

# 冬季奥运会感悟 北京冬奥会心得体会精选

心得体会是对所经历的事物的理解和领悟的一种表达方式，是对自身成长和发展的一种反思和总结。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 冬季奥运会感悟 北京冬奥会心得体会精选篇一

我因为对篮球运动的痴迷，进而对其他所有的运动都或多或少的有一些喜欢和了解。当2022年逐步走近，我的心里对明年在北京举办的冬奥会也满满地期待。

奥运是什么？我觉得那是一个舞台，展现着力量、意志、技巧和自然的美，以及生理上的极限，赢得了数以亿记观众的青睐，人们为胜利所鼓舞，为失误而遗憾，为参与而自豪。

没一个冠军，是在舒适安逸中得到。当人们惊叹于运动员的辉煌时，却很少关注他们的日常。残酷的训练，枯燥无味的坚持……然而他们乐在其中，风雨无阻，勇往直前，牺牲了自己的青春，将泪水洒在了训练场。他们在自己热爱的项目上废寝忘食不断拼搏，从中得到运动的乐趣。他们怀着为国争光的理想，为自己的梦想努力！当国歌奏响，所有的苦和累，在这一刻，凝结成甜甜的泪。

明年，在鸟巢，在张家口，这些冲破寒风，迎向冰雪，将汗水无数遍挥洒的健儿，将向世人明证：成功源于坚持。

而我，一名普通的中学生，在遥远的地方向着你们致敬。

即使不在体育赛场上，我也要奥林匹克精神传扬。我在中

考这没有硝烟的战场，如同你们在冰天雪地的赛场，满怀激情，满怀对胜利的渴望，不断地挥洒汗水，有一份劳动就有一份收获，日积月累，从少到多，奇迹就可以创造出来。

“不经一番寒彻骨，那得梅花扑鼻香”。每一名冬奥运动健儿，就是一朵在冰雪中绽放的梅花，寒风与冰雪，不过是淬炼其品格罢了。

在寒雪中，我将以“积跬步，行万里”的姿态，好好学习，为自己加油，为你们加油，为中国加油，为2022年冬奥会加油！

## **冬季奥运会感悟 北京冬奥会心得体会精选篇二**

顾名思义，“冬奥会”就是冬天举办的奥运会，那自然都是能看到一些冰雪运动的，比如说冰球、冰壶、滑雪、滑冰……种类繁多，我就说一下我看了冰壶比赛后的感想。和所得到的启发。

我想，冰壶中较难的因该就是投壶了，要是力度没控制好，角度没掌握好，那么将会输掉整场比赛，真是十分困难。不过我十分敬佩投壶的选手们的精神。在这种情况下，选手们，还得努力投好壶，尽量投出决定性的球，投出两分的成绩，才能让自己的队占上上风。

投壶固然重要，但没有擦冰的人，球也不会很理想的到达指定区域。在刷子刷了之后，球为什么可以滑得更远呢？因为场地上撒了一些小颗粒，在刷子的摩擦之后，就会变成水，光滑的壶面在有水的冰面上就能滑得更快啦！所以说，擦冰人是个球的导航仪，呵呵！

队长负责战略，俗话说“动手动脑”嘛！打球也是这样的，要有战略，所以队长是个文武之人，既会投壶，又有战略。厉害呀！

投壶还要有始有终，要是前七个球都打好了，对方最后一个球却让我方前功尽弃，所以说，不到最后，谁都不要放弃，就是这样。

最后，我说下自己的感想，人生就像冰球赛场，要是差了分毫的距离，就会失去许多的东西，所以我们要从小打好基础，长大才会大有作为。毕竟，“罗马不是一天建成的”嘛。

## 冬季奥运会感悟 北京冬奥会心得体会精选篇三

19日，也就是第一天。由于春运期间要提前3个小时抵达机场，我们6点就在学校集合。经过几个小时波折后，我们的飞机起飞，直飞北京。

到达北京，那里温度只有1度。空气十分清新，再伴随没有污染的蔚蓝天空，使人十分舒畅。北京的冬天树上是没有一片叶子，所以我看见树上挂着不少大大小小形形色色的鸟巢，形成了一道独特的靓丽风景。

用过午餐，我们去参观了海内外著名的清华大学。由一位六年级同学的表叔(清华本科生)当导游，为我们介绍清华大学。这间大学有上百年的历史，校内除老师有九万学子，清华的校训是“自强不息，厚德载物”，它鼓舞着清华学子们奋进!清华大学部分建设采用俄式风格，那不算太豪华的花纹做得极其精美，让人赞叹。

在清华漫步了一个多小时后，我们便按照行程游览了颐和园，但那时候黄昏落日，多漂亮的景物都变得灰蒙蒙的，我只好花了5元买了一套明信片看了个够!

第二天，我们5点就被叫了起来。为什么?还不是要看那号称“雄伟、壮观”的升旗仪式呗!在拥挤的人群里饱受寒风一个多小时后，我们终于见到了国旗班战士的雄姿，他们只穿着薄薄的衣衫，连手套都没戴，但他们依然昂首挺胸，这些仁兄

实在是令人钦佩啊！

在天安门对面站了两个多小时，手脚都不知道还在不在，因为行程很紧，时刻不能停歇。所以我们又立刻马不停蹄地赶往“亚洲规模最大，占地70万平方米”的中国航空博物馆。我亲眼目睹了我最爱的“零式”战斗机的雄姿呢！

午餐“充电”完毕后，我们就到八达岭长城当英雄好汉，长城上强风劲吹，寒风刺骨。连迈步都十发地艰难，爬坡时我几乎是手脚并用，才爬上去的。

不过英雄好汉总是当了一回！

这一天还好，起码能多睡一个小时(不过还是很早)我们今天的行程主要是北京府学胡同小学(名字真拗口)的交流活动和紫禁城。

经过一个多小时的车程，我们就到了府学胡同小学，这是一家600多年历史的小学。为了迎接我们，他们专门让大队干部回来当“小导游”。交流活动过后，我们一起跳大绳，我们最高记录是16下，他们却能跳80多下，整整是我们的5倍(好丢人啊)！

下午我们便照行程参观紫禁城，给我留下最深刻印象的就是太和殿。那是一个用浓重的红色涂的房屋，给人喜庆的感受，上面盘缠着几条巨龙，无论做工到颜色都无可挑剔。金玉辉煌的瓦顶好似向人们宣告：我们的天子就在这里办公。门上的花纹更是仔细，门神虽说看上去身肉，但它身体各个部位的比例都恰到好处，让人耳目一新。

我们继续深入，到了后宫。参观了电视剧《还珠格格》里阴险皇后住的“坤宁宫”。我们还参观了御花园。听说皇上重阳节也要登高，这个“高”其实就是一层楼高的土丘，我们几乎笑岔了气。

看来皇上的本事也不多呀！

第四天，我们去了最最好玩、令我们最兴奋的科技博物馆，我和冯思奇、霍俊伟、李明翰上蹿下蹿，玩得不亦乐乎。午餐后，我们就去了景泰蓝工厂。原来景泰蓝是铜做的，如果不故意砸是不会烂的。随后我们又去土特产超市买了些东西捎回家。

## 冬季奥运会感悟 北京冬奥会心得体会精选篇四

随着优美的音乐，羽生结弦闭上双眼，等着节拍，慢慢放松下来，又好像是在想着接下去的舞姿。

突然他头往右一摆，开始舞蹈了，他与音乐一样柔和，轻轻的滑着，在冰面上滑成了一个圈，他不急不慢，仿佛已经沉浸在音乐之中了。音乐猛的响了，羽生结弦的身体微微下压后，猛的跳起来，在空中转了三个圈后，稳稳的落地又转了一个小圈。全场在他跳完后稳稳的落地而欢呼，之后又渐渐安静了。

音乐又再一次变得平静而又柔和的，羽生结弦舞动着身姿，半闭着眼，好像正在酝酿的下一个起跳。在平静的音乐下，选手身姿又一次跳起，在空中再一次的旋转了三个完美的圈，再在冰面上转了一个小圈，全场又一次爆发出雷鸣般的掌声。

音乐缓缓的欢快起来。羽生结弦，开始了欢快的舞蹈，灯光、目光，都汇聚在他身上，他成了大家的最佳焦点，他的舞姿十分欢快，全场仿佛都沉醉在他的舞姿里了。

欢快的音乐仍在作响。羽生结弦又一次压低身板，然后在空中转了三个稳稳的圈后落地，全场欢呼，他又在瞬间再一次跳跃，不过这次有些小小的误差，但他还以一个大大转圈稳住了重心。他的成绩接近总分。

最后，音乐停止了，羽生结弦张开双手谢幕。

## 冬季奥运会感悟 北京冬奥会心得体会精选篇五

五千年的积淀，百余年的奋勇，多少兴衰成败，多少荣辱悲欢，成就了如今的涅槃。今天，冬奥会将首次在我国举办，亦使北京成为首个同时举办过冬、夏奥运会的城市，今日之成就离不开十四亿海内外同胞的全力奉献，不是我们在中国之中，而是，我们就是中国。

冬奥会的举办不仅仅是让世界了解冰雪，更是让世界认识中国。作为拥有上下五千年历史的主办方从徽章到场馆，从冬奥标志到吉祥物，所有设计无不彰显我国从古至今的传统文化。这我不禁想到了2008年的那场奥运会，它们都令人心潮澎湃，更让我们感受到传统文化之力量、优美。

当世界各地的年轻人缓缓走过场地，画开的是一幅幅生活画卷，年轻人成为了这个世界发展的中坚力量。

当来自阜平山区的儿童唱起奥运之歌时，当广场舞在奥运会场跳起来时，我感受到了伟大祖国的人民信仰，中国是人民的中国。当火炬开始传递，代表了中国的奋起之路，从全国冠军，到世界冠军，再到世界记录保持者，最后到新的运动员点燃奥运之火，这是中国体育的艰辛崛起之路，这是所有中国人的期盼与荣光，这更是需要中国的青年人当仁不让接力的下一棒！因为世界终究是我们这代青年人的！最后的奥运之火没有过去的熊熊燃烧，而是像火种一样插在了每一个参赛国家的点火台上，这是史上绝无仅有的，这是新意、这是团结，这印证了我们所倡导的世界新主题：人类命运共同体。

忆十四年惊涛骇浪，九万里风鹏正举，苔花似的人们必然还是那般百折不挠！十年饮冰，难凉热血，清澈的爱，只为中国！

## 冬季奥运会感悟 北京冬奥会心得体会精选篇六

我来了!是谁来了?当然是我们中国人来了!是2022年冬奥会和冬残奥会的东道国来了。想到这儿,我心里满满是自豪感。

我们中华民族的人口占世界人口的'五分之一,接近于两个多欧洲的人口,有我们中国参加的奥运会才是盛大的国际体育盛事。更有意义的是,2022年世界冬奥会和残奥会将在北京举行。去年冬奥会和残奥会的吉祥物揭晓,“冰墩墩”和“雪容融”脱颖而出。

冰墩墩,他寓意深刻,“冰”象征着纯洁、坚强,是冬奥会的特点。“墩墩”意喻敦厚、健康、活泼、可爱,契合熊猫形象,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。

冰墩墩头部外壳造型取自冰雪运动头盔,装饰着彩色光环,其灵感源自于北京冬奥会的国家速滑馆“冰丝带”,流动的明亮色彩线条象征着冰雪运动的赛道和5g高科技,左手中的心形图案,代表着我们国家对全世界朋友的热情欢迎。冰墩墩整体形象酷似航天员,寓意创造非凡,探索未来、体现了追求卓越、引领时代,以及面向未来的无限可能。

雪容融名字的寓意同样深刻,“雪”象征洁白、美丽,是冰雪运动员的特点。“容”意喻包容,宽容,交流互鉴。“融”意喻融合、温暖、相知相融。“容融”表达了世界文明交流互鉴、和谐发展的理念,体现了通过残奥运动创造一个更加包容的世界,体现了通过残奥构建人类命运共同体的美好愿景。

雪容融,以灯笼为原型进行设计制作。灯笼具有鲜明的中国文化特色,有着2000多年的悠久历史,是世界公认的中国符号。他是欢乐喜庆节日气氛和“瑞兆丰年”喻意的完美结合,表达了共同参与、共同努力、共同享有的办奥理念。

我喜欢你们，冰墩墩和雪融融。

## 冬季奥运会感悟 北京冬奥会心得体会精选篇七

一滴冰蓝色水墨高悬于鸟巢上空，丝绸般的模样牢牢牵住每个人期待的目光与跳得异常猛烈的心。这里，正在举行第24届北京冬奥会开幕式。

那滴水墨缓缓下降。一阵浪涌来，滔滔不绝的黄河之水沿着水墨奔涌而下。一瞬间，整个场地内都奔涌着滚滚而来的天上水，波涛汹涌，势不可挡，以排山倒海之势、雷霆万钧之力冲向远方，向世界展示出中国锦绣河山。

浪花逐渐减少，河水慢慢冰冻，声势浩大的场面渐渐静谧，巨大的冰立方逐渐升起。几束激光打破了冬日的沉寂，代表24届冬奥会的24道激光刻刀在冰立方上飞速移动，雕刻出过往23届冬奥举办城市，冰立方上光影闪动，五彩斑斓，最终定格在“2022中国北京”冬奥会的图案上。刻刀雕刻历史，雕刻时光，雕刻创新，雕刻大国风范。

欢呼声渐渐停歇，6位冰球运动员挥动球杆，一同将冰立方前巨大的影像冰球击入冰立方中，冰球来回撞击，带动所有观众的目光随它移动，激光刻刀更猛烈地雕刻着，一个晶莹剔透的冰雪五环在“冰立方”中破冰而出，将时光凝固，冰雪盛会的雪花让思绪飞扬，刚刚宁静的会场再次爆发出雷鸣般的掌声。

破冰，意味着打破隔阂，互相走近，大家融为一体，和睦共处。如今疫情仍未退去，形势依旧严峻，需要持续努力，我们应积极坚持构建人类命运共同体，团结一致，互相帮助，积极合作，共同抗击新冠疫情，取得“破冰”的胜利，赢来欣欣向荣，生机勃勃，病毒消除的春天！

冬奥会正如期在双奥之城——北京举行，让我们张开双手共同迎接这壮丽的冬奥会，共同期待“破冰”——病毒消除之日的到来！祝冬奥会圆满结束，祝我们的奥运健儿取得好成绩！