# 最新第届冬奥会心得体会及感悟(大全8篇)

来源：网络 作者：心如止水 更新时间：2025-02-14

*第届冬奥会心得体会及感悟一北京时间17日上午，中国女排在里约奥运1/4决赛中迎战已蝉联北京、伦敦两届奥运冠军的巴西队，在第一局以15比25大比分告负的逆境下，以总比分3比2获得胜利，时隔8年再次挺进奥运4强。在里约奥运赛程已过大半的当下，中...*

**第届冬奥会心得体会及感悟一**

北京时间17日上午，中国女排在里约奥运1/4决赛中迎战已蝉联北京、伦敦两届奥运冠军的巴西队，在第一局以15比25大比分告负的逆境下，以总比分3比2获得胜利，时隔8年再次挺进奥运4强。在里约奥运赛程已过大半的当下，中国女排以一场淘汰赛的胜利让国人找到了扬眉吐气的感觉!

此次奥运会，在未战胜巴西之前，女排的状态就让人揪心。首场输给荷兰之后，中国女排的状态一直跌跌撞撞，2胜3负的成绩把中国队送到了东道主，也是卫冕冠军巴西队面前。这是中国女排在里约奥运会最艰难的比赛，5战全胜的巴西队实力在中国队之上，现场近万名观众排山倒海的呐喊是必须去听的干扰，而如果比赛失利，则失去进入四强的机会，也将失去本次奥运会证明自己，实现最后救赎的可能。结果，在先失1局的不利局面下，女排姑娘最终凭借着坚强韧性和全力拼搏，获得了比赛胜利，让巴西队吞下近24年奥运会的最差战绩。

有人说，女排精神又回来了。郎平说，中国女排的精神一直都在，并不会因为输赢而改变。她说：“我觉得这就是女排精神的传承。”

事实是，中国女排一直在拼搏。竞技体育本来就是实力的比拼，遇见实力比自己更强者，可能爆冷，但更大的概率是失败。就像20\_年奥运会，尽管中国女排已经拼尽全力，但面对更优秀更出色、临场发挥更好的巴西队，女排姑娘怎么去决定最后的结果?她们并不能决定最终的比分，但她们能决定比赛的态度——这才是所谓精神层面的战斗力。即便明知其不可，也不会放弃和松懈，更不会抱怨和挖苦，而是发挥最好的实力，努力去拼一个更好的结果——失利未尝不是一个更好的结果，与没有斗志的惨败相比，如果缺少了这种精神，竞技体育就会乏味到成为无聊的排位——谁得第一、谁获第二、第三，其他名次一概无需提及。

所以，郎平说，中国女排的精神一直都在。失败时，只要拼尽全力，就是女排精神的体现，女排精神并不必然意味着胜利和第一名。成功时，感恩过去的自己和队友，品尝成功背后的辛酸和付出，并戒骄戒躁，再次踏上征途，这也是女排精神的表现。任何昙花一现的精彩和遭遇挫折的低头，都谈不上真正的精神。只是，我们习惯了从态度层面去感受、感悟、发扬女排精神，还是已经习惯了将精神与胜负捆绑在一起——胜利时，为胜利者欢呼，觉得精神回来了;失败时，忽视失败者的坚韧与付出，觉得一切变得没有意义。如果是这样，所谓的精神永远难以成为一种真正的精神。

竞技体育有其规律，在竞争激烈的项目上，胜负乃兵家常事。我们热爱的是中国女排，是中国女排的精神，与最终胜负并无太大关系。如果单以实力来看，篮球和足球，无疑将成为中国球迷永远的伤心地，但有多少人会只以成绩论英雄?我们只是希望球员能够表现出应有的拼搏精神。而对于中国女排，人们自然要求更高，因为她们取得过辉煌的成绩，她们有鼓舞人心的女排精神;只是在感受、发扬这种精神时，请先忘记胜负，因为精神首先是一种态度。

**第届冬奥会心得体会及感悟二**

20\_年北京冬奥会的闭幕式于2月20日在国家体育场举行。这是一场盛大的演出，不仅是对运动员们的勇敢和拼搏的肯定，也是对整个国家的庆祝。在这场演出中，我们看到了国家的综合实力和文化的底蕴，也收获了很多感悟和体会。

第二段：冬奥会的精神

在冬奥会的闭幕式上，我们看到了许多运动员身着自己国家的国旗，表达团结互助的精神。在比赛中，运动员们用自己的汗水和力量，跨越了一个又一个的鸿沟，创造了许多惊人的成绩。这种精神将激励每个人都能在自己的领域不畏艰难，勇往直前。

第三段：文化对话

在闭幕式上，我们看到了各国的文化特色，比如中国传统的古琴和中国结，还有芬兰的圣诞老人和独行木匠。这种文化对话不仅展示了各个国家的独特文化，也展现了文化间的互动与包容。这启示着我们在全球化的时代里，要加强不同文化间的交流和相互理解。

第四段：技术创新

冬奥会也是一个技术创新的舞台。比如，人工智能可以帮助分析运动员的动作；虚拟现实技术可将比赛转化为全息投影；5G网络的应用可以让运动员或者观众体验更加流畅和高清的直播，等等。这说明了技术对未来的潜力和发展方向。同时，也提示我们，要加强对技术的研究和创新，不断提升自我。

第五段：感悟和体会

通过观看冬奥会的闭幕式，我们感悟到了人类的奋斗精神，领略到了世界各地的文化和美好。我们还意识到了技术和科学创新的重要性，以及全球化时代下强化不同文化间的交流和包容的必要性。在今后的生活中，我们要以运动员们的奋斗和冬奥会的精神为榜样，开拓创新，艰苦奋斗。同时，加强文化交流和互动，实现文化交流的平等、互利和自由，促进人类文明的发展。

**第届冬奥会心得体会及感悟三**

从迄今发现最早人类滑雪起源地的新疆阿勒泰到举办第一届冬奥会的法国霞慕尼，从欧洲的都灵到美洲的普莱西德湖再到亚洲的`长野，从温哥华到索契再到平昌……我们随着雪花的脚步走遍了世界，雪花飘过运动员的飒爽英姿和夺冠笑脸，飘过历届冬奥会举办地的名胜古迹，也飘过万千民众参与冰雪运动的欢乐身影，最后不同国家的雪花飘到北京，落回了鸟巢，汇聚成了一朵更大的雪花、一朵共同的雪花、一朵人类的雪花！

我们共同见证主火炬点燃的瞬间

“万千雪花竞相开放万千你我汇聚成一个家”，纯洁、空灵、缥缈、浪漫、唯美、大气、恢宏、磅礴大概是我能找到形容这届开幕式的全部词语了，“文化自信”“人类命运共同体”这些概念在这一刻变得鲜活而生动！

我们共同见证中国代表团入场

具有北外元素的开幕式舞台效果

当中国国旗再次在鸟巢升起，当绚烂的\'焰火再次划过北京的夜空，我们一起见证了历史！而这一刻我也更加深入地理解了“世界上凡是有五星红旗升起的地方就有北外人的身影”这句话的真谛！

**第届冬奥会心得体会及感悟四**

第一段：介绍冬奥会背景和重要性（200字左右）

冬奥会作为世界上第二大规模的综合性运动会，具有重要的历史意义和全球影响力。它不仅是展示国际体育水平和跨国交流的平台，更是促进世界多元文化相互了解与交流的契机。冬奥会的举办，为整个社会带来了许多新的发展机遇和体验，无论是作为选手、观众还是志愿者，我都深深地感受到了其中蕴含的伟大和意义。

第二段：价值观的体验（200字左右）

冬奥会传递的价值观使我产生了深刻的体验。在运动员竞技舞台上，体育精神和国际友谊在比赛中得到了最好的体现。无论运动员来自哪个国家，他们都以自己最真挚的努力与对手争夺胜利。在比赛的背后，可以感受到运动员的团队合作精神、互助精神和奋斗精神。这种价值观的传递，让我深刻认识到努力、坚持和拼搏的重要性，激发了我向更高峰追求的动力。

第三段：文化多样性的感受（200字左右）

冬奥会给观众带来了世界各地的文化视角，让我深刻感受到文化多样性的魅力。比赛期间，不同国家的选手们在展示自己的竞技水平之余，也带来了各自独特的文化元素。观众们可以欣赏到美丽的冰雪艺术表演，体验到不同国家的传统文化、音乐和舞蹈。这种文化的相互交流让人印象深刻，也让我更加尊重和欣赏不同国家和文化间的差异。

第四段：志愿者经历的收获（200字左右）

作为一名冬奥会志愿者，我有幸参与了各种工作，从中获得了宝贵的经历和收获。在为运动员提供帮助的过程中，我深刻感受到了为他人服务的快乐和骄傲。每一次的亲身参与，让我更加了解到一个完整赛事背后所需的各种组织和协调工作。同时，也让我学会了团队合作和解决问题的能力，这些经验将对我未来的生活和事业产生积极而深远的影响。

第五段：冬奥会对城市的影响和个人的成长（200字左右）

冬奥会在举办城市的发展中起到了推动作用。举办冬奥会，不仅丰富了本地区的各项资源和服务，更提升了城市国际形象和知名度。冬奥会作为一个国际性的体育盛会，不仅能够为城市创造经济效益，也为城市建设和设施提供了发展契机。同时，冬奥会也为志愿者和观众个人的成长提供了宝贵的机会。通过参与冬奥会，我们可以锻炼自己的能力，拓展人脉，提升自己的综合素质。

总结（100字左右）

参与冬奥会，让我深刻体会到其巨大的历史意义和全球影响力。通过冬奥会的举办，我领悟到了运动价值观的重要性、文化多样性的魅力、志愿者精神的力量以及冬奥会对城市和个人成长的积极影响。参与其中，我不仅感受到了运动的魅力，还获得了许多宝贵的人生经验和成长机会。

**第届冬奥会心得体会及感悟五**

段一：介绍冬奥会的背景和意义（200字）

冬奥会作为世界规模最大的冰雪运动盛会，在全球范围内引起了广泛关注。它不仅是冰雪运动员们斗志昂扬、拼尽全力、争夺荣誉的舞台，更是国家间友谊和合作的象征。每届冬奥会都成为各国之间的交流平台，让世界各地的人们更好地理解和尊重彼此的文化差异。作为一名教师，我带领学生观看了冬奥会，在这个过程中，我深刻地感受到了冬奥会的魅力和重要性。

段二：冬奥会给我们带来的启发与教育（200字）

通过观看冬奥会，我们可以看到成功背后的艰辛和汗水。运动员们几年甚至十几年的苦练，为了一击必中的那一刻，他们放弃了许多人们普通生活中的享受和乐趣。这种顽强拼搏的精神，对我们教师和学生都有很大的启示。我们需要告诉学生，只有经过不断地努力和付出，才能达到目标和理想。此外，冬奥会也教育我们要善于竞争，但同时也要尊重对手。运动员之间的紧张对抗并没有影响他们之间的友谊和尊重，这是我们教育学生团结友爱、互助合作的重要内容。

段三：冬奥会对我个人的影响（200字）

冬奥会让我深刻地认识到体育运动的重要性。在现代社会中，人们因为忙碌的工作和生活往往忽略了健康的重要性。然而，冬奥会的精神给了我启示，健康是生活的基石。通过身体的锻炼和运动，我们可以拥有一颗健康的心脏，一个强壮的身体，更有活力和热情地面对生活的挑战。作为一名教师，我将更加重视学生的身体健康教育，并鼓励他们参与各种体育活动，养成良好的运动习惯。

段四：冬奥会对国家的影响（200字）

冬奥会不仅仅是为了单纯的竞技，与此同时，它也是对主办国家的巨大挑战和机遇。冬奥会的举办会促进当地经济的发展，提高城市的知名度和吸引力，推动旅游业的繁荣，并且为世界各国之间的文化交流搭建了平台。作为中国教育工作者，我真切地感受到了中国举办冬奥会给我们带来的自豪和振奋。中国冬季运动的发展和提高是冬奥会举办的重要动力，我们将更加重视体育教育，为培养更多的优秀运动员做出贡献。

段五：冬奥会的未来和展望（200字）

随着冬奥会的不断发展，我们可以预见它将继续成为全球最具影响力的体育盛会之一。冬奥会不仅会成为冰雪运动发展的推动者，还会为人们提供更多的娱乐和文化交流活动。我相信，未来的冬奥会将会更加创新和多样化，给全球各国人民带来更多的乐趣和惊喜。作为教师，我们要将冬奥会的精神融入到教育中，激发学生的积极性和潜力，为国家的发展做出贡献。

总结：通过这次冬奥会的观看，我从中获得了很多启发和教育。不仅加深了对体育运动的认识，更对学生的教育起到了积极的推动作用。冬奥会的举办也让我们更加自豪和骄傲，展望未来，冬奥会将会继续成为世界体育发展的重要平台。在教育中，我们要将冬奥会的精神传递给学生，并鼓励他们树立积极向上的态度，追求自己的梦想和目标。

**第届冬奥会心得体会及感悟六**

巍巍山河，悠悠历史，所见，处处物华天宝；所闻，个个人杰地灵，这就是——宣化，我们美丽的家乡。

千百年的岁月峥嵘，多少次的`风雨洗礼，这片土地仍是那样的满目葱茏，仍是那样的遍地金黄。春天鸟语花香，夏日天蓝水净，秋去硕果累累，冬至瑞雪皑皑。人啊，尽享美好社会带来的生活富足，古城啊，在创城路上又掀新的篇章。

20\_年的冬奥会是张垣大地宏图大展的时刻，也是古城宣化创新发展的契机，生活需要感恩的心去创造，城市需要热情的人去呵护，于是，一群有理想，有追求，有爱心，有激情的社会义工如旭日朝阳蓬勃向上，挺身而出。他们以自己的行动为家乡献出一份爱心，他们用自己的双手为古城描绘春秋华彩，放眼未来冬奥，建设生态城市，打造环保品牌，提高社会文明，一切一切啊，爱我绿色家园，助推冬奥辉煌。

我们用汗水浇灌每一棵树苗，我们用兄妹之情拉起一双双残疾的手；我们以行动照顾每一位老人，我们以爱国之情唱起一只只红色的歌。这个社会摈弃庸庸碌碌，这个社会彰显轰轰烈烈，幸福之桥爱心建造，生命之路真情激荡。

我们都有一个家，名字叫中国。我们都有一个家乡，名字叫宣化。我们将祖国的复兴为己任，我们把故乡的美好当自责。奉献爱心，共享和谐，滋养我们生命的地方，处处景色宜人，四野绿茵芬芳。

啊！冬奥环保志愿者，啊！一群甘于奉献的人。歌声飞扬，唱出社会主义的美好未来；舞步翩翩，秀出大好河山的日月星光。

**第届冬奥会心得体会及感悟七**

星期天早上，我早早起床做好准备，因为今天我邀请了20xx年北京冬奥会的小特使冰墩墩和我一起去爬采石矶的翠螺山。他可是远道而来的客人，听说他还是个运动专家呢!既然这样，带他领略一下我家乡的美景，顺便来个登山运动就再合适不过啦!

翠螺山远远望去，像一只巨大的螺蛳卧在江边。满山的青松翠竹，像在螺壳上披了一件翡翠的衣裳。不一会儿，我们就来到了山脚下，今天天气格外的好，太阳公公伸着懒腰，也在慢慢往山顶上爬。登山的古栈道上也来了很多锻炼的人。我说：“大家可真早啊!”“是啊是啊，我们也赶快热热身，上山吧，我都等不及要从山顶看看长江了!”冰墩墩说。

刚爬到半山腰，我们就看见了一位老爷爷，它扶着一棵路旁的大树，好像有点不舒服。冰墩墩赶忙冲上去，对老爷爷说：“爷爷，您是不是累了，要不先歇会吧!来来，您可以坐下来，靠在我的身上。我身体软软的，可舒服呢!”我也一起过来，扶着老爷爷坐下，给老爷爷喝了点水，老爷爷靠在冰墩墩身上，笑着说：“嘿嘿，靠在你身上，真的好温暖，好舒服啊!”休息了一会，老爷爷精神似乎好多了，他对我们说：“谢谢你们的帮助，山上风景很美，你们一定要爬到山顶啊!”才向我们道谢，老爷爷就又继续往山下去了。

我们三个一边欣赏着路边的景色，一边继续往山顶上爬。可能是平常锻炼太少了，我累得有点喘不过气来，但是看到冰墩墩比我个头小，还比我更有精神，我在心里也暗暗下决心，以后一定加强锻炼，可不能输给他了。快到山顶的时候，突然远处传来了一阵哭声，我们寻着声音找，原来是个小朋友因为顽皮和妈妈走散了，还把腿给摔破了，正哇哇大哭呢!我赶忙过去，轻轻抱住他，帮他擦干眼泪，说：“别害怕，有我们在，我们会陪着你找到妈妈的。”我从背包里拿出创口贴，给小朋友贴上。冰墩墩也连忙挤过来说：“别哭啦，你看你看，我像不像一个大大的冰糖葫芦呀!”“不像，一点也不像，你就是个大熊猫!”小朋友含着眼泪，噘着嘴说。“不信你舔舔我的圆脑袋，看看是不是甜的!”，冰墩墩低下头，把脑袋伸到他的嘴边。小男孩半信半疑，还是没忍住，伸舌头舔了一下，“哇，真的是甜的，和糖葫芦一样呢!”就这样，小家伙终于笑了。我在路上找了一位阿姨帮忙，给小朋友的妈妈打了个电话，很快他的妈妈就赶过来了。

太阳公公爬上山顶的时候，我们也终于到达了山顶的三台阁，我和冰墩墩都激动得说不出话来。爬山的辛苦全都忘记啦，吹着江边的风，看着脚下的滚滚长江，远处长江大桥上的车辆来来往往，我无比自豪地介绍说：“你看，这就是我的家乡，美丽的江边诗城。”

下山之后，我和冰墩墩道别，他就要启程去下一站了，我们相约20xx年在张家口赛区见，到那时，他也要带我去爬爬崇礼的翠云山。

在这一天的登山旅途中，我们不仅锻炼了身体、欣赏到了风光，更重要的是帮助了他人，“予人玫瑰，手有余香。”这真是幸福而温暖的一天。

**第届冬奥会心得体会及感悟八**

众所周知，熊猫是我国的国宝。可是，你知道这只熊猫吗？它就是我国20xx年冬奥会的一只吉祥物冰墩墩。

说了你可能不信，它最初的.原型竟然是冰糖葫芦！这是由于在吉祥物评审的过程中，冰糖葫芦的创意作品入围了前十，它就是冰墩墩最初的创意来源。后来，设计团队经历了长达半年多的修改，才改成冰墩墩。可以说，如果没有最初冰糖葫芦的创意作品，就没有现在的冰墩墩。

说完了它的来历，就说说我对它的理解吧！

一开始，我认为它是冬残奥会的吉祥物。因为我认为冰的意思是坚强；墩墩的意思是健康，是鼓励残疾运动员的。后来却发现我乌龙了。冰的意思其实是象征着纯洁、坚强，是冬奥会的特点；墩墩，其实是意喻着敦厚、健康、活泼、可爱，象征着冬奥会运动员强壮的身体、坚韧的意志和鼓舞人心的奥林匹克精神。

其次，我发现它有冰雪一样的外壳，外形特征与冬奥会的特点很相符，展示了冬奥会的特点，我认为让它做冬奥会吉祥物的选择真的不错。

看，一个普普通通的名字背后居然有一个故事，是不是很神奇？其实，这种现象很常见呀！比如，雪容融和福娃的名字背后也都有一个故事。亲爱的朋友，下次我再说给你们听吧！

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！