

体育活动演讲稿三分钟 教职工体育活动 方案体育活动方案(优秀8篇)

演讲稿是演讲者根据几条原则性的提纲进行演讲，比较灵活，便于临场发挥，真实感强，又具有照读式演讲和背诵式演讲的长处。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？以下是我帮大家整理的最新演讲稿模板范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

体育活动演讲稿三分钟篇一

为丰富教职工的业余生活，增强教职工体质，促进教职工之间的沟通交流，强化学校工会的凝聚力、向心力，倡导每天锻炼一小时，健康工作五十年，幸福生活一辈子的健康理念，特组织开展趣味体育活动。为保证此项活动顺利实施，特制定本方案。

一、活动目的：

- 1、愉悦心情，缓解工作压力，增强教职工体质。
- 2、增加教职工之间的沟通和交流，增强工会的凝聚力、向心力。

二、活动要求：每个年级选派教职工参加

三、活动地点：学校操场

四、活动内容：奔腾列车、二龙顶珠、托球绕标杆、螃蟹背西瓜接力、跳绳

五、参加人员：学校全体教职工

六、活动时间：2012年11月 日

七、活动形式：1、全体教职工自行到学校操场集合。2、以年级为单位参加趣味活动。

八、比赛方法和规则

一名队员的撞线时间为准。完成比赛用时最短者胜出。

2、二龙顶珠：每队20人，男女不限。比赛距离为30米，比赛开始前，每队两名队员面对面站立，并用额头相互顶托一球，两人各自将双手搭在对方肩上。听到出发信号后，横向移动至终点，并将球交给本队第二对队员，用同样的方式移动至起点，将球交给本队第三对队员，同样用额头顶托球移动至终点。用时最少的队为优胜对，并以此排列名次。如中途掉球，应在掉球处将球捡起顶托好后，再行前移。如不在原处将球顶托好就前移，则加罚5秒钟。在整个行进过程中，都不得用手扶球、顶球，否则每次加罚5秒钟。

3、托球绕标杆：场地器材包括羽毛球拍、垒球若干

比赛方法：发令后，运动员手持羽毛球拍上托垒球，以s形绕过跑道上的标志，经折返处返回继续绕过标志。跑回到起点，用时少者名次列前。

4、螃蟹背西瓜接力：比赛场地在成才大道，距离20米，每个年级选派16人(男女各8人)参赛，一男一女为一组。要求两人背对背，双手向后相互勾紧，中间夹一个篮球，听裁判号令，一齐向前跑，球若落地则需重新夹起从落地处(由裁判确认)重新出发，按所用时间排名，时间少者为胜。

5、跳绳：每个年级选5人(男女不限)1分钟跳短绳，总个数多的为胜。

九、每项比赛第一名记5分，第二名记3分，第三名记2分，第四名记1分，最后以所有项目加起来的总分取由高到低取团体前三名。

一、指导思想：

教学是学校永恒的主体，教师是教学任务的重要承担者。健康的身体是教师的个人资本，也是学校的集体资本。为了使教师有一个健康的身体和一份美好的心情，学校将开展教职工文体活动。以锻炼教师身体，缓解工作压力，增进同事间的凝聚力为前提，旨在强健体魄、愉悦身心、丰富精神世界、提升生活品味，真正达到“每天锻炼一小时，幸福生活一辈子”的目的。

二、活动宗旨：

通过教师的全员参与，切实挺高教师身体素质，在各项活动中，增强教师团队协作精神。增强党支部、工会组织的凝聚力、向心力、战斗力，营造团结紧张、严肃活泼的工作氛围，进一步营造和谐校园氛围。

三、活动时间：20**年6月13日 下午6:00

四、活动地点：学校篮球场

五、参加对象：全校教职工(没有特殊情况的，请每位教职工都积极参与)

1、集体跳绳：每参赛队上场7名队员，2名甩绳，其他5名参赛队员原地跳绳，时间为1分钟。在一分钟时间内，各队以5名参赛队员集体成功跳过绳总数排列名次。

2、定点投篮：在规定距离，罚球线及罚球站位的区域指定位置上

分三点进行每点投篮三次，每参赛队上5名队员，以参赛队员总和进球多少决定名次。

3、端球接力：听到发令后，手持球拍端乒乓球跑到对面，如果乒乓球掉地，需捡起从起点重新跑，每队出6名参赛队员，用时最少的队胜出。

1. 各项比赛具体事宜最后由学校工会决定通知，由体育组具体执行安排，希望全体教师在工作之余能积极参与，锻炼身体，增强体质，快乐一生。

2. 比赛未尽事宜将另行通知。

一、活动时间

20**年12月第16周。

二、活动地点

麻柳小学旧操场

三、活动人员

麻柳小学在岗教职工

四、人员分组

第一组：组长王路，组员邱超、范小梅、聂心梅、小刘涛、高国庆、杨东、李芬、何明杰、晏方莉、余燕、杨思渊、王淋、刘明春、曾秀川、杨文超、陈钢、邓江伟、杨雪梅。

第二组：组长刘昌明，组员张启全、田容、张毓星、田忠合、王晓菊、杨朝伦、杨朝兵、杨理、张功群、张文胜、肖忠梅、田凤、大刘涛、杨仁伦、殷天宇、徐贵菊、、殷雪林。

五、活动过程

16周星期三学生趣味体育比赛过后，教职工进行25米往返跑接力赛和拔河比赛。比赛裁判：张毓强、杨波。器材准备：张毓星。

六、活动奖励

此次比赛设一、二等奖。奖励学习用品。

七、活动要求

(一)此次活动是工会集体活动，每名教职工均要参加，如无故不参加者将不得奖品。

(二)天气寒冷，参加活动前请每位教职工做好准备活动，防止肌肉拉伤。

(三)其它未尽事宜请询问邱超同志。

八、活动组织机构

(一)领导小组

组长，王路，校长。

副组长，刘昌明，党支部书记，副校长。

邱超，副校长、工会主席。

九、工作机构

组长，邱超，全面负责活动组织工作。主要负责组织协调、制定工作方案、牵头完成奖品发放工作。

成员，高国庆，协助组长工作。

张功群，协助组长工作。。

杨仁伦，协助组长工作。

杨雪梅，协助组长工作。

20**年12月15日

体育活动演讲稿三分钟篇二

以促进学生的全面发展为宗旨，以学校为基础，激发中小学生对体育与艺术的兴趣和爱好，提高学生的身体素质，培养学生健康的审美情趣和良好的艺术修养，丰富校园文化生活，展现少年儿童朝气蓬勃的精神风貌。

二、活动主题

与健康结伴 与艺术同行

三、主办单位、协办单位

主办单位：应城市教育局

协办单位：应城市各中小学

四、参加对象与分组

参加对象：度全市义务教育阶段在籍中小學生

分组：分小学组、初中组

五、活动项目

(一) 体育竞赛、表演类项目：

(1) 校园集体舞

(2) 田径

(3) 篮球(限初中)

(4) 乒乓球

(5) 广播体操

(6) 拔河

(7) 跳绳

(二) 艺术竞赛、表演类项目：

(1) 美术

(2) 书法

(3) 声乐

(4) 舞蹈

(5) 器乐

六、活动要求

1、充分反映中小學生健康向上的精神面貌，具有时代特征、校园特色、学生特点；代表校园文化发展的方向，符合中小學生情趣和审美特点，体现思想性和艺术性的统一。

2、各校以新课程理念指导和规划“体育艺术节”，制定详实

可行的活动方案，做到目标明确、主题突出，班班开展，人人参与。在此基础上组织比赛和作品展示。各校活动方案于9月10日前交教育局基教股。

3、活动分为三个阶段

7月各学校制定活动方案，进行宣传发动。8月至9月各地组队训练。

10月至11月各学校组织比赛、作品展示，教育局将派专班到现场评比(评比方案附后)。

12月下旬教育局组织比赛。比赛项目与规程另发，校园集体舞为比赛必选项目之一。

附:应城市中小学体育艺术节活动评比细则

体育活动演讲稿三分钟篇三

- 1、引导幼儿自选喜欢的小器械玩，鼓励他们一物多玩。
- 2、带领幼儿动作有力，有节奏地做好宝宝操。
- 3、观察幼儿在活动中出汗情况和活动量情况，及时提醒幼儿擦汗和调整活动量。

1、自选运动小器械若干（流星球、小转盘、海绵棍等）

2、小皮球人手一份

3、小毛巾数量与人数相同

1、检查幼儿衣服、鞋子等情况，为活动做准备。

2、引导活动，放松关节

转转转，我们小手转起来；扭扭扭，我们身体扭起来；
跳跳跳，我们小脚跳起来；跑跑跑，大家一起跑起来！

1、自选活动

(1) 观察幼儿选择什么器械玩且是否会一物多玩，鼓励他们一物多玩。

(2) 提醒出汗的幼儿用小毛巾擦汗，减少活动量。

(3) 鼓励幼儿介绍并演示自己玩了什么新花样。

2、一球多玩

师生共同进行一球多玩：小鸭走、小兔跳、赶小*、小飞机，开小车，放焰火等。（随机增加幼儿新想出的玩法）

提醒幼儿抬头，眼看国旗

1、 教师领操，引导幼儿有精神动作有力，合拍做操。

2、 随机练习个别做得不到位的操节。

1、 组织幼儿排队有节奏地开火车。

2、 提醒幼儿活动后擦汗，喝小半杯水。

体育活动演讲稿三分钟篇四

1、 双脚投篮

2、 教研组跳绳接力

二、 比赛规则：

1、双脚投篮为教职工双脚夹着一个垒球投向一米外的盆子，以二分钟内投中的多少决定个人成绩。

2、教研组跳绳接力为以10分钟为限，本组教职工轮流跳绳，一人跳死后马上转到第二人跳，以跳绳的总个数决定团体名次。

三、奖励设置：

1、双脚投篮各设男女组一等奖一名，二等奖二名，三等奖三名，优秀奖若干名。

2、跳绳接力设团体组一等奖一个，二等奖一个，三等奖一个。

四、活动组织：

学校工会组织，运动会组委会统一安排。

五、运动员名单：

刘_____

六、接力分组：_____

体育活动演讲稿三分钟篇五

一年级学生刚刚从幼儿园毕业，对于新的学习环境及学习习惯要有一个适应的过程。在这个过程中老师不能急于求成，要有耐心帮助他们，做好过渡的工作。首先让学生认识体育课。什么是体育课？体育课上我们可以做什么？我们能够学到什么？当然在一年级只要让学生清楚地认识到体育课是锻炼身体，让我们健康成长的就可以了。其次告诉学生学习广播操是在学习一种本领，是在锻炼身体，能够学会广播操是一件值得骄傲的事件。由此让学生认识学习广播操的重要性，培

养他们不怕累不怕苦的精神。

二、培养学生听指挥的习惯

体育课其实很强调学生听从指挥。在宽阔的操场上，只有听从指挥，体育课才能进行。所以在上一年级体育课是时要强调听从老师的安排，注意听好口令。当然由于一年级学生年龄较小，所以接受口令的反应会比较慢。我们可以在下达口令前加一个前调。如“注意，听口令”。有了这个前调，学生可以有一个缓和的时间，能够先集中注意力再听口令做出反应。而且在无形中告诉学生注意了老师要下达口令了。使学生养成听口令的好习惯。

三、学习口令，分解动作先行。

广播操教学一般分为分解教学和完整教学。环绕这些教学的始终是口令：1-2-3-4-5-6-7-8、2-2-3-4-5-6-7-8-、3-2-3-4-5-6-7-8、4-2-3-4-5-6-7-8。所以口令就显得特别的重要。

1、要先让学生学会喊口令，知道一个口令叫一拍，使他们了解口令的规律，为动作教学做铺垫。

2、在分解教学时先介绍每个动作，告诉学生每个动作有几拍。有时一个动作两拍(1-2)有时一个动作一拍(1-)。强调拍子及拍数为我们学习动作的整齐度做铺垫。

3、在分解教学时，尽可能让学生跟教师一起喊拍子。这样做一是可以集中学生注意力，二是培养学生注意拍子对应动作的习惯。在难度大易犯错误的动作上可以强调动作而不喊拍子。如12-转头-再转头。这样便于学生注意重要动作。方便教学。

4、一个动作一个动作的练习，巩固。在细节动作方面介绍学

生去注意，认真去学。但不要太强调细节。在学习动作的初始阶段对于动作的要求是总体掌握。在巩固阶段再进行细节方面的调整。

四、注意复习巩固

在学会一节广播操之后要反复的练习，巩固已学动作尤为重要。并且注意在巩固阶段进行细节动作的调整。一个正确的动作反复练习会越做越好看。一个错误的动作反复练习就会一错再错，以至到最后很难改正。所以教师在这个阶段在特别强调动作的准确性及优美度。

体育活动演讲稿三分钟篇六

1、结合庆祝建国55周年重大纪念日，组织举办“爱我中华，扬我国威”大合唱比赛，活动取得圆满成功，民族之声久荡在同学们的心中。

2、以校学生艺术节为平台，周密组织了学生书画、摄影大赛，校园歌手大赛及民族舞蹈大赛，活动的开展不仅让学校挖掘出了大批多才多艺的特长学生，也使许多同学在活动中获得成功的快乐，体验自信。**年12月31日晚的一台“花季曼舞，青春放歌”迎新文艺晚会暨校园歌手、舞蹈决赛将艺术节活动推向高潮，师生同台献艺，喜迎新年，当晚天气虽寒，但校园内却暖意融融，其乐融融。

3、结合全国“国防教育日”，对学生进行了“勿忘国耻，强我国防”主题教育，成功地组织了初一、高一年级新生到武警四支队进行了为期一周的军训实践活动，让学生体验吃苦耐劳、艰苦朴素、纪律严明的军队作风，激励学生在学习、生活中大力弘扬军队的优良传统。**年，我校荣获区教育局、区司令部联合颁发的全区学生军训工作先进单位，**老师获**年全区人防知识教育先进个人。

4、大力支持、动员学生参加全市第九届中xxxx会，校运会的各项比赛及全区、全国健康活力大赛啦啦操比赛。同学们在各项参赛中，不仅为学校、为班级争×××誉，还在参赛过程中得到意志的磨炼。**年，学生文体才华竞相绽放。如梁慧等×××人的动感啦啦操在首届中国学生健康活力大赛暨健美操锦标赛中荣获一等奖、×××赛区第一名，吴茜同学参加第四届全国电视希望之星大赛×××分赛舞蹈比赛获少年组一等奖，李爽获**年×××青少年游泳锦标赛×××米蛙泳全能二项第一名，**获第九届全国中小学绘画比赛三等奖等。丰富多彩的课外文体活动，让学生体验到胜利的喜悦，合作的`必须，坚持的重要，也为学生在生活中增长见识、树立自信。

1、在**年教工运动会上，近百位教工参加板鞋、跳远、铅球、接力赛、跳麻袋等项目角逐，充分展现了我校教师队伍健康活力的精神风貌。

2、精心组织教工及其家属新春联欢会，晚会节目精彩，形式多样，全民同乐。

3、组织教工团员联谊会，丰富青年教工校外生活。

4、大力支持教工参加社会各种有意义的文体活动，为教工文体才能的发展提供宽松环境。如2月份朱宁老师获在香港举行的拉丁舞比赛亚军，田月梅、徐永义两位老师在纪念市解放日长跑冠军、季军等。精彩纷呈的文体活动，丰富了师生课余生活，增强了师生群体的凝聚力，为学校构建和谐文明校园增添光彩。

体育活动演讲稿三分钟篇七

本站后面为你推荐更多体育活动总结！

一、学生情况分析

学生们天真、活泼好动、很喜欢体育课外兴趣小组活动。要利用体育课外兴趣小组活动的有利时机，为学生身心的发展打好基础。通过体育课外兴趣小组活动，锻炼学生的体力，开发智力，提高文化素质，促进学生个性发展，培养优良品德，陶冶美的情操。

二、任务完成情况

本学期的体育课外兴趣小组活动组织严密，活动有效。严格按照学期初制定的计划，及早动手，积极筹划，使体育课外兴趣小组活动时间、地点、人员固定，保证了活动的稳定性。另外，活动内容全面，小组成员对活动内容掌握较快，每次都达到了较好效果。

三、主要经验和体会

1、任课老师每次活动都会精心备课，安排好每一节课的每一环节，以免活动时失控。

2、内容多样化。本学期的体育课外兴趣小组有篮球、武术和田径三个小组，各个小组根据学生情况安排好教学内容，其中更多是以赏识和激励教育为主，大大激发了学生的上课热情。

3、针对性教育。活动时要根据每个学生的特点和特长分配不同的学习任务。发挥他们的长处，补足他们的短处，教师分类指导，指定不同的目标，实施不同的教育。

四、存在的问题及改进方法

活动有时比较缺少目的性，学生不知如何学习。以后要制定具体、明确的目标，严格要求和管理学生，要形成正规的管理模式，制定良好的纪律来规范学生，让学生学有所得。

通过一学期来的体育活动，使学生们深深地体会到“拥有健康才能拥有明天、热爱锻炼就是热爱生命”，进一步树立了体育活动、天天锻炼、终身锻炼的意识，有力地促进我校体育工作，为学生身心的健康发展，打下良好的基础。

体育活动演讲稿三分钟篇八

为了丰富教职工的课余生活，锻炼教职工的身体素质，提高教职工的健康水平。积极参加体育锻炼，“健康工作五十年，幸福生活一辈子”。

活动宣言：老师们，让我们为了身体健康，积极参加锻炼，为健康工作30年、幸福生活一辈子而努力。

领导：吴校长

一组组长：侯校长

二组组长：王主任

1、踩气球2、定点投篮3、跳长绳

1、11月19日进行抽签分组。

2、11月22日至11月29日以小组为单位分散和集中的形式来进行锻炼。（由组长负责）

1、比赛时间：11月30日下午两节课后比赛。

2、比赛地点：本校运动场。

1、踩气球

规则：以大组为单位，左右脚捆绑两个气球，在活动开始后，

互相踩对方的气球，并保持自己的气球不破，或破得最少，则胜出。

2、定点投篮：

规则：分两组进行。队员手执篮球站在罚球线后投篮，投篮姿势不限，每人投三次，队员依次投篮，不得重复，以全队人员投进球总数录取名次，如成绩相等，加赛决定名次。必须在投篮线后投球。若踩线或过线，投中无效。

3、跳长绳：

规则：两名教师摇绳，其余教师列队需从绳的一侧跳至另一侧，循环接替。若有人在跳的过程中失误致使摇绳中断，则不记为通过，比赛继续进行。跳绳比赛规定时间为2分钟，已成功跳过的人次数多少判定胜负。

1、各组积极锻炼，组员积极配合。

2、进行赛前训练，注意安全。

3、参赛人员要团结友爱，互相关心，尽心尽力，保证本次活动顺利进行。

4、服装轻便，清穿运动鞋。