

# 2023年东京奥运会奥运精神心得体会 奥运会中国精神心得体会(模板13篇)

读书心得是对于读书过程中所思所感的一种记录，它能够帮助我们更好地消化吸收书中的内容。以下是小编为大家收集的军训心得范文，供大家参考和借鉴，希望能够对写一篇较为完美的军训心得有所帮助。

## 东京奥运会奥运精神心得体会篇一

近些年，中国在国际舞台上逐渐展现出强大的气质与实力，其中奥运会无疑是展现中国精神的一个重要窗口。作为世界上最大的人口国家，中国所展现的奥运会精神正是一种集体力量的象征。这种精神不仅让中国人民自豪，也为其他国家与民族提供了可借鉴的经验与启示。在我参与奥运会志愿者工作的过程中，深深感受到了“奥运会中国精神”，并从中获得了许多宝贵的心得体会。

首先，奥运会中国精神体现在对团结合作的强调上。在中国传统文化中，强调集体的利益大于个人的利益，而这一理念在奥运会上得到了最充分的体现。作为志愿者，我亲眼目睹了各个部门的工作人员和志愿者之间密切的合作与协调。无论是场馆的搭建、比赛的组织还是观众服务，每个人都将个人的利益放在了更大的团队利益之上，以实现共同的目标。这种团结合作的奥运会中国精神激励着我，让我明白只有团结一心、互相帮助，才能创造出更加辉煌的事业。

其次，奥运会中国精神体现在对奋斗拼搏的推崇上。体育运动本身就是一种对困难和挑战的不间断的战斗，而中国人民在奥运会上的表现更是对奋斗拼搏的典范。无论是运动员的训练，还是各个部门的筹备工作，都需要付出巨大的努力和汗水。在奥运会志愿者工作中，我也意识到了成功不是偶然的，需要通过不懈的努力、坚持和奉献才能实现。正是这种

对奋斗拼搏的推崇，使我对未来充满信心，愿意付出更多的努力去实现自己的梦想。

第三，奥运会中国精神体现在对尊重与包容的追求上。奥运会是各个国家和民族之间的交流与博爱的平台，中国精神在其中注重的正是对不同文化和民族的尊重与包容。在奥运会志愿者工作中，我有幸接触到了来自不同国家和地区的运动员和观众。与他们的交流使我深刻感受到不同国家和民族的多样性和美丽。这种尊重与包容的奥运会中国精神启示着我，让我明白只有当我们能够包容他人、尊重他人的文化和观点，才能实现和平发展和共同繁荣。

第四，奥运会中国精神体现在对和谐社会的追求上。和谐是中国传统文化中的重要理念，也是中国人民一直以来追求的目标之一。无论是在奥运会的竞争中，还是在志愿者工作中，奥运会中国精神都体现了对和谐社会的追求。在奥运会的赛场上，运动员们以公平、公正的态度相互竞争，展现了友谊与友善；而作为志愿者，我们也以热情、耐心的态度服务观众。这种和谐的精神让我明白，只有当一个社会充满了互相关爱和理解，才能实现真正的和谐与发展。

最后，奥运会中国精神体现在对希望与梦想的鼓励上。无论是运动员还是志愿者，参与奥运会的每个人都怀揣着对未来的希望与梦想。中国精神在其中，给予了我们不断进取的动力与勇气。在奥运会志愿者工作中，我见证了许多普通人通过他们的辛勤努力在服务和支持中发光发热，实现了自己的梦想。这样的经历让我更加坚信，只要追求梦想，付出努力，就一定能够取得成功。

综上所述，参与奥运会志愿者工作是我一生难忘的经历。这段时间不仅让我更加明白了奥运会中国精神所包含的深刻内涵，也让我收获了许多宝贵的心得体会。作为一个中国人，我们应该更加自豪地展现奥运会中国精神，为实现集体的繁荣与自己的梦想而努力奋斗。

## 东京奥运会奥运精神心得体会篇二

杨倩是清华大学经济管理学院2018级学生。得知杨倩夺冠，许多清华师生都通过朋友圈分享了这一消息。清华经管学院的多位学生告诉记者，在学校里曾见到杨倩，非常谦和，遇到同学还会打招呼。

2000年出生的杨倩是鄞州姜山人，于2011年小学4年级时被选入宁波体校射击队，师从国家级教练虞利华。在2012年全国青少年锦标赛上获得了亚军；在2014年的省运会上拿下3块金牌，并在射击女子气步枪40发比赛中打出了399环的'世界级成绩；在2015年第一届全国青少年运动会上获得季军并于同年12月入选国家青奥队，取得了国家级运动健将称号。

在2018年的高考中，杨倩因体育专项成绩和文化成绩突出，达到了清华大学设定的分数线，被该校经济管理学院录取。

在2019年第二届全国青年运动会上，她打出了633环，当时国家队中也只有3人打出过这个成绩。这次比赛之后，杨倩被选入国家队，并一步步站稳脚跟。

今年4月，国家气步枪射击队东京奥运会参赛名单正式出炉。杨倩在女子10米气步枪项目上，连续4站选拔赛全部夺冠，最终毫无悬念地入选东京奥运会参赛名单。

### 杨倩获东京奥运会首金心得体会范文精选4

在24日举行的东京奥运会女子10米气步枪决赛中，中国选手杨倩夺得冠军，为中国代表团揽入本届奥运会第一枚金牌。这也是本届东京奥运会诞生的...

近日，牛!杨倩获东京奥运会首金的新闻发出后引发了网友热议。详细内容如下：

在24日举行的东京奥运会女子10米气步枪决赛中，中国选手杨倩夺得冠军，为中国代表团揽入本届奥运会第一枚金牌。这也是本届东京奥运会诞生的首枚金牌。

射击比赛多年来一直是奥运首金的产生地，女子10米气步枪比赛打响夺金第一枪。在该项目上，中国选手杜丽和易思玲分别在2004年和2012年奥运会上夺冠。

本届比赛，中国队出战的是两位年轻选手杨倩和王璐瑶。

在上午首先举行的资格赛中，杨倩在前两组表现出色，10发分别打出了104.3环和105.7环。不过在第3组连续打出几个10.1环的成绩，排名一度下滑到14。此后，她进行调整后状态有所提升，最终以628.7环排名第6，顺利晋级。王璐瑶表现起伏较大，总成绩625.6环排名第18，未能进入前8。

赛前夺冠呼声很高的印度选手埃拉维尼尔·瓦拉里万(elevenilvalarivan)和阿普维·昌德拉表现差强人意，止步资格赛。

此外，中国台北小将林颖欣表现平平，无缘晋级。

决赛共分两个阶段，竞赛阶段8名选手各打10发，淘汰阶段每打2发淘汰一名末位选手，第22发后决出第三名，24发后决出冠亚军。

## 东京奥运会奥运精神心得体会篇三

当东京奥运会还没有开幕的时候，由于主办方准备不足的消息频频传出，很多人都在猜想，这会是最糟糕的一次奥运会吗？而半个月过去了，奥运会迎来了自己的闭幕式，答案也揭晓了，而且是一个否定的答案。于是，东京人松了一口气，全世界的人也同样松了一口气。

而不管是对于中国奥运体育代表团来说，还是对于国内亿万奥运观众来说，这不但不是一次糟糕的奥运会，而且还是一届让人感觉很美妙的奥运会，因为在这届奥运会上，从中国运动员到中国观众，都展现出一种以前完全没有的气质，一种范儿。这意味着一个新的开始，也意味着一种新奥运观正在形成，意味着我们开始逐渐学会更好地诠释奥运精神。

如果单纯从奥运奖牌榜来说，我们确实从多年来的第一名滑落到了第二名，一些本该拿到的金牌，也意外旁落。但这本身就是竞技体育的一部分，如果奥运奖牌榜几十年不变，那未免也太乏味了一些。尤为关键的是，对于国内的观众来说，他们关注奥运奖牌榜的目光，已经变得更加客观、成熟而理性，再也不会为了一时的得失或得意忘形，或垂头丧气，这足以说明作为大国公民的自信。

如果发起一项问卷调查，让网友对本届奥运会最令人印象深刻的事情做出选择，我们相信由当年的“铁榔头”郎平率领的中国女排披荆斩棘，最终时隔12年再次登上奥运会最高领奖台，一定得票不低。但是我们也有理由相信，“洪荒少女”傅园慧的表情包，跳水情侣秦凯与何姿上演的求婚秀，也一定会有很多人选择。这说明，我们开始不再把所有的目光都集中在竞技，聚焦在输赢，定格在奖牌身上，而是学会了欣赏奥运、享受奥运。奥运还是原来的奥运，但是它带给我们的，除了沉重、刺激，开始有了越来越多轻松与快乐的色彩。

不得不说，这才是一个体育大国的公民本该有的正常表现，也是一个国家和民族本该具有的文化自信的表现。关于奥运金牌，国内公众的态度已经发生了微妙的变化，从以前奥运会上的“越多越好”，到现在开始公开讨论多与少的辩证关系，先不管这种讨论的结果如何，但是能够进行公开的讨论，这就是一种难得的进步。

而作为体育主管部门，国家体育总局局长苟仲文近日表示，

反对唯金牌论和金牌无所谓论。这无疑是一个比较客观而中立的态度，既然是竞技体育，我们就不排斥胜利，就会为了争取胜利而奋力拼搏，勇往直前。为此，从小组赛开始就不被看好，却历经坎坷，最终夺冠的中国女排，就是最好的证明。但即便我们在金牌榜上不是第一，也失去了原来的第二，但并不表明我们就失败了，因为在金牌的背后，还有“全民体育”在近年来的迅速发展，还有“全民健身”活动下，老百姓活跃在各种运动场地的矫健身影，这才是更为值得骄傲的东西。

我们享受快乐，我们得到激励；我们感受泪水，我们欢庆胜利，这样的奥运会，才是一个无比多元而丰富的奥运会，才是一个契合了时代精神特质与民众需求的奥运会。

## 东京奥运会奥运精神心得体会篇四

作为世界最重要的体育赛事，东京奥运会吸引了全球无数体育迷的关注。尽管受到疫情的影响，东京奥运会的开幕式和各项比赛仍然激动人心，令人热血沸腾。作为一名热爱体育运动的人，我观看了这届奥运会，从中获得了许多心得体会。

### 第二段： 奥运会的精神

奥运会是一个充满荣耀和梦想的舞台。在这个舞台上，各国运动员用自己的汗水和努力，向世界展示着自己的实力和热爱。虽然成绩的高低并不总是最重要的，但每个人都在为自己和自己的国家而奋斗着，这种充满激情的氛围令人感到凝聚力和向上的力量。

### 第三段： 运动员的心路历程

在这届奥运会上，许多运动员不仅仅是代表国家争夺荣誉的选手，他们身上背负着更多的责任和期待。其中一些选手来

自不太发达的国家，他们没有好的训练条件和设备，但他们积极训练，在困难中坚持努力，这样的精神为人们所敬佩。还有一些选手经历了不同的困难和打击，但他们没有放弃，努力面对挑战，不断前进。

#### 第四段： 奥运会的影响

奥运会对世界的影响是多方面的，它不仅仅是纯粹的体育比赛，更是一个重要的文化和社会活动。奥运会推广了全球化和多样性，令人们更多了解和尊重不同国家和地区的文化传统。它也成为了全球范围内的经济活动，创造了就业和商业机会。此外，奥运会也是一个协同努力和团结合作的机会，在帮助解决许多政治和社会问题方面发挥着积极的作用。

#### 第五段： 总结

参与观看东京奥运会，让我更清楚地认识了奥林匹克黄金精神，也更加珍惜体育事业的重要性和它对于全球和社会的意义。奥运会不仅仅是一场比赛，更是一种追求优秀和超越自我的动力。无论是在体育、文化还是经济领域，奥运会都为世界带来了积极的影响和深远的意义。

## 东京奥运会奥运精神心得体会篇五

奥运会开幕式是奥运会开场的环节之一，历来都是奥运会的重头戏，是万众瞩目的焦点。在开幕式上既要反映出以和平、团结、友谊为宗旨的奥林匹克精神，也要展现出东道国的民族文化、地方风俗和组织工作的水平，同时还要表达对世界各国来宾的热情欢迎。

开幕式上，除了进行一系列基本的仪式外，一般都有精彩的富有民族特色的团体操和文艺或军事体育表演。

的东京奥运会将对开幕式部分环节进行简化。12月23日，东

京奥组委宣布解散由野村万斋担任总导演的开闭幕式导演团队。2020年7月3日，东京奥组委表示，决定将东京奥运会开幕式的结束时间延长30分钟。

在历届奥运会开幕式上，主火炬的点燃总是最令人期待的时刻，也总是被保密到最后一刻才会揭晓。

1992年巴塞罗那奥运会，两届残奥会射箭奖牌获得者雷波洛用火种点燃箭头，准确地射向70米远、21米高的圣火台。

悉尼奥运会，女子短跑运动员卡茜·弗里曼在水中点燃主火炬，随后主火炬塔从水中升起，好像海上升起一轮太阳。

北京奥运会，中国体操运动员李宁手持火炬，如空中飞人般，踏过在体育场上方徐徐展开的一幅长卷，最终点燃了鸟巢体育馆的主火炬。

伦敦奥运会，主火炬塔由204个铜花瓣组成，7位年轻运动员共同点燃花瓣，最终这些铜花瓣向中心聚合，组成了主火炬。

与往届奥运会不同的是，本届奥运主火炬会远离体育场，位于东京滨水区。

东京奥运会上，主火炬塔将用什么方式点燃呢？谁将成为点燃这“希望之火”的最终人选呢？让我们拭目以待！

开幕式背后的理念：情同与共

7月14日，东京奥组委宣布，东京奥运会及残奥会开闭幕式4个仪式的共同主题为“movingforward”（前进），而奥运会开幕式的主题为“unitedbyemotion”（情同与共），希望通过体育的力量连接世界，使奥运会成为一个面向未来创造希望的地方，将前行的力量带给每个人。



在开幕式上，东京奥组委希望重申体育的意义和奥运的价值，对各方过去一年共同作出的努力表示感谢和敬佩，也希望给未来带去希望。

## 东京奥运会奥运精神心得体会篇六

作为全球性的运动盛会，奥运会东京已经结束。而本次作为观众，我对比赛的观看给我留下了深刻的印象。我认为本次奥运会不仅展现了世界各国的体育实力，还体现了世界对于和平、合作和友谊的渴望。

### 第二段：多元化的比赛体现全球性文化和发展

全球各地的运动员代表着各自的文化和体育传统，在体育比赛中流露出来。比赛上最令人印象深刻的一点是各种不同的运动都有机会被大众所熟知，而不仅仅局限于体操、田径、游泳等传统项目。例如，本次比赛中，攀岩、沙滩排球和空手道等项目就得到了更多的关注，这进一步展示了全球性的文化多样性。

### 第三段：奥运会值得赞扬的举措

委员会采取了多种主动推进创新的举措，将奥运会史上第一次进行数字和线上转播，便于人们通过不同的平台和方式进行观看。我们可以看到，奥运会将体育和科技紧密结合，以确保观众的参与度和世界范围的普及度。

### 第四段：体育精神和人类和平

体育的另一个重要方面是其对谦恭、温和和友善的高度表现，这与人类和平有关。独立与政治、宗教和其他冲突不同时，本次比赛中的运动员在奥林匹克精神的掌声中为其国家捧回奖牌。这不仅表明了体育作为一个竞技性活动，还说明了体育的和平倡议和任何文化之间建立更加融洽关系的重要性。

## 第五段：总结和结论

因此，可以说这场比赛验证了体育的多面性以及其在全球和平和和谐发展中的重要作用，展现了世界各国在技术和文化方面的多样性。今后，我们应该努力实现体育的合作和平衡发展，同时促进和平、合作、包容和友爱的理念。

## 东京奥运会奥运精神心得体会篇七

一场喧嚣、欢乐，又不失温情，以及历史厚重感的奥运会开幕式就这样呈现在了世人面前。

毫无疑问，这是一场能让每个人的情绪都被调动起来的大聚会，充满了激情与欢愉。

面对外界的质疑与吐槽，日本人用一场充满南美、桑巴风情的盛会，让世界为之陶醉，“欢乐”应是现场最直观的感受。

当地时间8月5日晚8时，北京时间8月6日早7时，2021东京奥运会开幕式在体育场举行。整场文艺演出将东京的历史、现在与未来集中呈现在世人面前，等元素的出场，体现出这个南美最大国家与自然、环保的密切联系。

事实上，不光拥有匠心独运的文艺表演，他们还有无比细致的一面，从而让世界看到他们办好一届世界性运动盛会的决心和信心，这似乎与人们对日本人自由，又略带散漫的印象大相径庭。

作为开幕式最大亮点，不同肤色、不同性别的引导员脚踏用植物点缀的三轮车引导各国运动员入场，让人犹如置身在狂欢节的氛围之中，同时也感受到这个多种族国家独有的热情。

环保奥运，没有奢华的排场，没有炫目的特效，五环是全绿色的，火焰也是这么些年来最小的，但是东京奥运会开幕式

真的超过了想象，低调却美丽，祝福所有运动员，期待奥运顺利举行。

“我对东京奥运会有充足信心，”正如国际奥委会主席巴赫所说，多一分对日本人的理解，奥运会在人们眼中就会多一分美好，多一分和谐，有理由相信，东京奥运会，将是一届成功，又充满亚洲风情和欢乐元素的体育盛会，对此我深信不疑。

## 东京奥运会奥运精神心得体会篇八

暑假伴随着东京奥运会的举行，我有幸成为其中的观众之一。这次奥运会不仅给我留下了深刻的印象，也让我收获了许多宝贵的体验和思考。以下是我对于暑假看东京奥运会的心得体会。

### 第二段：文化交流的盛会

东京奥运会不仅是一项体育盛事，更是一个世界性的文化交流平台。我在比赛场馆和奥运村里见到了来自世界各地的运动员和观众，他们带着自己的文化和习俗，互相学习和了解。通过与他们的沟通交流，我深刻感受到了文化的多样性和丰富性，也认识到了自己的无知和对其他国家了解的不足。这次经历激发了我学习其他国家语言和文化的兴趣，我希望通过自己的努力，能够更好地理解和融入世界的大家庭。

### 第三段：运动精神的鼓舞

在赛场上，我看到了各国运动员们的拼搏精神和顽强意志。他们用自己的努力和汗水在赛场上奋力拼搏，每一次跑、跳、投、射都仿佛在向我展示着人类的无限潜能和精神力量。这让我明白到，只有付出才有收获。从那一刻起，我下定决心要更加努力，不断挑战自我，追求卓越。无论是在学习上，还是在运动中，我都要坚持不懈地努力，用实际行动来实现

自己的目标。

#### 第四段：人与自然的和谐共生

此次东京奥运会特别注重可持续发展和环境保护。我参观了东京奥运会的场馆和公共交通设施，感受到了他们的绿色环保和智能化。例如，赛场上使用的太阳能供电和雨水循环利用等技术实践，给我留下了深刻的印象。这让我认识到，人类与自然的和谐共生是可行的，并且我们每个人都应该为此做出自己的努力。保护环境、节约资源是我们每个人的责任和义务，只有这样，我们才能够创造出更加美好的未来。

#### 第五段：忆长辈的话

通过暑假看东京奥运会的经历，我想到了我的爷爷奶奶。他们经历了国家的变迁和社会的改革开放，见证了中国的崛起和奥运梦想的实现。他们告诉我，体育运动不仅要用于娱乐和竞技，更要用于塑造人的品格和培养人的精神。正是有了这样坚强的体魄和积极的精神状态，我们才能够应对生活中的困难和挑战，取得更大的成就。每一届奥运会都是一次人类文明和进步的盛会，而我们每一个与其结缘的人，也都应该珍视这次难得的机遇，从中汲取智慧和力量，为自己和社会做出更大的贡献。

总结：通过暑假看东京奥运会，我不仅见证了一项伟大的体育盛事，更获得了一次卓越的文化交流与自我觉醒。我将以此为契机，不断努力学习，锻炼自己，追逐梦想。相信只要我们坚持不懈地努力，终有一天，我们也能够在世界的舞台上发光发热，为人类的进步和和平贡献自己的力量。

## 东京奥运会奥运精神心得体会篇九

追求奋力拼搏的“更强之光”。乒乓球队运动员陈梦说：“作为青年一代的‘国家队运动员，我将顽强拼搏、奋勇

争先、为国争光，向世界展示中国青年运动员的风采。”党员干部也要奋斗拼搏、砥砺前行，展现基层一线干部的风采，为中国“梦之队”增光添彩。要扎身基层一线“主战场”，甘当“苦行僧”，愿做“拼命三郎”，时刻鞭策自己为基层群众排忧解难，“不经风雨怎能见彩虹”，只有在基层一线经风雨、见世面，才能成长为合格党员干部。要打好攻坚克难“主动仗”，近期疫情有反弹趋势，防汛抢险也形势严峻，党员干部就要扛起“重担”，敢打头阵，冲锋在前，用实际行动践行对党和人民的忠诚，绝不畏缩退后，哪怕作为递补队员也要时刻准备着，关键时刻方能绽放光彩。要吹响锐意进取“新号角”，奥运会会闭幕，但奥运精神永存，奥运健儿向我们展示了昂扬向上、奋发有为的精神状态，我们更要乘势而上、锐意进取，立足本职岗位、坚守工作职责，以更强大的姿态奋力开创干事创业的新局面。

## 东京奥运会奥运精神心得体会篇十

在2021年，奥运会终于如期举办，并且在东京这个国际都市举办，这场盛大的体育盛会在世界各地都引起了广泛的关注。本文旨在通过观看奥运会并融入在其中来谈谈自己的所感所想。

### 第一段：开幕式让人感受到东京的文化魅力

奥运会的开幕式是整个盛会中最令人期待的环节之一。从音乐、舞蹈、灯光到文化艺术表演，开幕式充分展现了东京深厚的文化底蕴与国际化的城市风采。令我印象深刻的是那些穿着传统服饰的演员们在极具日本文化特色的布景中所表现出来的独特风情，以及让人陶醉的镭射灯光秀和烟花表演。开幕式让我彻底体验到东京的文化魅力，也令我更加期待接下来的比赛。

### 第二段：运动员们的顶尖表现令人惊叹

奥运会是世界上顶尖的运动员们能够一展身手的舞台，这里汇聚了大量的运动员和教练员。在奥运会中，我看到了许多来自世界各地的优秀运动员，在赛场上呈现出了惊人的实力。他们在每一项比赛中都努力拼搏，全力以赴地追求着胜利。这些优秀的运动员不仅令人惊叹、令人敬佩，而且也鼓舞了每一个观众的心灵。

### 第三段：观看奥运会带来的友谊和团队精神

奥运会是全世界各国之间竞技比拼的大舞台，但它也是增进各国人民之间的友谊和加强团队精神的重要机会。在场上，运动员们互相支持、互相鼓励，令在场的观众们看到了地球上的人们可以和平互助，共同合作的美好时刻。在长时间游戏和持久赛事中，选手经常面临艰难的挑战，而他们的动员，团队精神和彼此的帮助都有助于提升他们对自己和对他人的价值观的认知。

### 第四段：奥运会的社会效益

作为世界顶级的大型综合运动会要承担的责任之一是对社会和民族文化产生积极的影响。奥运会是一个展示国家形象的重要舞台，各个国家呈现了各自的精神和文化，也展示了各自的科技和成就。通过奥运会的活动能够向全球传递各种信息，增进对国家的认知。同时，奥运会的举办也能促进本地区的经济发展，改善交通、住房和文化设施。

### 第五段：奥运会后的冷静思考

作为一个观众和体育爱好者，我深知奥运会举办所带来的巨大价值，但我也认为我们应该在热烈的奥运氛围后冷静思考一下。我们需要认真思考那些参赛者的快乐和健康，以及环保问题和运动场馆利用问题。同时，我们也需要认真思考这些问题的最优解决方案，以便使奥运会带来更大、更长期的价值。

总之，观看奥运会是一个丰富、令人振奋的体验，我被各种表演和运动员的奉献所深深感动。我相信此次东京奥运会不仅满足了世界上数百万人的期望、促进了人民的互动和理解，同时也在全世界范围内树立了一个新的榜样，这个榜样让我们思考我们的困境和目标，这促使我们一步一步达成我们共同的期望。

## 东京奥运会奥运精神心得体会篇十一

奥运会作为全球最具规模的体育赛事之一，被广泛关注和参与。作为一个热爱体育和追求自我提高的人，我自然也无法错过这场盛大的体育盛会。今年，我观看了东京奥运会的比赛，不仅仅是看体育比赛，更是从中汲取到了许多生活启示和认知。

### 第二段：奥运会文化和竞技状态

每个大型的体育赛事都有自己的文化和竞技状态。奥运会正是因为它所表达的“和平友谊”的宗旨，成为了世界各国挥洒汗水和追求进步的平台。在观看东京奥运会的比赛时，我发现这种文化氛围感染了每一个观众和参赛者。运动员们不但在比赛中做到了以德服人，而且在竞技结束后也互相致意，这彰显了它既是一个尽力拼搏的竞技场，更是一个展示体育文化和精神的舞台。

### 第三段：人性的渗透和生活的启示

奥运会赛场上，人性的渗透也是不可忽视的。当被逆风压制时，当局面危急时，运动员们依然能够保持冷静，并且尽自己最大的努力去克服困难。他们不因为输而颓废，也不因为胜而骄傲。这些在竞技场上的品质，同样值得我们在日常生活中学习和运用。当我们遇到挫折，需要保持冷静并寻找解决办法；当我们成功时，需要保持谦虚并不断努力，这些都是我们可以在奥运会比赛中学习的。

#### 第四段：为社会小众圈点赞

除了一些传统的体育项目，奥运会还有一些社会小众的比赛项目，比如在本届奥运会中加入的滑板和攀岩等。虽然这些项目不受大众关注，但它们同样承载着运动员们对自己热爱运动的热情。而能够在奥运会舞台上亮相，也正是让这些社会小众圈更受人关注。奥运会对社会小众圈的肯定和推广，同样让我们看到了全球体育文化的多样性和包容性，以及不同运动领域的更多可能性。

#### 第五段：总结奥运会观后感心得体会

在这场比赛中，我收获了很多，感受了许多，得到了启发和鼓舞。一个人不仅要关注自我成长，更要放眼世界，关注世界的发展和多样性。只有感受世界、了解世界，我们才能理解世界、热爱世界、为世界添砖加瓦。奥运会正是以体育之名，传达着更为深刻的文化和价值，期望成为一个让人们相互了解、相互欣赏、共同发展的基地。

### 东京奥运会奥运精神心得体会篇十二

坚毅、冷静的眼神，俊俏的“丸子头”，拿下本届奥运会首金、女子10米气步枪金牌的杨倩不仅枪打得准，工作总结范文人也足够“靓”。很多人不知道的是，这名“00后”的宁波妹子，来自我国最高学府、绰号“五道口职业技术学院”的清华大学。

2000年7月10日，杨倩在宁波姜山镇杨家弄村出生。10岁那年，这个父母、老师、邻居眼中人见人爱的“踏实姑娘”开始练习需要聚精会神、全神贯注的射击，并在次年入选宁波市射击队训练。

此后，杨倩一路“开挂”——12岁时在全国青少年锦标赛上获得亚军，14岁在浙江省运动会上摘下3枚金牌，15岁那年，



在同龄人即将升入高中的年纪，杨倩在首届全国青少年运动会上收获一枚铜牌，并且入选国家青年射击队，拿到国家级运动健将称号。2019年二青会上，杨倩在女子甲组10米气步枪项目上拿到金牌，并且打出了在当时国家队都能名列前茅的'成绩。在今年2月的中国射击队队内选拔赛上，杨倩直接以超过世界纪录的成绩排名第一。算上今天在东京奥运会夺冠，10年间，杨倩完成了从省冠军、全国冠军到奥运冠军的飞跃。

## 东京奥运会奥运精神心得体会篇十三

每过四年都有一次奥运会，今年是2021年，有奥运会。4年前，我国运动员参加奥运会没取得胜利。今年，他又出现在了赛场上，虽然他已经44岁了，但是为了取得金牌，他没有气馁。果然，黄天不负有心人，王义夫在今年的奥运会上取得了他多年梦寐以求的金牌。给他的体育生涯圆满的画上了一个句号。这种奥林匹克精神每个运动员都有。

比如，马拉松上的`所有运动员，跑那么远的路，虽然有些人连得铜牌的机会都没有了，但是他们始终坚持不懈的跑回了终点。虽然这次没有得金牌，但他们下次还可以继续跑，他们认为失败是成功之母，没有做不了的事，所以他们这样坚持不懈。

中国体操团，在上届奥运会上获得了金牌。但是这次连第三也没拿到。他们没有保住冠军的宝座，被美国给枪走了。虽然他们在这届奥运会失误了，但是，我希望他们在下届奥运会上夺回冠军宝座，要让美国知道，我们中国的冠军不是好枪的。

还有，中国羽毛球混双在上届奥运会上取得了冠军，而且在这届奥运会上也取得冠军。他（她）们二人又一次为中国争光。我希望，他（她）们二人能够在下届奥运会上，也能取得冠军。

奥林匹克精神就是坚持不懈。我们每个公民也要有这个精神。我们的学习也是一样的，要坚持不懈的学习，要不怕苦，为我们的祖国争光。