运动会心得(实用15篇)

实习是在职业生涯中非常重要的一段经历，通过实习我们可以学到很多东西，对自己的职业发展也有很大的帮助。我想我们需要写一份实习心得了吧。在下面的范文中，作者分享了自己的学习感悟和心得，值得我们借鉴和学习。

运动会心得篇一

校运动会是每个学校的一年一度的盛事。无论你是参加比赛的选手还是观看比赛的观众，都能够感受到它所带来的激动人心和快乐。这一经历不仅能带来体力上的贡献，更能在情感上给予我们无限的鼓舞与感受，下面我将分享一些我的校运动会的心得与体会。

第二段：参与比赛的收获

我曾经参加过校运动会的1500米长跑比赛。在这场比赛中，我体会到了不断挑战自己和突破自己的重要性。虽然我最终拿到了第五名的好成绩，但是在我心中，这场比赛是我学生生涯中最富有意义的一次，它教会了我永不放弃的精神，不管前方有多长的路，我都决不停歇。

第三段：观看比赛的收获

除了作为参赛者，我有时也会作为观众到场观看比赛。每一次观看比赛，我的心情都会不同。有时我会因为运动员取得了好成绩而为他们欢呼，有时我会因为运动员受伤而为他们惋惜。不管怎样，我都能够体会到运动员和他们的团队为了出色成绩而拼命奋斗的那种坚持和努力的精神。在观看比赛的过程中，我也懂得了“实力比美”的真谛，懂得了不以喧闹的嘈杂和自以为是去评价别人的重要性，更能够欣赏每一个努力和真诚的人的美。

第四段：对心理素质的提升

参加校运动会不仅仅可以提高身体素质，更可以在体验中提升心理素质。人生最困难的一点就是无法对自己进行选择，而参加比赛可以令我们更好地了解自己的内在，让我们拥有更强的心理素质以应对生活中的各种挑战。在比赛过程中，我感受到了锻炼自己意志和毅力的重要性，教会了我要坚持下去，最后不惜一切代价拼尽全力取得胜利的决心。

第五段：结语

在这一年一度的校运动会中，我们学到的不仅仅是身体的锻炼，更是对自己心灵和精神的锤炼和提升。而这种精神和努力，会在我们的生命旅途中一直伴随着我们前行，给予我们不竭的力量和信念，供我们应对人生的重重挑战。让我们珍惜每一次参加校运动会的机会，感受到其中的快乐，从而不断提升我们的身体素质和心理素质，铸就自己更为出色的未来。

运动会心得篇二

这周星期六，我们举行了田径运动会。

走到前院，我们喊着口号，我们的口号是阳光体育，快乐成长。

我们走出了大门，走到街上，我们都很兴奋，终于到了体育场。我们有一个进场仪式，我们喊着口号，声音响亮响亮的，老师让我们做到台子上去，看运动员比赛，冯靖跑得不是很快，竞得了个倒数第三，高珂应该的第一，但有个男孩犯规，从花丛中饶了过来。最精彩的一幕开始了，张韶雨和王帅鹏800米冲刺。枪声响了，王帅鹏第一，但是，许多人都犯规了。张韶雨跑得有点慢，王帅鹏第二名，老师过去，让王帅鹏喝水。张韶雨是倒数第八名，他倒在了老师的.怀里。

我们该走了，这时，我感到我们班有一种爱的力量。

运动会心得篇三

元旦运动会作为一项重要的文化体育活动，是全民健身的一个重要方面。在比赛中，同学们充分展示了自己的体育才华和团队协作能力，也让我们深刻意识到了身体锻炼的重要性。在本次运动会中，我也有一些感悟和收获，下面就来分享一下我的心得体会。

第二段：积极参与体育锻炼

此次运动会中，我积极参与到了田径比赛中。在比赛前，我在课余时间里不断地练习，提升自己的体能水平，充分准备了比赛。在比赛中，我不断地挑战自己的极限，为班级争得一分。在这个过程中，我意识到了体育锻炼对身体的好处并深深感受到了体育锻炼的乐趣。

第三段：展示集体的团队协作

团队协作是本次运动会中的重点之一。在集体项目比赛中，我们懂得了团队协作的重要性，充分体现出了班级的整体实力和氛围。在备战过程中，我们充分利用了每一个人的特长和优势，并不断交流讨论集体项目中要注意的细节，从而提高了项目的完成度。在比赛中，我们一起加油、一起努力，最终赢得了比赛，取得了优异成绩。

第四段：挑战自己，不断进步

在不断的比赛和暴力锻炼中，我们实际掌握了比赛技巧，提高了自身运动水平，也在无形中增强了意志品质。在赛场上，我们不断地挑战自己的极限、战胜自己的弱点，相信这也使我们的内心变得更加坚强，并且我们有了越来越多的信心和自豪感，让我们继续前进。

第五段：人生价值的体现

在这次运动会中，我们在追求自我超越的同时，也明白了体育精神的珍贵。此次运动会的举办，旨在让我们学会挑战自我、克服困难，延伸自己的兴趣点。并带给我们身体和心灵的提升。既体现了公平、公正、公开的竞技理念，也让我们在比赛中体验历练和成长。总之，这次运动会不仅仅是为了比赛而比赛，更是聚焦人生的美好，关乎健康、关乎友谊、关乎人生价值的体现。

小结：

在这次元旦运动会中，我们既收获了胜利所带来的喜悦与自豪，更明白了体育锻炼和集体协作所带来的积极意义。期望在对待体育锻炼和比赛中，始终保持一颗真诚和积极的心，并且为之拼搏奋斗，最终和乐成长。

运动会心得篇四

昨天和今天，我校举行了第xx届运动会。昨天早上，我早早的来到学校，发现班级里的人已经来的差不多了(刚开始，我以为我是前几个呢!)，过了一会，刘老师也来了，给我开门分号码布，我非常的仔细听：“5701陈炯豪，5702应锦轩……5713黄思雅，5714陈昱静……”当报到我的名字时，我有一种自豪感：我是代表班级来参加运动会的，我赢定能获奖，为班级获得分数的。可是，昨天的比赛让我有些失望。

上午，我去篮球场地比定位投篮。刚开始，我是信心满满的，举着球准备将球投向空中，可是，我投了几个，信心渐渐从我的心里消失。“唉呀!就差一点，怎么又弹回去了呢?”当我在中中间投出第一个球后，有一阵欢呼声交织在我的耳际。“啊!我进球了。我本以为下一个球也会进，谁知，接下来的一个球，连篮球架都没碰着，当我走向最后一个筐子旁边时，几乎没有了信心。”唉!还是没有投进去，我投了着吗多的球，

才进去了一个。这场比赛令我非常的失望。

下午，我去参加五年级女子组200米跑。一开始，我与投篮前一样，万分的激动。比赛即将要开始，我准备了跑步的动作。我感觉，我自己的'脚和手都在发抖，心情非常紧张。过了几分钟，一位体育老师做了一个姿势，只听见“砰”的一声，我们这些运动员就像离玄的箭一样，向前冲去。

后来，我才知道，原来她的身体比我早一点进入，所以她是第二名。我觉得，不管有没有获奖，主要是你有没有参与。就算你没有获奖，但是你有一颗香味班级争得分数的心，那就足够了！

运动会心得篇五

近几年，受到疫情的影响，各项线下活动纷纷受阻。为了保证社交距离和人员安全，云端运动会开始大行其道。作为一名参与者，我深感云端运动会给我们带来了新的体验和机会。在这个主题的文章中，我将分享我参与云端运动会的心得体会。

第一段：感受线上交流的独特魅力

云端运动会作为一种在线体育竞赛形式，给我们带来了全新的体验和交流方式。通过网络平台，我们可以与世界各地的选手竞技，并能及时看到自己的成绩、排名和奖项。这种形式不仅打破了时空的限制，更为我们提供了与全球选手交流的机会。我曾经在云端足球比赛中与来自不同国家的选手切磋，通过视频通话，我们交流技巧、分享经验，这种全球化的接触令我受益匪浅。

第二段：保持积极向上的竞技心态

云端运动会由于线下群体互动的缺失，可能会给一些选手带

来难以适应的困扰。相比于线下比赛，云端运动会在动力上存在一定的缺陷，例如没有现场观众的加油声和热闹的气氛，这对于选手们的表现有不小的影响。然而，我在参与云端运动会中发现，只要保持积极向上的竞技心态，专注于个人的发挥，依然能够发挥出最佳水平。不论是通过云端技术与其他选手竞技，还是通过上传视频展示自己的实力，我坚信，真正的运动精神不会因为线上世界的虚拟性而消失。

第三段：挑战自我，追求进步

云端运动会给我们提供了一个良好的平台，去挑战自我、追求进步。在线上比赛中，竞技者可以选择参加自己熟悉的项目，也可以尝试新的领域。这样的变化性和灵活性，使我们有更多机会去尝试，去突破自己的瓶颈，不断进步。举个例子，我曾经在云端游泳比赛中参加了100米蛙泳项目，虽然这对我来说是个相对陌生的项目，但通过与其他选手的交流和学习，我逐渐提高了自己的技术水平。在挑战中成长，这是云端运动会给予我的最大收获。

第四段：加强体育运动对健康的促进作用

云端运动会不仅让我们体验到竞技的乐趣，也提醒我们体育运动对我们身心健康的重要性。长时间待在家中，容易导致缺乏运动的生活方式。而云端运动会作为一种创新的形式，鼓励我们积极参与体育活动，促进身体的锻炼。我在参与云端运动会的过程中，不仅加强了自己的锻炼习惯，还更加深刻地认识到体育运动对保持身心健康的重要性。

第五段：展望云端运动会的未来

云端运动会是一种与时俱进的产物，它将随着科技的发展而不断完善和创新。虽然云端运动会在某些方面无法取代传统的线下体验，但我们应该积极拥抱变化，并善于利用这种新的竞技形式，提高自己的综合素质。同时，随着越来越多的

人参与其中，云端运动会也将逐渐形成一个全球范围内的交流平台，让我们与世界各地的选手相互激励、切磋。

总结：

云端运动会给我们带来了新的体验和机遇。通过线上交流、保持积极向上的竞技心态、挑战自我并追求进步，我们能够在这个全新的竞技平台上展示自己的实力和才华。同时，云端运动会也提醒我们体育锻炼对健康的促进作用。希望在不久的将来，云端运动会能够更加发展壮大，并为广大运动爱好者提供更多的机会和乐趣。

运动会心得篇六

星期三，我们学校举行了一年一度的运动会。运动会上比赛激烈，谁都不落后。

这次运动会让我思潮起伏、思绪万千，特别是那场800米星期四，也就是运动会的’第二天，举行了800米跑步比赛。裁判员枪声一响。运动员们像离弦之箭一样，冲出起跑线。

最后一圈时，已经有人吃不消了，可他还是坚持跑到终点，尽管他是最后一名。在最后一圈时，他已经落后很多了，并且体力不支，他完全可以选择放弃。可是，他没有。我猜测他心里一定想：重在参与，输了并不要紧。自己虽然吃不消了，但是一定要坚持。

如果放弃了，那么就是永远战胜不了自己;要想战胜自己，就应该坚持。在学习中也是如此。再学习过程中遇到了难题，你应该迎难而上，而不应该知难而退。你放弃了，你就永远做不出这种类型的题目。相反，你不放弃，努力去做，那么你总有成功的一次，你总会尝到胜利的喜悦。

这次运动会，让我记忆特别深刻，因为，它让我明白了“坚

持就是胜利”的深刻含义，明白了许许多多的道理。

运动会心得篇七

“起来不愿做奴隶的人们……”，校园中响起我们唱国歌的声音，今天是我们的运动会，很期待今天的所有行程，希望我们班可以获得很好的成绩。

在阳光的照耀下，徐徐的暖风，装点全校的每个角落，开始了我们心中所期待的运动会。大会开场的重要节目—跳舞，在大家的努力之下，显得热闹缤纷，观众们更是看得目不转睛，我们有分年级跳，每一个年级都跳得很好，让人叹为观止。

之后，有许多竞赛，其中最刺激的就是趣味竞赛和团体接力，在趣味竞赛时，哨音一响，我们班用第一个用跑的过去投篮，男生那时都很顺利，但是到女生那时候，就都变成没有投进，但老师叫我们不要紧张，看准白色框框投，但感觉女生很紧张，都没投进，连平常练习时，都可以投进的我，也没有投进。

团体接力更是激烈，我们班本来是落后的，但是因为我们的策略是由慢到快，所以前面都输蛮多的，但后面就有追上来，让我们从跑道中脱颖而出。

这次运动会我们班大丰收，获得很多面奖牌和奖品，这是大家团结所获得的成果，闭幕典礼画下了完美的句点，回顾有笑声有泪水的`运动会，这也是我们最后一年的运动会了，我会把最后一年的运动会放进我的回忆里喔!

运动会心得篇八

“起来不愿做奴隶的人们……”，校园中响起我们唱国歌的声音，今天是我们的运动会，很期待今天的所有行程，希望

我们班可以获得很好的成绩。

在阳光的照耀下，徐徐的暖风，装点全校的每个角落，开始了我们心中所期待的运动会。大会开场的重要节目—跳舞，在大家的努力之下，显得热闹缤纷，观众们更是看得目不转睛，我们有分年级跳，每一个年级都跳得很好，让人叹为观止。

之后，有许多竞赛，其中最刺激的就是趣味竞赛和团体接力，在趣味竞赛时，哨音一响，我们班用第一个用跑的过去投篮，男生那时都很顺利，但是到女生那时候，就都变成没有投进，但老师叫我们不要紧张，看准白色框框投，但感觉女生很紧张，都没投进，连平常练习时，都可以投进的我，也没有投进。

团体接力更是激烈，我们班本来是落后的，但是因为我们的策略是由慢到快，所以前面都输蛮多的，但后面就有追上来，让我们从跑道中脱颖而出。

这次运动会我们班大丰收，获得很多面奖牌和奖品，这是大家团结所获得的`成果，闭幕典礼画下了完美的句点，回顾有笑声有泪水的运动会，这也是我们最后一年的运动会了，我会把最后一年的运动会放进我的回忆里喔!

运动会心得篇九

太极运动会是一个集结全国太极爱好者的盛会，每年都吸引着无数热爱太极的人们参与其中。我一直对太极心存疑惑，不明白它到底有什么独特之处。当我得知学校要组织太极运动会时，我决定参加，希望能在活动中对太极有所了解，并从中体验到其魅力。

第二段：讲述太极运动会的过程和自己在比赛中的感受

太极运动会共分为个人表演和对抗两个环节。在个人表演中，参赛选手一个一个地上台表演自己的太极技巧。他们身姿优雅，动作流畅，每一招每一式都展现出他们对太极的理解和掌握。我虽然技术不够熟练，但我仍然秉着学习的态度上台，面对观众和裁判。在表演的过程中，我感受到了自己的身体和心灵得到了极大的放松，好像整个世界都静止了下来。这种感觉非常奇妙，让我更加向往太极的魅力。

第三段：分析太极运动的魅力和对人身体和心灵的益处

太极运动被誉为“动中有静，静中有动”的运动，强调身心的统一。太极的动作缓慢而有力，帮助我们调整呼吸和心态，促进全身经络的畅通。在太极运动中，我们注重呼吸和意念的配合，以平和的心态面对外界的一切。可以说，太极运动既是一种健身方式，也是一种修身养性的方式。通过太极运动，我学到了如何掌握平衡和力量，如何用柔软的力量化解掉对手的攻势。这种技巧的学习，让我在运动中得到了真正的放松和享受。

第四段：谈论太极运动会对自己的影响和收获

太极运动会不仅让我学到了太极的技巧，更重要的是让我认识到了生活中的许多道理。在比赛中，有的选手表演得很出色，而有的选手则因为紧张而出现了错误。这让我明白了压力和紧张会对表现产生负面影响。因此，在生活中，我会尽量保持平和的心态，不让压力影响我的心情和表现。太极运动的另一个收获是提高了我的身体素质。持之以恒地练习太极，使我的身体逐渐变得灵活起来，增强了耐力和力量。这些都对我日常生活和学习带来了积极的影响。

第五段：总结自己在太极运动会中的收获和对太极的期待

参加太极运动会是一次意义非凡的经历。通过这次经历，我对太极有了更深刻的认识和理解。太极不仅是一项运动，更

是一种生活态度。它教会了我如何通过调整呼吸和心态来应对挫折和压力。它让我明白了练习太极的意义不仅在于身体的锻炼，更在于心灵的修养。我希望将来能够继续学习太极，不断提升自身的太极水平，并将太极的理念融入到我的日常生活中，以实现身心的和谐发展。

通过参加太极运动会，我不仅体验到了太极的独特魅力，也对太极的修身养性之道有了更深入的了解。我相信，只有将太极的理念贯彻到日常生活中，我们才能真正体味到太极带来的健康与快乐。

运动会心得篇十

第一段：介绍运动会打太极的背景和意义（200字）

运动会作为学校中一年一度的盛事，是学生们展示自我实力和团队精神的舞台。然而，除了传统的田径项目外，近年来太极成为了运动会的一大亮点。太极作为一种传统的中国武术，强调身体和心灵的和谐，通过缓慢而流畅的动作，促进身体的平衡和柔软性。通过参与运动会打太极，我体验到了太极的魅力，也收获了很多启发和感悟。

第二段：细节描述太极动作的学习过程（250字）

在运动会之前，我们参加了许多太极的训练课程。初次接触太极时，我被优美的动作和舒展的身体所吸引。然而，随着学习的深入，我才发现太极并非只是表面上的美。每一个动作都有着非常严格的要求。光是一个基本动作“起势”，就需要身体的每一个部分都协调运动。练习时，我时常感到力不从心，但我的教练总是耐心地指导我，帮助我正确理解和掌握每个动作的精髓。通过持之以恒的练习，我的身体逐渐变得柔软而有力，同时我也在练习中培养了耐心和毅力。

第三段：探讨太极对身体和心理的影响（250字）

参与运动会打太极的过程中，我明显感受到太极对身体和心理的积极影响。在太极的动作中，需要我专注于每一步和呼吸，不断调整身体的平衡和重心。这种专注力的培养让我在日常生活中更加沉稳和自信。而通过慢节奏的练习，我的身体得到了更好的伸展和放松，消除了一些久坐带来的僵硬和不适。此外，太极的练习还对我的心理状态有着积极的影响。每次练习完，我总能感受到一种内心的平静和放松，减轻了学习和生活带来的压力。

第四段：分享运动会打太极的团队精神（250字）

运动会打太极虽然是个人练习，却也需要团队的合作和配合。在训练课上，我们需要互相配合完成一些合作动作，这要求我们准确地理解和掌握彼此的动作节奏和力度。通过与队友共同练习，我体会到了合作的重要性和团队精神的力量。我们相互鼓励、相互帮助，一起进步。这种团队合作的精神在运动会上也得到了体现。在比赛中，我们互相加油鼓劲，为队友的精彩表现而欢呼，即便是遇到挫折和困难，我们也能共同努力，挑战自我。

第五段：总结太极带来的收获和意义（250字）

通过参与运动会打太极，我不仅学习到了精准的动作和优雅的身姿，更重要的是获得了对太极的深入理解和领悟。太极不仅是一种武术，更是一种生活态度。在快节奏和压力之下，太极让我学会了放松和平衡。太极的练习也培养了我的观察力和专注力，让我更加专注于当下，将这种专注带入日常生活中。通过团队练习和比赛，我感受到了团队精神的力量，明白了合作和共进的重要性。运动会打太极不仅是一次身心的锻炼，更是一种全面的成长和提升。

运动会心得篇十一

2021年元旦即将来临，为了庆祝这个新年的到来，学校为我

们举办了一场迎元旦运动会。在这个欢快的氛围中，我们尽情地体验了运动的快乐，增强了友谊的深厚。本篇文章将简要地总结我在这次运动会中所体会到的感受。

二段：运动会的准备

一篇好的文章少不了组织、准备和步骤。这次运动会也是一样的，同学们忙碌地备战，学校也做出了大量的准备工作。在运动会前，我以为是我们的专项运动项目率先开始，专心准备了好几天。我们通过厚实的学习，在专项比赛中取得了不错的成绩。同时，在组织方面，学校的教职工也花了大量时间，为此次运动会筹备了许多庆祝活动，让我们在赛场之外感受到积极深刻的元旦节氛围。

三段：运动的快乐

运动会是让我们全面锻炼自己身体素质和协作精神的场所，而跑步、跳远、跳高和篮球等运动项目，正是体现了体育精神和协作精神的方式。由此，我们更加发现到运动带来的快乐和动力。通过运动会，我更深刻地体会到运动确实有益身心，同时也宣誓要使运动成为自己生活不可或缺的一个部分，坚持锻炼。

四段：友谊的深厚

回忆起运动会的那个日子，除了那些训练和比赛的时刻，还有那美好的友谊。活动场的共同体感体现了我们各种文化和背景的同学所共同拥有的东西。竞争周期结束后，我们直到今天还是相互加好友，互相通信和互相拜访。这些连接和体验比任何文化和背景差异都有力量。

五段：结尾段

在这场盛大的运动会中，我体会到了运动的快乐和友谊的深

厚和真实性。经历了一次比赛的洗礼，我也更加意识到自己的不足并努力去加强锻炼，提高自己的运动能力。同时，我也感激这个美好的夜晚，感激这个校园的体育氛围，感激给我们机会，为这个新年打开了这个美好的序幕。我相信，在这样一个充满活力和动力的校园中，我们会有不止一个新年和运动会，更是一个新的自己的到来。

运动会心得篇十二

操作运动会是每年都会举办的重要活动之一，作为志愿者，我有幸参与其中。这次运动会不仅让我感受到团队合作的重要性，还让我明白了自己的无知和不足。通过这次经历，我收获了许多宝贵的心得和体会。

第二段：准备工作

从志愿者报名表格提交之后，我就开始了相关的培训和准备工作。我们需要对场地、器材等做好清扫和检查工作，确保比赛规范和安全。同时，我们还需要承担管理观众、协调比赛进行等重要任务。在这个过程中，我学到了很多有关团队协作和工作策略的知识，这让我更加坚信，只有团队协作才能完成一项艰巨的任务。

第三段：比赛阶段

运动会比赛开始后，场馆内的气氛变得紧张而又充满了期待。作为操作运动会的志愿者，我们需要全程参与比赛的管理和协调。尽管偶尔会出现紧急情况，但是我们严密的组织计划和迅速的处置能力让比赛顺利进行。同时，我们也需要时刻保持清醒和冷静，这样才能更好的对观众和选手负责，并使每个人的运动精神得到充分发挥。

第四段：心得体会

通过这次操作运动会的经历，我懂得了两个大体方向，一是能力不足是可改变的，如果你遇到困难，没有绝境，如果你能抱着决心和行动的心态去提高自己。这个过程虽然较短，但你必须一次次的尝试和失败，付出掉许多的汗水，仅有的收获是你得到了对的能力和成就感。二是团队合作的重要性。每个人的任务不同，也许我们只能做一件小事，但我们所做的每一件事情，都需要不断的协调配合，而且理解彼此的差异和完成自己角色。只有这样，我们才能真正完成任务。

第五段：总结

通过这次操作运动会的经历，我真切地体会到了团队协作的重要性以及个人所需的能力和素质。这让我愈发坚信，只有多思考和多尝试，才能得到更多的成长和提升。这次运动会的收获和体会无疑将对我今后的发展有着深远的影响。

运动会心得篇十三

终于盼来了开学以来的第一个运动会!星期四一大早，我穿着崭新的校服，和妈妈去参加学校举办的“亲子运动会”，我真是太高兴了!

到了学校，老师安排我们坐在主席台西侧，各班坐好后，老师宣布运动会开幕了!首先进行的是入场式，我和妈妈被选中参加入场式，当时我的心情既紧张又兴奋，要知道一个班只要两个家长及两个孩子参加入场式呢!我随着《运动员进行曲》，迈着有力的步伐进入会场，饶场一周后，在老师的带领下回到座位上观看下一个节目。

表演开始了!最先上场的是一些手拿花环的`女生，他们穿着美丽的校服，象孔雀一样跳着舞蹈，我们为她们精彩的表演鼓掌、喝彩。第二个节目是由老师们组成的健身操方队，老师们穿着一样的衣服伴着音乐做着整齐的动作，我仿佛觉得老师们一下子年轻了!第三个节目是男女生表演的拉丁舞，听

着那美妙的音乐，看着那优美的舞姿，我好象在看电视节目，看来，他们平时可没少下功夫。

运动会终于开始了!第一个项目是投球入蓝，就是同学们扔球，家长用篮子接球，每组十人，我们每个人都发挥出了最好水平。第二个项目是运送“炮弹”，我看到爸爸妈妈们在一起商量，看来是在为如何能把我们这些炮弹运出去出谋划策!比赛开始了，爸爸妈妈们果然不负众望，他们顺利的完成了任务，轻而易举地取得了第一名。我真为爸爸妈妈们骄傲呀!接下来，又进行了两个项目的比赛，比赛结束后。我听到了我们班取得了三项第一，一个第二，总分第一名的好成绩。心里想:我们班真了不起!

运动会结束了，同学们个个都很开心，全般同学欢欣鼓舞，高兴得蹦啊，跳啊，大家大声喊着:感谢老师，感谢学校，让我们度过了一个快乐的运动会!

运动会心得篇十四

星期三，我们学校举行了一年一度的运动会。运动会上比赛激烈，谁都不落后。

这次运动会让我思潮起伏、思绪万千，特别是那场800米星期四，也就是运动会的第二天，举行了800米跑步比赛。裁判员枪声一响。运动员们像离弦之箭一样，冲出起跑线。

最后一圈时，已经有人吃不消了，可他还是坚持跑到终点，尽管他是最后一名。在最后一圈时，他已经落后很多了，并且体力不支，他完全可以选择放弃。可是，他没有。我猜测他心里一定想：重在参与，输了并不要紧。自己虽然吃不消了，但是一定要坚持。

如果放弃了，那么就是永远战胜不了自己;要想战胜自己，就应该坚持。在学习中也是如此。再学习过程中遇到了难题，

你应该迎难而上，而不应该知难而退。你放弃了，你就永远做不出这种类型的题目。相反，你不放弃，努力去做，那么你总有成功的一次，你总会尝到胜利的喜悦。

这次运动会，让我记忆特别深刻，因为，它让我明白了“坚持就是胜利”的.深刻含义，明白了许许多多的道理。

运动会心得篇十五

第九届全国少数民族传统体育运动会在九月十日晚在贵阳隆重开幕。贵阳奥林匹克体育中心主体育场灯火璀璨，流光溢彩。五十六个民族欢聚一堂，奏响了一曲和谐的欢歌。作为一名光荣的第九届民族运动会赛会志愿者同时也作为一个贵州人，我感到十分的骄傲。第九届全国少数民族传统体育运动会的成功举办，展示了多彩贵州、奋进贵州、开放贵州的良好形象。在民族运动会的前期筹备和赛会期间，我们万名志愿者兢兢业业、恪尽职守，用美丽的笑容和青春的激情提供了“微笑、真诚、优质、高效”的志愿服务，为民族运动会的“成功、圆满、精彩”做出了积极贡献，让大家铭记了“多彩的贵州、微笑的志愿者”。

作是分装观众席的大礼包。大礼包里包括：节目单、观众须知、小手电、小彩灯、小旗、矿泉水等。这些东西虽小，但是全部都要我们一样一样地仔细的分装。每个区域都要分装六、七百个袋子，这可是一项费时耗力的工作。在装完袋以后，就要听指挥，奖大礼包按照规律整齐的摆放在观众席的座位底下。做完这些时间也差不多要到下午上岗的时间了。在短暂的休息之后，我们就又要投入到工作中去了。我被分配到f1入口，这里观众很多，我们的工作就是站在入口的两边。回答观众的问题，比如问路、问座位在哪、问小卖部在哪等，另外还要注意辨别入场券的真伪。和我们一起工作的还要两个安保的同志，他们有的时候语气太过强硬，会和观众引起不愉快，这是我们志愿者就要发挥重要的作用了。我们会用我们微笑，良好的沟通，解决这些小问题。同时在开

闭幕式开始的时候，不能进场去看。要坚守自己的岗位。但是我们都做到了，用我们的青春，热情和汗水，换来了大家的赞誉。

精神并深入人心，在“绿丝带”的精神引领作用，让“绿丝带”成为闪耀中华的志愿者行动品牌，引导人们更好地服务社会。