

# 2023年看冬奥会心得体会 看冬奥会的心得体会和了解(7篇)

当我们经历一段特殊的时刻，或者完成一项重要的任务时，我们会通过反思和总结来获取心得体会。心得体会对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得体会呢？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。

## 2023年看冬奥会心得体会 看冬奥会的心得体会和了解(7篇) 篇一

冬奥会自20世纪初举办以来，秉持着“更快、更高、更强”的奥运精神，成为全球体育界的盛事。作为炙手可热的国际赛事，冬奥会不仅能让人们欣赏到精彩的比赛，更能够带给我们许多心得体会和了解。在观看冬奥会的过程中，我深刻地感受到了运动员的拼搏精神、国家的团结力量以及冰雪运动的魅力。

首先，冬奥会让我深刻体会到运动员的拼搏精神。在比赛现场，运动员们精神饱满，不畏艰辛，为了最好的成绩而奋斗。他们在冰雪场上为国家争光，追求卓越的表现。无论是速度滑冰、短道速滑还是雪车等项目，运动员们的奋斗态度和顽强拼搏的精神都给我留下了深刻的印象。他们的努力和坚持告诉我，只有付出足够的努力，才能取得成功。

其次，冬奥会让我意识到了一个国家的团结力量。无论是观看比赛还是社交媒体上的讨论，我都能感受到人们团结在一起，为自己国家的运动员加油助威。特别是在雪上项目中，我看到了像雪橇和雪车这样需要团队合作的项目，团队成员之间的紧密配合给我留下了深刻的印象。这使我深刻认识到，只有团结一心，才能够取得最好的成绩，完成最艰巨的任务。

此外，通过观看冬奥会，我对冰雪运动有了更深入的了解。冰雪运动是一项需要极高技术和身体素质的运动，而且各个项目有着不同的规则和技巧。在观看比赛的过程中，我了解到了速度滑冰比赛中选手通过技巧和力量穿越冰面，短道速滑比赛中选手在狭小的场地内完成各种跑动和超越，以及雪车比赛中选手们在高速下坡中控制着雪车的方向和速度。这些细节让我对冰雪运动有了更深层次的了解，也增加了我对冰雪运动的兴趣。

最后，冬奥会对我产生的最大影响在于激励我积极参与体育活动。通过观看运动员们展现的才华和拼搏精神，我深刻认识到体育不仅是竞技，更是一种健康的生活方式。我决定主动出门参与运动，不仅可以提高身体素质，还可以增强自信心和意志力。冬奥会给我带来的积极影响让我意识到，只有通过积极参与体育活动，才能更好地锻炼身心，提升自己的能力。

总之，观看冬奥会给予我许多心得体会和了解。我深深感受到了运动员的拼搏精神、国家的团结力量以及冰雪运动的魅力。冬奥会不仅是比赛的舞台，更是人们交流、团结和激励的平台。通过观看冬奥会，我不仅更加了解了冰雪运动，还受到了启发，决心积极参与体育活动，提升自己的能力和素质。

## **2023年看冬奥会心得体会 看冬奥会的心得体会和了解 (7篇) 篇二**

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2022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！

## 2023年看冬奥会心得体会 看冬奥会的心得体会和了解 (7篇) 篇三

第一段：介绍冬奥会的背景和意义

冬奥会是世界性的冰雪运动盛会，每四年一届。它不仅是对冰雪项目选手们的一次大考，也是各国之间友谊和交流的平台。参与冬奥会的人们，无论是运动员、教练员还是普通观众，都能感受到其中蕴含的宝贵经验和无与伦比的思想碰撞。我也有幸参加了一次冬奥会，这段经历给我留下了深刻的感悟和体会。

第二段：冬奥会的竞技精神让人折服

冬奥会的竞技项目非常激烈，运动员们在压力和巨大的期望

下展示出顶级的技巧和毅力。他们不畏困难，全力以赴，一次次挑战自我，追求更高更快更强的目标。这种坚持和拼搏的精神深深地触动了我，让我明白只要付出努力，就有可能突破自己的极限，取得成功。冬奥会不仅让我见识到顶级运动员的实力，也让我明白了拼搏与努力的重要性。

### 第三段：冬奥会的文化交流令人叹为观止

除了竞技项目，冬奥会还为各国人民提供了一个交流互动的平台。我曾在冬奥会期间结识了来自世界各地的朋友。我们交流运动技巧、文化传统，拜访了彼此的国家展台，品尝了不同国家的特色美食。这种跨文化的交流让我感受到了世界的多元和包容，也打破了我对其他国家的偏见和误解。通过与他们的接触，我更加认识到，理解、尊重和合作是构建友谊和和平的基石。

### 第四段：冬奥会的组织精细为人称道

冬奥会是一个巨大的国际性体育赛事，需要细致的组织和协调。在现场，我见证了赛事组织者们的辛勤工作和无微不至的安排。无论是场馆的建设、比赛的安全保障，还是各项细节的协调，都体现了主办方的专业和责任心。这种组织能力和管理能力令人佩服，让我认识到，要成功地完成一项任务，需要全面的规划和准备，以及协同合作。

### 第五段：冬奥会的参与者都是值得敬佩的榜样

无论是运动员、教练员还是志愿者，冬奥会的参与者都是值得敬佩的榜样。运动员们经过多年的训练和付出，顶着严寒和压力，全力以赴。教练员们默默无闻地付出，为运动员提供支持和指导。而志愿者们用自己的爱心和热情服务于整个赛事，为参与者提供各种帮助。他们的精神和奉献精神是我们学习的榜样，激励着我们也要勇敢追求梦想，并为社会贡献自己的力量。

总结：通过参与冬奥会，我深刻体会到了竞技精神、文化交流、组织能力和自我超越的重要性。冬奥会不仅是一场体育盛会，更是一面镜子，让我们认识到自己的不足和潜能。希望我能将这些宝贵的体会运用到今后的生活和工作中，不断提升自己，为社会做出更多的贡献。

## 2023年看冬奥会心得体会 看冬奥会的心得体会和了解(7篇)篇四

“我会拼尽全力，努力站上最高领奖台为国争光。”1月16日，到达张家口崇礼万龙滑雪场后，将出战北京冬残奥会的景县籍高山滑雪运动员张梦秋，第一时间给景县的母亲高立敏打来电话，平和的声音中透露着自信。

“她永远是我们的骄傲。”谈起身残志坚的女儿，高立敏满脸自豪。

今年刚刚20岁的张梦秋，有着6年运动员职业生涯。14岁时，因患小儿脑性瘫痪导致身体具有一定运动功能障碍的她，成为了河北省残疾人冬季项目队的一名运动员，专攻高山滑雪项目。因为身体原因，她的反应速度要比其他人略慢一些。教练讲解的动作要领，别人一个小时就能学会的动作，对于张梦秋来说需要花两三倍的时间才能掌握。但她不服输，在教练的耐心指导下，刻苦训练，反复琢磨技术动作，最终熟练掌握各项技巧，取得骄人的成绩。20\_\_-20\_\_雪季，张梦秋开始在全国比赛中崭露头角，并入选了国家集训队。从20\_\_年开始，她在新西兰南半球杯、残奥高山滑雪世界杯等国际大赛中斩获6枚金牌，20\_\_年更成为第十一届全国残运会和亚残运会高山滑雪项目的三冠王。

在母亲眼里，梦秋是一个开朗、坚强，勇于不断挑战自我、超越自我的人，一路走来也有着很多的不容易。梦秋曾说：“我的梦想就是站在北京冬残奥会的最高领奖台”。为了实现自己的梦想，6年来，张梦秋绝大部分时间呆在寒冷的

训练场，一遍遍做好教练要求的动作，一个个完成好安排的计划。长时间的训练和比赛，也给梦秋带来身体上的伤病，但她仍专心训练，毫不放松。多年以来取得的各种优异成绩，都离不开她的努力与坚持。

“一年回家一趟，非常想她，但想到她能为国争光，我也特别理解。”高立敏透露，20\_\_年，梦秋仅仅回到老家景县7天，其它时间便全心备战北京冬残奥会，每周训练6天，每天坚持在雪道上滑行6个小时，想家时只能打电话回来。每次打电话，面对母亲“注意休息”的叮嘱，她也总是语调轻松地叫大家放心，从未抱怨过训练辛苦或有压力。

“一直以来，我们全家人都很支持梦秋，也很关注她的历次比赛进程。”高立敏表示，梦秋在北京冬残奥会比赛当天，全家人将会通过手机、电视等渠道关注她的比赛，为她加油鼓劲，自己也会提前准备好女儿最喜欢吃的美食，等她赛完回家团聚。

## 2023年看冬奥会心得体会 看冬奥会的心得体会和了解 (7篇) 篇五

冬奥会是全球体育盛事的一部分，它代表着人类在技术和竞技体育方面的最高水平。作为一名运动迷，我有幸能通过电视观看了这项壮观的体育赛事。在观看冬奥会的过程中，我深刻体会到了其中所蕴含的许多感悟和启示，下面，本着分享的态度，我将把我的看冬奥会的心得体会与大家分享。

### 第一段：冬奥会带给我最初的震撼

当我第一次打开电视机，开始观看这项全球性的体育盛事时，我不禁被屏幕上不同国家运动员的精彩表现所震撼。这些参赛选手都是世界上最优秀的人才。无论是滑冰、雪车，还是滑雪、自由式滑雪，每一项比赛都在展示着高超的技巧和预测。他们为了能在冬奥会这个平台上表现出自己的最好一面，

几乎是一年四季都在苦练，忍受着酷热或寒冷的环境，经历着艰辛和挫折，他们的巨大牺牲和努力无不是在迎接冬奥会的舞台。

我十分欣赏冬奥会所代表的国际化和多元化的特点。这些赛事是世界和平和合作的标志。在各个赛场上，运动员和观众不分国籍和种族，他们一起为自己所喜欢的领域加油和为偶像欢呼。这种友谊和团结精神令人感动。前不久，世界上许多国家正在处理一些棘手的事务，但是，在冬奥会上，人们共同欣赏和庆祝战胜激烈竞争和力量的礼物。体育能够让人们围绕共同的价值观而结成一起，冬奥会也因此成为了世界上最美好的体育赛事之一。

### 第三段：冬奥会对人们的信心提升有积极影响

观看冬奥会对个人和整个社会的积极变化是有积极影响的。作为民族的一部分，我们更应该在挫折面前坚强，努力争取力量，这是冬奥会所体现的核心价值。也许当一个国家在冬奥会上取得好成绩时，会给人们带来一种自豪感和庆幸感，这必将促进人们的信心和斗志。同时，这些成绩也会推动人们在各自领域的发展和壮大，为国家和世界的和平、繁荣和进步奋斗。

### 第四段：人们在冬奥会中的体验与磨练

冬奥会的高水平和高压给选手和观众都带来了交际和考验。对于运动员而言，他们有时必须在最困难的环境下完成比赛，并在赢或输的面前展现出优异的职业素养。而观众则是在忠实地支持自己的国家的同时，也需要更多地从比赛中汲取经验，提升自己的能力和技艺。无论是选手还是观众，都需要深入理解和体验到冬奥会的真正价值，并在不断地体验和磨练中获得自我提升和成长。

### 第五段：结语

综上所述，冬奥会是一个令人兴奋而愉悦的节日。不仅为运动员营造了一个展示自己技艺和力量的舞台，还体现了人们的一个协作提高、综合价值观和核心信仰。在观看冬奥会的过程中，我深深地感受到了其中所蕴含的价值和意义，相信这种感受也会传递给更多的人。我相信，冬奥会不仅令人们心灵愉悦，也会激发大家更多的信心和斗志，促进人类素质的提高和社会的进步与发展。

## 2023年看冬奥会心得体会 看冬奥会的心得体会和了解 (7篇) 篇六

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。

没有一个冠军，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 will 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，有一分劳动就有一份收获，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！

## 2023年看冬奥会心得体会 看冬奥会的心得体会和了解 (7篇) 篇七

2022年北京冬奥会于2月4日开幕，全球数亿观众见证了这一历史性时刻。此次冬奥会是中国承办的第二次冬季奥运会，也是全球首次在一个城市同时举办夏季和冬季奥运会。看了冬奥会，我深深感受到了这项盛大的国际竞赛对我们的意义。

### 第二段：成就展示

此次冬奥会为中国带来了诸多的成就。在各项比赛中，中国运动员呈现出了强烈的竞争实力。海口凯悦、柯洁、周琦等先进典型更是让人们记住了中国的“新生代”选手。另外，冬奥会也为北京及全国各地的人们带来了丰富多彩的文化活动。绚丽多彩的开幕式、印有“没关系，这是我的中国”字样的翻译牌、让人心醉的冰雕雪雕等各式各样的文化展示，彰显出了中国的风范与文化底蕴。

### 第三段：精神内涵

冬奥会所展示出来的不仅是中国的实力与文化魅力，更重要的是它所代表的精神内涵。冬奥会是多元文化、和谐共存、友谊第一的盛会。这种跨越国界、融会多元文化的氛围，塑

造着一个渴望着和平与和谐的世界。人类自古以来喜欢在竞争中看到胜利，然而在冬奥会这样的舞台上，“比赛”成为了一台展示各国和平、协作与友谊的巨大的机器，这种趋势深刻地影响着我们的价值观。

#### 第四段：启示与思考

从冬奥会中我们看到了生命、精神、力量，更看到了友谊、和平、协作。此次冬奥会发人深思。我们为什么需要冰雪运动？我们为什么需要这样的盛会？我们为什么需要这样的文化体验和意识形态？我想，这些问题的答案已经在我们的身边，冬奥会应该是一个深刻的启示，它鼓励我们始终坚持和平、公正、多元文化的价值观，不断探索人类的潜能、开拓未来的发展。

#### 第五段：结尾

如今，冬奥会已经落下了帷幕，每个参与其中的人们都纷纷离去，回到了自己的生活中，但是，这次冬奥会留下的那份意义和内涵将会一直激励着我们。未来的路还很长，唯有不断地坚持前进、不断地去深化我们的认识，对于我们自身、我们的国家与世界、对于一个充满期望与未来的人类，才能更好地行稳致远。