

# 2023年赛龙舟心得(实用6篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 赛龙舟心得篇一

年的那个端午节吗?端午节哪天，中山举行了一个具有民族特色的民俗活动——那就是赛龙舟。

端午节那天，人们陆陆续续地赶到岐江河边准备观看一年一度的赛龙舟。他们一边吃着香喷喷的粽子，一边观看精彩的赛龙舟比赛。

幸好那天我和妈妈来地比较早，抢到了一个看赛龙舟的好位置。不到一会儿，岐江河边已经人山人海、水泄不通了。看，那些龙舟有些还是旧的，带走一些传统的“味道”。而那些新龙舟外表刻着几条龙，只见那些龙张牙舞爪，活灵活现，代表着我们中国人是强大的!

比赛结束后，人们满怀欢喜地回家了。随后岐江河恢复了平静。人们回到了属于自己的世界…耳畔的鸡啼声又一如既往地响起来了。

□

## 赛龙舟心得篇二

能去看龙舟赛是我梦寐以求的事。在去年龙舟赛时，我因为没能去看而懊悔了一年。今天，是一年一度的端午节，湛江又要举行龙舟赛，我可不能再错过这个大好时机。

今天一早，我赶紧来到金沙湾观海长廊。那里早已人山人海，

锣鼓喧天，龙旗飘扬。我抬头一望，到处都悬挂着“湛江第三届海上国际龙舟邀请赛”。呀！气势还挺大嘛！九根旗杆矗立在海边，九面国旗迎风招展，有中国、美国、澳大利亚、英国、新加坡、马来西亚……真不愧是国际性比赛。最令我高兴的是，中国的国旗威严地飘扬在九面国旗的正中间。

不一会儿，比赛开始了。先是进行女队比赛。只听见“砰”的一声枪响。六条龙舟就迅速地出发了。大家都很努力地划，争先恐后地向终点冲刺，最后，澳大利亚女队获得了第一名。

我的心掠过一丝失望：为什么不是中国队获胜呢？我眉头皱成一团。不过，我很快发现为什么澳大利亚女队能获胜，是因为她们船桨划动的弧度比较大。我为这个发现而高兴，我也希望接下来比赛，中国队向澳大利亚队学习。

女队比赛完了，该男队出场了。

六条龙舟在海面上一字排开，运动员们个个精神抖擞，似乎浑身上下都是力量，需要爆发出来。随着一颗红色信号弹冲上天空，六条龙舟像离弦的箭一样，冲出了海湾，向对岸狂奔而去。开始，六条龙舟你追我赶，不相上下。瞬间，澳大利亚男队脱颖而出，冲到了最前面。紧跟其后的是美国队，中国队紧贴在美國队身后。海中央水花翻腾，像是一条条蛟龙从海底冲到了海面，很是壮观。

六条龙舟你不让我，我不让你，在金沙湾的海水里争先恐后地遨游。过半时，美国队超过了澳大利亚队，冲在了最前面。五十米、三十米、二十米、……。六条龙舟继续狂奔。这时，赛场上突然播放起了成龙和周华健的《真心英雄》，雄壮的歌声在为队员们加油鼓劲。随着强劲的歌声，海湾里又响起了震耳欲聋的欢呼声，尖叫声一浪高过一浪。我盯睛一看，中国队超越了澳大利亚队，紧紧咬着美国队不放，暂列第二位。

这时，只见中国队东山再起。二十名划船手，一起高喊：一、二、三、划，一、二、三、划，……。铿锵有力的号声回荡在海湾的上空。伴随着有节奏的喊声，船手们双手紧握船桨，抡起胳膊，咬紧牙关，满脸涨得通红，不停地使劲划着，船桨不停地在水面翻滚，胳膊不停地 在船身两侧旋转，像是两排快速旋转的飞轮，击打出千姿百态的水花。擂鼓的龙头，双手有力地敲打着大鼓，他好像有些控制不住自己的情绪，干脆站了起来，甩动着粗壮的臂膀，更加卖力地给船手们鼓劲。头扎红头巾的龙尾，弓着腰，猫着背，双眼注视着前方，双手不停地调整着航向，双脚不停地踩着，嘴里也在大声地喊着：一、二、三、划，一、二、三、划，……。

六米、五米、四米，终点越来越近了。美国队和中国队已经纠缠到了一起，一会儿你在前，一会儿我在前。中国队的船手们大吼一声，拿出了看家本领，身体一齐向前倾，双腿一齐向前蹬，双手一齐向后划。顿时，龙船像是上了发条的飞船一样，猛地向终点直奔而去。随着观众的呐喊声，中国龙船在最后三米终于超越美国队，把美国队甩在了身后，顺利地冲到了终点。沸腾的海湾爆发出雷鸣般的掌声，场上一片欢腾，船上的所有成员举起双手，向观众挥手致谢。此时，呐喊声、欢呼声、音乐声、锣声、鼓声，汇成了一个欢乐的海洋。

我怀着激动的心情听见播音员清脆地播放着比赛的成绩：湛江第三届海上国际龙舟邀请赛，男子组季军澳大利亚队、亚军美国队、冠军中国队。海湾又是一片欢呼声。

欣赏完精彩的国际龙舟赛，我明白了这个道理：龙舟赛是一个集体项目，只有大家团结一心，向着目标奋勇前进，才能取得胜利；平常的学习和生活，也是如此。

### 赛龙舟心得篇三

家乡中山，我对她有着十二分的感谢与敬佩。

波光粼粼的湖面上荡漾这几只船，船上的几十来人定定地站着。

然而，他们缓缓地坐下，等待着什么。忽然，哨声响起，划手像发疯了似的使劲划，用力划，急速划，顿时，场面热闹起来了，纷纷鼓起了掌，有的欢呼雀跃，有的兴奋不已。随着鼓声的强劲，划手们更有力地划着，拼命地划着，大起大落地划着，口号更是声如洪钟，一二三，嘿咻。声音、时间和速度震撼了你我、大家！

在后面落后的船只紧追其后，顷刻间，仿佛一条条发怒的蛟龙正往前腾飞。水面上不时飞跃一些灿烂的水花，晶莹的水珠与汗水浸透了他们的衣裳、脸颊，但是划手们并没停下，反而更有力地划桨，一丝不苟地完成每一个动作！

每一个动作都充满力量，每一个动作如同蛟龙腾跃，每一个动作都如摘星巨手，每一个动作都是光和影的匆匆变化，使人战栗在浓烈的艺术享受之中，使人叹为观止。

比赛结束了，我默默地凝视着碧蓝碧蓝的湖水，双眸望着溅湿的鞋子，对家乡发出由衷的感叹：啊，中山，我的家乡，我美丽而可爱的家乡，我感谢您生养了这些民俗风情，更感谢您哺育了我，谢谢您！

□

## 赛龙舟心得篇四

今天又要进行一年一度的龙舟赛啦，我真高兴啊。让我们一睹为快吧！

午饭过后，我来到河边，只见河两岸人山人海、人声鼎沸，人多得像银河上的不计其数的小星星，有留平头的，有梳辫子的，有黑发的，有白发的……人人都穿上了自己喜欢的衣

服：红的、黄的、紫的、花的……可真是色彩缤纷啊。

今天的太阳热辣辣的，晒得河两岸上的人个个都满头大汗。可他们都没把太阳放在眼内，都踮着脚，伸着脖子，焦急而又耐心地等待龙舟赛事的来临。突然，只听见枪声一响，主持人通过鞭炮声一声令下：“比赛开始！”顿时，人们大喊大叫起来，犹如一只只跃跃欲试的小鸟。

过了一会儿，主持人惊讶地叫了一声，人们都不约而同地望向远处。接着，又是一阵欢呼声。从不远处若隐若现看见一只只小艇陆续地划来。参赛的龙舟可真多啊！锣鼓喧天，龙舟越来越近了，上面坐着的不尽是年轻的选手，当中有许多是五十多岁的老人。他们拼命地划着，争分夺秒，你追我赶，毫不相让。那神情，好像在决斗。生怕别人快自己一步，会追上自己。岸上也是汹涌一片，人们有的喊：“乐众队加油！”有的喊：“勒流队加油！”喊声震天动地。

时间一分一秒地过去了，一转眼已经到了赛事的后半段了。可是不知是谁叫了一声：“不要放弃，坚持就是胜利，加油！”顿时，人们又高叫起来，都为他们打气。队员们终于鼓起了勇气，努力地往前冲，敏捷地往前划，又进行他们的“生死决斗”了。

电线上的’小鸟唧唧喳喳地闹个不停，好像在为运动员们打气；草坪上的一棵棵柳树舞动动着，似乎在为他们喝彩。水浪宝宝时而翻起浪花帮助。

一场激烈的龙舟赛结束了，第一名是乐众队。这场龙舟赛给了我一个启发：人生的路途是曲折的，我们要不断前进，我们要学习赛龙舟的精神，奋勇拼搏、积极向上、齐心协力，只要这样，我们就一定能成为成功者之一！

观赛龙舟心得本站锦

## 赛龙舟心得篇五

传说屈原投江死后，百姓们舍不得他离去，纷纷划着船去追他，可一直追到洞庭湖也没见到他的踪影。这就是每年端午节赛龙舟的由来。以后，赛龙舟成为端午节以外最重要的习俗之一。

古时候赛龙舟非常热闹。每到这一天江面上龙船无数，每条船上都雕着龙头龙尾，船上坐着20名身强力壮的大汉，他们手持木浆，随着锣鼓的节奏一直用力。岸上的人一直呐喊助威。此时，呐喊声、锣鼓声交织在一起，场面热烈壮观。

我们家乡每年端午节都吃粽子。可热闹了，有豆沙馅的、红枣的、大肉的，粽子可好吃了。其实我平时最爱吃红枣的，因为里面有蜜枣，吃下去甜甜的，别提有多好吃了。

我们边吃粽子边纪念伟大的爱国诗人。

## 赛龙舟心得篇六

“一二一二，加油！加油……”我刚走上桥，便听见了一声声震耳欲聋的‘加油声’。

我自小就在舒洪长大。我们这儿每个节日都充满节日的氛围，遵循着特定的习惯。就如元宵时要舞龙，中秋时吃月饼赏月……。但我最喜欢看的风俗活动还是赛龙舟。每逢端午节，龙舟竞争，互不相让的场面真是激动人心，让我这个勃发少年也仿佛置身其中。

每年端午节之际，都会有一年一度的龙舟大赛。在这个时候，总会有许多船队来参赛。

人陆陆续续多了起来，在龙舟的队伍中也有些许是我认识的乡亲们，他们都向我打招呼。我也兴奋地祝贺他们能获取好

成绩。他们一个个都轻快地跃上了龙舟，或交谈，或商议，进行着各项准备工作。边上的小摊贩也陆续多了起来，一派热闹的景象。

只听裁判一声令下！场面一瞬间就飙升到了高潮，气氛几近沸腾！只见他们每人都把船桨朝一个方向奋力地快速地划着，向着终点飞速前进。船尾还有一人负责控制船行的方向，他同时负责喊口号。你可别小看了这个位置，如果他口号喊不好，整艘船便会乱了节奏。如果靠单个人划整艘龙舟，简直是蚍蜉撼大树，一动不动。只有大家齐心协力，劲往一处使，团结一致时，速度便飞快。

你瞧，队员手上的船桨似乎全都是一个人操控一般，动作整齐划一，每个人的动作几乎一模一样，简直是“异手同动”，让我很是震撼。一艘艘龙舟上的队员都斗志昂扬，奋勇向前。看着一会儿这艘领先，一会儿那艘领先，船上的人一个个争得面红耳赤，仿佛都使出了全力。到了桥洞下，转弯，眼看其中一艘船要翻了，可是在人快接近水面时，船身突然板正，然后遥遥领先其他赛船，一举获得冠军。真是惊心动魄，吓得我在手背上咬了口印子压惊。

一直到现在，每逢端午节，我都会回老家看龙舟，我希望自己也能成为那生龙活虎的壮儿中的一员。

□