

# 2023年运动的好处英语演讲稿(精选5篇)

演讲稿具有观点鲜明，内容具有鼓动性的特点。在社会发展不断提速的今天，需要使用演讲稿的事情愈发增多。优质的演讲稿该怎么样去写呢？下面是小编帮大家整理的优秀演讲稿模板范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 运动的好处英语演讲稿篇一

同学们，当你心烦意乱的时候，书永远是你最忠实的朋友！大家要养成读书的好习惯哦！以下是读书的好处演讲稿精选，分享给大家！

敬爱的同学们、老师们：

大家好！

今天我演讲的题目是《读书的益处》。

同学们，当你心烦意乱的时候，当你孤独寂寞的时候，当你伤心落泪的时候……书永远是你最忠实的朋友。

书让世界原本简单的人变得丰富，让已经年长的人又返回童真，在这世界上，有多少人希望在学校里上学，可是，又有多少希望安心读书的孩子却因为战乱、灾难而无法实现。

有些人可能会认为读书是浪费时间，浪费青春。

其实不然，生命是有限的，怎样才能让有限的生命变得充实、富有、多姿多彩；怎样才能让有限的生命飘逸着浓郁清香，闪耀着无限的光辉，怎样才能让生活变得充实？只有读书。

电子游戏或许能让你娱乐一时，但哪有一本好书给你的回味更久？

时代变了，生活变了，一切都变了，但唯一不变的是我们爱读书的心。

无论白天、黑夜，也无论在家，在外……都别忘了给自己心爱的书留一个地方，因为它是我们忠实的朋友，它将伴随着我们成长每一天。

我的演讲完了，谢谢大家！

高尔基曾说：“书是人类进步的阶梯。

”的确，看一本好书就像在和一个高尚的人谈话，书在每个地方，每个时代都有着重要的地位，包含着无穷无尽的知识。

“一个家庭没有书，就等于一间房子没有窗子。

”可想而知书在日常生活中的重要性。

它像一束阳光，一扇风景。

不仅可以提高我们的生活情趣，而且，使生活变的更加丰富多彩，有声有色。

我们通过读书丰富知识，增长见识，让生活过得更充实，更有意义。

在书中我们可以学习许多小窍门，解决生活中遇到的小难点。

几百上千年前的古人已经知道了读书的好处，有许多热爱读书的故事都流传至今，其中王羲之的故事非常值得我们深思相传。

读书的过程是艰难的，也是快乐的。

在读书的过程中，我的作文水平也得到了提高，以前，我写作文时，总是不知道该用哪些词。

所以老去问妈妈，妈妈就说：“孩子，你应该多看些书，哪一个作家像冰心，老舍都不是破了万卷书，才下笔如有神的呢？”从此，我就天天看书，记录书中的好词，好句，体会作者的思想感情。

果然，一段时间过后，我的作文水平就有一点点提高。

书是人类一生的朋友，在哪里都有极其崇高的地位，正如三字经中所言“人之初，性本善。

性相近，习相远。

苟不教，性乃迁。

教之道，贵以专。

充分说明了读书的人后天的影响。

读书有这么多的好处，我们有什么理由不好好读书么？

大作家高尔基曾经说过这样一句话：“书是人类进步的阶梯。

“他其实说出了这样一个道理：人类要努力地攀登，攀登书籍的阶梯。

而书籍做成的阶梯上面，是一座金碧辉煌的知识宫殿，所以，我们一定要努力地去攀登，去汲取。

人类创造的知识财富，如同浩瀚的海洋，博大精深。

人们常把小学、中学、大学阶段的学习形容为在“书山“上攀登，在“学海“中遨游。

所以，我们应该多读书，用书来净化心灵，用书中的知识充实自己。

在我们的生活中，如果总是太过于被动地去读书，往往是体会不到读书的乐趣的。

捧一纸书香，打开一点温存的光，就那么静静地看着文字随着时间的舞步从你眼前滑过……这时，你就会感觉到，读书是一件多么让人快乐的事情！读书是一种心情，那一抹书香带来的舒坦是最好的心理试剂。

去读书吧，你一定会有更多的发现。

多读书，还应读好书。

读书要应有个选择性，对书本中的知识也要有选择的采纳，就是所谓取其精华。

1.读书的好处演讲稿精选范文

2.读书的好处演讲稿

3.读书的好处演讲稿

4.读书的好处演讲稿范文

5.关于读书的好处演讲稿

6.有关读书的好处演讲稿

7.读书的好处演讲稿500

## 8.读书的好处演讲稿模板

### 运动的好处英语演讲稿篇二

大家好今天我演讲的主题是运动，前几天跑步看见孙晔没跑两圈就气喘吁吁，由此看出一部分同学缺乏运动。

现在的中国青少年体质比较差。比如有些大学生在长跑中猝死，这在以前前所未闻，缺乏运动会导致我们的体质比较差，注意力降低，体弱多病是，甚至一些中老年疾病出现在我们身上，未老先衰。据世卫报道缺乏运动成为人类死亡第四大死因。

我想造成这种原因有很多，那就简单的讲几点吧！

第一个就是习惯问题。当初中考的时候，我们拼命练习游泳，练篮球。我们是被自愿被强迫的，一旦考试之后就很少有人锻炼，去练习。

第三个就是可余时间的安排。高中了，八门主课，作业很多。很多人就是拼命的做作业，一天下来除了吃饭，上厕所，很少有休息的时间。

最后我以伏尔泰的一句名言为结尾：生命在于运动！

### 运动的好处英语演讲稿篇三

“该看书的时候不看，不该看的时候偏要看，什么毛病！”“啊呀，好端端一个午休，又给整成这样。”“哼，爱看不看拉到！”“好，行看…看，行了吧！”瞧，我和妈妈又在斗嘴，不过，我真的挺爱看书，就是有时不肯看。记得那一次，我最后还真看了，而且到了最后妈妈还叫我别看了！这又是如何一回事呢？听我道一道吧。

那天天气晴朗，中午艳阳高照，我下定决心，好好看本书。我跑到书房，翻着寻找着我爱看的书，我左翻右翻，翻到了一本易中天写的《品人录》，这正合我所意，我欣喜若狂，挎着大步，跳上了床仔细的阅读起来，“嗯，所言极是！”我一边看着武则天的故事一边口出狂言。这一看，看的我都跟有了网瘾一样，把要做的作业都忘了。开饭的时间到了，我连我以前的习惯动作开电视都没做，上前就在问端菜的妈妈，“妈妈，武成辞真的与电视中所讲的一样时时都在找借口陷害狄仁杰吗？”“我也不是很清楚，你自己看吧！”妈妈把菜端上桌子摆摆手说道。我坐上椅子，“哗啦哗啦”几口一吃，便跑到房间继续品读起来。

到了晚上，妈妈眯着眼睛从卧室里慢慢的走出来对我说：“同同，时间不早了快睡吧！”我也眯眼看着前面的大钟说道：“睡什么睡，才9点57分！”妈妈吃惊的说道：“你眼花了吧！都10点45分了！”妈妈顺手拿了我的电子小闹钟，我一看才知道看过时了！只得依依不舍地把书放在一边，明日再看了！

我刚刚躺上床，又想到项羽的毛病这篇还没看完呢！于是，我又开了小灯偷偷的看了一会儿，最后实在有些疲倦，终于把爱不释手的书放下来睡觉了！

”读书使人充实，思考是人深邃，交谈使人清醒“，”读书给人以乐趣，给人以光彩，给人以才干。“这些都是关于读书的名言，我发现了读书的好处。

就像上面所说，读书可以使人感到充实，在没有事或休息时，书就是你最好的朋友，如果你打开书，你就会知道原来书中是如此有趣，书就像你饥饿时的一块面包，难过时的一丝温暖，同时还是你心灵的一把钥匙。当我在难过、悲伤、失望时，打开书就会感到一点安慰，知道了前进的方向，当我泄气时，书中的故事又在不时的提醒我，鼓励我，不能半途而废，书还是孤独、寂寞时的一位知心朋友，它会告诉你怎么

做对，让你不再孤单，书也是开启心灵之门的钥匙，告诉你道理，告诉你方法，让你知道该怎样做人，该珍惜什么。

读书的好处等着大家去发现，书中的知识内容等着大家去了解，让我们一起来读书吧，养成良好的习惯，让我们与好书为伴！

## 运动的好处英语演讲稿篇四

大家好，我是六(1)班的，今天我演讲的题目是“以读书为荣，做书香少年。”有人说：“读书足以怡情，足以博彩，足以长才。因为书中有着广阔的世界，书中有着永世不朽的精神，虽然沧海桑田，物换星移，但书籍永远是新的。热爱读书吧！像饥饿的人扑到面包上那样，做书香少年，阅读撼人心弦的高贵作品，让目光投向更广阔的时空，让心灵沟通过去和未来，已知和未知。

世纪老人冰心说过：“读书好，好读书，读好书。”这是一句至理名言。读一本好书，可以使心灵充实，使之明辨是非，使人有爱心和文明行为、礼仪规范。

读书是一种“静趣”，是一种“心趣”。当自己一个人时，静静地坐在书桌前，她会娓娓动听地向你讲述一些新鲜故事来，讲述一些大的道理或小的道理，读书不仅可以使我们开阔视野，增长知识，培养良好的自学能力和阅读能力，还可以进一步巩固课内学到的各种知识，提高我们的认读水平和作文能力，乃至对于各科学学习，都有极大的帮助。

“半亩方塘一鉴开，天光云影共徘徊。问渠哪得清如许，为有源头活水来。”同学们，让我们畅饮这“源头活水”，攀登这人类进步的阶梯，以读书为荣，做书香少年！我的演讲完毕，谢谢大家。

## 运动的好处英语演讲稿篇五

大家好!

我叫张嘉悦，我的演讲的题目是《读书的好处》。

你们喜欢读书吗?请拿起有益的书藉，和我一起走进书的王国吧!因为在那里，你会开阔视野、丰富感情和思想、自由畅想、随意表现出自己的喜怒哀乐。大家知不知道读书的好处?读书的好处其实有很多很多：可以使我们不出门，便知天下事;可以提高我们的阅读水平和习作水平;可以使我们变得有修养等等。读书可以帮助我们领悟人生的意义，读书可以学贯中西，读书可以广济天下民众，读书可以踏入智慧的殿堂。自古以来，许多科学家还因看书而到了忘我的境界。这不，物理学家丁中小时候因看书看得入迷，忘了妈妈的嘱咐：一定要把饭桌上的菜和饭吃了。等到妈妈回来，已经晚上了，却见饭桌上的饭菜原封不动，便知道了。

诸葛亮曰：“非学无以广才非志无以成学。”意思是：只有学习才能增长知识，只有立志，才能真正学到东西。书是人类精神的营养品，可以让我们增强意志、养成品格高尚的习惯。要是人类精神没了补贴，这个人就没什么用了!

我的演讲完了，谢谢大家。