# 202\_年校运动会的感想体会(实用11篇)

来源：网络 作者：红叶飘零 更新时间：2024-06-05

*人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。校运动会...*

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

**校运动会的感想体会篇一**

校运动会是学校重要的体育比赛，在校园中选拔优秀的选手，展示校体育的实力，也是每个同学锻炼身体、竞逐荣誉的机会。作为一个参赛者，我深刻感受到了参加校运动会的乐趣和对自己身体素质的提高。以下是我在校运动会中的心得体会。

第二段：努力训练，迎接挑战

校运动会前，为了能够在比赛中取得好成绩，我参加了长达一个月的集训。每天早上跑步，下午练习参赛项目，一边进行着肌肉和体能的训练，一边不断挑战自己的极限，这让我深刻体会到了“苦其心志，劳其筋骨”的道理。这些辛苦的训练，望着成绩越来越好，我深感一份满足和喜悦。

第三段：心态调整，迎接失败

成绩总是可以被看到的，有些时候你选手需要做的是改变心态面对失败。虽然我们在训练中每次都竭尽全力，但是在比赛中我还是没有成为优胜者。首先，我尝试去了解自己的失误，分析自己在比赛中的问题。然后，改正自己，重复训练，不断提高自己的竞技水平。循此奉行，将使个人在下一次的比赛中更加有力。

第四段：沟通与团队协作

在运动会上，个人第一，但是团队更加重要。天下不言休，决战不断，但是我们何以可以在对抗中获得胜利呢？当然归功于团队的协助，整个团队基本上可以一起努力，磨练自己的组织协作。此外，为了加强团队之间的沟通交流，我们还要积极地参与训练和比赛中的团队合作，表达自己的看法和意见，寻找彼此的共同话题。

第五段：结合自身体验谈对校运动会的感受

在校运动会结束后，我深感这次比赛对我意义重大。通过不断地训练和比赛，我才发现自己的身体素质已经得到了提高，自己的心理素质也得到了锻炼。同时，连接我们之间的情感和深厚友谊也得到了加强。因这次比赛，我学到了很多东西，领悟到了很多道理，在之后的生活中我会把这些看作是巨大的财富，化为日常训练的动力和奋发磨砺成为更好的自己。

**校运动会的感想体会篇二**

“……我宣布建设路小学春季运动会----正式开幕!”校长在一阵又一阵的鼓掌声中宣布。同学们期盼已久的运动会----终于开幕了。经过了几个星期的艰苦的训练，今天终于可以看见运动会的收获了！我一边想，一边耸了耸肩。

这一届运动会的五年级女子200米决赛结果真是太令人惊讶了!五（8）班郑小文竟超越了上一届的冠军夺得了第一名。

可是在五年级女子垒球决赛的情况的确大不相同。决赛前，真的实在安静。“沙啦，沙啦”是一位女同学用白色粉末擦垒球的声音。这刺耳的噪声，刺痛着我们。在初赛时漫不经心地擦白色粉末的声音，竟成了这死寂一般安静的决赛中一道“美妙”的“音乐”。进入决赛的有六位同学，静静地站在那里等待，而这最后的成绩将关系到她们排行前六的上下名次。那位拿了垒球的女同学深深地吸了口一口气。站成“人”字形。她向前方迈去，把球举到后脑勺的右侧尽力地朝前方抛去。“嘭”!一个不错的成绩，待老师证实此成绩有效之后，她露出了欣慰的笑容。比赛继续进行着。

夕阳下，在我们的欢笑中，运动会完美的落幕了。运动会中我明白了一个道理——只要你有所付出，就一定会有收获！

**校运动会的感想体会篇三**

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。

**校运动会的感想体会篇四**

今天是进入双语学校以来举行的第一次运动会，刚刚经历了一次月考的洗礼，同学们的心里都有说不出的轻松和兴奋。

开幕式

昨天晚上还稀稀沥沥地下了一场小雨，可今天早晨的天气却格外的好，当东方刚刚出现鱼肚白时，操场上便出现了我们的身影，习习的秋风吹着，幸亏有了太阳的存在，不然我们饱满的精神必定会被这初秋不温暖的寒风磨灭掉。大家精神抖擞，抬头挺胸，迈着整齐的步子完成了队列比赛，当飘扬的五星红旗冉冉升起时，我们这次运动会的序幕便拉开了。

两人三足跑

接力赛

下面的项目是接力赛，运动会被逐渐推到了高潮，呐喊声此起彼伏。

“砰”枪响了，“快跑！加油！”我们班的运动员箭一般的冲了出去。

第二棒“糟糕，被甩到后面去了。”

第三棒，第四棒……

第八棒“怎么办呢？一直在后面。”

第九棒“好样的，超过2名了……”

最后一棒“冲啊！快啊！”“耶！第一！”顿时，叫好声响彻“6。1”班。

……

比赛一个接一个的进行着，比赛结果一个接一个的报出来。真可谓“几家欢喜几家忧”

致成功者

“耶！我赢了！”这是他们的声音。

“好样的！”这是我们对他的赞赏。

艰苦的练习，光彩的一刻，背后有多少不为人知的艰辛，又有多少被汗水浸透的衣衫。一分付出，一分收获。他们付出了，付出了艰辛和汗水。他们收获了，收获了成功和喜悦。他们是好样的`，我们为他们骄傲。

致失败者

“唉”这是他们在叹息。

“没关系，我们知道你已经尽力了。”这是我们对他们的鼓励。

无数的艰辛，无数的汗水，都因为那一刻的失利付诸东流。但我想对你们说的是，没关系，这一次的失败并不代表什么，抬起头，挺起胸，笑对失败！让失败属于过去，胜利才属于未来！

加油！

为期一天的运动会已接近尾声了，最后的成绩为它画上了一个圆满的句号，我们班体育项目总分得了级部第四，一个老师同学都比较满意的成绩。

**校运动会的感想体会篇五**

前几天去别的学校开运动会，我们就地而坐，可脏了，别人在那比赛，遇到我们班的人，我们快速起来加油，我和同座和她的后座在一起，她的后座总说笑话我乐的总踹她，我俩在那玩还打了一架，胳膊都掐青了，开了一天半的运动会，腿都疼了，我和后座闹笑话说：“我们的运动量不比运动员少。”说完，我们两个都笑。乐死了.

坐那块，还不让说话，但好多人都说，我们也说，我踹了她好几脚，现在腿还疼呢，昨天一骑自行车，就更疼了。现在一想她说的笑话还想笑。

那天下午，一个男生脚轻轻的碰了我的腿一下，好多的灰，我气急了，我一推，以为他不会倒，因为他很胖，没想到他倒了，那我就将计就计，又对着他使劲的踹了一脚，边上的人看着都笑，我也是，那男生气的都说不出话来了，就那件事一想起来那个男生，就想笑，过了一天，还总想起来那件事呢!

其实运动会也挺好玩！会发生许多好玩的故事哦！哈哈!

**校运动会的感想体会篇六**

每年的校园运动会是学生们期待已久的活动之一，它不仅提高了学生们的身体素质，也增加了学生们团结合作和互相尊重的意识。在这次校园运动会中，我参与了多个项目，并从中收获到了一些宝贵的经验和体会。

第二段：细节描述

在800米的比赛中，我从一开始就跑在前列，但在最后150米的地方，我感到耳边一阵呼喊声，回头一看，发现一位同学正紧紧追赶着我。这时，我没想太多，加快了步伐，最终以微小的优势获得了冠军。这次经历告诉我，在面对压力和竞争时，要保持冷静，集中注意力，用自己的实力去赢得比赛，而不是被其它人影响自己的表现。

第三段：意义反思

在进行团体项目时，我和队友积极地沟通和配合，调整着彼此的步伐和配合，最终取得了很好的成绩。这让我深刻认识到团队的力量是巨大的，只有合作才能创造出更好的成绩。而这种积极的合作和沟通不仅在运动场上有用，在日常生活和学习中也同样重要。

第四段：成果总结

此次运动会，我获得了几个项目的奖项，这让我对自己的运动才能变得更加自信。但同时我也意识到，更为重要的，是在努力过程中所获得的成长和收获。每次参加比赛，都是一次成长和积累的过程。通过这次运动会，我学会了克服困难及时调整自己的状态。

第五段：未来展望

此次运动会上，我还发现了自己的一些不足之处。明年的运动会，我将会更加努力去弥补这些不足，并进一步提高自己的运动能力。同时，我也会更加感恩我的身体，善待它，保持身体的健康。这样，我才能更好地全身投入到学习和生活中。

**校运动会的感想体会篇七**

这一天，我们学校举行秋季运动会。

早晨八点半，我们排着整齐的队伍来到学校的后操场。这时候，广播里正放着高昂而又热烈的进行曲，操场四周坐满了老师和同学。男选手穿着运动服、运动鞋，女选手头发都盘在头顶上，他们做好了参加比赛的准备。他们一个个精神抖擞，摩拳擦掌，急切盼望比赛早点开始。

一会儿，校长宣布运动会开幕，紧接着比赛就开始了。

第一个项目是短跑比赛。运动员们脱掉外衣，只穿着背心和短裤，显得特别精干。

“啪！”发令枪响了。参赛的同学嗖的一声，像离弦的箭一样向终点冲去。他们你追我赶，争先恐后，奋勇向前。我们班的金夕淼是个矮个子，他咬紧牙，鼓足劲，并命往前跑。眼看他就要跑到最前面了，冠军就要到手了，大家都在为他鼓劲，使劲地高声喊着：“加油！加油！”可是，就在这紧要关头，意外发生了，他一下摔倒在跑道上。该不会受伤吧。我们正在为他担心，他却勇敢地站了起来，而且坚持着走到终点。虽然丢掉了冠军，但是他顽强拼搏的精神仍然受到大家赞扬，都说他是好样的。

随后进行的调高、跳远比赛，竞争也很激烈。

**校运动会的感想体会篇八**

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。

第五段：心得体会和展望未来

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。

**校运动会的感想体会篇九**

我只想要拉住流年，好好的说声再见，遗憾感谢都回不去的`昨天。

——题记

对于秋天，人们往往感觉秋天是悲凉的，是萧索的，是凄楚的，因为秋天来了冬天也快来了，但在我的眼中秋天它是有光芒的。

在身处于南方的我们，条件往往是短暂的，好像夏天过去了，马上冬天就要来了，因此可能秋天在我们的心中都没有秋天的影子，但在我的心里认为秋天是独一无二的，存在着光芒的，是欢歌笑语的是喜悦的，我印象最深的，尤其是那个秋天。

20xx年秋季运动会正式开始，这不禁的让我想起了两年前的那个秋天，121212看，刚升入初二的我们来到了新班级，便光荣的参加了拔河比赛，我们正在用课外的时间来练习呢，只见我们拔河队的队员，有12名正在聚精会神地听着老师的安排，在跟我们讲拔河的注意事项和动作要领很快到了运动会真巧，我们的对手竟然是隔壁班的人，可谓是一山容不了二虎，心脏旧账一起算吧，让我们心里激动万分，大家都互相鼓励，一定要拿下这场比赛，只听到裁判叫我们上去，我们和班主任手放在一起喊着口号，昂首挺胸的上去了，随着一声哨响，我们急忙的往后斜着身子，周围全是一通呐喊声给自己班上的加油的，看热闹的也要放声大笑的，毫不夸张的说，我当时竟然就在想，等下我们赢了要怎样庆祝呢，当身旁的老师同学都在喊快了快了加油，马上就能胜利了，我就知道我们肯定是要赢了。

在女子1500米的赛场上，我们全班都有，发自内心的陪跑的，几个女同学陪跑无一缺席，在我跑800米的时候，他们一生借着一生的加油，在我们拔河比赛获得全年级第一时在我们100米接力赛时，大家喊的声音真是声嘶力竭，我知道我们全体以及班主任都完完全全融入进了这次运动会，融入了整个集体，从此以后每个的秋天都是独一无二的，而且散发着光芒的是欢歌笑语的是令人喜悦的，也是一个新的开始。

虽然那个秋天早已远去，我也步入了高中生涯，但是我相信那个秋天依旧都在我们的心里，那么秋天远去之后，依旧有很多很多的秋天，我们应该努力向前，不必死死抓住过去不放，要珍惜当下，记住那些美好的时光。好好学习，天天向上，就像这句歌词所写的一样，我只想要拉住流年，好好的说声再见，遗憾感谢都回不去的昨天。

**校运动会的感想体会篇十**

第一段：引言（总述）

高校运动会是大学生活中一个重要的组成部分，对于参与其中的学生来说，不仅是一次展示个人实力和团队合作能力的机会，更是一次锻炼自身意志和毅力的重要时刻。在我参加的这次高校运动会中，我收获了许多宝贵的经验和体会，让我受益终身。

第二段：参与的困难与挑战

在高校运动会中，我所参与的项目是田径比赛中的跳高。起初，我只是出于兴趣而报名参加，而没有太多的正式训练经验。然而，在训练的过程中，我逐渐意识到跳高是一项需要精确技巧和强大肌肉力量的项目。我不得不面对我身体上的弱点和技术上的不足，这让我感到一定的困惑和挫败。尤其是在初期训练中，我屡次尝试却无法突破自己的记录，这让我差点想要放弃。然而，我很庆幸有朋友的鼓励和教练的指导，让我重新找回动力和信心。

第三段：锻炼的意义与成果

通过高校运动会的参与，我领悟到了许多宝贵的道理。首先，我明白了训练是成功的关键。只有通过刻苦的训练，不断改善自己的技术和强化肌肉力量，才能够在比赛中取得好成绩。其次，我学会了团队合作的重要性。在整个训练和比赛过程中，与队友的相互帮助和支持使我感受到了团队的力量。通过分享经验和互相激励，我们共同进步，取得了突破性的进展。最后，我明白了坚持与胜利之间的关系。只有坚持不懈，不怕失败，才能在最困难的时刻坚持下来。正是这种坚持，让我在比赛中突破了自己的记录，取得了理想的成绩。

第四段：成长与进步的机会

参加高校运动会给我提供了一个成长和进步的机会。首先，通过与其他高校的学生的竞争，我不仅能够了解他们的优势和不足，而且能够从中吸取经验，不断提升自己。其次，在比赛中我遇到了许多困难和挑战，但正是这些困难和挑战让我变得更加坚强和勇敢，具备了面对困难的能力。最后，通过比赛的经历，我结识了许多志同道合的朋友，他们在我困难的时刻给予了我无穷的支持和鼓励。这些朋友们成为了我一生的朋友，我将永远感激他们的陪伴和支持。

第五段：结语和展望

通过参与高校运动会，我学会了坚持和奋斗的可贵，得到了身体和心理的锻炼，明白了团队合作的力量，结识了许多志同道合的朋友。这次经历让我深深理解到，成功不仅仅是成绩的反映，更是背后付出的汗水和努力。我相信，参加高校运动会的经历将会成为我人生中的一笔宝贵财富，将继续影响着我迎接未来的挑战。无论是学习还是工作，我都会怀着高校运动会心得体会中的那份激情和坚持去面对一切困难和挑战，不断提升自己，追求更加辉煌的成就。

**校运动会的感想体会篇十一**

今天是运动会的第一天，我十分兴奋。而且今天不只是运动会，我们班上还来了一位新同学，他叫田源皓。他来的第一天就是运动会，也太幸福了吧！

今天我们班运动员参加了四个项目的比赛，赛场上队员们奋力拼搏，赛场边啦啦队在摇旗呐喊，比赛进行得非常激烈。

上午，我有一个项目，那就是投鱼雷。可是在比赛前我的手腕扭伤了，疼得整个手臂都开始发软了，没有一丝力气，感觉就像那只手不是你的，但痛却在你身上一样。这可怎么办啊？这时，蒋欣宏走过来关心地问：“你没事吧？要不要回教室？”“再等等看吧。”我回答。蒋欣宏又说：“要不还是回去吧，万一越搞越糟怎么办呢？”“但现在已经来不及了，她的手指还能动，就让她坚持一下吧。”刘沅芷有理有据地说，我也点了点头。但为了安全，我选择站到4分的地方投，组长莫尚辰同意了，但大家还是有点担心，就先让我在空地上扔一扔空瓶子练习。

比赛开始了，我有点紧张，轮到我的时候，神奇的事情发生了，我居然投出了一个高分，真是太出人意料了，我开心得跳了起来！

今天的比赛圆满结束了，我明天还要参加其他项目，我一定会加油的！

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！