

2023年参加运动会心得体会(汇总14篇)

实习心得的撰写可以为我们以后的职业发展提供宝贵的参考和依据。为了帮助大家更好地写好军训心得，以下是一些经典的范文供参考，希望能够对同学们的写作有所指导和启发。

参加运动会心得体会篇一

老师们、同学们：

大家好！

今天是一个阳光明媚、精神舒爽的日子，我们全体师生迎来了一年一度的趣味运动会！

趣味运动会并不在竞技，而在团队协作。因此，我们这次运动会共有如动力火车等5项学生集体项目和摸石头过河等3项教工集体项目，目的是为了让更多的同学和老师参与到运动中来，共同体验“我运动我健康，我运动我快乐”的健身理念。有句话说，兴趣是最好的老师，体验是最高效的学习，团队是最强大的力量。而我们的趣味运动会就是团队精神、运动体验和趣味快乐的集合。

本周，我们高一高二同学刚刚经历了紧张的期中考试，高三同学也经历一周的学习，让我们今天就沐浴在这阳光下，放松自己心灵，投身蓝天、白云、绿地、红花的12中操场中，体验运动的快乐，感受集体的力量。

希望本届运动会能有让我们大家永远回味的愉悦快乐，能有让我们大家永远铭记的精彩瞬间。并让我们以此为契机，既往开来，共创佳绩，让我们的校园永远充满欢乐与祥和！

最后，预祝我们趣味运动会开得成功！开得快乐☑www☑

参加运动会心得体会篇二

运动，在我眼里，它就是健康的代言词。在前几天，学校举办了运动会，来让运动员们大显身手。

举办运动会的消息刚一传开，操场上训练的人就一下子增多了。有跳远的、跑步的，好多项目都有。运动员们都很紧张，有序的在操场上天天训练着。

等啊等，终于等到运动会了。校长宣布完运动会开幕后，我们都回到教室，拿来凳子，准备好好看看这次运动会。

最有看点的当然是跑步了！你在没到终点前，永远不知道谁是第一。伴着一声枪响，运动员们摆动着手臂，甩动着双腿，拼尽全身力气向终点飞奔而去。赛场上不断传来“加油！加油！”的喊叫声。运动员们听了，更加斗志激昂，跑得越来越快，决心要拿下第一。

最干脆利落的就是投球比赛了！胜负只在转瞬之间。运动员们个个精神饱满，斗志昂扬。他们拿起球，奋力向前扔去，球快速向前冲去，过一会儿便落在了地上。

团队比赛是很考验默契的，特别是五年级的跳长绳。我们班的男生也许是配合不好，好几次都绊倒了，好在最后挽回了这个局面。而女生绊的少，成绩也比男生好一点。

比赛如火如荼的进行着。中途不乏一些精彩的画面。比如，球被好几次扔出界了，让大家既佩服，又惊讶。运动会持续了两天半，有许多难忘的画面被保存在了相机里。

参加运动会心得体会篇三

学校操场上空回荡着一声加油声。一大早，全校同学怎么聚集在操场上？平时，我们不应该在教室里孜孜不倦地早读本

来今天是运动会啊，怪不得这么热闹非凡！

在今天激动人心的运动会上，最让我难忘的是女人400米跑，男人800米跑。在裁判的命令下，我们的心也不由得一下子提起来。砰的一声枪响，运动员们一个个像离弦的箭，向终点飞去。为给400米跑选手黄元菊加油，我们一边跟着她同步跑，一边大声为她加油。

突然发现黄元菊马上要被后面的选手赶超了，我赶紧大喊：“黄元菊，加油，冲！”此时，她好像感应到了我加油的力量，一个箭步冲了上去，才把后面的选手甩开了。到了第二圈，她明显有些体力不支了，她一手护着胃，一手有规律的摆动，脚步明显慢了下来，我顿觉情形不妙，又大声向她喊到“黄元菊，加油！我与你同在！”只见她咬了咬牙，再次拼尽全力冲了上去。当时我在心里想到，黄元菊，你真的很能干，不管结果如何，你在我心里永远是最棒的！最终她拿到了第二名的好成绩，她的坚持没有白费！

接着男子800米了，看到参赛选手张明朔那瘦小的身板，我在心里不禁有些担忧：体小力薄的他能跑完这800米吗？没容我再多想，比赛开始的枪声就响了，嗯？张明朔人呢？在我们焦急的等待中，在参赛队员的最后，终于看到了他的身影。只见他一边皱着眉头，一边时不时的低下头提两下可能有点大的鞋子。心想，这下要拿高名次的希望不大了。不过张明朔，并没有气馁，虽然速度没有这么快，但他一直在克服鞋子的不适和体力的不支，顽强的坚持到了最后。最终比赛结果出来了，张明朔虽然是最后一名，但他已尽了自己最大的努力，一样是我们的好榜样！

下午放学时，这次运动会完美的降下了帷幕。我们班的集体成绩是年级第三名，是个不错的成绩！我们大家都发挥了自己最大的潜能，为班级争得了荣誉，我们都是最棒的！

【篇二】参加学校运动会的心得体会

在秋风送爽的季节，我们全校师生迎来了一年一度的秋季运动会。

第一，一、二年级同学50米往返跑，小弟弟，小妹妹们憋足了劲，只听发令枪一响，他们都像离弦的箭一样冲出去，有个小姑娘虽然摔倒了，但她并没有放弃比赛，起床后咬紧牙关继续往前冲。

然后是我们四年级的60米跑，我们班的运动员也不甘示弱。他们都像刚出笼的小老虎。经过他们的努力，他们终于在全年级获得了第一名。

在接下来的跳绳比赛中，我们班的学生追求胜利，取得了一个又一个优异的成绩。每一次好成绩来之不易，都洒下了运动员的辛勤汗水。他们顽强拼搏的精神值得学习。

【篇三】参加学校运动会的心得体会

春季运动会上，各项比赛有序的进行着。赛场上，运动员们争分夺秒；赛场外，各班啦啦队呐喊助威，气氛十分热烈。

最令人激动的比赛就是迎面接力。比赛就要开始了，各班运动员个个摩拳擦掌，迫不及待地要为班级体争光。我怀着同样的心情，站在队伍中，焦急地等待比赛开始。随着一声枪响，各班运动员同时冲出底线，飞快向前跑去。我们班的同学第一个到达对面，但在交接棒时，由于过度紧张，接力棒掉在地上，被其他班级超出；但这并没有使大家灰心，而是更加努力，奋起直追。这时，轮到我了，我站好位置，迅速接棒，尽全力向前冲去，心里只有一个念头：追上去，追上去！一棒接一棒，我们班离第一名的距离越来越近了，终于追上了第一名，并超出。最终在全班运动员的共同努力下，取得了全年级迎面接力的第一名。我和其他队员都蹦了起来：“耶！我们胜利了！”我们班老师和同学们都非常高兴：“我们班真是太棒了！”

通过这次运动会，使我深深地感受到我们班的老师和同学们非常团结，大家在一起，好像是生活在一个快乐的大家庭中，互相关心，互相鼓励。我真心的希望这个大家庭中的每个成员都不断进步，快乐幸福！

参加运动会心得体会篇四

_年x月x日下午5点，重庆工商大学第九届春季运动会在经历了为期两天的激烈赛程后圆满落幕，田径场上弥漫着胜利的喜悦，师生相继合影留念留恋，仿佛依然沉浸在这紧凑但充实的48小时，意犹未尽。

据相关统计，本届运动会共有1983人次参加了37个比赛项目，涌现出了一大批极具潜力的优秀运动员，其中在男子3000米、女子200米、女子400米、女子800米、女子跳远和女子三级跳等项目中共5人刷新了6次校运动会纪录，实时为我校运动史又增添了不少点睛之笔。

另外，开场极具观赏性的方阵表演以及体操比赛值得一提，整齐的队列，伴随着各种道具——彩旗、气球、花环等，充分展现了各学院鲜明的办学特色以及严谨的办学态度，一开场便将整个运动会气氛推向高潮。

惊心动魄的冲刺画面、令人为之震撼的跌倒站起，默默奉献的感动细节，比赛过程中，运动员所发挥的“体育精神”、志愿者所展现的“服务精神”、学生记者所弘扬的“敬业精神”等亦可圈可点。

整个运动会本着“全民健身”的理念，调动了师生的积极性，气氛热烈，在鼓励当代大学生应加强体育锻炼，培养坚忍不拔的意志力的同时，也使我校学生与教师的关系更为融洽，主校与独立学院的友谊更为深厚。

但与此同时，我们也应看到本届运动会所暴露出的不足，加强改进，这样才能将大学运动会的益处发挥至极致。

首先，在纪律监管、制度实施方面还得加强。运动会中，运动员是主角，我们所做的一切都是为运动员能够充分发挥自己的实力，赛出更好的成绩。所以，无论是保安人员还是学生会干部，都应各司其职，维持现场秩序，尽管比赛高潮迭起，工作人员都要做好迎接一切突发状况的准备，让比赛有条不紊的进行。另外，有关部门应严格控制记者证的发放数量，在流动最少记者的情况下做出最好的实时报道，这样既提高了工作效率，又能使场面更为井然有序。在比赛结果的统计方面，我还发现，我校将运动员分为甲乙组进行比赛，甲组为普通专业，乙组为体育专业，甲组又分为主校区与独立学院，所以每个项目下来有三个冠军，这项制度虽然保证了比赛的较公平性，但由于事先未大程度宣传说明，致使很多师生对比赛结果处于迷茫状态，同时也很有可能造成相关部门的工作失误，间接形成不公平因素。

其次，通过对我校运动会的亲身体会，我发现，37个比赛项目基本集中在田径场，且在仅仅两天的时间内开幕闭幕，这都限制了全面参与体育运动的热情，没有最大程度的宣扬体育精神。大学是各种文化的集聚点，拥有各种先进场地与设备，难道运动会就仅限于田径场？暂且排除“春季运动会无法展开游泳项目”不说，至少还可以开展乒乓球、羽毛球、甚至网球或者其他趣味运动项目，将赛事场地扩展到全校，拉长赛程，甚至可以举办成“工商体育运动周”。在趣味运动项目中，可以通过加强互动，例如学院之间的互动，师生间互动，本校生与留学生的互动等，逐步扩大运动会的影响力，将“体育运动周”发扬光大。

最后但却是最重要的一点，加强宣传力度，这是提高全民参与性的关键。在赛前，就应该举行相关活动进行宣传动员，在报名方面，可以通过“对大一学生做硬性要求、鼓励大二学生参加、大三学生观看”等方式充分调动各阶层积极性。

比赛中，亦可通过“征文、征图”，论坛直播等方式，使观众能够在观看过程中找到互动的乐趣。例如此次校园电视台与新浪微博联合举办的“我拍微短片”即时一个很好的平台，虽然没有达到预期效果，但这个方向值得提倡，并有较大的发展空间。

体育运动是生活中不可或缺的部分，但却成为了当今大学生最薄弱的环节。所以，大学校园运动会任重而道远，如何开展并成功举办运动会，如何宣传并弘扬体育精神，是提高大学生身体素质，甚至综合能力的关键。

参加运动会心得体会篇五

在这个秋高气爽的日子里，我们学校举行了第21届校运会，开幕式庄严隆重。五颜六色的旗帜在风中飘扬，我们在优美的音乐中兴高采烈地走进操场，高呼“团结拼搏，风格匹配”的口号，真的很刺激！开幕式后，有一场精彩的比赛。

我们班所有的学生都容光焕发。参加比赛的同学马上准备好自己的项目，没有参加比赛的同学在跑道旁当啦啦队长欢呼。这次校运动会最精彩的比赛是4x100男子接力赛。

在红色塑胶跑道上，我看到裁判举起右手的枪：“各就各位，做好准备。”跑在最前面的邓金祥像离弦的箭一样飞了出去。这时，跑道两边的学生排成厚厚的人墙，每个人都不停地喊着“加油！加油！”在杨狄兰和何的棍子上，他们吸取了预赛的教训，把接力棒牢牢地递到了杨狄兰的手里，最后没有落下。当杨狄兰把接力棒交给梁洪时，梁洪像一匹脱缰的野马一样冲上前去，不负众望。我们班在4x100男子接力赛中获得第三名。我们欢呼雀跃，高呼他们为班级赢得了荣耀。

在这次运动会上，我们班获得了两枚金牌，这真是令人鼓舞！所以要加强平时的体育锻炼，期待下次校运动会会有更好的表

现。同学们加油！

参加运动会心得体会篇六

学校秋季季运动会的召开，牵动着全校师生的心。运动会使大家汇聚一堂，欢聚一堂，谱写着一曲曲拼搏进取之歌，一曲曲团结协作之歌和一曲曲无私奉献之歌。

一天半的运动会在紧张有序的比赛中，在师生们的欢歌笑语中，于今天上午落下帷幕，也给我留下了许多感悟。

虽还是春天，但夏天的感觉已在空气中静静流淌。运动会开幕式上，各班运动员组成的队伍，穿着整齐的校服，在雄壮的进行曲中，在国旗方队的引领下，踏着整齐的步伐，喊着带有班级特色的响亮的口号，有序的精神抖擞的通过主席台，再加上解说员针对各班特点进行的精彩解说，观众席发出的阵阵欢呼，立刻为赛场注入了新鲜的活力。让人仿佛触摸到了跳跃的青春音符，感受到了燃烧的激情，体会到了四射的光芒。使得操场上主席台两侧大大的红色的标语“生命在于运动”“成功在于拼搏”也因此显得格外耀眼。

感悟：运动本身就是一种文化啊，多元的文化。

运动场上，处处充满浓郁青春气息，洋溢着运动的快乐、班级的团结、心灵的自信力。人人都在努力，人人都在醉心于集体的欢乐，“团结就是胜利”、“友谊万岁”、“拼搏奋斗”的运动精神在这里已经得到了很好的体现。

一个人的运动是健身，而许多人在一起的健身比赛，那么就是运动会了。荀子云：齐民者强。在运动会中，只有班级实现“齐民”，才能是最后的王者。

感悟：我们都在参与，我们一样快乐。

我们因运动而健康，又因健康而快乐。总是以为，建筑金字塔的人在建筑时定是痛苦不堪。可是有一种说法却认为这些人是快乐地建造。其原因是人在痛苦时做事的准确度比起快乐时做事要差得很多，若他们不是快乐的，又怎能构造出如此精确的金字塔呢？若是基于这一点而言，人的生命就真是在于运动了！

欣赏同学们激情奔跑，心情仍然感动，随之律动。套一句广告词，或许也是一种体育的精神吧——爱运动，真快乐！

一天半的运动会，不同的人，不同的感受；以不同的方式度过，有不同的心灵收获。

想起《十日谈》中有这样一句话“攀缘的艰辛就换来了加倍的快乐。”也想起巴金在散文《生》里写的：“将个人的生存放在群体的生存里，群体绵延不绝，能够继续到永远，则个人亦何尝不可以说是永生。”

太阳被我们的激情所点燃；春天因我们的热情而灿烂。运动会留给我们的不仅仅是奖状和名次，更是一种态度、一种决心，一种力量、一种品质、一种永不磨灭的精神！

又将回到平日的学习生活，但不管怎样，无论是谁，我们都应让青春继续奔跑！让青春永驻心田！

参加运动会心得体会篇七

无语无语··彻底无语，可能是因为没有机会参加校运会，所以也没有激情看校运会！导致本来激烈精彩的校运会变得无聊兼郁闷！唉！再次叹气！

在校运会期间，除了看到本班同学努力拼搏的精神外，还看到了一些问题：我们参加校运会外加三场篮球赛比赛的运动员只有十个左右，但仅仅三天的比赛就买了三箱矿泉水（约

六十瓶），如果真是运动所需，那还说得过去，但我看见的不是这样，而是每一个运动员开了水，喝了两口，随便一扔，不了了事，等再想喝的时候，一看，不知道那瓶水是哪个人时，又毫不犹豫的再开一瓶，那本来开的那瓶也只好扔掉，想想这是何等浪费。我想，你们会说：“不就一瓶水吗？用得这么小气吗？”但我想这不仅仅是一瓶水的问题了，从这方面就能体现出一个人的品德，修养，钱没有了可以去赚，但一个人的品德，教养是用钱买不回来的。如果一个对一件做错的小事莫不关心的人，那这个人始终会自食其果，酿成大错。

还有，我们班无论德智体都是全校最差的一个班，原本以为是我们的智力有问题，但通过这一次校运会，我发现我错了，不是我们班的人笨，而是太过精了。因此，我们比别的班级缺少了一样也是最重要的一样东西——团结。

在篮球比赛之前，由于我们班篮球技术不算最差，而且第一场是对实力相当且有时输给我们的三班！所以，班长吹牛说保证赢。但是事实不如人愿，我们败了，还是惨败，输了差不多一倍的分数，虽然这次失败士气锐减，但好险只是第一场，还有扳回的机会，可是，在第二天与四班的比赛中，上半场还未打完！就有本班的人一直窃窃私语，议论我们班如何输，有的唉声叹气，有的甚至大喊：“四班加油，一班漏油”之类的话，这使我为之气愤，在这个时候，我听见别班那高昂的加油声和鼓励声，在那一霎那，我突然感觉无比尴尬，惭愧，特别是听到别人说：“你应该为你在那一班感到耻辱。”的时候，我的心情有一种说不出的感觉，特难受。

这场球虽然我们班输了，但我心情很平淡，因为我知道这个结果在未开始的时候已经有胜负了，在这个豪不团结的班级体永远都不会有出色的表现。

【篇二】参加运动会开幕式表演心得体会

从小到大，发现所有的运动会都差不多，我小学的运动会上开幕式，初中运动会开幕式，高中运动会开幕式，直到参加的这场广西大学生运动会开幕式。可能整个运动会也不过只持续一到两天，但大大小小的领导们却不会放过这么个机会弄个开幕式，方阵表演，运动员入场式，噼里啪啦的发言，宣誓等等，只不过这次我成为了一名运动会开幕式的参与者。

看得出学校为了这场运动会花了很多心思，提前两个月就开始挑选开幕式啦啦操的人选，我很荣幸能够在此次的运动会上参与了啦啦操部分。其实一开始挺抗拒的，大夏天的，每天需要花上一两个小时来排练，很热很辛苦。但是吧，到最后演出的时候，特别是听到观众席上传来一阵阵掌声的时候，我的内心是激动地，感动的，过去排练的两个月也将成为我难忘的宝贵记忆。

从效果来看，还是比较成功，这与老师和学长学姐的指导和组织，创意的新颖，和同学们的积极配合是分不开的。开幕式走场从创意的征集、筛选、到规划、制定方案、再到排练的开始都经过了思考和推敲。我们风雨兼程，坚持不懈的努力，回顾运动会的开幕式，遵守规章制度，坚持完成表演动作，在结束的那一刻，全场掌声响起的一刻，我们真的非常地开心与感动，觉得我们的努力和汗水都是值得的，在这期间让我理解了开幕式的意义并升华了我的团体意识，加强了与同学们的沟通交流，提高了个人的素质与实践能力和实践能力，有付出就会有收获。

在整个期间，我对啦啦操有了更加深刻的认识，啦啦操是一种包含运动化、艺术化、个性化、健身化的一个运动项目，充满着青春活力，符合当代大学生的天性，能够反映出大学生积极向上的心态和勇于探索的精神。在训练期间我能够感受到很强烈的团队意识，每个人伴随着动感的音乐，跟随着节拍，做着一次又一次的动作，我真切的体会到这个运动为我带来了很多的快乐。

我之前在本学院是学过一些舞蹈的，健美操虽然跟舞蹈有类似的特点，有型，有节奏感，但是他们的区别也很大，健美操是要有力度，充满活力的，做的时候一定要学会制动，每个动作都是紧张的，不允许有意识的松懈，到位程度一定要注意。还有最重要的一点，面部表情，身体姿态，他也是决定成败的关键，在做啦啦操每个动作的时候，都会要想到这些问题。学校老师一遍遍的带着我们学习跳啦啦操，啦啦操动作的规范性建立在动作的标准性上，因此，练习时肢体的位置、方向及运动的路线一定要准确。注意动作的速度、肌肉力度和动作幅度，是肌肉充分拉长与收缩这样才能达到动作的整体效果。动作富有弹性是健美操特点之一，动作的弹性所涉及的身体部位很多，因此练习时要注意肌肉的收缩与放松要有控制，是动作富有弹性，节奏均匀，避免动作过分僵硬和关节的过度伸展。

在进场的那一刻，当观众的目光全部在我们身上，当他们为我们喝彩的时候，一切的努力汗水，这一切就都是值得的。作为其中的一员，我真的感觉十分的自豪，之前所有的苦与累都抛之脑后。能在运动会上展现自己真的很开心，之前的担心与紧张都烟消云散。通过这个事情自己的学习动作的能力也有了一定的进步。也增强了自己的自信心，与队友的感情也得到了升华，交到了许多的朋友，对啦啦操也产生了更多的兴趣。更重要的是展现了我们当代大学生的风采。从排练到结束，我觉得啦啦操能够展现同学们的青春激昂的活力和奋发向上的精神，也符合运动会更高更快更强的精神，同时也能够增强同学们的凝聚力，树立积极向上的精神风貌，给参加运动会的同学们加油打气，营造良好的运动会的气氛，激发同学们的热情，引导同学们的情感为运动会的顺利完成添砖加瓦。

通过这一件事，让我懂得，很多事情只有亲身经历你才知道，汗水是流在自己身上，感同身受的事情几率真的很小。人们往往因为坚持不到最后一刻而与成功擦肩而过。人生如梦，岁月无情。学会坦然，你就会有在遭遇挫折时收获一份执著，

在获得成功时保持一份本色;学会拼搏，你就学会了勇于面对所有的痛苦。也并不是每一种付出都是在追寻结果。有时在付出的路上，能够收获的，是清楚地看到了，自己想要的，或者不想要的，这又何尝不是一种宝贵的结果。在大学生涯去尝试和挑战自己，又何尝不是一种进步，也能体会到人生道路的不易，就会更加的去努力，去学习足够多的能力在社会上生存下来;积累足够多的人生阅历，去学一些课本上体会不到的东西，在增强自己能力的同时，还能够学会合作、学会与他人相处，学会去处理一些事情。这也是一种进步!

【篇三】参加运动会开幕式表演心得体会

昨晚观看了济南第十一届全国运动会的开幕式盛况，看的心潮澎湃、感慨良多。

我相信，我们祖国是凝聚力，最强最伟大的和谐大家庭!

我喜欢我的祖国!我热爱我的祖国!虽然我很渺小，但我愿意在我自己从事的行业，努力奋斗，把好的经验与同胞分享;我相信不管我们每个人的工作、地位、身份的高低、贫富，只要每个人把自己的工作，做得更好;就是对祖国最大的贡献。

最后祝福祖国：和谐、强大、人民，幸福、安康!

参加运动会心得体会篇八

从小到大，发现所有的运动会都差不多，我小学的运动会上开幕式，初中运动会开幕式，高中运动会开幕式，直到参加的这场广西大学生运动会开幕式。可能整个运动会也不过只持续一到两天，但大大小小的领导们却不会放过这么个机会弄个开幕式，方阵表演，运动员入场式，噼里啪啦的发言，宣誓等等，只不过这次我成为了一名运动会开幕式的参与者。

看得出学校为了这场运动会花了很多心思，提前两个月就开始挑选开幕式啦啦操的人选，我很荣幸能够在此次的运动会上参与了啦啦操部分。其实一开始挺抗拒的，大夏天的，每天需要花上一两个小时来排练，很热很辛苦。但是吧，到最后演出的时候，特别是听到观众席上传来一阵阵掌声的时候，我的内心是激动地，感动的，过去排练的两个月也将成为我难忘的宝贵记忆。

从效果来看，还是比较成功，这与老师和学长学姐的指导和组织，创意的新颖，和同学们的积极配合是分不开的。开幕式走场从创意的征集、筛选、到规划、制定方案、再到排练的开始都经过了思考和推敲。我们风雨兼程，坚持不懈的努力，回顾运动会的开幕式，遵守规章制度，坚持完成表演动作，在结束的那一刻，全场掌声响起的一刻，我们真的非常地开心与感动，觉得我们的努力和汗水都是值得的，在这期间让我理解了开幕式的意义并升华了我的团体意识，加强了与同学们的沟通交流，提高了个人的素质与实践能力和实践能力，有付出就会有收获。

在整个期间，我对啦啦操有了更加深刻的认识，啦啦操是一种包含运动化、艺术化、个性化、健身化的一个运动项目，充满着青春活力，符合当代大学生的天性，能够反映出大学生积极向上的心态和勇于探索的精神。在训练期间我能够感受到很强烈的团队意识，每个人伴随着动感的音乐，跟随着节拍，做着一个个的动作，我真切的体会到这个运动为我带来了很多的快乐。

我之前在本学院是学过一些舞蹈的，健美操虽然跟舞蹈有类似的特点，有型，有节奏感，但是他们的区别也很大，健美操是要有力度，充满活力的，做的时候一定要学会制动，每个动作都是紧张的，不允许有意识的松懈，到位程度一定要注意。还有最重要的一点，面部表情，身体姿态，他也是决定成败的关键，在做啦啦操每个动作的时候，都会要想到这些问题。学校老师一遍遍的带着我们学习跳啦啦操，啦啦操

动作的规范性建立在动作的标准性上，因此，练习时肢体的位置、方向及运动的路线一定要准确。注意动作的速度、肌肉力度和动作幅度，是肌肉充分拉长与收缩这样才能达到动作的整体效果。动作富有弹性是健美操特点之一，动作的弹性所涉及的身体部位很多，因此练习时要注意肌肉的收缩与放松要有控制，是动作富有弹性，节奏均匀，避免动作过分僵硬和关节的过度伸展。

在进场的那一刻，当观众的目光全部在我们身上，当他们为我们喝彩的时候，一切的努力汗水，这一切就都是值得的。作为其中的一员，我真的感觉十分的自豪，之前所有的苦与累都抛之脑后。能在运动会上展现自己真的很开心，之前的担心与紧张都烟消云散。通过这个事情自己的学习动作的能力也有了一定的进步。也增强了自己的自信心，与队友的感情也得到了升华，交到了许多的朋友，对啦啦操也产生了更多的兴趣。更重要的是展现了我们当代大学生的风采。从排练到结束，我觉得啦啦操能够展现同学们的青春激昂的活力和奋发向上的精神，也符合运动会更高更快更强的精神，同时也能够增强同学们的凝聚力，树立积极向上的精神风貌，给参加运动会的同学们加油打气，营造良好的运动会的气氛，激发同学们的热情，引导同学们的情感为运动会的顺利完成添砖加瓦。

通过这一件事，让我懂得，很多事情只有亲身经历你才知道，汗水是流在自己身上，感同身受的事情几率真的很小。人们往往因为坚持不到最后一刻而与成功擦肩而过。人生如梦，岁月无情。学会坦然，你就会有在遭遇挫折时收获一份执著，在获得成功时保持一份本色；学会拼搏，你就学会了勇于面对所有的痛苦。也并不是每一种付出都是在追寻结果。有时在付出的路上，能够收获的，是清楚地看到了，自己想要的，或者不想要的，这又何尝不是一种宝贵的结果。在大学生涯去尝试和挑战自己，又何尝不是一种进步，也能体会到人生道路的不易，就会更加的去努力，去学习足够多的能力在社会上生存下来；积累足够多的人生阅历，去学一些课本上体会

不到的东西，在增强自己能力的同时，还能够学会合作、学会与他人相处，学会去处理一些事情。这也是一种进步！

参加运动会心得体会篇九

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分，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。高一(5)班运动员意气奋发，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。随手拿来几个镜头：例如严旭同学虽然个头不高，但那种不服输的精神值得我们学习，并且在比赛中取得优异的成绩；又如张菁同学虽然没有参加过跳高比赛，但这次也尝试着报名参赛，出人意料的是她竟然一鸣惊人夺得了高一女子第一名的好成绩，人的潜力是无限的；又比如邹彩云同学获得了女子800米第一名和1500米第三名两项优异成绩；莫路路同学虽然母亲不小心摔坏了手臂，但他仍坚持参加比赛并取得较好成绩；朱勇同学不仅自己在比赛中取得优异成绩，还为班级比赛出谋划策，为班级取得优异成绩做出很大的贡献。像这样的感人事例还有很多，这里不一一列举了。总之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，我们高一(5)班在本次运动会中取得了高一年级组第四的好成绩。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高一(5)班的团结向上、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集体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，高一(5)班的全体同学们，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，为高一(5)班取得更大的进步而努力！

参加运动会心得体会篇十

校运动会圆满落下了帷幕,我们2020级工程造价(绍职)班在本次运动会中取得了第一名的好成绩。我们拼搏过,我们在赛场上挥洒了汗水,尤其重要的是,我们收获了勇气,并且更进一步地认识到了责任心的重要,而这些将能更进一步指引我们以后的人生之路。

首先,让我们把热烈的掌声送给所有参与本次运动会的运动员们。一天半来,运动场上充满了紧张、激烈、挥洒热血的浓烈气氛。我班参赛运动员充分发扬了不怕困难、奋勇争先、顽强拼搏、争创一流的运动精神,赛出了水平,赛出了风格。后勤小组和写稿宣传的同学们,工作一丝不苟、认真负责、坚守岗位,发扬了连续作战的作风。这一切都充分展现了我们班集体的团结上进,自强不息的精神风貌。

这次运动会,从广播操的训练、走方阵表演的排练到比赛的训练;从项目准备阶段到比赛时刻,无不体现出我们班同学们强烈的集体荣誉感。

这是大家进入职高以来的第一个大型集体活动,同学们都积极配合,出谋划策,我们班最后获得了团体总分第一名,女子组4×100第一,这离不开我们班张妙语、钱姿含、王盈超、邵梦雨同学的努力付出,其中我班邵梦雨同学在跑步比赛中一马当先,健步如飞,赛出了水平,赛出了风格,是我们班当之无愧的运动健将。我班邵梦雨同学和张歆瑜同学还分别突破了校800、1500跑步与跳高的校记录,可以说是一次大丰收,每个同学都为班级运动会顺利夺冠贡献了自己的一份力。

希望我们班在下一次运动会中再创佳绩!

参加运动会心得体会篇十一

从小到大,发现所有的运动会都差不多,我小学的运动

开幕式，初中运动会开幕式，高中运动会开幕式，直到参加的这场广西大学生运动会开幕式。可能整个运动会也不过只持续一到两天，但大大小小的领导们却不会放过这么个机会弄个开幕式，方阵表演，运动员入场式，噼里啪啦的发言，宣誓等等，只不过这次我成为了一名运动会开幕式的参与者。

看得出学校为了这场运动会花了很多心思，提前两个月就开始挑选开幕式啦啦操的人选，我很荣幸能够在此次的运动会中参与了啦啦操部分。其实一开始挺抗拒的，大夏天的，每天需要花上一两个小时来排练，很热很辛苦。但是吧，到最后演出的时候，特别是听到观众席上传来一阵阵掌声的时候，我的内心是激动地，感动的，过去排练的两个月也将成为我难忘的宝贵记忆。

从效果来看，还是比较成功，这与老师和学长学姐的指导和组织，创意的新颖，和同学们的积极配合是分不开的。开幕式走场从创意的征集、筛选、到规划、制定方案、再到排练的开始都经过了思考和推敲。我们风雨兼程，坚持不懈的努力，回顾运动会的开幕式，遵守规章制度，坚持完成表演动作，在结束的那一刻，全场掌声响起的一刻，我们真的非常地开心与感动，觉得我们的努力和汗水都是值得的，在这期间让我理解了开幕式的意义并升华了我的团体意识，加强了与同学们的沟通交流，提高了个人的素质与实践能力和实践能力，有付出就会有收获。

在整个期间，我对啦啦操有了更加深刻的认识，啦啦操是一种包含运动化、艺术化、个性化、健身化的一个运动项目，充满着青春活力，符合当代大学生的天性，能够反映出大学生积极向上的心态和勇于探索的精神。在训练期间我能够感受到很强烈的团队意识，每个人伴随着动感的音乐，跟随着节拍，做着一次又一次的动作，我真切的体会到这个运动为我带来了很多的快乐。

我之前在本学院是学过一些舞蹈的，健美操虽然跟舞蹈有类

似的特点，有型，有节奏感，但是他们的区别也很大，健美操是要有力度，充满活力的，做的时候一定要学会制动，每个动作都是紧张的，不允许有意识的松懈，到位程度一定要注意。还有最重要的一点，面部表情，身体姿态，他也是决定成败的关键，在做啦啦操每个动作的时候，都会要想到这些问题。学校老师一遍遍的带着我们学习跳啦啦操，啦啦操动作的规范性建立在动作的标准性上，因此，练习时肢体的位置、方向及运动的路线一定要准确。注意动作的速度、肌肉力度和动作幅度，是肌肉充分拉长与收缩这样才能达到动作的整体效果。动作富有弹性是健美操特点之一，动作的弹性所涉及的身体部位很多，因此练习时要注意肌肉的收缩与放松要有控制，是动作富有弹性，节奏均匀，避免动作过分僵硬和关节的过度伸展。

在进场的那一刻，当观众的目光全部在我们身上，当他们为我们喝彩的时候，一切的努力汗水，这一切就都是值得的。作为其中的一员，我真的感觉十分的自豪，之前所有的苦与累都抛之脑后。能在运动会上展现自己真的很开心，之前的担心与紧张都烟消云散。通过这个事情自己的学习动作的能力也有了一定的进步。也增强了自己的自信心，与队友的感情也得到了升华，交到了许多的朋友，对啦啦操也产生了更多的兴趣。更重要的是展现了我们当代大学生的风采。从排练到结束，我觉得啦啦操能够展现同学们的青春激昂的活力和奋发向上的精神，也符合运动会更高更快更强的精神，同时也能够增强同学们的凝聚力，树立积极向上的精神风貌，给参加运动会的同学们加油打气，营造良好的运动会的气氛，激发同学们的热情，引导同学们的情感为运动会的顺利完成添砖加瓦。

通过这一件事，让我懂得，很多事情只有亲身经历你才知道，汗水是流在自己身上，感同身受的事情几率真的很小。人们往往因为坚持不到最后一刻而与成功擦肩而过。人生如梦，岁月无情。学会坦然，你就会有在遭遇挫折时收获一份执著，在获得成功时保持一份本色；学会拼搏，你就学会了勇于面对

所有的痛苦。也并不是每一种付出都是在追寻结果。有时在付出的路上，能够收获的，是清楚地看到了，自己想要的，或者不想要的，这又何尝不是一种宝贵的结果。在大学生涯去尝试和挑战自己，又何尝不是一种进步，也能体会到人生道路的不易，就会更加的去努力，去学习足够多的能力在社会上生存下来；积累足够多的人生阅历，去学一些课本上体会不到的东西，在增强自己能力的同时，还能够学会合作、学会与他人相处，学会去处理一些事情。这也是一种进步！

昨晚观看了济南第十一届全国运动会的开幕式盛况，看的心潮澎湃、感慨良多。

我相信，我们祖国是凝聚力，最强最伟大的和谐大家庭！

我喜欢我的祖国！我热爱我的祖国！虽然我很渺小，但我愿意在我自己从事的行业，努力奋斗，把好的经验与同胞分享；我相信不管我们每个人的工作、地位、身份的高低、贫富，只要每个人把自己的工作，做得更好；就是对祖国最大的贡献。

最后祝福祖国：和谐、强大、人民，幸福、安康！

无语无语· · 彻底无语，可能是因为没有机会参加校运会，所以也没有激情看校运会！导致本来激烈精彩的校运会变得无聊兼郁闷！唉！再次叹气！

在校运会期间，除了看到本班同学努力拼搏的精神外，还看到了一些问题：我们参加校运会外加三场篮球赛比赛的运动员只有十个左右，但仅仅三天的比赛就买了三箱矿泉水（约六十瓶），如果真是运动所需，那还说得过去，但我看见的不是这样，而是每一个运动员开了水，喝了两口，随便一扔，不了了事，等再想喝的时候，一看，不知道那瓶水是哪个人时，又毫不犹豫的再开一瓶，那本来开的那瓶也只好扔掉，想想这是何等浪费。我想，你们会说：“不就一瓶水吗？用得这么小气吗？”但我想这不仅仅是一瓶水的问题了，从

这方面就能体现出一个人的品德，修养，钱没有了可以去赚，但一个人的品德，教养是用钱买不回来的。如果一个对一件做错的小事莫不关心的人，那这个人始终会自食其果，酿成大错。

还有，我们班无论德智体都是全校最差的一个班，原本以为是我们的智力有问题，但通过这一次校运会，我发现我错了，不是我们班的人笨，而是太过精了。因此，我们比别的班级缺少了一样也是最重要的一样东西——团结。

在篮球比赛之前，由于我们班篮球技术不算最差，而且第一场是对实力相当且有时输给我们的三班！所以，班长吹牛说保证赢。但是事实不如人愿，我们败了，还是惨败，输了差不多一倍的分数，虽然这次失败士气锐减，但好险只是第一场，还有扳回的机会，可是，在第二天与四班的比赛中，上半场还未打完！就有本班的人一直窃窃私语，议论我们班如何输，有的唉声叹气，有的甚至大喊：“四班加油，一班漏油”之类的话，这使我为之气愤，在这个时候，我听见别班那高昂的加油声和鼓励声，在那一霎那，我突然感觉无比尴尬，惭愧，特别是听到别人说：“你应该为你在那一班感到耻辱。”的时候，我的心情有一种说不出的感觉，特难受。

这场球虽然我们班输了，但我心情很平淡，因为我知道这个结果在未开始的时候已经有胜负了，在这个豪不团结的班集体永远都不会有出色的表现。

参加运动会心得体会篇十二

无语无语··彻底无语，可能是因为没有机会参加校运会，所以也没有激情看校运会！导致本来激烈精彩的校运会变得无聊兼郁闷！唉！再次叹气！

在校运会期间，除了看到本班同学努力拼搏的精神外，还看到了一些问题：我们参加校运会外加三场篮球赛比赛的运动员只有十个左右，但仅仅三天的比赛就买了三箱矿泉水（约六十瓶），如果真是运动所需，那还说得过去，但我看见的不是这样，而是每一个运动员开了水，喝了两口，随便一扔，不了了事，等再想喝的时候，一看，不知道那瓶水是哪个人时，又毫不犹豫的再开一瓶，那本来开的那瓶也只好扔掉，想想这是何等浪费。我想，你们会说：“不就一瓶水吗？用得这么小气吗？”但我想这不仅仅是一瓶水的问题了，从这方面就能体现出一个人的品德，修养，钱没有了可以去赚，但一个人的品德，教养是用钱买不回来的。如果一个对一件做错的小事莫不关心的人，那这个人始终会自食其果，酿成大错。

还有，我们班无论德智体都是全校最差的一个班，原本以为是我们的智力有问题，但通过这一次校运会，我发现我错了，不是我们班的人笨，而是太过精了。因此，我们比别的班级缺少了一样也是最重要的一样东西——团结。

在篮球比赛之前，由于我们班篮球技术不算最差，而且第一场是对实力相当且有时输给我们的三班！所以，班长吹牛说保证赢。但是事实不如人愿，我们败了，还是惨败，输了差不多一倍的分数，虽然这次失败士气锐减，但好险只是第一场，还有扳回的机会，可是，在第二天与四班的比赛中，上半场还未打完！就有本班的人一直窃窃私语，议论我们班如何输，有的唉声叹气，有的甚至大喊：“四班加油，一班漏油”之类的话，这使我为之气愤，在这个时候，我听见别班那高昂的加油声和鼓励声，在那一霎那，我突然感觉无比尴尬，惭愧，特别是听到别人说：“你应该为你在那一班感到耻辱。”的时候，我的心情有一种说不出的感觉，特难受。

这场球虽然我们班输了，但我心情很平淡，因为我知道这个结果在未开始的时候已经有胜负了，在这个豪不团结的班集体永远都不会有出色的表现。

第二篇：参加运动会开幕式表演心得体会范文

昨晚观看了济南第十一届全国运动会的开幕式盛况，看的心潮澎湃、感慨良多。

我相信，我们祖国是凝聚力，最强最伟大的和谐大家庭！

我喜欢我的祖国！我热爱我的祖国！虽然我很渺小，但我愿意在我自己从事的行业，努力奋斗，把好的经验与同胞分享；我相信不管我们每个人的工作、地位、身份的高低、贫富，只要每个人把自己的工作，做得更好；就是对祖国最大的贡献。

最后祝福祖国：和谐、强大、人民，幸福、安康！

第三篇：参加运动会开幕式表演心得体会范文

从小到大，发现所有的运动会都差不多，我小学的运动会上开幕式，初中运动会开幕式，高中运动会开幕式，直到参加的这场广西大学生运动会开幕式。可能整个运动会也不过只持续一到两天，但大大小小的领导们却不会放过这么个机会弄个开幕式，方阵表演，运动员入场式，噼里啪啦的发言，宣誓等等，只不过这次我成为了一名运动会开幕式的参与者。

看得出学校为了这场运动会花了很多心思，提前两个月就开始挑选开幕式啦啦操的人选，我很荣幸能够在此次的运动会中参与了啦啦操部分。其实一开始挺抗拒的，大夏天的，每天需要花上一两个小时来排练，很热很辛苦。但是吧，到最后演出的时候，特别是听到观众席上传来一阵阵掌声的时候，我的内心是激动地，感动的，过去排练的两个月也将成为我难忘的宝贵记忆。

从效果来看，还是比较成功，这与老师和学长学姐的指导和组织，创意的新颖，和同学们的积极配合是分不开的。开幕式走场从创意的征集、筛选、到规划、制定方案、再到排练

的开始都经过了思考和推敲。我们风雨兼程，坚持不懈的努力，回顾运动会的开幕式，遵守规章制度，坚持完成表演动作，在结束的那一刻，全场掌声响起的一刻，我们真的非常地开心与感动，觉得我们的努力和汗水都是值得的，在这期间让我理解了开幕式的意义并升华了我的团体意识，加强了与同学们的沟通交流，提高了个人的素质与实践能力和实践能力，有付出就会有收获。

在整个期间，我对啦啦操有了更加深刻的认识，啦啦操是一种包含运动化、艺术化、个性化、健身化的一个运动项目，充满着青春活力，符合当代大学生的天性，能够反映出大学生积极向上的心态和勇于探索的精神。在训练期间我能够感受到很强烈的团队意识，每个人伴随着动感的音乐，跟随着节拍，做着一个个的动作，我真切的体会到这个运动为我带来了很多的快乐。

我之前在本学院是学过一些舞蹈的，健美操虽然跟舞蹈有类似的特点，有型，有节奏感，但是他们的区别也很大，健美操是要有力度，充满活力的，做的时候一定要学会制动，每个动作都是紧张的，不允许有意识的松懈，到位程度一定要注意。还有最重要的一点，面部表情，身体姿态，他也是决定成败的关键，在做啦啦操每个动作的时候，都会要想到这些问题。学校老师一遍遍的带着我们学习跳啦啦操，啦啦操动作的规范性建立在动作的标准性上，因此，练习时肢体的位置、方向及运动的路线一定要准确。注意动作的速度、肌肉力度和动作幅度，是肌肉充分拉长与收缩这样才能达到动作的整体效果。动作富有弹性是健美操特点之一，动作的弹性所涉及的身体部位很多，因此练习时要注意肌肉的收缩与放松要有控制，是动作富有弹性，节奏均匀，避免动作过分僵硬和关节的过度伸展。

在进场的那一刻，当观众的目光全部在我们身上，当他们为我们喝彩的时候，一切的努力汗水，这一切就都是值得的。作为其中的一员，我真的感觉十分的自豪，之前所有的苦与

累都抛之脑后。能在运动会上展现自己真的很开心，之前的担心与紧张都烟消云散。通过这个事情自己的学习动作的能力也有了一定的进步。也增强了自己的自信心，与队友的感情也得到了升华，交到了许多的朋友，对啦啦操也产生了更多的兴趣。更重要的是展现了我们当代大学生的风采。从排练到结束，我觉得啦啦操能够展现同学们的青春激昂的活力和奋发向上的精神，也符合运动会更高更快更强的精神，同时也能够增强同学们的凝聚力，树立积极向上的精神风貌，给参加运动会的同学们加油打气，营造良好的运动会的气氛，激发同学们的热情，引导同学们的情感为运动会的顺利完成添砖加瓦。

通过这一件事，让我懂得，很多事情只有亲身经历你才知道，汗水是流在自己身上，感同身受的事情几率真的很小。人们往往因为坚持不到最后一刻而与成功擦肩而过。人生如梦，岁月无情。学会坦然，你就会有在遭遇挫折时收获一份执著，在获得成功时保持一份本色；学会拼搏，你就学会了勇于面对所有的痛苦。也并不是每一种付出都是在追寻结果。有时在付出的路上，能够收获的，是清楚地看到了，自己想要的，或者不想要的，这又何尝不是一种宝贵的结果。在大学生涯去尝试和挑战自己，又何尝不是一种进步，也能体会到人生道路的不易，就会更加的去努力，去学习足够多的能力在社会上生存下来；积累足够多的人生阅历，去学一些课本上体会不到的东西，在增强自己能力的同时，还能够学会合作、学会与他人相处，学会去处理一些事情。这也是一种进步！

参加运动会心得体会篇十三

昨晚观看了济南第十一届全国运动会的开幕式盛况，看的心潮澎湃、感慨良多。

我相信，我们祖国是凝聚力，最强最伟大的和谐大家庭！

我喜欢我的祖国!我热爱我的祖国!虽然我很渺小,但我愿意在我自己从事的行业,努力奋斗,把好的经验与同胞分享;我相信不管我们每个人的工作、地位、身份的高低、贫富,只要每个人把自己的工作,做得更好;就是对祖国最大的贡献。

最后祝福祖国: 和谐、强大、人民, 幸福、安康!

参加运动会心得体会篇十四

毫无疑问,任何一个国家在北京奥运后举办奥运会是非常有压力的,而且很多人也会不自觉的带着北京奥运的比较眼神来观看伦敦。

显然,伦敦不可能有北京那么多的人力与物力投入到奥运开幕式中。开幕式中的群众演员的确不多,但是那幅清新的伦敦郊外的田园风光,首先令人非常赏心悦目,而接下来表演的英国工业革命带来的污染后果,非常明确的体现了这届奥运想表达的意愿,那就是绿色健康,回归自然。

接下来的那个五环喷射效果,以及最后的点火仪式,都体现了伦敦的科技与创新,非常吸引人,一点都不比北京差,甚至更好。007的出现,另我非常兴奋,因为这是我在任何情况下都必须看的电影。而憨豆先生搞怪幽默,让人在炎炎夏日的确是轻松了一把,全家人都在笑,全世界的人也都在笑,证明了他不可抵挡的魅力,也证明了艺术是没有国界的。

但是如果觉得伦敦奥运开幕式就这些,那就大错特错了。接下来的场景才是我让我冲动写这篇日志的原因,尽管我已经很多年没动笔了。

在伦敦奥运的圣火点燃后,保罗—麦卡特尼登场了,他坐在钢琴前,弹唱起了[heyjude]这首歌是麦卡特尼1968年为约翰—列侬和前妻辛西娅的儿子朱利安写的,麦卡特尼担心父母的婚姻变化会对孩子造成心理阴影,有感与此在车里写下

了这首传世经典。

已经度过70年岁月沧桑的保罗看上去依然是那么年轻而富有魅力。坐在钢琴前的他透射着一种如此从容与淡定的成熟，似乎只是在表演给他自己听。他根本不需要刻意的去煽动现场的观众，也不需要去迎合。

这是一首简单优美的歌曲，它所表达的爱的关怀与纯挚的情感是如此真实，在麦卡特尼弹唱出来，再次深深感染了现场所有人。现场8万人陪着麦卡特尼唱起这首歌，持续了7分钟，只恨时间太快一直循环下去才好。这个场景展现出来的正是奥林匹克追求的和平，关爱，平等与人性精神，也是20**张艺谋根本达不到的高度。

说的再具体些，尽管中国的历史悠久，有过灿烂的文明。现在的中国经济也不错，可以出去扬眉吐气了。但是今天的中国在人文精神追求上与西方有着非常大的差别，或者是差距。总体体现在浮躁，自我，盲目拜金，摆阔，缺少公德意识。西方更有点返璞归真的感觉，追求自我价值，淡泊，舒适，自然，尊重个体。

20**奥运投入的巨大人力财力追求的那种奢侈的视觉效果，在我眼里，已经被保罗—麦卡特尼的这首简单的压轴歌曲轻轻打败。