

2023年北京冬奥会冬残奥会心得体会(汇总8篇)

培训心得可以帮助我们提炼和总结培训中的重点内容，方便今后的回顾和复习。不妨花一些时间阅读以下的实习心得范文，或许能够对你提供一些帮助和指导。

北京冬奥会冬残奥会心得体会篇一

在外协会的运动员看来，中国残奥单板滑雪队是一支非常团结的队伍。他们羡慕中国队的队内气氛，并觉得这也是他们取得好成绩的原因之一。

当被问起如何才能营造出良好的队内氛围时，纪立家说，其实他们刚认识的时候彼此非常陌生，后面大家一起开开玩笑，在互相帮忙、互相帮助中渐渐熟了起来。现在队员之间像亲兄弟一样，无论是去吃饭还是出去玩，都会叫上彼此。

“最搞笑的是，”纪立家笑着说道，“我们有时候会在一个房间在一个床上睡觉。”

朱永钢则向记者介绍了队内“称兄道弟”的传统。他拍了拍坐在身旁的纪立家，“这（纪立家）是我三哥，武中伟是我大哥，我管王鹏耀叫‘黑哥’。”幽默有趣的昵称引起了现场记者的一阵笑声。虽然外号起得随意，但这也恰恰证明了运动员之间的关系非常融洽。

中国残奥单板滑雪队是一支年轻的队伍，纪立家、王鹏耀、朱永钢三位运动员都是“00后”。如何管理好这么年轻的队伍，让队伍充满凝聚力？这也是教练组所面临的课题。单板滑雪队工作人员于雷认为，队伍要有凝聚力、需要彼此尊重。

“我们尊重他们，他们也尊重我们，我们把运动员当成身边

最亲的一个人，”于雷说道，“我们要互相帮助、互相学习、互相激励，一起走过低谷期。”

这些年轻的运动员们充满活力、充满阳光，但在生活管理上也会有些问题。教练和工作人员每天陪伴运动员的时间非常长，在面对这些处在青春期的运动员们时就要充当好家长、朋友、教练的三种角色。为了让运动员们能更好地成长，他们也想尽了各种办法。

教练员尹连魁说，在备战冬残奥会时教练组会根据运动员的情况进行约谈、聊天。在聊天的时候他们并不是以教练员的身份去教育运动员，而是以一个大哥的身份去和运动员交流，聊天过程都是在愉快的气氛中进行的。

在冬奥会的时候，教练组也会带领运动员看比赛。不仅是单板滑雪障碍追逐，还一起看一些技巧类项目、看谷爱凌的比赛和采访，并用冬奥运动员们采访时说的话来激励队里的运动员们，让他们的心态变得更好。

队友间团结友爱、亲如兄弟，教练组和运动员彼此尊重、亦师亦友，有了良好的队内氛围，运动员们才能心无旁骛地训练和比赛。

北京冬奥会冬残奥会心得体会篇二

2022年的冬天我们中国将迎来北京冬季奥运会和残奥会，我非常开心，两个十分可爱的吉祥物——冰墩墩和雪容融也来到我们的身边，她们亲切的对我说：谢佳潼，你愿意和我们一起体验冬奥会的比赛项目吗？比如说：冰球、冰壶、滑雪、滑冰等，你要玩什么呢？我高兴的说：我想玩滑冰！冰墩墩和雪容融惊讶的看着我，好奇的问：为什么不玩滑雪呢？我笑咪咪的对她们说：因为南方很少下雪，玩不了滑雪呀！她们好像听明白了我的意思，拉着我的手一起来的公园里的滑冰场，我们穿上滑冰鞋，开始练习。

我们兴高采烈的开始了比赛，滑冰真是太有意思了美好的时光总是很短暂，傍晚她们向我招了招手说：谢佳潼，今天很开心和你一起体验滑冰我们奥运会再见！我依依不舍的看着她们走远说：冰墩墩、雪容融再见！她们微笑着说：“再见！别忘了到时观看北京奥运会和残奥会的比赛哦？”我说：一定！一定！

通过这次深刻的体验，我感受到了滑冰这项运动的难度，体会到运动员的不容易。我还有很多很多的知识要学，我要为他们加油，希望他(她)们在这次奥运会上取得优异的成绩，拿更多的奖牌，为祖国争光，加油！加油！加油！

北京冬奥会冬残奥会心得体会篇三

里约残奥会官网11日用较大篇幅介绍了中国轮椅击剑队，称中国选手有望继2008和2012残奥会后，再度称霸残奥会击剑比赛。

文章称，拥有多名残疾人世界冠军和奥运会冠军的中国轮椅击剑队，很有可能再现前两届的辉煌。在北京残奥会上，中国选手总共获得13枚奖牌(其中包括6枚金牌)，而在年伦敦残奥会上，虽然中国剑手获得的奖牌数只有10枚，但是金牌数却与北京残奥会持平。

中国轮椅击剑队的领军人物是男子重剑a级世界冠军孙刚，他同时还是男子花剑a级的世界头号选手。残奥会冠军陈依君(男子佩剑a级)和姚芳(女子花剑b级)，获得过4枚残奥会金牌和7次世界冠军称号的叶如意(男子花剑a级)，5枚残奥会金牌和6次世界冠军获得者田建全(男子佩剑a级和男子重剑a级)，5枚残奥金牌和9次世界冠军获得者胡道亮(男子花剑b级)，世界冠军邹绪凤(女子重剑a级)和世界冠军张春翠(女子花剑a级)也都是夺冠热门。

中国队男剑手的主要对手来自乌克兰、英国、波兰和法国；而

中国队女剑手的主要对手是中国香港选手。

残奥会轮椅击剑比赛从12日开始，到16日结束，将决出14枚金牌。

北京冬奥会冬残奥会心得体会篇四

在这个令人激动的日子冬残奥开幕了。冬残奥，运动员们将不仅在冰雪世界里展现英姿，更将在全世界面前展示自己无与伦比的勇气与信念，这个冬天，必将因他们而变得充满热情，以高昂的气概拥抱新的春天！

不仅如此，冬残奥会今年在我国举办更令我觉得光荣而自豪，作为新时代的大学生，我也将学习运动员们的精神，在人生中不畏困境，昂首向前！

北京冬奥会冬残奥会心得体会篇五

时隔数日，鸟巢又再度笙歌鼎沸，好不热闹。目视之处，蔚蓝之浪漫与焰红之激情碰撞出独属于2022北京冬残奥会的五彩斑斓。本次开幕式的名称与核心内容为《生命的绽放》，表达了“自强不息、突破自我、残健融合”的理念，展现了残疾人生命绽放的动人时刻。每一个残疾人，都有自己内心的故事，每一个人都在改变着世界，也都在创造着世界。

此次也是中国代表团在冬残奥会中规模最大的一次。五星红旗迎风飘扬，运动员们自信阳光，期待中国运动员们在本次赛会中获得成绩和精神文明双丰收。

北京冬奥会冬残奥会心得体会篇六

今天晚上我观看了冬残奥会开幕式，在表演中，各位运动员相互配合，为我们呈现了非常精彩的表演。他们的表演，配合着五彩斑斓的灯光，不知为何，我的脑海中突然蹦出了一个词——绽放。

是的，他们用表演告诉我们，就算上帝为他们关上了一扇窗，也要拼尽全力让生命绽放。有人曾说，如果奥运会展现的是人类身体的极限，那么残奥会表现的便是人类不屈的灵魂。我于此，向那些不屈的灵魂，致敬！

北京冬奥会冬残奥会心得体会篇七

今天北京2008年残奥会开幕的日子。

首先是欢迎仪式：一群穿着五彩服的卡通玩偶出现在我的眼前，慢慢地，他们变成了一座“彩虹桥”，十分好看。到选手入场了：147个国家和地区的4000多名残奥会选手，走进欢乐的鸟巢。他们有的坐着轮椅，有的架着拐杖，有的靠人扶持，有的双目失明……但他们每个人的脸上，都是一片灿烂的笑容。

最后，韩红阿姨和刘德华叔叔一起唱起主题歌：《和梦一起飞》。

最激动人心的一刻即将到来，33岁的侯斌叔叔用自己的手臂，将轮椅和身体一同拉起，一点点向上攀升，全场观众的加油声伴随他一直攀升到39米高处的主火炬燃点，他伸手向前，点燃主火炬。顿时，全场沸腾！天空放出美丽的烟花。

明天我们等待着中国健儿再创辉煌！

北京冬奥会冬残奥会心得体会篇八

3月13日晚，北京2022年冬残奥会闭幕式在北京国家体育场举行。

伴随着唱片的转动，唱片上逐渐显现出运动的人物造型。随后，一个个赛场瞬间呈现了出来。北京冬残奥会的精彩，就是由这样的一个个难忘的瞬间组成，北京冬残奥会的记忆，就是由这样一个个鲜活的人物、生动的故事构成。在赛场，所有人都是胜利者！折柳相赠，留存永远的记忆。

4位视力残疾歌手全新演绎歌曲《你鼓舞了我》，熟悉温暖的旋律传递出了动人的力量！

当数百位手语表演者高举手掌，“留声机”上呈现出“爱”的字样造型。每颗星星点点的萤火之光，在夜晚虽不耀眼；但当它们汇聚到一起，却被赋予了能够点亮世界的力量！

2022年冬残奥会闭幕式上，全场起立，在国歌声中，五星红旗升起。

本届冬残奥会，中国体育代表团以18金、20银、23铜总计61枚奖牌排名金牌榜和奖牌榜榜首，实现了历史性跨越。中国代表团秘书长赵素京表示，代表团践行了“使命在肩奋斗有我”的誓言，实现了运动成绩和精神文明双丰收，书写了中国残疾人冬季运动的新篇章，为祖国和人民赢得了荣誉，是我国从体育大国向体育强国不断迈进的又一重要标志。

在《欢乐颂》的旋律中，雪容融踩着轮滑鞋，摇头晃脑地进场了。

闭幕式上的向志愿者致谢环节。

中国代表团旗手杨洪琼在闭幕式上入场。

鸟巢出现天干地支十二时辰

在由定音鼓构成的“表盘”形象上，60名残健共融的表演者用行为模拟着“指针”每圈60个时间刻度的行进轨迹。从中国传统的天干地支时辰和二十四节气、到世界通用的象征时间概念的符号，都随着时间的轨迹应运而生。

鸟巢上空现“北京2022”“beijing”焰火造型，璀璨的光芒见证难忘的冬残奥记忆。

盲人演员用琴声熄灭主火炬

雪花火炬台缓缓降下。在小提琴演奏的主题曲《雪花》伴奏下，主火炬缓缓熄灭。时光流淌，记忆永存，微火不微，永恒绵长！

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](#)

[搜索文档](#)