

# 最新参加运动会心情段落 参加运动会心得体会(通用5篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？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。

## 参加运动会心情段落篇一

20xx年10月22日，我校举行了我们班期待已久的秋季运动会。

五班(三班)的拉拉队很努力。在操场上观看的学生跑到栏杆上为运动员加油。老师表扬了我们，说：“我在最后听到了同学们的欢呼声。”虽然我没有去前线为运动员加油，但是我收集了10页为运动员加油的稿子，交给了老师。

比赛期间，烈日炎炎，运动场上却沸腾了人们。但是，中间那个是空，什么都没有。我很惊讶。仔细一看，原来是中间的同学扶着板凳跑到栏杆上给运动员加油，聊天加油。但是太阳太毒了，前面的同学把外套挂在栏杆上，然后用外套盖住自己。这样既挡住了一部分阳光，又不用准备遮阳伞，还能给运动员加油。真是“一举两得”！似乎只有思考才能想出好的解决办法，有时候可以用“低技术”来解决问题。

通过这次运动会，我也体会到了外界语言对运动员的影响。外界喊一声“加油”，一言不发，对运动员的表现影响很大。另外，团队比赛中一个人的失误，可能会造成整个团队的失败。

运动会在我们的欢呼声中结束了。我认为我们班应该做得很好。因为我们班大多数学生都盼望着运动会。每次运动会前，我都围着老师问：“运动会什么时候开？”。我想：就算这次

成绩不理想，凭我们班对运动会的热情，总有一天，我们班会是第一的！同学们，让我们一起加油，期待下一届运动会！

## 参加运动会心情段落篇二

在每个小学生的心中，运动会都是一个十分重要的日子。在这一天里，他们将会参加种种有趣的运动项目，竭尽全力地展示自己的运动才能。在经历了一场充满激情的运动会之后，我深深地感受到了运动的快乐和收获。

### 第二段：我热爱运动

我一直热爱运动，认为运动可以让我精力充沛，提高我对生活的情感和动力。我通过参加运动会，发现了自己的潜力和优点，了解了团队合作的重要性，并且更加了解了自己。每次参加运动会都让我快乐无比，让我学到了很多有关体育和深层次的知识。在这次运动会中，我也度过了一天美好而难忘的时光。

### 第三段：运动会的种种收获

这次运动会让我简直是受益匪浅。我深深地体会到了运动的重要性，不仅仅是身体上，更是精神上。我学会了如何与他人同步前进，如何在规定时间内完成各项任务，如何做好自己分内的任务等等。这是非常有用的技能，不仅在运动中有用，在日常生活中也同样有用。

### 第四段：团队合作的重要性

在运动会中，最重要的竞技精神，就是要与他人合作共同前进。这是运动会中至关重要的环节，因为当你遇到一个难关时，只有通过团队合作才能够克服挑战。在我参加的所有项目中，都少不了团队合作的环节，让我更加深刻地认识到了团队合作的重要性。

## 第五段：总结

我在这次运动会中，体验到了运动的乐趣，获得了许多宝贵的知识和技能，充分感受到了团队合作的重要性。这是一次对我心灵的洗礼，也是一次对我身体的锤炼。在我的未来生活中，我会继续保持运动习惯，将这些宝贵的经验融入到我的日常生活之中，努力让自己成为一个更加优秀、更加健康的人。

## 参加运动会心情段落篇三

作为一个小学生，参加运动会是我们最期待的活动之一。运动会在我们的生活中占有很重要的地位。它不仅锻炼我们身体，还可以培养我们的精神品质。通过参加运动会，我受益匪浅。

### 第二段：身体得益

参加运动会有益于我们的身体健康。我想，这是小学生们最直观的感受。比如，我在长跑比赛中全力以赴奔跑时，呼吸急促，脸颊发红，衣服衬裤已经湿透，但我仍然兴奋不已，因为我知道这种运动对我的身体健康非常有益。通过参加运动会，我们能够锻炼肌肉，增强体能，塑造健康的身体。

### 第三段：个人成长

运动会不仅能够对我们的身体带来好处，还能够在个人方面产生积极的影响。比如，在比赛前，我总是很紧张，我担心我不能完美地完成比赛。然而，在比赛开始后，我发现我能够成功地完成比赛。这使我意识到我可以克服自己的恐惧和挑战自己的极限。通过参加运动会，我们能够发现自己的潜力，并激发自己的内在力量。这种力量能够帮助我们取得成功，并增加我们的自信心和勇气。

#### 第四段：团队精神

运动会也有助于培养我们的团队精神。在比赛中，我们需要团结一致，共同合作，为整个团队出力。当我看到队友们奋力拼搏，无论失败与否，我都感到骄傲和兴奋。通过参加运动会，我们能够学习到合作和协调，这对我们日后的生活和工作有极大的帮助。

#### 第五段：总结

小学参加完运动会，对我来说是一次难忘的经历。我从中收获了很多，增加了许多有益的生活经验。我不能否认，运动会对我们的身体和心灵都有着极大的好处。我相信，今后，我会继续努力，为自己和团队做出更多的贡献。

### 参加运动会心情段落篇四

上周五，我们学校举行了一场盛大的秋季田径运动会。我参加了400米长跑和实心球投掷比赛。

随着运动会一天天的临近，我的心在恐惧中等待着。跑不过400米怎么办？老师们会笑话我吗？直到那天上课，刘老师说不跑不动就去比赛结束。记住安全第一，友谊第二，比赛第三。听了这些话，我的心终于踏实了。

当天，运动会主席宣布：“20xx年秋季田径运动会正式开始。”然后教官说：“五六年级参加400米长跑的同学去比赛场地准备一下。”此刻，我和同学朱一戈都很紧张，看着六年级的姐姐跑完步坐在地上一动不动，气喘吁吁。我问一个六年级的姐姐累不累。她气喘吁吁地对我说，“我很累...之后就轮到咱们五年级长跑了。我立刻站在老师指定的地方。裁判老师拿起枪向田空开了一枪。枪声一落，我们就像脱缰的野马一样飞奔而去。第一圈感觉很轻松，第二圈感觉越来越重，就减速了。快要到达终点的时候，看到一个女同学要

超过我了。我很匆忙，加速冲向终点线。

最终我获得了第二名，我们班获得了团体奖。我很开心。通过这次比赛，我知道了一个班级的荣誉需要我们每一个人的努力。对我个人来说是一次自我的突破和挑战，让我明白在以后的学习和生活中要对自己有信心，相信自己！

## 参加运动会心情段落篇五

早上五点半左右，妈妈就会把我叫醒，我是非常的瞌睡，仿佛一闭眼就能呼呼大睡，我的两只眼睛睁得又大又圆，即使下刀山，下火海，我还得忍住，因为是为了运动，让生命运动起来，活跃起来，这样我才能变得又高又壮。

踏出家门，走出门洞，一阵阵新鲜的空气扑入我鼻中，顿时一阵阵清新环绕我身上，我也变得精神起来。在熟悉的羊肠小道上跑，看见旁边的小树，都已经长出了嫩嫩的绿叶，像一个个绿精灵似的，充满活泼、可爱，让人忍不住抚摸。虽然时间很早，但是路边的人也是很多，大多数都是中年人和老年人，也许他们都快到了老年时期，多运动锻炼自己的身体，减少得病的几率，到了这个年纪都想多运动，因为生命在于运动，这使我更加想运动，向往运动了。

我和妈妈一早上走的路也不少，绕着这一圈可以在微信上大约走\_\_步。正当别人睡着懒觉时，我们就已经运动很长时间了，虽然走了一上午，但是运动后却显得格外的轻松，因为出汗也是排泄的一种。在我看来，出汗比在家享受空调好多了，因为排汗可以排掉身体的尿素和多余的水、无机盐，而享受空调就又是一说了，既费电，又显得格外的懒惰，你愿意这样吗？刚刚做完运动，妈妈说还不能坐或者蹲，需要活动活动大腿，为了让腿放松，不让抽筋，有时还会压腿，虽然很痛，但是压过后格外的轻松、舒适。等到太阳高照时，我们也就匆匆离开了。

我热爱运动，运动不禁能带来我们快乐，还能让我们更加健康，生命在于运动，我们运动，我们不停息，加油！