

# 最新学校运动会心得感悟(实用5篇)

我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得感悟，这样我们可以养成良好的总结方法。那么我们写心得感悟要注意的内容有什么呢？那么下面我就给大家讲一讲心得感悟怎么写才比较好，我们一起来看看吧。

## 学校运动会心得感悟篇一

今天，阳光明媚，秋风习习，我们再次迎来了一年一度的秋季校园运动会。

操场上，鼓声震天，运动员们昂首挺胸、精神抖擞地迈着步，时不时地挥着手，像个明星似的，仿佛在说：“哼哼，今天的冠军非我莫属也！”操场周围，拉拉队们有的挥舞着自己精心制作的小旗，有的为运动员们加油助威，还有的甚至上前拥抱运动员。

比赛即将开始，运动员们个个摩拳擦掌，跃跃欲试。

最紧张、最激动、最扣人心弦的还是男子400米跑，刚开始，个个精神抖擞地飞出了起跑线，渐渐地，他们脸开始发白，嘴唇发紫，不停地喘着粗气，拉拉队们使劲地喊着：“加油，加油！”运动员们听到了这些呐喊声，又以自己所剩的全部力量冲向终点，“耶！耶！我们赢了！”拉拉队们叫了起来。

## 秋季运动会感悟范文素材

昨天，我们学校召开了运动会，我兴奋极了，今天可是个大晴天。

热闹欢腾的运动会，贸易学子显雄威。在这秋高气爽的十月里，我们迎着秋日的阳光，伴随着收获的季节，迎来了欢快精彩的秋季运动会。

此次运动会我们三六班共有十几名学生参加了9个项目的角逐。一大早，全校师生就来到了运动场，他们有的安排场地，有的整理服装，有的安放运动器材，忙得不亦乐乎，原本寂静的赛场一下子热闹起来。

过了一会，差不多是早上八点开幕式开始了，运动员们都精神抖擞地上场了。个个踏着步子：“一二一，一二一”向主席台走来，再过一会比赛马上就要开始了，我们三六班有十几个人参加了运动会。

当行进队伍全部入场后，接踵而来的是初一新生的广播操比赛。伴着“时代在召唤”的旋律，所有学生抬头挺胸，精神饱满，节奏准确无误，动作到位有力。在他们的脸上，我们看到了青春的气息，青春的价值，青春的活力，似乎要在新的时代里召唤更加美好的未来。

八点十分当大会宣布运动比赛正式开始，整个赛场顿时沸腾起来，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，引得在场的观众兴奋不已。不论选手是否获得第一，他们都会得到观众的赞美和鼓励。因为在观众的心中，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。女子800米和男子1500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，但是绝对比短跑更加让人感动。在比赛中，选手要面临的不仅是身体上的考验，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拼搏，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。

再看那田径赛场上的运动员，也个个摩拳擦掌，毫不示弱。跳高跳远的运动员为了得到更好的成绩，拼尽全力，即使失败也毫不放弃。他们面对目标跨出坚定的步伐，跳了一次又一次。这种不断超越自我的精神是个人的巨大财富，更是将来能够走得更高更远的稳固基石。参加铅球比赛的选手互相

竞争，成绩越投越远。他们手中的铅球仿佛变成了一个个充满希望的许愿球，不断追逐着自己的梦想。

比赛一直延续到下午，师生们的热情豪未减退。直到接力赛的最后一声枪响，本届运动会在全校师生的共同努力下，圆满的完成了各项赛事，顺利的降下了帷幕。此次运动会再创历史之最，共产生2个项目的冠军，有1人打破校记录，初三一班是获得冠军的班级，我们三六班获得了第三名的好成绩，看着他们夺冠后洋溢着幸福的笑脸时，我感到运动精神在贸易学子中展现得一览无余。

体育是精神文明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。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美好和辉煌。

## 学校运动会心得感悟篇二

由于十七届省运会在常州举行，为了培养裁判队伍，我参加了为期两天的田径理论培训。两天的日程排得满满的，学习内容也非常的多。虽然学习过关于田径裁判员的有关知识，并且有多次裁判经验，但是在这期间收获颇多，感触颇深。

我们学习了田径裁判的有关知识，学习了国际比赛的归类，运动员参赛资格等问题，出现争议如何解决和技术规则问题。对于我们体育老师来说，技术规则的认识是相当的重要的。

这里讲一些特别注意的情况，比如当比赛过程中田赛和径赛冲突了怎么办？那么应该现向田赛请假或先跳(投)，每一轮都要请假，若比赛结束后未到则记免跳。在跳高比赛中，杆子

因风吹落则不算犯规。在径赛比赛中再直道上串道没有阻挡其他人，回到原直道冲过终点则不算犯规。但是犯规了裁判员有权根据时间情况可以决定重赛或重赛。在跨栏比赛中，没有越过栏架，或低于栏架水平面，或故意推倒栏架。或跨别人栏架都算犯规处理。

通过本次田径理论培训，对田径这个项目有了更深的了解，学到了许多新的知识，为自己以后进行裁判工作、欣赏比赛等各方面带来更大的益处；为即将在我市举行的更高规格，更高层次，更高水平的比赛做好准备。科学发展，追求圆满是我们起点裁判组的奋斗目标。

#### 田径运动会心得感悟会4

查处长的田径裁判法讲座结合多年的亲身执裁经验实例，生动形象、富立体感。解答了实际操作中多年存在争议的某些难点与重点。如起跑、破纪录、成绩丈量、检查、全能等。值得一提的是，正如查处长举例连云区中小学田径运动会所发生的咨询情况，我本人在20\_\_年的区田径运动会期间因与另一副总裁判长发生争执，也曾经打电话向查处长询问关于破纪录轮次的判定。

金主任所谈高中课堂体育教学及训练方面的话题，贴近同是高中老师的我，很多观点感同身受，有共同语言啊。我比较感兴趣的是如何合理安排运动负荷、巧妙安排游戏性教材及如何积极性休息。尤其是关于巧妙利用体育课上的学生休息，保持一节课的连贯性，不可随意肢解活动各环节。我想，过一阶段也许从中借鉴几点，写点该方面话题的论文，希望及早成文并发表。

史校长所谈的田径运动训练内容与方法讲座中为大家展示了美国体能训练方法，里面许多训练手段值得我们以后的训练中加以吸收利用。而讲座中的一些有关运动训练原理、原则、方法带有一定的新意，很值得慢慢思索。

张教练的中长跑现场教学训练点评，结合青少年该项目训练特点，边练边讲解，虽然大家站在阴凉地观看与听讲，但气温实在是高，蒸蒸日上，但学员们依然听的很认真。

培训进行到第3天上午，杨俊伟教练的投掷项目训练讲座，令大家眼前一亮，因为杨教练讲座时呈献给大家的是3名大弟子现场示范投掷类训练课的准备活动内容、力量训练方法、专项技术动作方法。应该说效果非常好，直观、新颖，鲜明的创新特色。大家拍照的拍照、记录的记录，求知欲相当地强啊，究其原因，是因为基层体育教师大多不是投掷专长，对投掷方面的各项目教学与训练缺乏有效的手段与方法，而杨家军今天所展示给大家的正是我们平时所缺失的，所以尤其显得有实效性。

培训到第4天时，迎来了南京航空航天大学附属高级中学的王达梅老师的一堂体育教学设计讲座，讲的很透彻，所涉及内容新颖、前沿，所讲内容基本涉及当前我国课程改革中最前沿的相关动向。看得出，王老师的确是上课尤其是体育课堂教学设计方面的专家。听后收益匪浅。

总之，4天的专业技能培训充实而充满着新意；辛苦而充满着兴奋；看似平淡却处处充满着激情。

最后我把查处长关于田径规则方面的部分值得关注的难点与重点在加以归纳，希望对今后组织田径运动会执行规则情况有指导意义。

## 一、关于起跑起跑

1、400米及400米以下的各项径赛(包括4×200米及4×400米接力的第一棒)，必须采用蹲踞式起跑，并使用起跑器。

2、在“各就位”口令之后，运动员必须走向起跑线，完全在自己的分道内和起跑线后做好准备姿势。双手和至少一个膝

盖应触地，两脚应接触起跑器。发出“预备”口令时，运动员应立即抬高身体重心做好最后的起跑姿势，此时运动员的双手仍须与地面接触，两脚不得离开抵脚板。

3、在“各就位”或“预备”口令发出后，所有运动员均应立即做好最后的预备姿势，不得延误。运动员已就位时，其双手或双脚均不得触及起跑线或线前地面。

4、零抢跑运动员只有一次起跑机会，一旦抢跑，抢跑运动员立即罚下，取消本场比赛资格。

## 二、关于“成绩相等”

### (一) 径赛成绩相等

如果裁判或终点计时裁判不能够根据规则判定任何排位，则运动员排位并列。

如遇运动员成绩相等涉及根据规则，确定来自不同组运动员的排名或按成绩录取进入下一赛次的情况时，终点摄像主裁判应考虑有关运动员的1/1000秒的实际时间。

如果成绩仍相等，并涉及运动员的排名时，应抽签决定排名。当涉及按成绩或排位录取进入下一赛次时，成绩相等的运动员将进入下一轮次，如果实际条件不允许，将通过抽签决定进入下一轮次的运动员。

### (二) 田赛成绩相等

除了跳高和撑竿跳高项目，如成绩相等，应以其次优成绩判定名次。如次优成绩仍相等，则以第三较优成绩判定，余类推。

除了高度跳跃项目，包括涉及第一名者，成绩相等的运动员

的名次并列。如仍相等，并涉及第一名者，则令成绩相等的运动员，按原比赛顺序，进行新的一次试跳(掷)，直至分出名次为止。决定名次。如果2名或者2名以上运动员跳过同样的最后高度，将按以下程序决定名次：

(1) 在最后跳过的的高度上，试跳次数较少者名次列前。

(2) 如成绩仍然相等，则在包括最后跳过的高度在内的全赛中，试跳失败次数较少者名次列前。

(3) 如成绩仍相等，成绩相等不涉及第一名时，则运动员的比赛名次并列。

(4) 如涉及第一名时，将根据规则第181条9中规定，在成绩相等的运动员间进行决名次跳，除非根据比赛前规定的技术规程或在比赛中根据技术代表的决定(如没有任命技术代表，将由裁判长)。如果不进行决名次跳，包括相关运动员决定不在进行试跳的比赛任何阶段，成绩相等运动员的名次并列。

### 三、关于决名次跳

(1) 相关运动员必须在每个高度进行试跳，直到决出名次，或者所有相关运动员决定不再进行试跳。

(2) 每名运动员在每个高度上只有一次试跳机会。

(3) 运动员应在根据规则第181条1中规定的最后越过高度的下一高度上进行决名次跳。

(4) 如果与有关运动员都跳过或未跳过而仍不能判定名次，则横杆应提升或降低：跳高为2厘米，撑竿跳高为5厘米。

(5) 如果运动不在该高度上进行试跳，那么他将自动失去争夺第一名的资格。如果该情况下，只剩下一名运动员，不管他

是否越过该高度，他都将获得冠军。

## 学校运动会心得感悟篇三

秋季运动会在中学操场隆重开幕了。这是一次展示学生运动天赋、培养集体精神、体现班级风貌的运动会。早上8:00，举行盛大的开幕仪式，全体学生从操场正北方以班级为方队经过主席台进入主操场。运动员意气奋发，统一着装，迈着整齐的步伐，随着铿锵有力的音乐进入主会场，他们这种精神面貌给老师们留下深刻的印象也预示着他们在本届运动会上定会取得优异的成绩。

两天的比赛，周密的安排，辛苦的赛程，紧张的观众，忙碌的裁判，拼搏的运动员，让人心跳的枪声，展现了一道靓丽的风景线。这两天的时间里，后勤组的同学比较辛苦，有的为运动员准备比赛拿衣送水，有的购买物品，有的写稿件，忙得不亦乐乎，从他们的表现来看，真正的为班级献出自己的一份力。参加比赛的运动员更是表现的非常辛苦、积极，他们早早的来到在赛场等待着比赛的开始。每个参赛的运动员都有坚强的毅力，永不言败的信念在支撑着他们，每个优异成绩的背后都有他们艰辛的汗水和辛苦的劳作，让我们全班同学向他们表示感谢。

同学们，校运动会胜利落下帷幕。首先，让我们把热烈的掌声送给所有获得名次和没有获得名次的运动员同学，感谢他们为班级争得了荣誉。两天来运动场上充满了紧张、激烈、友好、喜庆的气氛，我班参赛运动员充分发扬了不怕困难、奋勇争先、顽强拼搏、争创一流的精神，赛出了水平，赛出了风格。服务小组和宣传小组的同学们，工作一丝不苟、认真负责、坚守岗位，发扬了连续作战的作风，这一切充分展现了我们班级团结向上、自强不息的精神风貌。本届运动会，从准备阶段到比赛时刻，无不体现出同学们强烈的班集体荣誉感。准备阶段，我们班级的运动员同学就开始积极练兵，誓为班级争光彩，这种不打无准备之仗的精神也是值得我们

发扬在学习当中的很好的经验。特别是在比赛阶段，运动员顽强拼搏积极备战，取得了喜人的成绩。同学们组成啦啦队，或齐声为本班运动员呐喊助威，或通过广播为运动员鼓劲。还有的同学自发组织救援小组，给中长跑运动员以终点救援。这都体现了我们班级良好的班风和团结一致的精神风貌。尤其可贵的是这些都是在老师于运动会前做了简单安排的情况下，同学们自主自发的进行的，通过这次活动，班干部同学自主管理的能力获得了很大的锻炼和提高。

比赛结束了，一切的荣誉与汗水都融入了这短促而又响亮的掌声中，更多的是欢笑与快乐，这掌声凝聚着一个班级的集体责任感与集体荣誉感，承载着班主任的殷切期望。有个同学在周记中这样写到：“今天我终于感受到班级同学的团结、友爱、和睦、欢快！”一项活动能够有这么大的收获，对于一个班级来说已经足够了。我希望这种团结互助的气氛在我们班发扬光大，让我们每个同学都有自己的奋斗目标，为了达到这个目标，让我们不断拼搏，敢于超越，坚定信念，创造更加辉煌的明天！

同学们，希望大家把在运动会上表现出的团结一致、顽强拼搏、奋勇争先的精神用在我们今后的学习、生活和工作中，为班级取得更大的进步而努力！

## 学校运动会心得感悟篇四

本学期，为切实加强我校的安全工作，保证学校师生的身体健康和生命安全，成立了安全领导小组和工作小组，制定了详实的工作计划、应急预案、预警体系，检查小组、层层签定了责任书。积极开展隐患排查治理专项行动和安全、法制教育，坚持齐抓共管，广泛发动全体师生员工全员参与，始终把安全工作放在第一位，时刻紧绷安全之弦，时刻做到常抓不懈、警钟长鸣，现将我校的工作情况总结如下：

## 一、校园周边环境情况

我校因出校门就是马路，给学生的出行带来了很大的安全隐患。为了确保安全，我校组织教师对学生的交通安全进行专门指导。学校十分重视安全工作，制定了《学校安全工作计划》，对护导、护送、护校、学生饮食等做了相应的规定。并与派出所建立联系，在马路上设置标志、校门口开设专用通道。学校在加强护送的同时，发放告家长书、签定安全责任书、利用假期进行宣传，要求家长与学校一起做好安全教育工作。我校设置斑马线和减速标志，确保学生出行安全。在校园内无各种违章建筑和危险设施设备。以前发现的电源线、开关老化等问题也一一得到整治。

我们为预防紧急情况，利用大课间时间进行了防震演练，使各班级的学生按紧急疏散方案有序地、安全地、迅速地由学校教室安全出口退出。我们规定学生放学路队必须有教师护送，校内不留学生的办法。校园周围200米内无电子游戏厅、网吧等，但有流动的摊贩，向学生兜售不洁食品和各种文具、玩具等。我们对流动的摊贩进行劝告并教育学生不在校门外的摊贩处购物，也在责任书上明确告诫家长教育自己的孩子。

## 二、校园内部安全工作

我校成立了相应的学校安全工作领导小组，由校长对学校安全工作全面负责，总务处具体负责日常安全保卫工作，另外各专用教室和危险部位、重点部位均有具体的人员负责。

学校制定了各项相关的安全制度，并与相关人员签订了安全工作责任书。本学期将安全工作纳入了教师的月度考核中，如果班级中与学生出事故，有关责任老师的奖金都要全部扣除，这样做进一步提高了大家的安全责任意识。

校园网和电脑房有专人负责，并有相应的管理制度。我们教育师生有效地防范反动、色情、暴力等不良信息，教育学生

课余时间不到网吧等不适合未成年人去的地方去玩。制定了突发事件的预警机制和预案，将派出所的电话告知每一位教师，并将派出所、教育管理办公室、教育局、学校领导的电话告诉每一位学生。总务和电脑房都有坚固的防盗设施。要求校内安全、事故等发生后，有关人员必须在第一时间向学校负责人报告，并及时采取措施保护现场，救治学生。重大事故必须由学校领导在第一时间向教育管理办公室、教育局等相关部门报告。

我们的家长学校每次都讲安全，本学期还根据学校特点，开展了以安全为主要内容的家长会，要求家长配合学校的安全教育。个别学生在安全方面有不安全的苗头，我们的老师及时与家长联系。

我们严格执行上级规定的来客登记制度。我们每周一的教师早会和国旗下讲话，都要讲安全，将安全工作细化后逐一教育师生，以确保人财物的安全。我们还将安全纳入校委会的重要议事日程，教师全体会议几乎是逢会必讲安全。我们也要求各班班主任每周至少一次对学生进行安全教育。每年的全国中小学安全教育日我们相应地组织安全教育活动。每年由学校组织各班级里的会员进行安全自救演练，并向学生传授一些使用煤气、电器、防盗、防骗的基本知识和技能，并组织了急救等比赛。本学期我校邀请了派出所的陈刚警官对全体教师进行消防知识讲座和灭火器材的使用，学到了一些自救的基本知识和技能，老师们也按照学校的要求再对学生进行相应的教育。在讲座结束后，学校也添置了灭火器，将原有的灭火器超过使用期限的全部更新替换。我们也根据学校实际制定一些安全制度，学校的门卫还参加了辅导区的培训，教导处制定了对有不良行为的学生的帮教措施。

对教室内和其他部位的设施设备，我们每月进行一次排查，发现问题及时整改和维修，学校的照明设备和其他电器设备目前处于正常状态。办公室、教室、特殊用房全部安装有报警器。实验室的有毒、危险用品有专用柜，由专人负责。

为保证学生身体健康，学校制定了预防流行性疾病和传染病的一系列制度和措施。每年有防疫部门对学生进行体检。学校校车无超载现象，手续齐全，司机持证上岗，购买了保险，并与学校、学生家长签订合同。

三、全部教师都有教师资格证书。教师中无精神病和传染病。学校除值班人员住校外，不容留其他人员在校住宿。我们本学期进行了师德教育和职业道德和测试，教育教师严格执行师德规范，将师德规范纳入考核，并作为晋升职称和评比的首要条件。校内目前没有教师有违反教师职业道德和违法乱纪现象，老师们都很敬业。

四、学校内没有伤害学生的案件，周边尚未发生危及学生安全的流氓恶势力。我们教育学生一旦遇到这种情况要及时告知学校、家长，以便及时处理，也教给学生一些应变的办法。

文档为doc格式

## 学校运动会心得感悟篇五

经过一个多星期策划的趣味运动会，终于可以在上周日下午顺利进行，并且圆满结束。同学们个个都满载而归。虽然说排名第一和第二的队伍才有奖品拿，不过真正的收获并不是奖品那么简单，而在策划和在娱乐过程中的收获才是最为重要的。

整个活动都由我们实践部负责，所以我们在每一个细节上都精益求精，力求做得最好，最大的功劳就要数我们的土佛部长了，他是其中最辛苦的一个。至于活动的效果也得到了萧凯师兄的肯定，这是非常值得庆贺的。这场运动会虽然表面上只是纯娱乐的户外活动，但它给我们营造了团队之间不可缺少的气氛，就因为部委们的支持还有合作，我们的活动才得以圆满成功，这就充分体现了我们团委内部之间的凝聚力，也大大提高和调动了部委们对工作的积极性，增进了我

们之间的交流。在游戏过程中，部委们个个都用饱满的热情来对待，我在里边深深地感受到了我们的团结精神，和为成功而努力争取的精神，这是令我非常感动的。一场趣味运动会的收获可是真大啊！

俗话说“金无足赤，人无完人”。的确，无论多么上等的璞玉，也总会有一点点的瑕疵。正如这次趣味运动会也是一样。虽然这次运动会预期的效果出来了，但里边的问题也是不能忽视。这些不足就体现在大家都对组织和参与活动的经验不足，首先是规则问题，虽然已经为活动的顺利进行而动员过两次会议，但在真正比赛起来的时候其实是对很多游戏的规则并不熟悉，有很多部委是在差不多比赛时才知道规则，那游戏的趣味性就不能充分体现出来了。然后就是部委们的到场情况，真正当太在场玩游戏的的人数比预期少，导致一些队伍人数不足，所以一些游戏不得不在规则上重新修改，这期间除了请假的还有期间发生以外的部委没到，无故缺席的部委也存在。

这是一场趣味运动会，趣味运动会虽没有学校和学院运动会场面激烈，但趣味运动会会有无限的快乐，更有许多活泼快乐的身影跳动在你我之间。这是一场丰盛的精神盛宴。参赛同学和观战同学都从中得到了无尽的快乐。这，增进了我们之间感情，让个人对大家有了更深厚的了解和认识，同时也让我们这个团队增添了新活力，我们团委的力量也因此发挥的淋漓尽致。这是给我们的一场娱乐可更是给我们的一次锻炼，仔细品味趣味运动会的流程与各个细节，给我们流下了无尽美好的回忆，也给我们带来了宝贵的经验教训。

我确信，只要我们团委能够继续努力，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。