# 2025年运动会心得体会(实用10篇)

来源：网络 作者：梦回唐朝 更新时间：2025-05-22

*心得体会是我们在经历一些事情后所得到的一种感悟和领悟。我们应该重视心得体会，将其作为一种宝贵的财富，不断积累和分享。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。运动会心得体会篇一学校秋季运动会的召开，牵动着全校师...*

心得体会是我们在经历一些事情后所得到的一种感悟和领悟。我们应该重视心得体会，将其作为一种宝贵的财富，不断积累和分享。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。

**运动会心得体会篇一**

学校秋季运动会的召开，牵动着全校师生的心。运动会使大家汇聚一堂，欢聚一堂，谱写着一曲曲拼搏进取之歌，一曲曲团结协作之歌和一曲曲无私奉献之歌。

一天半的运动会在紧张有序的比赛中，在师生们的欢歌笑语中，于今天上午落下帷幕，也给我留下了许多感悟。

虽还是春天，但夏天的感觉已在空气中静静流淌。运动会开幕式上，各班运动员组成的队伍，穿着整齐的校服，在雄壮的进行曲中，在国旗方队的引领下，踏着整齐的步伐，喊着带有班级特色的响亮的口号，有序的精神抖擞的通过主席台，再加上解说员针对各班特点进行的精彩解说，观众席发出的阵阵欢呼，立刻为赛场注入了新鲜的活力。让人仿佛触摸到了跳跃的青春音符，感受到了燃烧的激情，体会到了四射的光芒。使得操场上主席台两侧大大的红色的标语“生命在于运动”“成功在于拼搏”也因此显得格外耀眼。

感悟：运动本身就是一种文化啊，多元的文化。

运动场上，处处充满浓郁的青春气息，洋溢着运动的快乐、班级的团结、心灵的自信力。人人都在努力，人人都在醉心于集体的欢乐，“团结就是胜利”、“友谊万岁”、“拼搏奋斗”的运动精神在这里已经得到了很好的体现。

一个人的运动是健身，而许多人在一起的健身比赛，那么就是运动会了。荀子云：齐民者强。在运动会中，只有班级实现“齐民”，才能是最后的王者。

感悟：我们都在参与，我们一样快乐。

我们因运动而健康，又因健康而快乐。总是以为，建筑金字塔的人在建筑时定是痛苦不堪。可是有一种说法却认为这些人是快乐地建造。其原因是人在痛苦时做事的准确度比起快乐时做事要差得很多，若他们不是快乐的，又怎能构造出如此精确的金字塔呢?若是基于这一点而言，人的生命就真是在于运动了!

欣赏同学们激情奔跑，心情仍然感动，随之律动。套一句广告词，或许也是一种体育的精神吧——爱运动，真快乐!

一天半的运动会，不同的人，不同的感受;以不同的方式度过，有不同的心灵收获。

想起《十日谈》中有这样一句话“攀缘的艰辛就换来了加倍的快乐。”也想起巴金在散文《生》里写的：“将个人的生存放在群体的生存里，群体绵延不绝，能够继续到永远，则个人亦何尝不可以说是永生。”

太阳被我们的激情所点燃;春天因我们的热情而灿烂。运动会留给我们的不仅仅是奖状和名次，更是一种态度、一种决心，一种力量、一种品质、一种永不磨灭的精神!

又将回到平日的学习生活，但不管怎样，无论是谁，我们都应让青春继续奔跑!让青春永驻心田!

**运动会心得体会篇二**

第一段：运动会的意义和重要性（开篇介绍）。

运动会是学校生活中一项重要的活动，它不仅可以激发学生的运动潜力，培养团队精神，还有助于培养学生的身体素质和养成良好的生活习惯。我校最近举行的运动会正是我个人参与其中的一次难忘的经历。通过这次运动会，我深刻体会到了运动的乐趣和团队合作的重要性。

第二段：准备阶段的困难和挑战。

参加运动会需要提前进行许多准备工作。首先是准备身体，毕竟只有拥有一个健康的身体才能更好地参与各项比赛。此外，还需要进行许多技术训练，以提高技能水平。然而，在准备的过程中我遇到了不少困难和挑战，比如训练过程的疲劳和身体的不适。但是我明白，这些困难和挑战只是磨练我们毅力的机会，只有坚持下去，才能在比赛中取得好成绩。

第三段：比赛阶段的精彩瞬间。

在比赛开始之前，我感到一阵紧张和兴奋。而一旦比赛开始，我完全投入其中，全力以赴地与队友们团结协作。我参加了接力赛、跳远和短跑等项目，在每个项目中，我都全力以赴地发挥出自己的水平。当我站在赛道上，感受到风的呼啸和观众的欢呼声时，我仿佛获得了无穷的力量，撕裂了自己曾经的疲惫和困惑。

第四段：比赛中的收获和成长。

通过这次运动会，我不仅收获了奖项和成绩，更重要的是收获了团队合作和坚持到底的品质。在接力赛中，我们通过默契的配合和团队意识，成功获得了第一名；而在跳远项目中，我取得了个人最佳成绩。这些都是我坚持努力训练的结果，我感到非常自豪和满足。同时，这次经历也让我认识到了自己的不足之处，我会继续努力训练，争取在下次比赛中更好地发挥。

这次运动会不仅是一次比赛，更是一次难忘的经历。我意识到，运动不仅可以培养身体，还能培养坚持和团队精神。我希望自己能保持每天锻炼的习惯，更好地培养自己的身体素质与生活习惯。同时，我希望在未来的运动会中能够更加勇敢地挑战自己，不断追求卓越。最重要的是，我要时刻保持积极的心态，无论遇到什么困难，都要坚持努力，相信自己，相信团队，才能取得更好的成绩和收获。

总结：

通过这次运动会，我不仅体会到了运动的乐趣，还收获了团队合作的重要性和坚持到底的意志力。我将继续保持良好的训练习惯，努力提升自己的身体素质，争取在未来的运动会中取得更好的成绩。运动会为我提供了一个锻炼自身能力和展现团队实力的机会，我将珍惜这个机遇，不断努力向前，永不放弃。

**运动会心得体会篇三**

烈日当空，火辣辣的太阳照在身上竟有些疼。但是，这并不能磨灭我们对于运动会的无限激情。

今天，是我来到师梅的第一次运动会。我激动不已---体育节一共分为两天，第一天上午先是开幕式再是正式的比赛。遗憾的是，这次运动会我没有参加，但是有幸的是，我被荣幸的分进了男女混合50米迎面接力，为此，我每次放学都会去学校操场上跑上一两圈，上体育课时也额外认真。

我望着操场上参赛的同学们的矫健的身影时，我的心也跟着一起狂奔起来：“快点，超了他！加油，加油！”虽然我们班最后进入决赛的同学不多，总成绩也不是特别好，但是还是重在参与嘛！

我千等万等，终于等到了比赛的那一天。

“请七年级参加50米迎面接力的同学到操场集合。\"广播里清脆的声音把我拉到操场集合。“快点啊，参加接力的同学赶快排队，男生站那边去，要按顺序排，记得千万不要掉棒。”蒋老师美丽的脸上透露出一种淡淡的疲惫。于是我下定决心，一定不能给班上拖后腿！“啪！”枪发出来的声音震耳欲聋，第一棒的同学跑的非常快，但是我很为她担心要知道她的脚扭了，可见她这种精神很值得我们学习。就快到我了，我突然紧张起来了，紧张地感觉快要停止呼吸，对面的同学飞快地往我这边移动，我这时顾不上心里的紧张，顾不上头痛的难受，顾不上腿痛的折磨，拔起腿来就跑。我仿佛看见对面的同学正朝着我挥手，身后的加油声成为了我的动力，我自己告诉自己：快一点，再快一点，你能行！“砰”的一声，我手中的信任传递给了同学，看着同学们奋力奔跑的样子让我感慨万分，我大声叫起来：“加油，加油！你是最棒的！\"就差一点，就那么一点点就可以超过八班拿第一了！就在这时，最后一棒居然在这种重要关头掉棒了！和原本的第一名失之交臂，幸好最后一棒跑的特别快，不然我们班可能落到第四名去了！最终，就只拿了第三名。

我走在路上，特别的失落，要不是因为她们掉棒了，我们班也不会只拿个第三名吧！可是，这件事不能怪别人，要是我们其他人再跑快一点，那样那样，还是有机会可以拿第一名。

从挂满果实的树中，我们读出了成功。从汗水浸湿的运动服中，我们读出有付出，才有回报。回想有赛场上，那一个个飒爽的英姿，那一个个矫健的步伐，那一张张不服输的笑脸，正是这种精神使我们取得了道德风尚奖。虽然我们的总体成绩不好，但是比赛重在参与。从挂满果实的树中，我们懂得了勤劳的重要性。从汗水浸湿的运动服中，我们懂得了努力固然重要，但要懂得方法，在比赛过程中我们学会了照顾自己，我们看到了集体的力量，同时我们也看到了自己的不足。相信我们积累经验，再多付出一些汗水，我们相信，总有一天，我们会到达理想的高峰！

**运动会心得体会篇四**

第一段：引言（150字）。

初中运动会是每年的一项重要活动，对于我们学生来说，不仅是锻炼身体的机会，更是展现自己的舞台。我如此期待着这个运动会的到来，在这次活动中，我学到了很多，也收获了很多。

第二段：开幕式表演（250字）。

开幕式是整个运动会的起点，以饱满的热情和精彩的表演打破了原本平静的校园。我参加了开幕式的舞蹈表演，虽然练习的过程十分辛苦，但是当我站在舞台上，被成千上万的同学和家长们关注时，我感到内心一片由衷的骄傲和自信。这次经历让我明白了，只有通过不断努力才能获得更多的收获。

第三段：比赛过程（350字）。

比赛是运动会的重头戏，我参加了一百米短跑比赛。当我听到号手发出的哨声，我全力以赴地冲出起跑线，身体的能量让我感到无比强大。但是，在比赛过程中，我感到自己的腿在剧痛，气喘吁吁，这时我再也无法忍受了。但是，当我渐渐接近终点线时，我看到了无数同学为我加油的眼神，这让我感到无比的鼓舞和动力。我羞愧地想着，别人都在为我加油，我怎么能放弃自己呢？于是，我给自己再次打气，一口气奔到了终点。这次比赛是我人生中最艰辛，也最有意义的一次，它让我明白了困难只是暂时的，只要自己坚持不懈，就能克服困难。

第四段：颁奖典礼（250字）。

颁奖典礼是运动会中最受关注的环节之一。我没能在比赛中获得名次，但是我并不感到失落，因为这次运动会我学到了更多的东西。在颁奖典礼上，当我看到那些站在领奖台上的同学们露出满意的笑容时，我为他们的成绩而高兴。尽管自己没有夺冠，但是我从中学到了坚持、努力和奋斗的真谛，这比任何一块金牌都更为重要。我明白了，在人生的道路上，不一定每次都能获得胜利，但是付出了努力和汗水，就是一种胜利。

第五段：总结（200字）。

通过这次初中运动会，我收获颇丰。我学到了坚持不懈的精神，学会了相互鼓励和支持，也学会了从失败中汲取经验，这些都是我今后成长道路上宝贵的财富。运动会让我更加热爱体育，更加注重锻炼身体，也更加懂得了团队合作和个人奋斗的重要性。我相信，这次初中运动会的收获能够对我今后的学习和生活起到积极的影响。

结尾：我的字数已经超过1200字，我将在下文中继续写作。

**运动会心得体会篇五**

参加一次运动会是我长大以来的一大盛事，前期的准备工作丝毫不敢懈怠。赛前的个人练习、集体训练、提高自己的技术水平，都让我期待这一天的到来。终于，阳光明媚的早晨，我们迎来了运动会的开幕。校长带头，全体师生肃立，奏国歌、唱校歌，欢呼声不绝于耳。这庄严的气氛让我倍感振奋，心中涌动着一种无法言传的自豪感。

第二段：比赛全程。

运动会正式开始，我第一个参加的项目是接力赛。在教练的指导下，我按部就班地完成热身动作，眼神专注地等待着接力棒的传递。一声哨音划破空气，我的心也随之跳动起来，我抢过接力棒，疯狂地奔跑着，全身肌肉充满了力量。我的队友们在观众的呐喊声中传递着接力棒，终于，我们顺利完成了接力赛。紧接着是跳远比赛，我全力以赴地奔跑起来，扬起两条长腿，如离弦的箭一般飞跃起来。脚触地的一刹那，我感受到了空中的自由，那种飞扬的感觉让我陶醉其中。

第三段：团队合作的重要性。

在参加运动会的过程中，我深深体会到了团队合作的重要性。在接力赛中，队友之间的配合默契到了极致，只有团结一致、同心协力才能完成出色的表现。场上的每个人都发挥着自己的特长，互相激励、互相支持，这种集体的力量让我感到无比强大。每一个击剑的剑客、每一个游泳的泳将，每一个比赛中的选手都在默默付出，为我们的代表队争取着最好的名次。团结合作不仅可以提高我们的整体水平，还能培养我们的团队意识和责任感。

第四段：挑战与成长。

运动会是一次不断挑战自我的过程。参加比赛，无论输赢，都是一种成长的机会。失败可以激励我们更加努力，实现突破，成功则会增加我们的信心和勇气。在比赛中，我遇到了很多困难和挑战，但我学会了坚持不懈，迎难而上，积极寻求解决方法。在挑战中，我逐渐发现自己的潜力和能力，我相信只要付出努力，没有什么是我不能克服的。

第五段：收获与感悟。

参加运动会，不仅可以锻炼身体，更可以培养我们的意志力和团队意识。在这次运动会中，我不仅收获了奖牌和荣誉，更培养了我的自信心和毅力。比赛过程中的困难和挑战锻炼了我面对困难时的勇气和坚持的决心。我懂得了比赛的真谛不仅仅在于胜利，更在于参与过程中的经历和成长。尽管有时会遇到失败，但只要我们努力奋斗，为自己的梦想而不懈努力，就能找到成功的路径。

总结：参加运动会是一次良好的锻炼机会，它不仅让我们感受到身体力量的爆发，也培养了我们的合作精神和意志力。通过这次运动会的经历，我获得了更多的信心和勇气，也学会了面对困难时的坚持。不论是胜利还是失败，在比赛中我们都能成长，都能收获。因此，我坚信，只要我们心怀梦想，不断努力，就能在比赛中创造奇迹，收获自己的精彩人生。

**运动会心得体会篇六**

初中运动会是每个初中生都期待的一项重要活动。通过参与运动会，我们不仅可以锻炼身体，而且还可以培养团队合作和竞争意识。在经历了一天紧张而刺激的比赛后，我体会到了许多值得珍藏的经历和感悟。下面我将结合自己的经历，谈谈我对初中运动会的心得体会。

首先，初中运动会给予了我们锻炼身体的机会。在平日里，由于学业压力和课业繁忙，许多同学几乎没有时间进行锻炼，以至于身体素质下降。而运动会正好弥补了我们的不足，让我们有机会全身心地投入到各项运动中。比如我曾参加过百米赛跑，当听到发令枪响起时，我一马当先地冲出了起跑线。竞争过程中全身的肌肉都在迸发力量，让人感受到了全身的力量和活力。同学们奋力拼搏、尽情呼喊的场面让我备受鼓舞，也培养了我的体育兴趣。

其次，初中运动会培养了我们的团队合作意识。初中运动会中的团队项目无疑是最能体现团队合作的项目。我还记得那次参加过接力赛的经历。在赛前，我们队伍进行了严格的分组和训练，每个人有着明确的分工和责任，这样才能确保我们的速度和默契。在比赛中，当第一棒同学接过接力棒，我们全体队员紧张而兴奋地等待下一位接力棒的到来。每个队员都全力以赴，保持了良好的配合。当我们以第一名的姿态冲过终点线时，整个队伍欣喜若狂。这次接力赛让我明白只有团队合作才能成就辉煌。

另外，初中运动会也使我明白了竞争意识的重要性。运动会上，每个人都热衷于取得好成绩。无论是跑步、跳远还是投掷，我们都努力地超越自我，争夺前进名次。在这个过程中，我体会到了竞争的激烈和残酷。在一场篮球比赛中，我们与对手形成了激烈的拼抢，每个人都全力以赴，不留余地。在这种竞争中，我感到了紧张、刺激和成就感，也学会了从竞争中找到动力，不断超越自己。

最后，初中运动会让我明白了努力和毅力的重要性。在运动会前，我们同学们都经历了一段辛苦的备战时间。例如，我参加了撑杆跳比赛，这个项目对技巧和力量要求较高，需要我们不断努力进行训练。我曾多次遭遇失败，但我并没有放弃。通过老师和同学们的帮助和鼓励，我不断地反复练习，获得了更好的成绩。这次经验让我明白了努力和毅力的重要性，只有坚持不懈地努力，才能取得更好的成果。

总之，初中运动会是我人生中一次宝贵的经历，这场比赛不仅让我锻炼了身体，培养了团队合作和竞争意识，还让我懂得了努力和毅力的重要性。通过这次运动会，我收获了许多感悟和经验，使我更加坚定地相信，成功源于努力，团队合作心有力。未来的日子里，我将不断努力，奋发向前，并将初中运动会的心得体会运用在我的未来生活中。

**运动会心得体会篇七**

20xx年6月，秋高气爽，硕果飘香。在团结、友谊、拼搏、热烈、和谐的气氛里，成功举办了第一届职工运动会。

运动会共设9个项目，有职工喜爱的篮球、乒乓球、羽毛球等现代体育项目，有象棋、跳绳等历史悠久的民间传统体育项目，有人们日常喜好的牌类比赛项目，还有趣味很浓的同心协力项目。全市国土资源系统的21个科室及直属单位、3个分局、15个国土资源所、38位退休干部职工组成了6个代表队，298名干部职工运动员参加了比赛和角逐。

最后两天决赛中，126名运动员参赛，决出13个单项奖，72人获奖，3个团体奖。

局长在最后的讲话中铿锵有力，语气激昂，向全系统干部职工提了三点要求：通过举办职工运动会，工作目标要更高，为老百姓办事的速度要更快，队伍建设要更强，要全面实践“更高、更强、更快”的奥运精神。随后，与共建单位举行了篮球联谊赛，为闭幕式划上了圆满的句号。

运动会自始至终体现出一种集体的凝聚力与向心力，圆满完成了比赛任务，展现出了我市国土资源系统全体干部职工积极向上的精神风貌和良好的团队精神，为推动今后的各项工作提供了精神食粮。

（一）领导重视，建立组织。

为办好运动会，局党委高度重视，成立了以局党委书记、局长苏同志为主任，局党委副书记、工会主席肖同志和局主任科员徐同志为副主任，其他班子成员、分局领导为组员的运动会组委会，成立了组委会办公室，竞赛部，后勤保障部，科学安排了具体工作人员，形成了一个强有力的领导机构。

根据全系统的人员分布，组成了六个代表队，明确了由班子成员和部门负责人为正副领队。运动会开展过程中，组委会主要领导多次组织召开会议，落实、布置、检查筹备工作情况，将运动会工作进行了明确细致的分工，使各项工作有人负责、有人落实，保证本届运动会顺利、有序、成功的开展。各代表队指定专人负责，明确职能分工，为办好运动会奠定了良好的基础，推进了各项工作的顺利进行。

（二）筹划及时，准备充分。

运动会前期准备工作头绪繁多、内容繁杂，组委会早安排、早布置、早落实，对筹备工作做到超前计划，制订了详细的实施方案，确立了积极参与、规模适度、业余开展、友谊第一和简朴隆重原则，提出了具体要求，并决心要办成具有国土特色的一流运动会。围绕“高标准、正规、一流”要求，各工作组各司其职、分头落实。竞赛部在人手少，工作量大的情况下，提前准备，加班加点，高标准制定了秩序册，对各项目竞赛规则、流程、时间和方法等作了具体安排，主动联系体育馆灵活科学设置了比赛场地。

办公室全体工作人员，围绕局领导要求，充分发挥主观能动性，努力提升运动会档次，聘请了市电视台两位主持人作为运动会嘉宾主持，与体育馆和礼仪公司等有关人员反复磋商，搭建了彩虹门，制作了六副巨大的空飘，主会场设置了八副体现国土精神又符合时代要求的标语，精心、科学安排了开、闭幕式，组织了各项仪程的彩牌，营造了热烈浓厚的运动会氛围。

后勤保障部及时统计参赛运动员，搞好体育器材发放，联系制作精美奖杯，统一运动员服装，联系餐饮保障事宜，提供了坚强的物质保障。总体上，各项准备工作井然有序，为运动会的顺利开展奠定了基础。特别要提出的是肖书记、马主任和江主任三人多次与体育馆协商，做了大量的细致的工作。

**运动会心得体会篇八**

我是一名高中生，今年参加了学校举办的运动会，这是我第一次参加这样规模的体育比赛。在运动会之前，我特意加强了训练，努力提高自己的技术水平。与此同时，我也认真研究了其他选手的实力，希望能够在比赛中发挥出自己最好的水平。

第二段：比赛过程。

运动会的比赛日终于到来了，我参加了田径项目中的短跑比赛。进入赛场后，我感到紧张，但我深信自己的训练和准备一定能够为我带来好的结果。比赛开始后，我全身心地投入其中，全力以赴地冲向终点线。虽然我的成绩并没有取得很好的名次，但我深感自己参加这次运动会的价值不仅仅是为了取得好成绩，更重要的是培养了毅力和坚持到底的精神。

第三段：挑战与压力。

参加运动会也让我意识到了挑战和压力。看着其他选手跑得飞快，我感到了压力。但这样的挑战也激发了我的斗志，让我更加努力地锻炼和提高自己。我知道，只有经受挑战和承受压力，我才能够真正意识到自己的潜力和努力的重要性。而这种经验也将为我未来的成长和发展提供坚实的基础。

第四段：团队合作的重要性。

除了个人项目，运动会还有团体项目。我参加了接力赛，这让我更深刻地意识到了团队合作的重要性。在接力赛中，我们需要相互信任，并且精确地传递接力棒，完成最后的冲刺。没有团队合作，我们无法取得优异的成绩。这次经历让我明白一个优秀的团队需要每个成员的默契与配合，人才的集聚才能产生巨大的合力。

通过参加运动会，我不仅意识到了自身的努力和付出的重要性，还学到了团队合作的重要性。运动会不仅仅是比赛，更重要的是锻炼我们的意志和毅力，培养团队精神。在未来的生活中，无论是学业还是工作，我都将以比赛中的精神为榜样，努力拼搏，不畏困难，为了成就更好的自己而不断努力。同时，我也会更加注重团队合作，相互信任，相互帮助，在团队中发挥自己的优势，为团队的共同目标而努力奋斗。

总结：

参加运动会给我带来了很多收获和启发。通过比赛，我提高了自己的技术水平，也明白了团队合作的重要性。无论是面对挑战还是压力，我都能够坚持下来，并从中吸取到宝贵的经验和教训。我相信，这次运动会的经历，将会对我未来的成长和发展起到积极的推动作用。因此，我会继续坚持训练，为下一次的运动会做好更充分的准备，争取更好的成绩。

**运动会心得体会篇九**

金色的秋天，伴随着运动进行曲的响起，我校第50届运动会拉开了帏幕。开幕式上的队形表演真的是亮点多多啊，特别是高三的学长学姐们的表演更加精彩和有特色，武术舞蹈等，这些精彩的表演成为开幕式上一道道靓丽的风景线，忠心的祝愿学长学姐们在明年的高考中取得优异的成绩。学弟学妹们也是很不错的，虽然是刚进来，对一些比较不熟悉，但是也是表现得很不错的，还用了火攻烟花呢！接下来就说说我们班吧，“青春如火，超越自我，团结进取，奋勇拼搏！”在响亮的口号中，我们的队形变成太阳，放射出万丈光芒，预示着大家能够在赛场上搏出自己的风采！另外一道靓丽的风景线，就是宣传画垃圾箱。是展现同学们绘画创造水平的好机会了，大家拿出自己的画笔，画出自己喜欢的东西，用好的创意去装饰垃圾箱。可惜没有照相机，肯定拍下那些精彩的画面！

在激烈的比赛中，运动员的奋勇拼搏，啦啦队响亮的加油声也是在运动场上激荡。在800米，1500米的比赛中，更需要的是坚持不懈，战胜自己，结果已经不在重要，重在那个的过程，在自己的天地去收获秋天，成功对于每个人也会有不同的内涵，也许对于别人，你没有取得名次，不算是成功，但对于自己来说，也许就是成功了。特别佩服的是我班的一个同学，上午跑完800米后，下午又跑1500米，而且那天又非常炎热，她还能坚持去拼搏，两项都为班级争光了。看到她跑最后的一圈时，顽强的冲刺着，加油声非常激烈，她带着成功的微笑，跑到了终点，当时我都热泪盈眶了，太高兴了真的很难得啊，一般最后都是痛苦的坚持的表情，而她是微笑着。从她的身上学到了很多，她也是读李阳英语的人，她也不怕丢人，疯狂的去做自己喜欢做的事情，天天都这样坚持着去做自己喜欢做的事情。和她在一起，让我学到了很多，找到自己想要做的事情，想要的校园生活，想要的人生。真的很感谢她，她也让我的心胸变得更开阔！

toyourself!

**运动会心得体会篇十**

热闹欢腾运动会，高殿小学的学生显雄威。在这春意盎然的四月里，我们迎着春日的阳光，伴随着播种的季节，迎来了欢快精彩的第七届校运动会。

一大早，全校师生就来到了运动场，他们有的安排场地，有的整理服装，有的安放运动器材，忙得不亦乐乎，原本寂静的赛场一下子热闹起来。8：00随着宣布运动会正式开始，各班队伍依次入场进行行进操的表演。此时进行曲骤然响起，一个又一个班级排着整齐的队形，大踏步向主席台走来。他们个个衣着鲜艳，面带笑容，昂首阔步，展示出青年特有的朝气与活力。这些班级的表演各有千秋，有的队形多样，有的衣着亮眼，有的动作齐整，有的编排新颖，他们优美的步姿吸引了所有人的目光。他们的表演给整个运动会描上了绚丽多姿的色彩，犹如春天的花朵，夏日的阳光，带着凉爽的秋风扑面而来，令在场的师生无不动容，无不欣喜。他们表演的队形以及动作也是探讨和编排的。这完全体现了学生对此次运动会的热情与向往，也充分展现了他们较强的自主能力和组织能力。当行进队伍全部入场后，接踵而来的是广播操的比赛。伴着“时代在召唤”的旋律，所有学生抬头挺胸，精神饱满，节奏准确无误，动作到位有力。在他们的脸上，我们看到了青春的气息，青春的价值，青春的活力，似乎要在新的时代里召唤更加美好的未来。

在8：30的时候，当大会宣布运动比赛正式开始，整个赛场顿时沸腾起来，加油助威声此起彼伏，络绎不绝。你看那田径赛场上的运动员，一个个如矫兔般飞离起点，像利箭般冲向终点，引得在场的.观众兴奋不已。不论选手是否获得第一，他们都会得到观众的赞美和鼓励。因为在观众的心中，这些运动员都发挥出了不屈不挠，顽强拼搏的体育精神，他们是运动场上的英雄，是高殿学校的“刘翔”。女子60米和男子100米是考验选手体力和毅力的项目。它虽然不如长跑那样让人兴奋，令人激动，但是绝对比长跑更加让人感动。在比赛中，选手要面临的不仅是身体上的考验，更是心理上的考验。参加这个项目的运动员真正体现了努力拼搏，永不服输的运动精神，它给我们的感受远比成绩要丰富的多。再看那田径赛场上的运动员，也个个摩拳擦掌，毫不示弱。跳高跳远的运动员为了得到更好的成绩，拼尽全力，即使失败也毫不放弃。他们面对目标跨出坚定的步伐，跳了一次又一次。这种不断超越自我的精神是个人的巨大财富，更是将来能够走得更高更远的稳固基石。参加铅球比赛的选手互相竞争，成绩越投越远。他们手中的铅球仿佛变成了一个个充满希望的许愿球，不断追逐着自己的梦想。比赛一直延续到下午，师生们的热情豪未减退。直到接力赛的最后一声枪响。看着他们夺冠后洋溢着幸福的笑脸时，我感到运动精神在高殿学子中展现得一览无余。体育是精神文明建设的一个重要组成部分，是民族素质、人民精神面貌的集中体现。

运动会既是检验学校体育教育的水平与质量，展示学生青春风采，考验体能与心理的具体实践，也是学校教学改革与事业发展的一次综合展演。它锻炼的是体力，激活的是生命，弘扬的是个性和青春活力，收获的是笑脸和精神风貌。所有选手在本届运动会上赛出了成绩，赛出了风格，发扬了友谊第一，比赛第二的精神，在比赛中寻觅了更多的光彩和梦想，在比赛中创造了更多的美好和辉煌。

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