# 2024“青春榜样”系列思政课心得体会范文精选五篇

来源：网络 作者：青灯古佛 更新时间：2024-10-12

*本期“青春榜样”系列思政课，邀请神舟十二号、神舟十三号载人飞行任务北京总调度高健，分享“北京明白”背后的故事，鼓励广大青年争做新时代的“青春榜样”。下面小编为大家精心整理了，仅供参考，希望对大家有所帮助。“青春榜样”系列思政课心得体会1提到...*

本期“青春榜样”系列思政课，邀请神舟十二号、神舟十三号载人飞行任务北京总调度高健，分享“北京明白”背后的故事，鼓励广大青年争做新时代的“青春榜样”。下面小编为大家精心整理了，仅供参考，希望对大家有所帮助。

**“青春榜样”系列思政课心得体会1**

提到高健，可能很多人不太清楚他是谁。但要说今年6月神舟十二号发射时，凭着在调度岗位上的一声声“北京明白”把自己送上热搜榜的“北京明白”，相信很多网友肯定都不陌生，甚至会说一句“原来是他呀”。

据高健讲，当时并不知道调度大厅里有直播，也不知道自己出圈了。“因为有保密管理要求，我们进入工作岗位时不准带手机。回到家，妻子告诉我，我才知道自己上了热搜。”高健坦言，这一切对于他来说非常意外。“但是前辈们告诉我大家并不是关注个人，而是调度岗位和航天事业。”

不少人看到高健资料中的“94年生人”都会表示吃惊，但曾参与过嫦娥四号、首长五B运载火箭首飞等任务的他，其实已经是一名“老兵”了。而神舟十二号发射任务，是高健第一次作为主岗担任北京总调度。

“这个任命并不意外。”高健表示，任务前期，他主要负责组织神舟系列任务的准备工作，且任务前答辩考核成绩比较理想。

总调度的任命是在神舟十二号发射任务执行前两周，调度组的组会上公布的。高健称，调度岗位除了负责整个飞控任务准备进程的计划管理、组织协调，还要对飞船的具体状态和庞大的地面系统有全面掌握，常常是白天和大家一起做任务准备工作，晚上还要加班充电学习知识。高健坦言，这其实是大部分航天人的常态。

很多人都曾问高健“北京明白”到底是什么意思。每到这时，高健便会解释道，“北京”代表了掌握各家信息的任务指挥所，而“明白”则是指我听清楚跟我说的什么，并知道下一步该怎么做。

高健表示，平日里，调度岗位最重要的是清楚状态、快速反应、口令准确。前辈无数次告诫，指令的规范性与正确性决定任务进程、影响任务成败。

据了解，在航天领域，许多优良习惯与精神都得到了传承。比如调度岗位，每次联调科目、训练科目结束之后，工作人员都会组织进行复盘总结。除了总结各个岗位的工作，每个人还会对今天的工作进行反思，总结对任务过程还有哪些不懂，常常在完成当日工作后再挑灯夜战把状态搞清楚。

相信付出终有回报。每次任务成功之后，大家的掌声和祝贺，就是对航天人最大的肯定。高健边笑着边说：“继承航天精神和航天事业是我们的使命和荣幸。祖国航天事业如今正迈着坚实的步伐大踏步向前走，我们必将继续发扬自力更生、艰苦奋斗的精神，永远为祖国航天事业站好一班又一班岗。”

**“青春榜样”系列思政课心得体会2**

青春，如诗如画的岁月，充满着多少对青春的渴望。

我们都曾经是单纯的孩子，我们希望永远这样单纯，如果可以选择，我们宁愿永远不懂那些从前不懂的事。孩童时期的我们都是无忧无虑的，但从我们拥有青春的那一刻就意味着我们要经历挫折，会有忧伤，会有许许多多的事接踵而来，需要我们一个个解决。

青春，它意味着我们这棵小树到了花开的季节，只有好好珍惜青春到花谢的时候才不至于后悔。它意味着我们不能再事事依赖父母;也意味着我们不再事事都被父母管制着了;它意味着我们可以穿自己喜欢的衣服;也意味着我们遇到事情必须自己解决。

青春，如花似锦的年华，凝聚着多少对未来的向往。

青春，是一个多梦的季节。青春期的我们总是对未来充满幻想与期待，总是天天都在计划着该怎样度过这个如花的季节;总是梦想着自己未来要怎么怎么样;青春，是一个多彩的季节。

青春期的我们充满着生气，在我们眼中世界总是那么美好，对周围的事物充满着好奇。在我们的心里没有事情是不可战胜的一切都是那么渺小。

青春，转眼即逝的岁月，意味着昨天已逝不可挽回。

青春里，我们哭过笑过，奋斗过气馁过，成功过失败过。但是这些最终使我们变得更加成熟稳重。昨天还在耳边呢喃的朋友，今天却目不转睛的盯着黑板;昨天还下课到处打闹的同桌，今天却已见不到那个打闹的背影;以前无话不谈的知己，现在却变的难以捉摸……

青春是一首永不言败的歌，叫《阳光总在风雨后》。青春是一本百读不厌的书，叫《坚持就是胜利》。

**“青春榜样”系列思政课心得体会3**

从古至今，中国都人才辈出。大家肯定或多或少都记住典型案例了，耳濡目染中，有些英雄事迹已经被熟知、记在学生的心里了

“神舟十三号”成功着陆，平安抵京，家属献花拥抱温馨动人，载人飞行任务取得圆满成功。翟志刚、王亚平、叶光富三位航天英雄返回了地球。而承担着迎接他们顺利返回的使命，沉稳冷静的“北京明白”，正是因为一句话，红了。

才28岁就担总调度的重任，从侧面也说明了他是多么优秀，用功程度也可想而知。在他很小的时候就有很强烈的担当意识，上学期间，若老师离开了教室，其他人遇到了问题，他都会给别人提供力所能及的帮助，从来不嫌麻烦也不会觉得事不关己。

初中生活是在外国语学院度过的，在老师眼里，他始终是一个全方面协调发展的三好学生。作为学生，搞好学习一定是首要任务，然后让除了学业完成的好，还发挥主观能动性替老师完成一些任务。

平时热爱打乒乓球，甚至到了痴迷的程度，差点因为它影响了自己的学业。但是老师及时将他拉回学习的正轨上，结果是中考以高分进入郑州外国语学校。

郑州外国语学校，能进入此门槛相当优秀了，可不仅如此，在学业方面，他总严格要求自己，都是尖子生。高考是决定着是否能进入更高层次学习，他顺利推荐至北京装备指挥学院。它负责输送高层人才，这样的报送机会，说明本身非常优秀。

北京时间2024年4月16日9时56分，神舟载人飞船凯旋更提升其知名度，网友纷纷表示有多佩服他很有为。

由于专注于事业，他并不知道这是什么意思。首次了解四个字还是下班了他夫人告诉的。短短四个字却掷地有声，充分显示了网友对他工作的肯定。正常而言任务重且年纪轻的人一般不会这么早结婚，但是却早早成家立业，即使这样，人们对他的追捧丝毫未减。

他和他夫人能走到今天，并不是因为被外表长相所吸引，更多是精神方面的。长得漂亮的人很多，但不代表对漂亮的人都有内心深处心动的感觉。让他们坚定在一起的原因更多的是灵魂层面的吸引。

高健和他的夫人是人们所羡慕的从校服到婚纱的浪漫爱情故事。他们上大学时就认识了，一直到走进婚姻的殿堂。除此之外。更让人震惊的是这对情侣经历了3年异地，此异地恋距离很长，一个在国外，一个在国内。但是距离并没有产生隔阂，却让她们感情更好。在学校时跟她取得联系，只能通过跨时打电话。

如此优秀的两个人就这样走到了一起，这其实也是意料之中。你若精彩，天自安排。若想要遇见你的白马王子，首先你自己就必须努力提升自己。他打小就属于那种别人家的小孩，成绩好、事业好、家庭也幸福美满。据报道，他现在是两个女孩子的爸爸了。

虽然压力比较大，任务比较紧张。但他仍然会挤出空闲给她们应该有的陪伴。例如带她们玩耍，给她们礼物。听着都很暖心，看了这样的故事又让人相信爱情了。

高健这样优秀的中国栋梁之才才是我们该追的星。春分过后，对追星发生了前所未有的变化。互联网时代的影响，青少年追星现象严重，偶像大都在娱乐圈。似乎使这种情况转变了，青年人的爱豆慢慢转变为为国争光的运动员们。这是一种很好趋势。

为什么要追星呢?目的在于希望也成为这样。比如有些人作为高健的粉丝，他们想像高健一样对社会有贡献。特别是高三学子，发现优秀的人才，把事迹记下来用于作文同时还需要视其为榜样，让自己更加完善。

少年强则国强，作为当代青年应该用于承担历史重任。希望我们每一个都能以史为鉴，汲取榜样的力量，通过现有的教育资源努力学习，提高素质，奉献社会。

**“青春榜样”系列思政课心得体会4**

夜静如水，雨淅淅沥沥的下着，飘进屋檐的雨丝，染湿了青春的扉页，风沿着我的睡意，袭入了我的梦中，吹散了青春二字，又支离破碎的呈现在清晨醒来的晨曦里。

时间太瘦，指缝太宽，它总是不经意的从我的指缝间溜走，伸手紧握，抓住的只是空气。在青春布满藤蔓的围墙上，缓慢的攀行，回头下望，是散落一地的音符，被记忆沉吟着辗过，又被风卷起。天高云淡，仅有几缕羽白的丝云，在天空中游走，把青春的沉淀塞进时间的罅隙，时间卷起所有太过纯净的美好，却平淡如白开水。

秋去的大雁划过长空，一道明媚的忧伤，割破空气，仿佛绸缎的撕裂，听的人心颤。青春随着大雁远行，俯视着抬头仰望还不懂什么是青春的我们，飞的很远很远，我们却漠然。当游离在青春摇摆不定的尾巴上时，想抓却抓不住，用力一扯，又是散落一地的音符，零零碎碎的，偶尔会闪过寂寞的长空，飘然在无际的苍穹。

当深夜盛开的烟花，绚丽的绽放完自己的丝丝温暖后，仅留下几颗闪烁的残星让我们深思。当深冬的寒风用力的撕扯你的青春，以往的种种，从时间的罅隙中抖出，幻化成洒落的花瓣，犹如蝴蝶般从记忆中飘出，碰落音符，阵阵清香萦绕着五线谱，旋律却在某一秒就已嘎然而止。游离在过往的时空，翻开承载了我们全部青春的书，沉重的，湿了你的眼，落下的泪水掉入时间的河流，也漾不出以往的涟漪。

上帝赐给我们一张纯白的纸，再让我们以美好修饰;已活力充实;以真诚升华;以真情呵护，每画上一笔都成了永恒，烙入了你的历史，无法重来。当白纸密密麻麻的被我们所画的音符填满了，再用时间的双手谱出来，青春的旋律悲欢交错，改写不了的音符在中间颤抖。

当记忆撞击你残垣断壁的青春时，天空溢出酸甜的雨，微笑吧，用微笑去面对，逝去的每一秒，都弥足珍贵。你会不厌其烦的驻足回头观望，但时间不会等你，它早已丢下你继续轰轰烈烈的往前跑，当你回味完后，身边又是别的一番风景。

转眼青春，逝去的一秒，零落的一个音符。

**“青春榜样”系列思政课心得体会5**

青春,一半明媚,一半忧伤.它是一本惊天地泣鬼神的着作,而我们却读的太匆忙.于不经意间,青春的书籍悄然合上,以至于我们要重新研读它时,却发现青春的字迹早已落满尘埃,模糊不清.

青春,在嘲笑着我们.它嘲笑我们不懂得珍惜,嘲笑我们的世俗,嘲笑我们的懦弱.我们或许有无奈,但在青春的准则下却容不得你为自己便解.我们只能看着它带着鄙夷的目光,在有生之年里离我们远去.

青春,如此美好.但这种美好,总是在我们的青春逝去的时候才会被我们发掘.我们会恍然大悟,噢,原来当初的时光寸寸皆金.青春的路上遍地黄金,而我们却走的太匆忙,忘了低头看看,脚下这边金灿灿的土地.

青春,令人寻味.花儿曾经在枝头绽放,美得让蝶流连,让人赞叹,但花儿知道,再美的生命也会有渐衰的容颜.同样,再美的青春也自有消失的一天.不禁感叹,既然青春终究会失去,又何必在乎曾经拥有呢?

我不解.

这个年代的青春,无法被发掘,无法被品味,无法被正值青春的孩子们深深地印在脑里,刻在心里.人们强调青春的美好,却忘了美好的青春若不细细品味,那与垂暮之年又有何分别呢?

处于青春的我们,早已被生活的枷锁牢牢的束缚起来.世俗的成规我们没有办法打破,我无能为力,只能选择沉默,选择屈服.习惯了从小到大的无形的竞争,每走一步都忐忑不安,崎岖的人生路,我们却要面带微笑的把它踩平.这就是人生.这就是命运.

就连我自己都开始习惯这一切,连自己内心的变化都没有改变.习惯了在天高气爽的日子里未雨绸缪,习惯了在青春的日子里没有青春.这个世界,多看一眼都不行.一个人走在街上,心却在千里之外.脚踩着片片落叶,发出“咔嚓咔嚓”的声响,对我来说,却如履薄冰.无处不在的竞争,我的心开始敏感,开始抽搐,生活中仿佛草木皆兵,我唯恐落后,害怕失败.因为落后了,失败了,就意味着自己会被这个社会淘汰.所以,为了所谓的前程,我们必须马不停蹄,必须争分夺秒,却忘记了,在我们的心底深处,曾有着这个时间最美好的词汇——青春.青春在我们的心底苦苦挣扎,然而却被遗落在世界的某个角落,只因我们都忘记了它.

压抑着的心无法释放,灵魂深处有又充斥着嫉妒的忧伤,这就是如今青春的注释.

青春,人们赋予了它太多美好的情感.但美好过后,终究只剩下割舍不掉的伤怀.看惯了繁花似锦,最后却害怕花的凋零.这就是可悲可怕之处.我不愿面对,也不敢.青春在时间的伴随下,匆匆溜走.我曾深深的思考,我的青春到底在何处?我的青春到底是何种美妙?但未曾留意过青春的我,却无从而知.我曾试图去抓住它,却发现自己的力量如此渺小,因为,我连它在哪里都不知道.这是的我,即滑稽,又可笑.

以上就是小编为大家整理的的相关内容，为大家带来最新学习资讯，了解更多相关资讯，请关注本站！

【2024“青春榜样”系列思政课心得体会范文精选五篇】相关推荐文章：

2024观看《弘扬铁人精神传承不朽力量》个人观后感精选五篇

2024开展安全生产万里行活动心得体会范文精选五篇

2024减轻灾害风险守护美好家园心得体会范文精选七篇

2024大型思政访谈《现在开讲》观后感心得体会精选五篇

2024青春正年华奋斗正当时心得体会范文精选五篇

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