# 感动中国年度人物心得体会(汇总14篇)

来源：网络 作者：落梅无痕 更新时间：2024-04-21

*心得体会是我们在生活中不断成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。优质的心得体会该怎么样去写呢？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。感动中国年度人物心得体会篇一今年88岁的沈忠芳，他是《导弹人生》书中12位已过了脱...*

心得体会是我们在生活中不断成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。优质的心得体会该怎么样去写呢？以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

**感动中国年度人物心得体会篇一**

今年88岁的沈忠芳，他是《导弹人生》书中12位已过了脱密期的中国导弹总指挥总设计师之一，是我国航天事业的重要参与者、组织者和见证者。

1934年8月，沈忠芳出生在上海。随着淞沪会战爆发，轰炸机时常对上海进行轰炸和扫射。童年的沈忠芳感受最深的就是颠沛流离和对日寇的痛恨，家园被战火摧毁的瞬间，在他的心里也埋下了一颗种子。

新中国成立后，1953年，高中毕业的沈忠芳考入北京航空学院飞机设计专业。他梦想着有一天自己亲手设计的飞机，能够保卫祖国的领空。

这里是中国航天科工集团第二研究院。1958年，沈忠芳大学毕业之后，就一直在这儿工作。

当时，美军派出最先进的u2高空侦察机，大摇大摆的侵入我国领空，搜集情报。

为了摧毁u2，我军开始研制地对空导弹系统。一次又一次反复实验，付出终于迎来回报。我国自主研发的第一款地空导弹“红旗—号”横空出世。

沈忠芳：西方国家，他们以美国为首对我们封锁，中央指导我们只能自力更生为主，艰苦奋斗，所以主要靠自己的力量，来发展我们的武器系统。这个很重要，(核心技术)买是买不来的。

30岁的沈忠芳又开始参与“红旗二号”研制。新型地空导弹的研究工作量很大，难度也大。为了拿出最优的方案，几百名科研人员始终艰苦奋斗，同时也在争论不休。

1967年，随着“红旗二号”导弹的研制成功，迈出我国自主研制防空导弹的关键一步。随后几年，在沈忠芳的带领下，他所负责的导弹型号在很多方面取得重要成果，并成功完成了4次飞行试验考核，其中8项成果荣获全国科学大会奖。

1992年1月，沈忠芳被任命为第三代中高空中远程防空导弹型号总指挥。经过一次次挑战，仅用了三年时间，就全面完成了攻关任务，突破了五大关键技术，取得了九项科研成果，使得第三代防空武器系统迈入了正轨。这标志着我国防空导弹研制水平跨入到世界领先行列，大幅度提高了我国防空导弹体系对抗能力和国防的实力。

导弹事业让他付出了绝大部分精力，而陪伴沈忠芳一生的伴侣和战友，同样是北航飞机设计系毕业的徐正年，在承担了中国航天工作的同时，还肩负起照顾家庭的责任。

因为保密的原因，孩子在年幼时，爸爸就像个陌生人。直到今天，沈忠芳也无法向孩子们和盘托出工作的全部。

作为中国国防中国航天武器事业的建设者，国家利益高于一切，深深地印在沈忠芳心里。

沈忠芳：坚持真理，坚守理想，对党忠诚，不负民族。

国士无双，无数像沈忠芳这样为中国航天武器事业而隐姓埋名的英雄们，他们是真正的大国脊梁。

**感动中国年度人物心得体会篇二**

《感动中国人物》颁奖典礼后，我几乎可以泪流满面了，一个个感动人物，一件件感动的事都涌现在我的脑海中。

“我生来就是高山而非溪流，我欲于群峰之巅俯视平庸的沟壑。”这是云南省丽江华坪女高的一句校训。

在笔者的心中，华坪女高的的师生们垒石而成“高山”，而不忘初心的你，就是屹立在那“高山”之上，一株坚韧不拔的“梅”。

一

是的，你是“高山”上一株坚韧不拔的“梅”，你用那“千里冰霜脚下踩”的坚定意志，完成了一个让世人景仰的人生伟业。

华坪女高，从无到有，从弱到强，从难以为继到全国闻名，你带领全体老师，用4000多个日夜的坚守，用分秒必争的拼搏，用十二个寒来暑往，帮助1804名山区贫困女孩，靠知识改变了命运!

在大山里，你用一所没有门槛的女高，改变1800多名山区女孩的命运同时，也将在未来改变无数家庭的命运。

二

是的，你是“高山”上一株坚韧不拔的“梅”，你用那“唤醒百花齐开放”的高尚情操，唤醒无数贫困山区无助少女的人生向往。

你为华坪女高付出了一切，甚至不顾生死，但你从来不求回报。这一切，只为换取贫困山区那些逆境中的女孩，得到一个光明的未来。

三

是的，你是“高山”上一株坚韧不拔的“梅”，你用那“三九严寒何所惧”的坚强品格，把世人眼中的“天方夜谭”，变成世人仰慕的“魅力学堂”。

20\_\_年9月1日，华坪女中只有一座教学楼，迎来了来自丽江市华坪、永胜、宁蒗等深度贫困县的96名贫困女孩在此就读……由于没有入学门槛，摸底考试有的学生数学才考了6分!面对这样的学生基础和办学条件，你却坚定地许下誓愿：三年后，必须让学生全部考上大学，而且要努力上一本二本!当时，在所有人看来，这根本就是天方夜谭!

你说到做到，三年后，华坪女高首届毕业生，百分之百考上大学，从此“一战成名”。

四

是的，你是“高山”上一株坚韧不拔的“梅”，你用那“一片丹心向阳开”的坚定信仰，把自己锤炼成乘风驾雾的领头雁。

华坪女高建校才半年，17名教师9名辞职。眼看学校快要办不下去，当内心无比焦灼的你，了解到剩下的8个老师中，有6名是党员时，终于找到并肩战斗的力量。

于是，你在学校的墙上画了一面党旗，并写上誓词，当举着拳头重温誓词时，你对同志们说：“我们有6个党员，如果在抗日战争年代，阵地上剩一个党员，这阵地都不会丢掉!”

使命在身，丹心向阳。遇到难以克服的困难之际，你想到了党，你想起了入党誓言，这就是你，一个平凡教育工作者的不平凡。

五

是的，你是“高山”上一株坚韧不拔的“梅”。你用你弱小多病的身躯，藏着对学生无尽的爱，藏着对党无限的忠诚，藏着对人民教育事业无比刚强的使命与担当。

梅开“高山”分外香。你说，你最爱唱《红梅赞》，你一路走来，一路高唱，唱着唱着，你就把自己唱成了昂首怒放的那株“梅”，你就把自己唱成了香飘云天外的那株“梅”。

**感动中国年度人物心得体会篇三**

1998年，中国女子空中技巧队开始出征冬奥会，24年了，共获得5枚银牌，因此有了“收银员”这么一个戏谑的称号。

2024年徐梦桃出战索契冬奥会时获得了银牌，也成为“收银员”中的一员。

徐梦桃：我当时会感觉到这枚金牌，就是触之可及。

索契冬奥会之后，徐梦桃开始积极备战平昌冬奥会，但在2024年全国冬运会的赛场上，徐梦桃受了重伤，左腿膝关节韧带断裂，她不得不接受手术，切除了将近70%的左膝外侧半月板，并在膝盖中打了3根钢钉。

徐梦桃：整个2024年当中都在用电击片，提高你的肌肉质量，那个腿电完之后，就会疼好久好久。这种疼痛，就会让你感觉到一直在抽筋，好像触电了一样。

重新回到国家队的徐梦桃，为了不影响平昌冬奥会的发挥，她一直没有做取钢钉手术。就这样，徐梦桃带着钢钉如期站在了2024平昌冬奥会的赛场上。

平昌冬奥会成了徐梦桃的噩梦，这一次她摔得更重，无缘夺金。

徐梦桃：我当时会感觉到，天啊，我真的是拿不了冬奥会冠军，我现在已经28岁了，冬奥会是四年一届，青春有几个四年，尤其是空中技巧女运动员又有几个四年，可能未来我没有机会了。我是不是就注定了与冬奥会金牌无缘。

在平昌冬奥会摔倒后，之前缝合的半月板再次裂开，原本被切除了大半个外侧半月板的左膝，又再度被切除了60%的内侧半月板。

那段时间，徐梦桃的情绪非常低落，她真的打算退出冬奥赛场。为了备战冬奥，别说结婚了，就连父母都难得相见，也就在养伤的这段日子里，才有了父母久违的陪伴。

徐梦桃的父亲徐学君经营烤串店为生，却酷爱体育，正是他发现女儿在体育上的天赋，在小梦桃心里种下了当奥运冠军的种子。在普通人看来，他是一个狠心的父亲。

徐梦桃：我爸爸也跟我说了一句话，他说万里长征都走过来了，不差这一步了，北京冬奥会我们再坚持一下。其实没有任何一件事是比我能参加自己家门口的冬奥会更让我向往的。

备战北京冬奥这四年比之前更艰难。年龄越来越大，加上切除掉如此多的半月板后，膝盖没有了缓冲带，基本上是两块骨头在摩擦了，当从高台上跳跃落地时，无法想象会给腿部带来多大的冲击和伤害。

2024年12月和2024年1月，徐梦桃在空中技巧世界杯分站赛芬兰和加拿大赛场先后夺冠，个人职业生涯的世界杯冠军数达到27个，成为世界第一人。只差一枚冬奥会金牌，来成就她职业生涯的全满冠。2024年2月14日，她站在了北京冬奥会的决赛场上。

徐梦桃直接挑战三周台back/full-full-full，向后空翻三周加转1080度，这也是女子赛场的顶尖难度。

108.61分，这是女子决赛的最高分，这一次徐梦桃是第一，她为自己和中国自由式滑雪空中技巧女队赢得了首枚冬奥金牌，终于破除“收银员”魔咒，创造了历史。

**感动中国年度人物心得体会篇四**

虽然珠峰高程测量项目野外工作已接近尾声，国测一大队第一批队员已于日前凯旋，但是还有极少量的珠峰东侧地区基础测量工作还在继续。目前，还有不少交会测量组的队员在珠峰地区默默坚守，他们从3月2日至今，已在高原上连续奋战3个多月。

程璐，交会测量组西绒交会点组长，三上西绒，被其他队员戏称为新一代的“高原牦牛”。据国测一大队办公室主任任秀波介绍，相对来说，西绒点是所有交会测量点中难度的点。当时，二本营指挥韩超斌正为分配任务作难时，程璐主动要求到最困难的西绒测量点，每天挤在简陋的帐篷里，化雪饮水，重复吃着方便食品。虽然条件艰苦，但他毫无怨言，一丝不苟完成了测绘任务。

李科，本次珠峰高程测量中负责高程导线、gnss测量和iii7点的交会测量工作。他五次前往海拔5700米的iii7点，帮助重力测量组运送仪器设备到达东绒5800米营地，曾多次前往中绒、西绒，被队友亲切地称为“向导”。“向导”这个词在高海拔地区是一个非常高的称谓，意味着有他在，保命的概率就大得多。

李飞战，东绒2交会测量组组长、天文测量组组长，他带领年轻队员孙文亮，昼夜坚守，只为测量珠峰天空上的星星。由于珠峰地区气候变化极快，往往架设仪器时还是漫天繁星，等他们冒着夜间零下几十度的严寒架好仪器时，星空却被云雾遮挡。就算是运气好，遇到漫天繁星时，他们也要坚持观测星空整整一夜。

谢敏，东绒3交会测量组组长，本次珠峰测量项目中负责高程导线、gnss测量和东绒3点的交会测量工作。他的父亲谢忠华是国测一大队退休的一名驾驶员，在珠峰测量期间过世，因为测区工作繁忙，谢敏没能回到西安送老爷子最后一程。他强忍着失去父亲的悲伤，坚持在测区努力工作。苦活、累活他总是抢着干，希望通过繁忙的工作使自己没有闲暇时间来想父亲过世的事。身边的队友都知道他心里难受，但又不知如何疏导，只能看着他用自己的方式努力调整。

史志刚，重力测量组组长，除完成珠峰地区加密重力测量之外，还完成了海拔5200米至6000米所有六个交会点的重力测量，在带领其他队员完成海拔6500米的重力测量返回途中时，他们经历了能见度只有几米的暴风雪，所幸平安无事。据了解，他是本次珠峰高程测量项目中，一个走遍所有交会测量点的人。

刘泽旭，是一名“测三代”，他的爷爷、父亲都是国测一大队的老队员。此前，他由测绘队员转岗为一名驾驶员，本次珠峰高程测量项目中，他又从驾驶员转岗到了后勤保障，负责二本营队员的饮食和所有物资的调配管理，“珠峰肉夹馍”就是出自他手。在珠峰高程测量报名时，他主动请缨说：“我既可以开车，也可以参加具体测绘，最不济我还是一个二级厨师，可以把队员们的饮食搞好，吃好了才能有力气干活。”说到做到，他实现了参与珠峰测量的梦想，也做好了队员们的饮食保障，更是把二本营的物资管理得井井有条。

如今，这些国测一大队交会测量组的队友还在珠峰东侧进行基础性测量的扫尾工作，并未返回西安。除了上述的几位，还有很多默默奉献的队员，同样坚守在珠峰地区。当我们在庆祝珠峰登顶测量胜利的同时，也请记住那些还在坚守的人们，等勇士凯旋，盼你们归来。

**感动中国年度人物心得体会篇五**

江门村山多地少、交通不便，长期陷入贫困之中，村里的劳动力大多外出务工，杨宁的父母也不例外。杨宁和弟弟从小便跟着奶奶生活。

2024年7月，杨宁大学毕业，在收到南宁市一家农资公司录用通知的同时，也了解到家乡正在选聘大学生村官。当时，为了照顾生病的奶奶，她选择了回家，成为一名大学生村官。

到任的第一天，村主任就“分配”给杨宁一个屯。在一次次入户走访调查过程中，亲眼看见的贫困，让杨宁百感交集。

一边是热闹繁华的城市，另一头是尚未脱贫的山村。“进城还是返乡?我彻夜难眠。”几经思索，杨宁决定拼一把：用自己的知识，帮助江门村改变落后面貌。

然而，回村工作伊始，压力重重。贫困发生率达20%、村集体经济为零……杨宁准备大干一场，在村里带头吸纳贫困户发展竹子粗加工、辣椒和葛根种植。但由于作物病害、交通不便等原因，这些产业的收益都不及预期。

担心杨宁气馁，老支书张有权和她谈心：“城里少你一个大学生不怎么样，但村里多你一个大学生会很不一样。”杨宁也坚定了信心：“年轻，摔倒了可以再站起来。”

经过深入调研，杨宁决定带领村民按照“稻+鸭+鱼”共作模式，探索发展特色水稻紫黑香糯。可开动员会的时候，村民们却默不作声。“你种什么赔什么，我们怎么相信你?”村民张海慧直言。

在交通不便、资源匮乏的山区，想蹚出一条致富路并不容易。也有村民劝她，不如回城里找个轻松点的工作。但是，一心想改变家乡面貌的杨宁没有放弃。她多方请教专家，带领大家一步步摸索，找到了适合当地资源条件的特色产业——紫黑香糯稻米和高山泉水西瓜等。

为了让村民安心，杨宁再一次豁出去。她偷偷把家人为她准备的婚房卖掉，筹集了30多万元，作为产业启动资金。“我免费提供稻谷、鸭苗、鱼苗，你们负责种养，我负责回收，国家还有针对贫困户的产业奖补资金，尽管放心!”她对村民说。

在她的带动下，全村63户贫困户参与其中，种了120亩紫黑香糯。一年下来，每亩紫黑香糯增收1500多元，极大激发了村民脱贫致富的内生动力。

高山水果、高山蔬菜、农村电商……山里步履不停，杨宁的鞋子磨旧了一双双。“这几年，江门村成了‘明星村’。”安陲乡党委书记管斌说，在杨宁带领下，江门村创办“苗阿嫂”品牌，销售农产品，户均增收3200多元;一些农村创业青年成立“苗村倌”农产品电商服务中心，年销售农产品900多万元。2024年，江门村脱贫摘帽，她又带领大家搞起特色养殖和深加工。

杨宁的付出，村民们看在眼里，记在心里。2024年8月，江门村两委换届选举，杨宁成为村里第一个有大学学历的女村委会主任。2024年，江门村年人均纯收入提高到8000多元，全村实现整体脱贫摘帽，杨宁被推选为村党总支书记。

**感动中国年度人物心得体会篇六**

在中国人的心中，有一种拼搏叫中国女排，有一种情怀叫中国女排，有一种冠军叫中国女排，这都源于有一种精神叫 “ 女排精神 ” 。今天在这种顽强拼搏、永不放弃 “ 女排精神 ” 的指引下，中国女排时隔 12 年后再夺奥运金牌。这是女排梦，也是中国梦 !

我们热爱的是中国女排，是中国女排的精神，与最终胜负并无太大关系。如果单以实力来看，篮球和足球，无疑将成为中国球迷永远的伤心地，但有多少人会只以成绩论英雄 ? 我们只是希望球员能够表现出应有的拼搏精神。而对于中国女排，人们自然要求 更高，因为她们取得过辉煌的成绩，她们有鼓舞人心的女排精神 ; 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。

梦想是引导前进的目标，但奔向梦想的道路却十分曲折，战胜困难需要精神的力量，中国女排就是这样成功的。站在冠军的领奖台往回看女排的里约征程，我们就能感受到精神力量的伟大。

小组赛 2 胜 3 负排名第四，让中国女排面对很多质疑，但这并没有打垮女排姑娘们，反而激发了她们放手一搏，敢于进攻的斗志，这种 “ 斗志 ” 是姑娘们的 “ 洪荒之力 ” ，是主教练郎平随机应变的谋略，更是强大的 “ 女排精神 ” 。它让中 国女排在四分之一决赛、半决赛、决赛中实现逆袭，打出了漂亮的翻身仗。

比赛之激烈，过程之曲折，结果之振奋，让人看的心惊动魄、喜极而泣。她们的胜利真的是一分一分拼出来的，是一次次飞身一跃的扑救，是一次次高高跳起的重扣，更是一次次逆境之后的绝地反击。

的确，排球也是一项集体运动，只有所有队员积极配合互补，才能获得胜利。我们看到每得一分，大家都挥臂 庆祝，相互加油鼓劲 ; 每失一分，也在相互提醒，研究战术。

在半决赛对阵荷兰时，来到里约的 12 名队员全部上场，每个人都发挥了重要的作用，所有人齐心协力，攻坚克难，敢于拼搏，这是集体的力量，团结的力量，在 “ 女排精神 ” 的指引下，这种力量势不可挡。

带领中国女排团结一致的人就是郎平 ! 历史证明，郎平不仅是一名伟大的球员，更是一名传奇的教练。

当球员她是 “ 铁榔头 ” 带领中国女排实现五连冠 ; 当教练，她总是临危受命，挽救低谷中的中国女排。这一次她也终于获得金牌教练的称号。

更重要的是，从队员到教练，郎平是 “ 女 排精神 ” 最好的传承者。

今天中国女排第三次获得奥运冠军， “ 女排精神 ” 再一次焕发出生机，在实现 “ 中国梦 ” 的道路上振奋人心，给予我们每一个中国人顽强拼搏的动力。

“ 女排精神 ” 是女排梦，也是中国梦 ! 今天我们愿意为女排夺冠刷屏 !

**感动中国年度人物心得体会篇七**

站在大剧院的讲台上，党徽在朱丽华胸前格外鲜艳，而她穿的条纹衬衫，正是今年9月20日在杭州接受“浙江省道德模范”表彰时的那一件。

朱丽华1994年10月入党，现任省盲协副主席、市政协委员、市盲协主席，是嘉兴丽华推拿诊所所长。40多年前，两次意外事故让她的双眼彻底失明，但她用奋斗来追逐光明，靠自己的双手推出了璀璨人生。

她刻苦钻研中医推拿技术，成为全市首位也是目前唯一的盲人中医师，为22万多人次患者缓解病痛，并带动了100多名残疾人就业;她热心公益、无私奉献，累计资助贫困学生480多人次，捐款金额高达333万元。近年来，朱丽华荣获“全国自强模范”“浙江省优秀共产党员”“浙江省道德模范”等诸多殊荣。

似乎感受到台下灼灼的目光，朱丽华让志愿者扶着她走到讲台旁，向在场的听众深深鞠了一躬。顿时，嘉兴大剧院爆发了雷鸣般的掌声。

在掌声中，朱丽华摸索着走到讲台上，将她的初心故事娓娓道来。

“一个人可以没有视力，但不可以没有事业。我叫朱丽华，是一名盲人党员，也是嘉兴市目前唯一的盲人中医师……”

掌握推拿治疗的方法是她梦想的启航。为22万多人次缓解病痛，治疗308例脑瘫患儿的背后，是她身残志坚、自强不息的顽强品质。

一次，为了抱住突然抽筋的脑瘫患儿，她因急性扭伤造成腰椎间盘突出，那年春节她是在医院度过的。刚刚出院回到家，市福利院领导赶到她家说，来自全国各地的20个脑瘫患儿正在等她治疗。当时，朱丽华的母亲含着泪送她出门。

说到母亲，朱丽华声音开始颤抖，一时哽咽，久久说不出话。在她失明后，是母亲昼夜陪伴她，后来不论是开设诊所还是捐资助学，母亲一直支持着她，搀扶着她参加各种场合。但在去年4月2日，母亲永远离开了她，25天后，朱丽华郑重地签下了器官捐献书。

**感动中国年度人物心得体会篇八**

每年的感动中国十大人物都是我必看的节目之一，今年也不例外。在《20\_年度感动中国十大人物》中，我最崇拜的一位是南沙守礁97个月的李文波。

李文波，男，48岁，山东平度人，中国海军南海守礁士兵。

李文波21岁毕业于中国海洋大学，当年入伍，三年后赴南沙永暑礁守礁。

20多年来，他先后29次赴南沙执行守礁任务，累计守礁97个月，向联合国教科文组织和军内外气象部门提供水文气象数据140多万组，创造了国内守礁次数最多、时间最长、成果最丰的纪录，受到了联合国教科文组织的高度评价。

长期恶劣环境下的生活，李文波的身体大不如从前，风湿病越来越重，但他仍然坚持一次不落地守礁，还经常顶替战友。除了坚守岗位，李文波还不断创新，为守礁工作总结经验，编写教材。他设计出了南沙第一套水文气象月报表程序，还编撰完成了《海洋水文气象观测教材》。

为了守礁，李文波亏欠家里太多。他新婚5天后回到南沙，20多年来，与妻子真正在一起的时间不到3年。2024年4月，李文波第一次回到老家，才知道母亲已经卧病在床3年， 2024年9月，母亲病危，李文波回到老家陪伴母亲仅十天，就接到执行南沙守礁的命令，在前往南沙的舰艇上他接到了母亲病逝的消息，一个人长跪在甲板上向北方失声痛哭。

李文波说：“南沙守礁是我一生的荣耀，就算下辈子坐轮椅，也没什么后悔的!”

李文波的这种坚持不懈的精神深深的打动了我，看了他的事迹我的泪水不禁的流了下来。

**感动中国年度人物心得体会篇九**

林占熺于1986年发明的菌草技术解决了“菌林矛盾”这一世界难题。30多年来，林占熺一直活跃在菌草研发和推广一线，不仅帮助数以千万计的农民种菇脱贫，还在减少水土流失、保护生态环境等方面作出了巨大贡献。如今，菌草技术已被推广至全球106个国家，在13个国家和地区建立示范基地，并被联合国列为“和平发展基金项目”重点项目向全球推广。

值得一提的是，林占熺是此前热播的对口扶贫题材电视剧《山海情》中凌一农教授的原型。

1996年，福建和宁夏结成帮扶对子。第二年，国家把林占熺的菌草技术列为闽宁对口扶贫协作项目，随后林占熺带着六箱菌草草种，前往宁夏彭阳县。从此，林占熺成为闽宁对口扶贫协作援宁群体的一员，开始20多年的菌草扶贫之路。

\_\_\_解到，和《山海情》中的凌一农一样，作为闽宁对口扶贫协作援宁群体一员的林占熺奉献出他的科研技术，带领团队教村民种植双孢菇。为了给村民的生产保底，他甚至和当地政府签订了包销协议，团队成员分组为村民的产品跑销路。

至2024年，宁夏共有1.75万户参与菌草生产，兴建菇棚1.75万个，菇农年均增收5000多元。如今，菌草已经走向106个国家，帮助解决饥饿、贫困和水土流失等问题。

接受澎湃新闻采访时，林占熺表示，在他和当年的团队成员看来，《山海情》中呈现的大部分内容基本属实，但实际情况比剧中更艰苦、更曲折。林占熺说，想起过往的经历“没有后悔，但确实有后怕”。

林占熺说，电视剧中的凌一农是众多援宁科技工作者的缩影，很感谢《山海情》的播出，让更多人了解到了闽宁协作中不同群体的贡献，同时也有更多的人了解到菌草行业，推动了菌草行业的发展。

如今，林占熺仍坚持在菌草研究一线工作，对于自己的状态，他觉得就像是《西游记》主题曲中唱的那句——“踏平坎坷成大道，斗罢艰险又出发”。

**感动中国年度人物心得体会篇十**

晚自习在班主任的陪同下我们观看了20\_年度感动中国颁奖晚会。

那一幕幕感人的画面，那一份份真挚的感动，还在我的胸口回荡。令我感动最深的还是老骥伏枥的朱敏才，孙丽娜。朱敏才曾是一名外交官，妻子孙丽娜曾是一名高级教师，退休后两人没有选择安逸的日子，而是奔赴贵州偏远山区支教。9年来，他们的足迹遍布贵州的望谟县、兴义市尖山苗寨、贵阳市孟关等地。2024年两夫妇扎根遵义县龙坪镇，继续他们的支教生涯。尽管在来到哪里之前他们已经做好了吃苦的准备，但条件之艰苦还是超出了他们的预料。他们的卧室跟男厕所共用一面墙，夏天臭气熏天，孙丽娜晚上要戴着两层口罩才能睡觉。高原强烈的紫外线照射让孙丽娜的右眼全部失明，左眼视力只剩下0.03。朱敏才患有高血糖、高血脂、呼吸暂停综合征等危险疾病，山区湿冷的气候又让他得上了风湿病。这里缺医少药，朱敏才干脆硬扛着。为省下钱购买教学器材和孩子的学习用品，那条大窟窿连着小窟窿的秋裤，他们都不舍得扔，缝缝补补接着穿。

他们义务执教不拿一份报酬，在省吃俭用资助贫困生的同时，还在积极为学校建电脑教室、修学生食堂四处联系争取支持和帮助。夫妇两在北京治病期间，仍心系山区的孩子，为他们捐来了20台电脑。孙丽娜还将阿里巴巴“天天正能量”奖给她和丈夫的10万元奖金转赠给了学校，用于建电脑教室。在支教9年后，他们被中央电视台评为“最美乡村教师”

在朱敏才生病晕倒醒过来之后第一个想到的还是那些孩子。回到孩子身边是朱敏才最大的心愿。

他们走过半个地球，最后在小山村驻足，他们要开一扇窗，让孩子发现新的世界。发愤忘食，乐以忘忧。夕阳最美，晚照情浓。信念比生命还重要的一代，请接受我们的敬礼。这是感动中国给予他们的颁奖致辞。

其实在生活中，许许多多的人也用自己那一点一滴的小事感动着我们，感动着他人。我们都应该尽自己微小的力量最做大的努力做好每一件事。或许不惊天动地。但只要对的起自己就是最好的。

**感动中国年度人物心得体会篇十一**

借出差无锡的机会，上海楷麓实业有限公司总经理常久明匆匆赶回和县乌江镇卜陈村，再次看望自己的.初中老师叶连平。

“您身体恢复得怎么样了?”2个多月前，叶连平骑自行车买菜，回家路上遭遇交通意外受伤，常久明一直很牵挂，“等您身体恢复些，我接您去上海休息几天。”

在村民们眼中，叶连平就是村里不灭的“蜡烛”，也是照亮孩子们走出村里的希望之光。

常久明曾一度刻意躲着叶连平。那时，初中生常久明学习成绩很好，但因为家境贫寒，父母就让他辍学学缝纫。一天下午，常久明硬着头皮把即将辍学的事报告了叶连平，意外的是叶连平并没有当场责骂他。常久明随即离校回家。

就在那天天擦黑的时候，正在棉花地里帮父母干农活的常久明，看到远处一个身影步履蹒跚地走过来。“叶老师怎么来了?”常久明和父母都大吃一惊，常久明赶紧躲了起来。

常久明家距离学校有5公里，都是土路，且要翻山过河，当时还正值汛期。叶连平最终没有说服常久明的父母。夜色笼罩着田野，躲在暗处的常久明盯着那个渐去渐远的落寞身影，忍不住热泪盈眶。

“尽管我后来还是辍学了，但成为叶老师的学生，是我一辈子的幸运。”怀着一颗感恩的心，在上海拼出一片天地的常久明，如今每年都资助叶连平奖学金基金。

叶连平坚持每年到每个学生家至少家访一次，不管多远都一定访到。特别是那些在校表现一般、家庭困难、住址离学校远的学生，他更是格外关注、关爱，多次上门。在卜陈学校周边的乡村田野间，经常会看到一个老人，提着马灯跌跌撞撞地赶路，有时身上还沾了很多泥水。

“叶老师对学生负责，是出了名的。”令叶连平曾经的同事、卜陈学校教师戴启涌印象特别深刻的是，叶连平批改学生作业，连标点符号都会一一校正。

“教师不仅仅要教书，更要育人。”叶连平当班主任时，曾带着学生勤工俭学，用赚来的钱购买课外书给学生看，开阔学生眼界，在当时算是特立独行了。多年后，那个班的学生发现，当初勤工俭学挣的钱根本不够买那么多课外书，是叶老师自己贴钱买的。

**感动中国年度人物心得体会篇十二**

2024年春天，香港女主持人陈贝儿来到内地，带着满腹疑问，踏上了一条“无穷之路”。这趟旅程历时三个月，辗转几千里，跨越6个省份、14个曾经贫困落后的地区。她攀爬了四川“悬崖村”1400多米高的两千多级钢梯;和云南居民一起用溜索渡过湍急的怒江;站在宁夏西海固的沙漠戈壁体会天气恶劣……“震撼”、“启发”、“感动”，陈贝儿在接受新京报记者专访时多次感慨。这几个简单辞藻融汇的，是一名香港同胞对内地脱贫攻坚成果最真实的触达。

11月6日，《无穷之路》将在香港翡翠台、埋堆堆正式收官。11月1日，陈贝儿邀请“理塘男孩”丁真在微博连麦直播。两人就像许久未见的朋友，陈贝儿向丁真讨教起藏语，丁真则聊起这些年理塘的变化和乡村振兴的成果，超过83万人在线观看。在陈贝儿看来，《无穷之路》只是一个开始，她希望更多香港人去内地感受、体验，真正踏上这条“无穷之路”，“我们国家现在发展得怎么样，真的要自己亲身去感受，多多交流，才能够知道。”

爬钢梯到一半开始头晕脚软，和村民相比没什么可抱怨的

《无穷之路》的第一站是位于四川省凉山彝族自治州的“悬崖村”。很多不同地方的记者、摄制组都曾想登顶看看其旧貌，但绝大部分都在半途放弃了——海拔1400多米，2024多级的钢梯，是进村唯一的通道，常人很难第一次就顺利爬上去。“光看照片我已经觉得很震撼了。团队没有给我(爬上去的)压力，就让我尽力而为，说爬不上去也有其他拍摄方法。”陈贝儿回忆说。

正式拍摄从早上七点开始。刚开始爬上钢梯，陈贝儿就感觉到了些许吃力，累的时候就喘半分钟，坐一会儿，再继续往上爬。但爬到一半，她开始感觉到头晕和恐高，控制不住地脚软，心脏像是要跳出身体一样。最陡峭的地方，有90度左右。沿途很多村民都劝说她不要强求，走一步看一步，一般女孩子都爬不上去。但陈贝儿还是坚持登顶。她想亲眼看看居民的居住环境。

而当看到过去的“悬崖村”，陈贝儿认为之前的艰苦，都不再值得抱怨。整个村寨依山而建，除自然资源和基本的农作物外，其他生存条件都十分贫瘠。“悬崖飞人”拉博带着陈贝儿参观了他以前的家，空间不大，没水没电，四处黑漆漆的。村民们想要打水，只能走很远的路;在过去没有钢梯的时候，当地孩子去“外面”上学，都只能通过简陋的藤梯，甚至徒手攀爬峭壁。

“我真的很佩服他们。在我爬钢梯很辛苦的时候，拉博还跟我说，你要看风景啊!我只是偶尔爬一次，但他们过去每天的生活都要靠‘钢梯’，每天都要爬2024多级。但他们却依旧活在当下，懂得欣赏生活中的风景。这一点让我非常受启发。”

理塘之旅同样令陈贝儿印象深刻。在登上川藏高原前，陈贝儿和摄制团队都从未前往过海拔2024米以上的地区，而理塘的海拔高于4000米。去之前，团队为陈贝儿准备了不少预防高原反应的药物;为了更好适应海拔变化，陈贝儿和团队甚至放弃了坐飞机，从最低处缓缓开车爬上高原。但真到拍摄的时候，直达海拔3000多米，陈贝儿已经开始感到头晕;4000米的时候，心口就像有一块大石头压着，呼吸也很困难，要用很大的力才能吸上一口气。

陈贝儿还是选择了坚持。直到完成白天的拍摄，她才被当地人员送往医院，以暖水、药物、氧气瓶缓解高原反应。虽然身体好像经历了“地狱”考验，但在川藏之路上，当陈贝儿把眼睛睁开，就像是到了天堂一样。“因为风景实在太美了，非常非常值得欣赏。你看到的那些镜头是不可想象的，真的是美得不得了。我真的希望大家可以自己来理塘旅游，去看看那里的风景。”

教育改善明显，在下一代眼中看到希望

如今，拉博已经不再需要通过钢梯去往外面的世界。他带着陈贝儿参观了村民们的新房——山脚之下平地而起的一片片现代居民楼。全面且现代化的基础设施、郁郁葱葱的花园绿化，拉博下班后只需要爬几层楼便可到家。儿时，拉博上学必须要走三四个小时的山路，读完小学也只能学到如何写自己的名字。但现在，村口就有一家规模不小的幼儿园，下一代只需要步行三四分钟，就可以接受和县城无异的教育。陈贝儿在幼儿园里和孩子一起玩游戏、自拍、唱歌，很快就打成了一片。

“‘一个都不能少’，真的是说到做到了。”这些实实在在、翻天覆地的变化，令陈贝儿在旅途中多次受到触动。

令陈贝儿印象深刻的还有教育的改善。四川怒江的一所中学里，老师告诉陈贝儿，学校刚开的时候，他们都要亲自到山区，苦口婆心地把孩子们“抓”来读书。因为过去的农民家庭，往往会更愿意让孩子下地干活。但如今，孩子们都开始在学校里学习理发、开车等专业技能。其中一个十几岁的小女孩真诚地和陈贝儿分享，她曾以为，女生就应该赶快嫁人，但现在她想要学习烹饪，梦想是开个餐厅。

在这些走上“无穷之路”的年轻人眼神中，陈贝儿看到了对未来的希望与信心。“我觉得很感动。我觉得我们的下一代会非常了不起。”而《无穷之路》播后，很多家长会和孩子一起看《无穷之路》，这也是陈贝儿最感动的事。“父母会把这档节目当成一个教材，让孩子们知道现在的幸福是得来不容易的，要多珍惜，要多感恩。”

帮当地寻求香港销路，鼓励更多人亲自探访“无穷之路”

追溯陈贝儿的成长经历，她是香港第一代专职娱乐新闻主播，曾报道过奥斯卡金像奖、戛纳国际电影节，也采访过迈克尔·杰克逊、莱昂纳多·迪卡普里奥、木村拓哉等国际巨星。

《无穷之路》是她第一次如此深入走近内地老百姓。不少内地网友称赞其主持风格真实、自然、接地气。实际上，在香港出生，从城市长大，对农村的记忆以及内地脱贫攻坚的成果，陈贝儿几乎是模糊的。但在陈贝儿看来，她并没有把这场旅程单纯当成一份工作。她喜欢交朋友，愿意了解对方的感受，她希望和这些曾经遭受贫困的村民们敞开心扉，再把最真实的观察与感受，通过镜头传递给观众。“如果我们去云南喝个咖啡，你真的要自己喝进去，你才能感觉到那个味道，才知道背后是有故事的。”

“无穷之路”沿途，无论面对“悬崖飞人”、村医、失学儿童、“网红”丁真，陈贝儿都能很快和他们打成一片。村民们也都非常喜欢陈贝儿，常邀请她去家里做客，热情地把最好的菜分出来给陈贝儿和摄制团队吃。拍摄完毕后，也常常留陈贝儿聊天，送给陈贝儿当地的特色小礼物。“我能感受到他们对自己现在的生活很骄傲。”

《无穷之路》播出后在香港和内地都收获了前所未有的好口碑。陈贝儿微博粉丝数量翻了一倍有余，香港则有不少观众尝试联络陈贝儿，想购买海南符小芳的有机茶，叶萍姐姐的咖啡豆等农副产品。“我会和当地的一些人保持联系，经常会问他们这些东西能不能运到香港，香港也有需求。”陈贝儿笑称。

但陈贝儿还是鼓励更多香港人，包括内地的观众，真的亲身走上这条“无穷之路”，“我们国家现在发展得怎么样，真的要自己亲身去感受，多多交流，才能够知道。”

**感动中国年度人物心得体会篇十三**

也许20\_\_年先苦后甜吧。

——题记

20\_\_，庚子年，我们本可以在家欢天喜地过大年。谁知，“天有不测风云”，因为一场疫情，让它再也不平凡。

病魔突袭武汉，它的全名是“新型冠状病毒感染”，英文简称“ncp”，罪魁祸首竟然是蝙蝠，因为蝙蝠身上有很多病毒，恰巧人们吃了它感染了这个病毒。新型冠状病毒是以前从未在人体中发现的冠状病毒新毒株。一般症状就是发热、干咳、乏力，慢慢感觉呼吸困难。它传染力极强,只要和带有这个病毒的人近距离接触，就可能传染。可怕的是你不知道有症状，和平常一样，可是几天之后后果就会不堪设想。被传染后必须要隔离，以免传染更多的人。

面对疫情，谁都会害怕，害怕自己被传染，但是我们有没有想过一个问题呢?如果每个人都害怕、担心，那这个病又由谁来治好呢?没错，医生和护士们，他们抛下恐惧，树立自信，奋斗在一线。他们不惜牺牲自己的生命，为的就是让疫情早点过去，使祖国更加繁荣富强。

钟南山爷爷说过，不出门就是给国家做贡献，如果非要出门，一定要戴好口罩，回到家及时洗手。很多地方都封住了，为的就是不传染，减少出门次数。有一句话说得好:“只要还有一口粮食，还有一滴水，就坚决不出门。”

武汉有很多小朋友生病了，我希望他们快点好起来，等春暖花开的时候去武汉大学看樱花，还要吃武汉招牌美食——热干面。

20\_\_年很不平凡，它让我们懂得了：钱财买不来生命，身体健康永远是第一位的。我向奋斗在一线的逆行者们致敬!向钟南山和李兰娟院士致敬!我相信这场疫情一定会过去的，中国加油!武汉加油!

武汉严重的疫情牵动着全国人民的心，这个寒假注定过得不同寻常。原本公路上奔流不息的车辆，现如今仿佛消失了一样;原本热闹的公园和广场，也变得冷冷清清;原本可以和亲戚朋友一起聚会欢度春节，而现在只能呆在家里“望门兴叹”。

而造成这一切的罪魁祸首，就是新型冠状病毒感染的肺炎。这种病毒潜伏期最长14天，以飞沫和接触传播为主，被传染的可能性极大。在重大疫情面前，最先挺身而出的就是我们的“白衣天使”，他们在这场没有硝烟的战争中为患者筑起生命防护之堤，让大家仿佛看到寒冬里的一缕阳光，洒在每个人的身上，给我们带来无限的温暖和希望，白衣天使们恪尽职守，甚至用自己的生命挽救他人的生命。

来自五湖四海的“白衣天使”们放弃与家人团圆的机会，除夕夜直奔武汉。当我们一家人团圆在一起吃着年夜饭，看着春晚，而那么多白衣天使们却在努力地抢救患者中，为了抢救病人，他们已经几天几夜没睡觉了。面对病毒，即使防护得严严实实的，也仍有不少医生护士被感染。在他们眼里拯救一个生命才是最重要的!那些“白衣天使”们穿上白大褂是医生，是拯救生命的英雄;脱下白大褂是榜样，是我们生活中的引路人!

在这个战场上，还有一位值得我们敬佩的80多岁的老爷爷——钟南山教授。已经耄耄之年的他，依然挂帅亲征，奔波在战“疫”一线，与新型冠状病毒战斗，真令人佩服。我们也要像钟爷爷那样，做一个有知识有学问、刻苦钻研的人。知识不仅能改变我们的生活，还能救人于水火，当遇到困难勇往直前，可以用知识战胜艰难困苦。

我坚信，在大家共同的努力下必将攻克难关，正所谓“众志成城，抗击疫情”。我想说，每一个青少年都应听从指挥做好自我安全防护，少去人群密集的地方，不给国家添乱，为这次打赢疫情战役贡献自己的绵薄之力。武汉加油!中国加油!

**感动中国年度人物心得体会篇十四**

一场突如其来的疫情，打破了过年的祥和。它如一头野兽，疯狂地摧残着病人的身体，它们还一直在寻找我们，同时，也一直在向地球发起进攻。

但是，在这一期间，中国人并没有退缩。钟南山爷爷就是个很好的例子。虽然钟南山爷爷一直告诫我们不要去武汉，但他却连夜赶往武汉。

17年前，钟南山爷爷也曾带着医治人员奔赴一线，他还曾说过：“我认为最重要的就是病人的生命”。因为这句话，让所有看到他的病人都仿佛看到了救命稻草一般。而十七年后的今天，高龄的钟南山院士又一次站了出来。从他的身上能感受到一股蓬勃的气息，他成了我心中最美的抗疫榜样。

我的爷爷以前当过兵，这一次，他首当其冲报名成为了小区的志愿者，每天都要去小区门口站岗。因此，我十分担心爷爷的身体，曾劝爷爷不要去了。而爷爷严肃地对我说：“在这期间，我们都是国家的一份子，都应该贡献一份力量，我曾经当过兵，身体素质很好，所以，我应该尽责任。”听完，我向爷爷竖起大拇指：“爷爷，你也是我的榜样!”

只要我们万众一心，一定能打败这病毒，到时候迎接我们的是鸟语花香的季节。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn