

2023年体育运动的英语演讲稿 体育的演讲稿(精选8篇)

演讲中的抑扬顿挫，相当于音乐中的节奏，音乐需要节拍，演讲也需要节拍，你应该让你的演讲充满节奏感，节奏就是你口头表达进度的度量。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的演讲稿模板范文，我们一起来看看吧。

体育运动的英语演讲稿篇一

同学们，大家好！

“晨兴跑拉拍，带月坐卧曲”大家已经炼就了烈火金刚□xx年体育中考的号角已经吹响，明天我们就要背上行囊，去镇雄角逐我们的考场。城里的风光无限，那里的世界精彩，但请大家记住：革命尚未成功，同学们仍须努力，切忌功亏一篑。“进京赶考”是幸福的，可城里的一切只是个传说，千万千万不要迷恋，牢记此行的目的，听从老师的指挥，是此次成功的秘笈。

“兵马未到，粮草先行”在这出征之际，我讲以下几点：

一、按照你们家长代表和驾驶员签订的《体育考试乘车安全协议书》的相关要求安全乘车。

二、按照你们及其家长和班主任老师签订的《未统一食宿学生安全协议》、《统一食宿学生安全协议》的相关要求应考。

三、一切行动听指挥，坚决、无条件服从带队老师的管束，绝对禁止私自离开集体、教师，单独行动，否则后果自负。

四、加强时间观念，按时休息、按时就餐、按时集合、按时

应考。

五、考试之前和当天需要注意的事项。

1、考试当天要轻装上阵，没有心理包袱。身上不要戴任何与考试无关的东西，衣服上的徽章和口袋里的钥匙、手机等硬质物品要取出。

2、备好合适的鞋子与服装。（鞋子应兼顾篮球防滑与跑步时的舒适，最好选用薄底宽纹运动鞋、一定要系好鞋带）

3、带好充足的水，饮食上注意卫生，注意简单，切忌空腹和饱腹。考试当天早上起来不要吃太多东西，以易消化高热量食物为主。

4、早睡早起，每天晚上10：30必须上床睡觉，早上6：30起床。中午要保障40分钟的睡眠时间。保持良好的体力。

5、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。

6、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。

7、体育中考的最后一项测试都是“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。

同学们，无限风光在险峰，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，笑到最后的才笑得最美!本次考试，在战略上我们要藐视它，在战术上我们要重视它。

同学们，三分天注定，七分靠打拼，爱拼才会赢。敢问分在何处，分就在脚下。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，曲长我们的坐卧，起坐我们的仰卧，考出我们的风格，考出我的成绩!

同学们，英雄弯刀，号角吹响，背上行囊，带上强健的体魄，冲啊!前面的硕果正在飘香!

体育运动的英语演讲稿篇二

你们好!

本学期我来担任1年级部分班级的体育教学工作。今天各位家长把孩子送到学校里来，无非有1个目的：就是让学生学到更多的知识技能。要想学好这些，首先要有一个好的健康的身体。三天两头长病肯定不利于学习。

目前，咱们国家青少年现状就是：活动时间少，青少年的健康指标持续下降，超重超胖的学生在各班越多，近视学生比率很高。

想要让你的孩子身体健康，跑的快，少长病的话，那就多鼓励你的孩子多参加体育锻炼，积极认真的去对待上好体育课。

一年级体育课，主要是游戏为主。包括基本的走跑的游戏，简单队列队形游戏，小篮球小足球游戏。趣味性强、健身性强，这些活动可以使你的孩子的身体更加的协调和灵敏，更好的促进孩子的成长发育。有了健康的身体，长大了才能更好的去工作和生活。孩子比较小，是非判断力低，咱家首先要多鼓励支持孩子参加体育锻炼，上好体育课。

为了上好体育课，需要家长做好以下配合工作：

1、给孩子准备好一双运动鞋。有条件的最好穿运动服装或校服，都可以。学生上体育课应着宽松合体的衣服和运动鞋，舒适弹力的服装可以使孩子在活动中倍感舒适，同时有助于提高运动能力，促进身体健康，反之如果穿皮鞋就容易在快速跑中使脚部受伤，这是上好体育课的很重要的保障。

2、遵守课堂纪律，听从老师指挥。上课要注意听讲，按照老师要求在老师带领下进行活动，不得私自离开队伍或操场。回去给学生强调强调。

3、注意不应空腹上体育课。早上一定为孩子准备好饭。空腹上体育课。不利于健康。

4、安全时刻要牢记。体育课活动期间，不得口袋里带有小刀、钥匙、铅笔等尖锐物品；不得私自攀爬体育器械；不得私自攀爬体育器材，以免发生意外。男同学在踢球时，如果带眼镜的话，一定先摘掉眼镜。

5、体育课请假。

学生生病，一定要家长的假条或者是医院医生的假条，体育老师方可批准。

体育在学校教学中的地位显著提高，这是社会的发展，时代的进步，是教育规范化的需要，是素质教育，爱生教育的对学生的呵护，也是北苑小学最近4年来规范抓教育教学的硕果。

我们学校先后取得过济南市“市长杯”第三名的成绩，取得过天桥区田径第六名的好成绩，取得过乒乓球全省第一名的成绩。成绩很多不在一一细说。

最后说一句：想让你的孩子能为他一生的幸福、工作打下一

个好的基础，那就多鼓励支持学校的体育工作吧。谢谢！

体育运动的英语演讲稿篇三

本日我演讲 的题目是——论长跑熬炼的好处。

20xx年寒冬冬季，北风冷落，凉爽街头，疏落人迹，抬头看空荡荡的枝头，一股莫名的悲伤由但是生，残落的干叶在北风中打着旋飞翔落下，似翩翩的舞者，只留下孤独的枝头在冷静的季候打颤抖动。

朝晨，闹钟在狂震，如今你是不是有种把它摔下去的激昂？科天的被窝真诱人，真想暖和还大略连续搁浅。所以面对一次次的冬季长跑熬炼，你退守了，你偷懒了，你遁藏了。孰不知你逃开的，不可是跑步练习，另有关于你毅力的考验，体格的熬炼。

让我们来听听专家怎样向我们讲述健身长跑的好处吧！

有关专家表现，长跑可进步呼吸系统和心血管系统机能，科学实践证明，较长时候有节拍的深长呼吸，能令人体呼吸大量的氧气，吸取氧气超出平常的7—8倍便可以抑制人体癌细胞的发展和滋生。其次长跑熬炼还改进了民肌供氧状况，加快了心肌代谢，同时还使心肌股纤维变粗，心收缩力加强，从而进步了心脏工作本领。

长跑有益于防病治病，长跑使血液轮回加快，对分泌系统有害精神起到清洗效用，从而使有害精神难以在体内搁浅分散。据测定得知，16分钟跑3000米或25分钟跑5000米，可低落血液中胆固醇，对高血脂症、血管硬化、冠芥蒂、脑血管疾病有精良的防备效用。

更紧张的是，长跑能陶冶人的性情，熬炼吃苦刻苦，克服坚苦的意志。

有关资料还呈现，长跑能健脑，冬季气温较低，在冷风晨雾中长跑，会刺激机体保卫性反响，血液轮回加快，脑部血液流量加快，调理大脑体温中枢效用，从而供给大脑更多营养，进步进修效益，还对大脑记忆效用有增加效用，并且长跑令人感情乐观颓废，有助于增加食欲，加强消化效用，增进营养吸取。

体育运动的英语演讲稿篇四

敬爱的老师亲爱的同学们：

大家好！

我是来自四(1)班的李睿，我十分荣幸地能够成为体育委员候选人之一。体育委员是很多同学向往的职位，需要一个具有体育爱好有爱心的人来担任。俗话说“海阔凭鱼跃，天高任鸟飞。”我竞选体育委员是更好地为同学们服务，增强同学们的体质，锻炼自己，做好老师与同学们之间的桥梁。

我是一个有爱心，有职责心，用心主动，任何事不做则已，做则必须做好的人。经常助人为乐，关心班群众，还一点就是我的嗓音十分响亮。

假如我能够竞选上体育委员，我必须会带好班头，组织一系列有益的体育活动，让同学们能够更好的锻炼身体。假如我没有被选上，我也不会灰心，我会更加努力，把不足的地方自我完善，我相信我必须会竞选成功的。

爱迪生以前说过：前面一百次跌倒，也要一百零一次站起来。老师，同学们，为我加油，请支持我，投我神圣的一票吧！

我的演讲完毕，谢绝大家！

体育运动的英语演讲稿篇五

大家晚上好！

很高兴有机会和大家一起交流。重智轻体，自古以来在人们的心目中根深蒂固。一些家长宁愿对孩子智力开发上不惜血本，也舍不得花时间花本钱，投资在增强体质上，总觉孩子参加体育活动就影响学习，影响学习，就进不了好学校，导致毕业后很难找到好的工作等等。这是一种十分错误的逻辑和想法。我国教育家对学生的受教育情况概括成几句话：教育过程中，智育不好是次品，德育不好是危险品，体育不好是废品。简短的几句话，可以看出体育的重要。

学校的体育课、课外活动以及学校运动会等各种活动，无疑为学生锻炼身体，养成良好的卫生习惯，掌握科学健体的知识和方法，形成健康的体魄提供了有利条件。

英国教育家洛克有句至理名言：健康的心理寓于健康的身体。心理健康是指一个人处于自我感觉良好，并与他人和社会保持和谐的状态。一个心理健康的人应该情绪稳定，性格开朗、意志坚强、自尊和自信。体育锻炼是增进心理健康的重要手段。我们学校今年放学后有篮球培训。这位负责篮球培训的陈老师，就是专门研究篮球促进学生心理健康的研究。而且在培训中加以实施。

1、培养学生顽强的意志

体育运动一般伴有艰苦、疲劳、激烈对抗，竞争等特点。在参加运动时，总是伴随着强烈的情绪体验和明显的意志努力。因此通过体育运动有助于培养人的勇敢、顽强、吃苦耐劳、坚持不懈的意志品质。

2、培养学生的自信心

由于主客观原因造成学生体育水平参差不齐，基础较差的学生害怕做出的身体练习别扭好笑，在学习过程不敢参与练习，敷衍了事。针对这种情况，教师一方面对基础差的学生采用降低动作难度，加强个别辅导，循循善诱，使他们获得更多的成功体验；还可运用激励机制，对学生取得的不同程度的进步，给予充分的肯定和及时评价，以增强学生的自信心。

3、形成和谐的人际关系

研究表明：经常参加体育运动者更易与他人形成亲密的关系，人际关系更和谐，更有助于产生亲近感，消除孤独、恐惧等心理疾病。体育运动过程中存在着人与人之间，个人与集体之间，集体与集体之间的相互交往，这种交往可以使群体中的成员，在体育运动中相互影响，相互作用，产生情感上的相互感染、沟通，从而增进了解，促进了人际关系的和谐发展。最后，给大家介绍一下我上体育课的思路。五六年级的学生，马上就面临着升学。在中考中体育占的分值是30分。

15平时分，每一学年5分，初三的5分就看800米，男1000米的成绩。中考的项目是考三项。第一项：游泳或800米5分、第二项：拍球、篮球等。第三项：三选一的考（前立卧撑、仰卧起坐、一分钟跳绳。）根据这种情况，我们的体育课每节课上必须跑三圈，要求不能走路。老师也经常鼓励学生，提高孩子们的积极性。球类项目上篮球和拍球以及乒乓球。乒乓球是学校的特色项目，每周安排一次的乒乓球课。学校每年都开展仰卧起坐和一分钟跳绳比赛来发展学生身体素质。

今天和大家家长分享了有关体育的重要性。我相信每个家长都希望自己的孩子健康快乐，学业有成的。赶快行动起来，重视自己的孩子，让孩子全面发展。

体育运动的英语演讲稿篇六

大家好！

教育部、国家体育总局、共青团中央去年向各省市自治区下发了《关于全面启动全国亿万学生阳光体育运动的通知》。通知要求，在全国范围内统一举行阳光体育运动，全面启动、全国亿万学生集体锻炼一小时活动。希望利用该活动吸引广大青少年学生走向操场、走进大自然、走到阳光下，积极参加体育锻炼，掀起群众性体育锻炼热潮。以此迎接北京奥运会。

我校xx年春季趣味运动会在今天隆重开幕了。我谨代表学校对大会的顺利召开表示热烈的祝贺！

同学们，你们是21世纪的主人，是祖国的希望，肩负着建设祖国的神圣使命，要完成这一历史任务，不仅需要广博的知识，更需要强健的体魄。所以，在老师的辛勤教导下，不仅勤奋刻苦地学习科学文化知识，也在坚持不懈地锻炼自己的身体，磨练自己的意志。

会以最佳的竞技状态投入比赛，会严守运动会纪律. 遵守竞赛规则，服从裁判的判决和大会工作人员的管理，有组织、有纪律、有秩序地参加比赛，赛出成绩、赛出水平，促进我校的体育工作跃上新的台阶。各位裁判员也一定会坚守岗位，公正裁决，热情为运动员服务，确保比赛顺利进行。

同时要求，在运动会期间，全体工作人员、全体学生要牢牢树立“安全第一”的思想，确保比赛安全。爱护校园，不乱扔瓜皮果壳、包装袋等污染环境的物品，使运动会在良好的、整洁的、优美的环境中进行，以取得运动成绩和精神文明的双丰收，以实际行动和优异成绩显示××实验小学的风貌。

让我们借助这样一次体育、艺术活动的盛会，共同祝愿

学校的各项事业更加繁荣昌盛，兴旺发达！预祝本届艺术节、运动会取得圆满成功！

体育运动的英语演讲稿篇七

尊敬的老师、亲爱的同学们，你们好！我是六一班的林禹东。今天，我很高兴参加大队部委员的竞选。首先，我感谢学校组织这次活动，也感谢六一班的老师与同学们对我的信任和支持。

我现在是班里的中队长，对工作尽心尽责，认真完成老师分配给我的每一项工作，是老师的得力助手。我还是英语课代表、体育委员，在操场上你能经常看到我带领大家上操的身影。

我性格随和，所以在班里是同学们的好朋友，能帮同学们排忧解难，有求必应。曾多次公开表演笑话故事秀，有“开心果”的昵称。

我学习态度认真。遇到难题，我总是喜欢“打破沙锅问到底”。连续五年获得“三好学生”称号，多次荣获“阳光儿童”勋章。

我兴趣广泛，尤其喜欢钢琴演奏和游泳……

如果被选上大队委员，我将不辜负老师和同学们对我的信任，严格要求自己，认真负责、全心全意地为同学们服务。

如果我落选了，我也会由衷地感谢老师和同学们，让我拥有这次难忘的经历。

如果大家支持我，就请为我投上神圣的一票吧！

谢谢大家！

体育运动的英语演讲稿篇八

在一片欢呼雀跃中，一年一度的体育节又结束了。

我们虽然奖牌不多，虽然有一些小矛盾小争议，虽然有些地方不公平，但大家也坚持了下来了，总分也神奇般地得了第二，皆大欢喜呢！

看着我们班的体育大神在赛场上“飞来飞去”，我们这些支持者真的高兴、很激动、很欣慰。

中间有一些小插曲，比如说，张琨琰她们组有人抢跑，然后取消了她的成绩。于是大家都为张琨琰打抱不平，并且找老师、裁判说理，（体现了c1的“团结”），于是最后还是得到了一块铜牌回来；女子接力，二班同学挡了我们班的道，我们为女生们加油打气，并且有录像为证，又找裁判、老师说理，最后我们也成功了。

可是□c1是团结没有错，可是我们的团结体现在哪里呢？什么“裁判收了钱”“裁判黑哨”的声音不绝于耳，也许只是开玩笑，但我认为有些过分，毕竟，裁判他也是社会主义劳动者，他也辛苦，难道当裁判做得好了有奖牌？他们可以说是无偿服务的。裁判也是同学啊！他可能只是太累看花了眼，可能只是一时出了些疏忽，而不可能是故意而为之。

如果我们的“团结”，我们的“同仇敌忾”，是用来骂校友的，那不如不团结。“友谊第一，比赛第二”这句话应该是内化于心外化于行的，口口声声说了，到头来哪里出了问题，然后骂街的话，那是真的得不偿失。最后一次体育节，留下的应该是美好的回忆，而不是愤懑与苦恼。

我知道大家写感想大多应该是写鼓励的话，所以我的感想可能跟大家不大一样，但是，我们都有一个共同的目标，那就是——共创ceo1的美好未来！