# 冬奥会冬残奥会总结表彰大会直播观后感10篇范文

来源：网络 作者：风吟鸟唱 更新时间：2024-02-13

*看完冬奥会冬残奥会总结表彰大会直播后，一定对生活有了新的感悟和看法吧，现在就写一篇走心的观后感吧。以下是小编整理的冬奥会冬残奥会总结表彰大会直播观后感，希望可以提供给大家进行参考和借鉴。冬奥会冬残奥会总结表彰大会直播观后感(一)拥有自信的力...*

看完冬奥会冬残奥会总结表彰大会直播后，一定对生活有了新的感悟和看法吧，现在就写一篇走心的观后感吧。以下是小编整理的冬奥会冬残奥会总结表彰大会直播观后感，希望可以提供给大家进行参考和借鉴。

**冬奥会冬残奥会总结表彰大会直播观后感(一)**

拥有自信的力量，不畏惧人言自信，是一种自我肯定的力量。精神科医师水岛广子，曾把自我肯定比作\"心灵的氧气\"，可见其重要性。缺乏自我肯定的人，总觉得自己不够好，必然会慌慌张张找寻自身的缺点，企图通过外界对他的评价来确定自己。在这样的状态下，人会变得消极、退缩、烦恼不安。自我肯定程度高的人，总有一种\"没关系，车到山前必有路\"的安全感。

谷爱凌是单亲家庭长大的孩子。很多人会觉得，单亲家庭对孩子的成长不利，容易养出内向、自卑的孩子。事实上，这不过是一部分人的偏见而已。一个人成功与否，并不完全取决于他的家庭是单亲还是双亲。单亲家庭的谷爱凌，从姥姥那里学到了她勇猛的、好胜的天性，从母亲那里学到了判断力和职业道德。这些恰恰变成了她身上的闪光点，也促成了她的成功。

其实，我们每个人身上，都有属于自己的独特性。很多时候，这些独特性，恰恰就是我们的价值，也是我们自身的闪光点。自20\_年谷爱凌正式代表中国对参赛至今，她在世界极限运动会、自由式滑雪世锦赛、世界杯美国斯廷博特站比赛、北京冬奥会等各项赛事中，夺得了一块又一块金牌。但也被贴上了各式各样的标签：\"天才少女\"\"斯坦福学霸\"\"时尚界的新宠\"......这些标签并没有让她产生思想包袱，她也从未把自己想成标签中的样子。在她看来，成长中最重要的就是，不要活在别人给你的标签里，活成别人期待的样子;而是做好自己，做自己所能做到的那个的自己。

有人说，毁掉一个人最快的方式，就是给他贴标签。当别人给你贴上\"孩子气\"、\"任性\"、\"不考虑别人感受\"的标签时，你的特点就变成了缺点。缺乏自我肯定的人，会感到自卑，甚至真的变成一个有着孩子气、任性、不顾别人感受的人。而当别人给你贴上\"天才\"、\"完美\"、\"学霸\"的标签时，你的特点就消失了。缺乏自我肯定的人，会看不清自己，迷失在他人的期待中。

但是，自我肯定度高的人，同样可以把\"孩子气\"、\"任性\"定义为\"感知力敏锐\"、\"充满创造力\"、\"尊重自己\";把\"天才\"\"完美\"定义为\"即使感到恐惧，也仍然因为热爱选择尝试\"。自信的人，就是具备能够定义自我能力的人。撕掉那些别人给你的标签吧，谁也无权篡改你最宝贵的闪光点。别因为他人的话畏惧不前，相信自己，你的人生，只有自己能定义。

**冬奥会冬残奥会总结表彰大会直播观后感(二)**

滑雪作为高危运动项目，在过程中摔倒是常事，即使是谷爱凌这样的\"天才少女\"也不例外。12岁时，她在滑雪中摔断了锁骨，至今还有一个突起的疤痕。

去年3月的世锦赛上，她摔断了右手，造成粉碎性骨折，加上大拇指韧带断裂，有一阵子几乎无法执起雪仗。20\_年，在国际雪联自由式滑雪世界杯中国站比赛前的训练中，她意外跌落，这一摔，当场把她摔到失忆。她坐在雪地上嚎啕大哭，却记不起任何事情。作为一名极限运动员，谷爱凌不得不学习如何与恐惧相处。她的办法就是\"想象\"。每当她尝试一个新的滑雪技巧之前，身体都会变得紧绷。这时，她会深呼吸，先让自己放松下来，然后闭上眼睛进行想象。

\"当我登上巨大的起飞坡道时，我想象着伸展双腿以限度地提高升力。然后，我会想象我的上半身向我打算旋转的相反方向扭转，在我让它向另一个方向弹回之前产生扭矩。现在，在我的意识里，我已经是腾空的状态了……

我的耳朵将风当成一首歌，每360度旋转都会为我的动作音乐提供节拍……

在我安全地执行技巧和迎接不可预知的兴奋之间，有一种不稳定的平衡状态。\"

这种通过想象积极的意象来克服内心恐惧和紧张的方法，在心理学上被称为\"意象疗法\"。所谓意象，指的是大脑对不在眼前的事物的形象的反映。它是表示感觉的心理形象。心理学家朱建军曾指出，意象与情绪紧密相连，持久盘桓的意象造就心境。当我们把心中消极的意象，想象为积极的意象，我们就会克服情绪的困扰，变得积极、勇敢、充满力量。积极的意象不断累积，我们的人生就会发生改变。生活中，我们总会遇到一些挫折，受到一些伤害。这是不可避免的。受伤并不可怕，可怕的是因为害怕受伤，再也不敢尝试。

克服恐惧，不妨学习谷爱凌的方法，想象积极的画面来替换消极的感受。利用想象的力量，激活你的勇气和探索欲。

**冬奥会冬残奥会总结表彰大会直播观后感(三)**

2月8日，谷爱凌在北京冬奥会自由式滑雪女子大跳台的比赛中，在第三跳祭出左边的1620度高难动作，以188.25分的总分，最后时刻反超成功，拿到冠军。

在两跳结束后，谷爱凌以182.25分掉到了第三位，落后法国和瑞士选手。这个时候，谷爱凌给妈妈打了个电话，妈妈让她做个左边的1440，这样就可以确保拿到一枚银牌。但是一枚银牌当然是不足够的，“所以我当时决定跳个左边的1620，妈妈就说：当然，这个主动权在你”。

谷爱凌在此前的比赛中并没有完成过这个动作，但她却决定在最重要时候挑战自己的历史。“在那一秒我在想，如果我不赢的话，我也会对自己感到骄傲，但因为是在这么大的舞台上，我能给世界展示我的比赛精神，我就是想挑战自己。我不是想打败别人，我只是想做到的自己，我想让世界看到自己能做到什么程度。”正因为如此，谷爱凌还是向难度发起了挑战。

回想那一刻，谷爱凌说自己并没有压力，而且没有去想压力，而是在想动作。谷爱凌在第三跳前换了音乐，她用音乐来给自己放松，让自己进入到比赛的状态。

下滑、腾空、转体、落地，一切都在谷爱凌的掌控之中，她完成了一个她从未完成过的动作，实现了自己的突破，而最后的得分也没有辜负她的选择。谷爱凌激动地抱住了自己的脑袋：“哦，我的天啊!”

谷爱凌一直将金牌视为自己的目标。“我一两个月前就把桌面设成了奥运金牌，这是我的梦想。”这一刻，谷爱凌终于实现了自己的梦想。

**冬奥会冬残奥会总结表彰大会直播观后感(四)**

其实，你只要稍微了解一些残疾人运动员的经历，了解他们比正常人付出了更多的汗水和泪水，你的心头就会不由自主地发颤，你的眼泪就会夺眶而出，你就会由衷的承认，他们，就是生活中的强者。

每一个参加残奥会的运动员，都有一段刻骨铭心的人生坎坷。他们中有些人是先天残疾，有些人是后天不幸遭遇各种各样从天而降的灾难，在经历过生命的低谷之后，他们无一例外地选择了站起来，迎接生命的挑战。残疾人运动员，几乎百分之百的都不是职业选手。因此，他们一没有充裕的时间去进行训练，二缺乏资金的保障去购置训练器材和服装等必需用品。他们付出的努力除了身体上与正常运动员的差距外，还有许许多多令人难以想象的困难。但是，他们坚持了下来，并走到今天，走到奥运会的赛场。

“鸟巢”、“水立方”，因为有残奥运动员，而同样精彩。对待残疾人运动员，我们应该付出更多的爱，他们不仅是我们的兄弟姐妹，而且是我们学习的榜样。他们的自强不息，他们敢于做生活中的强者，都奏出了一曲高亢激越的生命交响曲的宏伟乐章。

残奥会，除了精彩的比赛，我们还能读到无数催人泪下、催人奋进的故事。我们更深地体会到：爱，应该献给每一个人;爱，时时刻刻在我们心里;爱，温暖着生活的每一天。只要有爱，我们这个世界，我们人类的生活，一定会更美好。

**冬奥会冬残奥会总结表彰大会直播观后感(五)**

残奥会已进入奥林匹克大家庭近50年，在残奥赛场上，残疾人运动员像身体健全的运动员一样，品味竞争之烈，欣赏体育之美，点亮理想之光，分享运动之乐，用摄人心魄的勇气极大地丰富了奥林匹克重在参与的平等精神。但由于对比赛设施要求不同等原因，同年同城举办的两个奥运会，一直采用各自筹办的方式。北京是第一个执行国际奥委会和国际残奥委会协议的举办城市，不仅开一个组委会同时筹办两个奥运会之先河，而且响亮地提出“两个奥运，同样精彩”的口号，从而在“奥运会历史上一个新的里程碑”(国际残奥委会主席克雷文语)上镌刻了令人振奋的内容。

7年来，正是“两个奥运”的同时筹办，极大地推进了北京乃至全中国城市的无障碍设施建设，使残疾人出行更加便利。这期间，北京市出台了《无障碍设施建设和管理条例》，新建城市道路、公共设施普遍配套建设了无障碍设施;无障碍设施重点改造项目达6000多项，投入资金6亿多元。据统计，20\_年以来，北京市共实施了1.4万多项无障碍改造项目，无障碍设施建设总量相当于过去20年的总和。

“两个奥运”的同时筹办，不仅让北京市的无障碍设施建设大大向前迈进了一步，也让全北京乃至全国人民对残疾人的生活和保障关注度持续“升温”。根据中国残联公布的数字，20\_年，全国通过实施一批重点康复工程，使535.9万残疾人得到不同程度的康复;顺利完成中国残联专项彩票公益金残疾人康复项目任务，19万贫困残疾人受益;全国已竣工并投入使用的各级残疾人综合服务设施共计2125个，在建项目共计285个，筹建项目共计318个。在鼓励促进残疾人就业方面，去年7月起又对政策作出调整，大幅度扩展了享受税收优惠的单位，明确规定了“国家实行按比例安排残疾人就业制度”。当年，全国城镇新安排39.2万残疾人就业，农村残疾人就业达到1696.5万人。

由此可见，中国倾力奉献的“两个奥运，同样精彩”，就是要以生命的名义，创造出真正平等、完整的人类盛会，让高贵的人性在世界畅行无阻。

而这一举措，在过去的7年里，已经带动中国社会对残疾人和残疾人事业予以更多的关注和支持，提升了中国社会人文关怀的整体水平，成为构建和谐社会的一项重要内容。

如今，北京残奥会比赛已全面展开，可以肯定地说，4000余残奥选手的奋勇拼搏，将带来一场自强不息、引发人们深化对生命思考的“精神盛会”，必将对更多的残疾人产生巨大的激励作用，对全社会关爱残疾人的文明新风产生更强劲的促进作用。

**冬奥会冬残奥会总结表彰大会直播观后感(六)**

在残奥会这个舞台上，几乎每个运动员都是一个坚强人生故事的持有者——种子未落沃土而落罅隙，当其不屈地穿过岩缝绽放绿色，一抹新绿足以辉映春天;身体虽已外在残缺，但坚强的攀登让生命如圣火般蓬勃热烈。

记得看过一篇文章写一只鹰飞翔的过程：一只鹰，一步步向山的顶端爬去，翅膀被泥沙污水刮擦，步履蹒跚，很是狼狈。但当它终于来至最高处的一块岩石时，展翅飞去，雄姿万里……

是啊，不管怎样，鹰都要从高处起飞。恰如人，用坚强，成就生命的高度。

而用生命诠释什么是坚强成就高度的例子太多太多：霍金轮椅上的美丽人生，海伦黑暗中寻求光明，司马迁隐忍后重于泰山的鸿篇巨制……而生活中对于坚强的呼唤与需要几乎是普适性的：升学，事业，失恋，甚至生老病死等等。人们赞美这些如鹰一般有着坚强品格与意志的人，人们仰视号称千年不死，死后千年不倒，倒后千年不朽的胡杨木一样的坚强灵魂，这些赞美与仰视都是一种心甘情愿的精神向往。

记得前一阵采访备战本届残奥会的雅典残奥冠军李端时，他说：“奥运会比完了是逗号，残奥会比完了是惊叹号。当一个人只有一条腿，还在奋力向前跑;坐在轮椅上还在向前冲，这不仅仅是一次比赛，更是一种精神。”这样一次盛会，在比赛外更给了人们寻常生活外一个机会，可以更真切、直观地感受什么是坚强以及由此带来的精神震撼与提升。这也许是比金牌更为可贵的。

走过黑暗与沉重才更明白坚强的含义。在人们的常态人生中，坚强作为励志的语词，也许常挂嘴边，但更多的是浮在人生表面。一场残奥，将坚强的精神意义直观外现，或可成为健全人心灵的鸡汤甚至于心理不甚健全者一剂心灵补剂与良药。正如联合国卫生组织对人的健康的定义一样：健康不仅仅是没有疾病，而是身体上、心理上和社会适应上的完好状态，即身体与精神的双重健康。人们需要心灵的这些营养。所以，残奥会，不仅是体育对人自身自然的改造，一种物化的对象性活动，而更应体现出一种人类灵魂的高贵、社会的人文关怀和丰富的文化内涵。

事实上，坚强不仅是个人品性，文化特质，更是民族品格，国家脊梁。从积贫积弱的旧中国到改革开放后腾飞的新中国，一部中国近现代史大写着“坚强”。长征精神，抗洪精神……此次汶川地震中展现出的震不垮的民族精神都是中华民族坚强民族品性的依次展现。伟大的中国人民和伟大的中华民族共同汇集的坚强之力必将让祖国战胜一切艰难险阻，更加繁荣昌盛。

**冬奥会冬残奥会总结表彰大会直播观后感(七)**

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。

**冬奥会冬残奥会总结表彰大会直播观后感(八)**

无论是近在咫尺，还是远在天涯，无数残疾人的事迹让我们感动和敬佩。他们虽然没有了一只手，但也能独臂擎天，即使双手皆无，但也能用智慧开启美好的生活。他们虽然没有了一只脚，但也能稳站如金鸡独立，即使双脚皆无，但也能逍遥于人生的征程。他们虽然没有了一只眼睛，但也能一目了然，即使双眼失明，但也能心装大千世界。

身残不可怕，拼搏最重要。伴着数届残奥会一路走来，我们也从一个侧面看到了残疾人健全乐观的心态和不懈追求的精神。当我们的眼光追逐着他们在竞技场上生龙活虎的身影，当他们于赛场上每一次举手投足的精彩带给我们由衷的赞叹，此刻，他们就是勇气和梦想的化身。

北京年残奥会，他们来了，带着微笑，带着信心。自尊自爱，自立自强，勇气和信念鼓励着所有的残疾人。4000多名参赛健儿相聚一堂，这不仅是包括中国8000多万残疾人在内的世界6亿多残疾人最开心难忘的时刻，也是包括中国在内的世界人民最开心难忘的时刻。激情点燃，梦想放飞，关爱升华。通过残奥会这个大舞台，让我们看到了残疾人的若干不易，同时也提醒我们给予他们更多关爱和帮助。

开幕式后，参赛残疾健儿们给我们带来精彩纷呈的比赛，所以，别忘了给他们加油喝彩。但由于他们身体的特殊缘故，我们的加油喝彩等语言和行为表达方式也应有所不同，需要我们按照残奥会对观众的特殊要求而行。做好这些，也是对他们关心关爱的体现。

北京残奥会圣火一路走来。中华文明路线，让残疾人和我们看到了祖辈勤劳和智慧的结晶;时代风采路线，让残疾人和我们看到了自己双手创造的财富和进步。当采自太阳的残奥圣火，在开幕式上点燃“鸟巢”主火炬的那一刻，残疾人朋友的心里更亮敞了，我们的心里更亮敞了，北京更亮敞了，世界也更亮敞了。

“精神寓于运动”，这是残奥运动的精神。“超越·融合·共享”，这是北京残奥会的理念。开幕式将这些精神和理念，展示得淋漓尽致。我们期待，在接下来的比赛中，各国各地区的参赛体育健儿能有好的成绩和收获。

两个奥运，同样精彩!

**冬奥会冬残奥会总结表彰大会直播观后感(九)**

所有参加残奥会的运动员，每一个人都有一个自强奋斗的故事，每一个人都有一段艰难前行的经历。终于，他们成功了，但是很少有人知道，他们为了成功付出了多少汗水甚至鲜血。他们曾经一次次地摔倒，但每次摔倒，都是他们继续前行的起点，他们是真的勇士，百折不挠就是最贴切的写照。

残奥精神包含着一种自强不息、顽强拼搏的意志品质。赛场内外，残疾人以不屈的毅力，挑战和超越生命的极限，奏响了生命的最强音，以自我素质的提高和自身价值的实现，获得人们的尊重，而不是同情和怜悯。同时也教育人们热爱生命、珍惜生命，用积极进取的态度点燃生命的激情。

“超越、融合、共享”，简单的六个汉字，概括了48年残奥会运动史的真谛。在世界的共同努力下，残奥运动已经成为世界和平的象征。残奥运动发展到今天，对于所有残疾人运动员来说，不再仅仅是对奖牌的向往，更多的是对超越自我和坚忍不拔精神的追求;对于一个国家来说，举办一场残奥会也不再仅仅是展现该国运动员实力、水平，更重要的是展现一个国家对残疾人事业的关注和发展情况;对于整个奥林匹克运动来说，不仅仅是为了汇集世界各国残疾人运动员参与到竞技中来，更多的是为了进一步推动整个人类和平、友谊、进步的进程。

**冬奥会冬残奥会总结表彰大会直播观后感(十)**

中国轮椅冰壶队主教练岳清爽：对于轮椅运动员，他只能是坐在这个固定的轮椅的位置上。然后去靠着不能超过两米四五的杆，去投到对面的大本营。所以说在击打上，可能对于他们的这个点线，就要求得更加精准。那么在这种进营和占位的这种判断上，他没有任何辅助，完全是靠自己手臂和杆的这种结合，然后去推出这种力量。

冰球赛事素有勇敢者的游戏之称，而残疾人冰球项目无疑是在这些基础上，更增添了难度系数，队员需要坐在冰橇上参加比赛，他们用球杆较尖的一端推行冰橇，用像船桨的一端击打冰球，每支参赛队伍可由十五名男子队员参赛，其中应至少包含一名女队员。北京冬残奥会设置残奥冰球混合团体项目，设一枚金牌。冬残奥会并没有短道速滑，花样滑冰等这些项目。雪上项目比较丰富，比如残奥高山滑雪，和冬奥会的高山滑雪项目一样，运动员要同时掌握速度和敏捷度来完成比赛，下坡时速可达每小时一百公里左右。北京冬残奥会，残奥高山滑雪分项共有五个，分别是回转，大回转，超级大回转，超级全能和滑降。每个分项都分为站姿、坐姿，视障三种类别。残奥越野滑雪也非常考验运动员的体能及耐力，运动员分为智障和视障，根据功能损伤不同，运动员可以选择站姿滑雪，也可以采用坐姿滑雪，在一对滑雪板上装备一张椅子，运动员坐在椅子上滑行，视障运动员与一名视力正常的领滑员一起参加比赛。在此之前冬残奥会上所设立的六个大项中我国仅开展了残奥越野滑雪和轮椅冰壶两个大项，20\_北京冬残奥会中国体育代表团将参加全部六个大项，七十三个小项的角逐。是中国参加冬残奥会以来代表团规模最大，运动员人数最多，参赛项目最全的一届。

**冬奥会冬残奥会总结表彰大会直播观后感10篇**

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找