# 2024年残奥会 感悟 残奥会的心得(十篇)

来源：网络 作者：风华正茂 更新时间：2024-08-25

*心中有不少心得感悟时，不如来好好地做个总结，写一篇心得感悟，如此可以一直更新迭代自己的想法。心得感悟对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得感悟呢？以下是小编帮大家整理的心得感悟范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。残奥会 感悟 ...*

心中有不少心得感悟时，不如来好好地做个总结，写一篇心得感悟，如此可以一直更新迭代自己的想法。心得感悟对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得感悟呢？以下是小编帮大家整理的心得感悟范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

**残奥会 感悟 残奥会的心得篇一**

“她永远是我们的骄傲。”谈起身残志坚的女儿，高立敏满脸自豪。

今年刚刚20岁的张梦秋，有着6年运动员职业生涯。14岁时，因患小儿脑性瘫痪导致身体具有一定运动功能障碍的她，成为了河北省残疾人冬季项目队的一名运动员，专攻高山滑雪项目。因为身体原因，她的反应速度要比其他人略慢一些。教练讲解的动作要领，别人一个小时就能学会的动作，对于张梦秋来说需要花两三倍的时间才能掌握。但她不服输，在教练的耐心指导下，刻苦训练，反复琢磨技术动作，最终熟练掌握了各项技巧，取得骄人的成绩。20\_\_-20\_\_雪季，张梦秋开始在全国比赛中崭露头角，并入选了国家集训队。从20\_\_年开始，她在新西兰南半球杯、残奥高山滑雪世界杯等国际大赛中斩获6枚金牌，20\_\_年更成为第十一届全国残运会和亚残运会高山滑雪项目的三冠王。

在母亲眼里，梦秋是一个开朗、坚强，勇于不断挑战自我、超越自我的人，一路走来也有着很多的不容易。梦秋曾说：“我的梦想就是站在北京冬残奥会的最高领奖台”。为了实现自己的梦想，6年来，张梦秋绝大部分时间呆在寒冷的训练场，一遍遍做好教练要求的动作，一个个完成好安排的计划。长时间的训练和比赛,也给梦秋带来身体上的伤病，但她仍专心训练，毫不放松。多年以来取得的各种优异成绩，都离不开她的努力与坚持。

“一年回家一趟，非常想她，但想到她能为国争光，我也特别理解。”高立敏透露，20\_\_年，梦秋仅仅回到老家景县7天，其它时间便全心备战北京冬残奥会，每周训练6天，每天坚持在雪道上滑行6个小时，想家时只能打电话回来。每次打电话，面对母亲“注意休息”的叮嘱，她也总是语调轻松地叫大家放心，从未抱怨过训练辛苦或有压力。

“一直以来，我们全家人都很支持梦秋，也很关注她的历次比赛进程。”高立敏表示，梦秋在北京冬残奥会比赛当天，全家人将会通过手机、电视等渠道关注她的比赛，为她加油鼓劲，自己也会提前准备好女儿最喜欢吃的美食，等她赛完回家团聚。

**残奥会 感悟 残奥会的心得篇二**

嘀嘀嘀\'\'\'您收到一封留言请接收”哈哈，是我以前最要好的朋友彭蓓雨发来的，‘王梦婷，请你为于20xx年10月9日到母校参加同学聚会，准时啊!’哦呵呵呵呵呵呵，我现在以是一位科学家了，明天我得好好露一手。

第2天早8：00我乘着自驾直升飞机来到母校停在教学楼顶的‘直升飞机专用停机场’上，看\'看\'看\'看科学就是不一样，这么短短时间里母校就发生了翻天伏地的变化：旋转的教学大楼;露天花园;多功能教室;样样都有的办公室……

“嗖\'\'\'\'\'\'\'\'\'”一辆超长型号的新宝马以优雅的姿势停靠在了‘色彩斑斓’的地下停车场里，一位矮矮的，穿着黑色西服的，一看就知道是大老板三，这位就是我们班以前出名的‘闹事大王一号’――韦旭同学，没想到他继承了他爸爸当了一名商人。

只见远处一大群人正吵闹着，一位看不到脸的mm向我们这边走来“哇!我好崇拜你哦，给我签个名吧!我是你的饭丝啊!”“李佩洁最棒，李佩洁最棒”哦!原来是大名鼎鼎的歌唱家来拉，真是从小看到大，想想小洁以前就很喜欢唱歌，常常得奖嘞!

“嘟嘟……”一辆双重大mkir(作者提示：mkir是20xx年后的一种比公交车更豪华的车)向我们驶来，哇啊!全班同学都来拉，个个都像是参加舞会的一样，前面下来一个脸蛋圆圆的可爱的mm是谁呀?她慢慢的向我走来，“老王!不认得我拉，我是彭蓓雨啊!我现在是一位探险家，怎么样!咦?老王，雀斑喃?20xx年没见雀斑也跟着走拉!，我可爱婷婷的标志!”“多年不见你还是一样活泼啊!”“哈哈哈哈哈……”正当我们在仰天大笑的时候向起了一个女中高音：“呵呵!同学们，我们到音乐ob去happt一下吧!”“好!”大家异口同声的答到，原来发出这女中高音的是我们挚爱的万老师，万老师一定吃了青春焕发剂了，依然那么漂亮。

我们来到五光十色的音乐ob，里面有一个绝妙的露天舞台，有很多高级高跟凳，边上有两张超长号桌，上面摆放着食物。大家开始happt了，有的在跳舞;有的在高歌;有的在吃东西，有的在悠闲的听着音乐……没过多久，我们的同学会结束了，大家有的在记通讯方法，有的在拥抱告别，依依不舍，大家约定：20xx年后的今天，我们再来母校相聚!

**残奥会 感悟 残奥会的心得篇三**

20\_\_年，作为东道主的我们迎来了第七届世界军人运动会。20\_\_年，我们又众志成诚，挡住了来势凶猛的疫情。20\_\_年北京冬奥会即将拉开围幕，让我为我的祖国感到无比自豪!

一片冰，一片雪，14亿人民的热情与期盼筑就了冬季奥运会。我们的祖国用真诚与热情捧起了一片冰雪，将它打造成冰雪的天地。速滑场“冰丝带”让我映像深刻，它的造型如同22条飘逸流畅的冰雪丝带，在北京的奥林匹克公园飞舞。同雄浑的“鸟巢”、灵动的“水立方”将北京这座双奥之城点缀的闪闪发光。让我再一次领悟了什么叫做国富民强，我为我的祖国喝彩!

除了标志性的建筑以外，我最期盼的是冬奥会的吉祥物——冰墩墩和雪容融，大家是否还记得20\_年奥运会的吉祥物呢?其中“晶晶”是一只憨态可掬的大熊猫，走到哪里都受人们的喜爱，而20\_\_年的“晶晶”摇身一变，一只来自未来的3d拟人化熊猫出现在大家的视野中。

瞧呀，他不仅有大熊猫特有的可爱黑白造型，还身披“冰晶外壳”内罩，五彩“冰丝带”手掌中镶嵌着小红心，可爱的样子让我忍不住想给它一个大大的拥抱。它不仅仅可爱，它还象征着纯洁、坚强与活泼。通过”冰晶外壳”显现出5g的创新，还有冬奥会运动健儿强壮的体魄和坚韧的意志。手掌中的小红心像世界人们展现出我们的热情。这样一只富能量的大熊猫怎能让人不喜爱呢?!

“简约、安全、精彩”是北京冬奥会的主旨，冰雪上的运动项目也实在让人翘首盼望。在20\_\_年中即将展开一方天地的冰雪盛会，汇聚了各国的冰雪健儿。我期盼，将来我也是冰雪盛会的一份子，为祖国增光，为人民添彩!

冬奥会的筹办过程见证我们祖国的强大!我希望这次冬奥会能够带着所有人乘风破浪，追随所有人心中的激情与期盼。绽放出一片壮阔的冰雪世界!

**残奥会 感悟 残奥会的心得篇四**

12月7日，为北京20\_\_年冬奥会和冬残奥会打造的动画电影《我们的冬奥》发布了“国漫集结”定档预告和“瑞雪丰年”定档海报，正式宣布定档20\_\_年1月15日，影片由我校多位师生和毕业生担任主创，参与影片制作。

《我们的冬奥》讲述了众多国产动漫角色与冬奥会吉祥物“冰墩墩”和冬残奥会吉祥物“雪容融”围绕冬奥村开村仪式展开的多篇章故事。精美的画面搭配节奏感极强的中国风音乐，集结了五代国人的童年记忆逐个闪现。值得一提的是，奥运历史上此前从未有过吉祥物动画电影，相信“冰墩墩”和“雪容融”的首次大银幕之旅将会给大家带来惊喜。

定档海报采用了浓郁的中国风设计，以北京特色中式建筑风格，突出世界上第一座“双奥之城”悠久的历史底蕴。电影中的主要角色幻化为传统建筑屋檐上的镇宅神兽，以屋脊为“雪道”，由“冰墩墩”、“雪容融”带领滑雪，艺术气息之上不失逗趣。“国产动漫梦之队”史无前例在一部影片中大集结，为北京20\_\_年冬奥会和冬残奥会献上中国电影人和动画人的倾力支持。

影片中出现的动漫角色涵盖各个年龄段，不仅出现了当下倍受家庭观众喜欢的动画人气新星，也有青年潮流人气形象《非人哉》群星，还有经典木偶角色虎妞、老寿星，更有齐天大圣、葫芦娃、雪孩子、黑猫警长、蛋生这些来自上海美术电影制片厂的童年回忆系列经典角色。

影片由北京冬奥组委官方特许授权吉祥物制作电影，中国传媒大学参与出品。在电影内容创作方面，戏剧影视学院王诤副教授担任电影监制，99级导演专业毕业生董润年担任剧本总监，06级文艺编导专业毕业生韩璐担任制片人，06级媒体创意专业毕业生徐博作为分子互动创始人参与《非人哉》故事篇章的编剧及制作，另有多名在校师生也参与全片的内容创作和宣传工作。

多年来，中国传媒大学一直发挥专业优势，为世界奥林匹克运动贡献教学力量和教学成果。从20\_\_年雅典奥运会首次出征国际公用信号制作团队，到20\_\_年北京奥运会三千多名师生一起为奥运传播贡献力量；20\_\_年伦敦奥运会、20\_\_年里约奥运会、20\_\_年平昌冬季奥运会、20\_\_年东京奥运会，中传学子以不同的传媒工作者身份出现在世界体育传播领域的最高舞台上；北京20\_\_年冬奥会和冬残奥会，我校将有大量师生为赛事提供传媒领域的相关服务。《我们的冬奥》更是集结了顶尖的动画制作力量，为中国电影观众提供了一个在电影院里能够感受冬奥快乐的大制作。

电影定档20\_\_年1月15日全国影院上映，这个寒假，与“冰墩墩”、“雪容融”相约，一起去电影院找国漫梦之队的好朋友们，为冬奥会加油吧！

**残奥会 感悟 残奥会的心得篇五**

“北京!”当国际奥委会主席发出不太标准的读音时，神州大地翘首以盼的亿万中国人再一次沸腾了!如同宣布北京获得20\_\_年奥运会承办权时一样，中国人民沉浸在忘我的兴奋状态之中。北京，成为世界上首次能主办冬季和夏季奥运会的城市!会议结束后，北京市市长王安顺面对央视记者采访，道出五个关键词——高兴、感谢、敬意、欢迎。

奥运会不是一个简单的体育竞技比赛，而是一种用永远不变的信念。我是在20\_\_年北京奥运会那天出生的奥运宝宝，20\_\_年，我已经从奥运宝宝成长为青少年了，也许我还不能像体育健将那样为祖国拿金牌赢荣誉，或许也没有机会亲临赛场，参与奥运会的服务与接待工作，但只要我们从现在做起，一样可以为奥运出一份力!别的国家的人民光临北京看奥运，是我们全国人民的骄傲。我们要做一个讲文明的小使者。冬奥会来临之际，我们用文明点缀城市的每个角落，伸出礼仪的双手迎接八方来客，这样才能弘扬我们的民族精神，彰显我们的民族文化。

冬季奥林匹克运动会简称为冬季奥运会、冬奥会，是世界规模的冬季综合性运动会，由国际奥林匹克委员会主办，每四年举办一届，1994年起与夏季奥林匹克运动会相间举行。按实际举行次数计算届数。自1924年开始第1届，截至目前共举办了23届。第24届冬季奥林匹克运动会，即20\_\_年北京冬季奥运会，计划于20\_\_年2月4日开幕。这是中国历第一次举办冬季奥运会。

冬奥会分为冰上项目和雪上项目，有滑冰、冰球、冰壶、滑雪、冬季两项、雪车等项目。冬季运动大多是人与自然融合的项目，尤其是雪上项目，让人们在蓝天白云之下和青山雪地之上，感受人与大自然的和谐之美，享受畅快淋漓的运动之美。就拿羽生结弦的花样滑冰来说，那实在是一种令人享受的活动!

花样滑冰，因为动人的音乐旋律，因为目眩的冰上旋转跳跃，吸引了众多的观众。随着优美的音乐，羽生结弦闭上双眼，等着节拍，慢慢放松下来，又好像是在想着接下去的舞姿。

突然他头往右一摆，开始舞蹈了，他与音乐一样柔和，轻轻的滑着，音乐猛的响了，羽生结弦，开始了欢快的舞蹈，灯光、目光，都汇聚在他身上，他成了大家的焦点，他的舞姿十分欢快，全场仿佛都沉醉在他的舞姿里了。欢快的音乐仍在作响。他的成绩接近总分。

最后，音乐停止了，羽生结弦张开双手谢幕。羽生结弦通过他不断的努力获得了冠军，这让我更加理解了羽生结弦说的一句话：\"努力会说谎，但努力不会白费。\"是啊，“不经一番寒彻骨，哪得梅花扑鼻香”。每一名奥运健儿，就是一朵在冰雪中绽放的梅花，寒风与冰雪不过是淬炼其品格罢了!

冬奥会不仅是体育运动的高峰，也包含着它专属的奥林匹克精神。

**残奥会 感悟 残奥会的心得篇六**

众所周知，北京冬奥运动会即将举办，很多小伙伴已经开始期待了。近日，一部超强的国漫电影《我们的冬奥》也震撼来袭，可以说完美地融合了当下的盛会。这是一部具有意义的动画，而且还能唤醒不少朋友童年的回忆杀，简直让人期待不已，可以说是最强动漫的集结。

从预告片中，出现了30+的知名ip角色人物，比如齐天大圣孙悟空，小光头强，大耳朵图图，熊大，熊二，小虎妞，黑猫警长，葫芦娃，老寿星等等，相信很多朋友都不会陌生，这些都是国漫电影中，具有代表性又很经典的人物角色，给几代人留下了深刻的记忆，每次看见这些动漫人物，都让人仿佛回到了童年时代，这完全就是国漫电影的神仙阵容，没想到这么多人物还能一起同框，太震撼了！

这部《我们的冬奥》目前已经正式官宣定档日期，将在1月15日全国影院上映，导演是由林永长，李豪凌，庄昊，曲强等人联合执导的片子，影片由万维猫动画策划。单看海报的设计，都是浓浓的中国风，跟奥运的氛围非常搭，有一种“瑞雪兆丰年”的既视感，每个人物角色为了参加比赛，都信心十足，给人带来超强的士气。

该片主要讲述了，冰墩墩和雪容融在去参加奥运村的开村典礼时，发生的一系列的奇妙故事，他们会遇见什么，经历什么，几十个小伙伴一起为冬奥打call，都是故事最精彩的地方。冰墩墩跟雪容融都是冬奥运动会上面的吉祥物，一个是北京冬奥会吉祥物，另一个是冬残奥会吉祥物，长得可爱至极，非常有特点。冰墩墩戴着呢子的棕色帽子，圆圆的大眼睛，身着绿色的外套，红彤彤的鼻子，非常的可爱。

值得一提的是，奥运历史上面，从来都没有过吉祥物的电影，相信这次两个吉祥物的荧幕首秀，一定会给观众带来不一样的惊喜。

个人觉得这部电影非常具有特色，导演跟幕后的团队也是非常走心，无论是美术设计上面，还是制作功底，都是值得被期待跟关注的。或许不是每个人物都能记得，但只要观众看了之后，每个人都可以在电影中，找到熟悉的人物形象，因为这次横跨半个世纪的经典动漫形象都来了，这就是童年的回忆杀，最美好的经典。

很多人都了解，尤其是早年的朋友，想要看到国漫还是需要条件的，还别说看电影了，因为在那个年代的条件有限，不过随着时代的变迁，我们不但有更多机会可以去影院观看，而且咱们国漫电影一部比一部出彩，这是咱们国漫崛起的正当时，同时也是观众的福音！

每个时代都有经典的东西，从海报跟预告片中都能发现很多惊喜在其中，该片不仅将实现我国动画电影在体育，冰雪和奥运题材上的突破，激发大众对于冰雪运动的关注和热情，更是国漫集体为即将到来的北京冬奥会加油，为中国的冬奥健儿助威。

讲真，该片定档后，瞬间被这样的阵容惊喜到了，因为看见里面很多熟悉的动漫角色，唤起了我的童年记忆，虽然过了很久，但是这些人物都在记忆的脑海中，毕竟经典的角色无法代替。因此，这次的梦幻联动，让人格外期待，而且这个画质跟风格也超赞。1月15日，这个寒假，咱们与“冰墩墩”跟“雪容融”相约一起去电影院，找国漫梦之队的好朋友们为冬奥会加油吧！

**残奥会 感悟 残奥会的心得篇七**

一个梦，一个五彩缤纷的梦，从窗子里飞了出去。它是一个冬奥梦，它要去寻找今年的冬奥冠军。

这个梦越过国家体育馆，越过水立方，越过白雪皑皑的赛道,来到了一个神秘的地方。这里云雾缭绕，15个大项的标志在天上半明半昧地发出亮光。冬奥梦又看见了两个闪闪发光的奖章，一面鲜红的五星红旗徐徐升起，四方响起国歌，中国红照亮了奖章。一枚是冬奥会会徽,一枚是冬残奥会会徽。冰墩墩和雪容融从会徽后走出来，梦赶忙飘向前去问：“冰墩墩、雪容融，你们觉得谁是冬奥冠军?”“在你心中,谁是冠军,谁就是冠军。在我心中中国就是冠军!我们的祖国多伟大，有这么多优秀的运动员。运动员们都有着蓬勃向上的心态、夺冠的梦想,有了梦想才有可能成为现实。”“冰墩墩说得对，”雪容融在一旁补充,“冬奥会在中国举行，中国就必胜无疑。你是一个中国的冬奥梦，你承载着无数中国人的远大梦想。你要做的就是弘扬奥运精神,传承红色基因。”

梦深受启发,它道了谢就踏上了新的旅程，飘向孩子们的家中。就这样,每个孩子都有了一颗冬奥的心,中国必胜的信念飞速扩散。这个梦也飘进了我的心里，我心中的冬奥梦就是让中国成为冬奥冠军。可究竟事实上谁会是冬奥冠军?

通过思考，我想：也许中国就是冬奥冠军。中国的花样滑冰双人滑、速滑女子500米、短道速滑女子3000米接力都是优势。其他孩子们似乎也想到了这点,滑冰场上的人数不断增加，滑雪场的队伍排得长长的;建筑工人也日夜不停地造滑冰场、滑雪场，大家都为了夺冠而奋斗;运动员们更是不辞辛苦地训练,他们要在冬奥会上为祖国争光，为此付出更多汗水。看到这一幕我很自豪，能在一个人民团结的国家中生活很可贵。中国人民一致坚信:中国是奥运冠军!

也许未来，这些在溜冰的孩子们也会成为运动员，在冬奥的舞台上大显身手，夺得金牌。从滑冰场的上方向下看是一幅多美的画卷啊!滑雪场上也充满冬奥气氛。纯洁、坚强、健康、活泼的心都献给冬奥、献给祖国!

这些，只不过是梦想，过不了多久，这个梦想就会成为现实!

**残奥会 感悟 残奥会的心得篇八**

因为人各有各的命运，所以，世界上有了“残疾”两个字。

说残奥会是竞技舞台，也是不可否认，但我认为更大的一部分是他们敢于在这舞台上展示自己，向全世界的人诉说自己虽然有身体上的残缺，但是他们自己心中的理想还是火热的，还是不可摧毁的。

独腿女孩与“芭蕾王子”的双人舞震荡了千万观众的心，演绎了残疾人对理想的追求,对完整生命的追求，完美地阐释了生命存在的价值。

博尔特以手捶胸轻松飘越百米世界纪录，菲尔普斯的水中8金与7项世界新纪录，使得人类在陆上在水中都将生命的极限推开了很远。

残缺的身体不等于残缺的人生。一张张刚毅的脸，一个个奋力拼搏的身影为我们抒写了人类最华美的篇章。残奥会的运动健儿就这样用顽强的意志，用不懈的努力为自己创造了生命的辉煌。

残缺不是耻辱，残缺铸就了另一种美，美在坦然面对残疾的噩梦上，美在执著追求生活的意义上，美在坚强对抗巨大的困难上……那是意志，浇筑在身体上的一种炫目的光辉。身为健全人，我们给予他们的不是漠视，更不能是轻视，只要人活得有尊严有价值那就不算是真正的残疾人。

让我们关注残奥，关注生命，关注完美。

**残奥会 感悟 残奥会的心得篇九**

今天，我高高兴兴地来到学校，心中充满了无限憧憬和期待，因为我们要参加社会实践活动去。

因为是第一次，所以心里是既激动又紧张。

公共汽车开进校园后，我们排着长长的队上了车，大约过了两个小时，终于到了基地。

到了那里，当发现只有光秃秃的校园和孤零零的楼房时，几个同学不由嘟起了嘴巴自言自语道：“就带我们来这个地方，能锻炼出什么呀?”但我们还是跟着老师和教官来到自己的宿舍，当我们整理宿舍时、当自己睡觉时……才感觉到爸爸妈妈不在身边是多么的无助!也正因为如此，我们在这五天的实践活动中学会了自己整理，学会了和同学相处、学会了做丝网花……

也因为这次实践活动，我感觉自己更独立了，回来后妈妈还夸我长大了呢!

我希望以后学校能多组织一些这样的社会实践活动，让我们学习更多的能力。

**残奥会 感悟 残奥会的心得篇十**

“五——四——三——二——一。”当9月6日残奥会的烟花燃放到：“1”时，我们全家欢呼了起来，精彩的残奥会开幕式开始了。

祥云飘飘，圣火熊熊，以天、地、人和谐为主线的北京线奥会会徽处处可见，残奥会“福牛乐乐”正向我们走来。动听的歌声，优美的舞蹈，美轮美奂的意境，这些可都是残疾人艺术家们辛苦的杰作。他们所表现出来的美，让大家对生命有了更真切的感受。

天地静默，夜凉如水，乐声响起。全世界的目光，都随着光柱，投射在一个名叫李月的女孩身上。她在汶川大地震中失去了左腿，可她不想舞蹈的梦想屈从于残酷的命运，她得到了无数敬重生命与梦想的人们的帮助，她终在全世界面前，重新起舞。

而我们每个同学都应该感到无比的幸福：因为我们有美丽的校园，有和蔼可亲的老师;因为在我们的身边，有许多好心人一直在关心着我们，帮助着我们，我们同学中就有许多同学获得过别人的帮助;更重要是，我们拥有一个健康的身体，我们可以用眼睛观看五彩缤纷的世界;用耳朵聆听美妙悦耳的音乐，用嗓子唱出婉转动听的歌声……可是他们，有的生活在一片黑暗中，有的生活在无声的世界里，有的却无法表达自己的感情……但是他们身残志不残，坚强地面对现实。

让我们“关注残奥会，关爱残疾人”。其实我们少吃一点零食，少买一件衣服，让我们用节约下来的一点钱，建更多的残疾人工厂，让残疾人们做力所能及的工作，让他们自食其力，真正地“站立”起来。

让我们行动起来，为残疾人创造一个无障碍的世界吧!让残疾人与正常人共同和谐地，生活在这个美好的世界上。

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