

2023年龙舟比赛总结 龙舟概括心得体会 (精选5篇)

总结是对某一特定时间段内的学习和工作生活等表现情况加以回顾和分析的一种书面材料，它能够使头脑更加清醒，目标更加明确，让我们一起来学习写总结吧。相信许多人会觉得总结很难写？以下是小编精心整理的总结范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

龙舟比赛总结篇一

龙舟节是中国最传统的庆祝节日之一，也是一项古老而具有代表性的传统文化。龙舟竞赛历史悠久，起源于中国古代百越的龙舟划渔活动，进而演化为纪念爱国诗人屈原的盛大运动。作为中国的传统水上运动，龙舟赛是国内外广受欢迎的一种拥有历史和文化的体育活动。在对龙舟竞赛的学习和体验中，我们需了解其背后所蕴含的文化含义。

二、起源和发展

据文献记载，龙舟最早的起源发源于中国的楚国，而后在南北朝时期逐渐向世人展示。同时，很多史书对龙舟的发展历程进行了详细的记录，如《禹贡》、《尔雅》、“史记”等，将龙舟的历史发展过程无一遗漏地描述出来。在古代，龙舟更是与祭祀文化紧密相连，成为标志性的文化和民俗活动。

三、文化象征

龙舟竞赛不但具有竞技性，而且也具有浓郁的文化色彩。龙舟竞赛中丰富多彩的节目与严格的规则制度相结合，使其成为一个了解中国传统文化的平台。在龙舟文化的背后，有一些富有民俗意义和深刻文化含义的符号和图案。例如，在龙舟节上，我们会看到五彩缤纷的各种龙舟图案，如龙舟头、

龙船头、水部楼梯等，都意味着参赛者对自己的真心抵抗力和胜利的渴望。同时，龙舟节的举办地往往是水域，表现出中国崇尚水文化的特点，包含着对大自然的敬畏与赞美。

四、竞赛精神

如今，龙舟运动已不仅仅是一种体育运动，而是展示竞技和团队精神的象征之一。龙舟竞赛中，团队协作和各项技能非常重要，每个队员的配合都决定着整个团队的成绩。在这个过程中，彼此的相互信任与支持，鼓励每个队员克服困难，不断尝试和挑战自己。同时，龙舟运动中也强调了互相尊重、团队精神和合作精神，这些核心价值观得以广泛传承。

五、结语

龙舟竞赛是一项兼具竞技性与文化内涵的活动，不仅让我们更好地了解中国传统文化，还帮助我们建立自我、学习和掌握自信、团队协作和实现自我价值的意义。通过本次体验，我深深感受到龙舟内涵，并希望这份精神能够被大众更好地理解 and 传承。同时，我们也应当重视龙舟文化的传承和发展，不仅要在参赛如此的体验中获得荣耀和满足，也应该将龙舟文化传承下去，为祖国的体育事业做出更多的贡献。

龙舟比赛总结篇二

今天是农历五月初五——端午节。端午节最不能少的当然是一场振奋人心的划龙舟比赛。

我来到江边时早已是人山人海，热闹非凡。江面上锣鼓喧天，虽然下着小雨，但是人们看比赛的热情不减。我和爸爸选好了一个看比赛的最佳位置站定。

“划龙舟比赛正式开始！”广播里传来清晰而响亮的声音。我们睁大眼睛，齐刷刷地投向江里那两条长长的龙舟。只见

龙舟昂首翘尾，龙头上的两只眼睛炯炯有神，五彩斑斓的船身在江面上格外显眼。

比赛开始了，船员们深吸一口气，两个腮帮鼓起圆圆的“包子”，弓下腰，低着头，甩开膀子，狠劲地划。木浆在船员的手里不停地“奔跑”。江岸上人们的喝彩声此起彼伏，两条龙舟在江中也是不分上下。

这时，似乎红队更胜一筹，白队不甘示弱，大家挥动着圆鼓鼓的双臂奋力地向前划着。支持白队的人，有的加大喝彩声；有的跑去支持红队；还有的急得直跺脚，咬牙切齿，握紧拳头振臂高呼“白队加油、白队加油……”。“咚咚、咚咚……”，船员随着大鼓的鼓点在水里有节奏地划着。鼓声咚咚，锣声铛铛，水花在水里像炸开花的土地似的，四处乱溅。站在船尾把舵的舵手中的桨像神奇的画笔，在江里画出了一条条长龙。鼓声、人声、喝彩声声声入耳，江水雨水汗水水水水相融。

只见龙舟离终点越来越近，船员们的力气似乎增大了许多，船在水面上的速度也快了很多。50米、30米、20米、10米……经过激烈的竞争，终于红队胜出。“耶！”我高兴地大叫了一声。这时，我又望了望白队，令我没想到的是：他们居然同红队握手。这时，我的脑海里出现了一句话：友谊第一，比赛第二！

在看比赛的时候，我的心犹如那连绵起伏的波涛。船员们那坚持不懈的精神深深地留在我的心中，他们流下的汗水也融入到了这条富有情感的江水中。

龙舟比赛总结篇三

龙舟游戏是一项具有悠久历史的传统活动，自古以来在中国广泛开展。近年来，随着体育旅游的兴起，龙舟游戏越来越受到人们的关注和喜爱。通过参与龙舟游戏，不仅能够锻炼

身体，增强体质，还能够体验到团结协作的力量。在参与龙舟游戏的过程中，我深受启发和感动，并从中领悟到了许多宝贵的人生经验。

首先，在龙舟游戏中，我领悟到团队精神的重要性。在龙舟比赛中，每个人都拥有自己的角色和职责。每个人都要精确地划桨，保持同步和节奏，才能使船前进得更快。而一旦有人失去了同步，船体就会受到干扰，速度就会慢下来。因此，团队合作和协作成为决定胜负的关键因素。只有通过团队的努力，才能够赢得比赛的胜利。这让我明白到，在现实生活中，团队的力量远远大于个人的力量。只有凝聚起来，共同努力，我们才能够取得更好的成绩。

其次，在龙舟游戏中，我还学会了坚持不懈的精神。龙舟比赛是一个需要持续投入精力和体力的过程，尤其是在长时间的划桨中。一开始，我会感到疲惫和无力，但是随着时间的推移，我发现自己的力量变得更加坚定和稳定。疲惫的感觉并没有消失，但我学会了在压力下坚持，不轻易放弃。通过这个过程，我深刻体验到了坚持不懈的力量。事实证明，只要坚持下去，我们就能够战胜自己，完成各种看似不可能的任务。

再次，龙舟游戏让我明白了面对困难时要淡定从容。在划桨的过程中，我们可能会遇到波浪和水流的干扰，船体可能会颠簸不稳。这时，最重要的是保持冷静，在短暂的困难后恢复平衡。通过训练，我们学会了在困难面前保持从容的心态，稳住船身。这个经验同样适用于现实生活中的挑战。无论是工作还是学习，我们都会遇到各种各样的困难和挫折。只要我们能够保持冷静，并迅速找到解决问题的方法，那么我们就能够在困境中找到机会和突破口。

最后，通过参与龙舟游戏，我体验到了团队合作带来的愉悦和成就感。当我们全体成员在艰苦的训练后，成功地划过终点线时，我感受到了一种前所未有的喜悦和骄傲。在赢得比

赛的那一刻，我发现自己不仅仅是与他人一起努力的个体，更是为整个团队的荣誉而战。这种团队合作带来的成就感无法用言语来表达，只有亲身经历的人才能领悟其中的美妙。

综上所述，通过参与龙舟游戏，我深受启发和感动。我领悟到了团队精神的重要性，学会了坚持不懈和面对困难时要保持从容的态度，同时也体验到了团队合作带来的愉悦和成就感。这些经验对我来说无疑是宝贵的财富，将会在我今后的生活和工作中产生深远的影响。我相信，只要我们始终保持团队合作的精神，勇敢面对困难，坚持不懈，我们就能够在人生的航程中创造更加辉煌的未来。

龙舟比赛总结篇四

龙舟游戏是中国独特的传统体育项目之一，已有几千年的历史。作为一名参与龙舟游戏的选手，我深刻体会到了这项运动所带来的乐趣和收获。以下是我对龙舟游戏的心得体会。

首先，龙舟游戏是一项极具团队协作意识的运动。参与龙舟游戏的队伍通常由22人组成，他们要一起划桨控制龙舟行进。只有当团队成员紧密配合并保持一致的节奏，龙舟才能顺利前进。通过与队友的密切合作，我深刻体会到了团队协作的重要性。在训练中，我们要时刻保持沟通和默契，使每个划桨的动作都能够迅速而准确地与队友同步。这种团队协作意识也使我们在比赛中能够做到互相支持和鼓励，共同面对困难。

其次，龙舟游戏对个人体力和耐力的要求很高。龙舟非常宽大，划桨的动作需要全身的力量和稳定性来保持身体平衡。另外，龙舟比赛是一场持久而激烈的体力对抗，参与者需要在短时间内迅速发力，并保持高强度的活动。通过长时间的训练和持之以恒的坚持，我的体力得到了极大的提高。我学会了如何利用全身的力量来划桨，并且在比赛中保持高度的专注度和耐力。这种锻炼不仅让我更加强壮和有活力，

也培养了我的意志力和毅力。

第三，参与龙舟游戏使我感受到了中国传统文化的魅力。龙舟游戏有着深厚的历史背景，是为了纪念屈原而设立的。在参与龙舟游戏的过程中，我亲身体会到了中国传统文化的底蕴和独特风采。我们在队伍中学习了赛前的仪式，了解了龙舟竞赛的来历和意义。而且，在比赛中，我们穿着传统的龙舟运动服装，听着激昂的鼓声，全情投入到比赛中。这种体验让我更深刻地感受到了中国传统文化的魅力和力量。

此外，龙舟游戏培养了我对自然环境的敬畏和保护意识。龙舟游戏通常在江河湖海等自然环境中进行，这要求我们要保持对环境的敬畏和保护。在训练和比赛中，我们时刻注意保护水域的生态环境，并尽量减少对自然的干扰。这让我意识到了保护环境的重要性，并且激发了我对环境保护的责任感。

总的来说，参与龙舟游戏是一次有意义的体验。通过与团队的协作、锻炼个人体力和耐力、体验中国传统文化以及培养环保意识，我从中获得了很多宝贵的体验和收获。龙舟游戏不仅是一项有趣的体育运动，更是一种无形的力量，能够增强我们的团队意识和个人品质，让我们更加健康、自信和坚韧。

【总字数：477】

龙舟比赛总结篇五

那一次，我和父亲、母亲去中山旅游，刚到中山便看到许许多多的玩具，过了一会儿，就听见那里锣鼓喧天，人山人海，我们一看，哦！原来是中山特色的民俗活动——“赛龙舟”。

我看还挺有趣的，就报名参加了。他们说：“赛龙舟”10：00开始，你们先去那边练习练习。我开始还以为挺容易的，没想到那么难。要掌握好方向、几人又要配合好，

不能出错，坐在龙舟上，我一个人还摇不动呢！

和父亲一起才摇动起来。父亲对掌握龙舟的方向非常熟练。于是，我就对父亲说：“方向就靠父亲您把握啦！我就负责叫口号，我说：”我叫“一二一”的时候就全速前进，我叫“三二三”的时候就要倒退哦！练习的时候觉得很熟了。马上工作人员叫“赛龙舟”开始比赛，请选手集合。

到真正比赛的时候才知道“赛龙舟”可不是当场能练会的，在比赛场上非常紧张，一紧张就会出错：“我有时候还叫错口号，父亲掌握的方向现在也准了，经常从中间跑到旁边撞墙，就这样其于的选手已经超过我们了，在比赛场上，我们渐渐熟悉了这种气氛，现在都已经很少出错了，父亲自信的叫着：“左边，左边、右边，右边”而我越叫越起劲：“一二一，一二一”全速前进。

转眼间超过了许多对手，直冲终点，我们脸上露出笑容，我想：“我们高兴得太早了，有三名选手追上来了，嗖……的有一位超过了我们，现在我们已经没有力气了，嗖……的又有第二位超过了我们，我们使出全身力气，最后终于到达目的了。

虽然是第四名，但我们已经很知足了，要知道一个新手能玩这么好的成绩来已经是不容易了，我们一家人高高兴兴的回到了家。