# 《爷爷的马拉松》读后感450字

来源：网络 作者：蓝色心情 更新时间：2025-01-30

*《爷爷的马拉松》读后感暑假里，我迷上了一本书，叫做《爷爷的马拉松》，它是作家汪琦的儿童文学新作。作品教育我们要积极参加体育运动，长大报效祖国。最令我忘不掉的就是封面上的一句话，它会永远激励着我 ：“我爷爷说，人生就是一场马拉松。″这本书主要...*

《爷爷的马拉松》读后感

暑假里，我迷上了一本书，叫做《爷爷的马拉松》，它是作家汪琦的儿童文学新作。作品教育我们要积极参加体育运动，长大报效祖国。最令我忘不掉的就是封面上的一句话，它会永远激励着我 ：“我爷爷说，人生就是一场马拉松。″

这本书主要讲了这样一个故事：一个微胖的小男生张乐驰，最最害怕的一件事——运动。每当上体育课时，他总盼望那一天可以下雨。后来他在体育老师梁老师的耐心带领下，特别是在博物馆里，被神秘爷爷，也就是中国马拉松第一人：张亮友受到日本人的耻辱，却仍然坚持要跑马拉松，最终在中国创立了马拉松的故事深深感动了，从此爱上了运动。

读完了这本书，我明白了一个道理:人生就是一场跑不完的马拉松。不要担心跑多远，只要是认真地迈着每一步，就会有收获。从张亮友爷爷身上，我学到了：不要太在意别人的眼光，就像张爷爷一样，坚持做好自己，去实现自己的梦想。虽说实现梦想的路程是很艰难的，可是我们要学会坚持。我从文中另一个中国小男孩儿，在日本马拉松比赛中，并不因为自己奔跑的速度很快而放弃了朋友，而是和朋友们团结一致的潘凯身上学到了:我们任何时候都要学会团结一致，不能自私。学会和同伴们有难同当，有福同享。一次，我在和几个好朋友一起踢足球时，一个好朋友明明可以一脚射门，可是他却把球传给了我，给了我一个展示的机会。还有一次，在跑步比赛中，我就快要坚持不住了，一个好朋友突然放慢了脚步，陪着我一起跑完了全程。我想这应该就是互帮互助，团结友爱的精神吧。

同学们，你们是不是也像书中的人物一样呢？让我们手拉手一起在人生的道路上跑起来吧！

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