

最新体育励志的演讲稿(汇总5篇)

演讲稿要求内容充实，条理清楚，重点突出。在社会发展不断提速的今天，演讲稿在我们的视野里出现的频率越来越高。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？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。

体育励志的演讲稿篇一

亲爱的同学们：

大家好！

考试需要注意的事项：

- 1、要轻装上阵，没有心理包袱，考出你的水平就是最好。身上不要戴任何与考试无关的东西，如手表等。
- 2、不要过早脱衣服。在每一项考试，前面还有三四个人的时候再脱衣服准备考试，不能脱衣服过早，以免身体凉了影响考试的发挥。也不能由于脱衣服太晚可能要影响考试的进程，而匆忙脱衣服造成不必要的慌乱，或者干脆就不脱衣服了，而影响最终的考试成绩。一定要系好鞋带。
- 3、饮食上注意卫生，
- 4、现场做好充分的准备活动，每一项前要保持身体的兴奋度。不同体育测试项目进行前，都应做相应准备活动。这样既可以放松身体各个关节，也可以配合深呼吸，放松心情，稳定情绪。
- 5、对考试的各项内容和顺序做到心中有数，在有多次机会的项目中要先求稳再求临场发挥好成绩。

6、在考试过程中,要听从老师和考务人员的指挥,加强组织纪律性,尊重考官,对考官有礼貌。

7、在考试过程中,要有秩序地进退场,要排好队伍,每一个组内的学生要相互关心,相互鼓励。

8、体育中考的最后一项测试是“女生800米”或“男生1000米”测试项目,不同学生根据自己长跑特性制订合理的跟跑策略。在第一圈起跑之后,立即使自己处于合理的排位顺序,调整呼吸与步伐,紧盯前一名学生。在最后一圈冲刺时,则应用尽全身气力,冲过终点两米以上,以防未到终点就放慢速度,导致影响最终成绩。记住,不管你跑步在什么位置,那怕你是最后一个,你也得坚持到底,千万不要放弃,因为第一个到达终点的`是满分,那最后一个到达终点的也可能是满分!

同学们,我们考过一项放下一项,全身心投入下一项,不要太在意某项的得失。三分天注定,七分靠打拼,爱拼才会赢。敢问分在何处,分数就在脚下。高昂我们的头颅,迈开我们的大步,投出我们的好球,拉好我们的引体,起坐我们的仰卧,考出我们的风格,考出我们的成绩。同学们,千言万语,就像一位老妈妈在送别儿女的叮嘱。不知道还有什么漏了交待,也不知道能怎样去帮助你们,希望大家把我交待的事一件件记住。在考场上随机应变,灵活处理。在周六下午的考试上,考出我们的风采,考出我们的真水平。期待着你们的喜讯。

谢谢大家!

体育励志的演讲稿篇二

尊敬的老师们,亲爱的同学们:

大家上午好!

灿烂四月，万物复苏，百花含苞欲放。为全面提升我校学生的人文素养，坚持以人为本的科学发展观，展现我校师生健康活泼、奋发向上的精神风貌，使学校科技、艺术、体育教育活动成为体现学校核心价值理念、建设健康校园、营造良好育人环境的重要途径，确保全体学生身心健康成长。为此，学校将于__年3月26日—4月12日，历时半个月，在全校举办以“我运动、我健康、我快乐”为主题的首届校园体育节活动。经过紧锣密鼓的筹备，我校首届体育节将于今天拉开帷幕。此次体育节活动包括队形队列的展示、拔河比赛、4_25米往返接力跑、运球接力、跳短绳比赛、中国象棋比赛、乒乓球比赛等项目。

学校体育节的召开，是学校教育理念和办学思想的重要体现。我们在注重“更快、更高、更强”体育竞赛观念的同时，更意在突出“育人为本”的教育理念，一是为了给同学们提供尽可能多的参与机会，让同学们都有兴趣和热情参与到运动中来；二是希望通过各种项目的竞赛，培养同学们昂扬的精神风貌、积极的人生态度、坚强的意志品质和团结合作的集体主义精神。我们相信本次校园体育节必将成为学生增强体质、磨砺意志、提升修养、促进发展的舞台，成为学校实施素质教育，展现校园文化特色的舞台。通过同学们在体育活动中积极向上、充满青春朝气的表现，展示出我们同学们的整体形象和人文素养。

参加体育运动不仅仅是一场体能、技术、水平的较量，它更是对同学们的生活品位、精神品格、意志品质的一次大检阅。运动不仅仅是为了健康，它更是充满灵动的生活时尚，是一种充满韵律的生活情趣，是一种充满活力的生活态度。

老师们，同学们，春季是一个孕育收获的季节，让我们用激情、活力、坚强和拼搏，去播下希望的种子吧！最后预祝我校首届校园体育节圆满成功！

谢谢大家。

体育励志的演讲稿篇三

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家上午好！

为全面提升我校学生的人文素养，坚持以人为本的科学发展观，展现我校师生健康活泼、奋发向上的精神风貌，今后我校将每学年举办一次以“享受阳光体育展现自我风采”为主题的校园体育节活动。

经过紧锣密鼓的筹备，我校的首届体育节将于今天拉开帷幕。此次体育节活动包括一分钟跳绳比赛、一分钟仰卧起坐比赛、50米跑比赛等项目。老师们、同学们，每一次校园体育活动都是一场团队合作的大演练，是对我校校风、校貌、班风与班纪的一次大检阅，在运动中你们将学会磨炼、学会拼搏、学会助人、学会承受、学会分享，这种“阳光、运动、健康、快乐”的竞赛观念，会在我校形成人人参与、个个争先、生气勃勃的校园体育氛围。我相信本次体育节活动必将成为你们增强体质、磨砺意志、提升修养、促进发展的舞台。

同学们，让我们在运动场上一展雄姿，努力拼搏，赛出水平，赛出友谊，赛出风格吧！

最后，预祝本届体育节取得圆满成功！

体育励志的演讲稿篇四

老师们、同学们：

大家好！

在喜迎__届四中全会顺利召开的美好日子里，满怀喜悦，我们迎来了20__年度体育节。在此，我谨代表学校对本届体育

节的顺利召开表示热烈的祝贺，向参与体育节筹备、组织、保障工作的老师、职工、同学们表示衷心的感谢！一年来，学校围绕健康校园建设目标，不断完善体育设施，添置体育用品，积极开展有益有趣、丰富多彩的体育活动，学校体育工作水平稳步提升，阳光体育活动得到强力落实。

看到这些，我总能感受到校园的勃勃生机，感受到它的健康、阳光、美丽、和谐。在这里，我希望每一个同学都能像他们一样，努力提高锻炼意识，做一个德智体全面发展的小学生。

本届体育节是我校体育、艺术文化的大融合。校园有了文化，就有了深厚的文明底蕴；校园有了艺术，就有了灵动的精神升华；校园有了体育，就有了生命的阳光和向上的朝气，它是我校“主题和谐发展”办学理念的具体呈现，体育节更是一个发展的契机，我们要以此倡导健康有益的课余生活、课余活动，推广科学文明的健体理念、强身方法；我们要把运动场上那种你追我赶、不甘落后的精神，那种坚持不懈、战胜困难的意志，那种有令则行、有禁则止的纪律性运用到教育和学习中，使我校素质教育工作再上一个台阶。

“我为体育节作贡献，体育节因我更精彩”。体育是力量的角逐，体育是智慧的较量，体育是美丽的展示，体育是理想的飞扬。希望全体老师和全体同学们努力办好体育节的各项活动，努力使本届体育节成为一个让全体师生共同参与、追求健康、体会快乐的节日。

最后，祝本届体育节圆满成功！

体育励志的演讲稿篇五

老师们、同学们：

在秋高气爽，硕果飘香的金秋收获时节，我们满怀喜悦的心情，饱满的姿态又迎来了我校又一届体育节。很多运动员为

了班集体荣誉早已在相互鼓励、刻苦训练。

举办本次体育节目的目的在于进一步贯彻实施《全民健身计划纲要》，加强青少年体育教育、增强青少年体质、推进学生阳光体育运动的开展，全面提升我校学生综合素质，丰富和活跃广大师生业余生活，营造浓厚的校园文化气氛，使更多的学生投身到体育锻炼中去，使同学们都能有顽强的意志、强壮的体魄，更好地承担起繁重的学习任务。体育节是全体师生的节日，是每一个爱好体育人的节日。广大青少年身心健康、体魄强健、意志坚强、充满活力是一个民族旺盛生命和的体现，要在广大青少年中形成热爱体育、崇尚运动、健康向上的良好风气。我们举办本届体育节就是这一精神的具体落实。我们每一个人都要树立“每天锻炼一小时、健康工作五十年、幸福生活一辈子”的健康理念，让每一个人都快乐，使每一个家庭都幸福。

本届体育节内容丰富多彩，它参与面广，她不但面向全体学生、教师，它趣味性强，增加了许多集体项目，强化了团队合作，更具有观赏性。比赛总有输赢，参与就是成功、安全就是胜利。我们希望同学们、老师们能安全参赛、文明参赛，规范参赛。赛前做好准备活动，赛中遵守各项规则，服从裁判，听从管理。全体裁判员、工作人员要忠于职守，树立安全第一意识、热情服务意识、严守规则意识。做到公正裁判、热情服务，为各项竞赛创造良好的工作氛围，保证竞赛的顺利进行。

体育节是一个舞台，在这里，希望老师们、同学们将充分发挥自己的潜能，相互竞争，切磋技艺，增进友谊。让我们一起走向操场、走进大自然、走到阳光下，在运动中点燃激情，享受快乐，用你们的青春和汗水，在赛场上尽情挥洒，展现出余小人的良好精神风貌。

最后，预祝本届体育节取得圆满成功！