

2023年摔跤运动员个人总结(通用9篇)

总结是把一定阶段内的有关情况分析研究，做出有指导性的经验方法以及结论的书面材料，它可以使我们更有效率，不妨坐下来好好写写总结吧。写总结的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？这里给大家分享一些最新的总结书范文，方便大家学习。

摔跤运动员个人总结篇一

今天是蓝天小学的超级运动会，最令大家期待的就是团体接力赛了。

所有的人，都看好“飞飞班”，因为这个班级的四个同学，一个跑得比一个快，大家都猜冠军就是他们了。

枪声“砰”的响起，第一棒的卡卡像箭一样的冲了出去，观众们拍手鼓掌，卡卡卖力的冲刺，谁知道隔壁跑道的人摔了一跤，竟然一腿绊倒了卡卡，他痛得眼泪都要飙出来，努力爬起来继续向前冲，偏偏钉鞋的钉子狠狠的咬住了跑道，花了好大的力气拔出腿来，他奋力的跑到第二棒的同学后方，做了交棒的动作。这时他们已经落后别班好多了。

第三棒的阿健和第四棒的新新，总算把落后的进度，全部都追回来了。这时，他们跟隔壁班的展开最激烈的竞争，就看谁最后冲过终点线，谁又是赢家了。

“冲啊！”扑通一声，新新在最后一秒钟，摔了一个大跤，活生生的让对手轻松的赢得冠军。

摔跤运动员个人总结篇二

上课铃响了，“叮铃铃——”像公鸡打鸣一样。高老师迈着轻

快的步子，手插着兜，面带微笑，眉毛弯弯的，眼睛睁得又圆又亮。她向我们招招手：“同学们——”老师的话还没有说完，只听“咚”的一声，高老师居然不见了！

同学们奇怪了：咦？老师怎么不见了？这时，有同学火眼金睛，发现高老师坐在遮挡我们视线的大讲台后面，一脸痛苦的样子。哦，原来是她摔了个大马趴！，同学们笑都来。

高老师一手撑地，一手摸着头，眼睛变成一条长长的缝，细细的，弯弯的，像两根蔫黄瓜，嘴巴咧得大大的。她心里想：哎呦，我怎么会摔跤呢？从前没有过啊，不行，我得赶紧起来才行啊，以后学生该笑话我了！

“同学们，”她笑眯眯的，一点也不像刚才摔跤时的样子，“我们今天的作业就是——《老师摔跤记》怎么样？是不是非常简单呢？”

“啊？”大家大吃一惊，个个眼珠都蹦出来了，“不会吧！”

摔跤运动员个人总结篇三

成长难免摔跤，但有的人摔跤之后再也不能起来，而有的人却能吸取教训，迈出更大的步伐。

学习成绩一向优秀的刚，在一次末考中发挥失常，由原来的全校第二名滑到了第十八名。他觉得不可思议，是啊，他自己都这样认为，他的成绩一直都是很稳定的，可这次……他不相信那是他的考卷——一张写满红叉叉的考卷。他伤心，他失望，他悲愤，他一蹶不振，他甚至开始怀疑自己的能力，他感觉那些原本艳羡的目光，如今全变成了嘲笑，像一把把锋利的匕首，把他自尊的心，一点，一点，一点的划破，最终体无完肤。

“你能啊，你再能啊，我告诉你‘抄，抄，抄，学生的法宝’，你再认真学习，也比不上我不学，哼.....”这次的年级第三豪对刚轻蔑道。刚低着头，无语.....云际旁，一股声音呐喊着：我要让你看到，你于我而言，是什么货色！刚呐喊着，只有蓝天听到.....

在别人怀疑兼鄙夷的目光下，刚变了。他从不闲着，当别人嬉闹时，他正在思考一道数学题；当别人边吃饭边聊天时，他正在教室捧着书本被概念；当别人早已进入美美的梦乡，他正在于深宵灯火为伴.....他像一个疯子，我不得不这样说。与此同时，他日夜期盼的那场全县统考的期末考试也终于走到了他的身边。是啊，结局我们都知道的，因为我们都明白天道酬勤这个亘古不变的道理，他如我们所预料的，成功的，如鱼得水的，得心应手的取得了我们及豪只能仰望的成绩。

摔跤可怕吗？不可怕！可怕的是摔跤后无法站起来，是啊，从哪儿摔倒就从哪儿站起来，我们应该衷心的感谢曾经的绊脚石，因为是它曾经深刻地痛过，然后又让我们有了向前迈进的勇气；是它，磨练了我们面对苦难的意志；是它，让我们有了坦然面对风雨的决心。当我们摔倒后尝试着竭尽全力爬起来时，我们就会拥有“任泰山压顶，我自当清风拂面；任狂风暴雨，我自笑看风云”的淡定情怀。

成长需要摔跤，摔跤使我们成长！

摔跤运动员个人总结篇四

人生就像一片大沙滩，记录了我们的成长脚印。那片汪洋大海就是命运的法官，他冲上来的每一个贝壳都是一件事，有好、有坏。最近我一直厄运连连，可能是因为有一把扫把从我头上飞过的原因吧。

军训前后一个星期，大家一定都没有见过我吧，知道为什么

吗？因为我摔了一个大马趴。脸——破相了，眼睛下面一片血，叫人认不出来。

感恩节的那个晚上，有人送了一支花给我，想到爸爸为了我们经常加班都深夜，我想把花送给我亲爱的爸爸，感恩他为我们所做的一切。想着，我转头回爸爸办公室送花给爸爸，出了门，发现妈妈、小宝和爷爷都不见踪影，我心一慌，飞奔起来，想赶紧追上他们，可不知怎么了，一头栽进到了水泥地上。正如一个黑色的贝壳成功的上了岸。

爸爸用凉开水擦洗了我满脸灰的脸，让我漱了满嘴沙的口，清洗后发现我右眼下伤的很严重，有一道很深的伤口差一毫米就伤到眼睛了，真是不幸中的大幸！这时，我的意识慢慢清晰起来，我有一些不开心，妈妈问我怎么了，我说哦，家家（武汉的外婆称呼为家家）回去又要骂爷爷没有照顾好我了，我又上不了学，又要补作业。唉，我猜的没错，回去真的成了这样，又上不了学，又去不了军训，爷爷也挨了家家的骂。

“干什么都要有干什么的样子，走路也一样，以后你走路还小不小心”，妈妈问，“你还可以写一篇作文——《论好好走路的重要性》”。

唉，以后再也不想摔跤了！

摔跤运动员个人总结篇五

有一次，教数学的王老师前一天告诉我们，第二天我们将在数学课上学习新的单元。

但是到了第二天铃响之后，同学们坐直了身子，盯着教室的门口，期待着老师来上课。可是我们看了半天，王老师还没有来，数学代表文文心想：以前王老师很守时，从不迟到，今天怎么会迟到呢？家里发生什么事了吗？我希望老师快点来，不要迟到！果然，说曹操，曹操就到，王老师就出现在

了教室门口。

“哎哟！王老师因为走路太急，没看清地上谁扔的香蕉皮，一脚踩上去，摔了一跤。

同学们看到这一幕都笑了起来，然后教室里顿时热闹起来，很多同学在下面讨论：

“王老师今天是喝酒喝醉了吗？”

“不，一定是滑倒了。”

“谁做的香蕉皮把戏？”老师一定要好好批评教育！”

“是啊，让老师这么尴尬，真不像话！”

就这样，王老老师给我们上了一课，但是这一课我们什么也没学到，我们后来只知道老师嘲笑老师是不尊重的。

第二天的电脑课被王老师用来补课了。我们可怜的电脑课！你知道电脑课是全校最有趣的课，而且一周只有一节课！真遗憾！

摔跤运动员个人总结篇六

上课铃声响了，杨老师推开门，一手拿着杯子，一手拎着一个手提包，哼着小曲大步流星地走进教室。只见她眼睛眯成一条缝，咧着嘴巴，脸红彤彤的。她一不小心踩到一位同学乱扔的香蕉皮，刚开始说：同学们只听咚的’一声，杨老师不见了。

杨老师，在哪？

她会隐身吗？

同学们正奇怪地议论着，听到讲台下传来哎呦痛苦的叫声，才发现杨老师摔了一跤。

杨老师摸摸摔伤的地方，伤心极了：她的眉毛耷拉下来，眼睛里泪光闪烁，鼻子尖红了，嘴巴变成一个倒着的月亮，脸气得煞白。她想：是哪个同学搞得恶作剧，我一定要好好收拾他。是谁——啊！害得我摔成这样！她边喊边起身，她的声音那么高昂，仿佛地动山摇，如同春雷滚动中山崩地裂发出的巨响。

我看着讲台下挣扎着爬起来的杨老师，心想：杨老师这一交摔得好厉害啊。我不应该袖手旁观，应该扶她一下。我赶紧冲上讲台扶起杨老师，其他同学也冲上讲台帮助杨老师，关切地问疼不疼啊，要不要去校医务室的。杨老师终于站起来了，开心地笑了：嘿嘿，没关系，下课我在去看看，谢谢你们哦！

我们开心极了，连忙说：嘻嘻，不用谢，谁让我们也没看到香蕉皮，没捡起来害您摔跤呢？呵呵~杨老师马上变得严肃起来，板着脸问：谁干的？刘馋战战兢兢地站了出来，向杨老师承认了错误，杨老师原谅了他。

摔跤运动员个人总结篇七

慢着，”小嘎子脑门上直冒火，又羞又急，“咱们是三盘两胜，”倒一回就归你啦？还有两盘呢！”

“哼！两盘就两盘，谁怕谁呀？我肯定不会输给你。”小胖墩儿拍拍胸膛，胸有成竹地说道。

“来就来么，我不怕。”小嘎子仗着自己手疾眼快，得意地说道。话音未落，小嘎子冲了过去，一下子就跟小胖墩扭打在一起小嘎子明知自己的力气不如小胖墩儿大，但还是执意跟小胖墩儿比赛。

过了一会儿，小嘎子已经毫无力气，就松开手，闪在一边，小胖墩儿也松开手，闪在一边。两人闪在一边，虎视眈眈地盯着对方，只见小嘎子的脸已经涨得通红，时时可以听见丝丝呼吸声，而小胖墩儿的劲儿已经泄了一半。

两分钟过去了，两人休息完后，又开始对战。起初，小嘎子还是像第一回那样围着小胖墩儿猴儿似的蹦来蹦去，想让小胖墩儿分散注意力，可小胖墩儿不会让小嘎子如愿以偿，小嘎子见小胖墩儿没被他迷倒，吼了一声，就像半天里起了个霹雳，震得那草丛也动了，接着就向小胖墩儿狂奔而来，小胖墩儿一闪，闪在了小嘎子身后。

突然，“啪啪”的声音从草丛里传来一声惨叫，小嘎子摔了个嘴啃泥。胖墩儿冷笑一声说：“服输了吗？”小嘎子从地上爬起来，乘胖墩儿正在得意扬扬的时候，在地上按了按，望上一扑，张口“血口”，朝胖墩儿的手臂咬去，小胖墩儿毫无防备，被小嘎子咬了，只听一阵撕心裂肺的声音，在小胖墩儿的手臂上有两排深深的牙齿印，小胖墩儿给自己的手臂吹气，小嘎子趁胖墩儿为伤口哈气，把他推了一把。

“哼！你作弊！不算！”胖墩儿不甘示弱，可小嘎子带着“枪”扬长而去，胖墩儿只好“投降”了。

摔跤运动员个人总结篇八

“叮铃铃——”上课铃声响了，这是最后一节课，全班同学都平静地在位上坐着，等待着老师来上课。

“嘎吱——”门开了，老师急匆匆地朝教室走来，突然“啪”的一声，脚下一滑，摔了一跤。老师慢慢抬起头来，鼻子上全是鲜血。顿时，班上像炸开了锅，有的同学笑得用拳头直打桌子，还有的笑得四脚朝天，但有些关心老师的同学则是一个箭步地冲上去，扶起老师，送去校医室。可是，有些调皮捣蛋的同学则在幸灾乐祸地说：“这下好了，不用

上课，没有作业了。”而平时非常胆小的我却什么也没说，只是在想：老师以前从来不摔跤的呀？怎么今天突然摔跤了？是地上太滑还是生病了呀？可能是天天备课、改作业太辛苦了吧！希望老师以后要多保重身体啊！

过没多久，老师又回来了，鼻子上贴了个创口贴。同学们一看就在下面互相小小声的讨论着：

“真滑稽，有点像个小丑演员。”

“这么快就回来了，伤得不太重吧！”

“这真是‘天有不测风云，人有旦夕祸福’啊！”

看着老师这个样子，还坚持来给我们上课，我心想：这真是“轻伤不下火线”啊！不由得一种敬佩与同情之情油然而生。

“叮铃铃——”放学铃声响了，老师没有让我们放学的意思，只见他眉头紧皱，创口贴外面隐约露出一丝红色。老师轻轻地说了句：“今天晚一点下课，把刚刚耽误的时间补回来，请同学们把书本翻到……”

摔跤运动员个人总结篇九

看到老师摔跤，有的同学笑得直流眼泪，有的同学笑得前俯后仰，有的同学抿着嘴偷笑起来。老师满脸通红，眉毛紧皱起来，血直从鼻子里流下来。班长莎拉站了起来，走到老师身旁，弓着腰，慢慢的把老师挽扶起来，班长和几位同学把倪老师送到医务室。一些同学幸灾乐祸地说：“耶！不用上课了，也不用写作业了。”乖巧胆小的我什么话也没说，心想：以前，倪老师从不摔跤，今天为什么摔跤了呢？是不是作业太多了？将来要让倪老师保重身体了。

这时，贴着创可贴的老师回来了，一些同学看见老师回来了，就嘲笑起来：

“真搞笑。”

“哈哈，小丑。”

“滑稽的小丑演员回来了。”

……

这时，大家害怕老师发火，就一言不发的等着老师的挨骂。老师淡淡的笑了起来，说：“以后可不许这样了，刚才开了个玩笑。”“叮铃铃，”放学了，老师说：“我们刚刚耽搁了一会儿时间，晚点放，把书翻到……”

我感觉老师特别认真负责，谢谢你，传授给我们知识。