片水花就不见了。游在前面的同学吓得目瞪口呆，赶紧跑上岸大喊救命。大人们赶到河边捞上孩子，就把他送到医院，但还是抢救无效而死亡。

游泳虽然好玩，但是安全是最重要的，无论你多厉害，如果一个不小心就会出事的，俗话说：“不怕一万，就怕万一”。所以为了安全起见，同学们想去游泳的话一定要跟家长一起去。

珍爱生命，就要注意安全，不要被那些表面没有危险的事物所迷惑、所吸引。

青少年儿童是祖国的明天，民族的希望。提高青少年儿童的综合素质，特别是少年儿童的学习能力、生活能力、生存能力，都是开展素质教育的重要课题。如今的社会里，车祸、中毒、溺水。剥夺了许多宝贵的生命，尤其是溺水最为严重了。其实溺水是可以避免的。

少年儿童天性好动，他们对生活的一切新奇刺激反应敏感，好奇心强，喜欢冒险，同时由于他们缺少生活经验，对周围事物、环境可能构成的危及安全的因素认识不够，因而他们往往在突发事件中最容易受到伤害。例如，几个同学一起去江边游泳，这很危险：如今江水污染严重，对皮肤不好，再加上采砂使得水域情况复杂。会游泳者，如果发生小腿抽筋，要保持镇静，采取仰泳，用手将抽筋的腿向背侧弯曲可是痉挛松懈，然后慢慢游回岸边。

1、不到瓯江边游泳。尤其是郊游、旅行时由于不知水情深浅缓急，极易发生溺水事故。

2、学游泳时必须有专职教练或者会游泳的大人在场指导与保护，并且带上救生圈，如在海边，最好有救生衣。

3、会游泳者在下水前也不能忽视准备活动，并且不能逞能，不要太疲劳。

4、坐船时注意安全，别掉入水中。

青少年儿童游泳时，由于各方面的原因，导致溺水事故层出不穷。另外城市下水道井盖丢失现象严重。希望大家提高安全意识，防患于未然。

演讲人□xxx

20xx年xx月xx日

倡导全民健身的演讲稿篇四

为了促进全民健身活动的开展，保障公民在全民健身活动中的合法权益，提高公民身体素质，我国建立了《全民健身条例》。那么，今天小编为大家带来的是关于全民健身演讲稿的范文，希望对大家有所帮助！

各位市民：

从20xx年起，每年8月8日被定为我国“全民健身日”。在今年“全民健身日”到来之际，我同大家一起，共叙体育健身话题。今年-x区“全民健身日”活动的主题是“迎省运、创广东省体育先进区”。在此，我呼吁全区人民积极行动起来，认真按照国家、省、市关于开展好“全民健身日”活动的指示精神，以饱满的热情、积极的态度投身到“全民健身日”活动中来，共创“省体育先进区”，掀起“全民健身日”活动的高-潮。

一、全面动员，全民参与，增强体育健身自觉性

各新闻媒体要广泛宣传“全民健身日”活动的重要意义，多角度、全方位报道各单位组织开展“全民健身日”活动的情况以及广大人民群众积极参与全民健身活动、追求健康文明生活方式的生动事例，结合创建“省体育先进区”、迎接省运会等活动，营造全社会关心体育健身事业的良好氛围，

使“全民健身日”活动家喻户晓、人人皆知，有效引导人民群众参与健身、崇尚健身，增强体育健身的自觉性。

二、加大力度，稳步推进，力促我区体育事业再上新台阶

各级各部门要以此次“全民健身日”活动为契机，把“全民健身日”活动同创建“省体育先进区”、迎接省运会紧密结合起来，把各项体育工作抓紧抓好，大力推进体育会展中心建设，加快推进农民体育健身工程，积极推动“省体育先进区”创建，力促我区体育事业再上新台阶。

三、因地制宜，从我做起，积极开展体育健身活动

“全民健身日”活动期间，全区各类公共体育场馆要免费或优惠向广大群众开放，社会体育指导员要积极为“全民健身日”活动提供技术指导和服务。中小学校要利用暑假组织学生开展“阳光行动”体育活动。广大群众应当坚持“业余自愿、户外为主、小型多样、因地制宜、因人而异、适时适度”的原则，从自身做起，充分利用我区现有各种体育设施和运动场地，开展慢跑、快走、广播操、健身舞、太极拳、球类运动等适合自身特点的健身活动。

同志们，生命在于运动，健康掌握在自己手中。我们要积极倡导科学、健康、文明的健身方式，增强体魄，提升全民身体素质，使人人拥有“好体魄、好生活”，使-x区全民健身的风景更加亮丽多彩，使“和-谐惠阳”的建设更富成效。

谢谢大家！

尊敬的各位领导，全体运动员、裁判员：

大家上午好！

飞火流霞迎盛世，欢歌笑语贺新春。今天，我们非常高兴地

迎来了20xx年“全民健身节”，借此机会，我代表镇党委，镇政府向长期以来重视关心全民健身事业的各级领导、有关部门和社会各界表示衷心的感谢！向积极参与全民健身节的广大群众表示崇高的敬意！

国运盛，体育兴。体育的起源和发展，一直体现着人类对自身生存、命运、生活和社会发展的关怀。体育是精神文明建设的重要内容，是人们增强体魄、锻炼意志、交流情感的重要载体。近年来在镇党委，镇政府正确领导下，我镇体育事业取得了长足进步，全民健身热潮蓬勃兴起，人民体质不断增强。全民健身节的举办将是我镇广大群众展示健康向上、奋发有为精神面貌的一个舞台；将是展示我镇人民风采的一道靓丽风景线；将是我镇群众陶冶情操、强身健体、表现自我的一次盛会。在此，我代表镇党委，镇政府向本次活动的胜利开幕表示衷心祝贺！

随着整个社会物质、文化生活水平的不断提升，群众文化事业也得到了长足发展。发展体育运动，增强群众体质，弘扬体育精神，对农村建设一支来之能战，战之能胜的队伍和进一步发展壮大、做精做强精神文明都具有非常重要的推动意义。这次全民健身节活动，不仅是对群众政治素质、精神风貌的一次检阅，也是对农村青年体质、竞技才能、品德修养等综合素质的考验，更是各参赛单位、竞争意识、团队拼搏精神的综合体现。让我们以本次活动为契机，进一步增强以人为本的意识，切实加强农村文化建设，进一步弘扬和培育体育精神，为全镇进一步发展增添新的智力支持和精神动力。赛场上的胜负是暂时的，但自强不息的精神是永远的，争取自身工作岗位的“最优”业绩才是我们新时代建设者应当不懈追求的目标。

我希望在这次活动中，我们的参赛队员都能拿出良好的竞技状态，迎接挑战；展现出一流的团队精神，本着“增强沟通，展示风采”的原则，在比赛中发扬风格，赛出水平，赛出友谊，赛出和谐，为全镇三个文明建设再展豪情，再建

新功!

最后，预祝全民健身节圆满成功!祝同志们身体健康、家庭幸福、工作顺利!谢谢大家!

亲爱的老师，同学们：

大家早上好!

我是四年七班的，今天我国旗下讲话的题目是：“阳光体育，快乐成长!”

让我们先来听几组数字：

1、全国学生体质检测结果显示：7岁到18岁的中小学生中，每10个人中就有1人是“小胖墩”。其中城市男生的超重率达到了13.25%。

3、青少年肺活量水平持续下降。7岁到18岁和19岁到22岁两个年龄段的学生，为肺活量下降最明显的人群。

近20xx年来，我国青少年体质持续下滑，体能素质下降，肥胖率上升，近视率不断上升，这种状况令我们感到担忧。为此，中央下发了《关于加强青少年体育，增强青少年体质的意见》，确定了一系列增强青少年体质的政策。随后国家体委又在全国范围内开展了“全国亿万学生阳光体育运动”的活动。至此，全国的中小学生积极参与到阳光体育活动中来。

我们学校也十分重视同学们的体育锻炼，在xx市第50届运动会上，我校的运动员依托自己健康的体魄，发扬勇于拼搏的精神，取得了乒乓球团体总分第一名、篮球团体总分第二名和羽毛球团体总分第二名好成绩，这是一个好的开始，希望每个同学都积极参与到体育运动当中来。

第一：加强近视眼的防治

我们要坚持认真做好每天上午和下午的两次眼保健操，及时纠正不正确的阅读和写字姿势，并严格控制近距离的用眼时间。而我们每位老师要时刻关注学生的用眼卫生状况，一旦发现不正确的阅读、写字姿势，要及时予以纠正。

第二：科学合理地安排作息时间

确保睡眠时间，保证每天睡眠8个小时以上。因此，我们要养成良好的生活作息习惯，坚持每天晚上要按时睡觉，每天中午要适当进行午休，只有这样我们才能有更好的精力投入到学习中来。

第三：积极参与阳光体育活动

每天上午的课间活动时间可以在走廊上适当放松自己，每天傍晚放学后时间可以在家长的带领下到体育场进行各种各样的体育活动。让我们走向运动场，走到阳光下，积极参加体育锻炼，除了在校时间以外，周末以及寒暑假期间，我们也要自觉坚持体育锻炼。

同学们，让我们借着阳光体育活动的春风，积极参加体育活动，做一个朝气蓬勃、体魄强健、热爱生活的阳光少年吧。

各位领导、各位来宾，广大的市民朋友们：

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！

尊敬的各位领导，各位来宾，朋友们：

大家上午好！

今天，我们在这里隆重集会，举行20xx年“全民健身日”活动及“体彩杯”全民健身月系列体育活动启动仪式。值此，我谨代表、县政府向关心和支持我县体育事业发展的各级各部门和社会各界人士、广**乡居民表示衷心的感谢！向参与本次活动的广大健身爱好者致以诚挚的问候！

国运盛，体育兴。体育是一个地区经济实力和社会文明的象征。体育锻炼不仅可以增强体质，而且在培养顽强拼搏的精神、超越自我的品质和提高人们的生活质量等方面，都起着重要的促进作用。全民健身活动是一项国家倡导、社会支持、全民参与的社会系统工程。近年来，在、县政府高度重视和体育主管部门的全力推动下，全县上下认真贯彻落实《全民健身计划》，努力构建全民健身服务体系，无论是健身场地、健身路径、健身组织，还是健身项目、健身人群都得到了快速发展。到目前为止，全县城参与健身人员数万人，每天清晨或傍晚，县城的各大广场都活跃着健身爱好者的身影，

广场舞、交谊舞、健身腰鼓、健身操、太极拳剑等项目同台竞艺，成为我县一道亮丽的风景线。他们在为自己赢得好体魄、好生活的同时，也丰富和美化着城乡生活。

今年是国务院批准设立“全民健身日”的第四年，结合我县实际，今年我县全民健身日的活动主题是“每天锻炼一小时，健康生活一辈子”。此次活动中，我们将适时开展如篮球、山地自行车公路赛、乒乓球等多种形式的体育赛事，广泛调动广大群众的参与热情和积极性。各乡镇、各部门及企事业单位还将组织小型、多样、分散、就近、就地及群众喜闻乐见的健身活动，从而把我县的全民健身月活动推向高潮。

此次活动后，我衷心希望广大健身爱好者继续发扬“天天健身，天天快乐”的体育健身精神，将健身运动进行到底；希望体育主管部门以“全民健身日”为契机，广泛开展丰富多彩、贴近生活、方便群众参与的全民健身活动，努力营造崇尚健身、参与健身、追求健康文明生活方式的良好社会氛围；希望全县广大群众能迅速行动起来，积极投身到全民健身行列，牢固树立“每天锻炼一小时，健康生活一辈子”的理念，享受体育健身带来的健康与快乐，迅速掀起全民健身的新热潮。

最后，预祝本次全民健身月系列体育活动取得圆满成功！

谢谢大家！

倡导全民健身的演讲稿篇五

为了促进全民健身活动的开展，保障公民在全民健身活动中的合法权益，提高公民身体素质，我国建立了《全民健身条例》。那么，今天小编为大家带来的是关于全民健身演讲稿的范文，希望对大家有所帮助！

各位领导、各位来宾，广大的市民朋友们：

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！

尊敬的各位老领导、老同志、老朋友们：

家对全民健身的高度重视，体现了党和政府关注人民健康、提高民族素质的人文关怀。今天，在第三个全国“全民健身日”来临之际，我州近名老年朋友齐聚芒市广场，隆重举行德宏州“全民健身日”庆祝活动，旨在大力宣传全民健身活动的重大意义，集中推广展示科学健身项目，营造全民健身的良好氛围，同时，激发起全州人民共同建设繁荣、文明、富裕、和谐新德宏的巨大热情。在此，我谨代表州委、州人民政府并以个人名义，向由州老年体协和州直老年体协组织的“我参与、我健身，我快乐——全民健(养)身操展演”活动表示热烈的祝贺！向莅临现场指导的老领导们和观众朋友们表示热烈的欢迎！向参加展演活动的各基层老年体协会员和全体

工作人员致以亲切的问候!向多年来关心支持我州老年体育事业及全民健身活动的各级领导、社会各界朋友表示衷心地感谢!体育是一个城市、一个地区、一个国家经济实力和社会进步的鲜明象征。近年来,在州委、州政府的高度重视和领导下,在社会各界的关心支持下,我们认真贯彻“党政主导,社会参与,全民关怀”的老龄工作方针和“促进城市,发展农村,重在基层,面向全体”的老年体育工作方针,在广大老干部工作者的共同努力下,全州老年体育健身组织得到巩固和健全,老年体育健身活动得以蓬勃开展,老年健身设施条件逐步得到改善。城乡广大老年朋友们都积极参与到健身锻炼和丰富多彩的文体活动中,基本做到了“天天有活动、月月有赛事”,全州老年朋友共同创造了一个“老有所学、老有所为、老有所依、老有所乐”以及“安康、和谐”的生活环境,为构建平安、和谐德宏做出了极大地努力。“每天健身一小时,幸福生活一辈子”,各位老年朋友们,让我们一起积极投身到全民健身的行列,以更加积极的心态,更加健康的体魄、更加昂扬的斗志,投身到我州经济社会事业建设中去,在把德宏建设成“中国面向西南开放桥头堡的黄金口岸”的进程中作出我们老年朋友的应有的、积极的贡献!谢谢大家!

各位领导、各位来宾,广大的市民朋友们: 大家早晨好!

今天,我们在这里隆重举行**县第四届“全民健身日”活动启动仪式。值此,我代表中共**县县委、县人民政府对领导莅临**县,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”的第四年,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，县委县政府对第四个“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。

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。

今天全县的“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**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，我衷心希望全县人民通过本届“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！

同志们：

今天我们在这里集会，举行“体育伴我行 百人健步走”活动，以此纪念全国第八个全民健身活动日的到来，这是我镇深入贯彻《体育法》，实施《全民健身条例》和《全民健身计划》的具体行动，也充分体现了镇党委、政府对体育工作的重视。

当代，体育不仅是一种锻炼身体的方式，也是一种教育手段、生活方式、精神依托和财富载体，在提高人们生活质量、促进人的全面发展、丰富社会文化生活、构建和谐社会等方面有着独特的、重要的作用。

近年来，我镇全民健身运动有了长足的发展，体育场地逐步完善，标准质量大幅提升，体育组织逐渐健全，参加体育锻炼的人群日益壮大，可以说，体育运动的蓬勃发展，丰富了人们日益增长的文化需求，更为“亲情油坊”建设凝聚了“精气神”，增添了活力。

俗话说，“生命在于运动”。希望大家积极倡导科学、健康、文明的健身方式，增强体魄，提高身体素质，以更加饱满的热情、更加充沛的精力投入到新一轮“亲情油坊”建设的浪潮中来！

最后，预祝本次活动取得圆满成功！谢谢大家！

各位市民，同志们：

20xx年，国务院颁布《全民健身条例》，确定每年的8月8号为全国全民健身日，今天，我们在这里隆重集会，纪念第三个全国全民健身日，开展体育健身项目展示和体育法律法规宣传活动。这是我县深入贯彻《体育法》，实施《全民健身条例》和《全民健身计划》的具体行动，也充分体现了县委、

县政府对体育工作的重视。

大力发展全民健身事业，是全面建设小康社会、构建社会主义和谐社会的客观需要。体育不但可以塑造人们健康的体魄，也能够培养人们健全的心理，拉近人与自然的距离，协调人与人之间的社会关系。当代体育不仅是一种锻炼身体的方式，也是一种教育手段、生活方式、精神依托和财富载体，在提高人们生活质量、促进人的全面发展、丰富社会文化生活、维护社会稳定、增添经济发展亮点和构建和谐社会等方面有着独特的、重要的作用。加快发展全民健身事业，使广大人民群众充分享受健身带来的健康快乐，提升幸福指数，将有效地促进全面实现小康社会，构建社会主义和谐社会，推进我县“生态发展、绿色崛起”主战略发展。努力构建覆盖城乡一体化全民健身服务体系，开展全民健身活动，提高全县人民身心健康水平。希望广大干部群众更加踊跃参加科学文明、健康向上的各类体育活动，增强参与体育锻炼的积极性，不断促进身心健康，激发奋发向上的热情，为促进我县经济社会全面发展做出新的更大的贡献。

同志们，生命在于运动，健康掌握在自己手中。我们要积极倡导科学、健康、文明的健身方式，增强体魄，提升全民身体素质，使人人拥有好体魄、好生活，使我县全民健身的风景线更加亮丽多彩，使“生态、创业、宜居、平安、幸福上犹”的建设更富成效！谢谢！

倡导全民健身的演讲稿篇六

大家好。今天，我很荣幸站在这个舞台，来表达我从开学到现在一些浅薄的看法，即使与和谐无关。一位美国演说家说：两个小时的演讲不用准备，15分钟的演讲准备一星期，3分钟的演讲要几个星期。

毕淑敏曾经说过，人生是没有任何意义的。或许听到这里的

时候，你们会感到困惑，人生怎么会没有意义呢？而她的回答，令台下的学生记忆深刻：人生是没有任何意义的，但你要为之确立一个意义。

细想开来，这比那些言不由衷的人生意义，更有思考的价值。回到现实当中来，我们作为学生，是否也在确立自己生命的意义呢？或许你们会说，我们都是高考的残兵败将，来上学只不过是父命难为。那么，我将替这些人感到悲哀。他们把自己的权利交给父母，而不是自己驾驭内心。

这些人，外表看上去还很饱满，但脑子却是空空的，没有思想，没有追求，在我看来无异于一具行尸走肉。我真的很难明白，为什么游戏会令这些人通宵达旦，为什么电视剧会令他们难于自拔？可能他们连目标、自制力都没有吧。美国剧作家鲍西考尔特说：当人们在谈论如何消磨时间的时候，时间正在消磨他们。这让我想起了一个故事：温水中的青蛙。最后的下场，想必大家清楚。

我有时甚至想冲他们大骂：你们干脆回家去好了，来上学，不仅浪费你父母的血汗钱，更浪费你宝贵的游戏时间。与其在课堂上呼呼大睡，不如回到家里躺在棺材里睡觉，这样比较好。可是，我没有，我无法对他们残酷，只能在这短短的演讲中，发出我这个学期的唯一的呐喊！

倡导全民健身的演讲稿篇七

大家好！

“天生我材必有用，千金散尽还复来。”

这句话印证了我们每个人都有存在的价值，每个人对于这个社会，乃至这个世界，都有被利用的价值。

偶然，在路旁的一棵树下，发现了一只受伤的小鸟，帮助它

把伤口处理好，再把它放回鸟窝里，看着小鸟对你欢快的叫声，似乎在对你道谢，你便从这一件小事中实现了生命的意义。

看着日渐衰落的环境，想想自己能做什么，为了身边的环境能够不再恶化，在路上看到一块垃圾，弯腰捡起，扔进垃圾桶里，这无形中体现了我们存在的意义。

看到朋友不知因为什么事而愁眉不展，身为朋友的自己过去说几句安慰的话，或者帮朋友出谋划策，解决了难题，看到朋友喜笑颜开的笑容，我们也跟着开心。

这，便体现了我们生命的意义。

在家里，父母都已不是年轻人，有那么多活力的了，身为子女的我们也都不是不懂事的孩子了，努力帮着父母干点活吧，勇敢挑起在家庭中属于自己的那份担子，肩负起属于自己的那份责任，帮父母多分担点忧愁，让他们轻松一点，让他们看看，他们的儿女已经长大了，懂事了。

当他们用赞许的目光看着我们时，我们心里便多了一份成就感。

因此，在家庭中，我们实现了生命的意义。

“不因碌碌无为而羞耻，不因虚度年华而悔恨。”时光流逝，回首过去即使没做成几件大事，也不会为此感到悔恨。