# 202\_运动会活动心得总结

来源：网络 作者：月落乌啼 更新时间：2025-04-21

*202\_运动会活动心得总结（精选18篇）202\_运动会活动心得总结 篇1 今天是我们最风光的一天，也是最开心的日子，因为要举行学校的第四届运动会。 一大早，全校的师生们就开始紧张的准备。伴随着开场音乐，我们班的同学们拿着羽毛球拍来到操场集合...*

202\_运动会活动心得总结（精选18篇）

202\_运动会活动心得总结 篇1

今天是我们最风光的一天，也是最开心的日子，因为要举行学校的第四届运动会。

一大早，全校的师生们就开始紧张的准备。伴随着开场音乐，我们班的同学们拿着羽毛球拍来到操场集合。隆重的开幕式终于开始了，只见大家都精神抖擞、整齐划一的表演着，有一年级的青蛙队、气球队，有二年级的武术队，有四年级的红旗队，特别是我们班的羽毛球队表演的非常精彩，赢得观众如雷般的掌声。

运动会开始了，有50米、100米、400米跑步和跳高、垒球等等精彩的赛事不断上演，观众的呐喊声、欢呼声连成一片在操场上久久回荡。其中让我印象最深刻的就是自己参加的团体企鹅漫步比赛，这是本届运动会中的趣味性创新比赛项目。游戏规则是：每班20人，10男10女一组，共5组。按男去女回的顺序依次进行，选手听到裁判发令后，每人左右手及脚各夹一个篮球(共三个)，呈企鹅状，跳20米。球如掉落，可捡起在原地继续进行，以到达终点的总时间最短为胜。

比赛开始了，赖士柯奋勇当先，动作娴熟，没一会就跳过半了，我们不禁高兴得的又蹦又跳。“不好，”我心里暗暗喊道，因为看到他腿上夹的球掉了，只见他马上捡起继续跳，可是没跳几下球又掉了，“哎!”真是欲速则不达呀!掉了一次又一次，看得我焦急的直跺脚。时间在一分一秒的过去，“哇!”终于到终点了，我们为他喝彩。轮到的同学们都非常努力，“小企鹅”们有的如袋鼠一般，蹦蹦跳跳，有的摇摇晃晃，有的憨态可掬，引发观众连连喝彩叫好。

终于轮到我上场了，心里激动不已，总结了前面一些同学失败的经验。一开始我就用腿紧紧地把球夹住，也用双手把球抱的稳稳地的，不慌不忙地一步一步开始跳，在掌握一定的规律和节奏后，不断地加快速度。很快离终点越来越近，心里非常高兴。但是，越到后面，这球越不听使唤，感觉马上就要掉出去一样，我心里越来越慌张。这时，听见同学们的“加油”声震耳欲聋、倍受鼓舞，于是我咬紧牙关，竭尽全力，终于顺利的坚持到了终点。虽然累的喘不过气来，但非常高兴没有给班级拖后腿。

最后，我们班取得了团体第二名的好成绩，为这荣誉感到非常骄傲。这次比赛让我知道了团结合作的重要性，下次我还要更加努力，为班级争光!

202\_运动会活动心得总结 篇2

体育是精神礼貌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。

1、当大会宣布运动会正式开始，整个跑道沸腾起来，顿时，鼓声震耳欲聋。各个班的同学们精神抖擞喊着响亮的口号走向主席台走去。

2、运动会开始了，运动员们个个充满信心，生龙活虎的。有的在小跳，有的在小跑，还有的在压腿，做着赛前热身运动。

3、比赛开始了!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，引得在场的同学兴奋不已。不论选手是否获得第一，他们都会得到同伴和老师的赞美和鼓励。因为在师生的心中，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，是学校的“刘翔”。女子800米和男子800米是考验选手体力和毅力的项目。它虽然不如短跑那样让人兴奋，令人激动，但是绝比较短跑更加让人感动。在比赛中，选手要面临的不仅仅是身体上的考验，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拚搏，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。

运动会它锻炼的是体力，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完美和辉煌。这次运动会十分有好处，给予的越多、收获的越多、奋斗的越多、收获越多、坚韧的毅力、坚定的信念、就会收获闪光的金牌。我坚信，不管是成功还是失败。重要的是过程，有了过程，这件事就做好了。

不要骄傲、不要气馁，因为我们还要继续前进!

202\_运动会活动心得总结 篇3

“加油!加油!”我们的耳边又传来了这久违的声音。不错，11月6日，我校召开了一年一度的秋季运动会，我们又将在操场上挥洒汗水!

早晨八点整，运动会准时开幕。刚开始，我们要走方阵。“龙头”是国旗队，其次是铜管乐队和各班方阵。你瞧!国旗队由十二个队员组成，每个队员都精神抖擞的牵着国旗、校旗和会旗的一角，昂首挺胸的走在最前面。铜管乐队奏着激情奔放的乐曲。再看操场外，前来为自己孩子呐喊助威的家长将操场围了个水泄不通，手中照相机的咔嚓声更是不绝于耳。不过，最耀眼的还是各班手中所拿的各种装饰物了。有的拿着彩带球，有的拿着醒目的字，有的拿着大拇指，还有的拿着五彩缤纷的气球……可谓是五花八门。

然而，在众多比赛中，最欢乐的要数拔河比赛了。经过一段时间的精挑细选和同学们的比试，大家选出了几位班上鼎鼎有名大力士。正所谓群众的眼睛是雪亮的，程梦涛、陈宇可、杨嘉诚、朱鑫磊等班上身体健壮，力气也比较大的同学都被选到了。

经过一段时间的准备，比赛就要开始了。同学们个个都紧紧地抓住那根蟒蛇般粗的绳子，而最后一个同学就直接将绳子缠在自己的腰上了。旁边也聚满了前来助威的同学和家人，他们都紧紧地盯住那根绳子，仿佛自己在比赛似的，我也在人群之中。

我心想：这次三班已经与二班切磋过了，肯定消耗了大量体力，我们应该能赢了。这时，一声清脆而嘹亮的哨声传进我们的耳中，比赛开始了!

你瞧!我们班的同学个个都尽量向后仰，一个劲地向后退，手上的青筋也爆突出来。不参赛的同学也没闲着，使劲的喊加油。绳子中间有一根跳绳，下端垂到地上，在中心线之间来回晃动，我恨不得一把让跳绳晃到我们那儿去，可惜不能这么做。不知是怎么的，三班好象有使不完的劲似的，让我们节节败退，连输两局。大家都垂头丧气的回到了看台。

不管结果如何，友谊第一，比赛第二，大家心中还是很欢乐。

202\_运动会活动心得总结 篇4

社会在进步，教育在发展，需要我们大力推进素质教育。为了丰富校园文化生活，展示学校教育成果，促进学校德智体美劳全面发展，我校认真组织学生开展校园秋季运动会。

一、高度重视，广泛参与

把运动会与学校德育工作紧密结合，引导学生参加体育锻炼，培养健全心智。

本着面向全体学生的原则，根据学生年龄特点开展丰富多彩的体育竞赛项目。面向全体学生，让每一个孩子都有机会享受成功的快乐。不仅有个体项目，也有集体项目;不仅有学生的比赛项目，也有家长、孩子共同参加的亲子活动。

二、锻炼中提高，反思中提高

1、自力更生，分工协作，精彩开幕

运动会上，精彩的开幕式赢来了家长及老师的好评。我校积极组织学生参加运动会，老师们自力更生，为这次运动会付出了心血。特别是入场式，在时间紧任务重的情况下，各班班主任自己创作、编排，请体育老师指导，联系家长准备服装，充分展现了我们老师的智慧，孩子们服装整齐统一，花样翻新，让我们眼前一亮。也有很多老师牺牲了自己的休息时间，和学生一起排练，在指导的过程中，老师们锻炼了组织能力，工作中学会在紧张的压力下统筹安排时间，加强了自身的修炼，对于老师来说是一个学习的过程，更是一个成长的过程。

2、团结协作，集思广益，智慧的结晶

为了本次比赛，体育老师也付出辛勤的劳动，从筹备到召开，我们整整用了一个月的时间，在不影响正常教学的情况下做了大量工作，从制定规程、发放规程报名表、编排秩序册、测画场地、开幕式预演，全体体育老师都能凭着团结协作、艰苦奋斗的精神做好本职工作。太多的细节，看起来很小，可是这一个个细节让我们真正体会到细节决定成败，有时候一个环节没有考虑好，都有可能让我们在瞬间手忙脚乱。

同样，我们的班主任老师，在运动会上也付出了很多心血，从运动员的选择报名到训练，都尽心尽力，为孩子们参加运动会做了大量的幕后工作，老师为开幕式的出场顺序排练、口号的设计等工作做得一丝不苟。为了让自己班的学生在开幕式出场时步伐整齐，精神抖擞，口号响亮，他们不厌其烦的利用空余时间训练，一方面安排本班运动员参赛，一方面不辞劳苦的跟班管理，确保学生安全，班主任对各项工作密切配合，功不可没。

宣传组的老师和学生认真搞好宣传工作，他们及时公布比赛成绩，他们用摄像机、照相机及时捕捉精彩镜头。为本届运动会做出了很大的贡献。

这次活动中正是因为老师们的精诚团结，才擎起了聚源路这片蔚蓝的天。有在前台工作的，也有默默付出的，一个个感动的瞬间，就如一朵朵花默默开放在聚源路小学的校园，散发着芳香。

3、成果得以展示，学校形象得以展现

这次运动会，尽可能多地请家长参加，孩子们表现出来的朝气确是难能可贵的，教师们的精神面貌给家长及来宾留下了深刻的印象。亲子运动，不仅让孩子们尽情享受到了快乐，也让爸爸、妈妈找到了久违的童心、童趣，许多家长乐此不疲，许多家长都希望学校多开展这样的活动。亲子运动，拉近了家校之间的距离。正是家长们为运动会的氛围所感染，参与进来，让他们感受到学校的朝气，很多家长对这次活动感到很满意。对学校产生深深的信服感，这就是一种无形的宣传。应该说，这次校运会，学校的形象也得到充分展现，教师们的努力是没有白费的。

202\_运动会活动心得总结 篇5

我，是一个对运动毫无感觉的女孩子，跟付天蕊(我们班的运动女中豪杰)简直是一个天上一个地下。我打算向她“请教请教”怎么样让自己的体育成绩变好，她也教了我很多招。正巧，运动会开始了，我终于找到一个试试身手的时候啦!

初步训练：

运动会嘛，说白了，其实也是一个比赛。比赛谁不想拿第一啊?看着同学们一个个精神抖擞地训练着，我这个和体育攀不上边的人也耐不住了。于是乎，我的训练也就开始了。

我报了个八百米，本来是什么也不想报的，但是在老班的“威逼利诱”下，还是凑了个数。原本只是想去凑人的，但是想想我从一年级运动会上就从没拿过奖，每次看着别人上台领奖，虽然嘴上不说，但是心里是很羡慕的。不行，我一定要让我的小学生涯画上个圆满的句号，就算只是个第三名，呃，第四名。哎，管他的呢，只要能上台领奖就行了!

本以为八百米会很简单，跑跑就完了，心里就没紧张。训练的时候，我一边跑还一边和旁边的陈晓君说话。但是第二圈还没跑完，我就开始吃不消了：呼吸越来越没有节奏，到最后简直是“一把鼻涕一把口水了”。才第六圈，我就撑不住了，不管三七二十一，一头冲到旁边的花坛上，一屁股就坐了上去。哎，像我这样，到时候肯定是个垫底的呃。

训练第二天：

今天我可就学乖了，跑步的时候嘴巴紧紧地闭着，一句话也不说。前六圈还可以，第七圈开始就有点累了，脚上没力气，跑也跑不动了。不行，我本来就落后着，怎么能停呢，我看见前面陈晓君的影子越来越远，心一横，加快了脚步。第八圈了最后一圈了，付天一再地说：“加油啊!最后一圈了，要冲刺啊!”我也不敢太慢，但是因为前面没跑好，我再怎么冲也赶不上人家了。哎，都怪我前面跑得太急了。不过，我终于跑完了这八百米啊!

训练第三天：

明天运动会就要开始了，今天训练的人自然很多，跑道上，练五人六足的，练出场的，好多人啊。不过又没有别的场地了，哎，硬着头皮跑吧。

第一次我没跑好，在陈晓君的后面。但是第二次就不一样了，我终于第一次超过了她!真的有点激动呃，但是一想又不对了，哎，到时候比赛又不是只有我们两个比，人多着呢。说不定，我连倒数都排不上呢。

后天早上，在塑胶跑道，八百米的比赛就要开始了，各位啊，祝我好运吧!

202\_运动会活动心得总结 篇6

本着“我运动、我健康、我快乐”的活动宗旨，10月14日我们举行了小班幼儿入园后的第一次“亲子运动会”。说句实话，在活动开展之前，我们还有一份担忧：有家长参与，孩子们能否控制自己的情感，老师能否驾驭这种场面?活动能顺利完成吗?面对这些问题，我们首先根据实际情况制订了计划，其中包括怎样组织幼儿进行游戏，怎样调动家长的积极性共同参与活动;同时还以各种方式积极和家长取得联系。

活动开始了，家长朋友果然准时与我们相约，有的甚至是请假前来，真的让我们很感动。在家长会上，我向家长朋友表达了谢意，同时就班级中需家长配合的事情进行了相互交流。家长们很关心孩子在园的一切，什么事情都想再一一询问，而且对我们班的工作也很满意，有的还给我们提了许多有关幼儿生活环节方面的意见，这让我感到了一种来自家庭成员的关心与温暖。

亲子运动会开始了，孩子们稚嫩、有力的口号声逗笑了每一位家长的脸。从家长们看着孩子的幸福眼神中，我感觉到他们对幼儿园工作的信任与支持，因为他们的孩子已经适应了集体生活，孩子在这个大集体中是快乐、幸福的。接下来比赛开始了，小朋友们的“小兔跳”为我们打响了第一枪，孩子们踉踉跄跄地蹦着，家长紧张地跑到终点线后去为自己的宝贝加油。虽然每组只能有一位小朋友获奖，但大家丝毫没有为领不到奖而懊恼，我听到最多的话是：“宝贝，你真棒!”“玩得开心吧!”可见，我们已领会了活动的意义，运动了、快乐了，我们的目的就达到了。接下来的游戏比赛都是父母参与，与孩子一起相互合作。看，在《背宝宝》中，家长的步子迈得多大，孩子在背上乐得合不拢嘴，多开心的一幕!《抱宝宝托球跑》中，家长一边托球，一边还得护着扒着自己脖子的宝贝，多么艰难!《投球入篓》最能体现出家长与孩子的默契，看看家长们东一步、西一步地接球，有的还表演出金鸡独立地造型，真优美呀!看着孩子们兴奋的笑脸和家长朋友忘我的快乐，真希望这一刻能永驻，让我们每个人都永远这么快乐!

活动结束了，看得出大家都还没有尽兴。尤其是家长朋友，这次活动让他和孩子之间的亲情更近了一步，让他们更爱自己的宝贝;这次活动也使家园的配合工作又上了一个新台阶，让家长更了解了我们的工作。我们期盼下次的“亲子活动”。

202\_运动会活动心得总结 篇7

以“安全、文明、绿色、超越”为主题的我校秋季田径运动会于10月23—24日成功举办，在全校师生的共同努力下，圆满地落下了帷幕。整个运动会气氛热烈、秩序井然，充分体现了我校师生良好的精神风貌，成为我校体育工作的一次成功检阅，尤其值得关注的是，运动会自始至终体现出一种集体的凝聚力与向心力，使本届运动会不仅圆满完成了比赛任务，而且将有力地推动我校今后的体育工作，取得了更大意义上的成功。综观本届运动会，开得隆重、精彩、有规模、有声势，达到了锻炼身体、振奋精神、凝聚人心的预期目的。归结起来主要有以下几个方面的特点：

一、学校重视、组织健全

在运动会筹备阶段，学校就给予了高度的重视，投入了大量的人力和物力，并且成立了运动会组委会，形成了一个强而有力的领导核心。运动会之前，全校师生做了大量的前期筹备工作，召开了会议，落实、布置、检查筹备情况。大会还根据工作内容，进行了明确而合理的分工，确立了宣传组、保卫组、后勤组、场地器材组、医务组、大会评比组等小组，正因为有了这样一个工作机构体系，使各项工作有人负责、有人落实，从而成为本届运动会成功的首要条件。

二、准备充分、分工落实

运动会前期准备工作事项繁多、内容繁杂，运动会筹委会贯彻“早安排、早布置、早落实”的精神，对筹备工作有充分的估计和计划，制订了详细的活动方案，特别是对每个处室，尤其是为每个工作组规定了详细的工作任务、职责，并一一规定完成期限，同时随时对新出现的问题进行协调解决，从而使各项筹备工作有一个较为系统而严密的组织体系。各小组各司其职、分头落实，根据工作要求开展了大量工作。在运动会筹办与组织过程中，体育教师付出了很多心血。从程序册的编写到前导队伍的训练，从班级桌椅如何摆放到运动会的预检，直至整个赛场的工作，无不凝聚着体育教师的汗水，充分体现了体育教师的奉献精神。各项细致的准备工作成为本届运动会成功的前奏。

三、组织严密、协调配合

运动会从筹备到全部比赛结束，期间有许多工作需要各方面通力协作，老师们能以大局为重，全力支持。比赛中的组织工作是赛前工作的一个检验，更是运动会最重要的一个环节，所有工作相互联系、互相协调、缺一不可。组委会各工作组互相之间协调、沟通联系，既分工又协作，每位组长与成员之间及时沟通。裁判员工作时认真执法，场地器材及时准确到位，学生会部分人员维护现场秩序，广播宣传及时播送信息、后勤服务及时提供后勤保障，从而保证了各项比赛的顺利进行。

四、全员参与、再创佳绩

广大师生员工参与运动会的积极性很高，参与面很广。这次运动会，单学生运动员就有1271名，接近学校学生总数的50%，全校的教职工都参与了运动会的组织管理、裁判、安全保卫和学生管理工作，从开幕式到各个项目的比赛，从竞技项目到广播稿件，从比赛名次竞争到精神文明评比，都充分展示了我校师生员工良好的体育道德风尚，展示了师生员工积极向上、团结一心和强大的凝聚力。这次运动会得到了各个部门的大力支持，得到了班主任和同学们的高度重视，得到了广大教师的积极参与。这次运动会开得安全，开得文明，开得绿色，运动员奋勇拼搏，为集体而战，再创佳绩，不仅体育竞技水平得到提高，文明素养也得到了提升，不仅体育成绩得到超越，更重要的是我们的精神也发生一次大的超越。

通过这次运动会，我们欣喜地看到，我们二中人只要发扬这次运动会的精神，就没有我们办不了事情，也就没有我们办不好的事情，我们二中就会有新的腾飞，我们创建三学校的目标就一定会实现，也一定能实现。

202\_运动会活动心得总结 篇8

“一年一度秋风劲”中学第三\_\_届秋季田径运动会，在全体工作人员、裁判员和运动员的共同努力下取得了圆满成功。在此，我谨代表大会组委会向取得优异成绩的运动员、班级表示最热烈的祝贺!向为本届运动会付出辛勤劳动的教练员、裁判员及工作人员表示最诚挚的敬意!

1、每年\_\_届的秋季田径运动会是我校贯彻党的教育方针，大力推进素质教育的重要体现。作为体育传统强校，我校培养的人才不仅应该具有高尚的品德、广博的知识，更应该拥有强健的体魄和优良的身体素质。本届运动会的胜利召开，既是对学校田径运动水平的一次全面检阅，也是我校师生精神风貌和综合素质的一次集中展示。

2、赛前，学校各部门、各年级进行了一个多星期的策划、筹备工作。本届运动会为期两天，共设6个大项19个小项，共有32个代表队，参赛运动员757名，领队、裁判及各类工作人员101名，规模为近几年之最。高一、高二年级部还分别为运动会准备了精彩的广播操和健美操表演。

3、合理的赛程安排、科学的赛前训练也催生了优异竞赛成绩的取得。本届运动会共有288名同学获得各类各级奖项，其中高三(6)代表队在4×100米中以1分01秒46的成绩勇破校运会记录;陈兴华同学在女子跳高中更是以1米30的成绩打破了“封尘已久”的校运会记录。这些成绩的取得，充分展示了我校重视学生全面发展，全力推进素质教育结出的累累硕果。

4、体育赛事的竞争，不仅仅是体能和技能的竞争，更是毅力和意志的竞争。希望大家把赛场上表现出来的坚韧不拔的意志，顽强拼搏的作风，高歌猛进的气概和团结互助的精神继续保持发扬下去，投入到学习中去，使自己的身体更加健康，思想更加进步，行为更加规范，成绩更加优秀;以昂扬的斗志、崭新的姿态和饱满的激情谱写我校教育的新篇章。

最后，再次向取得佳绩的运动员、先进班集体表示祝贺!向全体教练员、裁判员及全体工作人员表示衷心的感谢!

202\_运动会活动心得总结 篇9

今天校园里热闹非凡，这是为什么呢原来这里正在举行一年一度的秋季运动会。

上午八点，伴随着雄壮的运动员进行曲，各班的选手身着蓝白相间的校服，排着整齐的队伍，迈着矫健的步伐进入了比赛场地。我也自豪地站在队列中，准备冲刺100米短跑和跳高比赛。

运动员和教师代表发言之后，运动会正式拉开了帷幕。只见百米跑道上，同学们勇往直前，奋力冲刺;田径场地边，选手们或纵身一跃，或用力投掷，都不甘示弱;而边上的拉拉队员也不甘寂寞，纷纷为自己班级的运动员鼓劲加油……发令声，喝彩声，欢呼声响彻了校园的上空。

女子100米短跑就要开始了!我经过一番热身运动后站在了起跑线上，心里又紧张又激动。发令枪一响，我就像脱缰的野马，奋力向前奔跑。 加油，加油，朱轶文加油!…… 全班同学都在为我助威呢，我可不能让同学们失望。我的热血一阵沸腾，腿脚也奇迹般地轻松起来，疾步如飞，一下子就超过了几个同学。前面还有两位对手，在同学们的呐喊声中，我咬紧牙关，向前飞奔，只听得耳边风声呼呼。近了，近了，我快追上她们了!近了，近了，我已挨紧她们了。我们三个谁也不让谁，运动场上沸腾起来了。无奈，终点到了，我没机会赶超她们了，只得了第三名。

稍作休息后，我又赶去参加了跳高比赛。几经拼搏，最后以95厘米的成绩获得了第二名。

尽管两项比赛都没有取得第一的好成绩，但我还是尽了自己的最大努力，同学们也都把鼓励的目光投向了我，让我倍加自豪。

直到下午三点，运动会才结束，我班最终以六十多分的成绩获得了团体总分第二的好成绩。

202\_运动会活动心得总结 篇10

经过一个月的艰苦训练和三天紧张激烈的比赛，校运动会终于落下了帷幕。对于本届运动会，我心里的感想颇多。作为一个运动会选拔和训练的组织者，从运动会的选拔.训练到正式比赛，我每个环节都在场，每个环节的感受也不一样。在这里，我仅从我个人的角度来谈一下自己的感受。

首先是运动会的训练阶段，运动员们在其参加项目的训练上都各有特点。男女短跑和男子8×200米接力的运动员特别富有团队精神和凝聚力。高一的运动员总是以高二的老运动员为榜样，在他们的带领下有序的进行训练。参加“赶养穿林”项目的运动员们，每次都能自觉的按时到训练场上进行训练，从来不需要去叮嘱他们。男女混合跳绳的运动员们，不是因应付运动会而训练，而是因为对本项目的热爱而进行训练。他们的训练常引来其他同学的驻足观望，甚至跃跃欲试。参加袋鼠跳项目的运动员们总是“劳逸结合”，训练中时常夹杂着欢快的笑声，使原本枯燥的项目变的很轻松，很愉快。而参加长跑的运动员们，除在每周固定的训练时间外，每天都进行着训练，从不间断。参加田赛项目的运动员，虽然他们的训练条件比较恶劣，但大家从未有一丝抱怨。那些平时没有训练任务的集体项目的运动员，他们在正式比赛的时候，也都很有组织性和纪律性。我觉得所有的这些，都是值得赞赏的。

当然，在训练过程中也有许多不足之处。比如，有些运动员纯粹是为了应付而训练。他们不按时训练或在训练中偷懒，有的运动员在训练上只求时间不求质量。其实，每个报名参赛的运动员，比起那些有实力但不报名参赛或是对运动会毫不关心的人要强好多倍。

在运动会期间，我所看到的是，每天早上运动员们都会按时集合。在比赛时，运动员们都会尽自己的努力去比赛。而最使我感动的是运动员之间能够相互支持，相互加油，相互关心。这种团结的精神是强求不来的也是来之不易的。

在运动会后，特别是在闭幕式上，相信当时在场的运动员感触很深，那种感受用最普通最俗的一个词来形容就是—难受!看到每个奖项都没有我们班的名字，而拿到奖项的班级的欢呼声响彻全场。

对于从训练到比赛结束这个过程，相信每个参赛的运动员都和我一样，也有很多感想，有认同，有建议，也有不满。我也希望大家借助论坛这个平台，把自己的想法表达出来，大家相互理解，相互鼓励，争取在明年的运动会上取得理想的成绩。

202\_运动会活动心得总结 篇11

在紧张、激烈、精彩、公正的气氛中，中心小学田径运动会圆满结束了。本届运动会，全校20\_\_多生共同参与，学生踊跃参赛，有600多名学生参赛，是中心小学建校以来参赛人数最多、规模、场面最热烈、盛况空前的一次运动会。

本届运动会是原中心小学、则徐小学合并后举行的首届运动会，在中心小学体育运动发展历程中具有重要的意义。是新的中心小学整合原中心小学、则徐小学体育教育资源，检阅体育教学新成果，促进体育教学交流的新平台。是我校贯切党的教育方针，大力推进素质教育的重要体现。也是对我校学生积极进取，奋发向上，勇敢攀登的精神风貌和综合素质的一次集中展示,同时也对我们学校的行政领导的组织指挥能力和全体老师工作态度与水平的一次检阅。

镇宣传科教办副主任吴灿洪出席了中心小学首届运动会开幕式后，给予我们积极的评价，并表示学校应该搞这样的校运会。主管教育的镇委委员副镇长刘劲志同志也给予我们的校运会肯定的评价。综观本届运动会有以下的三大特点：

一、领导高度重视，组织指挥得力。

运动会能取得圆满成功，学校领导的高度重视是关键。运动会组织工作是一项庞大、复杂工作，之所以能取得圆满成功，关键在于领导重视，精心策划，组织有序，工作落实，各方支持。为了使运动会取得圆满成功，校长亲自统筹指挥，统一思想，明确职责，学校的行政领导多次召开学校田径运动会的会议，听取运动会筹备情况的汇报并对运动会各项工作提出明确的要求，多次出席运动会筹备会议，对运动会的各项组织工作、宣传工作、赛程安排等都一一过问，指导，确保各项工作落实到位。

二、教师积极参与，团结协作。

从运动会筹备到召开我们整整用了一个月的时间，许多老师在保证正常工作的情况下做了大量的工作。使得运动会有你，有我，有他更精彩!

1、体育教师全力以赴，尽职尽责。

本次运动会的成功召开，除了学校领导的支持，离不开全体体育教师的共同努力。我们的体育教师为了运动会加班加点，从制定规程、发放规程报名、编排秩序册、测画场地、开幕式的预演、直到裁判工作，全体体育教师都能凭着团结协作、艰苦奋斗的精神做好本职工作。全体体育老师在做好迎接学校运动会的同时，要利用体育课对参赛运动员加强进行训练，还要对全校44个班在开幕式上出场和退场的顺序进行排练。有裁判经验的老师对裁判员的培训工作一丝不苟。从运动场场内场外的工作态度和精神，都体现出他们是一个团结协作的集体。特别是体育科组长涂培俊老师在本届运动会期间充分发挥了组织和协调能力，保证了运动会的顺利进行，他对本届运动会进行更是精心策划，为了编好秩序册，几易其稿，为了校运会的顺利进行，真的不遗余力。

2、裁判员素质高，工作效率快。

本次运动会上聘请了本校的教师当裁判员，所有教师裁判员，工作积极主动，在较短时间内学习并掌握竞赛规则和裁判法。工作中充分做到了“严肃、认真、公正、准确”。各组裁判长和裁判员配合默契，主动承担任务，表现出良好的工作作风。教师裁判员紧张有序，严谨细致，保证了运动会的比赛紧张激烈，运动员的成绩记载正确无误使本次运动会得以按计划顺利完成。

3、班主任密切配合，任劳任怨。

校运会成功举行，凝聚了班主任不少的心血。比赛前，在不耽误正常的教学工作的情况下，他们对选拔运动员，训练运动员，开幕式学生出入场顺序排练，口号的设计等工作做到一丝不苟。在训练中，有同学出现情绪问题，班主任老师苦口婆心，谆谆教导，让学生放下心理包袱，做到了训练学习两不误。为了设计一个悦耳的口号，有的在学生中广泛征集，有的请教别人，有的自己再三推敲，真花了不少心思。为了让自己的班级的学生在开幕式出场时步伐整齐，精神抖擞，口号响亮，他们不厌其烦的利用空余时间训练。在比赛期间，一方面安排本班运动员参赛，一方面不辞劳苦的跟班管理，确保学生的安全。运动会期间，班主任对各项工作密切配合，任劳任怨，真是功不可没。

4、其他老师各尽所能，终于职守。

宣传组认真搞好宣传的工作，承担了所有比赛用表的制作;他们及时公布比赛的成绩;他们用摄象机、照相机即使捕捉精彩的镜头;运动会结束后他们又结合校运动会，赶出了一期宣传画廊，工作十分辛苦。秘书组的老师打印材料，发放秩序册和物品，做到准确无误。

202\_运动会活动心得总结 篇12

12月30日我校首次进行了一次别开生面的趣味运动会，并取得了圆满。以下就将此次运动会做一个简单的总结，总结如下：

一、开展情况

这次趣味运动会成功举办包括诸多方面，但其中几个环节起到举足轻重的作用。例如趣味运动会策划书的编写、趣味运动会比赛场地的布置、趣味运动会比赛现场的组织、趣味运动会广播稿的发布等等，以及活动中全体教职工积极努力与配合，都是这次趣味运动会成功不可或缺的部分。

二、活动过程

此次活动共有七个项目，个人单项有麻袋蹦蹦跳、托球往返跑、踢毽子、筷子夹乒乓球、跳绳，集体项目有三人四脚、螃蟹背西瓜。在麻袋蹦蹦跳这个项目中参赛者站在蛇皮袋中用手抓住蛇皮袋跳着进行，这个游戏不仅体现了速度更体现了协调性的配合,这个项目的参赛者很多。在这些项目中在体现团队精神的要数三人四脚,和螃蟹背西瓜，有一人不配合就会前功尽弃,这个游戏大家都配合的很好,充分体现了团队精神。踢毽子、跳绳、托球往返跑、筷子夹乒乓球可谓深受大家喜爱,大家在玩这些游戏时笑声、加油声不断。当然场面更为热闹的是教职工的拔河比赛，学生们都为老师们加油鼓掌，更有部分学生还参与到老师队伍中帮着拉，虽然有些不符合规则，但全体师生很高兴愉快，是整个校园充满欢声笑语。

三、工作经验

在赛前做了充分的准备,包括活动策划书、次序册编排、会场的布局与规划,器材的准备等。在筹备过程中大家团结一致，齐心协力，而且这次活动参赛者的热情也是这次活动举办成功的因素。

本次趣味运动会成功并让让其更出彩，还在与细节上花心思，就是活动中穿插了趣味运动会广播稿。趣味运动会广播稿是每个参赛队的拉拉队队员编写的对本队参赛选手的一些鼓励性的口号或小文章，由现场广播员播颂。在这里进行的是趣味运动会比赛项目的延伸，各个代表队为了在本队的宣传上战胜对手，多出了稿，出了好稿。广播稿为参赛选手取得好成绩营造了良好的氛围，同时更好地增强了参赛者的团队荣誉感，在活跃了活动现场气氛，也提高了各参赛队的精神面貌和学生们的写作能力。

四、活动不足处就是编排上缺少细节严密，某些裁判员工作经验不丰富，还有待学习与提高。

五、活动意义

这次活动不仅丰富了学生的课余生活更增进的大家的友谊。我们确信，只要我们社团能够继续努力，能够谦虚改进，怀着这份热忱精神走下去，以后的活动和工作肯定会越办越好。

202\_运动会活动心得总结 篇13

在，一个阳光明媚的早晨，我们迎来了一年一度的夏季奥运会。这是我进入中学以来第一次参加运动会。这次期待已久的运动会让我非常激动!

一大早，我兴奋地来到操场。操场上的学生开心地笑着。跑道上挤满了学生，每个班都有自己不同风格的班卡。我一眼就看出我们五班，高一，高一，和别人不一样。每个班级区都有三四把五颜六色的遮阳伞，整个校园充满了欢快的气氛。我很高兴和同学一起玩。

第一天早上，举行了男子60米赛跑。我们为参加比赛的学生欢呼。令人兴奋的是，我们班的两位选手都取得了不错的成绩。下午去了合唱排练，所以下午没看到比赛。

第二天，我很早就来了，因为我跳高了。这是我第一次参加跳高项目，感觉很忐忑。运动会还没有开始。看到同学们都在努力学习，我也在学习。我很快就到了我的项目，我的心情非常紧张。我从70cm开始。我以为我能通过这个。我非常自信地跳过去。

我的心情放松了很多。同学们为我和另一位选手呐喊，我的信心倍增。我想我必须不辜负大家对我班级的鼓励和支持。我每一跳都全神贯注，精力充沛。80cm和90cm过了，到了100cm就没过了，被刷下来了。我的心情很糟糕。

所有学生都说没关系。我们看到你已经尽力了。不管你的成绩如何，我心情都比较好。参加完项目后，我立即搬到综合大厅五楼参加合唱表演节目。有很多人在看这个节目。我们表演得很好，赢得了观众的掌声。这一天我尝试过，成功过，失败过，但我很享受。

第三天，是总决赛。所有的参赛者都充满激情。操场上的每一个运动员都流着眼泪和汗水，在赛场上努力着。最后，大多数学生都取得了优异的成绩。这次我们班成绩不错，在中学拿了第二名。值得一提的是，我们班的同学打破了两次校级运动会的记录。更让人激动的是，一位高中同学在高一男子3000米比赛中打破了我校42年的纪录。一名初中选手在Xi安打破跳高纪录。我们学校的运动员很棒。

经过这次运动会，我收获太多了。无论做什么，都要努力，因为越努力越幸运。只要努力，成功，就不会太遥远。

202\_运动会活动心得总结 篇14

激动人心的运动会结束了，但每个人似乎还沉浸在那童真的快乐当中!这次的 运动会举办的很成功!所有的老师齐心协力，在杨园的指导下努力的为运动会做了充分的准备，所有的孩子都怀着期待的心情盼望着这一天的到来，所有的家长都用一百二十分的热情迎接着运动会的召开，一切看起来都是那么的积极快乐!

运动会当天，老天还是小小考验了我们一番，在开幕式前夕竟下起小雨，着急啊!所有的老师和行政人员，都在心中默默祈祷，在开幕式前一分钟雨停啦，老天看好努力的人们呢!开心，小雨让大家更有信心要将此次的运动会办好!八点半，所有的家长和幼儿准时就位，在老师们的加油歌舞表演中热烈开场!随着运动员进行曲的响起，各班幼儿和家长都迈着整齐的步伐，精神抖擞，口号响亮，和老师一起排着整齐的方队陆续入常接着，孩子们向家长和来宾进行了团体操的展示。

每个小朋友表现的都是那么的积极和喜悦，满洋溢着童真的笑脸。为了这次的运动会，我们的孩子在幼儿园不断练习，不怕苦不怕累的精神感动着我们的老师，有的孩子回家还会将操节回家教给爸爸妈妈，很多的家长每天也是通过入离园的些许时间询问孩子们的排演情况。看着孩子们的认真和家长的紧张，一种感觉就是心灵相通，当天的表演更是获得了家长和来宾们不断的喝彩，功夫不负有心人，我们班获得了最佳团体操表演奖。

主席台的周围架起了一台台的照相机和摄像机，场面壮观的胜似一场记者招待会!更加激动人心的可算是家长的拔河比赛了，就在那一刻，所有的家长亮起了小宇宙，团结的力量拧成一股绳，在孩子和爱人的鼓励中力争团队第一，气氛很是热烈。我们小段的家长还拿了冠军呢!哈哈!最精彩的要数体育游戏竞赛内容了，孩子们和家长玩的很开心，争先恐后，互不相让，在“加油”声中为班级争夺第一，希望小朋友们能坚持锻炼身体，让健康和快乐延续下去。

这次的运动会能够这样顺利的开展跟我们的家长配合是分不开的，他们的积极配合和努力让我们的老师都感到很行为。部分家长还充分发挥了个人资源，为我们的运动会助力。因为有些家长的帮忙和支持，我们的运动会表现才能够如此的精彩和成功。再次感谢各位家长的帮助和理解!

通过这次的运动会，我们的团队跟强大了，我们的家园跟紧密了，我们的孩子更坚强了，所有的家长和孩子在参与活动的过程中锻炼了身体，体验了运动的快乐、游戏的快乐、比赛的智慧，同时我们的家长也体会到久违的童真，运动会的圆满成功是我们最好的汇报。让我们一起记住这次难忘的运动会吧!

202\_运动会活动心得总结 篇15

我园把“一具多玩”作为户外活动的主要活动形式。开展一个多月来，教师们精心设计，孩子们玩中探索，既玩出了花样，也玩出了快乐和健康。为了使每个孩子身心得到全面发展，也为了使教师从中了解“一具多玩”更多的玩法，我园于\_年4月29日下午，召开了春季趣味运动会。

下午2：30分，在园领导的精心组织下，全体师生排着整齐的队列迎接运动会的到来。这次运动会由保教主任来主持，会议第一项首先由秦园长致开幕词。其次，由保育主任着重强调活动中可能出现的安全问题及注意事项，以确保本次活动的顺利进行。在优美的音乐声中，趣味运动会拉开了帷幕。

第一个展示的是小班“沙包的一具多玩”。孩子们犹如可爱的小兔，有的夹跳、有的头顶沙包，还有的投掷沙包……。，小班孩子虽然人数众多，年龄小，可参与一具多玩活动的劲头一点也不示弱。

第二个展示的中班“轮胎的一具多玩”。小羊起床做早操、过桥吃草、空地玩轮胎滚滚滚，智斗大灰狼，天黑跟随妈妈回家。整个活动以故事《小羊的一天》来进行。活动中孩子们身临其境，在故事情节游戏演绎中不仅掌握了平衡、爬、滚、投掷等技能，而且培养了幼儿遇事多动脑，同伴之间团结协作及谦让的好品质。

第三个展示的是大一班“球的一具多玩”。整个活动以《智勇大冲关》为主题。孩子们积极参与，劲头十足。两位教师密切配合，准备充足。利用废旧纸箱做场地布置的《平衡木滚球》、渗透思想教育的《赶小猪》、同伴协作的《螃蟹运球》、感受劳动快乐的《摘果子》等等，无一不体现出老师对一具多玩活动的良苦用心和思考。

第四个展示的是大二班“呼啦圈的一具多玩”。小小的呼啦圈变成了孩子们游戏中快乐的法宝。单双脚跳圈、男女组合钻圈取物、螃蟹爬、前后拉圈串成小火车。整个活动组织井然有序、干净利落。孩子们兴趣高涨、乐在其中。大二班一具多玩展示活动，不仅遵循了由易到难、循序渐进的特点，而且非常符合大班年龄特点，无论是钻爬还是跳跃对于孩子们来说都具有一定的挑战性。

总之，本次运动会一具多玩活动是令人满意的。从活动中，我们不仅看到了老师们的思考和创新，更感受到了孩子们在活动中各种技能的展现、同伴之间的协作以及运动给孩子们带来的快乐。欣喜之余，活动中我们在活动中不免存在一些不足。例如：小班队列拥挤，幼儿活动没有充分展开，造成孩子们积极性不高。中班：整个活动注重于围绕一个故事情节，在最后“智斗大灰狼”玩法中，目标不太明确，导致孩子们投掷的准确率不高。大一班：教师思想重视，准备充足。玩法新颖，而且注重思想教育。若能在情景设置方面再简明扼要就会更好。大二班：整个活动井然有序，玩法富有挑战性，如：单双脚跳圈、钻圈脚勾起、四肢着地跨圈等玩法，在这次活动中真正起到表率的作用。

这次趣味运动会对于我们城内幼儿园老师和孩子们仅仅是个开始。希望通过本次活动，我们四个班相互学习，取长补短。老师们在以后的一具多玩活动中，勤观察、勤思考，善于发现，及时总结，让我们城内幼儿园的户外活动丰富起来，让所有的孩子在运动中获得健康，在健康中汲取快乐!

202\_运动会活动心得总结 篇16

经过长达一个月艰苦训练的运动员们，终于在运动竞技场上，发挥了自己的实力，努力为教育科学学院争夺了荣誉。同学们也认真尽责的在做自己份内的工作，并坏着一颗热情的心，融入其中。

在校运动会期间，我们时刻代表着教科院，所以，不再只是为自己班级加油助威。使同学们的热情全部洒在了运动场上，运送员们也尽力拼搏着，在这些拼搏者的眼中，他们不在乎胜利时的欢愉，也不在乎失败时的眼泪，他们只在乎自己的曾经拼搏。也正是这种勇于拼搏的精神，这种不断超越的精神，才产生了运动的风采，才让运动变的更加精彩，更加吸引。

每天，在班级小本营，同学们都在穿梭往返着，后勤人员也忙前忙后，为运动员能得到更好的休息而奔跑着，时而那水，时而陪伴运动员做赛前准备，然后，激动而焦急地关注着运动员们的全程比赛。拉拉队人员也早早地来到比赛现场，站好位置，在比赛过程中，竭尽全力地呐喊着，希望自己的声波能推动运动员跑的更快一些，跳得更远一些。渴望自己的加油声能够成为一股巨大的力量，推动运动动员们坚持下去。

在校运动会这样强烈的竞争中，运动员的体力消耗更是巨大，并且，很多运动员都有参加多项比赛，虽然，我们的后勤人员都很尽职尽责，但尽管这样，还是出现了一点差错。在女子400米项目过程中，我们班的缪珍同学可能是因为没有休息好，或许是照顾不周，晕倒在赛场上，这使我们班的每一位同学都感到很揪心，所以，在来年的运动会，我们会通过这次的教训，总结经验，尽量避免这样的事情再次发生。

不过，令大家共同欣喜的是，由于09级新生力军的加入和往年老手的实力，教科院在这届运动会中获得很大进步。这是作为教科院中一部分的我们的共同荣誉和骄傲。

最后，期待我们教科院明年在运动会中取得更加优异的成绩，也期待我们班的表现更加精彩!

202\_运动会活动心得总结 篇17

这次，我们迎来了20\_\_年春季运动会。我们做了一些简单的做了一些准备后，便进行了第二套广播体操“雏鹰起飞”。听同学们说我们班得了第一名，我激动万分，希望今天下午的比赛中我们班的选手能够比平时突出，争取每项比赛都能得前三名。

一分钟，一小时……漫长的时间终于过去，到了下午运动会。比赛最激烈的就是我们男子四乘一百米的接力赛。“预备，跑!”发令枪一响，刘赜雨像每次发起的冲锋一样，第一个跑过其他选手。眼看就要到第二接力区了，但是有一个同学奋力地跑步，就超过了刘赜雨。第二接力区也是班里跑步很快的左宇飞。他好像神仙赐给了他了一双能跑步非常快的“黄金跑鞋”，冲出了那位同学。他离别的选手都差许多，就送给了第三位接力赛的同学。他跑的不慢，依旧保持着我们们领先的脚步。最后一位可是班里跑步最快的同学：管庆昊。那名同学快追上他了，已经追上了，已经超过他了。我们班的同学呐喊助威：“管庆昊，加油!胜利就在眼前!”不知怎么的，他忽然有了比在班里发挥出了更大的水平，追上了那名同学。前面就是终点线，他们俩你争我抢，互不相让。以我们以为他们要并列第一时，他好像变成了跳远运动员，像弧线一样冲出了终点线，我们高兴喊道：“赢了，赢了!”

这次只是初赛，希望后面的比赛越来越顺利!

202\_运动会活动心得总结 篇18

随着在一片哗啦哗啦的掌声中，运动会隆重开幕了。在运动会上，所有人都能大展身手，跑步，后勤，啦啦队各式各样。

这一次运动会，我报名参加了跳高，和跳远。我的第一个项目是跳远，但我总感觉这个项目没戏，一次跳，没戏;两次跳，也没戏;第三次跳，哎!有戏!可我还是落选了，连前八我都没进。我十分的郁闷，唉!

我同学走过来安慰我：没关系，你的强项是跳高!压轴戏在后天!

过了两天，压轴戏时间来临!广播里一报到初一男子跳高决赛，现在开始检录我马上奔去。将一切杂事搞定时，开始了!开始的那几个男生，简直是跨过去的，我心中想：作弊!!!!!!后面有一个人，他摔了一跤，惹得我们大笑，因为他整个人是坐上去的。到我了，我快速起跑，纵身一跃，过了!可第二次跳就没有这么好运了我连跳三次都不过，结果可想而知：我被刷了，我失落的坐在椅子上，一切希望都寄托在我们班的同学上，我扫视周围，哈!我是第八名!这个成绩我还满意!希望我们班的另一位同学身上了，可事与愿违，我们班又被刷了!

这一次，我这个运动会上，神经无时不刻的紧绷着，渴望我们班能有个好成绩，可还是在谷底。运动会后，我想：这次运动会只是发挥不好，我们来年再夺第一!!!还要调整好状态，再接再厉，越来越厉!!

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！