

# 最新冬奥会心得(模板7篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 冬奥会心得精选篇一

星期天早上，我早早起床做好准备，因为今天我邀请了20\_\_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。

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2022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。

## 冬奥会心得精选篇二

当冬奥的圣火再次点燃北京，北京这座全球唯一的双奥之城，让这场万众期待、共同参与的冰雪之约成为世界的历史性盛宴。

冬奥会展现出我国科技力量强大。为了使冬奥会能够正常运行，国家对京津冀等地方做出了积极的调整。同时，为了响应绿色低碳环保的生活，国家使用智能机器人代替人的工作，这不仅响应了国家政策，也对，新冠疫情的防控起到了作用。

由此可看，我国已经不是那个任人宰割的旧中国，而是对世界有着一定的影响力的新中国。

冬奥会展现出我国文明友好的形象。“有礼仪之大，故称夏有服章之美，谓之华。”中国素有礼仪之邦的美誉。作为东道主，冬奥会的成功举办，离不开中国人民的支持与参与。面对曾经侵略我们的日本，我们并不以此要挟，而是接受他们。我们秉持着奉献，友好，互助，进步的精神，以最饱满的热情展现中国文明友好形象。

冬奥会传递着中国价值。2022年北京冬奥会正好在正月里举办，许多参加本次奥运会的运动员已经早早到达场地开始训练，在这里，他们感受到中国年的滋味，感受到中国情怀，让他们感受到中国节日的温暖。感受一场中国元素的文化盛宴，从会徽“冬梦”到吉祥物“冰墩墩”和“雪容融”，从国家速滑馆“冰丝带”到国家跳台滑雪中心“雪如意”一幕幕，具有中国文化特色的形象景观，这一幕幕都展现出了中国文化的源远流长。更传播了中华文化。

本次冬奥会的主题是向青春，向未来，寓意着我们要向着未来前进，作为青少年的我们，我们不应该迷茫于过去，应该跟进时代的步伐，做新时代的开拓者，奋发着。

现在正值中华民族伟大复兴的时刻，我们的目标就是实现中华民族伟大复兴。我们相信，站在前人的肩膀上，我们一定会再续辉煌，再次取得伟大成就，中国的未来一定是光明的。最后，祝愿本次奥运会的体育健儿们能够取得理想的成绩！

### 冬奥会心得精选篇三

一个梦，一个五彩缤纷的梦，从窗子里飞了出去。它是一个冬奥梦，它要去寻找今年的冬奥冠军。

通过思考，我想：也许中国就是冬奥冠军。中国的花样滑冰

双人滑、速滑女子500米、短道速滑女子3000米接力都是优势。其他孩子们似乎也想到了这点,滑冰场上的人数不断增加,滑雪场的队伍排得长长的;建筑工人也日夜不停地造滑冰场、滑雪场,大家都为了夺冠而奋斗;运动员们更是不辞辛苦地训练,他们要在冬奥会上为祖国争光,为此付出更多汗水。看到这一幕我很自豪,能在一个人民团结的国家中生活很可贵。中国人民一致坚信:中国是奥运冠军!

也许未来,这些在溜冰的孩子们也会成为运动员,在冬奥的舞台上大显身手,夺得金牌。从滑冰场的上方向下看是一幅多美的画卷啊!滑雪场上也充满冬奥气氛。纯洁、坚强、健康、活泼的心都献给冬奥、献给祖国!

这些,只不过是梦想,过不了多久,这个梦想就会成为现实!

## 冬奥会心得精选篇四

今年是虎年,也是奥林匹克年。昨天是中国二十四节气中的立春,也是2022年北京冬奥会的开幕式。当立春遇上冬奥,一切都变得浪漫起来了。

冬奥会开始前的倒计时,是以24节气为主题的,每一个节气都有一句属于自己的诗。我们将中华优秀传统文化巧妙地融入了冬奥会,向世界传播中国文化。

这次冬奥会的口号是“一起向未来”。在运动员们入场时,志愿者们手中拿的引导牌更是独具匠心,他巧妙地将雪花与中国结融合在一起。隔着屏幕,我都能感受到这浓浓的中国气息。

升国旗这个场面让无数中国人泪目。几名少先队员拿着国旗交给各行各业的优秀代表们,国旗在人们的手中传递,我们的心也热烈起来了,国旗冉冉升起,场内气氛也达到了高潮。

火炬传递仪式无疑是最激动人心的了。六棒火炬，七位传递手分别是50后，60后，70后，80后，90后和两位年轻的00后。随着圣火的交接，奥运圣火逐渐靠近有写着全部参赛国家名称的小雪花所组成的大雪花（主火炬），而带着奥运圣火的火种被留在了火炬台上。至此，圣火点燃仪式圆满完成。

不同于以往的大火这次的奥运圣火是一个微火，这是史无前例的一次伟大的创举，“星星之火，可以燎原。”这圣火留在了每一个人的心中。

今天，第24届冬季奥林匹克运动会在北京开始了，祝我国的运动健儿们赛出好成绩！

## 冬奥会心得精选篇五

“北京！”当国际奥委会主席发出不太标准的读音时，神州大地翘首以待的亿万中国人再次沸腾了！如同\_年前萨马兰奇在莫斯科宣布北京获得2008年奥运会承办权时一样，中国人民在这一刻都沉浸在忘我的兴奋状态之中。北京，成为世界上首次能主办冬季和夏季奥运会的城市！会议结束后，北京市市长王安顺面对央视记者采访，道出五个关键词——高兴、感谢、、敬意、欢迎。

奥运会不是一个简单的体育竞技比赛，而是一种用永远不变的信念。作为一名小学生，也许我们还不能像体育健将那样为祖国拿金牌，也没有机会亲临赛场，参与奥运会的服务与接待工作，但只要我们从现在做起，一样可以为奥运出一份力！

我们要做一个讲文明的小使者。冬奥会来临之时，我们用文明点缀城市的每个角落，伸出礼仪的双手迎接八方来客，这样才能弘扬我们的民族精神，彰显我们的民族文化。

我们要做一个有礼貌的好向导。别的国家的人民光临北京看

奥运，是我们全国人民的骄傲！作为“小主人”的我们，应该说有礼貌有修养的话，应该用千百倍的热情为客人们服务。比如：做个翻译员，帮外国朋友指路等等，一定能让外国朋友感受到我们中国人的热情，让国际友人回味舒缓的感觉，文明的味道。我们要做一个个的环保小卫士。我们要用实际行动来实现“绿色的中国盼奥运”的梦想。从身边的小事做起，不乱丢垃圾，随手捡起垃圾，让我们的城市天蓝、地绿、水清气爽，让外国朋友在我们的首都北京和张家口流连忘返。

不再等待，从现在做起，从一点一滴做起，从我做起，伸出双臂，迎接我们的冬奥会！

## 冬奥会心得精选篇六

2月23日凌晨，经过了14天的角逐，索契冬奥会终于落下了帷幕。这次冬奥会，没有了王蒙的中国队只取得了3金4银2铜的成绩。

比赛刚开始，小将韩天宇的表现就令我们大开眼界。他力压偶像安贤洙，勇夺1500米短道速滑银牌。这是中国短道速滑的后备力量，也是潜力所在。

紧接着，有时又是短道速滑，在刘秋宏和范可新都没能进入决赛的不利情况下，28岁的李坚柔在三名对手接连甩出赛道的情况下，坚持完成比赛，夺得了中国代表团的首枚金牌。这里虽有一些运气成分，但就像解说杨扬说的那样，这块金牌和李坚柔的稳定性是分不开的。

在速度滑冰的赛场上，中国队又给我们创造了惊喜。在500米的赛场上，名将王北星名列第七。而张虹则名列第四，虽与奖牌无缘，但也是一个突破。到了1000米的赛道上，张虹被分到慢组。一开始、张虹的速度就把当时的最快纪录甩在了身后，接着，她在过了600米的“极点”后，不像其他选手那

样大幅减速，而是越滑越快，最终以1分14秒02的成绩暂列第一。在快组的9组比赛中，美国的名将们曾经在600米之前比张虹快很多，可是过了600米，速度就下降许多，最后都没有超过张虹。我和张虹一样，等了一个多小时后，在最后一组比完赛，我们都蹦了起来，大声喊着，欣喜若狂。张虹的爆冷夺冠，不仅是中国在速滑项目上的第一枚金牌，也说明了中国在此项目上，慢慢崛起。

女子1500米的决赛如期举行。周洋和李坚柔进入了决赛。比赛一开始，李坚柔和其他两名选手就意外摔倒，赛道上只剩下周洋一名中国人。她从第四，超到第三，又超到第二，在还剩两圈时，有从内道强行超越了世界第一沈石溪，并将优势保持至终点。这是中国的第三金，也是周洋卫冕的一块沉甸甸的金牌。

男子冰壶。中国队开局顺利，一度占据第一。可到中间连输，幸亏最后凭借对英国队6：5的绝杀，进入到四强中。四强之战，中国先是输给了加拿大，又在加时赛后手的优势下连犯两次手过线的低级失误，输给了瑞典。这次虽然只获得了第四，但涌现出了“定海神针”般的四垒刘锐。他每到关键时刻有如神助的击打总能命中目标。达到目的。

我最想说的是男子5000米接力。开局即摔倒的中国队并没有放弃，而是狂追54全超越哈萨克斯坦队夺得铜牌。这是一种多么伟大的民族精神！不抛弃，不放弃，这才是中国男儿的本性。

庞清佟健。这对组合征战了四届冬奥会，却从未取得金牌。这次，虽然只名列第四，但是他们用近乎完美的动作，给36岁的自己，画上了一个完美的句号。

中国冬季项目总体是冰强雪弱。而在自由式滑雪的赛场上，中国的徐梦桃摘得女子银牌，老将李妮娜获得第四，而齐广璞获得男子第三，贾宗洋获得第四。这也说明了中国在雪上

项目的实力。

作为20\_\_年冬奥会的申办国，中国已超越韩国，成为冬奥会的“亚洲第一”。此非名不虚传。3金4银2铜，还有数不清的第四，还有16岁的小将韩天宇，17岁的武大靖，21岁的范可新等。一代又一代的潜力新秀的出现，标志着中国在冬季项目上的地位在逐步提升。

## 冬奥会心得精选篇七

我来了!是谁来啦?当然是我们中国人来啦!是2020年冬奥会和冬残奥会的东道国来啦!我们中华民族是一个创造了辉煌文明的民族，中国人口占世界的五分之一。没有我们中国参加的奥运会，就不算是真正的奥运会;没有我们承办的奥运会，奥运会的历史就不会完整。2022年冬奥会和冬残奥会，我们中国来了!开放的中国、强大的中国，正欢迎各国的运动健儿参加2022年冬奥会和冬残奥会。

我国汉朝开启了丝绸之路，首次开通了陆路对外交流，为汉武帝打击匈奴，扩大中国版图奠定了基础。因为佛教的传入，加强了与南亚各国的交流;唐朝是中国历史最繁荣的时期，设置了西域都护，促进了与外国的交流，海陆也开通与日本等东亚诸国频繁往来，在世界上首次形成儒家文化圈;明朝郑和下西洋，引进外来物种，如长颈鹿、香料，同时输出茶叶、陶瓷等，那时候中外贸易很频繁。这次冬奥会和冬残奥会，像以往每一次体育赛事一样，将进一步促进中国与外国的交流合作。

冬奥会和冬残奥会是国际性的盛会，是中国和外国友好往来的舞台，是中国全面走向世界、融入全球的桥梁。冰墩墩和雪容融，我相信它们能促进中外友好交流合作，让本次冬奥会和冬残奥会成功，让世界更多地了解中国。

冰墩墩不仅是一个吉祥物，其实它还是一只象征纯洁、坚强、



敦厚、健康，活泼、可爱的熊猫。它的面纱是白色的，面罩的周围有着五彩的线，它的外壳也是白色的。广州美术学院设计团队最初的作品是“冰糖葫芦”，而“糖葫芦”外表的冰壳也与“冰雪运动”或多或少有些联系。最终“冰壳”的创意得以保留，随后又经过无数次的探索，修改重点终于逐渐明朗——被冰壳包裹的熊猫。我们中国人真富有创造力啊。

雪容融满身都是红色的，你看它的脑袋像不像一个灯笼呢？灯笼具有鲜明的中国文化特色，有着两千多年悠久历史，是世界公认的“中国符号。”它能渲染欢乐喜庆节日气氛，有“瑞雪兆丰头”的美好寓意，表达了中国人共同参与共同努力共同享有的办奥理念。灯笼代表着收获、喜庆、温暖和光明，顶部的如意造型，象征吉祥幸福。和平鸽和天坛构成的连续图案寓意着和平友谊，突出了我们中国作为举办地的特色。装饰图案融入了中国传统剪纸艺术，面部的大雪块，既代表了“瑞雪兆丰年”的寓意，又进行了拟人化的设计，大冰块成为雪容融的漂亮脸蛋，凸显吉祥物的可爱。雪容融的名字也很有寓意：雪——象征洁白、美丽，是冰雪运动的特点；容——意喻包容，宽容，交流互鉴；融——意喻融合、温暖、相知相融。