健身英文演讲稿(大全9篇)

演讲稿也叫演讲词，它是在较为隆重的仪式上和某些公众场合发表的讲话文稿。好的演讲稿对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇演讲稿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，我们一起来看一看吧。

健身英文演讲稿篇一

大家晚上好!曾几何时，当我听到人们称我们为白衣天使时，我就很激动，感到这是对护理工作由衷的敬意，“天使”是传说中神仙的使者，是幸福和温暖的向征，称我们为白衣天使，是对我们护士形象美和内在美的深情赞誉。

说实在的，当我第一次踏进医院纯白的空间，置身于洁白的人群时，确实对护士产生过光环的幻觉。然而时间告诉我，护士的生活空间很实在。护士作为一种职业，有着不为常人所道的酸甜苦辣，因为护士是一种付出青春，却不能像体操、舞蹈那样成为青春偶象的职业，它有凡人的喜怒哀乐。护士有时是忙得连笑的时间都没有的苦职业，护士还是半体力劳动的知识女性，是难以成为家里的好妻子，好母亲，好女儿的职业。打针、发药、输液、铺床，我们的工作辛苦繁杂;交班、接班、白天、黑夜，我们的责任重于泰山。在医院特有的气味中，我们走过了清纯的少女时代，在血染的伤口边，我们走过了炙热的青春年华，在白色蒙蒙的氛围中，我们用一颗宁静的心丈量无数个夜晚的漫长，在亲人的期待和恋人的哀怨声中，我们把自己奉献给了一个个身心痛苦的病人。

我梦想着成为一名优秀的护士，梦想着自己白衣轻盈穿梭于病榻前，却不仅仅是护士，而是亲人，是朋友。周围的人们，没有了疾病，他们的笑脸如阳光般灿烂。这是我梦想的家园，相信也是大家共同的梦想。它的实现要靠我们大家的努力。护理同仁们，白衣天使们，让我们行动起来吧，在平凡的岗

位上成就不平凡的业绩，让爱与奉献成为我们永恒不变的主题。

健身英文演讲稿篇二

2、站着不动，你永远都只能是观众。

3、想想商场服务小姐的白眼。

4、胖子没资格吃！等你瘦了再说。

5、胖子没前途，你心灵再美也就是个好心肠的胖子！

6、汗水就是脂肪的泪水！知

7、自律给我自由！

8、只要从骨子的热爱，在哪练都是王者。

9、累吗，累就对了，舒服是死人的事

10、放弃道可以找到一万个理由，坚持只需一个信念版！

11、没死，就不要把自己当废物。

12、你只有非常努力，才能看起来毫不费力。

13、撑过是天堂，放弃是地狱！

14、健身是世界上最公平的事，付出多少，收获多少。

15、健身还需要话来激励，你还是回去玩泥巴吧权！

励志句子唯美简短

1、陌地，谁凋零了我的梦。

2.此刻，你的心里住着谁。

3.治愈创伤的并非时间，而是爱。

4.微笑是改善容貌的简单方式。

5.莽撞，迷失，癫狂，撕心裂肺。

6.同我疯狂一场，做我生平新郎。

7.世界再大，我的眼里只有你。

8.放空整个心脏，只留你一人。

9.你一直是我疼痛的弱点。

10.双手攀上你的颈间，吸取着你温柔。

11.整条命来演示我们的纠缠不清。

12.看到你离去的背影才了解月光的寂寞。

13.生如夏花、谁来订阅我的忧伤。

14.迷糊的爱上，却清楚的失去。

15.记忆是幸福，也是一种残酷。

16.谁将烟焚散，散了纵横的牵绊。

17.用我三生烟火，换你一世迷离。

18.上一刻山盟海誓，下一秒却成陌路。

19.我用我的痴情吞噬着你。

20.借谁的眼，勘测出爱情的伤。

21.我读不懂，你眼中的风景。

22.轻轻的扬起头，眼角不在有泪痕。

23.终是谁使弦断，花落肩头，恍惚迷离。

24.谁把谁真的当真，谁为谁心疼。

25.谁的寂寞覆我华裳，谁的华裳覆我肩膀。

励志的运动句子

4. 运动的作用可以代替药物，但所有的药物都不能替代运动。——蒂素

6. 我生平喜欢步行，运动给我带来了无穷的乐趣。——爱因斯坦

关于“运动”的励志句子有哪些

1、泥泞的路走过无数累了，告诉自己：快了，再坚持一会儿身上的伤流出血来疼了，告诉自己：别哭，会好的摔到了，告诉自己：快爬起来，世上很少有坦途！

2、你是运动场的心脏，跳动梦想；你是漫长路的精神，激励辉煌；你们是将上下求索的人！风为你加油，云为你助兴，坚定，执着，耐力与希望，在延伸的白色跑道中点点凝聚！力量，信念，拼搏与奋斗，在遥远的终点线上渐渐明亮！时代的强音正在你的脚下踏响。

3、你用行动述说着过城的重要，没有无尽的终点，没有无法

攀登的险峰，希望载着终点在向你微笑，拼搏吧！经历是一种精彩，迸发你全部的能量，成功是你汗水的写照。

4、年轻的我们自信飞扬，青春的气息如同出生的朝阳，蓬勃的力量如同阳光的挥洒。此时此刻，跑道便是我们精彩的舞台，声声加油便是我们最高的奖项！论何成功，谈何荣辱，心中的信念只有一个：拼搏！

5、面对艰苦的征程，你们毫不畏惧，接力棒在你们手中传递着集体的力量，听，我们在为你呐喊，你们诠释着奥运的精神，你们是我们心中的骄傲，深深的呼吸，等待你的是艰难的800米。相信胜利会属于你们，但在这征途上，需要你勇敢的心去面对。我们在为你加油，你是否听到了我们发自内心的呐喊，困难和胜利都在向你招手，去呀，不要犹豫，快去击败困难，快去夺取胜利，相信你会送给我们一个汗水浸湿的微笑。

6、青春的脚步，青春的速度，青春的活力，青春的激情，将会在你们的身上尽情体现。迎接自我，挑战自我，战胜自我！我们相信你们一定能行，加油吧，运动员！终点就在眼前。

7、步子迈开，让我们飞驰在红色跑道上，用我们的泪水和热血，更改历史的记录，起立吧，歌唱吧！为我们的勇士加油！

9、一条跑道，要四个人去打造一个信念，要四个人去拼搏每次交接都是信任的传递每次交接都是永恒的支持前世的五百次回眸，才能够换来今天的相遇，冲吧！向着终点，向着个四个人的共同目标，前进。

10、今天的你们英姿飒爽，今天的你们朝气蓬勃，今天的你们一马当先。相信自己，你是最棒的！不要放弃，不要气馁。成功永远属于你们。100米运动员啊！加油啊。

11、在枪声响起的一刹那你如箭在弦飞刺而出，在跑道的尽

头你奋力的一掷中你让铅球落在最远点是你们--让我们知道了什么是拼搏，什么是激丶情什么是荣耀，加油吧，让所有的人目击你们胜出的那刹那瞬间，让所有的人为你们而骄傲。

12、天空中有道彩虹，它在雨后的天空中美丽夺目，生命中也有一道彩虹，那就是运动，他让生命丰富多彩。充满了生机青春的我们，青春的生命，青春的运动，使我们的心放飞、年轻，没有失败，无论成败，运动的我们就是生活的彩虹。

13、秋风羽，天气淡淡的转凉。然而这人的秋在今天更加迷人，不是因为它的秋高气爽，也不是因为它的明媚阳光，是因为今天的人儿倍加精神气爽。

14、看！运动场上那一幕幕，一股股，无论是哭是笑，市喜是悲，其中都融入了他们的汗水、辛劳。他们是真正的矫健者，是运动场上的骄儿，更是我们心中的英雄。加油吧！英雄们。

15、借着奥运的东风迎着观众的喝彩，我们运动起来，奔跑在的跑道上，让我们共同努力，奔跑奔跑，冲向胜利的终点。

健身英文演讲稿篇三

演讲稿具有观点鲜明，内容具有鼓动性的特点。在快速变化和不断变革的新时代，演讲稿的使用频率越来越高，那么你有了解过演讲稿吗？以下是小编为大家整理的班长英文竞选演讲稿，希望对大家有所帮助。

尊敬的老师同学们：

你们好！

古人云，不想当将军的士兵不是好士兵，所以人不能老满足

于平庸的生活，一刻都不可以，所以我决定今天参加竞选，打算用我自己的力量为大家尽一份力，让大家有一个更好的五年级生活，所以我站在了这里，接受大家的检阅与考评，我有自信，我不会让大家失望的。希望大家能够支持我，鼓励我。

第一，我有热情，我有满腔的热血。如果你们相信我的话，我一定会尽我的全力回报大家，作为班长，我不是领导大家对大家发号施令，而是人民公仆啊，我是一个孜孜不倦勤勤恳恳的服务者，我相信在我的各种服务之下，班级一定会更加紧密团结，一定会有更大的凝聚力，一定会有更好的成绩！

第二，我有这个能力，不瞒你们说，我从二年级开始，就一直是班长，我有着极为丰厚的经验，我可以协调好同学与老师之间的关系，成为连接同学和老师两方最为紧密的纽带，请同学们相信我！

当然空口无凭，如果我有幸成为了班长，我会做到以下几点：

1.勤勤恳恳，扎扎实实地完成所有老师交代的任务。

2.任劳任怨，不论是意见还是建议我都会虚心接受。

3.积极参与各项活动。

4.给予所有人我力所能及的帮助以上先是这些，在以后的生活中我会继续努力为大家服务得更好。

在今后的日子里，我会向大家证明，你们今天的选择是明智的！谢谢大家！

健身英文演讲稿篇四

大家好!

我想大家认识我了吧，但十几天的相处大家还并不了解我，但这个没关系，以后相处的时间还长，大家慢慢了解，那我就直接进主题，我今天竟选的职务是班长，接下来我谈一下我对班长的认识。

班长是一个班的核心，是连接老师和同学之间的纽带，而我愿意当任这条纽带，努力把我们建立成一个真正为同学们服务，同学们也真正热爱的集体!要想实现这些构想，我认为作为班长应具备这些能力：良好的沟通能力，协调能力和组织能力，而我对自己在这几方面的能力还是很有自信的!

那我就说一下我竞选班长的原因：

第一、我希望为大家服务。如果我能当上班长，我愿意为每位同学解决任何琐碎的事情，让同学们都能轻松的学习，愉快的度过我们美好的大学时光!

第二、我想锻炼自己。如果我能当上班长，我希望每位同学都能监督并指导我的工作，我愿意在同学们的督促下变的更强，成为真正能为我们班独挡一面的班长!

第三、我有过当班长的经验，在高中我曾担任过班长，虽然高中时代的班长与大学时代的班长所承载的含义有所不同，但有一点是相通的，那就是无论在那个时期当班长，都必须具有强烈的责任感，对于这一点我对自己相当自信!所以请大家相信我，也请大家给我一次机会，我将用实际行动证明我不但能当好高中时代的班长，更能胜任大学时代的班长!

第四、我很自信，也很沉稳，虚心。我认为作为班长一定要自信，因为班长代表着一个班的精神风貌，这点很重要!其实

这一路走来，我一直用自信，沉稳，虚心的心态认真完成每一个工作，做好每一件小事。如果我能当上班长，我也将继续保持下去!

以上就是我竞选班长的原因，也许我的发言不是最精彩的，但这一定是最真诚的，希望大家都能给我投出信任的一票，请大家支持我，谢谢!

健身英文演讲稿篇五

xx年8月8日是我国第一个“全民健身日”，口号为“天天健身，天天快乐”、“好体魄，好生活”、“全民健身，你我同行”。虽然今天天气很恶劣，受到台风“莫拉克”的影响，但是我们还是天天坚持锻炼。早上，我和妈妈骑着自行车去健身广场锻炼。走进广场，只见人来人往，川流不息，健身器多得不计其数。人们有的玩单杠，有的玩双杠，有的小朋友玩呼啦圈和跳绳，有的练举重，还有的爷爷、奶奶在练太极拳和扭秧歌……真热闹啊!再往前走就是一个宽阔的滑冰场。只见场里有许多小朋友在滑冰。一位小朋友因为刚学滑冰，心情有点儿紧张，所以一会儿就摔了一下，但是，他并不气馁，他继续练习，瞧!他滑得可优美自如了!再往西走，就是一个篮球场。在篮球场上，七、八个哥哥在打篮球。每一个哥哥在球场上都健步如飞。“好球，快灌篮!快投球。”我大声喊道，只见一位哥哥凌空一跳把球灌进了球筐。“好球!”周围的观众兴奋地大喊起来。

继续向前走，就到了羽毛球场。只见有几个小朋友在打羽毛球，虽然年龄小，打得不怎么精彩，但他们都认真地去打，锻炼身体。

我和妈妈也玩了一些健身器。我练呼啦圈和跑步机，我一连转呼啦圈就是半个小时，中间从未停止过，旁边的小朋友一直在呼喊着：“好样的，棒极了”!看着周围的小朋友羡慕的目光，我心里得意极了，像个小冠军呢!现在看看人们锻炼的

情景，我想，我也要好好锻炼，说不定将来我也能成为世界冠军呢!

一眨眼快到中午了，妈妈叫我回家，我才恋恋不舍地离开了健身广场，这种活动场面时时在我脑海中浮现，令我久久不能忘怀。

搞笑“全民健身日”

今天上午，我和妈妈去看公园里的表演。

我们来到公园，还没下雨。跳拉丁舞的人终于到齐了。这也就表明了：可以表演了。“叭叭嗯嗯”拉丁舞歌曲终于开始了，哎!可惜没跳几下，阵就乱了。原来下雨了。这些同学可准备了好长一段时间!可算是：有半个前功尽弃了!

这些同学“嗖”的一声，飞似的跑到一个大帐篷那里，这可真好笑，因为她们都成“落汤鸡”了!这些“落汤鸡”自己很难受，可是乐坏了老太太们。原来啊，观看着都在小孩那边，没人看那些老太太扭秧歌，老太太心里酸，现在人都跑到他们哪儿。能不乐嘛?这一乐，她们有力气了，开始扭啊扭啊扭，脸像一朵花一样。

看到这里，妈妈带我回家了，到了家里，我还笑呢!晚上都睡不着了，因为乐啊：这一天太好玩了。

健身英文演讲稿篇六

下午好!

我们学校非常重视孩子的安全，比如食品安全，校车安全，交通安全，管理安全。

1、交通安全方面，每个宝宝都有交通卡。希望早上能把宝宝

送到值班老师那里，然后拿着交通卡。下午放学后，希望每位家长拿着接机卡在黄金配线外等候，有序接孩子。

2、消防、电、水等安全问题，我们这里一定要注意，我们学校的老师会组织孩子去实践，并进行教育指导，也希望家长，在家里，也应该做好监督和指导。

3、对于食品安全，首先从小养成卫生习惯，饭前饭后洗手，不吃垃圾食品。初冬尽可能多给宝宝热水，多吃水果。

4、至于校车，随校车值班的老师会在上下车的时候照顾好孩子，但家长也需要向孩子明确，校车到了，一定要站在路边。校车完全停稳后，尤老师负责安排每个宝宝上车，系好安全带。下车后，请等待校车离开后再步行或从车后步行。

我已经结束了我的演讲，谢谢。

健身英文演讲稿篇七

大家好!

我已经在学生会学习部工作了近一年的段时间，从工作中，我学会了怎样为人处世、怎样学会忍耐，怎样解决一些矛盾，怎样协调好学习部各成员之间的关系，怎样处理好学习部与其它部门之间的关系，怎样动员一切可以团结的力量，怎样提拔和运用良才，怎样处理好学习与工作之间的矛盾。这一切证明：我有能力胜任学生会学习部部长一职，并且有能力把学生会发扬光大。

假如我当上了学生会学习部部长，我要进一步完善自己，提高自己各方面的素质，要进一步提高自己的工作热情，以饱满的热情和积极的心态去对待每一件事情;要进一步提高责任心，在工作中大胆创新，锐意进取，虚心地向别人学习;要进一步的广纳贤言，做到有错就改，有好的意见就接受，同时

坚持自己的原则。

假如我当上了学生会学习部部长，我将以“奉献校园，服务同学”为宗旨，真正做到为同学们服务，代表同学们行使合法权益，为校园的建设尽心尽力。在学生会利益前，我们坚持以学校、大多数同学的利益为重，决不以公谋私。努力把学生会打造成一个学生自己管理自己，高度自治，体现学生主人翁精神的团体。

我知道，再多灿烂的话语也只不过是一瞬间的智慧与激情，朴实的行动才是开在成功之路上的鲜花。我想，如果我当选的话，一定会言必行，行必果。

请各位评委给我一张信任的投票，给我一个施展才能的机会!

健身英文演讲稿篇八

今天我讲话的题目是《搞好冬季校园安全，创建文明和谐校园》。

随着天气渐渐地变冷，冬天悄无声息地来到了我们的身边。然而发生在11月16日，甘肃省正宁县造成车内21人遇难、43名幼儿受伤的特大道路交通事故再一次向我们敲响了校园安全的警钟。

对于我们每个人来说，生命都只有一次。注意安全，就是善待和珍惜生命的一种有效途径，而在现实生活中，并非人人都具有较高的安全意识。在全国各类安全事故中，学校安全事故所占的比重很大。据了解，我国每年约有1。6万名中小学生非正常死亡，平均每天有40多人，就是说几乎每天有一个班的学生在“消失”。数字是枯燥的，但它的背后是一个个鲜活的生命。这些都说明校园并不是一块安全净土，校园安全形势依然严峻。但有关专家认为通过教育和预防，80%的中小学生意外伤害事故是可以避免的。

校园安全是我们学校与我们每个师生密切相关，它关系到同学们能否健康地成长，能否顺利地完成学业;也关系到我们的老师能否在一个安全的环境中教书育人。因此，我们必须清醒的认识到 “安全无小事”、“隐患就是事故”，需时刻牢记。

一、树立自我安全意识。

在人口密集，面积狭小的校园这个特殊的环境里，我们要有高度的安全意识、文明意识。要时时想安全，事事讲安全，树立自我安全意识，让安全走进我们的生活，充分认识到安全工作的重要性和紧迫性。各班同学及科任老师要密切协助班主任对本班教室、宿舍里的各种设施、设备进行安全隐患的排查，若发现问题，请及时向总务处报修，防患于未然。

二、提高个人思想素质。

团结同学，和同学和睦相处，善于化解同学之间的矛盾。严禁打架、骂人、说脏话。打架往往是从骂人、说脏话开始的，而有些同学骂人已成口头禅，极不文明，我认为，骂人和打架一样，是一个人智力极度低下的表现。不因小事和同学争吵，不打架斗殴，不在校园内外发生暴力行为，争做文明的中学生。注意中学生形象，禁止穿着打扮成人化，现在有同学染发带首饰、挂件，男同学留长发等，与中学生身份格格不入，很容易遭致伤害。

三、关注课间安全。

要注意课间文明游戏，不大声喧哗;不奔跑，不勾肩搭背、追逐嬉戏，不在楼梯口玩耍，不攀高，不拥挤，不抢道;上下楼梯靠右走，做到“右行礼让”;不在教学楼内打球、踢球等做剧烈的活动，避免发生各种伤害事故。

四、严格规范操作。

体育活动、实验课、社会实践、课外活动及其他户外活动要严格服从老师指挥，严守操作规程，不擅自行动，不违规行动，防止各种妨害安全的问题发生。

五、遵守交通规则和交通秩序。

来校、回家或出游要做到文明行路，文明乘骑各类交通工具，严格遵守交通规则：不骑自行车带人，不骑飞车，不违规驾车;不乘坐农用车辆、无牌无证车辆，不乘坐超载、超限车辆及黑出租;乘车时不向窗外招手探头、乘车须抓紧扶手、车停稳后再下车;不得设置路障，不并排行走，靠右行驶。

六、讲究饮食卫生，养成良好习惯。

拒绝“三无”食品，不吃腐烂变质食品，慎吃零食，不喝生水、冷水，不得校外的摊点上吃饭，不准向校内带外卖进校，不挑食，不偏食，不暴食暴饮，确保身体健康;不随地吐痰，不乱扔果皮纸屑，不向窗外、走廊乱泼乱倒，见到垃圾主动捡起，消除安全隐患。

七、强化“防火灾、防触电、防滑摔”意识。

不吸烟、不玩火，不带火种进校;爱护各类消防器材和设施;不随意触摸、摆弄各种电器和取暖设备，不私拉乱扯，不在教室和宿舍内违规使用各类电器;各类电器及设备发生故障时切勿擅动，及时报修。上下床辅注意安全，抓稳踩实。冬天天寒风大有冰冻，很容易出现滑倒摔倒的现象，造成不必要的身体损伤，行路要加倍小心。

八、加强自我防范意识，避免不法侵害。

注意公共场所的人身和财产安全，不把珍贵物品、现金放在教室和宿舍;教室和宿舍要做到人走落锁，注意防盗。放学后按时回家，不再街上逗留，不与陌生人交往，不能接受陌生

人馈赠礼物;上学放学不要独行，要走大路，最好由家长接送，或者和同学们结伴而行。提高预防各种侵害的警惕性，不接受陌生人接送与来访;在校内，遇到形迹可疑的人要及时报告保卫科或教师;在家出门要告知家长;如果遇到坏人坏事要沉着、机智，既要敢于见义勇为又要量力而行，必要时要及时拨打110报案。

九、学会自护自救，提高防御能力。

学会简易的防护自救方法，遇到偶发事件要冷静对待;敢于批评、指正一切违反安全要求的行为和现象，做维护校园安全的主人。

十、认真学习，珍惜时光。

远离网吧，远离台球室，远离游戏厅，不吸烟，不喝酒，不赌博，不看不健康的书籍，不拉帮结伙、不谈恋爱，不同社会闲杂人员及社会盲流交往。

老师们，同学们，安全问题是老生常谈，但它却关系到千家万户的幸福与美满，我们有理由把安全问题放在重中之重的位置，希望我们从规范做起，从文明做起，杜绝一切安全事故的发生，创建出我们的平安校园!让我们在国旗下共同祝愿，祝愿我们平平安安到校，高高兴兴回家，祝愿我们的校园真正成为全校师生安全的港湾，和谐的家园!

我的演讲到此结束，谢谢大家!

健身英文演讲稿篇九

大家好！我是来自东宝的秦华，我今天演讲的题目是税收在我心中，平凡闪耀光芒。

此时此刻，虽然我不是诗人，不是学者，不是歌手，但我仍

要采撷如花的词句，用凝重的感情，唱出我心中最优美迷人的颂歌，把它献给你们平凡而又伟大的税务工作者。

在当今的时代，有人把税收比作政府的奶娘，有人则称之为是共和国的大血脉。是的，没有税收，哪有天安门前国庆阅兵式那三军将士威武雄壮的队伍？没有税收，哪有导弹发射基地腾空而起的火箭？没有税收，哪有祖国神州大地幢幢拔地而起的高楼？没有税收，哪有幼儿园里孩子们的笑声和养老院里老人们的笑脸？总之，没有税收，就没有雄厚的财源，也就没有当今社会的腾飞与发展，更谈不上人民生活的幸福和建设美丽的家园，正因为如此，税收决定着民族乃至人类的命运，而我们的税务工作者当然也就有着义不容辞的职责。