# 2024年弘扬女排精神心得体会(六篇)

来源：网络 作者：落梅无痕 更新时间：2024-07-26

*从某件事情上得到收获以后，写一篇心得体会，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。优质的心得体会该怎么样去写呢？下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。弘扬女排精神心得体会篇一在某种程度上被碎...*

从某件事情上得到收获以后，写一篇心得体会，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。优质的心得体会该怎么样去写呢？下面是小编帮大家整理的优秀心得体会范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**弘扬女排精神心得体会篇一**

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。

**弘扬女排精神心得体会篇二**

北京时间17日上午，中国女排在里约奥运1/4决赛中迎战已蝉联北京、伦敦两届奥运冠军的巴西队。在首局以15∶25告负的逆境下，中国女排最终以总比分3∶2获得胜利，时隔8年再次挺进奥运四强。

看女排比赛一直很放心，也很揪心。放心是因为，女排姑娘从来不少拼搏精神，无论面对怎样的对手，都可以打出自己的风采。揪心是因为，女排姑娘已然付出这么多，总希望她们可以获得更好的成绩，这样才符合国人心中天道酬勤的定律。但比赛总有对抗、总有偶然，哪有什么常胜将军?

本届奥运会女排比赛，在未战胜巴西队之前，女排的状态让人揪心。首场输给荷兰之后，中国女排的状态一直跌跌撞撞，2胜3负的成绩把中国队送到了卫冕冠军巴西队面前。5战全胜的巴西队实力在中国队之上，如果比赛失利，中国女排将失去进入四强的机会。所幸，在先失一局的不利局面下，女排姑娘最终凭借着坚强韧性和全力拼搏，赢下了比赛。

有人说，女排精神又回来了。郎平则说，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。

既然是一种精神，就不会时有时无，就不会在高峰时得以体现，在低谷时消失不见。真正的精神，应该是一种态度，是一种意志，是一种传统。之所以人们会感觉女排精神又回来了，是因为此前两届奥运会女排的成绩不佳：2024年奥运会，中国女排0∶3输给巴西队，无缘决赛;2024年伦敦奥运会，中国女排2∶3负于日本队，未能进入四强。这样的成绩让人难免有所失落，失落时多半会怀疑，是不是中国女排的精神丢失了?

事实上，中国女排一直在拼搏。竞技体育本来就是实力的比拼，遇见实力比自己更强者，可能爆冷获胜，但更大的概率是失败。就像2024年奥运会，面对更优秀出色、临场发挥更好的巴西队，中国女排未能获胜，这也在所难免。但在比赛中，女排姑娘不放弃、不松懈、不抱怨，而是努力去拼，与没有斗志的惨败相比，这未尝不是一个更好的结果。

所以说，中国女排的精神一直都在。失败时，只要拼尽全力，就是女排精神的体现，因为女排精神并不必然意味着胜利和第一名。成功时，感恩过去的自己和队友，品尝成功背后的辛酸和付出，并戒骄戒躁，再次踏上征途，这也是女排精神的表现。任何昙花一现的精彩，都谈不上有真正的精神在其中。同样，只为胜利者欢呼，却忽视失败者的坚韧与付出——这种与胜负捆绑在一起的感受，并不是真正的精神。

就竞技体育而言，胜负乃兵家常事。须知，我们热爱的是中国女排，是中国女排的精神，或与最终胜负有关，但更多与女排比赛的态度有关。我们更多是希望球员能够表现出应有的拼搏精神。对于中国女排，人们自然要求更高，因为她们取得过辉煌的成绩，只是在感受、发扬这种精神时，请先忘记胜负，因为精神首先是一种态度。

**弘扬女排精神心得体会篇三**

你喜欢一个人，是因为他会发光。那束光从他的心一直穿透过人群，直直照亮了你的世界。当然，那束光也许微小，也许只有你自己能够看到。但是，你竭力让那束光变得更大更亮，照亮你身边的人，乃至整个世界。我知道你在努力，我们也在努力。所以，一束光不够，那就两束，三束。

我不是一个会讲故事的人，但是我想把他们的故事讲给大家来听。

因为我们选择的生活方式不一样，我们的职业也不一样，可能我们追求的东西也不一样。对于选择飞行事业，我还没有感到后悔。

时光退到20xx年，她还是一个报名参军的普通女孩子。那一年，经批准，空军首次招收歼击机女飞行学员，35名幸运儿从20多万名应届高中毕业生中脱颖而出，进入飞行院校学习，余旭正是其中之一。

20xx年4月，经过基础教育、初教机和高教机训练，16名歼击机女飞行员以全优成绩完成学业，进入二代战机训练。经过层层筛选，最终只有余旭等5名姑娘顺利分配到北空某部跨上了梦寐以求的歼10战机。20xx年余旭和战友驾驶着教8飞机参加了国庆60周年阅兵飞行。

余旭曾在日记里写到：“每个人的青春乐章中，总会留下动人的旋律和音符。女军人、女飞行学员，是我在自己生命乐章中留下的一笔，我期待在飞翔之路上能多添几笔，把每一笔都当作书签，收藏在我生命的每一页中。”

摘下头盔与墨镜，一身戎装的余旭仍然难掩女性的柔美。当被问及如何处理飞行与生活、顺畅转换空地关系时，余旭的回答干净畅快：“在空中，我愿做一个女汉子;回到陆地后，我愿意做一个女孩子，扮演好自己的角色。”

11月12日，八一飞行表演队两架歼10战机在天津武清上空发生事故，一架坠落到河北省玉田县境内，其中一名飞行员因跳伞失败牺牲。而这名飞行员，正是女飞行员——余旭。

从人类驾驶飞机跃出地平线那一刻起，事故与牺牲便伴随着航空飞行。早在1920xx年，在一次飞行表演中，中国“航空之父”冯如驾驶飞机失速坠地殉职。弥留之际，他勉励助手：“勿因吾毙而阻其进取心，须知此为必有之阶段。”

双十一不仅是一个购物节，还是人民空军节。能献给他们的，只有我们骄傲的泪水!

**弘扬女排精神心得体会篇四**

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。最近人们感慨的“女排精神”，正是这一切的集成和组合。工程人们更需要这种精神，扎扎实实学习，与团队协作交流，大家可以一起感受女排精神的魅力，工程人们共勉!

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。

经过三场惊心动魄的生死之战之后，中国女排终于再次站上奥运冠军的领奖台。有统计称，昨天上午女排决赛时段，几乎一半以上的电视机都锁定在直播频道，创造了电视转播的收视奇迹。一度淡出观众关注焦点的中国女排，以一种旋风式的姿态，重新成为万众瞩目的焦点。

在奥运会诸多项目中，女排在技术性、观赏性、竞争性、戏剧性等诸多方面，都不是最顶尖的项目。对中国代表团而言，26块金牌虽然为最近几届最低，但似乎也不独缺女排这一块。

那么，与“老女排”的辉煌时隔30多年之后，中国女排重新得到万众瞩目，究竟凭的是什么?举国上下争说女排，又究竟在感慨什么?

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。

**弘扬女排精神心得体会篇五**

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!

终于明白父辈所一直提的“女排精神”，翻开这些年女排的历史，1984年在洛杉矶，女排小组赛输给了美国——但在决赛中竟然没给东道主任何机会，3-0拿下;20xx年在雅典，陈忠和的那支黄金一代在爱琴海彼岸成成就了“大写”的女排精神，从半决赛0-2落后古巴的绝地反击，到决赛0-2落后俄罗斯的登临绝顶，几乎每一个中国人都在张越红重锤落地之后流下的激动的泪……

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20xx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?20xx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20xx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!

**弘扬女排精神心得体会篇六**

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20xx年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。

1981年，中国女排首次获得世界冠军，此时浙商胡季强刚刚参加工作，被分配到了浙江兰溪的街道药厂;王水福在村办农机厂里鼓捣出了第一台电梯……在学习女排精神深入到各行各业时，如他们一样的浙商群体也用自己的创业创新打拼出了中国经济的一抹亮色。

是的，与女排精神历久弥新、不断创造高峰一样，浙商群体也在历尽千辛万苦、说尽千言万语、走遍千山万水、想尽千方百计中塑造了“浙商精神”。这种精神带来了浙商创业创新闯天下、合心合力强浙江的良好局面与进取氛围，它也与女排精神一样在这30多年的发展历程中不断涌现出一批又一批新生的力量。

如今，浙江乃至中国经济都面临着下行压力、正处在转型升级的关键时期，女排的辉煌再次鼓舞国人，只要不断拼搏，必能闯过难关!

理想不死

梦想永存

胡季强(康恩贝集团董事长)：上个世纪80年代，那是一个百废待兴的年代，国门初开，辛辛苦苦忙了30年，突然发现中国和世界发达国家的差距是那么大，一时迷茫、怀疑、沮丧弥漫。在中国人最需要重塑民族自信与凝聚改革共识的年代，是中国女排以她们的五连冠鼓舞了国人。

30年过去了，中国经济总量已经成为世界第二。但是近来中国经济也面临着新的挑战，整个中国竞技体育也似乎遇到了瓶颈，中国女排逆风而上，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!

陈妙林(开元旅业集团有限公司董事长)：女排的精彩表现让我联想到了浙商群体，我们成长在钱塘江畔，与中国女排一样，也是时代的弄潮儿。我相信在市场经济不断成熟的经济环境中，未来将会有很多的机遇出现，这就需要浙商们学习在小组赛时的女排姑娘们，坚持，坚持，再坚持!

创业维艰

守土有责

吴子富(盾安集团总裁)：在祝贺中国女排与“铁榔头”实现新辉煌的同时，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!

李建华(万事利集团总裁)：企业每走一步，每走一年，就像是体育比赛一样，我们要打好每一个球，要做好每一天，自然就会有好结果。

和中国女排一样，浙商也经历了许多坎坷，时时刻刻都面对着不同的环境和不同的对手，企业想要做成百年老店，就要学习女排精神的这种韧性，不放弃和不怕失败。

坚韧不拔

永不放弃

王米成(杭州鸿雁电器有限公司总裁)：作为企业家，我更加关注女排教练郎平的精神和修为。从优秀队员到优秀教练，她的用人哲学值得我们浙商学习，她在公平竞争的原则下，大胆启用新人，亦不放弃有伤在身但实力依旧的老将。正是因为公平，使得这支队伍活力四射，团结凝聚。更重要的是，郎平和队员们展示了在困境中如何争取胜利的精神，这是目前浙商在面临市场竞争时值得学习和领悟的。

曾昌飙(中旭集团董事长、辽宁省浙江商会会长)：当代经济发展中，浙商已然成为最出色的商帮之一，想要持续辉煌，则需要我们每一位浙商学习女排姑娘们的勇气和精神。

眼下，经济形势并不乐观，浙商需要正确分析形势，积极转型升级，特别是要及时去库存以获得新鲜血液。我希望不管未来多难，我们浙商群体总能保持no.1!

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找