

# 2023年大国盛会的心得体会(大全8篇)

学习心得是我们在学习过程中对知识、体会和反思的总结。小编为大家准备了一些写实习心得的范文，供大家参考和借鉴，希望能够给大家带来一些启发。

## 大国盛会的心得体会篇一

自1896年4月6日第一届奥林匹克运动会在希腊拉开大幕以来，奥运已经走过100多年的路程。奥运会是体育精神、民族精神和国际主义精神于一身的世界级运动盛会，象征着世界的和平、友谊和团结。这就是奥林匹克精神的体现。百年以来，奥运给人们带来了太多感人肺腑的轶事，让人们深刻地体会了“相互理解、友谊长久、团结一致、公平竞争”的十六字“奥林匹克精神”。

“奥林匹克精神”是不言弃的中国女排。

朱婷刚接触排球时说：“教练让我们垫球，我最不像样儿，别说教练看不下去，我自己都看不下去。但是一周之后，别的小伙伴能连续垫100个球，我也能做到了。教练表扬我上手快，其实我觉得是我心态好，别的小伙伴因为有基础，训练时常常会垫一会儿歇一会儿，可是不敢，也不能，因为我最差，教练不叫停，我就一直垫，不休息……”对于背后默默付出的努力，她说：“坚持才是我唯一的出路。”朱婷的成功，不是一个“天才”的展现，而是一个勤奋刻苦的“人才”的努力。通过努力把自己的短板补强，从不轻言放弃，这是中国女排。

“奥林匹克精神”是不服命的孤身奋战。

“没有教练的指导，没有任何人的陪同，局间休息，只能一个人安静的喝水，然后看看旁边陶菲克的比赛。比赛结束之后，只能独自匆匆的离去……这是一位来自伊拉克的运动员，

他是代表伊拉克的唯一的羽毛球运动员，他坐了12个小时的飞机，只为上场26分钟。”这段文字，是某新闻媒体对广州亚运会伊拉克运动员的真实写照。而在此次的东京奥运会上，身处战乱的伊拉克，代表团仅有四人。客观来说，他们的实力的确不强，他们自己也很清楚，但他们没有一个人选择放弃。他们想上场比赛，他们想用自己的努力告诉全世界：“我们国家，还在。”

“奥林匹克精神”是不气馁的坚定神态。

攀岩项目是首次入奥的新项目。攀岩运动员钟齐鑫是全球首位速度攀岩大满贯的获得者，先后七次打破世界纪录。但攀岩项目还是小众项目，知道的人并不多。他说：“我经历过夺冠，却没有人为我加油的比赛。”由于疫情，最后一场奥运入选资格赛——亚洲锦标赛被取消，钟齐鑫无缘东京。错过东京奥运的他，已经在准备2024年的巴黎奥运会。虽有遗憾，但依旧坚定，享受拼搏的过程，为梦想不懈努力，即使暂时并未成功也绝不气馁，或许这就是对奥运精神最好的诠释。

奥运会，象征着“光明、团结、友谊、和平、正义”，它理应是公正客观的存在，是人们对和平的向往、对成功的向往。我们要对一切破坏奥运会公正性的行为说“不”，让奥运会继续承载着我们的希望，继续走向更近辉煌的明天！

## 大国盛会的心得体会篇二

你说到奥运会精神，马上就会让我想到2008年在我国北京举行的奥运会。这场奥运会真的是史无前例的一场壮大的盛宴，全世界有100多个国家的运动员来北京参加比赛，同时我国把中国所有的最好的东西展现给了世界，让世界更加了解中国，认识中国。

那一年的夏天整个夏天我都没有去做别的事情，都是在电视

机旁边盯着奥运会在观看，每当有中国健儿出场的时候，我就会非常的激动，当中国健儿取得成绩，五星红旗被挂起来的时候，国歌唱起来的时候，我的心情是那样的澎湃，心情是那样的激动。这个时候我感觉到我是一个中国人，我为我是一个中国人而感到自豪。

说到奥运会，就不得不提到奥运会精神，奥运会一直秉承着“更快，更高，更强”的口号，自奥运会举办以来出现过多多少少的奥运会，健儿有多少次奥运健儿在赛场上表现出非凡的意志，又有多少个奥运健儿表现出的体育精神，这些都深深的印在人们的脑海中，都被人们所景仰。

我认为奥运会精神给我影响最深的就是“坚持”和“拼搏”，这两样东西也正是我需要学习的，无论是在学习生涯中还是在日常生活中，这都将影响着我们将。

记得在一次运动会中，我国著名的110米跨栏飞人刘翔，就在比赛的过程中，不幸被栏杆绊倒，但是刘翔没有放弃，就用一条腿一直蹦到了终点，这一举动让全场的人们立起来为刘翔鼓掌。虽然他没有获得最后的成绩，但是他却获得了人们的认可，这是一种体育精神，是一种拼搏顽强的精神。

奥运会既是一场体育盛宴，又是一场精神的刺激，我们应当从中学习这些令人振奋的奥运精神，将这些奥运精神运用到我们的生活当中，我们缺少的就是这些拼搏精神。

我相信只要我们每个人都有拼搏精神，努力精神，坚持精神，那么就没有什么是我们做不到的。

### **大国盛会的心得体会篇三**

举世瞩目的2008北京奥运的脚步已经随着圣火的传递跨越了五洲四海，无论是平坦还是坎坷；振奋人心的奥运精神已经浸润了每个人的心灵家园，不管是老人还是孩子，奥运的

光芒像太阳一样洒遍世间的每个角落。走近奥运，了解奥运，便不由得被奥运的激情和梦想所震撼、所燃烧。奥运的直接参与者人数毕竟是有限的，但它的影响却像光的速度一样迅捷、直接而深刻。

奥运呼唤我们奋发有为。更快、更高、更强是奥林匹克的格言。它充分表达了奥林匹克运动不断进取，永不满足的奋斗精神和不畏艰险、勇攀高峰的拼搏精神。换一个位置去思考，什么行业不需要这种精神呢？我们教育孩子勤奋是成功的基础，我们更应该清醒的认识到勤奋不仅是学生的事。我们应该以自己不倦的身影为孩子们树立榜样。为师者热爱学习、热爱工作、热爱运动、热爱读书、热爱写作、热爱创造，无形之中能增强自身的号召力和推动力。一日之计在于晨，一年之计在于春，一生之际在于勤，走出职业的倦怠，勤耕苦耘，为促进学生的和谐发展，为促进社会和谐发展而不懈努力，这是奥运的昭示。

奥运端正着我们生活的心态。“重要的是参加，而不是取胜”是奥运广为流传的名言。“我参与、我奉献、我快乐”是2008北京奥运会提出的一个新口号。在参与中，运动员不断地超越自己和他人，在更快、更高、更强之中实现自我的价值。我们每个人都是生活中的运动员，我们都有着各不相同的“奥运赛场”。全国人民关心奥运、参与奥运，积极投身奥运会各项建设和服务中，用自己微不足道的奉献为北京奥运会增光添彩。直接参加社会组织的奥运活动也好，自觉遵守交通规则，维护文明和谐的良好环境和秩序也好，不随手乱丢果皮纸屑，不滥用塑料袋，不丢弃废电池，保护环境卫生，保护我们的地球母亲也好，我们无时无刻不与奥运同在。在我们的教室的黑板右上角，奥运倒计时牌每天由热爱奥运的孩子们争着抢着去更改，我们争分夺秒的珍惜时间的意识在增强了。中央广播电台的奥运报道走进了我们的课堂。每天让奥运话题成了我们学奥运知识、悟奥运精神、做生活奥运运动员的大舞台，我们践行着奥运精神。正如现代奥林匹克运动创始人、教育家顾拜旦所言：“在生活中最重要的

事情不是胜利，而是斗争，不是征服，而是奋力拼搏。”做生活的主人，做一个不屈不挠的生活勇士，做一个积极向上的劳动者，做一个热爱本职工作的教育者，便能体会到奥运精神带给我们的无穷快乐。

奥运精神启示我们一分耕耘一分收获，付出是快乐的源泉。生活是永不停息的挑战，我们怕做的事情，其实就是各种挑战，挑战无处不在。勇敢地面对挑战，奇迹就会出现。战胜挑战，我们才能获得进步，变得成熟。挑战获胜的能力来自于长年累月的训练，来自于点点滴滴的积累，来自由量变到质变带来的“坚持就是胜利”。坚持是每天异常艰苦的上千次单调的跨栏训练；坚持是每天专心上课，认真做好每一道题；坚持是批改好每一份作业，写好每一次教案反思；坚持是放弃看电视剧，放弃看无聊的小说，放弃上网玩游戏，甚至为了工作学习放弃守护自己的亲人，放弃自己的假日。真正的付出是不求回报的付出，真正的快乐是更多人的快乐。付出自己的努力，付出自己的热心，无私奉献，快乐属于我们，也属于大家！

说不尽奥运精神的魅力，道不完奥运精神的启示。奥运是全世界的奥运，奥运是我们每个普通平凡的人的奥运；奥运是现在的，奥运是未来的；奥运是短暂的，奥运也是永远的。学习奥运、参与奥运、践行奥运，挑战自我，超越自我，永远做一个奥运精神的践行者！

## 大国盛会的心得体会篇四

全国乃至全世界人民所关注的北京2008奥运会圆满结束了，令全国人民所自豪的是，在北京奥运会中，我国运动员个个发挥良好，获得了51枚金牌，21枚银牌，28枚铜牌的优异成绩。更令我们骄傲的是有不少比赛项目打破了奥运史上的记录。

2006年，在体校练了7年的举重后，16岁的龙清泉顺利进入了

湖南省队，入队不久，他在2007年10月参加全国第六届城市运动会时，因为思想压力过于沉重而导致三次抓举失败，退出了56公斤级冠军的争夺。在失败与挫折中，他并没有放弃。教练不断地给予他鼓励，使他甩掉了思想包袱，刻苦训练。奋力拼搏，就这样一个新星冉冉升起了。

像龙清泉这样，在经历无数次挫折后成长并取得胜利的人还有许多，他们没有被困难和挫折所压倒，他们抱着同样一个信念，那就是必胜的信念。拼搏的信念。顽强的信念，他们是永远的“胜利者”！

人不能没有顽强拼搏的精神，特别是像我们这样的中小學生，只有顽强拼搏，才能获得成功；只有顽强拼搏，才能享受胜利的荣耀。所谓顽强拼搏，就是在困难面前不低头，在压力与挫折面前不逃脱，善始善终。克难攻坚。顽强拼搏不是一时的心血来潮，更不是空喊号子，需要用坚韧的毅力和坚定的信心来导航。

为了成功，我们要有远大的理想；为了成功，我们要奋力拼搏；为了成功，我们要顽强不息。为了报答含辛茹苦培育我们的父母和老师，实现我们的人生价值，我们就要弘扬奥运精神。努力拼搏，好好学习，掌握更多的科学知识。朋友们！让我们在成长的道路上，创造一个又一个奇迹！

## 大国盛会的心得体会篇五

全民奥运，全国奥运，举世奥运，奥运如此重要、辉煌。

奥运传播的，不仅仅是体育上的竞争交流，而更重要的是一种文明，一个精神。奥运的精神“更高、更快、更强“，还有多少形形色色的文明，在奥运会里体现得淋漓尽致。相互的竞争，科技的发展，让奥运纪录一个个得以突破，这些都是奥运的体现。

我们应该为奥运做出什么绵薄之力呢？为奥运做出奉献，是我们应该做的事情，尽管只是为运动员递水，为场馆扫地，那也是一种奉献。于是，我们周围人中，涌现了为奥运献身的志愿者，他们乐于助人，勇敢，尽管没有比赛却以另一种方式传播了奥运。

奥运就在大家共同努力、奉献、支持下延续发展；也成为了共同的目标，奥运是人与人，国与国交流的桥梁。

有人类就有体育，由体育就有奥运。人人都盼望成为奥运的一分子，展示自己的风采，体现自己的实力，奥运火炬的传递，就成了大家盼望的一个目标。

只有身体健壮，对奥运对社会做出奉献的人才能成为一名优秀的火炬手，奥运火炬手象征着，传递希望之火的使者。

那些仅仅是对成年人来说做得，我们似乎不能参与奥运。不，对身体的锻炼，对头脑丰富，对精神的培养，对奥运的关注、向往、期待……那就是我们对奥运的一份力量，也是我们应该做到的。

啊，奥运，成了我们每一次等待的站点，每一次播种的丰收，每一次努力的结果。

## 大国盛会的心得体会篇六

红胶跑道上更快的身影，五米横杆下更高的身影，千斤杠铃下更强的身影——这些闪耀的身影随着2020年东京奥运会的闭幕，将许久萦绕在无数中国人的梦中。

8月2日晚上8点50分，东京奥运会男子百米决赛的比赛现场热情四射。我国选手苏炳添以9秒83分的成绩进入决赛。“希望他拿个好名次！”此时，盯着荧屏的我只能双手合十为他祈祷了。一声短哨刺破了我的遐想，紧接地一声枪响“呼——”，

他双腿如簧管般在一瞬间弹了出去。没来得及仔细看，一个稍有落后却倔强不屈地、狂奔的红色身躯幻化作一道光影疾掠过终点线，苏炳添9秒98分！这已经是他第三次打破十秒大关，他用速度践行着“更快”。

她，有些瘦小但手臂强壮有力；她，手拿着长竿，不断调试方向和角度；她，准备一切就绪，单脚蹬地，跑向5米高的横杆。到杆下，她将手中长杆插向地面，随杆的弯曲，她轻盈的身躯也被撑了起来，在空中划出一道优美的弧线，越过长杆。她就是女子撑杆跳选手徐惠琴。她用高度证明着“更高。”

“是他！”我对着电视尖叫起来。电视里正在播放男子举重的决赛。选手李发彬是个南安人，如果他能夺冠，岂不是为全南安争光添彩！他双手紧抓杠铃，全身紧绷，使劲猛然一抓，举起杠铃，随后左腿下弯，身子慢慢挺起，双手肌肉暴突。成功了！就在我以为他已经获得了第一名时，他右腿一下抬起，来了招酷炫的“金鸡独立”，我吓了一跳：万一他一失手，不就被外人笑话了。好在，他又很好地控制了身体。他用力量代表着“更强”。

“更快、更高、更强”是永恒不变的奥运精神。从顾拜旦开创了现代奥林匹克运动，到《天津青年》杂志在1980年提出了“奥运三问”，到中国奥运第一人”刘长春代表中国参赛，再到北京申奥成功……奥运，经历百余年未断；圣火，经历百余年未熄，奥运会告诉着全世界奥运精神：拼搏、努力、奋斗，积级向上，乐观进取。“更快、更高、更强”的奥运口号，更将随着奥运精神融合在发光璀璨的奥运五环中。

生活中，“更快、更高、更强”或许派不上用场，但我们可以“更努力、更奋斗、更快乐”。我们也许一生与奥运会无缘，也许有朝一日也能努力站上奥运赛场，我们也必将努力传承“更快、更高、更强”奥运精神，牢记中国运动健儿努力拼搏的奋斗瞬间，在不久的将来，在未知领域也与之共同肩负起为国争光的神圣使命！



## 大国盛会的心得体会篇七

奥运精神是什么？奥运精神是“更快、更高、更强”。支撑和造就“更快、更高、更强”的是什么？是“自信、自强、自尊”。这既是奥运精神的原动力，更是奥运精神的境界升华。

从第一届古代奥运会开始至今，已经有了几千年的历史了。在这几千年的时间，奥运会已经从单纯的竞技活动变成了增强各国运动员之间的友谊与团结，促进世界和平以及各国人民之间的相互了解的大会。1984年第二十三届洛杉矶奥运会，中国派出353人组成的大型代表团，其中225名运动员参加了除足球、拳击、马术以外的其余16个大项的比赛，共夺得15枚金牌，8枚银牌，9枚铜牌，名列本届奥运金牌榜第四位，实现了历史性的突破。从此以后，我国的运动健儿刻苦训练，努力拼搏，一直在奥运赛场捷报频传。1991年，中国北京向国际奥委会提出举办2000年夏季奥运会的申请，最后惜以二票之差未获成功。但是，中国人民并没有气馁，仍然积极创造条件，1999年，北京市政府再次提出承办2008年奥运会的申请，经中国奥委会同意后，由市长亲自前往国际奥委会总部递交了申请书。在2000年悉尼奥运会上，中国代表团取得了金牌榜及奖牌榜均列第三位的好成绩，标志着中国体育水平开始步入世界一流行列。2001年北京时间7月13日22：10，北京在国际奥委会第112次全会上获得第29届2008年奥运会主办权。在不久的2008年，奥运会即将在我国首都北京举行。这不仅仅是一次重大的体育盛会，更是展示我们伟大的祖国改革开放所取得的辉煌成就的机会。同时也是让世界各国的运动健儿和各界人士了解有着悠久历史的文化古都和中华民族灿烂的文化。2008年离我们并不遥远，所以我们应该从现在开始，让奥运时时刻刻生活在我们身边，积极参与有关奥运的活动。

首先，我们要弘扬奥运的拼搏精神。我们要像奥运健儿一样，在成长过程中，不怕困难，不怕挫折。积极进取。在学习的

过程中主动地学习，用丰富的知识充实自己。用优异的成绩向祖国汇报。

其次，为了办好“人文奥运”“科技奥运”“绿色奥运”，我们应从现在开始重视自己的文明礼仪习惯的培养。每天穿着整洁的校服，佩戴好鲜艳的红领巾，见到老师和保安叔叔，见到客人彬彬有礼，主动问好，自觉遵守学校的规章制度。上课专心听讲，人人能写一手漂亮的字，人人能练就一副好口才。下课，同学们在校园里不追跑打闹，不大声喧哗，实践学校的德育目标：在家做好孩子，在学校做好学生，在社会是好公民。

“环保意识和环境质量是衡量一个国家和民族文化程度的一个重要标志。”众所周知，我们所生活的环境目前并不尽如人意，白色污染严重，生活垃圾及工业废气物，河水更是被污染的很严重。这离“绿色奥运”的要求还有很大的距离。作为北大附小的学生，我们要拒绝环境污染，拥抱卫生健康，创造美好校园环境，为绿色人文，绿色环保，绿色奥运做出个人应有的贡献，就要从自己做起。见到地上有纸屑随手捡起，见到有人践踏草坪积极劝阻，见到有人污染环境大胆举报。因为环境是我们人类及自然界所有生物赖以生存的基础。爱护地球、维护生态、保护环境是每一个同学义不容辞的责任。

同学们，弘扬奥运精神，展示少年风采就从今天开始吧！

## 大国盛会的心得体会篇八

又能看见那块鲜红的五星红旗缓缓地在奥运会升起，就在刹那间，我们中国人都感到多么自豪。

“同一个世界，同一个梦想”这个标题是北京在呼唤着世界各地。还有那几只福娃：贝贝，晶晶，欢欢，迎迎，妮妮，这都是活泼的小精灵。这些吉祥物都是北京欢迎大家，欢迎

世界的光临。

奥运会在人们的心目中是有相当重的分量，奥运会不仅仅是一种体育竞赛，而是一种坚定的信念。能让人们知道更多的友谊，其实比赛的重要性。

在这多年的奥运历程里，有无数的场面，有无数振奋人心的场面。奥运健儿在奥运会场上顽强拼搏，在这比赛过程中，他们流了多少的泪水。还是坚强，有自信的拼搏到底，这就是运动健儿的精神。

记得那跨栏像箭一般的“刘翔”，他摔倒在地，又是坚强地站起来努力拼搏下去，到最后，他还是换来喜悦的泪水。拿着那沉甸甸的奖杯站在最高出，他听着耳边响起的激昂的国歌，面对着升起的中国国旗。那一切都代表着中国人民的胜利人们都在高声的欢呼，他感到多么自豪。

在这比赛中，冠军只有一个，肯定有人失败，在人们心目中是没有失败的，总是胜利，认为自己是做得最好的。他们的拼搏更多的是一种人性的流露，是一种永不服输的奥运比赛精神。

奥运会的精神时刻在激励着我，激励着我做人要顽强拼搏，坚持到底，永不放弃。