

最新中国女排精神感悟 学习中国女排精神心得体会(精选20篇)

请示应当明确表达问题的具体内容，以及需要解决的目标和期限。在请示中充分陈述问题的背景和现状，以便上级更好地理解 and 判断。范文中的问题和情况多样化，可以帮助我们实际工作中更好地应对各类请示情境。

中国女排精神感悟篇一

一段时间工作下来，毛卓云慢慢发现，这些在押人员内心很敏感，也很脆弱，他们害怕冷漠和歧视，渴望被关爱。

一开始，为了民警的安全，所里四处找有经验的部门咨询，购入了一批防护服和安全设施，还特意改造了几间隔离性强的专门看管监室。

这套设备，毛卓云就用了一次。“穿得和宇航员一样，他们连我的脸都看不见，心理距离太遥远了。”他干脆就和平时一样，穿着制服就找在押人员谈话去了。

距离在一次次谈话中拉近，彼此也有了肢体接触，尽管只是拍拍肩膀、握握手，或者一个拥抱，但对很多在押人员来说，是一种莫大的尊重和安慰。“毛警官，自从我得艾滋病以来，亲朋好友都不敢来见我，而你却敢这样和我面对面交谈。”曾经的一位在押人员陈某至今还记得第一次见面谈话时，毛卓云给他的那个拥抱。

艾滋病监区在押人员中，有近七成是吸毒或贩毒人员，他们情绪极不稳定。毛卓云要采用各种办法，对他们的心理进行疏导和干预。

一次一名在押人员得知自己的判决后，突然情绪失控，在监

室内自伤自残。“当时他脸色发白，双手冰凉，对人生充满了失望、怨愤。”毛卓云用了很多办法安抚，效果都不明显。最后，冒着被攻击甚至被传染的风险，毛卓云走上前去，拥他入怀，才令他渐渐平复。“我该怎么救赎？”几次谈心谈话下来，这名在押人员突然问毛卓云，又一字一句地说道，“我要好好活下去。”毛卓云趁热打铁，告诉他，做好事，一天做一件好事就是救赎。于是，他从擦床板做起，每天积极打扫监室。

中国女排精神感悟篇二

洪水进家园，良田变汪洋。____20日8时31分，淮河王家坝闸开闸放水，滚滚淮河水又一次流进濠洼蓄洪区。这是濠洼蓄洪区第16次开闸蓄洪，王家坝人再一次用开闸蓄洪的壮举，诠释了“舍小家为大家”的精神。

面对蓄洪，王家坝人这样说——“为了削减淮河洪峰，确保两淮能源基地、京九和京沪交通大动脉、淮北大堤及沿淮大中城市的防洪安全，我们王家坝人义不容辞。”“请党和政府放心，我们绝对服从命令，顾全大局。”“我是老党员，我带头撤离。”“人在堤在，洪水不退我们不退。”

王家坝闸开闸蓄洪的消息，经中央、省、市媒体微信公众号等平台推出后，不少网友纷纷留言，有人感慨、有人泪目，凝聚起同舟共济的拳拳力量。

有一种感动在心头——网友“春风十里不如你”：“舍小家为大家”，这六个字对于淮河沿岸的蓄洪区来说很沉重，从小不明白庄台的意义，长大才明白是世代人的付出。网友“赵振宇”：每一次看到濠洼人民为了防洪撤离的场景，都久久难以平复心情，希望可以多给他们一些帮助，共同渡过难关。

有一种牵挂在萦绕——网友“假装”：这里是我家，敞开

胸怀的王家坝，每一次艰险来临的时候，不计较得失代价。网友“一块咕噜肉”：为王家坝点赞，洪水无情王家坝有情，愿洪水早日退去，愿你们早日重返家园。

有一种精神在传递——网友“顶影”：王家坝人“舍小家为大家”的精神值得我们学习！网友“善于知足”：最淳朴善良的农民，“舍小家为大家”，他们才是最值得尊敬的人！

淳朴的文字，厚重的情谊。王家坝精神是王家坝几代人努力奋斗积累的宝贵财富，是颍淮儿女精神风貌的真实写照。全国各地网友的关心和关注，激励着蓄洪区人民不怕困难，战胜洪灾，守护家园、奋力前行。

中国女排精神感悟篇三

中国女排的这块金牌，无疑是本届奥运会中国代表团分量最重的一块；女排这场决赛，应该是本届奥运会最多中国人观看的比赛。不靠明星，不比段子，比赛本身就是最吸引人的看点。不分年龄和地域，多少人屏息凝神，同此欢乐。这就是体育的价值、竞技的魅力。

在某种程度上被碎片化信息和娱乐段子分流了注意力的本届奥运会，这样单纯地享受比赛的乐趣，是久违的美好体验。这场酣畅淋漓的胜利，还重新唤醒了一个词，女排精神。也让今天的年轻人真切体会到，体育比赛所能带来的巨大振奋和凝聚力。女排所代表的理想主义和拼搏精神，在这一刻满血复活。

当然，如郎平所说，单靠精神不可能赢球，实力基础、刻苦训练和指挥布阵，都是必不可少的获胜因素。但是，在进入奥运决赛圈的队伍中，中国女排实力并无绝对优势，队员阵容还曾饱受质疑，能够一路战胜强手巴西、荷兰和塞尔维亚夺冠，临场的那种精气神，就显得非常重要。敢于胜利、永不放弃、团队协作，这可能就是传说中的女排精神。而这种精神，在今天并不过时。

对本届奥运之旅,女排精神首先是一剂清醒剂:既然上了奥运赛场,目标就要盯着第一,就要敢于胜利。很多人都感觉到,这届奥运会无论是运动员还是观众,心态发生了很大变化,甚至有人说是历史性的转折:对金牌看得没有那么重了,不再盯着奖牌榜“金金计较”;评价一个运动员,也不再只系于一次比赛输赢。甚至有人说,运动员的一句话、一个表情都“胜过一万枚金牌”。

我们当然理解,后者只是一种修辞手法,是出于对锦标主义、唯金牌论的逆反。不再金牌至上、运动员更加个性多元,也是一个国家自信成熟的表现。但是,由“唯金主义”到“金牌并不重要”,好像从一个极端到另一个极端。不唯金牌不等于不要争金牌,宽容失败不等于宽容怯懦、懈怠。

这毕竟是奥运会,不想争第一,就没必要去赛场,不全力争取胜利,是对对手和队友的不尊重,也是对奥运精神的亵渎。女排的夺冠之路并不轻松,一波三折惊心动魄。但要知道,在奥运这个顶尖赛场,没有人可以随随便便得第一。孤独求败如中国乒乓球队,主教练刘国梁也说自己如履薄冰、夜不能寐。那些虽败犹荣的传奇,都有一个前提,就是他已经竭尽全力。

女排精神的另一个重要内涵,就是集体主义和团队协作。在三大球这样的团体项目上,集体合作和信任的重要性显而易见,但即便是一些赛场上“单打独斗”的项目,同样离不开团队的作用。任何一个奥运项目,都离不开教练、领队、陪练,离不开协会和专业人员,还需要更多的后备力量和群众基础。不管是作为公共事业的运动员培养,还是西方一些参赛“个体户”,其实都离不开背后的团队和社会支持系统。

谈论女排精神,绕不开的还有爱国主义。出于对举国体制的反思,以及思想和利益的多元,很多人不喜欢把体育比赛和“爱国”挂钩,甚至把“为国争光”只当成套话和空话。但是,国际性体育赛事,确实是和平时期展现一个国家综合实力和国民风貌的窗口,也与国家形象和荣誉息息相关。

积贫积弱和“东亚病夫”的时代自不必说,即便在很近的时代,体育比赛经常起到提振民族士气的巨大作用。在上世纪八十年代“希望的田野上”,老女排催生了“团结起来,振兴中华”的呼喊;奥运第一金、女排五连冠,都在中国历史上写下浓重一笔。当今世界,体育健儿奥运赛场夺金,仍是为国家增加荣誉。

奥运会以国为单位参赛,得第一的要升国旗、奏国歌,这些仪式感,都在强化国民的归属感荣誉感。不仅是中国强调这些,即便在所谓“个人主义”的美国,也是如此。美国人对金牌的重视,不见得比别国逊色,金牌榜早就是第一了,还不放过任何一个可能申诉的机会。还有运动员因为奏国歌时姿势不到位,被网友指责“不爱国”。

虽然金牌不能代表一切,但一个国家在奥运会上的成绩,也可以说明很多问题。尤其是逐渐剥离举国体制和“盆景项目”之后,奥运会成绩也越来越能反映一个国家的公众体育水平,进而反映国民生活水平和综合素质。而且,运动员在国际赛场上表现出的顽强拼搏、勇争第一的精神,也会灌注到全社会,融入整个民族精神之中,成为全民族共同的精神财富。

人,总是要有一点精神的。搞竞技体育,需要过关斩将争第一,更不能少了这种精气神。

中国女排精神感悟篇四

20xx里约奥运会女排决赛,中国队以3:1战胜塞尔维亚队,时隔20xx年再次夺冠,为中国队夺得了最提气、最具含金量的一枚金牌。主教练郎平,队员朱婷、丁霞、魏秋月,以及所有将中国女排精神在奥运会中彻底贯彻的女排队员们再次成为了世界的焦点。

中国女排用旺盛的斗志和对胜利的渴望诠释着顽强拼搏的体育真谛,天道酬勤是这支女排的注脚,我觉得女排精神带给

当下企业有以下几点启示：

1、不设计结果，做好当下

郎平在接受采访时说：“中国女排的里约奥运征程中，正是因为队员们没有去设计结果，所以才能在遇到困难时全力以赴面对困难，一点点的往上冲。这对于所有运动员都是一个特别好的锻炼和经验，对她们今后的生活也是一个非常好的积累。”

在当下浮躁的环境中，越来越多的企业、媒体失去了“做好当下”的觉悟。急功近利的目标遮住了看清当下的双眼，忘记了做好每一个阶段自己该做的事情才是最重要的，渐渐地变成了浮躁的大环境里浮躁的一份子。

2、永不放弃，追求每一分钟

恒心和毅力是支撑着中国女排摘得桂冠的力量源泉。如果中国女排在半决赛时因为前期的落后、观众的嘘声而放弃，我们就不会看到今天绽放着拼搏光彩的中国女排。

对于我们也是一样，如果当时马云创立阿里巴巴时因为资金的匮乏、朋友的嘲笑而放弃了自己梦想，那我们现在就不会有融入了我们生活每一个角落的阿里巴巴商业帝国。

永不放弃，就算到了最后一分钟也拼尽全力，这样才有可能在这浮躁的社会环境中成为一股脱颖而出的清流。

3、摒弃浮躁，所有的困难都是比赛的一部分

所有的事情都不可能完全按照所谓的计划来进行，我们在前进的时候往往会因为出现了突发的困难或变数而给自己找到放弃的理由。但其实所有的困难都是人生大赛中的一部分。

本应早上九点的比赛延迟到晚上十点，对战东道主的比赛中观众一面倒的呼声，这些都没有让坚韧的中国女排给自己找松懈的借口，因为她们很清楚，所有的困难都是比赛的一部分。

不管是内容的制作还是企业的竞争都是这样，只有将未来可能遇到的所有困难都视为征程的一部分，摒弃浮躁，直面一切困难，才有可能在激烈的竞争中崭露头角，给出消费者真正想要看到的精神产品。

中国女排精神感悟篇五

8月21日，在本届奥运会即将收官之时，中国女排3比1战胜塞尔维亚，时隔再次获得奥运会冠军。这场激动人心的比赛通过中央电视台直播，市场收视份额占据了81%，可谓是万人空巷、万众瞩目。

女排精神是理想与实干精神的完美统一，是不断拼搏永不停歇、不断创业永无止境的完美诠释。30年前如此，30年后依然。

中国女排逆流而上，郎平的那句“什么也不要想，打好每个球”，再次给我们巨大的启发，“任凭风浪起，我自不动心”，对体育管用，对企业也一定管用。只要每一位企业家站在良知之巅，拥有一颗如如不动的中国心，不为眼前困难所动，不为流言蜚语所惑，盯住每一个“求”，中国经济何愁不兴！世界经济之巅必然可越！

我们学习并践行女排精神更有现实意义。在这个“大众创业、万众创新”的时代，女排精神值得我们每一个创业者和投资者学习。创业维艰、守土有责是一种常态，我们都必须具备一股永远强大的内心定力，面临困难，绝不退缩，坚持做最好的自己，特别是当下极速多变的市场环境里。

女排精神还告诉我们，当你遇到任何挫折，甚至不知道前方在哪里，不知道往哪走的时候，永不放弃，向着胜利前进！

中国女排精神感悟篇六

xx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xx年(xx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xx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会晤吗？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！

中国女排精神感悟篇七

王者归来，举国振奋。以3：2逆袭卫冕冠军、东道主巴西后，中国女排18日在半决赛中面对“苦主”荷兰队释放“洪荒之力”，最终以3：1艰难实现“复仇”，时隔xx年后再进奥运决赛。21日在与塞尔维亚队的巅峰对决中，在先失一局的不利情况下，中国女排更是以3—1完成惊天逆转，站在了里约奥运会的最高领奖台。黄灿灿的金牌见证着女排姑娘们的顽强拼搏，也诠释出中国的大国自信。

“奥运会最重要的不是胜利，而是参与；正如在生活中重要的事情不是成功，而是奋斗；但最本质的事情并不是征服，而是奋力拼搏。”击败卫冕冠军巴西队后，中国女排姑娘们在场上高声大喊：“我们是最棒的！”战胜强劲对手荷兰队后，洪钢和前奥运冠军冯坤盛赞中国女排赢下史诗般战役，无愧为王者之师；巅峰对决中，中国姑娘们再次用汗水和拼搏向全世界诠释了什么是“女排精神”。

一回回倒地，一次次奋起，正是这种敢打敢拼的精神，屡屡让中国女排无论落后多少分、无论形势多么恶劣，都足以完成荡气回肠的绝地反击。淘汰卫冕冠军巴西队后，看台上亲临现场的80岁高龄前国际排联主席魏纪中就曾激动不已，“这才是我们想看到的中国女排！”；打败强敌荷兰队，中国女排已经越来越接近夺冠梦想；战胜塞尔维亚队夺得奥运冠军，中国女排更是已经成为了新时代的`中国骄傲。

岁月轮回，精神不老。噙着热泪看完整场比赛，耳边依稀萦绕着女排姑娘们的阵阵呐喊杀声。不管是比分落后，还是稍稍领先，或者不相上下，我们的女排姑娘们都体现出每球必

争的决心，诠释出无私奉献、团结协作、艰苦创业、顽强拼搏、自强不息的“女排精神”。“拼搏精神永远是中国竞技体育之魂”，这种不放弃、不抛弃的拼搏精神，不仅能够唤醒大国梦想，也足以振奋13亿多中国人民。

中国女排精神感悟篇八

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20xx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。

中国女排精神感悟篇九

今天，最让人振奋、最令人激动的消息莫过于中国女排时隔12年再次登上世界巅峰，取得了2016里约奥运会女子排球比赛的冠军。一瞬间，中国沸腾了、世界华人被点燃了。在女排姑娘的身上我们看到了一种难能可贵的精神，这就是“女排精神”。究竟何为“女排精神”，我想用我粗鄙的文字来浅薄地进行梳理，以便日后习用。

一、“女排精神”之团结奋进、一致向前 比赛中，2人及2人以上的比赛项目，最需要的就是团结一致。在女排身上，这种精神尤为突出。场上的每一次发球、传球、进攻，都显示出女排队员之间的团结，得分相互鼓励，失误互相打气，电视屏幕上传递给我们的是她们的团结，也正是在队员团结一致的协作中，女排一步步走向成功。“赢了一起狂，输了一起扛”是对这种精神最完美的诠释。

二、“女排精神”之永不言弃、敢于拼搏 且不说女排在经历辉煌后所渡过低谷期时的坚韧努力，单是在本次奥运会上，

每一场的比赛中所表现出来的坚毅和勇敢，就已经够让我们领略在她们身上所呈现出来的“永不言弃”的精神。在本次奥运会上，女排的前行之路甚是坎坷，每一场比赛的对手都是在国际上比较有实力的队伍，每一场比赛都打得让人揪心又兴奋。女排姑娘们面对对手没有放弃拼搏，一分一分追，一分一分赶，虽然一路踉跄，但目光坚毅。可能姑娘们的目标不是冠军，而是告诉自己即使有时候知道不会赢，但依然竭尽全力，永不言弃。

四、“女排精神”之爱国情怀 本届奥运会中，中国女排不畏强手、顽强拼搏、为国争光的背后凝聚了一种精神、一份情怀，这就是“爱国情怀”。为祖国而战，为祖国荣誉而战、为五星红旗能在马拉卡纳体育场升起而战、为国歌奏响奥运会赛场而战。中国女排在这种情怀的强大支撑下披荆斩棘，创造了专属于她们的辉煌。有种精神，只有中国女排拥有；有种精神，它叫“中国女排”。

“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！

提起女排，没有人不竖起大拇指。在世界排球史上，能够取得“三连冠”已是寥寥无几，而中国女排却取得了“五连冠”，

创造了奇迹，在世界排球史上竖起了一座丰碑。是什么令中国女排取得如此骄人的成绩呢？当我细细阅读了《迎奥运，促和谐》读本后，我被女排精神深深震撼。

每天练球就是七八个小时，每堂课扣球要重扣300多次，翻滚400~500多次。这是女排姑娘集训期间每日的必修课。因为她们懂得：“苦是一副灵丹妙药，她们要强大起来，就得每日吃这副药。”正是这种一丝不苟，勇于自我牺牲的精神代代相传，发扬光大。终于开出了“五连冠”的胜利之花。

谁也无法忘记2004年雅典奥运会中国女排勇夺金牌的惊心动魄场面。是什么使中国女排一次次的生死逆转，一次次完成不可能完成的自救？是女排精神，是大家能够团结协作的忘我拼搏精神。

好一个团结协作、忘我拼搏的女排精神！它不仅是中国体育的一面旗帜，更是整个民族锐意进取昂首前进的精神动力。

我清楚地记得，2007年冬天，中国南方遭到了一场百年未遇的大风雪。在和雨雪冰冻灾害斗争中，全党全军全国人民，不屈不挠、顽强拼搏、英勇奋战：在天寒地冻中，铲除冰雪；站台广场上维护治安；危难之时，紧急救援；徒步踏雪，运送救灾物质；攀爬电线杆，抢修电路；奔走冰雪路段，疏散交通……一支支突击队，一群群志愿者，一个个紧张的工作身影，一张张劳累、疲倦的笑脸。正是由于大家万众一心。众志成城，在困难中大家团结在一起，能够忘我，抛开自己的一切。我们终于战胜了雨雪冰冻这个恶魔。它再一次告诉人们：团结协作、忘我拼搏，就一定能够战胜困难，取得成功。

看看中国女排，再想想自己，我真是羞愧万分！在困难面前，我常常选择退缩逃避。班级没获得流动红旗，就互相指责、埋怨。身为班长的我，不是和大家一起想办法，而是寻找理由，推卸责任……这样的态度怎能营造一个良好的班集体，怎能营造一个和谐的校园？在倡导构建和谐社会的今天，我们

必须向着宏伟目标团结协作，忘我拼搏，共创一个辉煌美好的明天！

中国女排精神感悟篇十

里约奥运会进行了女排决赛，中国女排战胜塞尔维亚队，夺得金牌，塞尔维亚队夺得银牌。这是中国女排历史上第三次夺得奥运金牌。

当最后时刻替补上场委以重任的张常宁，成功的发球过网后急坠破坏了对手的一传，惠若琪的探头给塞尔维亚人致命一击之时，如你，如我，如电视机前13亿中国人，都会发出歇斯底里的咆哮，人说看中国女排需要一颗大心脏，坚持着看完里约奥运决赛，发现自己已经不再紧张，更多的是热泪盈眶！

当伦敦奥运中国女排2-3被日本挡在四强之外时，那时的女排跌入谷底，我们以为还要等待下一个20年。

幸好，我们有郎平，这个30年中国人永远兴奋的女排图腾！她上任后，给中国女排带来了全新一代的“朱袁张”组合，你能想象一支在伦敦仅仅进入八强的球队，仅仅用了三年的时间就站上世界之巅吗？年世界杯夺冠——这竟然和郎平此前给出的时间表完全重合，在她连续发掘了朱婷、袁心玥和张常宁、龚翔宇之后，给出了这支女排出成绩的时间表就是2015年！

真的，除了这个团队，没有别的任何一支球队能够配得上“精神”二字——请记住，她们的名字叫中国女排，她们30多年来激励国人的叫“女排精神”。网上流行的一句话：“哪有什么洪荒之力，不过是在咬牙坚持。”在这个网络化、娱乐化充斥的时代，我们更需要女排精神的归来。

郎平说：“女排精神不是赢得冠军，而是有时候知道不会赢，也竭尽全力。是你一路虽走得摇摇晃晃，但站起来抖抖身上

的尘土，依旧眼中坚定。”我们的生活也是如此，不是目标太难，而是你还不够努力！加油，每一天！

女排精神常在，共筑泰山不屈斗志！

更多学习中国女排精神心得体会

中国女排精神感悟篇十一

此刻，距离上次中国女排雅典夺冠，已经整整过去了__年。再次将姑娘们送上决赛的郎平，在结束一天的工作后，犒劳自己的方式竟然是——“别告诉队员啊，我不让她们吃方便面，我每天晚上都吃方便面，没办法，一比赛心情就紧张，所以吃点面条……”

原来，当电视机前的观众紧张得冒汗时，在场边运筹帷幄、镇定自若的郎平也会紧张，而缓解紧张的方式，是背着队员“偷吃”方便面。

向郎平致敬，向她辉煌的世界冠军生涯致敬。

有人说，中国体育需要100个郎平。在中国男足、中国篮球颜面尽失之际，女排夺得世界冠军就像一场及时雨，扛起了中国体育的旗帜。无论是30年前还是现在，游走在排球最前线的郎平，始终透彻地体会着如何承受一个国家荣誉、全民期待之重，而这又何尝不是整个中国体育的使命。

在中国体育史上，几乎没有一个人能连续30年受万众膜拜，并仅仅是因为体育。而30年来，中国女排的所有荣誉，几乎都和郎平相关。在她精心打造下，中国女排一跃成为谁也无法小觑的世界冠军。一同被改变的，还有辩证法。此前，团体项目中，很难说是教练成就了球队，还是球队成就了教练。直到郎平出现，才改变了。因为有她的地方，就有奇迹。

中国女排精神感悟篇十二

7月24日，从北仑体育训练基地回到北京，郎平没顾上回家，就直接和队员们一起回到了中国女排的驻地天坛公寓。在结束了为期半个月的封闭集训后，她们将在这里度过奔赴里约奥运会前的最后一个星期。

“老觉得现在时间不够用。”下午才刚到驻地，晚上郎平又给大家安排了录像学习——她们要通过观摩、分析过往的比赛，为8月6日第一场小组赛，与荷兰的对战做准备。

这样的学习对队员们来说，是平日里再寻常不过的功课。想到即将出征，年轻的姑娘们士气挺高。而身为主教练，没有人比郎平更清楚，她们将要踏上的是怎样一趟不寻常的旅程：小组赛中，中国队被分在了有着荷兰、美国、意大利、塞尔维亚这几支世界强队的“死亡之组”；而这支由12人组成、平均年龄不足24岁的队伍中，只有3人拥有奥运经验。

这是郎平的第4次奥运之旅。从1984年在洛杉矶奥运会上以运动员的身份夺得金牌，到、以主教练的角色先后率领中国队、美国队获得银牌，她已经不需要再向人们证明什么了。但这一次，她仍然全力以赴。

“回想起自己第一次出征奥运，仿佛就在昨天，时间过得太快。再次启程，这次奥运对我们来说是梦想更是承诺，意义可能更为重大。一起加油，姑娘们！”郎平在自己的微博上这样写道。

作为曾经的“铁榔头”，80年代女排黄金时期的代表，自4月接过帅印，郎平就肩负起带领中国女排走出低谷、重回巅峰的重任。中国女排重夺世界杯冠军，与上一次距离11年之久的冠军让人们看到新一届女排的蜕变与可能。于是，人们开始期待，这支90后的新队伍是否已经在郎平的调教之下，重回世界排坛之巅；她们的竞技和精神状态也再次让人想起老女

排，以及延续已久的“女排精神”。

在里约，这些年轻的女孩，将有望开拓出女排历史上“第三个黄金时代”。

中国女排精神感悟篇十三

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起学雷锋志愿服务的旗帜，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12年（20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。

中国女排精神感悟篇十四

中国: 塞尔维亚

19:25

25:17

25:22

25:23

女排姑娘在等待这一天,亿万中国球迷也翘首以盼,中国队以3:1逆转获得冠军。女排姑娘克服了太多困难登顶!“铁榔头”完成执教生涯的最后一块拼图——奥运会冠军。她们值得所有赞美!记住她们的名字:

领队: 刘文斌

副领队: 赖亚文

教练: 安家杰、郎平、包壮

医生: 卫雍绩

科研人员：袁灵犀

翻译：简捷

队员：惠若琪(队长)、魏秋月、徐云丽、张常宁、颜妮、朱婷、杨方旭、袁心玥、丁霞、刘晓彤、龚翔宇、林莉。

这将是一段很难被复制历史——四强的对手，先在小组赛输一个遍。然后依次挑落，夺回“本不属于她们”的金牌。“明知不会赢，也要拼了命。”

又是这样一场比赛，姑娘们已经历了两场——面对东道主巴西队，过去8年间，交手19次，连续输了18次。

“输过，没服过。”

“不能让巴西轻松过了中国这一关，不能让她们随便欺负我们。”

无人加油，全场喝倒彩，每一次发球都伴着全场嘘声和口哨。

“我们有上亿球迷在远方观战，我们从不孤单！”

最终，这支平均年龄不足24岁的中国女排，五局苦战，力克巴西队，挺进里约奥运会四强。赛后，郎平一度哽咽，挨个拥抱了队员。

含泪微笑，一言难尽。浴火重生后，是凤凰涅。

迎战荷兰，两局以大比分落后，姑娘们不急不慢，一分一分耐心追，一球一球狠狠打。

中国：荷兰

27:25

23:25

29:27

25:23

最终以3:1打败荷兰杀入决赛。

郎平再次泪洒赛场。她轻吻、拥抱或安慰着孩子们。

赛后，一位记者要求郎平用英文，尽管“铁榔头”口语流利，但还是霸气地先说起中文：“心脏都受不了，我没见过这么激烈的场面。”

强者不是没有眼泪，只是含泪奔跑。上一次郎平落泪，还是9月6日。缺少核心球员的中国女排以3:1力克日本队，第四次斩获世界杯冠军，拿到了中国三大球队的第一张里约门票。

那前后，她哭了两次。出征前一天，女排队长惠若琪因心脏问题无法随队出征，郎平跑到储物间偷偷哭了；夺冠后，看似平静的她泪水夺眶而出：“一度认为老天太折磨我们了，但最后老天看我们挺努力的，送给我们一个世界冠军！”

中国女排精神感悟篇十五

在小组赛中，年青的中国女排先后输给荷兰、塞尔维亚、美国……面对位列小组第四、8进4直接面对东道主的极为不利局面，中国女排用智慧和行动再次诠释“刻苦奋斗、不畏强敌、绝不服输、奋力拼搏”的女排精神，绝地反击，3:2力斩巴西；再接再厉，3:1勇擒荷兰……可谓赢得荡气回肠、酣畅淋漓。接下来的决赛，胜负已不再那么重要。而更重要的是，当年那支“打不死、冲不垮、压不倒”的中国女排又回来了，国人又看到了当年的“女排精神”。

当前，长江航道改革正全面稳步推进，我们要学习女排精神，树立正确的大局观，理解改革、认识改革、支持改革、参与改革，尽心尽责，为长江经济带建设和沿江立体交通走廊的打造注入一份坚实的力量。

长江航道作为建设长江经济带的根本“依托”和沿江综合交通运输的基础，现行的体制机制与长江经济带的发展要求还不配套，还不适应，需要进一步深化改革，理顺体制机制，释放发展活力，更好地服务长江经济带发展。作为长江航道一份子的长江下游航道，经过“十二五期”的科学发展，职工道德修养和职业素养稳步提升、单位管理不断强化、12.5米深水航道维护和管理水平持续提高，上浏段数字航道建设步伐进一步加快……实践证明，脚踏实地、团结协作、敢为人先、追求卓越，是长江下游航道提升公益服务、实现“三个服务”的根本经验之一……可以说，长江下游航道精神与中国女排拼搏精神有异曲同工之妙。今天，我们正面临全面改革，我们既要学习中国女排精神，树立大局观，从整体利益出发，坚定“一切为了畅通”的核心价值；又要常思“我今天想没想工作，我今天做没做好工作，我今天抓没抓好管理”，真正“做好、做实、做精”本职工作，为长江经济带建设和国家战略的实现提供有力支撑。

精神在，力量就在，希望就在，胜利就在。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

中国女排精神感悟篇十六

几乎伴随着中国女排在里约奥运会女排四分之一决赛战胜巴西的同时，报纸、电视、微信朋友圈及各路自媒体上，一个久违了的词汇重新刷屏。“女排精神”以迅雷不及掩耳之势，成为舆论场上出现频次最高的热词。而当人们惊喜地再次感受到“女排精神”带来的蓬勃气势和自信时，最终的金牌似乎早已被中国观众早早地计算进中国的金牌账簿之中。随后与荷兰、塞尔维亚的两场生死之战，似乎只是有惊无险的艰难过程而已。

观念多元时代，对于“女排精神”自然也有不同的看法和认知。譬如有人在感慨“女排精神”的同时，亦在小心地回避其曾经的政治含义。另一些人则试图说明，帮助中国女排获胜的不是抽象的“精神”，而是科学的训练、国际化的视野、专业化的团队，乃至郎平的独特威望带来的制度变通等等。

一切都对。郎平自己也曾说过：单靠精神赢不了球，还必须技术过硬。但是，其实没有谁在感慨或敬佩“女排精神”时，是将其视为没有实力依托的空洞说教或心灵鸡汤。赢球必须依靠实力，但有团结一心、永不言败的精神在，就可能把现有的实力调整、发挥到极致，以发挥最大的效用、取得最大的收获。而这次我们所看到的，恰恰是一支实力并不被人看好的中国女排，却在郎平教练的指导和激发之下，拼出了最好的状态，直至登上最高领奖台。人们不盲，人们感受得到精神力量对女排姑娘们的激励和支撑。

人们之所以对“女排精神”格外感动，或许也产生于某种对照。部分运动员在奥运赛场上的低迷状态，甚至足以让观众感受到其懈怠、松弛，甚至漫不经心。从事超常艰苦的竞技体育训练，需要极其强大的动力才足以支撑。为国争光的决

心，出于超常禀赋带来的热爱，或作为职业出发的敬业精神，甚至单纯的争名求利的欲望，都可能成为支撑运动员坚持下去的动力。但一旦徘徊于诸多目的之间而无所坚守，就可能导致运动员的彷徨和松懈。而同处顶级运动水平，稍有松懈便可能一溃千里。这次的奥运会上，我们不幸就看到了这样的结果。而这一切，都需要在未来进行深入的检讨和总结，却无法用“不唯金牌论”而能遮盖和解释。

恰在本届奥运会的收官时刻，中国女排以置之死地而后生的决绝，以三场生死一线又荡气回肠的胜利，表现出这支队伍具备的扎实的技术功底、团结无间的团队意志、奋力拼搏永不言败的体育精神，和扎扎实实打好每一个球的敬业精神。今天人们感慨的“女排精神”，正是这一切的集成和组合。缺少其中的任何一点，中国女排可能都无法创造我们所看到的奇迹。

至于这一新的“女排精神”究竟带给了我们什么，听听每家每户窗口传出的欢呼声，看看从昨天到今天微信朋友圈的刷屏内容，自然不难体会。这样的真诚反应不容作假，更值得尊重和珍视。

中国女排精神感悟篇十七

“女排精神就是以拼搏为核心、以实力为基础”。这是老女排在比赛中传达给观众的一种感觉，拼搏精神，尤其是面对强手不畏惧，不胆怯，放的开，能把实力发挥出来，能把对手拼的害怕自己，直到反败为胜。”这是我在网上搜索到的女排精神的诠释，它强调的是以实力为基础。

对于“女排精神”，郎平在夺冠后说：“我觉得不是靠讲故事或者什么心灵鸡汤能解决的，关键还是从平时的训练中就严格要求。”她强调的，也是实力。

这次奥运夺冠，与其说是中国女排精神的胜利，不如说是中

国女子排球队硬邦邦的实力的胜利。这帮大长腿漂亮姑娘们经过刻骨的磨练，练就了一身过硬的本领，如郎平所说，他们的胜利跟什么心灵鸡汤没有半点关系，凭借的完全是平时严格的训练。

奥运会是世界顶尖的体育赛事，每一支队伍都代表它的国家，每一支队伍都有着无数可歌可泣的故事和拼搏奋进的精神，但比赛比的从来不是口号、不是精神、不是故事，比赛比拼的从来只是实力。

中国女排在80年代五连冠之后，跟人拼精神拼了几十年，结果经历了中国女排精神笼罩下的长时间的混沌低谷。直到今天，才又凭借过硬的实力走上了巅峰。恭喜中国女排，也希望女排精神永远的传承下去。

中国女排精神心得体会有一种精神叫中国女排

这是一场荡气回肠、惊心动魄的比赛！面对坐拥天时地利人和的卫冕冠军巴西队，年轻的中国女排在先失一局的情况下成功翻盘，硬是在近万名巴西观众的呐喊声中上演“神逆转”晋级半决赛。尽管这还只是淘汰赛，但是女排姑娘们的坚韧、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！

“中国女排”四个字，在国人的心中蕴含着特殊的意义。35年前，当国家百废待兴追赶世界潮流、当中国人敞开国门难掩自卑的时候，中国女排自1981年到1986年开创的5连冠伟业，就像久旱甘霖，激励了一代中国人自强不息！在那个峥嵘岁月，中国女排就是民族精神的旗帜！

35年后，中国已发生天翻地覆的变化，成为世界第二大经济体，中国有很多方式展现国家形象和民族精神。但任凭岁月流逝，“中国女排精神”已经深深地刻在了无数中国人心里，她依然是爱国主义的象征和民族自豪感的体现。尤其是在中

国三大球普遍低迷的当下，女排更是中国唯一能在普及者众、市场化高的团体竞技项目中与欧美体育强国扳手腕的。

这35年，也是中国女排历经风雨、起起伏伏的35年。

自1986年在捷克斯洛伐克夺得第十届世界女排锦标赛冠军后，随着郎平、梁艳等黄金一代选手的退役，中国女排荣耀的光环逐渐褪去。1988年汉城奥运会半决赛中负于该届冠军苏联女排，最终获得铜牌。1989年第五届世界杯，中国女排不敌苏联和古巴获季军。1990年第十一届世界女排锦标赛，还是输给苏联，卫冕失败。1992年的巴塞罗那奥运会，中国女排陷入低谷，只拿到第7名。

“铁榔头”郎平1995年临危受命担任中国女排主教练，在她的努力下，中国女排状态回升。亚特兰大奥运会，面对当时的霸主古巴女排，中国姑娘们1：3惜败收获银牌。在日本举行的第十三届世界女排锦标赛，郎平率领的中国女排依然倒在了古巴女排掌下，屈居亚军，随后郎平辞职。

中国女排在悉尼奥运会上止步八强后，陈忠和走马上任，开启了中国女排一个新的高峰。在完成了新老交替后，中国女排终于在第九届女排世界杯中以11战全胜战绩拿下冠军。

从1986年到20，再次拿到世界冠军，中国女排用了时间。雅典奥运会，中国女排面对伤病的不利局面，愈战愈勇，决赛面对俄罗斯，在先失2局极为艰难的情况下，连扳3局，神奇地战胜对手，后再次夺得奥运金牌。

后，中国女排因为伤病等原因成绩出现下滑，女排世锦赛上取得第五名。北京奥运会，中国女排在半决赛中负于劲敌巴西女排，最终取得季军。

随着陈忠和交出执掌中国女排8年的教鞭，中国女排在跌跌撞撞中滑向低谷。20，主教练蔡斌率领中国女排在亚锦赛决赛上爆冷不敌泰国，导致蔡斌下课。，俞觉敏带领中国女排在

世界女排大奖赛中排名第五，伦敦奥运会上中国女排意外输给了日本队，无缘四强。此后，又在第三届女排亚洲杯不敌泰国女排卫冕失利。

郎平第二次挂帅，但她复兴中国女排之路一开始充满荆棘。20女排亚锦赛，中国女排先后负于泰国、韩国，首次无缘三甲，成为征战该项赛事38年来的最差战绩。不过在郎平的悉心培养下，中国女排的第三个“黄金时代”在逐渐形成，开始发生蜕变。

尽管世界女排锦标赛，中国女排最后不敌美国屈居亚军，但这是自19后征战世锦赛的最佳战绩。女排亚锦赛，中国女排战胜韩国，时隔4年重回亚洲巅峰。20女排世界杯，中国女排以3：1战胜日本女排，自雅典奥运会夺冠时隔后，第一次拿到世界排球三大赛的冠军，这也是郎平作为主教练所得到的第一个世界冠军。

“宝剑锋从磨砺出”，一支全新的中国女排已经开始崛起，在公布的奥运12人名单中，除了三战奥运的老将魏秋月、二进奥运的惠若琪和徐云丽之外，其余运动员全都是没有过奥运经历的“新人”。

32年前，老女排拿到了洛杉矶奥运会的'金牌;前，“黄金二代”以惊天逆转收获雅典奥运会的金牌。在里约，中国女排新生代们，能否继承前辈衣钵、再创辉煌值得期待，不为别的，只为我们从她们坚毅的眼神中看到了“女排精神”！年轻的中国女排虽然开局不利，小组赛2胜3负仅列b组第四，但晚成成就大器，女排姑娘们终于在对阵东道主巴西队时爆发，用一场振奋人心的比赛实现了绝地反击，宣告了那支世界杯冠军队伍开始回归，宣告了女排精神回归！

35年的中国女排风雨之路，其间尽管充满起伏曲折，不忘的是“女排精神”，

不论时代如何变迁，象征着顽强、拼搏、不服输、集体主义的“女排精神”永不退色，将永远激励一代又一代中国人在实现中华民族伟大复兴的道路上奋勇前进。

中国女排精神感悟篇十八

全体党员都要向女排学习：无私奉献精神；团结协作精神；艰苦创业精神；自强不息精神！商会党支部作为一个团队，一个集体都该要有这种精神。

其实，每一名党员都有一种女排情怀。对于共产党员来说，中国女排是值得学习的楷模，女排精神的内涵更是在很多优秀的共产党人身上得到了很好的体现。从中国共产党成立以来，无数共产党人在反抗外来侵略和国内压迫中抛头颅洒热血；无数共产党人在和平时期为了国家富强和民族繁荣不畏艰苦无私奉献。他们的精神动力，来自于内心深处坚定的共产主义信仰，来自于无法割舍的爱国情怀，对于祖国和人民的爱戴。女排姑娘们在赛场上的顽强拼搏，在赛前无数日日夜夜的辛勤汗水，来自于和共产党人一样的爱国情怀。

在今后的学习中，要结合实际，把“无私奉献，团结协作，艰苦创业，自强不息”的女排精神化为实实在在的行动。女排精神不仅是女排的历史遗产，同时也是值得每位党员认真学习并践行的精神财富。

中国女排精神感悟篇十九

随中国女排勇夺雅典奥运金牌的刘亚男，如今已经是辽宁省排球管理中心的副主任，昨天谈到中国女排重夺奥运冠军时激动地说：“女排的团结精神一直传承了下来，这个球队一直是能打胜仗的集体。”

刘亚男表示：“这届女排真的很不容易，小组赛表现不好，及时地进行了调整，淘汰赛越打越好，特别是每到关键时刻

都能咬紧牙关，顶住压力，最终夺冠。我觉得中国女排能够时隔再夺奥运冠军，靠的还是女排精神的传承，这是一个团结的集体，一个能打胜仗的集体。30多年了，中国女排的队员换了一批又一批，但这个集体光荣的传统没有变。每次国家队集训，我们的第一课都会是爱国主义教育，这就是球队的精神所在。”

谈到本届里约奥运颜妮和丁霞两位辽宁运动员的表现时，刘亚男说：“丁霞决赛中出任主力二传，她心理素质非常好，敢打敢拼，应该说在决赛中起到了非常关键的作用。颜妮在决赛中尽管没出场，但她在之前的四分之一决赛和半决赛中都有非常出色的发挥。还是那句话，中国女排是一个团结的集体，每个冠军的获得都是全队每个人的付出所得，大家都是功臣。”

中国女排精神感悟篇二十

“女排精神就是以拼搏为核心、以实力为基础”。这是老女排在比赛中传达给观众的一种感觉，拼搏精神，尤其是面对强手不畏惧，不胆怯，放的开，能把实力发挥出来，下面是整理的关于学习贯彻中国女排精神心得体会范文，欢迎借鉴！

“女排精神就是以拼搏为核心、以实力为基础”。这是老女排在比赛中传达给观众的一种感觉，拼搏精神，尤其是面对强手不畏惧，不胆怯，放的开，能把实力发挥出来，能把对手拼的害怕自己，直到反败为胜。”这是我在网上搜索到的女排精神的诠释，它强调的是以实力为基础。

对于“女排精神”，郎平在夺冠后说：“我觉得不是靠讲故事或者什么心灵鸡汤能解决的，关键还是从平时的训练中就严格要求。”她强调的，也是实力。

这次奥运夺冠，与其说是中国女排精神的胜利，不如说是中

国女子排球队硬邦邦的实力的胜利。这帮大长腿漂亮姑娘们经过刻骨的磨练，练就了一身过硬的本领，如郎平所说，他们的胜利跟什么心灵鸡汤没有半点关系，凭借的完全是平时严格的训练。

奥运会是世界顶尖的体育赛事，每一支队伍都代表它的国家，每一支队伍都有着无数可歌可泣的故事和拼搏奋进的精神，但比赛比的从来不是口号、不是精神、不是故事，比赛比拼的从来只是实力。

中国女排在80年代五连冠之后，跟人拼精神拼了几十年，结果经历了中国女排精神笼罩下的长时间的混沌低谷。直到今天，才又凭借过硬的实力走上了巅峰。恭喜中国女排，也希望女排精神永远的传承下去。

这是一场荡气回肠、惊心动魄的比赛！面对坐拥天时地利人和的卫冕冠军巴西队，年轻的中国女排在先失一局的情况下成功翻盘，硬是在近万名巴西观众的呐喊声中上演“神逆转”晋级半决赛。尽管这还只是淘汰赛，但是女排姑娘们的坚韧、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！

“中国女排”四个字，在国人的心中蕴含着特殊的意义。35年前，当国家百废待兴追赶世界潮流、当中国人敞开国门难掩自卑的时候，中国女排自1981年到1986年开创的5连冠伟业，就像久旱甘霖，激励了一代中国人自强不息！在那个峥嵘岁月，中国女排就是民族精神的旗帜！

35年后，中国已发生天翻地覆的变化，成为世界第二大经济体，中国有很多方式展现国家形象和民族精神。但任凭岁月流逝，“中国女排精神”已经深深地刻在了无数中国人心里，她依然是爱国主义的象征和民族自豪感的体现。尤其是在中国三大球普遍低迷的当下，女排更是中国唯一能在普及者众、市场化高的团体竞技项目中与欧美体育强国扳手腕的。

这35年，也是中国女排历经风雨、起起伏伏的35年。

自1986年在捷克斯洛伐克夺得第十届世界女排锦标赛冠军后，随着郎平、梁艳等黄金一代选手的退役，中国女排荣耀的光环逐渐褪去。1988年汉城奥运会半决赛中负于该届冠军苏联女排，最终获得铜牌。1989年第五届世界杯，中国女排不敌苏联和古巴获季军。1990年第十一届世界女排锦标赛，还是输给苏联，卫冕失败。1992年的巴塞罗那奥运会，中国女排陷入低谷，只拿到第7名。

“铁榔头”郎平1995年临危受命担任中国女排主教练，在她的努力下，中国女排状态回升。1996年亚特兰大奥运会，面对当时的霸主古巴女排，中国姑娘们1：3惜败收获银牌。1998年在日本举行的第十三届世界女排锦标赛，郎平率领的中国女排依然倒在了古巴女排掌下，屈居亚军，随后郎平辞职。

中国女排在悉尼奥运会上止步八强后，2019年陈忠和走马上任，开启了中国女排一个新的高峰。在完成了新老交替后，中国女排终于在2019年第九届女排世界杯中以11战全胜战绩拿下冠军。从1986年到2019年，再次拿到世界冠军，中国女排用了2019年时间。2019年雅典奥运会，中国女排面对伤病的不利局面，愈战愈勇，决赛面对俄罗斯，在先失2局极为艰难的情况下，连扳3局，神奇地战胜对手，20年后再次夺得奥运金牌。

2019年后，中国女排因为伤病等原因成绩出现下滑，2019年女排世锦赛上取得第五名。2019年北京奥运会，中国女排在半决赛中负于劲敌巴西女排，最终取得季军。

随着2019年陈忠和交出执掌中国女排8年的教鞭，中国女排在跌跌撞撞中滑向低谷。2019年，主教练蔡斌率领中国女排在亚锦赛决赛上爆冷不敌泰国，导致蔡斌下课。2019年，俞觉敏带领中国女排在世界女排大奖赛中排名第五，伦敦奥运会

上中国女排意外输给了日本队，无缘四强。此后，又在第三届女排亚洲杯中不敌泰国女排卫冕失利。

2019年郎平第二次挂帅，但她复兴中国女排之路一开始充满荆棘。2019年女排亚锦赛，中国女排先后负于泰国、韩国，首次无缘三甲，成为征战该项赛事38年来的最差战绩。不过在郎平的悉心培养下，中国女排的第三个“黄金时代”在逐渐形成，开始发生蜕变。

尽管2019年世界女排锦标赛，中国女排最后不敌美国屈居亚军，但这是自1998年后征战世锦赛的最佳战绩。2019年女排亚锦赛，中国女排战胜韩国，时隔4年重回亚洲巅峰。2019年女排世界杯，中国女排以3：1战胜日本女排，自雅典奥运会夺冠时隔2019年后，第一次拿到世界排球三大赛的冠军，这也是郎平作为主教练所得到的第一个世界冠军。

“宝剑锋从磨砺出”，一支全新的中国女排已经开始崛起，在公布的奥运12人名单中，除了三战奥运的老将魏秋月、二进奥运的惠若琪和徐云丽之外，其余运动员全都是没有过奥运经历的“新人”。

32年前，老女排拿到了洛杉矶奥运会的金牌；2019年前，“黄金二代”以惊天逆转收获雅典奥运会的金牌。在里约，中国女排新生代们，能否继承前辈衣钵、再创辉煌值得期待，不为别的，只为我们从她们坚毅的眼神中看到了“女排精神”！年轻的中国女排虽然开局不利，小组赛2胜3负仅列b组第四，但晚成成就大器，女排姑娘们终于在对阵东道主巴西队时爆发，用一场振奋人心的比赛实现了绝地反击，宣告了那支世界杯冠军队伍开始回归，宣告了女排精神回归！

35年的中国女排风雨之路，其间尽管充满起伏曲折，不忘的是“女排精神”。不论时代如何变迁，象征着顽强、拼搏、不服输、集体主义的“女排精神”永不退色，将永远激励一代又一代中国人在实现中华民族伟大复兴的道路上奋勇前进。

“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！

里约奥运会进行了女排决赛，中国女排战胜塞尔维亚队，夺得金牌，塞尔维亚队夺得银牌。这是中国女排历史上第三次夺得奥运金牌。

当最后时刻替补上场委以重任的张常宁，成功的发球过网后急坠破坏了对手的一传，惠若琪的探头给塞尔维亚人致命一击之时，如你，如我，如电视机前13亿中国人，都会发出歇斯底里的咆哮，人说看中国女排需要一颗大心脏，坚持着看完里约奥运决赛，发现自己已经不再紧张，更多的是热泪盈眶！

当伦敦奥运中国女排2-3被日本挡在四强之外时，那时的女排跌入谷底，我们以为还要等待下一个20年。

幸好，我们有郎平，这个30年中国人永远兴奋的女排图腾！她上任后，给中国女排带来了全新一代的“朱袁张”组合，你能想象一支在伦敦仅仅进入八强的球队，仅仅用了三年的时间就站上世界之巅吗？2019年世界杯夺冠——这竟然和郎平此前给出的时间表完全重合，在她连续发掘了朱婷、袁心玥和

张常宁、龚翔宇之后，给出了这支女排出成绩的时间表就是2019年！

真的，除了这个团队，没有别的任何一支球队能够配得上“精神”二字——请记住，她们的名字叫中国女排，她们30多年来激励国人的叫“女排精神”。网上流行的一句话：“哪有什么洪荒之力，不过是在咬牙坚持。”在这个网络化、娱乐化充斥的时代，我们更需要女排精神的归来。

郎平说：“女排精神不是赢得冠军，而是有时候知道不会赢，也竭尽全力。是你一路虽走得摇摇晃晃，但站起来抖抖身上的尘土，依旧眼中坚定。”我们的生活也是如此，不是目标太难，而是你还不够努力！加油，每一天！

女排精神常在，共筑泰山不屈斗志！