# 129运动演讲稿800字

来源：网友投稿 作者：小六 更新时间：2025-03-04

*129运动演讲稿800字（通用28篇）129运动演讲稿800字 篇1　　大家好!今天我演讲的题目是《生命在于运动》。　　“生命在于运动”是法国著名思想家伏尔泰的名言，这句话已经得到千千万万人的共识。运动有脑力运动和体力运动之分。我们学生的运*

129运动演讲稿800字（通用28篇）

**129运动演讲稿800字 篇1**

　　大家好!今天我演讲的题目是《生命在于运动》。

　　“生命在于运动”是法国著名思想家伏尔泰的名言，这句话已经得到千千万万人的共识。运动有脑力运动和体力运动之分。我们学生的运动主要是脑力运动，我们的学习时间较长，又处于长身体的阶段，如果只有脑力运动而没有体力运动，就会影响我们的健康成长。

　　人们常说：文武之道，一张一弛。最好的办法，就是每天挤出一小时或者更多的时间，去跑步、去打球、去爬山、去游泳、去健身，或者选择其他的体育运动方式。这样动静结合，脑力运动和体力运动互相调节，对健康大大有利，对提高学习效率也大大有利。

　　作为学生，我们首先应该上好体育课，做好课间操，其次，要利用课外活动的时间，根据自己的实际情况，合理安排时间，经常参加体育锻炼，并且要持之以恒。我所讲的合理运动是指科学的体育锻炼，观察我们的校园，你会发现，有些同学一下课就满操场乱跑。特别是有些男同学，每当一下课就抓紧分分秒秒战斗在乒乓台前。这些都不是科学的锻炼方法。这样反而会影响我们的学习，影响身体的健康成长。我们提倡适当的、适量的、有节制的、有时间控制的体育锻炼。

　　我们要参加体育锻炼，我们的老师更需要参加体育锻炼，因为你们工作忙，压力大，家庭琐事多，就更需要挤出时间，走向户外走进自然，去参加各种各样的体育锻炼。

　　生命在于运动。运动，带给我们活力;运动，带给我们快乐;运动赋予我们勇气;运动，赋予我们力量!运动让生命之树长青!老师们、同学们，露出你们的笑脸，做个运动的自己，做个快乐的自己，做个健康的自己!谢谢大家!

**129运动演讲稿800字 篇2**

　　各位同学，大家好!

　　1935年12月9日，北平学生数千人在中国共产党的领导下，举行了抗日救国shi威游行，从此以后掀起了抗日救国运动的新高潮。因此，我今天演讲的的题目是“大力弘扬爱国主义精神”。

　　什么是爱国主义?列宁说;“爱国主义是指人们对祖国的忠诚和热爱，是千百年来巩固起来的对自己祖国的一种最深厚的感情”。正是这种崇高的感情使人们为了祖国的繁荣富强奋斗终身，为了捍卫祖国的独立和尊严而奉献出自己最宝贵的生命，历史上这样的仁人志士数不胜数。正因为历史有如此强大的威力，所以说：“在新的历史条件下继承和发扬爱国主义传统，需要广泛深入的进行爱国主义教育。”

　　中华民族502025年的文明历史得以延续，是和爱国主义的民族传统紧密联系在一起的。古时有晏子“利于国者爱之，害于国者恶之”的大声疾呼，有屈原“身既死兮神以灵，子魂魄兮为鬼雄”的悲壮高歌，有诸葛亮“鞠躬尽瘁，死而后已”的一生实践，有陆游“位卑未敢忘优国”的千古佳句。

　　事实上，爱国主义是以对民族和国家的关注和眷恋为基础的，它虽然可以由热爱国土、历史、文化等感情的形式萌生，但必由民族意识洗礼方能获得成熟化的表现形式。无论在东方西方，从18世纪开始，国家的主权和民族的命运都成为最鼓舞人心的事件。美国独立战争在今天被看成西方近代民族意识的一次最大规模的爆发，而在法国大革命时期，各地纷纷宣誓，放弃分歧来保卫国家，在东方，帝国主义列强的入侵惊醒了千年氤氲沉醉的梦境，国破家亡唤起了强烈的爱国情感。可以说悠久文化的历史积淀形成了爱国意识的不竭源泉，但这传统无法与时代同日而语，曲折艰难的生存状态却提供了一种空前清晰的关于国家命运的自觉意识。于是，在中华大地上，人们内忧政治朽败，外患列强瓜分。为救亡图存，前有康有为变法半途夭折，后有辛亥革命建立民国，众多仁人志士赴汤蹈火义无返顾。轰轰烈烈的“五。四”爱国主义运动爆发，为历史掀开了崭新的一页。而中国共产党的建立为传统的爱国主义注入了马列主义的精髓，伴随中国人民战胜各种顽敌，从胜利走向新的胜利。

　　然而，在七十多年后的今天，爱国主义提倡的价值观与现实大相径庭。爱国主义提倡对祖国和中华民族的深厚感情，提倡“为国家为社会为民族的整体利益，奋不顾身地工作着，毫无保留地贡献出自己的聪明才智”。但是，在市场经济利益观作用下，人们崇尚金钱，追逐名利。正如马克思所说：“你自己不能办到的一切，你的货币却能办到”，人们讲求“实惠”，要求付出与获取成正比，在这样的价值观主导下，个体在情景中的行为选择是以能否获取金钱来衡量，凡是不能获取金钱的行为都是愚蠢的，都是个体所极力回避的行为，所谓“金钱确定人的价值”观念日益盛行。

　　此刻，闻国歌而兴爱国之思，这不应随时间而渐渐远离，而是应被赋予时代特有的意义。上世纪80年代后，随着冷战的结束，世界呈现出多极化发展趋势，科技的进步和全球性经济发展使爱国主义得到了升华，要求人们突破传统的乡土观、民族观、国家观，以面向全球的思维方式不断发展。试问，如果以个人主义替代国家利益，人类如何推动全球化发展进程?

　　饱经风霜祖国母亲的孩子们，可忆起北平的紫禁城，湖南的岳阳楼，青海的凄寒，西湖的柔美，长江的浩浩，黄河的滔滔，在不久的将来，这将是我们一展宏图之地;祖国美好的明天，这7个字激起了我们每一个人的热血、热情、热泪，让正义之血为之喷涌，让自由之泪为之洒落，让真理之情为之坚定吧!

**129运动演讲稿800字 篇3**

　　老师们、同学们：

　　大家好！

　　今天我国旗下讲话的题目是：健身健心，你我同行。

　　健康是人类生存的重要内容，它对于人类的发展，社会的进步，文化的更新，生活方式的改变，有着决定性作用。健康不仅是身体没有疾病，而且应当重视心理健康，只有身心健康，体魄健全，才是完整的健康，那么怎样保持健康的身心，做一个阳光少年呢？

　　首先，在心理方面拥有正确的自我观念，能了解自我，悦纳自我，能体验自我存在的价值。乐于学习、工作和生活，保持乐观积极的心理状态。善于与同学、老师和亲友保持良好的关系，乐于交往，尊重友谊。面对挫折和失败应具有较高的承受能力，具有正常的自我防御机制。面对生活始终保持热情，热爱集体。拥有现实的人生目标和社会责任感。要有安全感、自信心和自主性，而不是保持过强的`逆反状态。凡是宽以待人，对他人要宽宏大量，乐于帮助他人，为他人着想。学会沟通、交流、倾诉自己的想法。

　　其次，在生活方面，养成良好的生活习惯是至关重要的。现代科学研究证明，人体的生命活动时生物钟的严格控制之下有节制地进行运转的。所以只有遵循自然规律，才能保持身体健康。此外保持青春活力的另一秘诀在于运动，体育运动不仅可以促使头脑清醒，思维敏捷，并且还可以调节人的心理，使人朝气蓬勃，充满活力，提高人体的适应能力和对疾病的抵抗力。

　　总之，保持良好的身心健康，对如今的学习生活和未来的发展都起着至关重要的作用。所以，同学们，我们不仅要在课内学习上狠下功夫，也要合理安排课余时间，学会自我放松，调整状态。让我们行动起来，为了美好的明天，做一个阳光少年吧！

　　谢谢大家！

**129运动演讲稿800字 篇4**

　　尊敬的各位领导、各位教职工，亲爱的同学们：

　　我校 XX1 年冬季田径运动会，在组委会的精心组织下，经过全体教练员、裁判员、工作人员和运动员的共同努力，打造了“安全、快乐、健康、和谐”的竞技氛围，圆满完成了预定的各项竞赛任务，如今就要落幕了。在此，我谨代表学校，向为这次运动会做出不懈努力的全校师生员工表示深深的谢意！向获得各类奖项的运动员、和班级表示热烈的祝贺！

　　本次运动会一共有 390 名运动员参与了 23 个竞赛项目的紧张角逐，有 500 余人次获得单项奖，有 7 个班级获得总分奖，有 3 个班级获得宣传奖，有 3 个班级体育道德风尚奖，有 6 位工作人员获得表彰。

　　为期两天的运动会，进程科学，氛围热烈，效率高，成果丰，展现出了我校师生团结拼搏、积极进取、文明参赛的高尚道德风尚和良好的精神风貌。它虽然没有奥运会壮观，但也是精彩纷呈：短跑中的速度与激情，中长跑中的坚忍不拔，跳高跳远中的优美弧线，两人三足跑中的团结协作，接力赛上的紧张刺激，师生背球接力上的师生协作、默契配合，无不让我们体验到了力与美的魅力。

　　本次竞赛的成功举办，得益于全体师生员工的共同努力，有组委会的精密设计，有办公室的细致操作，有竞赛组的准确指挥，有裁判员的严格执法，有宣传组的摇旗呐喊，有保卫组的安全防护，有秘书组的及时统计，有后勤组的挥汗如雨，更有全体教练员的精心组织、运动员的积极参、拼搏进取，还有各个代表队背后默默无闻、兢兢业业的安保组、宣传组、后勤组以及啦啦队员的辛勤付出。正是因为你们的辛劳付出，才有了我们这一届运动会的安全、快乐、健康与和谐。

　　教职工们，同学们：青春不言败，爱拼才会赢，团结有力量，竞争创佳绩。今天，我们在运动场上的比拼已经结束，但是明天，我们在人生舞台上的竞争将永远继续。我希望全体师生把本届运动会上表现出来的奋发图强、勇争第一的进取精神，团结友爱、通力协作的团队精神，胜不骄、败不馁、坚韧不拨、永不言败的拼搏意志转移到我们的学习、工作和生活中来，让我们的生活更加充实，让我们的人生更加精彩，让我们学校更加安康、和谐，更加辉煌！

　　最后，我宣布，xx中学 年冬季田径运动会胜利闭幕！

　　xx中学教务处

**129运动演讲稿800字 篇5**

　　今夜，隔着81年的光阴，那段带有刺骨寒风的峥嵘岁月依旧鲜活地屹立在我们的记忆中。

　　那是1935年的12月9日，一个普通但不平凡的日子，在历史的故都——北平，为反对压迫和投降而掀起的学生总运动轰轰烈烈德展开。那一天，到处挂满了标语，到处是舞动的小旗，到处是怒吼的口号，到处是浴血沸腾的青年。那一天，白云为之翻涌，大海为之咆哮，长江黄河为之怒吼，中华大地为之颤动。因为，一个蹂躏不屈的民族在苏醒，一个多灾多难的国家在抗争。我们不会忘记是青年学生在国家存亡关头振臂高呼，促使反动派妥协;是青年学生在民族生死毫发间横洒热血，促使民族觉醒。正是青年学生，以他们的实际行动展示了青年的热血豪情，以他们大无畏的勇气诠释了青春的含义。

　　而今，翻过81张历史厚重的扉页，请把镜头伸向现在的青年。汶川的废墟上，我们的青年志愿者还在行动;鸟巢里，年轻的志愿者用微笑服务迎来四方宾客;荆楚大地上，我们的九零后英雄学子用生命筑起无字丰碑……是的，历史的悲壮剪影从来没有被遗忘!站在世纪的高阁上，我们的肩膀时可以承载住往昔那些峥嵘豪情的，我们民族的脊梁从来不是光阴的侵蚀所能掏去的!

　　年轻的朋友，就让那金戈铁马的呐喊沿着风雨飘摇的红色轨迹一遍遍来叩问我们的灵魂一次次来敲打我们年轻的心脏吧。今夜，风依旧萧冷。多少国家还在对我们虎视眈眈国际形势不容乐观，我们的父辈们还在扛着应对金融危机的重担。而我们，身居斗室，也肩负中华民族伟大复兴和发展的使命。我们是国家未来的栋梁是祖国明天的希望，让我们踏着无数先辈的足迹，和着时代的脉搏艰苦奋斗吧。站在又一个时代的至高点上，让我们行动起来吧，用我们的智慧守卫我们黄肤色的家园，把我们的青春奉献在祖国需要的地方吧!

　　谢谢!

**129运动演讲稿800字 篇6**

　　尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　大家好！

　　为了开好本届运动会，老师们做了大量的工作。尤其是体育老师认真工作，严格训练，尽心尽力，周密筹措；班主任老师牺牲了许多休息的时间，不辞辛苦，尽职尽责，组队参赛。全体师生能够充分认识到我们学校举办秋运会的重要意义，以积极的姿态参与大会活动；全体运动员坚持刻苦训练，努力拼搏，积极进取，已经具备了良好的体育运动能力和竞赛风貌。在此，我谨代表运动会组委会向为开好本届运动会做出努力和贡献的各位老师和同学，表示由衷的感谢！向全体运动员、裁判员和教练员，表示深深的敬意！同时也预祝本届运动会取得圆满成功！

　　回顾一年来，xx中学发生着可喜的变化，新建教学楼配套设施已基本完成，近期新上远程教育网络系统，新增一口多媒体教室，新的餐厅楼正在建设之中。办学条件的改善，为xx中学教育教学的发展创建了一个崭新的平台，我们的课堂教学改革正积极推行，已取得了初步的成果圆，在刚刚结束的xx区课堂教学比赛中，我校有6名教师获一等奖，9名教师获二等奖。我们的课间操，大课活开展得红红火火，同学们的学习、卫生等等各种习惯已基本养成。学校圆满完成了各项工作，取得了令人瞩目的成绩，赢得了家长和社会的认可。在“关心+激励=阳光校园”办学理念的指导下，学校致力于加强了年级组、教研组、班主任和备课组的培训、指导和管理，突出了教学的中心地位，确立科学的教育教学目标，优化教学的全过程，从教与学两方面，限度的调动教师和学生的积极性，使我校的教育教学稳步提高，健康发展。

　　我们学校正在开展阳光体育运动。本届运动会，我们要充分开发学校资源优势，发扬“团结、奋进、拼搏”的优良传统，弘扬“更高、更快、更强”的体育精神。我们要发扬中华民族的不屈不挠的拼搏精神，在体育竞赛场上奋勇争先，勇创佳绩。同时希望本届运动会能够促进广大师生的团结合作，增进班集体的向心力，凝聚力。培养学生热爱体育运动，积极参与体育活动的能力和兴趣，从而达到强健身体，磨练意志，促进全体师生的身心健康。希望全体裁判员认真工作，公平公正，严格执法，全体运动员要尊重裁判，服从安排，发扬风格，发挥水平；全体师生要自觉遵守大会纪律，积极乐观的参与，注意安全，不乱跑，不叫嚷，爱护花草，讲究卫生，做文明观众，文明学生。使本届运动会开成团结的大会，文明的大会，友谊的大会！

　　谢谢大家！

**129运动演讲稿800字 篇7**

　　大学运动会闭幕式演讲稿没有不退场的运动员，也没有不退场的观众，掌声一百零一次，还有一百零二次的 落幕，但是我们的辉煌永远也不会被西科学子铭忘。你们的成绩将载入学校的历史，让后人去回忆。

　　记第九届西南科技大学运动会闭幕式 “ 西南科技大学第九届运动会闭幕”，校体委主任副校长懂发勤庄严宣布。之后便是锣鼓喧天，将激情再次充斥着整个运动场。也标志着本次运动会经过两天半的激烈角逐现在圆满落幕。

　　10月24日上午，我校第九届运动会经过两天半的紧张角逐圆满落幕。本次运动会共3110名运动员，6812人次参加了137个项目，学生组11人次破7项校运会纪录，教工组7人次打破5项校运会记录。共计50人次创9项校运会最高记录。而我们环资学院也创造了新的成绩，新的`历史，新的奇迹。获得了学生最佳组织奖，教工组最佳进步奖等，环资学院学生啦啦操也名列前茅。环资学院学生组单位团体总分以504高分位居第四，学生男子组团体总分也以203位居第五，学生女子组团体总分更是以205的高分位列第三。这些都是我们努力的结果，坚持的战果，团结的胜果。而我们环境与资源学院正扬帆起航，勇敢的驶向壮丽的银河彼岸，满载梦想迎接下一个挑战。

　　也许许多表面看来都是无成绩的状态，所不同的是有人在耕耘有人在等待，但是若干时间后耕耘的一了成绩，二等待的依然在等待，而我们环资学院这一刻也印证了我们的努力是值得的，我们做到了对手没做到的，胜利就会属于你，忍别人所不能忍的痛，吃别人使不能吃的苦，就会收获别人使不能收获的了，此刻我们也怀着无比激动的心情见证了我们的胜利。但是我们还会更加的努力，因为将荣誉的奖牌坠在奋飞的翅膀上会阻碍我们去翱翔更远的天堂。得意不忘形，失意不变形，我们环资做人也都按原形，才能证明我们真的能行。

　　此刻第11届全运会也在举行，而我们也正用我们的方式来给他们加油助威，为推动 祖国的体育事业做出我们自己的贡献，本届运动会也发扬了“团结拼搏”的奥林匹克精神，是一次团结的盛会，友谊的盛会，成功的盛会，比赛过程是井然有序的，紧凑而热烈的，成绩也是喜人的，加油吧环资学院加油吧西科大。

　　我相信，壮丽的的人生种子，播种在曲折的土壤里，成长在顽强的毅力里，收获在艰难的攀登中，最终我们是胜利者，参与就是胜利，因为在赛场上留下了我们的身影，运动健儿们，为你们自豪为你们骄傲。

　　这闭幕也是一次完美的谢幕。

**129运动演讲稿800字 篇8**

　　什么是青春?

　　有人说，青春仿佛是朵素洁的昙花，来不及铺张、来不及遐思，甚至来不及弥补欠缺和瑕庛，就那么匆匆地谢了。

　　也有人说，青春是间布置浪漫的小屋子，屋里的墙上画满了江南的芭蕉叶，屋外的檐上挂满了叮叮咚咚的风铃。

　　而我说，青春是一支最质朴的歌，在连绵的调子里却有着最高亢的音符。那音符的里面是对祖国母亲的无限深情、无比热爱。

　　还记得半个多世纪前有这样一群如火的年轻人，他们为在侵略者铁蹄下苦苦挣扎的祖国母亲而悲恸，而神伤，而疾走狂呼。冰冷的水柱喷射在他们火热的胸膛上，妄想冻结他们的信念，却怎么也浇灭不了他们拳拳的爱国之心;坚硬的木棍敲打在他们笔直的脊背上，妄想镇压他们的理念，却怎么也打断不了他们深深的爱国之情;尖锐的警笛声叫嚣在他们的耳边，妄想恐吓他们的意念，却怎么也动摇不了他们坚定的爱国之念。于是乎——

　　看!那漫天飞舞的抗日传单是他们捍卫中华的战斗檄文。

　　听!那“打倒日本帝国主义”、“打倒汗奸买国贼”的彻天怒吼是他们悍卫祖国的战斗口号。

　　看!那用血肉之躯筑就的重重人墙是他们捍卫中华的战斗堡垒。

　　听!那“反对华北五省自治”、“武装保卫华北”、“收复东北失地”的阵阵呐喊则是他们保卫祖国的战斗号角。

　　那一天，就在1935年12月9日那一天，广大爱国学子们用自己的昂扬与热血谱就了一曲青春之歌，唱响了一曲群情激荡的爱国之歌。那一天，天地为之动容。

　　老人们说过，爱国是一种魂，是擎天巨树上的落叶飘向大地母亲怀抱时的那一种殷殷深情，是一种使一个国家虽然饱经沧桑忧患却仍能焕发出生命光泽的力量支柱。

　　的确，那是一种魂!那是一种魂啊——!倘若没有它，我们的青春就如同失去雨露滋润的大地般荒芜;倘若没有它，我们的青春就如同失去灯塔引航的船只般迷惘;倘若没有它，我们的青春就如同失去繁星闪耀的夜空般苍茫。

　　艾青曾在他的诗里写道：“假如我是一只鸟，我也应该用嘶哑的喉咙歌唱：这被暴风雨所打击着的土地，这永远汹涌着我们的悲愤的河流，这无止息地刮着激怒的风，和那来自林间的无比温柔的黎明——然后，我死了，连羽毛也腐烂在土地里面。”同学们，半个多世纪前的中国沟壑纵横、满目疮痍，半个多世纪后的中国风云变幻、机遇与挑战并存。同学们，就让我们一齐在爱国主义飘扬的旗帜下唱起我们的青春之歌，让它回响大地，让它震彻云霄，让它激昂我们精彩纷呈的人生。

　　望向远方，我仿佛又看见了那些坚定而又执着的身影，他们手挽着手，肩并着肩，一直一直向前走去……

**129运动演讲稿800字 篇9**

　　各位老师，同学们：

　　大家好。今天我演讲的题目是《......》。

　　共青团——一个熟悉而又响亮的名字，她意味着一个阵地，一项事业，一种责任，神秘而又神圣。中国共青团走过了80多年的风雨历程，踏着历史的足迹，我们依然可以清晰地听到广大爱国青年在她的带领下吹响进军的号角，依然可以清晰地看到她带领青年们在现代化建设中用血汗演绎的一段段感人故事。今天，我们从纪念一二九运动的宣传工作中就能够切实地感受到她的蓬勃朝气。

　　一二九运动过去七十年了，七十年有多久?七十年可以让一个豆蔻女儿成为银发老人;七十年可以将一个咿呀学语的孩子变成花甲老者;七十年可以让两代人先后走过而立……

　　七十年，对于我们来说是久了些，可对于历史而言呢?当时间的年轮碾到今天的时候，当挂历上赫然显示12月9日是时候，身为一名共青团员，请想想那无数仁人志士抛头颅，洒热血的壮怀激烈;请想想那一个个红旗飘飘令无数儿女骄傲的地方;请想想那已离我们远去的激情燃烧的岁月;请想想那枪林弹雨中所孕育的中华魂………我相信，我们中的每一个人都不会忘记这一天，12月9日，12月9日!——一个普通但不平凡的日子!华丽的辞藻代替不了理性的思考。同是大学生，同是共青团员，同是中国人，当“中华民族万岁”的口号响彻云天的时候，我们每个人所感受的，还仅仅是感动吗?我们要做的就是踏着他们的足迹去开创一条新的道路，一条在和平年代熠熠生辉的中华之路!

　　毛主席说过一段话，是给我们年轻人的，他说，“世界是你们的，也是我们的，但归根结底是你们的。中国的前途是属于你们的……”中国的青年历来走在时代的前端，勇于承担自己的历史使命。从伟大的五四运动到抗日救亡，从新中国的青年突击队到市场经济的弄潮儿，中国青年在共青团的带领下创造着一个又一个辉煌，也坚持着一个能是自己不断前进的信念——永远跟着党走!

　　我们是五月的花海，用青春拥抱时代;我们是初升的太阳，用生命点燃未来。当我们戴着闪闪的团徽，站在鲜红的团旗下，唱着高昂的团歌时，心中无不为之骄傲，为之自豪。

　　团的精神鼓励着我们，优秀团员的事迹感召着我们，回顾历史，展望未来，还需要把握现在。心动不如行动。在建设节约型校园的今天，让我们从身边小事做起，厉行节约，为团旗增光添彩。让我们准备着，时刻准备着!

**129运动演讲稿800字 篇10**

　　老师、同学们：

　　大家早上好!今天我国旗下讲话的题目同样是：《我运动我健康我快乐!》

　　有一个真实的故事，同样告诉了我们体育运动的重要性与好处。法国作家雨果，年青时很有才华。29岁就写了长篇小说《巴黎圣母院》，这本小说轰动了整个法国。之后他还写了很多小说、散文、诗歌……可正当他\_奔放的时候，心脏病却突然发作了。许多人看到雨果发青的脸色，都为他感到惋惜。人们都以为巨星就要坠落了。可雨果并不悲观，他在医生的指导下，每天坚持跑步、游泳、爬山。没多久，雨果的病情渐渐好了起来。于是他又提起笔重新写作。60岁创作了文学名著《悲惨世界》，80岁创作了戏剧《笃尔克玛》。最终他活了84岁。人们看到雨果40岁得了心脏病，最终却成了一个长寿者，都赞叹不已地说：“这真是一个奇迹。”

　　同学们一定听说姚明、刘翔等运动员吧。他们都是运动高手，有着强壮的身体与拿手的运动项目。他们那强壮的身体与拿手的运动项目都是从运动中得到的礼物哦。

　　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。跑步和走路是的运动。早上来到学校可先到运动场跑两圈再上教室;下午放学时也可以去跑几圈或到操场打打球跳跳绳等;饭后在家或附近慢走十分钟。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。

　　为了提高我们的体质健康水平，在此我号召大家做到以下几点：

　　第一、坚持每天早上跑三两圈，跑步时，统一往一个方向，避免相撞，眼睛向前看,双手应该积极摆动,不要插在口袋里;不要一边跑、一边讲话，因为很容易把跑步时带起的灰尘吸到嘴里.

　　第二、冬季锻炼要注意预防感冒，锻炼时着装要合理,锻炼后要及时穿衣保暖.

　　第三、参加冬季锻炼要有顽强的毅力，持之以恒的精神，切不可\"三天打鱼，两天晒网\"，我们很多同学身上缺乏的就是这种坚持。

　　来吧，亲爱的同学们!在这个冬季里，面对严寒，让我们走向操场，走进大自然，走到阳光下，在运动中增强体质，在操场上磨练意志，让运动——成为我们终生的兴趣爱好!让健康——成为我们全面发展的不懈追求!让快乐——成为我们成长过程的伴奏音符!

**129运动演讲稿800字 篇11**

　　各位老师、同学：

　　再次纪念“12.9运动”八十一周年之际，再次学习革命烈士的坚强不屈精神。

　　在77年前的今天，中华民族陷入危难，北平学习团结全国各界民众，武装反抗倭国侵略者，为中华民族的独立解放而斗争。他们散发着耀眼的光芒，照破了国民党政府的腐败欺诈;他们形成了一把把尖刀，刺破了与工农之间的隔膜;他们涌上街头，发出愤怒的呼喊：“打倒日本帝国主义!”“反对华北自治!“打倒汉奸，严惩卖国贼!”等等，一切维护国家统一的坚定口号。

　　北平各大学校的爱国学生坚强不屈，勇敢自信，为维护祖国，不惜牺牲一切。现在，这革命的道路上已铺上了沉沙，革命烈士的鲜血也蒙上了时间的薄膜。

　　革命烈士将和平带来，将和平送与我们手中。祖国对我们无微不至的关怀，难道我们还有不热爱祖国的资格吗?难道我们不应当承担起造福社会的责任吗?革命先辈看到香港、澳门回归祖国，他们一定会感到快乐、欣慰。革命先辈看到祖国日益强大，他们一定会感到无比的自豪。革命先辈们更希望看到祖国未来的美好。

　　我们要为自己现在的幸福生活，感谢那些革命先烈不惜

　　牺牲的努力拼搏。那我们就要更好的对待、珍惜这来之不易的幸福生活，要活得更加出色。也许，你在这里表现得还算不错，请不要忘记，这里只是贵州省的一个点，在中国乃至世界地图上也找不到任何踪影。

　　现在许多学生都是被爷爷奶奶宠着，被爸爸妈妈疼爱着。请好好的想一想，总有一天，你会立足社会，自食其力，离开大人臂膀的庇护，自己展翅飞翔，那么你准备好了么或你在做着准备吗?如果有一天，你失去了父母的那根拐杖，你会不会很脆弱的倒下，会不会胆怯害怕呢?

　　我现在听到一个坚定地回答：不会!不会!不会!纪念129运动演讲稿让我们把握这美好灿烂的时光，努力学习、刻苦加油，长大后做一个有用的人才，报效我们的祖国，像我们的先烈一样，学习他们坚强不屈精神。

　　相信我们会有足够的毅力!

　　相信我们会有无比强大的斗志!

　　相信祖国会以我们为荣!

**129运动演讲稿800字 篇12**

　　尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　大家好!也不知哪位名人说了：“生命在于运动”，也已忘记我何时爱上了运动，可我确实与运动结下了不解之缘，我始终信奉——我运动，我快乐。

　　——题记

　　或许是由于自己身子弱，亦或许是天生好动，幼年的我便开始与父亲踢起了足球——这大概是我的第一项运动了吧。只依稀记得当时的自己毫不懂也毫不遵守规则，确是糊里糊涂地跟着球跑，四处乱踢罢了。疯头疯脑地疲奔于绿茵场中，累了便一屁股坐在地上，望着足球憨憨傻傻地笑，运动的乐趣盎然升起。

　　随着年岁的增长，我已不屑去绿茵场中乱跑乱跳了。在水中畅游却慢慢变成了我的最爱。在岸上，我也许速度比不上你;但若在水中，那里则是任我叱咤的天下。或沉于水，或浮于水;或悠闲，或疾速;或自然，或猛烈——水的滋润，旁人的赞赏，身体的畅快，无不让我忘却一切烦恼。

　　尽管游泳很符合我的胃口，可是一年四季中，乍暖还寒的春，风霜高洁的秋，白雪皑皑的冬都不能入水，于是散步走近了我的身边。轻轻松松，不紧不慢，配之以路旁的绿荫，蔚蓝的天空，难得的闲适感早已因散步萌发出来。日益沉重的学习早已压得我喘不过气来，而散步——则不失为一种改善心态的好方法。

　　不知不觉间，篮球、NBA已经流行于身边，一向酷爱篮球的父亲自然不会让我错过这一项激情四溢的运动。于是我又抱起了篮球，但是每当全身心地投入其中，千辛万苦抢得一个球，然后毫不懈怠地将其传给队友，听到队友的一声鼓励——“好样儿的”“不错”时，我心里仍涌过一阵喜悦。一阵激动，便又更全神贯注地抢断别人的球了。

　　运动伴我成长。一位伟人曾说：“生命不息，运动不止”，我虽然说不出如此深刻的话语，但我也能自豪地高呼：“我运动，我快乐!”

　　谢谢大家!

**129运动演讲稿800字 篇13**

　　朋友们，你们可知道，是二月九日是一个神圣的日子!在这一天，我们可爱的爱国书生，我们可爱的青年们用他们的热血和勇气给后来者上了一堂生动的爱国课。

　　1935年十二月九日这天，寒风凛凛，滴水成冰!一群爱国书生,就在这样的日子里，高呼着“保卫华北,收复失地”。阳光依然懒懒散散，那个冬日依然寒冷凄清 。可是在空气中却漂浮着血腥的味道,胸腔中却翻滚着沸腾的血水!这一天,白云为之翻涌,大海为之咆哮,黄河长江为之怒吼,中华大地为之震颤 .“打倒日本帝国主义!反对华北五省自治!”的声音不绝于耳。那声音是如此的雄壮,在我的耳畔一遍遍的响起;何应亲的拒绝,反动者的棍棒,可却未有一名青年做逃兵!

　　我们不会忘记，七十九年前的这一天;我们更不会忘记那些在敌人的恐怖下高呼着口号散发着传单而不惜抛头颅，撒热血的青年!是他们，在国家存亡的关头，振臂高呼，促使了反动派的妥协;是他们，在民族生死的毫发间，热血横洒，促使了民族的觉醒。他们，以实际行动，展示了青年的热血豪情，用他们大无畏的勇气，诠释了青年的含义。

　　中国站起来了!但是，笼罩在我们头上的阴影还远没有散去。面对日本否认抗日战争，面对钓鱼岛之争，面对周边各个国家的挑衅威胁，我们应该怎么做呢?

　　首先，我们必须牢固树立宏大的理想和高尚的爱国情操。12·9运动的爆发是因为他们都有一颗爱国心，才使他们走到一起，掀起了革命运动的浪潮。所以，只有既定了奋斗目标，才可以激起更大的热情向前进，向前发展，才会在征途上不迷失方向，迷失自我。

　　其次，要有坚韧不拔的毅力和顽强的意志。在前进的路上，随时都会遇到各种各样的艰难险阻，或是种种诱惑，一不小心，就会陷进泥潭，不能自拔。只有具备了坚韧不拔的毅力和顽强的意志，才能够所向无敌坚持到底.

　　最后，要付诸行动，落到实处。拥有高远的理想和顽强的意志，若不付诸行动，也是空谈!

　　朋友们，新的历史篇章将由我们新一代青年来撰写，让我们发扬一二·九精神，为中华民族的腾飞而努力!

**129运动演讲稿800字 篇14**

　　各位运动员、教练员、裁判员、老师们同学们：

　　大家好！全校师生脸上都露出欢乐的微笑，今天。同学个个精神奕奕，摩拳擦掌，企盼着学校第届田径运动会的召开。

　　为了更好地推进素质教育，同学们校运会是为了更好地全面贯彻教育方针。为了更好地落实新课程理念，为了让全体同学进一步地全面发展，不但在德育和智育方面得到发展，同时也要在身体素质方面得到发展，达到掌握强身健体方法，落实强身健体措施，实现强身健体目标。同时把我校的体育教育教学工作提高到一个更高的水平，体现我校新课程新理念在体育教育教学改革中的新形象，展示云城小学的体育教学新风貌。

　　本次运动会的宗旨是以更强、更高、更快的奥运精神为动力，因此。以文明参与、团结拼搏，再创新高为内涵，以实际行动迎接年奥运会。

　　特提出以下几点要求：为了更好地开好本次运动会。

　　1各位运动员要服从大会统一指挥。按时到达各比赛地点，比赛时无论在体能、速度、动作还是心理情绪上都要调整到最状态发挥最佳水平，赛出最好成绩。

　　2裁判员要按时到位。认真做好本职工作。

　　3各班同学要严格遵守运动会纪律。注意不大声喧哗，不乱丢果皮纸屑，非运动员不进入比赛场地。注意安全，确保运动会顺利进行。

　　锻炼中得到成长。预祝云城小学第四届田径运动会圆满成功要把本次运动会开成一个团结、文明、健康、向上的学校盛会。祝全体同学在参与中得到锻炼！

**129运动演讲稿800字 篇15**

　　昨天：在中共《八一宣言》的感召下，北平的青年学生在中共北平临时工委的领导下，于1935年底发动了轰轰烈烈的“一二·九”爱国学生运动，发出了“停止内战，一致对外”的呐喊，那声声呐喊让每一个国人充满了斗志，让每一个中国人为之自豪，让每一个渴望和平的人看到了希望。

　　今天：在祖国日益繁荣的今天，我们回首往昔，不难发现中国的历史充满了曲折，充满了悲剧，而今，当中华民族作为一颗新星傲然闪耀于世界的东方时，人们是否已经忘记了过去的辛酸?是否认为过去的一切不会再出现?其实不然，人们总会自欺欺人的认为，经历过的一切会一去不复返，殊不知，它们其实还在，只是等待着一次偶然的“重演”。

　　星星的家在天宇，灯塔的家在江海，而我却想轻轻问一句海峡那边的同胞们“中国台湾岛上的游子啊，你可时常抬头仰望天宇?你可时常极目江海，你可时常把大陆挂在胸怀?”在一二·九运动纪念68年的今天，我们不得不因中国台湾而有份牵挂!

　　一二·九你因学生的冲天怒火而启示了国人.催促他们从愚昧的混沌中觉醒，从荒凉的枯焦中复苏;启示勇敢的斗士，指挥他们在沙场上与刽子手搏斗，你启示过赤子把满腔的热血，一滴一滴注入祖国母亲的肌体，使祖国母亲得以永生!

　　一二·九运动的青年们，你们让我们看到了祖国的伤痕，也看到了中华民族不屈不挠的斗争精神，你们让我们看到永不凋谢，永不凋谢的不屈灵魂.中华民族的历史曾经充满了曲折，但中华民族，因为你们才能顽强地接受血与火的洗礼，最终顽强地屹立于世界的东方，就像一只展翅高飞的火凤凰，并且在全新的火焰中创造新的繁华!

　　自一二·九运动后，中国已经走过了许多峥嵘的岁月，已搏击过云海中的波涛，但还在高飞，还在向更壮丽的境界飞翔，飞向马克思主义，启示中华儿女点燃社会主义圣火，她飞向富国之路，启示神州骄子点亮改革开放的新兴之灯，她飞向20xx启示“奥运之光”在神州大地上闪耀。

　　回首昨天，有悲壮的战斗，有斑斑的血痕;正视今天，祖国正辉煌灿烂的希望中飞翔!

　　同学们，祖国不仅是我们生命的源泉，也是我们智慧的源泉，我们应该让他像一个巨人屹立在世界民族之林中，不管分子有多猖狂，我们坚信，历史不容否认，正义永远长存。

　　一二·九是昨天的一首悲歌，让我们在今天把自己奉献给祖国在多年以后自豪地说：“我的一切都属于祖国，我的价值在祖国!”

**129运动演讲稿800字 篇16**

　　尊敬的各位领导、各位来宾、老师们、全体运动员们：

　　大家好！

　　在这春光明媚、姹紫嫣红、鲜花盛开的季节里，伴着全校运动健儿的豪情，和着运动员坚实的脚步，我们又迎来了鸡冠小学春季校内综合体育运动大会的隆重举行。在此，让我们以最热烈的掌声对这次春季校内综合体育运动大会的召开表示最真诚的祝贺，对筹备这次运动会的全体老师表示衷心感谢，向参加这次运动会的全体运动员、裁判员表示诚挚的慰问。

　　近年来，我校坚持教育创新的理念，不断加强教育现代化建设，不断提高教育教学水平。我校的办学理念是：我学习、我运动、我快乐、我成功。我们提倡在学生中加强素质教育，而素质教育的一个重要内涵就是要求我们的学生做到德、智、体、美、劳全面发展。全面提高学生良好的素质。这就要求我们不仅培养学生高尚的思想品质和健全的人格，还要培养学生良好的身体素质和健康的心理素质。

　　同学们，教育的宗旨就是以人为本，全面提高人的基本素质。因此，学校在改善办学条件，提高教学质量的同时，贯彻教育方针，大力推进素质教育，认真实施新课程标准，我们特别注重提高学生的身体素质。校园充满生机，体育设施不断完善，体育工作蓬勃发展。

　　近两年来，我校的教育教学质量取得了可喜的成绩。学校方面：20xx年度我校再次获得“两基”先进学校、学校督导评估一级学校；，09年2月又获得师德建设示范校；学生方面：09年度，在全县劳动实践基地征文活动中，我校共有9人获奖；县特长生竞赛有7人获奖；\*奥运、阳光校园征文活动，有1人获得二等奖，3人获得州级奖励，8人获得县级奖励；省青少年科技大赛共有16人分别获得不同名次；读写大赛，我校共有33人获得奖励。这些成绩的取得是我校全体师生的共同努力，也是与各位领导、各位家长的大力支持分不开的。对你们再次表示衷心的感谢！

　　同学们，这里，是我们抛开学习压力，放飞心灵，展示自我的舞台，在运动场上努力地奔跑！在同学们的欢呼声中，尽情地展现自己。希望同学们认真参加各项体育竞赛运动，发挥自己的水平和技能，努力以的成绩为班争光。鼓起勇气，向前迈出每一步，超越梦的界限，超越自己的极限，打破成功的极限！同学们，进校即思进取，让我们发扬更高、更快、更强的奥运精神，发扬忠诚、友爱、自信、顽强的鸡小精神，奋勇争先，团结拼搏，赛出风格，赛出水平，以优异的成绩向他人证明：鸡小是最棒的！我们是最棒的！

　　为确保运动会顺利进行，我代表大会组委会要求各位裁判员和工作人员忠于职守，树立安全第一的意识，做到公正裁判、热忱服务。没有比赛项目的同学，一定要遵守纪律，服从指挥，文明助威，爱护同学，为班级争荣誉，为学校添光彩！

　　最后，向为此次运动会的召开精心准备、积极参与的学校领导、老师、裁判员、教练员、运动员和所有工作人员表示崇高的敬意！

　　祝这次运动会取得圆满成功！

　　谢谢大家！

**129运动演讲稿800字 篇17**

　　老师们、同学们：

　　今天是农历10月17，久雨顿晴，天高气爽，菊花芬芳。在这美好的时节，我们学校隆重举行第4届校动会，这是我们学校的一件盛事。

　　体育教育，是学校教育的一个重要组成部分，目的是要我们所有的同学都要学会强身健体。通过校运会，要让全体同学懂得：强健的体魄是保证人的一生正常学习、生活和工作的先决条件。青少年体质影响国家竞争力，这不是危言耸听，中国的未来必然要交给新一代人，但如果我们的新一代体质虚弱，仅仅是一些成绩高分，身心“软骨”的孩子，这不能不让人忧心。国富民强不仅靠经济，也取决于文明和体力。所以，我们将这次校运会的主题定为：运动第一、学习第二；强健学生体魄，彰显团队意识，发扬拼搏精神，提高综合素质。让好身体成为新课改教育的起点。

　　1917年4月，年轻的\*发表了《体育之研究》这篇论文，在文中\*说：体育“强筋骨、增知识、强意志”，的确，知识是可贵的，是人区别于动物的关键，但是知识拿什么做载体呢？道德也的确可贵，是用来树立各种道，使别人和自己平等相处的东西，但道德又拿来放什么地方呢？是身体！身体它像车一样承载知识，它像房屋一样是道德的寓所。在知识、道德、身体这三者中，身体是第一位的，没有身体，其他的东西都没用。在文中年轻的\*在那个年代，就阐述了在学校教育中体育占第一位的\*远瞩的思想。

　　近年来，我校深耕课堂教学改革的同时，也不断深化体育课堂教学改革，开展形式多样的体育活动，使同学们掌握了基本的运动技能，养成了良好的锻炼习惯，练就了强健的身体素质，为同学们的健康成长提供了有力保障。体育教学也硕果累累，收获不断。这些收获都证明了身体锻炼和知识、道德修养并重的思想的正确性。

　　为此我们学校特别强调：什么课都可误，但绝对不能误体育，这是一个正确的决策。在中学学习的时间，我们既要学好知识，提高自身的道德修养，更要加强锻炼，保证每一个人都有一个强健的体魄，这是保证我们一生都能正常学习、工作和生活的先决条件。所以我们现在说“我运动，我快乐！”“我健康，我快乐！”希望每一个同学都能明白这个道理。

　　此刻当我看到我们的阵容，看到我们运动员雄赳赳的气势，看到我们全体师生青春焕发的精神面貌，我感到十分高兴和欣慰。在此我衷心地希望全体运动员能遵守规程、团结协作、不畏艰难，顽强拼搏、发挥出自己的水平，为班争光，为校添彩。

　　希望全体裁判员能照章公平、公正裁决，确保本届运动会开得和谐、开得文明。

　　希望全体同学能自觉遵守纪律，维护公共卫生，文明礼貌，为运动会添砖加瓦。

　　最后，我预祝本届阳光运动会再创景弘新的辉煌！

　　谢谢大家！

**129运动演讲稿800字 篇18**

　　各位老师、同学们：

　　大家好。今天我演讲的题目是《运动精魂》。

　　美国的一位哲学家曾说过：“19世纪是英国的世纪，20世纪是美国的世纪，而21世纪是中国的世纪”。在体育赛场上也能体现这一点。那些驰骋赛场的健儿无疑都是我们的榜样。

　　还记得那一幕吗？雅典奥运会上，在浅红色的跑道上，黄色的皮肤和鲜红的战袍的配合是那样的完美无暇，又是那样的亮丽夺目。12秒91打破奥运纪录，夺得了亚洲人在奥运史上第一次短距离直道竞赛冠军。刘翔这个闪光的名字让所有人刻骨铭心，他用不平凡的双脚书写了一个真实的神话故事。

　　当刘翔身披鲜艳的五星红旗一跃跳上领奖台时，他让全中国人民感动了。这一跃让中国人扬眉吐气，这一跃让中国彻底洗去了“东亚病夫”的耻辱，这一跃我们用实力证明给世界“田径赛也有亚洲人的舞台”。一瞬间，英雄的风采永远定格在每一个中国人的.脑海中，激励和鼓舞着我们。转眼间，我们学校的秋季运动会即将到来，这也是我们初三学生在初中生涯的最后一次运动会，在这最后时刻，让我们奋力拼搏，勇往直前，尽情挥洒汗水，用实力证明自己，为班争光。我们也许不会像刘翔一样打破纪录，但是我们可以超越自我，突破极限，让我们把赛场上的一幕幕永远珍藏心中，成为最美好的回忆。

　　我想，通向成功的道路是漫长而艰辛的，需要坚持不懈、锲而不舍，更需要有自信而乐观的态度，这就是“运动精魂”。

　　祝大家在比赛中取得优异成绩！

　　我的演讲完毕，谢谢大家！

**129运动演讲稿800字 篇19**

　　那七十九年前的一幕

　　就像昨天一样历历在目

　　一个灾难深重的国度

　　一个危在旦夕的民族

　　在血雨腥风中呻吟，

　　在内忧外患中挣扎

　　而水深为热的形容显得

　　那么苍白，软弱

　　瓜分豆剖的煎熬显得

　　那样简短，轻柔

　　北平，终于爆发了积压内心的呼喊

　　反对华北自治

　　反对内战，一致对外

　　穿越时空的怒吼

　　如炸雷爆响于一二•九

　　愤怒伸出森林般的手

　　席卷中国城市的街头

　　被热血和烈火炽烤的国土

　　已失去母性的温柔

　　华北，一个在战乱中被拐走的孩子

　　在绝望地，嘶声竭底地哭泣

　　妈妈，我不要离开您

　　这一声呼喊震憾了千千万万

　　中国人的心

　　这一声哭泣控诉了国民政府的

　　种种丑恶罪行

　　原本应该冲锋陷阵，保疆卫国的战士

　　却在勇猛地残杀自己的兄弟姊妹

　　原本应该向敌人瞄准射击的枪炮

　　却在肆无忌端地吞噬自己的父老乡亲

　　这就是六十四年前的一幕

　　这就是一二•九运动的导火索

　　苦难孕育的中华儿女

　　战争教育的炎黄子孙

　　在国难当头，民族危亡的时刻

　　奔走呼告

　　不愿丧失家园的人们，起来，起来

　　呼喊出我们内心的风暴

　　宣传我们抗日救国的主张

　　不愿做亡国奴的人们，起来，起来

　　把我们的青春敬献给祖国

　　把我们的生命奉献给母亲

　　为了驱逐日寇

　　为了保卫我们神圣的国土

　　为了捍卫华夏母亲不屈的尊严

　　我们头可断，血可流

　　我们身可灭，命可休

　　在中国，只要有硝烟，就有勇土

　　在中国，只要有危难，就有脊梁

　　在中国，只要有青年，就有希冀

　　今天，我们告别了战争，告别了苦难

　　告别不了的却是

　　历史上每一个血与火的文字

　　告别不了的却是

　　一二•九运动中的每一个英雄

　　今天，我们以圣洁的诗歌

　　缅怀那段血与泪写成的历史

　　发扬一二•九铸成的那种精神

　　在告别与缅怀之间承前启后继往开来

**129运动演讲稿800字 篇20**

　　尊敬的各位领导、老师们、亲爱的同学们：

　　大家早上好！我是来自五年级二班幸运草中队的张采葳。今天我很荣幸代表班级做国旗下的讲话。我演讲的题目是：我运动、我健康、我快乐。

　　法国哲学家伏尔泰说过：“生命在于运动”，中国先哲也曾说过：“流水不腐，户枢不蠹，动也。”运动是生命最好的状态。运动使我们健康，只有拥有健康，我们才会更加快乐。在运动中，我们磨炼了坚强的意志；在运动中，我们体会了团结的力量；在运动中，我们懂得了友谊的可贵。

　　身处校园的我们也随处可以感受到运动带来的快乐。这不，金秋时节，咱们金山小学一年一度的金奥趣味运动会也即将到来。这可是大家最为期待的年度盛典。运动会上设置了各项有趣的比赛环节，比如金山小骑兵、袋鼠跳、心心相印、竞技短绳等。

　　短绳比赛中，你一定感受到了一分钟的速度与激情。金山小骑兵中，当你与同学们一起奔向终点线时，你一定感受到了来自团队的力量。当你与同学们一起为参赛选手加油助威时，你一定感动于他们勇于挑战自我的体育精神。

　　对于即将到来的金奥趣味运动会，我要向大家倡导：秉承更快、更高、更强的奥运精神，感受阳光体育的快乐！既要勇于拼搏，赛出自己最好的水平，又要展现体育风度，文明参赛，尊重裁判老师，尊重竞争对手。我们的欢呼和掌声，不仅要献给夺冠的选手，更要给予坚持到底的每一位选手。

　　我运动、我健康、我快乐！让我们一起运动吧！一起投入到多彩的校园体育活动中，在阳光下挥洒汗水，在磨砺中茁壮成长！

　　我的演讲到此结束。谢谢大家！

**129运动演讲稿800字 篇21**

　　她哭了。

　　她真的很勇敢、很勇敢······

　　她，在赛场上的每一个背景，我都记得清清楚楚。至于“她”是谁，我不说。

　　还记得前天晚上，我给她做了一个礼物。里面并没有装些什么东西，只装了一只只要拉动尾巴翅膀就会扑扇的纸鹤，和一颗幸运星，还有一份关怀，一份友谊。礼盒很精致，是用来激励她的。

　　蹲下、昂首、出发——她轻轻地一抬脚，我的目光就锁定在了她的身上。紧接着，她怀着梦想与希望，迎着朝霞冲了过去！瞧！她过来了！我使劲的挥舞着礼物，不知她看见没有。

　　第二圈，她有点体力不支，脸上的表情好像挺痛苦。不过，她依然在跑着，望着她的背影，有一种顽强，不服输的精神······

　　最后，她终于跑完了。好看的额头和鼻子上布满了亮晶晶的小水滴。她看起来好累、好失望······于是，她的眼圈不争气的红了，她掉了一滴眼泪。

　　我看见她第一次掉眼泪，第一次。

　　见她哭了，我便不知从哪来的紧张。鼓起勇气，我向她跑去，把礼物塞到她手里，然后讲了一句话——我说了，你只要跑下来了，我就给你。说完，我就跑了。很不负责任呦······

　　末了。我要跟你说：你是英雄！你是运动场上最美丽的失败者!

　　致100米运动员

　　蹲下，昂首，出发······

　　轻轻地一抬脚，

　　迎着朝阳，你们冲刺而去，

　　怀着希望，

　　怀着梦想，

　　我们将等待你们的胜利归来。

　　只要你在这赛道上挥洒了汗水，

　　只要你热爱这赛道，

　　不管成功还是失败，

　　你，

　　永远是英雄！

　　致全体运动员

　　跑吧！让你们的热血沸腾起来，

　　点燃似火的热情！

　　跳吧！划出一道道青春的弧线。

　　相信青春没有地平线，

　　飞吧！插上无形的翅膀，

　　飞向属于你们的赛场，

　　不为被鲜花包围，

　　不为刹那的荣耀，

　　没有跑不尽的赛道，

　　没有登不上的山峰，

　　加油！健儿们，

　　成功是你对汗水的写照，

　　运动健儿们，

　　爆发吧，胜利永远属于你们！

**129运动演讲稿800字 篇22**

　　今天是我兴的一天。这快乐来自于重新体验到了自身的活力。

　　前些天发现离家不远的一个篮球场后，每天都带着儿子去打篮球。那球场用铁网围起来，捡球很方便。球场四周是绿色，在一个非常大的开放式绿色公园的边缘。

　　球场上最小的孩子小学三年级，最老的人大约有五十多岁。我发现自己是球场上最放得开、笑得最多的人。今天有两个孩子猜我35岁，另一个孩子看看我儿子，再看看我，猜我40岁。一起打球的人都喜欢我，尤其是孩子。他们和我一起疯玩，我逗得他们很开心。一个孩子问我明天还来不来，我说明天我们要去游泳。他显得很失望，然后要求我记下他家的电话，要我去打球时一定事先打个电话给他，他就不玩别的，来和我一起打球。于是，我的地址簿上第一次出现了一个孩子的名字：朱家伟。

　　第一次打球时，半小时后我即感到有些不适。但几天下来，打一个多小时，依然丝毫不觉得累，依然在球场上腾跃。今天的状态更是好，一连十几个三步上篮，气不喘。更让我自己吃惊的是，几次因为球场上剩余的积水差点滑倒，我都反应非常迅捷地稳住了身形。这都归功于我以前的锻炼。一个同龄的朋友开玩笑说，想不到你这个年龄肌肉还这么好，你儿子倒全是肥肉。我说，是啊，本来就是想帮孩子减肥的，想不到自己玩得这么开心。

　　我儿子1.77米，85公斤，偏胖。但已经比先前好多了，他1.68时曾经达到过85公斤。

　　运动使我真实地感觉到了生命的活力，感觉到了自己真的还年轻。我想，无论金钱、权力、名声，都不能带给人这种真实的快乐、由衷的欣喜。我打电话给大妹，对她说，希望在我外甥女痊愈后，每天坚持运动。打打羽毛球也好，每天不能少于45分钟。与健康相比，金钱、知识、所有“重要”的事情，都是次要的。突然我想到，那些占用孩子们的体育课的教师，应该受到最严厉的谴责。

　　五年前我曾经坚持跑步。跑步比较枯燥，但我依然坚持。后来我发痔疾，便不能锻炼了。我一直念念不忘要锻炼身体。最近重新开始运动，仿佛获得了新生。现在即便有出版社约我翻译我最想译的书，如果要占用我运动的时间，我也不干。除了非常特殊的情况，我不会为了任何事放弃运动。如果来不及做饭，就不做，下馆子。如果没钱下馆子了，就吃盒饭，甚至吃两个馒头也行。但我不会放弃运动的时间。在运动中我感觉到生命永远年轻。

　　把自己封闭在世俗的观念里，封闭在一个千辛万苦挣来的精致空间里，是衰老的捷径。在绿地上，在运动场上，在野外，暂时忘掉所有的事情，自由地奔跑跳跃，像野生动物一样享受生命本身，这种快乐天堂也无法比拟。

　　今天最快乐的又一个原因是我们在回家的路上，看见了彩虹。我儿子14岁第一次看见彩虹。他曾经要求我带他去看彩虹。我说，那是可遇而不可求的。

　　人的一生有许多事可遇而不可求，你再努力也无法办到。但快乐你是永远可以做到的。快乐与否在于你自己。朋友们，从自己的牢笼里走出来，在你的身体状况允许的程度上，去自由地运动，去享受生命，不要顾虑，不顾及面子，不计任何得失，不要羞怯。

　　运动，只是运动。快乐属于每一个人。那时，你的快乐肯定远胜于打高尔夫的富豪，更胜于那些高官厚禄整日里盘算着如何欺骗民众、如何屏蔽和删除真理和自由之声的丑类。

**129运动演讲稿800字 篇23**

　　的历史觉醒。从此，爱国进步的大旗就高高飘扬在中华大地的上空。五四运动也不只是对华夏五千年家底的简单自省与反思，而是中华民族追求民主科学的思想解放浪潮，猛烈地激荡着黄河长江冲向大海。从此，中国人的眼光开始放向五大洲四大洋。

　　五四精神是中华民族宝贵的精神财富。正如翟可诗友所唱 “爱国、进步、民主、科学”八个大字“浸透了时代的希望”、“灌溉了奋斗的理想”，永远激励着中华儿女浴血奋战，“在这片沃土上提笔挥毫书写着惊世的诗篇”。“五?四”运动将新文化运动的旗帜牢牢插在中华文明的史碑上。这绝不只是对几家寺庙祠堂的不恭，或是对“蝴蝶”、“再别康桥”等名家名篇的简单赞誉，而是正如蒋卫宁诗言将“中华文明推向一个新的起点”!

　　“五?四”是青年的节日。八十年代出生的青年诗人张雷以崇敬的心情歌唱自己的节日“九十载风霜雨雪”，依然保持“你永不褪色的风采”;刘微鹏慷慨激昂“中国特色社会主义征途上，需要我们继往开来，前赴后继……为祖国的复兴，尽一份力!”张振涛更是在振臂高呼“青春有力量”、“给春天一个灿烂的怒放”;王红娟深情吟咏“伸出我们爱的双手”、“让我们的家园变得更加美丽”;周雪平更是豪情满怀“是龙你就龙腾四海，是凤你就凤舞九天”;还在北京五中读书的小诗友冰凝像是在握拳宣誓：“彩虹，寒霜”都“不能阻挡，阻挡我前进的方向”、“扬起风帆，展开翅膀准备着去航行去飞翔!”

　　年轻真好!青春美丽不只是人生如花似玉年龄的斑斓，而是青年人头顶上历史使命的神圣之光，是压在肩上沉甸甸的社会责任而迸发的生命火花。请听，李海霞高声吟唱：“告诉明天，我们会用年轻有力的双手，继续铸就五月永远的辉煌!”

　　五四长风浩荡，转眼九十春秋。“奉献青春，爱国进步”是中华儿女永远写不完的壮丽诗篇;“解放思想，民主科学”是人类历史长河中永远攻坚的课题;“科学发展，社会和谐”已成为当代中国的主旋律，中国人民正沿着中国特色社会主义道路奋勇向前!

　　五四，催人奋进的号角。莫等闲，白了少年头，空悲切!让共青团的旗帜引导我们前进，让党的阳光哺育我们成长，我们团结在共青团的旗帜下，迈着矫健的步伐，共同创造新世纪，新的辉煌!

**129运动演讲稿800字 篇24**

　　蒲月的西风情深意暖，蒲月的花海流溢飘香，与着春潮，伴着夏韵，在花海光辉精明的时令里，咱们迎来了“五四”运动xx周年。

　　弹指一挥间，人类已俯首进入了二十一世纪，在这漫长的岁月里，中国战胜了衰落，走向中兴，脱节了辱没，走向抖擞，中国正以斩新的姿势向世人展示着自己，然则，人们不会遗忘那划时代民族救之的“五四”喜欢国家运动，更不会忘怀那举起民族救之旗子，开创民族独立和民族复兴新纪元的先驱者，不会忘记革命战争的峰火硝烟，更不会忘掉，为真谛而抛头颅洒热血的英烈们。克日，咱们的祖国已经进入了一个新的历史时代，振兴中华的责任，也曾落到咱们肩上，“五四”火把也曾光荣地传到咱们手中。

　　咱们生活在一个靓丽的季节，一个充斥芳华活力的字眼，我们要去追回与你同行、释放本身青春的能量。

　　青，是绿色，是生命的颜色，春，是季节，是生长的气节，芳华就浊出成在生长季节的那片生命的绿色，是阳光下那片光耀的愁容。

　　芳华是漂亮的，也是短暂的，它也许是你人生的一处驿站，无非请记取，即使它象一颗流星，咱们也要努力让它成为一次辉煌的闪现，不惧艰难困险，勇于拼搏，志比云天。

　　中学时代，是咱们人生中的一个重要的里程碑，咱们知道，风雨会使咱们变得强健，挫折会使我们变得坚强。成熟的思想与高尚的质量，来自于风雨的洗礼与生活的磨砺，我们要面对山岳，去欣赏它的景致，面临未往来来往争创人生的辉煌，多么才能体现生命的价值。

　　有人说，19世纪是英国人的世纪，20世纪是美国人的世纪，而21世纪，即是咱们中国人的世纪，中国经过几十年来的省劲建设，已取得了“乘长风，破万里浪”的迅猛发展，但我们不要遗忘，咱们仍然是个进行中的国家，还有许不少多中央有待圆满和发展，要想国家贫弱，就必须努力，而企望就寄托在咱们这一代人身上。

　　在二十世纪，中华民族前进的途程上，中国共青团留下了英勇屠杀的足迹，做出了愧心于历史的贡献。二十一世纪是一个漫溢指望与寻衅的世纪，中国共青团，将以新的容颜，面向新世纪，以新的作为开创新的事业，在中华民族回复史上继续谱写光辉的篇章。

　　我们驰念“五四”先驱们的功劳，回忆中国人民和青年在整个世纪，走过的历程，作为现代青年团员理应秉承民族物质，高举“五四”火把，负担时代责任，让咱们用常识加汗水，以满腔情绪，去开拓、去发明、去拥抱新盼愿，来欢迎这个机会与搬弄并存的世纪吧。

　　芳华是什么?青春可以是携子之手，浪漫而和煦地信步于莺啼燕语当中;芳华可所以把头发染成色彩斑斓，在冷巷上咄咄逼人地大跳千奇百怪的街舞;芳华可以是无终止地泡吧，疯狂地蹦迪，假设还嫌不敷刺激的话，那就去蹦极，开飞机。

　　岂非，难道芳华仅仅就只剩下这些了吗?青春也可所以惟一于科学研究，十年磨一剑;芳华还可所以扎根于边陲，一意谋发展;芳华更可所以手擎火药包炸堡垒时那一声海不扬波的叫嚣声。青春是整整体生旅程中最绚丽的一站，最奥秘的一站，最毫光的一站。

　　青春孕育着无穷无尽的能量等着我们去开采，去挖掘，去释放。人生的根本目的就是对付人生价值的了解、表明，乃至于完成，而青春正是咱们实现人生价值的黄金时期。芳华需要完成人生价值。

　　青年朋侪们，不，战友们，行进的号角已经吹响，未来在向咱们呼叫，历史将会永远记取咱们的身影，前进吧，行进吧，让咱们释放青春的能量，杀绝创业的空想。

**129运动演讲稿800字 篇25**

　　大家早上好!

　　今天是12月9日，也是”一二·九”运动纪念日。1935年12月9日，在中国共产党的领导下，北平各大中学校的爱国学生6000余人涌上街头，向国民政府请愿，呼吁停止内战，共赴国难，武装反抗日本侵略者。抗日救亡的怒潮，迅速席卷了整个中国。在这民族危亡的关头，青年学生们勇敢地担负起“抗日救亡，挽中华民族于危亡”的历史重任，谱写出了一曲曲爱国主义的青春战歌。

　　时代的马达飞速运转，弹指间，抗日先辈的那些峥嵘岁月已被轻轻翻了过去，如今的中国正处在难得的历史的发展机遇面前，中国在崛起已经成为全世界的共识，而这一切靠的是什么呢?靠的是科技创新，而科技创新靠的是人才，要说爱国，“一二·九”运动时学生的爱国内涵是救国!今天学生的爱国内涵则是强国——即努力学习，立志成才，报效祖国!

　　爱国不是空洞的口号，更不是在极端事件中的偏激行为，爱国更多的常常是体现在我们身边一个个细微的地方。

　　天下兴亡，我的责任，如果我们人人都说：班级管理不好，是我的责任;学校秩序不好，是我的责任;国家不强盛，是我的责任……人人都能主动负责，哪有不团结的集体?哪有不强盛的国家?”

　　然而，在我们身边，不时还会出现这样的不和谐场景：地弄脏了，有人会说：“这是别人的事，我是来读书的，不是扫地的。”水龙头漏水了，有人会说：“那是总务处的事。”随手扔垃圾，以为是小事一桩;随地吐口痰，应该是无伤大雅;等等。殊不知，恰恰是这些看起来微不足道的小事，足以反映出一个人的爱国情操之缺失。

　　同学们，让我们把抽象的爱国情怀与具体的行为规范融为一体。让我们继承和发扬“一二·九”精神，将她那强烈的爱国情怀升华到我们的行为、我们的学习、我们的思想当中来!

**129运动演讲稿800字 篇26**

　　敬爱的老师、亲爱的同学们：

　　大家好!

　　纪念五四运动八十多年之际我们欢聚一堂面向二十一世纪,共抒情怀。二十一世纪,我要对你说,敬业就是爱国.

　　五四运动走入了记忆,今天,当我们在本世纪最后一次沐浴她的光芒的时候,重温那黑暗中分娩光明的一瞬,内心充满涅磐般的圣洁……

　　五四运动走入了记忆,然而,她留给我们的财富是丰厚而且深邃的,在这巨大的文化宝库中,爱国主义和创新精神,始终闪耀着奕奕光芒!那么,何谓爱国?如何发扬五四精神,致力民族振兴大业?这,是我们每一位青年都应该思考的问题。

　　我认为，敬业就是爱国，要用敬业精神去体现爱国之情。从古至今，大凡成就伟业者，无一不是从敬业开始。鲁迅先生崇尚“俯首甘为孺子牛”的精神，使敬业的内涵上升到民族的振兴大业;六十年代的雷峰更是敬业的楷模，干一行、爱一行，以“螺丝钉”的精神，把青春献给了祖国最壮丽的事业;今天，又一个响亮的名字伴随着伟大的抗洪精神，传诵大江南北，他，就是新时期英雄战士李向群。李向群家富未敢忘报国，力志从军，选择了一条与艰苦为伍、以奉献为乐的人生之路。当人民的生命财产安全受到洪魔的威胁时，他和战友们挽狂澜于即倒、置生死于不顾，用生命书写了自己的爱国之情和报国之志。他们生长在不同的时代，但是，他们却以相同的敬业精神谱写了如许的爱国之歌。雷峰、李向群并不是孤立的，千千万万的雷峰、李向群依然存在着，否则，几十万官兵何以能在“98”抗洪斗争中战胜洪魔?祖国改革开放的宏伟大业何以能乘风破浪，不断前进?他们，是民族的中坚;他们，是时代的楷模!

　　站在新世纪的门槛，遥望未来世纪曙光的时候，我们看到的是：世界科技的飞速发展;经济全球化趋势的日益呈现;综合国力的竞争日益激烈。科技革命与知识经济使中国面临更严峻的挑战。从国力强弱这个意义上来说，八十年前五四运动所面临的情势，今天的中国青年同样面对。所以，我们纪念五四运动、学习李向群敬业精神，就是要发扬五四“萦民族危亡于襟怀”，树立“国家兴亡、匹夫有责”的使命意识，学习李向群“捧给战友的尽是爱，献给人民的都是情”的奉献情结。为国家在科技革命大潮中立于不败之地，立足本职岗位，敬业爱岗，努力在平凡的岗位上作出不凡的业绩。爱国当先敬业，敬业就是爱国。这就是我们对青春使命的最好答卷!

　　艰辛知人生，实践长才干。朋友们，新世纪的曙光即将照拂我们的额头，让我们挽起手来，用青春和智慧书写灿烂的时代篇章，开拓辉煌壮美的未来!

　　我的演讲完毕,谢谢大家!

**129运动演讲稿800字 篇27**

　　敬爱的老师、亲爱的同学们：

　　大家好!

　　今天我演讲的题目是《一二九运动旗帜永远飘扬》

　　岁月的长河波涛滚滚，大浪淘沙，沉淀下弥足珍贵的黄金。

　　历史的云烟漫天飞舞，阴霾散尽，挺立起高高飘扬的旌旗。

　　1935年12月9日，一个令人痛心，但永远值得我们纪念的日子。这一天，当北平的爱国学生在听到蒋介石下令“绝对不抵抗”后，他们像雄狮一样怒吼起来，把“九·一八”以来郁积在心头的仇恨和对国民党蒋介石的愤懑都并发出来，开展了抗日救亡斗争，掀起了“一二·九”运动。

　　“129”运动告诉我们，一切爱国者都把祖国的利益看得重于一切。“129”运动告诉我们，个人的理想、前途与祖国的命运是紧密相连、休戚相关的。如果你失去了祖国，你便失去了自己。“位卑未敢忘国忧”，前人为我们留下的宝贵的精神遗产，决不能在我们手中失去!

　　是给我们年轻人的，他说，世界是你们的，也是我们的，但归根结底是你们的。中国的前途是属于你们的。

　　同学们，“少年智则国智，少年强则国强。”我们是祖国的未来，祖国的希望，我们都是龙的传人，我们是祖国未来的主人，那就让我们团结起来，从今天开始，从现在开始，发扬不屈不挠与顽强拼搏的精神，\_\_年前，先辈们是为了“中国崛起而读书。”他们做到了。今天，即将踏上历史舞台的我们，作为新世纪大学生，我们要为“中国腾飞而读书!”我相信，只要我们永远不忘一二九运动的精神，我们的中华民族一定会顺利到达现代化的光辉彼岸，我们注定要掀起中华腾飞的巨浪。

**129运动演讲稿800字 篇28**

　　大家好!今天我要给大家演讲的主题是：铭记一二九精神。

　　“大江东去，浪淘尽，千古风流人物。”溯今而古，亘古而今，无论哪一朝哪一代，风华正茂的青年人都是豪放的一代，激情的英华一代，以国家大义，民族大任为使命的风流一代!75年前，北平的热血青年学生们在中国共产党的领导下，毅然发动了“一二·九”运动;75年后的今天，我们这一代幸福青年在这里集会演讲纪念“一二·九”运动，缅怀先人，弘扬爱国精神，激昂民族正气，不禁让人思绪万千，感慨千万。

　　如果说，中国古代的历史宛如锦绣织成，那么它近代的岁月则是被血浸透。鸦片战争后，曾经一度领先世界达千多年的中国被抛到时代大潮之末，屡遭船坚炮利的西方列强的欺凌，腐朽无能的旧政权使我们的列祖列宗也为中华民族的受苦受难而长太息，“泪添九曲黄河溢，恨压三山六岳低”，用这句话来形容中国人的百年屈辱百年长恨意尤未足。

　　中国内部斗争，外强侵略，“一二·九”运动就在这样的背景下爆发的。

　　1935年12月9日，寒风凛冽，草木凋零，北平五六千名学生冲破国民党军警的阻拦，举行示威游行，喊出了时代的呼声，沉重打击了国民党的卖国活动，唤醒了更多的民众。运动迅速波及全国，掀起了全国抗日救亡运动的高潮，继五四运动后，再一次书写了青年学生以天下为已任的辉篇章!

　　说到这，不禁引起了我的两点感想。

　　第一，中国不久必将统一。一二·九运动的爆发，迅速促成了抗日统一联盟的形成，展现了整个民族团结统一的决心与力量。再回首华夏五千年沧桑，不难发现，秦皇汉武开创的统一大业，中经隋唐的继承，加工和发展，在政治体制和经济格局是反复夯实焊牢，已臻完善至不可移易;合了分，分了合，最后定于合，归于分，统一的观念和思想得到社会各阶级阶层的朝野内外的一致认同根深蒂固，并成为臧否人物评判是非衡量功过的人心所向的道德准则和行为价值取向。

　　蒋介石没有吸取一二·九运动的忠告，结果被日寇的铁蹄踢出南京，带来了惨绝人寰的大屠杀，最后他只能狗急跳海，跳到了中国台湾岛去安享晚年，使两岸同胞骨肉分离，最终丧失了政权，这是前车之鉴。

　　同学们，我相信不久的将来，祖国的完全统一定会实现。

　　第二，中国青年的爱国传统。“天下兴亡，匹夫有责”，“先天下之忧而忧，后天下之光而乐”，因为这些名句，我相信中国的知识分子深爱着祖国，爱党和爱国是相统一的。

　　我们都在党领导下长大，当今社会，物欲横流，但我们不能随波逐流，一味追求满足私欲。幸福的人应有丰富的思想和精神，真正的共产党员，其生活是最为幸福和坦坦荡荡的。历史的长河波涛滚滚，岁月飘走，泥沙淘尽，屹立在波涛之上的时代的中流砥柱;创一个富裕而繁荣的崭新中国，塑当代共产党人的盛世清名!

　　朋友们，新的历史篇章将由我们这一代青年来描绘撰写，让我们发扬一二·九精神，尽展我们的青春风采!我们党已经带领人民拨正了船头，驶向更加壮阔的航程!我们相信，中华民族的伟大复兴必将顺利地到达现代化的光辉彼岸!

　　我的讲话完了,谢谢大家.

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找