# 感动中国人物心得体会(实用14篇)

来源：网络 作者：梦回江南 更新时间：2024-05-15

*每个人都有自己独特的心得体会，它们可以是对成功的总结，也可以是对失败的反思，更可以是对人生的思考和感悟。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。感动中国人物心得体会...*

每个人都有自己独特的心得体会，它们可以是对成功的总结，也可以是对失败的反思，更可以是对人生的思考和感悟。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

**感动中国人物心得体会篇一**

中国是一个拥有五千年悠久历史和丰富文化的国家，充满着无数动人的故事。而其中一部分故事，主人公不是公众人物，也不是名人明星，而是那些默默奉献、无私奋斗的普通人，他们是中国的感动大人物。在与他们的接触中，我深受启发，也体会到了一些重要的人生智慧。

第二段：感悟爱心的力量

中国的感动大人物多数展现出对他人的无私关注和关爱。在我接触到一位义工老人时，他告诉我：没有什么比用自己的热心为他人带来希望和快乐更有意义的事情。他从他人的微笑中获得了成就感，这种感觉让他觉得自己拥有了无限力量。在他身上，我领悟到了爱心的力量是无穷的，只要我们用真心对待他人，我们也可以成为一位感动他人的大人物。

第三段：感悟坚持的重要性

感动中国的大人物往往是那些坚守自己理想和信念的人。我记得有一位乡村教师，她经历了许多困难和艰辛，但她从未放弃对教育事业的热爱和执着。她告诉我：有时候，坚持的道路很坎坷，但只有坚持下去，才能看到最美的风景。她的坚持让我明白，当我们遇到困难和挑战时，只有坚持才能战胜困境，实现自己的梦想。

第四段：感悟无私奉献的精神

感动中国的大人物常常以无私奉献的精神为他人和社会做出巨大贡献。我认识了一位医生，他放弃了城市的高薪工作，来到边远山区为无数贫困患者提供医疗服务。他说：“感动他人不需要卓越和伟大，只需将自己的善意付诸行动。”他的无私奉献让我深刻领悟到，只有忘记自己，才能真正帮助他人，也才能成为一个让人感动的大人物。

第五段：感悟坚定初心的重要

在与中国大人物的接触中，我发现他们无论在何时何地，都能保持对初心的坚定。我曾遇到一个创业者，他的初心是改变人们的生活方式，提供更加健康的产品。尽管面临巨大压力和竞争，他依然坚持初心，从不取巧。他的坚持让我明白，成功时有时更需要强大的内心和对初心的坚守。只有始终坚定自己的信念，追逐自己的梦想，我们才能成为让人感动的中国大人物。

总结：

与中国的感动大人物的接触，让我深受启发。无论是感悟爱心的力量、感悟坚持的重要性、感悟无私奉献的精神，还是感悟坚定初心的重要，这些都是珍贵的人生智慧。通过学习他们的故事和心得，我坚信，只有将这些智慧融入到自己的生活中，才能实现自己的价值，成为一个真正有意义的人。感动中国大人物的故事不仅仅是一个人的故事，更是中国精神的见证，它将激励无数人在人生道路上前行，去感动他人，也去成为一个感动中国的大人物。

**感动中国人物心得体会篇二**

如果你是一滴水，你是否滋润了一寸土地？如果你是一线阳光，你是否照亮了一分黑暗？如果你是一颗粮食，你是否哺育了有用的生命？2024年感动中国十大人物已然公之于众，他们是：彭士禄、杨振宁、顾诵芬、吴天一、朱彦夫、中国航天人、苏炳添、陈贝儿、张顺东李国秀夫妇、江梦南。其中，给我印象最深的是......

杨振宁创华人获大奖先河；为人师表，桃李满门，鼓舞了一代有志青年献身振兴中华的科技事业；宏扬中华发展民族文化始终不殆，为中国知识分子之楷模。引导、鼓励、支持更多的残疾人、农村青年等人群通过电商创业就业，带动群众增收。山对山来崖对崖，日子好比江中排毛竹天生筋骨硬，顺风顺水出山来，李家大姐人才好，张家大哥看上她，没脚走出致富路，无手绣出幸福花。

作为一名传媒人，我对陈贝儿最是欣赏。从这样一位城市姑娘的角度，一路去探讨、认识、了解路上的所见所闻。她没有为任何人或者机构组织“背书”的责任，只是从内心深处去真实感受——切。她代表着700万香港人来感同身受当地群众数十年来的悲欢离合与变化。以及靠学习唇语、看老师板书和自学的江梦南又那么不同寻常，从无声里突围，你心中有嘹亮的号角，新时代里你有更坚定的.方向，先飞的鸟—定想飞得更远，迟开的你也鲜花般怒放。比起当下我们，更应该珍惜现有的读书环境。

2024年9月17日13时30分许，神舟十二号载人飞船返回舱反推发动机成功点火后，安全降落。发射入轨着陆，九天探梦—气呵成，追赶并跑领跑，五十年差距一载跨越，环宇问天探月逐梦，五星红旗——次次闪耀太空，中国航天毕将行稳致远。苏炳添的身份不光是运动员，还有一个新的身份是暨南大学副教授，两个身份不冲突。世界屏住了呼吸，9秒83，冲出亚洲的速度，你超越伤病和年龄，超越了自己，你奔跑的背后，有强大的祖国。

同样是平凡的人，他们却在用汗水和心血书写着不平凡的人生。人并不是生来就闪闪发光，而是发挥了超乎想象的价值才是的明亮。我们不仅仅是感动，我们骄傲是中国人，榜样的力量是无穷的。他们的人生亦是我们的人生路上的繁星闪耀。

**感动中国人物心得体会篇三**

第一段：引言（100字）

中国是一个拥有丰富感人故事的国家，其中有许多令人感动的人物。在这些人物当中，张定无疑是一个令人肃然起敬、感动至深的人。他的事迹曾引起全国的关注，并在人们的心中树立了一个坚强、乐观、向前的形象。在接下来的篇章中，将介绍张定的故事和他给我们带来的感悟。

第二段：疾病的考验（200字）

张定曾经是一名运动员，正值当红之时就遭遇了不幸的疾病。他被诊断出患有一种罕见的心脏病，需要进行艰苦的手术，并长时间静养。这对于一个年轻人来说无疑是一次巨大的打击。然而，张定并没有沉沦于病痛之中，而是以乐观的态度面对这一切。他相信自己能够战胜疾病，重新站起来，重拾自己的梦想。

第三段：勇气与坚持（300字）

手术后的康复期间，张定经历了持续的病痛和身体的不适。然而，他并没有放弃，反而通过锻炼和康复训练，逐渐恢复了身体的功能。与此同时，他的精神状态也不断往好的方向发展。张定的坚持和勇气令人感动，他告诉我们即使面对逆境，我们也可以通过自己的努力和积极的心态去克服困难，重新找回自己的力量和信心。

第四段：弘扬正能量（300字）

随着康复的进展，张定开始在社会上积极宣传健康的理念和乐观的态度。他参与公益活动，为其他病患和身体有缺陷的人提供帮助和鼓舞。他的个人经历以及他在康复过程中积累的知识和技巧，使他能够给予他人更多的帮助和支持。张定用自己的实际行动为社会传递了积极向上的正能量，他的事迹激励着更多的人去积极面对生活，勇敢追求自己的梦想。

第五段：感动人心（200字）

张定的故事不仅在国内引起广泛的关注，也在国际上赢得了赞誉。他的坚强和乐观打动了无数人，许多人对他表示了钦佩和感激。他的事迹激励着更多的人去相信自己，去战胜困难，实现自己的人生目标。张定无愧于“感动中国”的称号，他用自己的故事诉说着坚持和勇气的力量，为我们每个人树立了典范，激励我们不断前行。

第六段：结论（100字）

张定的故事给我们上了一堂深刻的生命课，他的坚持和勇气是我们应该学习的榜样。在生活中，我们可能会面临各种挫折和困难，但只要我们有足够的勇气和信心，就一定能够战胜它们，创造更好的明天。感谢张定用他的故事告诉我们，生活中的每个瞬间都值得我们珍惜，每个梦想都值得去追求，只要我们不放弃，就会收获属于自己的幸福。

**感动中国人物心得体会篇四**

过去的2024年对于苏炳添和中国田径而言，是值得铭记的一年。

我在网上了解到在半决赛中，苏炳添在第三小组第四道，发枪前，他揪了揪紧身衣，双手合十，大拇指与食指摆出一个“一厘米”的手势。赛后记者跟他求证手势的意思，他说这是提醒自己“进步一点点就好”。苏炳添的“进步一点点”是中国人的一大步，也是亚洲人的一大步。但是这“一点点”是突破极限的挑战，是要建立在日复一日的训练与自我突破上。苏炳添说，自己从9.99到9.91（提高008秒）用了3年时间。此后，他又为自己制定接下来的001秒的目标，“听起来0.01秒很少，但是提高001秒要付出很多的努力，我愿意去尝试。”为此，他保持严格的作息和饮食习惯，坚持训练，让自己的身体机能在32岁还保持在巅峰状态。就是为了能不断实现“进步一点点”。我认为，苏炳添这种专注训练，不受干扰，是一种智慧努力拼搏，也是一种科学追求，同时也是一种能力。他身上最宝贵的品质莫过于永不放弃。这几点，恰好是我没有的，是我需要的`。苏炳添是我们当代大学生学习的榜样，也是我们心中的英雄。

成功闯入奥运会决赛，成为中国奥运历史第一人，刷新了亚洲纪录。这背后是他锲而不舍的努力始终如一的坚持。拿金牌可喜，刷新记录可喜，但这些站上世界顶尖赛场的运动员身上所反映出来的精神，更可宝贵。“进步一点点就好”不仅是苏炳添的追求，更应该成为我们当代大学生的人生座右铭。我们常说，“无志者常立志，有志者立长志”，立长志者，不期速成，从“进步一点点”开始，坚持“进步”必将会离目标越来越近。龟兔赛跑的故事，“积沙成塔，集腋成裘”的成语，说的都是这个道理。

我记得奥斯特洛夫斯基说过：“人的生命，似洪水在奔流，不遇到岛屿暗礁，难以激起美丽的浪花。”这完美地诠释了苏炳添的一生，保持专注、努力拼搏，永不放弃，是打开成功之门的三把钥匙，也是永远指引着我们前进的动力与信念！

**感动中国人物心得体会篇五**

20xx年前，面对高风险的艾滋病监区，他主动请缨，担起艾滋病在押人员的管教工作，给予在押人员教化改造的希望。

他就是毛卓云，宁波市看守所管教四大队民警、三级高级警长。20xx年来，他累计管教艾滋病在押人员511名，工作零失误，归纳总结出艾滋病犯管教工作“五心法”，为浙江省特殊监管对象的管理工作和经验探索提供有力助益。

8月8日下午，毛卓云先进事迹报告会在宁波凤凰剧院举行，全市700多名民警和辅警代表现场聆听了毛卓云的英雄故事。

媒体记者代表、毛卓云在市看守所的领导和同事，以及在大榭公安分局做民警的儿子，分别从不同角度和侧面讲述了毛卓云的先进事迹，充分展现了一名共产党员对党忠诚、敢于担当的优秀品格，生动诠释了一名人民警察不忘初心、忠诚使命的价值追求。

毛卓云在接受主持人访谈时，也讲述了几个小故事，言语之间表达了他的初心之诺、感恩之情，以及对公安监管事业孜孜不倦的执着追求，感人肺腑，令现场观众无不为之动容。

今天恰逢毛卓云的妻子徐爱英的生日。在报告会上，毛卓云第一次给妻子徐爱英送上生日的鲜花，不善言辞的徐爱英只说了一句话：祝愿你平平安安，也祝愿所有公安民警平平安安、健健康康。

“毛卓云同志是我市公安战线涌现出来的又一先进典型。”市委常委、公安局长黎伟挺说，毛卓云是宁波公安的杰出代表，他的事迹真实质朴、震撼人心、直指灵魂、可敬可学，是我们开展“不忘初心、牢记使命”主题教育的生动教材。

黎伟挺号召全市公安机关向毛卓云学习，学习他对党忠诚、信念坚定的政治本色，学习他迎难而上、无私无畏的责任担当，学习他刻苦钻研、善学善行的工匠精神，学习他甘于奉献、淡泊名利的高尚情操。

**感动中国人物心得体会篇六**

北京时间2024年6月17日9时22分，搭载神舟十二号载人飞船的长征二号f遥十二运载火箭点火发射，并顺利将聂海胜、刘伯明、汤洪波3名航天员送入太空。北京时间2024年6月17日18时48分，航天员聂海胜、刘伯明、汤洪波先后进入天和核心舱，中国人首次进入自己的空间站。

航天员汤洪波是首次飞行。很多网友看到汤洪波坐在靠窗位置，评论说“感觉像极了第一次乘坐飞机时的自己”。

负责什么工作会靠窗坐?穿舱的过程中，他们如何分工?

首次飞行航天员为何靠窗坐?

从发射传回的画面中可以看到，聂海胜坐在中间位置，刘伯明和汤洪波分别坐在其右侧和左侧。

据航天员中心航天员系统副总设计师刘伟波介绍，他们的座位与各自所负责的工作有关，以在飞船的狭小空间内有效进行协同工作。作为指令长的聂海胜坐中间座椅，方便下达指令;刘伯明的任务是协助飞船的驾驶，因需要操作的便携式指令板安装在了右侧，所以，刘伯明坐在聂海胜的右侧;汤洪波的座位安排在了左侧靠窗。

穿舱的过程中，航天员如何分工?

三位航天员进入核心舱后，需要跨过两个航天器之间的4道舱门。

据介绍，在穿舱过程中，航天员需要不断与地面进行沟通，判断飞船的增压情况。负责这一通信工作的就是汤洪波，因此他在返回舱内留到了最后。

聂海胜负责打开舱门，并设置状态。刘伟波表示，这是非常重要的过程，尤其是对接锁紧之后，打开返回舱的舱门进入轨道舱的过程。

此外，聂海胜和刘伯明要先从穿着压力服换成日常工作服，接着把设置在前舱门的轨道舱摄像机恢复到原来的位置上。

同时，因为需要记录首次建立对接通道的具体状态，留下数据，供未来参考，所以，刘伯明在协助聂海胜的同时，还要进行摄像工作。

舱门为何需手动?不能自动吗?

对于这个疑问，航天科工二院研究员、国际宇航联合会空间运输委员会副主席杨宇光表示，从大气环境方面来说，这是一个非常复杂的过程。氧气、氮气、二氧化碳以及一些有害气体的压力都不能超过允许值，同时，湿度也必须控制在一定范围内，在神舟飞船中，两个舱段处在密闭不互通的状态时，打开舱门的前提就是压力一致，否则，要么舱门无法打开，要么舱门打开速度会极快，可能伤害到航天员，因此，航天员需要先手动打开舱门上的平衡阀，建立一个小通道，将两个舱体联通，待压力趋于一致后再打开进行穿舱。

而从需求上来说，杨宇光指出，自动开门也没有什么必要，因为穿舱的动作只有航天员在现场的时候才会发生，完全可以手动开门，自动开门反而没必要。

**感动中国人物心得体会篇七**

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。

**感动中国人物心得体会篇八**

20xx年，中国女排在金牌教练陈忠的带领下，从1986年到20xx年，时隔十七年后，中国女排终于再次夺得了女排世界杯冠军，中国女排也从这时候起，再起站了起来。陈忠获得了20xx年的感动中国人物奖。

次年，20xx年，中国女排夺得了阔别多年的奥运会冠军，从1984年到20xx年，历经20xx年才再次夺得奥运会冠军。这一年，中国女排获得了感动中国特别致敬奖。

20xx年，沉寂十年的中国女排在郎平的带领下，冲破一切艰难险阻，忍着身体上的病痛和心理上巨大的压力，破釜沉舟，再次夺得女排世界杯冠军，郎平的事迹也是感动了成千上万的中国人。郎平获得了感动中国人物奖。

次年，20xx年，中国女排再次夺得了里约奥运会冠军，又是历经20xx年再次站到世界巅峰。中国女排因此获得了感动中国特别致敬奖。

今年，中国女排比以往更加优秀，在祖国70周年的国庆前夕，送上了一份大贺礼。女排世界杯中，中国女排十一战十一胜夺得女排世界杯冠军，用着十一连胜庆十一，让整个世界再次见识到中国力量。

目前，在世界女排的积分排名中，中国女排高达320分，排名第一，比排名第二的美国女排足足高出了54分，中国女排在世界范围内也是遥遥领先。

最后，感动中国评选活动正在进行当中，希望大家都能踊跃参与，支持中国女排以及其他感动中国的人物，投上自己宝贵的一票，发扬传承女排精神，发扬传承感动中国的精神。

**感动中国人物心得体会篇九**

2024年8月1日，在东京奥运会上，苏炳添成为中国首位闯进奥运男子百米决赛的运动员。

9秒区，代表百米世界顶级水平，曾是亚洲人禁区，1932年，第一位站上奥运赛场的中国运动员，参加的也是男子田径一百米，他叫刘长春，最终以11秒1的成绩被淘汰出局。直到83年后的2024年，亚洲人才跨进9秒区，这个亚洲人就是苏炳添。

这样的突破，源自于他2024年第一次参加奥运会。苏炳添遇到了最强大的对手，世界第一飞人博尔特。

此次比赛，让苏炳添知道自己与奥运选手的差距，所以他给自己制定了目标，首先就是要过10秒区进入9秒区。

苏炳添：2024年的时候，我把起跑脚换成左脚，改变的话，最基本的东西都没有了，就好像重新学习跑步一样。

苏炳添坚持每天练习起跑几百次，即使走路也是练习起跑的样子，连睡觉也在思考如何跑得更完美。

2024年北京世锦赛半决赛，苏炳添又与博尔特站在了百米赛道上，这一次苏炳添跑出9秒99的成绩，博尔特则以9秒96险胜第一，两人仅相差0。03秒。

但那一年，苏炳添已经到了退役的年龄。

苏炳添：我觉得现在才开始掌握到百米的一些精髓，我还想继续跑。

9秒987、9秒92、9秒91……作为年龄偏大的运动员，任何微小突破，苏炳添都要付出成百上千倍的努力。

2024年，苏炳添以32岁的年龄备战东京奥运会，然而，在之前的2024年，苏炳添受腰伤困扰，接连退出亚锦赛、全国田径锦标赛等重要比赛。

苏炳添：当时受伤的时候确实挺难过的，差点就废了，真的，其实我当时没有，打算什么再突破了，毕竟以前的观点就是说，只要到这个岁数了，你还受伤的话，要重新回到巅峰，那还是很难。

苏炳添：我还想努力地去完成东京奥运会，因为，100米是全世界最受瞩目的运动项目，基本上大家的印象里面。我们的百米水平跟世界水平相差太远了，所以说我们去参加奥运会，希望我们与世界水平距离要缩短。我们中国人可以跑得更快。

在东京奥运会半决赛中，苏炳添以32岁的年龄跑出9秒83的成绩获小组第一，震惊世界，这个成绩比他2024年9秒91的亚洲纪录快了0。08秒，百米飞人世界排名高居第8位，苏炳添做到了，他超越了年龄，超越了伤病，超越体能的局限，被称为中国飞人，亚洲之光。

颁奖辞

世界屏住了呼吸

9秒83

冲出亚洲的速度

你超越伤病和年龄，超越了自己

你奔跑的背后，有强大的祖国

——感动中国2024年度人物苏炳添

**感动中国人物心得体会篇十**

1981年11月16日傍晚，全国人民守在黑白电视机和收音机前，此时，第三届女排世界杯的决赛正在日本大阪体育馆进行，中国队对阵东道主日本队。在主场球迷震耳欲聋的呐喊声中，一个叫郎平的北京女孩扣下了最后关键一分，中国女排3∶2艰难获胜拿到世界冠军。

中国女排7战7胜，首夺世界冠军，实现三大球历史突破。

让所有人都没有预料到的是，这仅仅是一段传奇故事的开端。1981年在日本世界杯夺冠后，中国女排接连拿下了四个世界冠军：1982年第九届世界排球锦标赛冠军，1984年洛杉矶奥运会金牌，1985年第四届世界杯冠军，1986年第十届世界女排锦标赛冠军。

这五支冠军队伍里，始终都有郎平的身影——前四年，她是队内的头号主攻手，1986年，她以助理教练身份出征。

取得这样梦幻般成就，郎平靠的无非是一个“拼”字。

“我记得特清楚，我们一进体育馆，墙上就挂了大标语，卧薪尝胆，打败日本韩国。”郎平说。

“每天就是三点一线，训练场、食堂、宿舍。”年轻的郎平知道，“你不比人家多付出，不这么艰苦地去训练，你就赶超不了别人。”

正是凭着这股刻苦劲，郎平包揽了三大赛的冠军mvp（1982世锦赛，1984奥运会，1985世界杯），也让她赢得“世界第一主攻手”称号，成为球迷口中的“铁榔头”。

**感动中国人物心得体会篇十一**

她没有生儿育女，却是女子高中近500名学生和华坪儿童福利院50多名，集“全国先进工作者、中国十大女杰”等荣誉于一身，多次受中央、省、市、县表彰，但是她没有骄傲自满，始终视自己为一个平凡的人，把崇高的人生价值追求铭刻在了平凡的工作岗位和繁琐的工作中。孤儿的“校园妈妈”、她30年如一日投入到教书育人的平凡事业中，爱岗敬业、无私奉献。身患多种疾病却常常超负荷工作，以惊人的毅力克服病痛的折磨，坚守三尺讲台。凭着对教育事业的热爱和尽职尽责的精神，钻研学校教学和管理，身体力行，教学成绩突出。

张桂梅同志是边疆民族贫困地区教师的优秀代表，她的事迹平凡而伟大，思想朴实而闪光，在她身上集中体现了伟大的时代精神和中华民族的传统美德，展现了新时期人民教师的良好形象和共产党员的时代风采。

张桂梅同志的精神充分体现了知识分子强烈的爱国主义情怀和高度的社会责任感，体现了一名普通人民教师把对国家、对人民的热爱之情具体落实到了自己的事业和平凡的工作岗位上，恪尽职守、呕心沥血、淡泊名利和执着追求。她不是英雄，但是她用朴实、真实、感人的事迹赢得了人们对她的敬重。她在以下几个方面所彰显的精神内涵，深刻地感动了我。

用她的话说就是“如果说我有追求，那就是我的事业;如果说我有期盼，那就是我的学生;如果说我有动力，那就是党和人民”，她始终坚定理想信念，她热爱党，热爱人民，更热爱贫困山区的人民，为了办好女子高中，她锲而不舍，历尽艰辛，但始终坚信，依靠共产党就能办成事，就能成就她的梦，办一所女子高中的梦，让无数个贫穷的女孩子圆大学的梦，她要通过培养女大学生来促进我们贫困山区脱贫，促进现代文明建设，让孩子们通过读书改变命运、改变人生。

她不仅是一个优秀的党员干部，她把一生都奉献给了党，奉献给了人民，奉献给了她热爱的教育工作和学生。

作为一名共产党员，我们要以张桂梅同志为榜样，怀着心系群众、服务人民的公仆情怀，发扬锐意改革、勇于开拓的创新精神，端正扎根基层、勤奋敬业的务实作风，踏踏实实的做好自己的工作。

**感动中国人物心得体会篇十二**

2月18日，《感动中国》如约而至。钟扬、杜富国、王继才王仕花夫妇、程开甲等人十一人获颁“年度人物”。

这些平凡又伟大的普通人，无愧于殊荣。他们用善意、勇敢、毅力、使命，升华了自身，也标注了新时代的价值坐标，又汇聚成温情的海洋，让人动容，催人奋进。他们是我们这个时代里，从国家到个体都引以为傲的精神丰碑。

从他们身上，有人读出了文明的传承。一个文明的民族，不仅要有经济的进步发展，也要有精神的高度和厚度，我们要做的不只是给文明以岁月，还要还岁月以文明。如此，便离不开对一个个心动瞬间的记录，对生活中温暖与感动的铭记与传承，在漫长的历史中始终回应着时代的价值渴求与信念坚守。学会铭记才有文明，有文明才有希望，精神的力量翻滚升腾，环抱着每个人的一举一动，便会传递着心灵的方向感与归属感。

感动中国是一扇窗口。十七年来，上百位年度人物用伟岸的身姿，奠定了精神丰碑最坚实的底座。更多的人则从感动中汲取力量，用精神之光点亮自己前行的路。公交车上让座的年轻人，为清洁工免费提供热水的热心店长，春晚小品中那个春节不回家，在车站为大家排忧解难的铁路警察……他们也许永远登不上“感动中国”的舞台，却在“行动中国”的大舞台上，用热心，用担当，用奉献，温暖了每一个平凡的瞬间。

一朵朵浪花汇成了时代的巨浪。获奖者终究有限，但精神的奖杯在所有观众手中传递。十三亿中国人，人人心里都燃着一团烈火，这团烈火越烧越旺，化做无穷无尽的力量，这是咱们的靠山，这是咱们永远幸福的保证!

**感动中国人物心得体会篇十三**

话说现代科学有两大支柱，一个是相对论，一个是量子力学。量子力学的黄金年代是上世纪的前30年。到了上世纪的40，50年代，量子力学日臻完善，连计算机之父约翰诺依曼这样的人物都不得不放弃研究量子力学，转投其他领域。

当时科学家们就发现，这么多的粒子基本可以分为两大类，一类是费米子，一类是玻色子。为了方便理解，我们就打一个比方，假如一个东西可以无限切分，切到最后切不下去时，就会剩下基础粒子，其中费米子可以理解成最小的“颗粒”，占据一定的体积，最基本的费米子有夸克，电子等。

而玻色子更像是胶水，通过传递“相互作用”把费米子聚合在一起。科学家发现，宇宙中一共存在着四种基本相互作用，分别是强相互作用、弱相互作用、引力相互作用和电磁相互作用。

其中，胶子可以传递强相互作用，w和z玻色子传递弱相互作用，光子可以传递电磁相互作用，还有一种被称为“上帝粒子”的希格斯玻色子可以赋予粒子质量。

在这个基础上，科学家们用“粒子”“相互作用”和“场”的概念，就把强相互作用、弱相互作用和电磁相互作用统一了起来，创立出了一个叫做“标准模型”的理论，这是相对论和量子力学之后的又一座理论物理高峰。

杨振宁和他当时的研究生助手米尔斯一起做出的杨米尔斯理论，就是“标准模型”的理论，解决了强力的机制问题，用杨米尔斯理论来强力的科学家一共有5位，这5位被分为2批授予了诺贝尔物理学奖。

不仅如此，杨振宁和李政道的“宇称不守恒”还帮助其他科学家指出了研究弱相互作用和电磁相互的一个新方向。于是，物理学家温伯格和格拉肖在杨米尔斯理论的基础上提出了弱电统一理论，实现了弱相互作用和电磁相互作用的统一。

客观地说，牛顿、麦克斯韦和爱因斯坦由于都曾凭借一人之力完成了一个核心理论的创立，因此他们应该属于独一档的存在，仅次于他们的是了量子力学和标准模型的奠基人们，他们是多人一起努力完成了一个核心理论的创立，而杨振宁就应该排在这一档，而且是排在靠前的位置。

持有这样观点的人有很多，其中也不乏科学家，比如：物理学家聂华桐就曾说过，我们常听到一些物理学家的名字像麦克斯韦、爱因斯坦，量子力学的海森堡、薛定谔和狄拉克。现在再要往下排的话，我想杨先生的名字就应该算在里面。

**感动中国人物心得体会篇十四**

曾经看过一篇文章，写道“赛场上的输赢，说到底是运动员实力的竞争，是国力的比拼。赛场上的裁判不公、规则漏洞，很难摧毁真正有实力的运动员;同样，偏见、责难甚至敌意，无法动摇一个大国的自信。唯有实力，真正决定胜败。战胜巴西队的时候，中国女排主教练郎平说：不要因为我们赢了一场，就谈女排精神，也要看到我们努力的过程。女排精神一直在，单靠精神不能赢球，还必须技术过硬。最终，是实力让女排姑娘一路披荆斩棘登上冠军领奖台，也让女排精神再次成为中国人的骄傲。”女排的气势，振兴了一个时代，也惊叹了整个世界。中国早已不是东亚病夫，而是一只昂然走向世界中央的雄狮。浓缩时代记忆的女排精神从那时起成为一种凝聚中国力量、振兴中华的精神支柱。

上个世纪八十年代，改革开放刚刚拉开帷幕，封闭已久的中国大门，向世界缓缓打开。那是一个中华民族争取“球籍”的年代，百废待兴，而又迷茫困惑，中国人需要精神偶像。关键时刻，中国女排带来了一场关键胜利。1981年年底，中国女排以亚洲冠军身份参加了在日本举行的第三届世界杯排球赛，7战7胜，首次夺得世界杯赛冠军。在今天回望上世纪八十年代，那是一个激情燃烧的年代，那是一个人人谈理想为荣的年代，那也是一个国人争先恐后用勤奋与智慧改变祖国面貌的年代，而中国女排用“五连冠”的佳绩，对各行各业的中国人起到了激励、感召和促进作用，为当时的改革开放注入了强大的精神动力。

时光流转，世事沧桑。30多年来，女排姑娘有过成功登顶的荣耀与辉煌，也有过跌入低谷的徘徊和迷茫。但“跌得有多深，反弹就有多强”，正如主教练郎平所言：“中国的女排精神与输赢无关，不是说赢了就有女排精神，输了就没有。要看到这些队员努力的过程。”坚守为国争光的梦想，永葆求新求变的精气神，不忘初心，与时俱进，用专业素养提升实力，以开放包容博采众长，靠苦干巧干赢得竞争，这是新时代女排精神的丰富内涵所在、持久魅力所在、深刻启迪所在，也正是新长征路上的中国人不畏艰险、奋力追上时代的底气所在、力量所在。

当前，我们国家正在为实现中华民族伟大复兴中国梦的道路上奋勇前进，“女排精神”正是我们民族、我们国家需要的正能量，时代虽然不同，但女排精神没有褪色，反而愈加闪光。35年来，女排精神总是与这个国家每个历史发展的节点相契合，女排的顽强拼搏是伟大民族精神的体现。“无论比分怎么样，大家从来没有放弃过。”赛场上的中国女排，将为他们的梦想继续拼搏;而奔向中华民族伟大复兴梦想的中国人，同样需要一代代人承前启后、继往开来。女排精神，既是一种体育精神，也是一种前行力量，能够激励我们朝着目标砥砺前进。每个人在各自的岗位。上都应该发扬“女排精神”，爱岗敬业、忠于职守、努力拼搏、多做贡献，让我们永远牢记有一种精神叫“中国女排\"。

走过战乱、贫穷、饥饿，新中国成立，中华民族走出积贫积弱的困局，走向社会主义现代化建设并向世界敞开怀抱。中国有了港口城市、建了经济特区，国家基础建设遍地开花，老百姓的温饱得到满足。改革开放的中国处处充满了生机活力。时代发展永不停歇。实现中华民族伟大复兴，是中华民族近代以来最伟大的梦想。因为有着中国梦的引领，因为坚持正确的道路不动摇，中国才得以日益繁荣，成为全球第二大经济体，祖国健儿才能在奥运会上尽情拼搏、超越自我。强盛的祖国产生强大的力量。正是因为背后有强大的祖国支持，女排精神的种子才有了生根发芽和成长所需要的坚实大地和肥沃土壤。今天，我们从未像现在这样如此接近中国梦，人们对精神的渴望和呼唤也从未如此强烈。中国梦成就了女排精神，中国梦的实现也需要女排精神。犹如一面旗帜，女排创造的奇迹，向世界证明了“中国人能行”，让世界见证了中国力量和中国精神，中国崛起势不可挡。

在今天，中国已进入改革攻坚阶段和深水区，前面路上充满激流险滩，每进一步，都要付出更大的努力。面对改革的复杂形势，许多人像中国女排在里约那样“一分一分咬牙顶”，但也有人迷茫，也有人退缩，还有人堕落……在今天，时代和人民对精神的渴望和呼唤，越来越清晰有力。今天，行进在实现中华民族伟大复兴的中国梦的新征程.上，我们更加需要继承和弘扬女排精神，团结起来、顽强拼搏，不忘初心、继续前进，去谱写一曲曲壮怀激情、不懈奋斗的新的华彩乐章。

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