# 运动会心得体会100字(15篇)

来源：网络 作者：清风徐来 更新时间：2024-08-14

*学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧...*

学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**运动会心得体会100字篇一**

在方队全部入场结束后，开幕式开始了，校长发表热情洋溢的讲话，鼓励参赛的同学们加油，在比赛中取得好的成绩。随着一声高亢的礼炮声响，比赛正式开始了。

首先是男子800米长跑运动，在做完赛前热身后，运动员在跑道上各就各位，随着裁判的一声哨响，运动员一个个都像离弦的箭一样冲了出去，大家都咬紧牙关使劲的往前冲，你争我夺谁也不愿意落后一分。

我们班的王铮也在其中，前半段，他落在了最后一名，坐在观众席上我们班上的同学看着他的样子，一个个脸上一片失望之色，就他这个速度，最后一名肯定不用说了!

在中期的时候，王铮的速度渐渐快了起来，慢慢的他超过了在他前面的几名运动员，只是他的排名依旧有点靠后。同学们脸上多了一丝希望的光芒，大家捏紧拳头朝他喊着加油加油!

似乎感受到了同学们的呼喊，王铮突然朝着观众席做了一个微笑的鬼脸，同学们都很惊讶，有的脾气不好的已经开骂了，已经到比赛后期了，这么关键的时刻点，王铮居然还有时候开玩笑!

由于能量的消耗，运动员们的速度慢慢的降了下来，只是让人意外的是，王铮的速度不降反升，他的排名慢慢的靠前了。同学们的眼睛慢慢亮了起来，心中多了一份期待，这种状态下去就算不夺冠军也有希望获得亚军啊，瞬间，为王铮加油的呼喊声越发的大了起来!

在接近终点100米的时候，王铮好似打了鸡血一样，突然开始爆发，他的速度猛的提了起来，超过了跑在最前面的第五名第二名终于，他第一个冲破了终点，获得了冠军!我们班坐在观众席上的同学在他冲破终点的那一刻彻底惊讶的炸开了，一个个站起来，挥舞着拳头兴奋的呼喊着“王铮，王铮”，广播里也响起了祝贺的声音：恭喜5号选手x班的王铮同学获得冠军!!这真是一个意外的惊喜。

**运动会心得体会100字篇二**

今天，我们学校搞了趣味运动会，我感到很开心，也很激动，因为我很喜欢这个运动会，这个趣味运动会有足球射门、跳大绳、踢毽子、投篮这些运动项目，我报了足球射门和踢毽子这两个项目。

趣味运动会马上就要开始了，我即开心又兴奋，我想着足球射门比赛没有怎么快开始比赛，所以心情比较放松，没想到，第一项的比赛就是足球射门，我狼吞虎咽地吃完早餐，唐老师让我们参加足球比赛的人去操场找足球练习射门，结果没足球，嗨…，真倒霉，没足球可以练习，所以我们就在操场玩了一会，然后报其他项目的`人也下来操场练习了。

过了一会，趣味运动会开始了，我们班坐到操场上的一个角落里。几分钟过去了，足球射门的比赛要开始，我紧张的要命!唐老师领着参加足球队的人走向比赛的位置，我的脚一直在发软。比赛正式开始了，我的力量马上就来了，比赛的时候，杜威一直在告诉我们进了几球，而我一直在喊：“灵魂寄托，灵魂寄托”，意思是说我把我的力量寄托给我们足球队的同学。

当轮到我的时候，杜威把球递给了我，我把球放到了脚下，怕球会动来动去，就用我的脚按了按，然后我用我的“黄金右脚”把球踢进了龙门，接着，第二球，第三球都全部射进了。

最后足球比赛结束了，我们足球队总共进了12个球，我们是三年级足球射门的第一名!我开心到爆了，真是太好了。

下面我们是进行跳大绳比赛，嗨，有点倒霉，得了个第四名，然后我们班在教室里休息了一下，就放学回家了，我还要准备下午的踢毽子。

下午一转眼就到了，我又该紧张起来了，因为下午的第一个比赛项目就是踢毽子，马上踢毽子比赛开始了，轮到我踢的时候我就速度加快，然后传给下一个踢毽子的人。

马上踢毽子的比赛结束了，我们得了第2名!我感觉这个成绩还是挺好的，我马上跑回班，报告这个成绩，我们全班叫了起来，说：“耶!”。

下一个比赛是投篮，投篮比赛结束了以后，我还不太知道成绩，不过，我相信，我们班应该能拿个好成绩。

我们班在三年级里面总分是第2名!

今天我真是太开心了!

**运动会心得体会100字篇三**

光阴似箭，日月如梭，宝贵的时间像流水般的过去了，我的小学生涯也已翻到了最后一页，很快，我们就要重重地合上这一本《小学》。记得我们小学时候的最后一次运动会。

运动会中最精彩、激烈的当然要数8百米跑了。轮到六年级运动员比赛了。比赛前，我们班上的班干部都来到王欣怡身边，给她喝水，帮她拿衣服。

比赛开始，只听裁判员老师“各就各位，预备。”王欣怡身体倾斜，前腿弓，后退绷，眼睛视着前方。“砰”发令抢一响，运动员们就像一支支离弦的箭冲出了起跑线，“加油，加油”我们班的同学们都在为王欣怡鼓劲，呐喊声像涌动的浪滔，此起彼伏，同学们都向前探着脑袋，眼睛随着运动员的脚步移动。

我们都为王欣怡捏了把汗，我们都希望自己班的运动员得第一。运动员们各个精神振奋，斗志昂扬，争先恐后。王欣怡昂首挺胸，摆臂富有节奏，步伐富有弹性。她越跑越快，把后边的运动员甩得很远。其他运动员你追我赶，尽管运动员们一个个都汗流浃背，可谁也不甘示弱，仍咬紧牙关，奋力追赶。

王欣怡离第一名只差一米的距离了，可她的速度渐渐慢了下来，脸上的表情也十分痛苦。不好，后面的队员一个又一个地追了上来，我们班的同学都激动地站了起来，挥动着手，拼命地喊着：“王欣怡，加油!坚持到底就是胜利!”也许王欣怡真的听见了我们的喊声，从中汲取了力量，她的步伐加快了。离终点还有五十米，二十米，十米……只见王欣怡在最后关头，使出了全身的力气，像拧足了发条一样，拼命向前跑。最终得了第二名，虽然她没有夺得了冠军，但是同学们都涌上来依然为她欢呼，为她的坚强的毅力而鼓掌。

我们的班长站在跑道旁，记录下了这一时刻。

回想那次运动会，同学们是那么团结，是那么快乐。如今，再过几个星期，我们就将分开，踏上各自的道路……

**运动会心得体会100字篇四**

今天是11月9日，我们店垭镇小学举行了冬季运动会，这一天令我终生难忘。

我们踏着整齐的步伐来到运动场上。每个班的每个同学都精神抖擞，等待着开幕式的开始。唐老师兴奋的说：“你们开不开心，兴不兴奋?”“开心，兴奋!”我们个个都面带微笑。开幕式过后，我们的徐校长一声令下：“店垭镇小学冬季运动会正式开始了。”只听见场下一片掌声，同学们和老师们都非常激动。

60米接力赛就要开始了，我们六(1)班的运动员个个面带胜利的希望与喜悦，但六(2)班也不示弱，他们的拉拉队个个喊着：“加油!六(2)班加油!”只听老师叫到：“各就各位，预备，跑!”因为第一棒是我们班的小个子陈晓东，对我们有些不利。他咬紧牙关，拼命地跑，把棒给了第二棒的赵国钢。

只见他那双长腿飞奔，神情严肃，跑过来给了我，我心里紧张，有些不平稳，总感觉我们要输了。可我看见一旁为我加油的妈妈，不由地信心倍增，我加快了速度，把棒交给了李祺。他可是我们班的飞毛腿，一下跑得只剩下一米的距离了，可因为对面跑得快，没办法反超。可是奇迹出现了，我们班最后三位同学加快了速度，反超了六(2)班。顿时，一片欢呼，唐老师也很惊讶，她说道：“六(1)班反败为胜了。”

随着主持人的话，我们六(1)班和六(2)班来到了拔河现场，准备拔河比赛。预备开始!”随着裁判老师一声令下，小旗也同时落下去顿时，场上沸腾了，同学们使劲地往自己班这边拉绳子，脸都涨红了，手也红了，脖子上的青筋都要爆了出来最卖力气的还属我们班的安宝林了，他死死拽住绳子，两只脚就像生了根似地牢牢扎在地上，拼命地拔，赵国刚是最有力气的一个。

只见他两只眼睛瞪得溜圆，身子向后仰着，几乎就要贴着地面了，王先锐被绳子缠住了，不过他还是不认输，死死拉住绳子不放手，毕竟我们班的力量小，突然，我们被一股强大的力量拉了过去，我方的拉拉队急得大叫：“稳住，别慌，身子向后仰啊!”江明珠索性把红领巾取了下来当旗帜，不停地挥舞可依然没有用，那红绸子偏偏不过来结果，我班输了，许多同学坐在地上久久不起，甚至有的哭得稀拉哗啦。

尽管这样，我们班的运动员没有放弃，仍然坚持参加其他的项目比赛，所有的项目比赛结束了，我们班拿到了团体总分第一名。同学们围在一起留下了幸福的泪水。这时，运动场上的小鸟也在为我们欢呼、为我们喝彩!

这真是一场精彩的运动会!

**运动会心得体会100字篇五**

此时，正值学校体育节之际。每天放学看着操场上跑跑跳跳练习的人们，不禁联想起我初三时，参加运动会的情景。去年，我初三。那次运动会，我班的体育健儿们，突然一蹶不振，临近运动会时报名人数竟还不到10人。新来的班主任气得两眼猛喷三昧真火。

看到此种情况，身为班干的我顿然拍案而起，在报名表上填上自己的大名，而后在3000米一栏帅气地画上一个“勾”。班上同胞们看到本人此举，大呼：“岂能容忍一位书生超越于汝等之上!”于是他们蜂拥而上，纷纷在报名表上签上自己的名字。20\_\_年09月30日，天气：晴终于到了这一天，紧急训练了10天的我战战兢兢地站在了3000米的起跑线上。

“啪――”发令枪憋足劲狂啸一声，我夹在一群人中冲出起跑线。刚开始，旁边围了一大伙人。我只管着跟他们跑，一圈(注：跑道为400米一圈)后，我突然发现周围人烟稀少，猛抬头一看，却见他们都跑到我前面去了，我大呼“不好”抡起两腿向前猛冲，一个，两个，三个我目送着好几个人个人，向后远去，心里不由得狂喜。

此刻，正是太阳回家之时，夕阳的余辉洒遍跑道。当我沉醉于这夕阳下跑步的美好境地时，却发现喉咙像干裂的土地，隐隐作疼，痛苦之际，忽见本班一美女双手捧上“农夫山泉”，我很有绅士风度地接过，喝下一口，不禁心里暗呼：“有点甜!”终于，跑完了八圈(经过本人严密科学计算得出)，只剩下最后半圈了，我的腿像被地狱的火炼过，脑子里只剩白纸一张。

我看见终点线的老师，双手挥舞的红旗，咧开嘴露出大大的门牙，在向我微笑。拖着两条似灌铅的腿，我慢慢地轻轻地以一个极优美的姿势越过终点线，然后顺势倒在同学怀里。13名――我的成绩。夕阳像巨大的橙红的肥皂泡，沉下西边的山。

我终于完成我在运动会上的处女作。此时，吾吟诗一首，以做结尾：夕阳无限好，长跑真不好。分数没拿到，我却累死了。

**运动会心得体会100字篇六**

在这秋高气爽的美好季节，我们迎来了20\_\_秋季运动会。

伴随着一阵响亮的号角声，拉开了校运会的序幕。我们六2班的运动员紧跟在六1班运动员后面闪亮登场，12个运动员精神抖擞，昂首阔步绕着跑道走。同学们一边走一边挥舞红旗。飘扬的红旗，形成了一股红浪，真有气势。

12个运动员中，最令我骄傲的是汤育榆。瞧，她半蹲在起跑线上，目不转睛地望着终点，准备和对手一比高低。同学们都把跑道围了个水泄不通，他们有的握住拳头，半倾着身子，满怀企盼地说：“加油!一定要为我们班夺得金牌!”有的侧望住自己班的运动员大喊：“加油!”还有的都使出浑身解数，为自己班的运动员加油。

“砰!”枪声一响，我们班的运动员汤育榆像离弦的箭一样冲了出去。赛场立即沸腾起来，加油声此起彼伏。只见汤育榆两臂摆动着，脚下似乎踩着风火轮，跑得飞快，同学们的加油声也越来越激烈。顿时她咬紧牙关，似乎用尽全身力气向前冲去，两米，一米，全场都欢呼起来，汤育榆抛开全部对手，遥遥领先，并获得了冠军。

一场又一场扣人心弦的比赛结束了，接下来就是精彩的迎面接力赛。跑道两边挤满了老师和同学们，运动员也各就各位。“加油!”我们班的运动员互相击掌，大家热血沸腾，都决心和对手一比高下。“砰!”比赛的枪声一响，第一棒的运动健儿奋力向前冲。

赛场上更加热闹，加油声越来越响。我们班的任惠图以领先优势向前冲去，并迅速把接力棒传给下一位同学。马上轮到任建图上场了，她迅速接过传来的棒子，奋不顾身地向前跑，终于她不负众望，顺利将棒子又稳又准地传给下一位同学。

就这样，我们班一直遥遥领先，把其他几个班远远地抛在身后。胜利就在眼前!最后一棒余文靖上场了，只见他两臂用力摆动，两眼直视前方，头发似乎都飞起来了，他把对手甩得远远的。我们屏住呼吸，目光都集中他身上，两米，一米，冲线!第一名，我们胜利了!大家高兴得又蹦又跳，其他班的同学都用羡慕的眼神望着我们。

就这样，难忘的校运会在阵阵欢笑声中结束了。

**运动会心得体会100字篇七**

“第十二届田径运动会正式开幕!”,金加喜校长宣布之后，全场洋溢着欢呼声和掌声。

第一个比赛项目是60米，我回到教室换好衣服匆匆忙忙地来到了检录处，俗话说,“等待的心情是焦虑的.”

我现在终于体会到了。我在检录处里站着，双手撑腰，不停地走动的，再望望对手，各个身强体壮，身材高大。我的心仿佛跳到了嗓子眼。终于把我们带到了比赛场地。“各就位、预备、砰”我和枪声一起冲出起点。

我摆腿频率极快，可是还未能超越对手的速度，快到终点时，我使出吃奶的劲，用力一蹬冲过终点。跑完全程我赶紧去问老师成绩，只听老师用高亢的声音念到“502班杨绍成8秒92第一名，破校记录。”我高兴地一蹦三尺高，回教室的路上还有人问我第几名?我骄傲地说“第一名，而且破纪录”

60米比完了，准备吃中饭，这时太阳似乎贴着地球似的让人们不得不在教室里休息。下午，举行了最后一个项目就是团体的4100。4100米是4个人每人跑100米，一共跑400米。我是第四棒，砰!的一声枪响，我们班的黄启轩像一匹受惊的野马狂奔而来，第二棒，第三棒，快到我了，20米......10米.......

到了，我拿着棒子狂奔向终点，风在我耳边呼呼的作响，我的\'左前方正是全校的短跑冠军，我开始提速，快了，快追上了。我和对手最终同时冲过终点，可是我就慢了0.04秒。

运动会结束了，但我还是留下了那么一丝丝遗憾.........

**运动会心得体会100字篇八**

在凉爽的秋风中，我们学校一年一度的秋季运动会拉开了序幕，这是我第一次参加运动会，我的心里既激动又紧张。

在我们班王老师的安排下，由我带领方队进场，我决定好好珍惜，一定要把方队带好。随着宣布运动会正式开始。各班队伍依次入场，此时进行曲骤然响起，一个又一个班级排着整齐的队形，大踏步向主席台走去。我昂着头，挺着胸，阳光又自信地带领着我们班，走向主席台。我相信当时我们班一定非常耀眼。

运动会有许多项目：60米短跑、200米跑、400米长跑、垒球、立定跳远、接力赛等等。其中，我参加了60米、200米和接力赛。

男子200米短跑开始了。我深吸了一口气，做好跑步的姿势，“预备开始!”尖锐的枪声从耳边震起，十分刺耳。我开始匆忙地跑起来，刚起跑就有人超过了我，我心头开始慌了，我加了把劲迈开步子向前奔去，只觉得耳弯痒痒的，一阵阵风从耳边佛过，像在为我打气。我不得不咬紧牙关，一股作气往前冲去。可我还是落在最后，只得全力一拼，用吃奶的劲跑完最后。跑完后，我头脑有些发晕了，满脸通红、呼吸急促，连说话的力气也没有了，只想休息。热心的同学纷纷跑过来，安慰着我，给我递水，递纸巾，我觉得心里暖暖的，

下午，接力赛要开始了，我来到第二棒的接棒区，身体前倾，右手后伸，早就做好了接棒的准备。眼看就轮到我了，我多少有些紧张，我很利索地接过棒子就跑，尽管别的班运动员紧追不舍，还是没有追上我。就这样我们班运动员一个紧接一个地跑着，“加油”声一浪高过一浪，前三棒的运动员跑得非常快，可是最后一棒的运动员不知怎么回事接棒时发了会儿呆，速度稍慢了一些，我们十分着急，大声为运动员加油。最后，我们班只取得了第三名。

这是我第一次参加运动会，虽说结果不是太好，可我已经战胜了我自己。我明白了凡事都会有第一次，每个人第一次不一定都是成功的，而是经过坚持不懈的努力。只有拼搏、坚持才能取得胜利!

**运动会心得体会100字篇九**

每年一次的运动会终于来临了，我高兴极了，因为，我每年的运动会都会得到一些奖品，那些奖品虽然不贵重，但是，是自己得来的，这次运动会，我报了，二百米，四百米，和跳远。

一个小时过去了，终于，该轮到我上场了，我又兴奋，又紧张，兴奋的是：“我参加了二百米。”担心的是：“万一跑砸了岂不是无言在见，江东父老么?”“啪”一声，选手们都开始拼命的跑着，幸好，跑前老师叮嘱我一句话：“先保存体力，快到终点时，在拼命的冲刺”!

转眼间，快要到终点了，我现在第二名，突然，前方，大声的喊着：“加油，加油，超过他。”我信心一足，使出吃奶的劲头，冲过了终点，同学们高兴的欢呼着，像是奥运会得了金牌一样。

我走回了班里，我心里一想：“坏了，我还有个4百米了，这可咋整啊!”我心里想：“让同学帮我跑去吧!我和老师，刚说完这个想法，可老师用鼓励的话语告诉我：”没事的，你腿疼，去休息去吧，让别人帮你跑去吧!老师的话音没落，我说：“老师我还能跑，没事的。”

我和老师说：“谁不想为班级争光啊!”400米，我能跑的，还能拿个第一回来，等着瞧吧，接着，喇叭里就喊：“400米的选手准备了。我慢慢的张、站了起来，像喝醉了似的走了过去。

“怦”的一声，枪响了，我像一颗刚发射的子弹，飞奔了。我排在第3名，但是，跑到第2圈时，突然，摔倒了，我心里想：“王学军，你最棒，加油，站起来，你还要为班级争光了。”可我怎么也爬不起来，突然，后面有人把我搀扶了起来，他们说：“你跑不了了，你的体力耗尽了，走吧!”我说：“不行，我还要为班级争光了，说完，我甩开了他们的手。

”我一看，我现在在最后一名，我急眼了，大声的喊了出来，飞速的跑了起来，超过了一名，两名，三名，我现在又排在第2名了，可是死后也超不过他，我心想，可能真的只能拿第2名了，班级的脸，让我丢没了，然之又一次，班级喊响了口号，我大跨一步，可，还是拿了第二，冲过终点，我摔倒在地，在也起不来了，同学们过来，把我扶回了班级内。

到了，老师和我说，你，是好样的，真为班级争光啊!你的腿没事吧?我说就这点伤算什么啊?没事，别为我担心了!只要是能为班级争光，我愿意搭上我这条命!

从这次运动会，我懂得了，坚持不解，就会得到成功，有毅力，这与学习是一样的道理!

**运动会心得体会100字篇十**

在一个阳光明媚早晨，我们迎来了一年一度的夏季运动会。这是我进入中学以来第一次参加运动会。对于这期待已久的运动会我非常的激动!

一大早，怀着激动的心情来到操场，操场上同学们都开心的玩着笑着，跑道上站满了学生，每个班都有属于自己不同风格的班牌，我一眼看到了我们初一五班与众不同的大旗师大威五。各班班级区域都有三四个五颜六色的遮阳伞，整个校园充满着欢快的气息。我高兴的和同学们一起玩着。

第一天早上进行了男子60米跑步比赛，我们为参加项目的同学呐喊助威，令人激动的是，我们班的两位参赛选手都取得了很好的成绩。下午我去参加了合唱排练所以没有看到下午的比赛。

第二天我来的特别早，因为有我的参赛项目跳高。这是我第一次参加跳高项目，心情非常忐忑，运动会还没有开始，看着同学们都在认真的学习，我也学习起来。很快到了我的项目，我的心情紧张无比。起步是70厘米，心想这个我肯定能过，非常自信地一跳，果然过了。

我的心情一下放松了好多，我们班同学都为我和另一位选手喊加油，我的信心倍增，心想一定不能辜负大家对我的鼓励和支持，为我们班增光，每一跳我都全神贯注，使足劲，80厘米，90厘米都过了，可是到100厘米时没有过去，被刷了下来，我的心情很不好。

同学们都说没有关系我们看到你已经尽力了，想想不管成绩如何重在参与，我的心情好多了。参加完项目我就马上转场到综合厅五楼参加合唱表演节目，看节目的人非常多，我们表演的特别棒，赢得了全场观众的掌声。这天我努力过，成功过，也失败过，但我乐在其中。

第三天是总决赛，参赛选手都激情满满，操场上每一位运动员挥洒着泪水和汗水，在赛场上拼力拼搏，最后大多数同学都取得了优异的成绩。这次我们班取得了很好的成绩，获得初中部总体第二名。值得一提的是我们班同学打破了两个校级运动会记录。更让人激动人心的是一位高中同学在高一男子3000米比赛中打破了我校保持了42年的记录。一位初二的选手打破了西安市跳高记录。我们学校的运动员们都太赞了。

经过这次运动会我收获了太多，不管做任何事都要去努力，因为越努力越幸运。只要你努力成功就离你不会太远。

**运动会心得体会100字篇十一**

最近，学校里举办了运动会，据说有很多精彩一幕哦!大家就和我一同到红队看看吧。

看，运动会上多热闹呀，到处是加油声、呐喊声和欢呼声。呀，不好!红队的一名队员在参加旋风跑时跌倒了，可他的手还是紧紧握着杆子，没有松开，没因松开杆子而为红队增加时间。随后，那位队员立刻爬了起来，继续完成了比赛。赛后，同学们问他疼不疼，他说不疼，没事。他即使在跌倒之余也没有松开杆子的精彩一幕，我收集了下来。

而在下午四个班的拔河比赛中，红队的拔河队员们特别卖力，而其余的同学们也呐喊得特别卖力。或许是因为同学们的呐喊声，拔河队员们也更加用力地拉了。拔河绳一点儿一点儿向红队这边过来。队员们手臂上青筋鼓动，脸上有许多豆大的汗珠，在灿烂阳光的照耀下很是闪耀。

人向后倾，把整个人的重量都压在了那条拔河绳上;人向后移，拔河绳也在一点儿一点儿地向着红队的方向移过去;人向后挪，拔河绳也以细微的变动朝红队挪去，胜利的天平也微微倾向红队。离标志筒胜利的标志只有一手之遥了，只要一伸手就可以拿到了。

可就在这时，其余三个队的队员仿佛心有灵犀一样，红队队员又被往前拉了几步。“没关系，继续!”在啦啦队热烈的呐喊中，拔河绳又拉向红队。终于，最后一个人拿起了标志筒。“赢了，我们赢了!”红队的欢呼声响彻了整个操场、整个学校。队员们卖力拔河、同学们热烈加油和尽情欢呼的这几幕被被我赶紧收集了起来。

其实，我收集的“精彩”不止这些，还有很多，而最精彩的则是运动会。

精彩的比赛，精彩的队员，精彩的运动会。这次收集非常完美，令我十分满意。精彩!

**运动会心得体会100字篇十二**

在这秋高气爽的九月里，我们迎着秋日的阳光，伴随着收获的季节，迎来了欢快精彩的校运动会。

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。

随着宣布运动会正式开始，各班队伍依次入场。此时进行曲骤然响起，一个又一个班级排着整齐的队形，大踏步向主席台走来。他们个个衣着鲜艳，面带笑容，昂首阔步，展示出青年特有的朝气与活力。

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，顽强拚搏的体育精神，他们是运动场上的英雄，是学校的“刘翔”。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拚搏，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。

运动会展示学生青春风采，考验体能与心理的具体实践。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。

同学们在享受拼搏，享受快乐的同时，学会竞争，学会合作，学会沟通。在运动会上，我们可以得到很多的东西，最主要的并非是名次和荣誉。有些可能要比这些更可贵，更值得珍惜，像是人与人之间的友谊，帮助和真诚。

**运动会心得体会100字篇十三**

九月，金色的阳光普照大地，伴随着隆重而又有代表意义的鞭炮声，我校迎来了第四xx届秋季运动会。所有同学的脸上洋溢着笑容，心情无比激动。

眨眼之间，运动会在大家热烈的掌声中拉开了序幕。嘹亮的口号声响彻云霄。那整齐划一的队列，那坚定不移的步伐，无不透露出我们已为本次运动会做好充分的准备。载着我们希望的气球缓缓上升，鸽子带着我们必胜的信心展翅高飞。顿时，场上响起了庄严的国歌声，歌声在空中渺渺回荡。全场寂静无声，静静地聆听着，默默地注视着冉冉升起的五星红旗……

早晨，同学们都兴高采烈地早早来到了学校。运动员们个个精神抖擞，充满着信心，他们在运动场上奋力拼搏，尽全力去“战斗”，都希望能为自己班上夺得一个好成绩;“加油!加油!”班上的其他人也没闲着，拉拉队们一个声音比一个大，好象是在参加大喇叭比赛。有的沿途鼓劲加油，有的中途送水，还有的把运动员比赛的全过程记录下来。各班老师们也大声地为自班运动员们呐喊助威，给运动员们给予鼓励。

运动会中，最扣人心弦的就得数1000米跑步比赛了。看!运动员们先是活动活动筋骨，慢慢地跳着、抖擞着，等待着开赛。可以说，在场的每一位运动员的心情都是如大海一般的汹涌的。“砰”的一声枪响，运动员们如一支支离弦的箭一般，向前飞奔，你追我赶，尽管跑的汗流浃背，可谁也不甘示弱。

我们啦啦队也毫不逊色，加油声连连不断。到最后冲刺了，我方运动员跑完几圈下来，精神明显消耗了不少，看得出，她们都在为集体咬牙坚持着。我们都忐忑不安，不由自主的一起有节奏的叫喊：“加油、加油……”最后，经过我们全班同学共同努力，我班总算取得了可观的名次。

在大家的笑声与汗水中，运动会接近了尾声，短暂的三天就要结束了。运动场上，有着健儿们奋勇拼搏的身影;观众席上，响着拉拉队员摇旗助威的呐喊。这呐喊，弥漫友谊的芳香;这身影，凝聚着责任的力量。但无论成功或是失败，无论欢笑或是泪水，我们将永远铭记，这充满奋斗的日子!

**运动会心得体会100字篇十四**

在一个阳光明媚的早晨，富宁县第一小学举行一年一度的运动会开幕了。

同学们在班主任的带领下迈着整齐的步伐，走入会场。

不一会，障碍接力比赛正式开始。一声哨响，同学们先翻个跟斗，然后跑过去从桌子底钻出来，接着跑去跨过垫子，再绕过竹杆，最后返回去拍另一个同学的手，另一个同学又接着跑。不一会儿，紧张的障碍接力赛结束了。我们班得了第3名。

过一会儿，轮到迎面接力赛了，同学们按老师讲解的规则开始比赛了，啦啦队的声音特别响亮，“三{3}班加油!”的喊声一浪高过一浪。给同学们带了很大鼓舞。上午的比赛在激烈的场面中结束了。我们班没有进入前三名。

运动场上，狂奔的男儿象野马是我们心中的英雄，他们赛出了风格，赛出了水平，他们英姿飒爽，顽强拼搏，勇不屈服，自我挑战的精神是我们学习的榜样，我们为成功欢呼，我们为健儿助威、加油，运动会上我们是多么激动、多么兴奋啊!

下午，运动会继续进行，我们排着整齐的队伍地来到广场。进行双脚夹球接力和袋鼠跳。经过一个下午激烈的比赛，比赛终于结束了。我们班虽然没有拿到第一名，但是，同学们都已经尽到了的努力。

为期一天的运动会就这样结束了。我想：其实在运动会上拿不拿到第一名并不重要，重要的是让同学们在享受拼搏，享受快乐的同时，学会竞争，学会合作，学会沟通。懂得珍惜人与人之间的友谊，相互帮助和团结友爱。

**运动会心得体会100字篇十五**

金秋十月，我们楚江一小迎来了20\_\_年下学期秋季田径运动会。

星期二上午，我们期盼已久的运动会开幕式正式开始了!我也因学打过乒乓球而荣幸地参加了乒乓球队表演。开幕式一开始，只见由四个同学举的一面五星红旗映入眼帘。在五星期红旗后，紧跟着的是彩旗队、号鼓队、腰鼓队。

随着运动员进行曲，我们乒乓球队也紧跟着腰鼓队精神抖擞地走上运动场。我们一边雄赳赳、气昂昂地走着，一边喊道：“振国球雄风，展国球风采!”、“发展体育运动，增强人们体质!”听着这威武、雄壮的声音，一种迫使我今后努力练球的念头从我心中油然而生。

开幕式结束后，紧张的比赛也紧跟着开始了。我们班的运动健儿努力拼博下，终于获得了女子垒球第一名的好成绩。就在我们兴奋不已的时候，覃老师说：“大家不要因为一次小小的成功就飘飘然，明天我们将要进行50米迎面接力。”听了覃老师的一番话，顿时让我们感到一种大战在即的感觉。

第二天，50米迎面接力开始了。我们班的第一棒是班里人称“飞毛腿”的孙惠洁。几个回合激战后，我班由于掉了一次接力棒已经落后了。这时也许是其他班骄傲了，也许是我们不服输的劲头感动了上天，总之，其他班相继出现了混乱，有的掉棒，有的摔跤，趁着这个机会我们班已经逐渐赶超了几个班。

轮到我了，这时我的脑袋只有一个念头，那就是“加油、加油、再加油，一定要战胜对手!”“啪!”接到棒了，顿时我使出了吃奶的劲向前跑，终于很顺利地到达了终点，这时，我悬在半空中的心终于落下来了。这次的50米迎面接力是我印象最深的一次，我不仅战胜了对手，更重要的是我战胜了自己。

今年的运动会，我们班虽然没有获得好的名次，但我们大家都努力了。这时，我想起了一句话：友谊第一，比赛第二。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找