

# 2023年弘扬中国精神的心得体会(汇总5篇)

每个人都有自己独特的心得体会，它们可以是对成功的总结，也可以是对失败的反思，更可以是对人生的思考和感悟。心得体会是我们对于所经历的事件、经验和教训的总结和反思。下面是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

## 弘扬中国精神的心得体会篇一

弘扬伟大长征精神，走好今天的长征路，必须坚定中国特色社会主义道路自信、理论自信、制度自信、文化自信，为夺取中国特色社会主义伟大事业新胜利而矢志奋斗。长征胜利启示我们：只有掌握科学理论才能把握正确前进方向；只有立足实际、独立自主开辟前进道路，才能不断走向胜利。长征走过的道路，不仅翻越了千山万水，而且翻越了把马克思主义当做一成不变的教条的错误思想障碍。长征给我们的根本经验和启示，就是要坚持马克思主义基本原理同中国具体实际相结合，坚定不移走符合中国国情的革命、建设、改革道路。

在新的长征路上，我们要坚信，中国特色社会主义道路是实现社会主义现代化的必由之路，是指引中国人民创造自己美好生活的必由之路。中国特色社会主义理论体系是指导党和人民沿着中国特色社会主义道路实现中华民族伟大复兴的正确理论，是立于时代前沿、与时俱进的科学理论。中国特色社会主义制度是当代中国发展进步的根本制度保障，是具有鲜明中国特色、明显制度优势、强大自我完善能力的先进制度。中国特色社会主义文化积淀着中华民族最深层的精神追求，代表着中华民族独特的精神标识，是中国人民胜利前行的强大精神力量。这一点，不仅已经在理论上被证明是正确的，而且在实践上也被证明是正确的。

中国特色社会主义，承载着几代中国共产党人的理想和探索，寄托着无数仁人志士的夙愿和期盼，凝聚着亿万人民的奋斗和牺牲，是近代以来中国社会发展的必然选择。我们强调坚定道路自信、理论自信、制度自信、文化自信，不是说就固步自封、不思进取了，我们必须不断有所发现、有所发明、有所创造、有所前进，使中国特色社会主义永远充满蓬勃生机活力。同时，我们要永远记住，我们所进行的一完善和改进，都是在既定方向上的继续前进，而不是改变方向，更不是要丢掉我们党、国家、人民安身立命的根本。

## 弘扬中国精神的心得体会篇二

以来，我党开展了深入民心的群众路线实践活动，全党干部按照“照镜子、正衣冠、洗洗澡、治治病”的总体要求，接地气改进作风，摒弃四风。今年，“两会”期间在安徽省代表团提出各级领导干部要严以修身、严以用权、严以律己，谋事要实、创业要实、做人要实。高屋建瓴的点明了党的群众路线活动的内涵，对我们党员干部今后的工作提出的新号召。20xx最新党员干部学习三严三实心得体会文章20xx最新党员干部学习三严三实心得体会出自，此链接！。

“三严”是对党员干部修身之道和为政之要的高度概括。

修身，才能净化升华思想灵魂，做到一身正气。严以修身，就是要加强党性锤炼，坚定理想信念，提升思想境界，树立正确的世界观、人生观、价值观，自觉抵制“四风”侵蚀。要树立群众意识和宗旨意识，时刻牢记“情为民所系、权为民所用”，全心全意为人民服务。

用权，严字当头，公字在心，办事坚持原则，不优亲厚友、不滥用职权，做到公道正派。严以用权，就是要坚持用权为民，按规章制度办事，把权力关进制度的笼子里，任何时候都不搞特权、不以权谋私。要解决有规章、有制度的问题，进一步立规矩、守规矩、护规矩。要做到公平、公正、公开，

特别是在群众非常敏感的征地拆迁补偿、社会保障、资产处置等方面，做到让权力在阳光下运行，才能赢得百姓的信任与支持。

律己，重在自律，坚持“用好权、管好钱、莫伸手”，不刻意的不吃，不该拿的不拿，不该做的不做，做到行得正、坐得稳。严以律己，就是要心存敬畏之心、不要抱有侥幸，常悬正义之剑，做到警钟长鸣。要树正气、增底气、强锐气，自省自律，遵纪守法，做到为政清廉。

“三实”是对党员干部工作作风建设方面的精华所在。

谋事要实，就是要坚持实事求是。从实际出发，急群众之所急，需群众之所需，工作规划符合实际情况、不好高骛远，不脱离实际，不搞形象工程。实践证明，只有遵循客观规律、符合当地的实际情况的想法才能真正推动工作有效落实，才能促进当地经济的发展和人民生活水平的提高。

创业要实，就是要勇于担责。脚踏实地、真抓实干，敢于担当责任，勇于直面矛盾，不推不拖。最新党员干部学习三严三实心得体会三严三实：“严以修身、严以用权、严以律己，谋事要实、创业要实、做人要实”。到群众中去，从群众中来，把群众的利益放在首位，切实解决群众的生活问题。党员干部要树立正确的“政绩观”，坚持一步一个脚印，不搞政绩工程，坚持务实创新、勇于担当，做实干家，求实情、求实策、求实招、求实效。

做人要实，就是要对党、对组织、对人民、对同志忠诚老实，做老实人、说老实话、干老实事，襟怀坦白，公道正派。要有宽广的胸怀，过人的气量，要有海纳百川的气度。

同志之间以诚相待，不搞“一言堂”。人无信不立，与同事之间，与群众之间，以诚待人是前提，对同事讲诚信，对群众讲诚信。“喊破嗓子，不如甩开膀子”，要实实在在深入到群

众中去，扎扎实实为群众办实事、办好事。

“三严三实”是新时期下党员干部工作要义的高度浓缩，为广大党员干部学习群众路线指明了方向。在今后的工作中，我们只有严格按照“三严三实”的要求，用心谋事、细心理事、专心做事、安心做事，才能推动全乡经济社会更好更快的发展。

## 弘扬中国精神的心得体会篇三

面对世界顶尖强手的终极挑战，中国女排在先输一局不利中连扳三局以3-1逆转力克塞尔维亚，时隔2019年再度荣膺奥运冠军。这场动人心魄的比赛，吸引了无数国人和世界球迷的目光。中国女排赢在顽强拼搏，赢的美丽大气，女排展现给世界的独特气质和力量。这种中国气派，不仅代表竞技体育，更是植根在每个中国人心灵深处的核心价值，将会广泛彰显和弘扬。

中国女排在小组赛排名第4的不利情况下，不畏强手、顽强拼搏、屡克强手，让对手输得心服口服，展示出高超的运动技能和顽强的意志品质，充分继承和发扬团结奋斗、顽强拼搏、勇攀高峰的中国女排精神，完美地诠释了以为国争光为核心的中华体育精神和“更快、更高、更强”的奥林匹克精神，激发了国民的爱国热情，增强了海内外中华民族的自信心和自豪感，也得到世界的高度赞扬。

国人为女排欢呼喝彩，网民们传疯了：“有一种骄傲，叫中国女排；有一种精神，叫女排精神！”我们重提女排精神，那么，这种精神是什么？女排每一次夺冠，都是靠艰难拼搏完成的，在最困难的时刻，呈现出最顽强的精神，这就是女排精神的实质。

国人呼唤“女排精神”，“铁榔头”是女排精神最完整的见证者和实践者，30年来她一直担负着这种精神的传承。其间，

女排换了几代，几度沉浮，但郎平仍然不忘初心，仍然坚守着自己喜欢的排球事业，在女排最需要的时候，她担当起了振兴大任，虽然道路并不平坦，但她象榔头一样不屈不挠咬定目标不放弃，才有了今天的女排的再续辉煌。

中国女排承载着国人太多的荣耀记忆，女排精神持续刷屏，郎平说：中国女排的精神一直都在，并不会因为输赢而改变，这就是女排精神的传承。的确，在奥运赛场，让一个运动员变得伟大，让一支球队成为传奇，让一场比赛荡气回肠、成为人们日后津津乐道的经典回忆的，确实往往是某种超乎竞技的精神属性。女排姑娘拼命苦战为国争光的背后，是平时的“艰苦奋斗，刻苦训练”，是赛场上永不磨灭的斗志，是多年来凝聚成的“无私奉献、团结协作、艰苦创业、自强不息”的精神，这在里约奥运上又一次被女排姑娘出色的表现诠释出来，这就是永不过时并赋予时代内涵的“女排精神”。

我们相信，熠熠生辉女排精神将激励中国运动员在竞技体育上不断创出佳绩，更将激励中国人上下同心共铸中国梦。

## 弘扬中国精神的心得体会篇四

女排姑娘有过成功登顶的荣耀与辉煌，也有过跌入低谷的徘徊和迷茫。但是在2019里约奥运之战，女排姑娘们的坚韧、顽强、无畏似乎让时光倒流，让国人再次见证了中国女排的精神力量！下面是整理的关于党员学习弘扬中国女排精神心得体会，欢迎阅读参考！

面对世界顶尖强手的终极挑战，中国女排在先输一局不利中连扳三局以3-1逆转力克塞尔维亚，时隔2019年再度荣膺奥运冠军。这场动人心魄的比赛，吸引了无数国人和世界球迷的目光。中国女排赢在顽强拼搏，赢的美丽大气，女排展现给世界的独特气质和力量。这种中国气派，不仅代表竞技体育，更是植根在每个中国人心灵深处的核心价值，将会广泛彰显

和弘扬。

中国女排在小组赛排名第4的不利情况下，不畏强手、顽强拼搏、屡克强手，让对手输得心服口服，展示出高超的运动技能和顽强的意志品质，充分继承和发扬团结奋斗、顽强拼搏、勇攀高峰的中国女排精神，完美地诠释了以为国争光为核心的中华体育精神和“更快、更高、更强”的奥林匹克精神，激发了国民的爱国热情，增强了海内外中华民族的自信心和自豪感，也得到世界的高度赞扬。

国人为女排欢呼喝彩，网民们传疯了：“有一种骄傲，叫中国女排；有一种精神，叫女排精神！”我们重提女排精神，那么，这种精神是什么？女排每一次夺冠，都是靠艰难拼搏完成的，在最困难的时刻，呈现出最顽强的精神，这就是女排精神的实质。

国人呼唤“女排精神”，“铁榔头”是女排精神最完整的见证者和实践者，30年来她一直担负着这种精神的传承。其间，女排换了几代，几度沉浮，但郎平仍然不忘初心，仍然坚守着自己喜欢的排球事业，在女排最需要的时候，她担当起了振兴大任，虽然道路并不平坦，但她象榔头一样不屈不挠咬定目标不放弃，才有了今天的女排的再续辉煌。

中国女排承载着国人太多的荣耀记忆，女排精神持续刷屏，郎平说：中国女排的精神一直都在，并不会因为输赢而改变，这就是女排精神的传承。的确，在奥运赛场，让一个运动员变得伟大，让一支球队成为传奇，让一场比赛荡气回肠、成为人们日后津津乐道的经典回忆的，确实往往是某种超乎竞技的精神属性。女排姑娘拼命苦战为国争光的背后，是平时的“艰苦奋斗，刻苦训练”，是赛场上永不磨灭的斗志，是多年来凝聚成的“无私奉献、团结协作、艰苦创业、自强不息”的精神，这在里约奥运上又一次被女排姑娘出色的表现诠释出来，这就是永不过时并赋予时代内涵的“女排精神”。

我们相信，熠熠生辉女排精神将激励中国运动员在竞技体育上不断创出佳绩，更将激励中国人上下同心共铸中国梦。

2019年8月21日，相信亿万中国人都会在电视机旁为中国女排加油、喝彩；相信得知了女排夺金的中国人都会一遍又一遍地欣赏着那激动人心的激战时刻。人们兴高采烈地评论着、分析着，不约而同地赞美女排精神又回来了！作为一名老青年志愿者，我再一次从女排夺金中获得了启示，再一次从女排精神中汲取了力量。

女排精神是什么？有很多。它是一种宝贵的体育精神，顽强拼搏，科学训练，在竞技比赛中永不放弃、永不言败。女排精神更是一种高尚的人文精神，它向我们很好地诠释了对待生活、对待工作的态度。随着中国女排重登世界之峰，相信女排精神也一定会给处于不同社会位置之中的中国人带来更多的启示与触动。那么，女排精神会给我们这些志愿者带来什么呢？从中国女排逆转巴西队、荷兰队之后，我就开始思考这个问题，特别是今天中午庆祝女排夺金、下午志愿实践之后，我决定开始试着回答这个问题，我把它概括为学会经受三个考验：

首先是要学会经受时间的考验。光阴似箭，日月如梭，这种考验更为长久，更为公正。本次中国女排夺金的灵魂人物就是主教练郎平。32年前郎平作为中国女排队员赢得奥运冠军；32年后，作为主教练再一次率队夺冠。三十二年！她用人生长度的三分之一来追求自己热爱的事业。因为她看准了，因此无论顺逆，她都义无反顾。其实，包括志愿服务在内的很多事情都是这样，时间是最公正的试金石，大浪淘沙见真金。23年前，中国青年志愿者高举学雷峰志愿服务的旗帜，今天我们传承着光荣的志愿精神。在困境中，让我们坚持、再坚持一下；在胜利前，让我们前进、再前进一步。相信时间会证明一切，奉献、友爱、互助、进步的美好社会也一定会在时光大道上等待着我们的到来。

其次是要学会经受信心的考验。信心比黄金还要宝贵，这种考验更为严峻，更为现实。这次中国女排奥运会夺金是在时隔2019年(2019年雅典奥运会)后，再次站上奥运最高领奖台。这期间中国女排经历了什么?有成绩进步的喜悦，也有坠入低谷的苦恼，但中国女排始终没有失去宝贵的信心，一批又一批的中国女排优秀队员前仆后继、继往开来。当代中国的志愿者生逢其时，党政重视，社会支持，志愿服务前途光明，这种态势成为广大志愿者信心满怀的强大后盾。但我们也应看到，中国的志愿服务仍然处于起步阶段，志愿路上仍然有坎坷、有荆棘，仍然需要时时与信心相伴。对自己有信心，相信行善立德，志存高远;对他人有信心，相信人心向善，以心换心;对社会有信心，相信人间正道，中华梦圆。

最后是要学会经受身体的考验。身体是事业的根基，这种考验更为直接，更为重要。56岁的中国女排主教练郎平带领队员重夺奥运金牌，给国人带来了更多的鼓舞，同时也带来了更多的期待。国内很多媒体赛后都期望郎平能够带队参加2020年的东京奥运会，在东京实现中国女排辉煌的圆满轮回。我们都祝愿郎导能够精力充沛地为中国女排再次圆梦，同时也知道下一次她所经受的考验会更多，最为直接的就是身体的考验。其实，我们每个人又何尝不是如此呢!大家还记得我们青年志愿者与共和国的伟大约会吗?等到2049共和国百年华诞之际，我们这些当代的青年志愿们将在志愿服务中再次相聚，共同来见证伟大祖国的富强、民主、文明与和谐，共同见证中国梦梦想成真的伟大时刻。因此，为了我们所忠爱的志愿服务事业，为了我们的亲人，为了不辜负这个伟大的时代，衷心祝福大家身体健康、精力充沛，衷心希望我们能够为国家、为社会、为家庭多做一些有益的事情。

观看了中国女排夺金的电视直播之后，我和我的志愿团队开展了例行的周日志愿服务活动，我们去社区看望了一户困难家庭的小同学。令我感动许久的是，这位生活在艰难环境中的小姑娘竟然两次向我提出了想要成为志愿者的要求，再一次见证了志愿服务中时间的伟大、信心的伟大。每一次的



志愿服务都激励着我们这些志愿者好好地生活，为自己，为他人！

“女排精神，洪荒之力！”“中国女排一直是我心中的神！”“如果奇迹有颜色，那么一定是中国红”……当近10亿中国观众聚焦里约奥运会女排决赛，当全世界华人瞩目这场意义远超体育竞赛的巅峰对决，一份久违的感动像闪电击中亿万观众，一股雄奇的力量穿越重洋，叩响每个中国人的心扉。

中国女排再夺奥运冠军，让人忆起曾经的光辉岁月。35年前的冬日，女排姑娘首次荣获世界冠军。咚咚的“铁榔头”，敲响了“团结起来，振兴中华”的战鼓，提振了中国人的精气神。这支光荣的队伍不仅是竞技舞台上的一张亮丽的国家名片，更成为无数中国人的励志榜样。“三连冠”“五连冠”，在那个国门刚刚打开、人民呼唤精神力量的时代，中国女排以她们无畏的拼搏精神跨上巅峰，向世界证明了“中国人能行”。在那个改革开放大幕初启、中国奋力追赶世界的时代，女排精神如同一面旗帜，让世人看到中国的集体主义、爱国精神、自强意志，能达到怎样的高度、能创造怎样的奇迹。无私奉献、团结协作、艰苦创业、自强不息的女排精神，是民族精神与时代精神的完美结合，成为一个时代的集体记忆、价值标签。

时光流转，世事沧桑。30多年来，女排姑娘有过成功登顶的荣耀与辉煌，也有过跌入低谷的徘徊和迷茫。但“跌的有多深，反弹就有多强”，正如主教练郎平所言：“中国的女排精神与输赢无关，不是说赢了就有女排精神，输了就没有。要看到这些队员努力的过程。”坚守为国争光的梦想，永葆求新求变的精气神，不忘初心，与时俱进，用专业素养提升实力，以开放包容博采众长，靠苦干巧干赢得竞争，这是新时代女排精神的丰富内涵所在、持久魅力所在、深刻启迪所在，也正是新长征路上的中国人不畏艰险、奋力追上时代的底气所在、力量所在。

历史是现在跟过去之间永无止境的问答交流。今天的中国，时代正打开一幅全新的场景，冲顶更需要坚强的意志、精神的伟力。面对决胜全面小康的艰巨挑战，面对困难众多的经济新常态，我们依然要发扬历久弥新的女排精神，去解决众多“发展起来以后的问题”，去化解“为山九仞、功亏一篑”的风险，去应对暮气日长、锐气渐消的挑战，为民族复兴提供凝心聚气的强大精神动力。

“再难的逆境也绝不言弃”，“可以被打败但是绝不会被打倒”，“哪有什么洪荒之力，不过是在咬牙坚持”，中国女排正是凭着这样的执着勇毅去拼搏去奋斗。今天，啃下全面深化改革的硬骨头，涉过经济转型升级的险滩，都需要发扬女排精神，去把困难踩在脚下，把责任扛在肩上，把梦想化作风帆。

壮哉，女排精神！加油，中华儿女！

## 弘扬中国精神的心得体会篇五

为认真贯彻落实区委xx届七次全体(扩大)会议精神，切实提高公司机关党员干部理论水平和服务能力，根据《关于20xx年全区党员干部理论学习教育的意见》和机关党工委《关于20xx年区直机关党员干部学习教育的实施意见》的要求，现就20xx年公司机关党员干部的学习教育作出如下计划安排：

### 一、总体要求

全面贯彻落实党的和xx届三中、四中全会、系列重要讲话精神和区委xx届七次全会精神，以“聚神聚力、提标提速，勇争一流、走在前列”为行动准则，深入实施“服务业兴区”和“工业强区”两大战略，牢牢把握科学理论武装、坚定理想信念、提高思想政治水平这条主线，紧紧围绕“学习型”机关党组织建设这一目标，完善机关学习制度，提高学习教育

成效，努力建设一支政治坚定、勤政为民、清正廉洁、敢于担当的党员干部队伍，为打造“时尚柯桥、印象柯桥、幸福柯桥”和实现公司“资产增值、企业发展、职工稳定”的工作目标提供坚强的思想和理论保障。

## 二、学习重点

1、突出加强系列重要讲话精神的学习。深入学习系列重要讲话精神是当前支部学习的重中之重。要按照中央的部署要求，突出“真、深、实”，全面学习领会讲话关于坚持和发展中国特色社会主义、关于实现中华民族伟大复兴的中国梦、关于全面深化改革、关于推动科学发展、关于社会主义民主政治和依法治国、关于宣传思想工作、关于国际关系和我国外交战略、关于党的建设以及加强国防和军队建设、推进祖国统一大业等一系列重要论述，切实把握讲话贯穿的坚定信仰追求、历史担当意识、真挚为民情怀、务实思想作风和科学思想方法。同时，要深入学习领会同志在浙江工作时的一系列重要讲话精神结合起来，更加激发做好工作的使命感和责任感。

2、切实加强马克思主义基本原理的学习。马克思主义哲学是机关党员干部必须掌握的看家本领。要认真领会在中央政治局第二十次集体学习上的讲话精神，原原本本学习和研读马克思主义经典著作，坚持运用辩证唯物主义世界观方法论来增强辩证思维、战略思维能力，坚持实践第一和推进理论创新相结合，坚持从客观实际出发制定政策、推动工作，切实提高解决我国改革发展基本问题本领。同时，把学习马克思主义基本原理同系统学习毛泽东思想、邓小平理论、“三个代表”重要思想、科学发展观统一起来，深刻认识其精神实质的内在一致性，切实增强中国特色社会主义的道路自信、理论自信、制度自信。

3、学习党的xx届三中、四中全会精神及省市区委全会精神。认真研读党的xx届三中、四中全会和省委xx届六次全会、市

委七届八次全会、区委xx届七次全会有关文件精神，理解把握全面深化改革和全面推进依法治国的重大理论观点、重大方针政策、重大工作部署。紧密联系柯桥区发展正处于结构调整阵痛期、转型升级关键期和深化改革攻坚期的实际，结合致力打造“时尚柯桥、印象柯桥、幸福柯桥”目标要求，切实增强“法治柯桥”建设的自觉性、坚定性和主动性，开创柯桥区科学发展新局面。

4、学习和树立社会主义核心价值观。深入学习党的提出的“倡导富强、民主、文明、和谐，倡导自由、平等、公正、法治，倡导爱国、敬业、诚信、友善，积极培育和践行社会主义核心价值观”的重要论述，深刻领会社会主义核心价值观的重大意义，有效把社会主义核心价值观融入自身精神世界。公司机关党员干部要结合学习党史、国史、社会主义发展史，结合学习中央反腐倡廉工作新部署新要求，自觉加强思想改造，牢固树立正确的世界观、人生观、价值观，做对党忠诚、个人干净、敢于担当的干部。

5、关注意识形态领域思想理论动态。当前，主流意识形态领域、思想理论建设正面临各种杂音噪音的干扰。党员干部要密切关注思想理论领域动态，对于西方“宪政民主”、“普世价值”、新自由主义、历史虚无主义、质疑改革开放等错误思潮，要充分运用马克思主义理论武器，有针对性地进行辨析和批驳，在思想上政治上排除各种干扰、划清是非界限，增强政治定力，保持正确方向。