

体育节的演讲稿(汇总5篇)

要写好演讲稿，首先必须要了解听众对象，了解他们的心理、愿望和要求是什么，使演讲有针对性，能解决实际问题。演讲的直观性使其与听众直接交流，极易感染和打动听众。那么下面我就给大家讲一讲演讲稿怎么写才比较好，我们一起来看看一看吧。

体育节的演讲稿篇一

第三节体育课，我们跑完步，在自由活动时，我和几个同学就玩起了沙包。

我和刘德泰、袁子晨、李熙就商量玩扔“炸弹”的游戏。游戏规则是：每人有两条命，除了扔“炸弹”的人，其他人都不能碰到沙包，否则就被扎死啦，游戏规则讲完了。上半场三局，由我和刘德泰负责扔“炸弹”，他俩站在我们两个中间，准备好了，现在要开始啦！

第一局：由我来投“炸弹”，我在心里默默为自己打气，一定要冷静，不要着急，越着急越投不准，我要百发百中，先给他们来个下马威，我稳了稳神，就深深地吸了口气。对，我先耍耍他们，给他们来个假招式，然后用迅雷不及掩耳的速度去“炸”袁子晨。嘿嘿，就这么办！我自信的笑了笑。“接球啦！”我故意地大声喊道，果真他们上了当，好！就是现在，我瞬间把“炸弹”投了过去，由于刚才的分神，等袁子晨发现去躲时，可惜已经来不及了，“砰”，他被“炸”到啦！我高兴地向袁子晨招了招胜利的手势，袁子晨无奈地摊摊手耸耸肩笑了笑。

第二局：由刘德泰投“炸弹”，他也学我的招式，因为有上次的教训，他们已经注意了，不料弄巧成拙了，被李熙耍了一下，刘德泰不好意思地向我撇了撇嘴。我一边给他加油一

边说：“刘德泰，千万不要泄气，保持冷静！没事的，你会百发百中的，为你再次投‘炸弹’加油哦！”刘德泰会心的一笑，自信的说：“放心吧！刘峰涛，我会努力的！这次不会让他们这么幸运了！”

第三局：还是由刘德泰投“炸弹”，这次有了我的加油和鼓励，刘德泰露出信心倍增的表情，一副跃跃欲试的架势。而我也在心里默默为他祈祷：希望刘德泰这次成功，否则他一定很伤心！这时的刘德泰左蹦右跳，一会儿向左边瞄准，一会儿又向右边瞄准，弄得李熙左右犯难，不知该如何躲闪？他向左看看又向右看看，这时，“炸弹”像一颗流星猛地像李熙飞过去，躲闪，李熙已经来不及啦！“炸弹”结结实实地砸在李熙身上。刘德泰高兴地挥着手跳来跳去。我也由衷地笑了起来。

在下半场开始前，又有好多同学加入到我们的队伍来。我们稍微休息一下，继续我们的下半场。

体育节的演讲稿篇二

二年一度的`体育节终于到了！全班同学都欢天喜地。为了能在体育节取得好成绩，我特地把球衣穿来助阵。

第一场比赛是背对背夹球接力。大家排好了队，准备比赛。随着激动人心的一声哨响，比赛开始了。同学们十分紧张，将球夹紧后拼命往前冲。终于到我和夏颁泮了。我们俩沉着冷静，等排球被塞到我们俩中间后，深呼吸一口，玩命般地向前冲刺。“疯”完后，我把排球塞到接下去那组同学中间，开始观战并给他们打气。

一场比赛下来，我们班稳操胜券，取得了背对背夹球接力第一名的好成绩！我乐得发疯，在操场上跑来跑去。

接着是一分钟跳绳，我跳了108个，应该算好了吧。还有跳跳

球、踩高跷比赛我没有去看，也不知道比赛成绩。

最后一场比赛是蚂蚁运粮，也是团队比赛。规则就是参赛队员把排球放在腹部，在起点成屈体屈腿仰撑姿势，手脚并用将球运到对面的队伍，传给第二个人，第二个人依法在进行，先完成的队伍为胜。轮到我了，我十分紧张生怕自己没发挥好，给班级抹黑。我把球放在肚子上，飞快地把球运到对面的队伍，松了口气。

在同学们的欢声笑语中，体育节圆满地结束了。

体育节的演讲稿篇三

现在的大人和小孩儿整天忙碌着，不是工作就是学习，锻炼身体的时间也没有，这样下去，恐怕人们的身体素质会越来越差。所以我要设立一个体育节。

到了那一天，上班族们都要放下手头的工作，读书的青少年们都放假来度过这个节日。终于到了体育节这一天。大大小小的人们都穿着各种各样的运动服，手上拿着各种体育器材，他们有的举着大红旗，上面写着“体育节快乐”几个大字，嘴里还尖叫着：“热爱生命，珍惜身体，让我们动起来吧！”

公园里的大人们有的在跳绳，有的在跳舞，还有的在举行跑步比赛。只听哨声一响，那些人们像小鸟一般飞奔出去，脸涨得通红，双手紧握着，终于，有一位青年取得了胜利，他欢呼起来，别提有多开心了。

不光大人们开心，小孩子更欢乐。小孩子们有的跳皮绳，有的跳高，还有的比谁的舞姿更优美。他们个个身穿红色舞蹈服装，都展现出自己最美好的一面给对方，像是在炫耀：“我跳的舞是最美的，你们谁都比不过我。”其余的人都被他们吸引了，眼睛直放光，连连叫好：“哇，确实美

呀！”

体育节的演讲稿篇四

敬爱的老师，亲爱的同学们：

今天我国旗下讲话的'主题是”阳光体育伴我行“。

”生命在于运动“，这是法国著名思想家伏尔泰的一句名言。没有运动也就没有了生命，缺少运动的生命是短暂的！有了强健的体魄我们才能完成各种学习任务，才能精神百倍、意气风发地去迎接生活中的种种挑战！锻炼身体从小处说是为自己，为家庭，从大处说是为国家，为人民，全民族身体素质的提高，需要我们每一个人的努力！

我们学校也保证了我们学生每天一小时体育锻炼时间。热爱体育、参加锻炼、崇尚运动应该成为广大青少年的时尚。

我们要认真上好每一节体育课，在环形跑道上飞奔，在绿茵球场上驰骋，在篮板下腾跃，舒展每一个关节，激活每一个细胞，强健我们年轻的体魄展示我们青春的活力！

我们要充分用好我校的体育特色大课间活动，伴随着明快的音乐，以班级为单位有序地参加分项体育活动。体验到丰富多彩的活动，享受运动的快乐。

除了在体育课、大课间的运动外，每天，你自己有没有自觉地参加体育运动？当你学习、看书超过一个小时，就要站起来走走了；当你留恋在电视机前、沉迷在电脑游戏的时候，更要站起来到外面运动运动一下。运动不在于多，不在于激烈，而在于持之以恒和适量。跑步和走路是最好的运动。早上来到学校可先到运动场走两圈再上教室；下午放学时也可以去跑几圈或到体育场运动运动；晚饭后在家或附近慢走二十分钟。这些看似简单而且不花时间的运动，如果持之以恒

地去做，一定会收到事半功倍的效果。只有健康的意识，持之以恒的体育锻炼，才能战胜疾病，可怕的流感病毒也不会侵犯你。

体育节的演讲稿篇五

尊敬的领导、各位老师、亲爱的同学们：

大家好！

送走了硕果累累的__年，我们又迎来了充满希望的__年。柳绿桃红，风和日丽，在阳春三月如此美好的日子里，在校长室的指导和各部门的精心策划下，怀文中学第四届体育节和第五届艺术节开幕了！

青春似火，激情飞扬。体育节是一个舞台，在这里，我们全体师生将充分发挥自己的潜能、尽情展现自我的风采；体育节是一座桥梁，它连接着你我他，让沟通更自由更通畅；体育节是一扇窗户，让我们汲取更丰富更广博的知识，接触到更缤纷更多彩的世界。体育节是属于我们怀文师生自己的节日，我们老师一定会以身作则，做好榜样，希望同学们积极参与，认真对待，在运动中点燃快乐，享受健康。

三月鲜花怒放，三月绿草如茵，三月阳光明媚。在这美好的季节里，怀文中学第五节届艺术节也在今天拉开帷幕了！好戏连台，这是多么令人欢欣鼓舞啊！

同学们，丰富的情感，高尚的艺术修养，是从事任何工作必不可少的素质。意大利的达·芬奇，既是著名的科学家，又是绘画奇才，他创作的《蒙拉丽莎》、《最后的晚餐》均为稀世之宝。伟大的科学家爱因斯坦，还是小提琴演奏家，并且弹一手好钢琴。他深有体会地说：“如果没有早年的音乐教育，无论哪一方面，我都将一事无成。”科学工作始于形象思维，终于逻辑思维，形象思维则源于艺术教育，所以要成

为新世纪的创新人才，青少年时期加强美育是多么的重要啊！

三月是绽放花的季节，三月是播种美的季节。老师们，同学们，听，美的使者已向我们召唤，看，艺术之神正向我们走来。亮出你的歌喉放声歌唱吧，拿起你的画笔尽情描绘吧，舒展你的身姿热情舞蹈吧！让我们伸开双臂，迎接怀文中学第五届绚丽多彩的艺术节！

老师们、同学们，怀文中学此前已经成功举办了三届体育节和四届艺术节，积累了许多宝贵的经验，也涌现了一大批优秀的人才，所以，我们有充足的理由相信，本次的“两节”活动必将是一个继往开来、别开生面的体育和艺术盛会，让我们共同祝愿本次体育节和艺术节获得圆满成功！祝怀文中学的各项事业与时俱进、蒸蒸日上！

谢谢大家！