

第一次站在马拉松的志愿者岗位上

记得第一次报名成为马拉松志愿者时，我心中充满了忐忑与期待。作为一名普通的体育爱好者，我从未真正参与过大型赛事的幕后工作，只是觉得站在跑道边，能为那些奔跑的人提供帮助，是一件既简单又有意义的事情。

活动当天，天还未完全亮，志愿者们已经在集合点集合。大家有的在整理物资，有的在贴标示牌，还有的在核对名单。看到大家忙碌的身影，我心里有一种说不出的感动，也暗下决心，一定要把自己的工作做好。

我的岗位是水站补给，任务是给跑者递水并鼓励他们。当第一批跑者跑到我面前时，我心里既紧张又兴奋。我把手中的水递给每一个跑者，同时大声喊着加油。起初，有些跑者只是淡淡地点头，但随着时间的推移，越来越多的人对我们微笑，甚至有人停下来说一句‘谢谢你们’。那一刻，我的心被暖化了，原来自己的微小付出能够让别人感到力量与温暖。

除了与跑者互动，团队合作的力量也让我印象深刻。志愿者们彼此默契配合，有人负责搬运物资，有人负责引导路线，有人负责安抚迷路的参赛者。我们在忙碌中互相鼓励，分工明确而高效，这种共同完成一件事的成就感，是平时工作生活中很难体验到的。

这次志愿服务也让我对自己的心态产生了微妙的变化。看着跑者们坚持不懈地奔跑，我学会了更耐心地倾听和观察，学会了在细微处付出，也理解了社会责任感不仅体现在大事上，更体现在每一个小小的行动中。热情、坚持、奉献，这三者在马拉松志愿服务中交织成一种独特的精神力量。

回想整个经历，我发现自己不仅帮助了别人，更在无形中完善了自己。第一次担任志愿者，让我明白了坚持的意义，也让我感受到人与人之间温暖的联结。这种体验，是跑步本身无法给予的，却同样宝贵。

今后，如果还有机会，我愿意再次站在马拉松的赛道旁，不为荣誉，只为那份热情、那份坚持、那份无私的奉献精神。

赛道边的温暖与坚持

马拉松，对于大多数人来说，是一场体力与意志的考验。作为志愿者，我从未真正意识到，站在赛道旁同样是一种挑战，也是一种成长的体验。

那天，我被安排在一个路口协助引导路线。清晨的微光洒在赛道上，参赛者们带着坚定的神情一个个从我身边跑过。我发现，自己的存在不仅仅是引导，更是一种鼓励。当我大声喊出‘加油，你可以的！’时，有些跑者会回以微笑或点头，那种短暂的眼神交流，竟让我感到一种深深的满足。

志愿服务过程中，我尤其感受到团队的力量。每个人都有明确的岗位，每个人都在尽力做好

自己的工作。有人负责补给，有人负责医疗支援，有人负责指挥交通。在共同目标下，我们彼此信任，彼此支持。正是这种默契，让整个活动井然有序，也让我感受到团队合作的真正意义。

与此同时，志愿服务让我对生活有了新的理解。看到那些在赛道上挥汗如雨的跑者，我想到了坚持的重要性。无论是跑步还是生活，都需要不断付出和耐心。我的内心也在潜移默化中发生变化，从最初的紧张和不安，变成了主动关心他人，享受付出的过程。

热情、坚持、奉献，这三个词在整个活动中一次次浮现在我脑海里。热情是支撑我们迎接挑战的动力，坚持是完成任务的关键，而奉献，则是让每一次微小行动都能产生意义的根源。马拉松赛道上的每一个笑脸、每一次鼓励，都让我深切感受到这些品质的力量。

结束那一天的志愿服务，我坐在休息区，看着赛道上慢慢散去的人群，心中涌起一种淡淡的满足感。原来，参与志愿服务不仅是对他人的帮助，更是对自我的一次升华。它让我学会了耐心与坚守，也让我明白了责任感的价值。

未来的日子里，无论是否再参与马拉松，我都会记住这份温暖和坚持，让热情和奉献成为自己生活中不可或缺的一部分。

在奔跑的世界里感受奉献的力量

第一次报名参加马拉松志愿服务时，我只是抱着尝试的心态。谁能想到，一次看似简单的志愿活动，会给我带来如此深刻的体会。

志愿者集合的早晨，寒风中大家互相打着招呼，彼此之间充满期待。我们领取了装备，听取了负责人讲解流程，每一个细节都体现出活动的严谨。我的岗位是赛道沿线的补水点，当跑者经过时，我递上水杯，同时加上一句真诚的鼓励。刚开始，我甚至有些羞涩，不敢大声喊加油，但看到跑者们因为一句简单的话而露出的笑容，我心中涌起暖流，那一刻我明白，热情是可以传递的。

在服务的过程中，我深刻感受到团队协作的重要性。补水点的同伴们默契配合，有人负责搬水，有人整理杯子，有人提醒后续的志愿者。我们在忙碌中形成一种无声的节奏，每一个环节都衔接顺畅，正是这种协作，让整个马拉松顺利进行。我们彼此间不仅是同事，更像在完成一件共同的使命。

随着时间的推进，我的内心也发生了微妙的变化。最初只是为了完成任务而努力，后来却开始主动观察跑者的状态，尽力去安抚、鼓励每一个人。看到有人因为疲惫而步伐放慢，我会轻声提醒他们注意休息，也会用手势示意补水。这种细微的关怀，让我感受到社会责任感的具体体现，也让我认识到，奉献并不需要轰轰烈烈，往往就在这些点滴中。

马拉松志愿服务让我体会到坚持的真正含义。跑者们为了目标奋力前行，而我在寒风和烈日中坚守岗位，两种不同的坚持在赛道上交汇，形成一种特别的力量。热情、坚持、奉献，这些看似简单的词汇，在实际行动中才真正获得了重量。

结束当天的服务，我拖着疲惫的身体，却满心充实。那种帮助他人的满足感，是任何奖状或称赞都无法替代的。我明白了，志愿服务不仅仅是一种行为，更是一种心态，一种让人变得更加坚韧和温暖的生活方式。

这次体验让我坚定了信念：在奔跑的世界里，每一份奉献都是有价值的，每一次坚持都是值得铭记的，而热情则是推动我们继续前行的永恒动力。