

五四奖章表彰大会个人心得感悟 五四奖章个人心得和体会(大全16篇)

军训心得是在军事训练结束后，对自己在训练中的收获、成长和感悟进行整理和总结的文字，它可以帮助我们更好地认识自己的不足和努力方向。养成良好学习习惯，步步高升

五四奖章表彰大会个人心得感悟篇一

有人说，青春是一首歌，回荡着欢快、美妙的旋律。有人说青春是一幅画，饱含着瑰丽、浪漫的色彩。我说，青春是一团火，燃烧着奋斗的激情，诠释着人生的价值。

1919年的5月4日，为了驱逐黑暗、争取光明，为了祖国的独立和富强，一群意气风发的青年用热血和生命谱写了一曲最壮丽的青春之歌，绘就了一幅最宏伟的青春图画。如今，“五四”运动已作为光辉的一页载入了中华民族的史册。然而，“五四”绝不仅仅是一个历史事件，它更是一种精神，一种伟大的“五四”精神。在这种精神里，有着青年人实现自身价值的梦想和信念，有着青年人关注国家命运的责任和使命，有着青年人振兴民族大业的赤胆与忠心。

“五四运动”告诉我们，青年人要有正义感、更要有责任感；“五四精神”昭示我们，青年人要有爱国心，更要有进取心。我们的青春应该是飞扬的，我们的人生应该是激情的。因此，弘扬“五四精神”不应只停留在口号上，更要体现在实际行动上：在生活中，要注意行为规范，着装得体，展示青年人朝气蓬勃的精神风貌。在学习上，要刻苦钻研，勇于拼搏，彰显青年人“舍我其谁”的豪情壮志。

五四奖章表彰大会个人心得感悟篇二

新闻里，网络上，你们逆流而上，向着困难的方向奋然前行。

看着你们的背影，我心中涌出千言万语。在这里，我想给你们写封信。

千百年来，炎黄子孙面临了无数次大自然给予的考验，但总有一些平凡却有担当的同胞。不顾自身安危，奋力吹响警哨，提醒茫然的众人：凛冬已至。

时光不居，岁月如流，闭眼“非典”才刚刚结束，再睁眼“新冠”又如鼠潜入。我们看见了，千余名建设者鏖战十天十夜，“火神山”拔地而起；各方匿名人士慷慨解囊，物资化作温流潺潺流淌；国际支援让温暖跨过高山大洋，“山川异域，风月同天”！只要大家都站出来，武汉是可以共渡难关的，武汉本身就是一个很英雄的城市。纵使疫情风暴万般肆虐，荧烛点点终将使其土崩瓦解；纵使荧烛点点多么微小，千盏万盏终将聚成燎原之火！

新冠病毒在在人们喜迎新春佳节时悄然到来，张继先及时警觉，第一个敲响疫情的警钟，始终不渝的坚守在防疫战场。钟南山虽已至耄耋之年，依旧披上“战甲”，挺身而出，助大美江城共渡难关。大敌当前，无数英雄冲锋在前，在没有硝烟的战场上，是你们接力奋斗在平凡的故事中创造着伟大。

英雄，是不被定义的，没有人生来就是英雄。但是你们，在如此千钧一发之际挺身而出的你们，就是英雄。纵使你们再平凡，你们所拥有的那一颗伟大的心，使你们成为了自己的英雄，百姓的英雄，国家的英雄。

这种舍生忘我的责任意识与利济苍生的担当精神，我们会永远将它传承下去，它会成为根植于华夏儿女心中的文化基因。

你们挺身而出，你们逆流而上，你们保持善良和坦荡。越渺小的，越孤勇。越害怕时，越强大。跨越过时间，告别就是重逢的前篇。把爱当做武器，平凡之辈披上铠甲，哨声嘹亮，舍命相撑，像磐石一般坚硬。苍穹之下，纵有千古，却从未

有哪片土地比这里更桀骜，更滚烫，也没有哪儿的人，比这里更赤诚、更顽强。整整九百六十万平方公里的山川江河，一直在被守护，守护她的，从来都不是超人，是你们用血肉筑成的防线，是十四亿同根的家人。

五四奖章表彰大会个人心得感悟篇三

青年强则中华强，青年们肩负着时代的重任，承载着社会的期望，他们是家庭的顶梁支柱，是民族的未来之柱，更是国家的中流砥柱。

爱国主义是五四精神的源泉，尽管五四运动已经过去一百多年了，但爱国精神永远不会过时，我们时时刻刻都要热爱祖国，热爱人民。作为一名新时代青年，做到爱国就应该密切关注时事政策，不断学习新思想、新理论，提高个人修养，加强对国家方针政策、社会热点的了解。新时代青年要有担当、有本领、有理想，青年是国家的栋梁，国家的发展跟青年的成长息息相关。

脚踏实地地提高个人能力，积蓄经验和力量。青年工作者要树立工匠精神，做每一件事都要持之以恒、精益求精。平时要认真学习科学文化知识，加强文化底蕴，提高业务水平。创新能力和创新意识也十分重要，毕竟现在是知识经济时代，只有提高创新意识和创新能力，我们才能更好地在社会立足，也能更好地为人民服务，为社会服务。

新时代，新青年，我将不断奋斗，为祖国的建设添砖加瓦！

五四奖章表彰大会个人心得感悟篇四

五月四日，一个永远值得纪念的我们的节日。一九一九年的今天，北京学生游行示威，抗议巴黎和会承认日本接管德国侵占我国山东的各种特权的无理决定，这场运动的兴起，标

志着无产阶级作为独立的政治力量登上了历史舞台，可以这样说，“五四”的气质贯穿了整个时代，跨越了整个时代，成为了一个永恒的闪光点。

“五四”精神的真谛是爱国精神，他是一种对祖国对人民无限赤诚，对历史，对社会勇于奉献的精神。今天，历史让我们生活在了一个气势磅礴，中华民族走向伟大复兴的时代，毫无疑问，我们将接受历史的选择，高举“五四”的旗帜，以务实的作风，建设的态度，满腔的热情投入到伟大的事业中去。

无数个白天黑夜，我远离了喧嚣人群，告别了灯红酒绿，拥向那灯火阑珊处。我自与那清风白云做伴，在知识的海洋中赢取那心花的海阔天空，多少个宁静的夜晚，我安于寂寞，笔耕不辍。有时，为了备好一堂课，我认真钻研教材好几遍；有时，为了准备一篇材料，我翻阅大量书籍，不断学习新知，提升教育理念；有时，为了完成学校交给的重要任务，我放弃休息天加班加点，在漫漫的求所去执着的进取中，我成长着，也成熟着。

昨夜微霜的渡河，今晨秋风凋青丝，每一项新的工作，对我来讲都是一项挑战。

五四奖章表彰大会个人心得感悟篇五

五四运动，__年的奋斗征程，__的光辉岁月。

__年前，我们在天安门广场外高举“外争主权，内惩国贼”的旗帜；而今，我们在天崩地裂中高呼“众志成城，抗争救灾”。

__年过去了，时代与环境都发生了很大的改变，但五四精神依存，仍然是引导我们前进的强大力量。因为在这__年间，五四精神不断的被赋予新的内涵。

历史将铭记1920年5月4日，那一天广大爱国青年的觉醒与团结促成历史上重要的转折——五四运动，他们发扬了反帝反封建的爱国主义精神，他们掀起一场声势浩大爱国运动。这场运动，拉开了中国新民主主义革命的序幕，中国历史由此迈入新的历程。

蔡元培先生为振兴中华培养了一批批英才提倡“思想自由”“兼容并包”而使北京大学群贤毕至，精英荟萃，成为了新文化思想的传播中心。陈独秀创办了“新文化运动”中最具影响力的刊物《新青年》，李大钊则以笔做枪的前驱，成为了新文化运动的组织者，而傅斯年、罗家伦、段锡朋、许德珩、张国焘等则成为了这场运动中的中坚力量……他们的身上无时无刻不体现着那个时代所代表的爱国主义。

“少年强，则国家强”。五四运动以来__年的历史、新中国成立以来__年的历史、改革开放以来40年的历史无不充分表明，青年确实是我国社会中最积极、最活跃、最有生气的一支力量！祖国为有这样的青年而骄傲，党和人民为有这样的青年而自豪！

我们仍记得20__年夏天非典型肺炎铺天盖地袭来，夺取了许多人的性命，而为了能够采集到sars病毒的样本，胡志红获得国外病毒学博士学位后，毅然谢绝了加拿大众单位提出的博士后邀请，义无反顾地回到祖国投身于抗击非典的行动中，被大家亲切的称为“与病毒较量的女科学家”的她，无数起得冒着被传染的危险多次往返于疫情高发区，潜心研究疫苗，筛选抗病毒的药物。

胡志红凭借着在抗击非典时的特出贡献，成为了中国青年五四奖章的获得者。在国家有难的时候，胡志红发挥出科研人员的力量，为国家为百姓做贡献。她的所作所为，是一种责任意识 and 爱国精神的体现，更是一种对“五四精神”的最好解读。

在20_年——中国多灾多难的一年，我们更能从中看到广大青年的爱国情怀！在汶川大地震发生之后，曾经的天府之国在瞬间变得满目疮痍，生灵涂炭。这巨大的灾难，吹响了抗争救灾的集结号。成千上万的救援大军从四面八方奔涌到灾区，然而，除了官方的救援以外，还有这么一个庞大的队伍，成为了汶川的地震后重要的救援力量。他们或无怨无悔地奔走在救灾的前线，或默默无闻的在后方奉献着自己的力量。但是，他们都有一个共同的名字：青年志愿者。

在其后的北京奥运会中，志愿者们更加充分表现了他们的力量，有媒体曾经这样评论志愿者的作用：“170万志愿者是奠定北京奥运会成功的基石。”他们身上散发着的不再仅仅是无私的奉献精神，更是高度的社会责任感，忧国忧民的爱国心。

纪念历史的最大意义在于汲取与反思。五四运动已经过去__年了，我们纪念五四运动，于是我们应该从中批判的继承与发展五四精神。当年，我们为了民族的独立于解放而抗争；而今天，我们则是为了中华民族的兴旺发达而奋斗。在这个高举“科学发展观”“构建和谐社会”的时代下，中国正慢慢的强大起来，但我们仍然要借鉴前人的宝贵经验，发扬以爱国主义为核心的民族主义精神，树立正确的价值观，不断的解放思想，勇于探索，敢于追求真理，追寻时代的潮流，把握时代的命脉地进行创新。

对五四价值的丈量，可是看做是现实的一种映射。五四运动作为一个时间点，__年的距离也许带给我们渐行渐远的感觉，但是其揭示的自由、平等、民主、科学的观念，是足以勾画出一幅当代中国公民社会的精神蓝图。

让我们一起接受五四精神的传承，让我们的青春在新时代的光芒下绽放美丽的色彩！

五四奖章表彰大会个人心得感悟篇六

交汇点讯 4月20日，第24届“中国青年五四奖章”抗疫追授个人(共33人)名单公布。其中，江苏公安机关民警位洪明、徐昊，辅警时席席、袁剑雄、章良志被追授“中国青年五四奖章”。

时席席

男，汉族，1990年8月出生，中专学历，生前为江苏省徐州市铜山区公安局巡特警大队辅警。他忠诚履职、爱岗敬业，辛勤工作、甘于奉献，协助民警抓获网上在逃人员10余人，通过巡逻盘查抓获各类违法人员20余人，帮助求助群众50余次。新冠肺炎疫情防控工作开展以来，他主动请战，连续20天坚持在疫情防控一线，不顾个人安危，恪尽职守。20__年2月11日，备勤期间突发心梗，经抢救无效因公殉职，年仅30岁。

位洪明

男，汉族，1985年7月出生，中共党员，硕士研究生学历，生前为江苏省太仓市公安局浏河派出所三级警长。曾荣立个人三等功1次。他在写下“守土有责，守土担责，我是党员，我先上”的誓言后，连续20多天奔走在人员监测检查、疫情严重地区人员排摸走访、人员聚集场所清理管控和涉疫警情处置、案件办理的一线。20__年2月20日，在工作岗位突然晕倒，经抢救无效因公殉职，年仅34岁。

袁剑雄

男，汉族，1986年10月出生，本科学历，生前为江苏省南京市公安局高淳分局淳溪派出所辅警。他15年如一日坚守本职，先后在夜班巡逻、留置室看管、社区辅警等多个辅警岗位上工作，为人忠厚老实，工作主动认真。新冠肺炎疫情暴发后，他连续18天坚守抗疫第一线，协助民警深入辖区开展企业排

查、防疫宣传、隔离管控等工作。20__年2月14日，因过度疲劳突发急性心肌梗死、心源性休克，经抢救无效去世，年仅34岁。

徐昊

男，汉族，1993年10月出生，共青团员，本科学历，生前为江苏省南京市公安局行政审批服务处网络政务科一级警员。在警务站工作期间，他始终奋战在打击犯罪、为民服务的第一线，3年值守了270个大夜班，累计加班3千余小时、接处警2千余起，救助群众956人次。疫情防控期间，南京公安“微警务”线上咨询和办理量激增，他承担了大量任务，经常工作到深夜。20__年3月7日，他突发疾病不幸去世，年仅26岁。

章良志

男，汉族，1994年5月出生，共青团员，中专学历，生前为江苏省徐州市沛县公安局五段派出所辅警。20__年末，在全省公共安全专项整治行动中，他配合社区民警对辖区20家重点企业、315家重点场所部位进行登记排查，无一遗漏，及时消除安全隐患。随着疫情防控升级，章良志又到辖区临时卡口执勤，经常忙到晚上十一点。20__年2月1日，连续工作在疫情防控第一线的他突感身体不适，经抢救无效去世，年仅26岁。

五四奖章表彰大会个人心得感悟篇七

每年的5月4日是我国的一个重要纪念日，____年前的这天，北平一群热血青年学生为了驱逐黑暗、争取光明，为了国家的独立和富强，组织了一场轰轰烈烈的爱国运动，他们用热血和生命谱写了一曲最壮丽的青春之歌，绘就了一幅最宏伟的青春图画。这就是我们所熟知的“五四运动”！

由五四运动而产生的五四精神是每一位青年人都要学习的，那么什么是五四精神？五四精神作为五四运动的主导精神，是忧国忧民、热爱祖国、积极创新、探索科学的爱国主义精神。它在不同时代里又有不同的表现方式，在过去它是不妥协的反帝反封建爱国精神；在今天，它是为了国家繁荣而积极进取的奋斗精神，我们每一位华夏子孙都要以五四精神为荣！

我们学习和弘扬五四精神主要表现在爱国、进步、民主和科学这几个方面。爱国与进步，是五四精神的基础和源泉，作为生活在新中国的人们，我们更应该懂得爱国的含义；学到老活到老，追求进步是我们每个人一生都在做的事情。民主是一个国家和谐有序，健康发展的条件；科学则能指引着我国找到真正的发展之路。

在这个和平年代里，信息科技发达，许多青年学生们都沉浸在网络世界里，他们把大部分的时间精力用在了电子游戏上，无心学习。这种行为无疑是在浪费青春。我们的青春应该过得更有意义，青年时代我们人生中大有可为、大有作为的时候，是“长江后浪推前浪”的历史规律，也是“一代更比一代强”的青春责任。我们要在青年时代为自己将来的人生做好规划，确立将来的奋斗目标，应该多读书，多看看真实的世界。

梁启超曾说：“少年智则国智，少年富则国富；少年强则国强，少年独立则国独立；少年自由则国自由；少年进步则国进步；少年胜于欧洲，则国胜于欧洲；少年雄于地球，则国雄于地球。”我们作为新时代的青年，时时刻刻告诫自己，我是青年，我要为国家奋斗，我为国家骄傲。

五四运动树立了一座推动中国历史进步的丰碑，孕育了伟大的五四精神，我们要继续学习弘扬这种精神，为祖国的发展贡献自己的一份力量！

五四奖章表彰大会个人心得感悟篇八

1919年5月4日，一群热血青年在北京掀起了一场声势浩荡的爱国运动。五四爱国运动中的“五四”精神，鼓励着一代又一代的年轻人参加到爱国行动中，用青春和汗水谱写绚丽的历史篇章。

今年是五四运动102周年，为了纪念五四运动、发扬五四精神，我们单位组织了一系列活动，让全体员工学习优秀青年事迹，从他们的事迹中悟出五四精神，并将五四精神融入生活的方方面面，实现中华民族宏大复兴的中国梦而不断努力。

五四精神是我们国家的珍贵精神财宝。当前，国内外形势冗杂多变，这既是挑战也是机遇。五四运动虽然已经过去上百年，但五四精神永不过时。“青年兴那么国家兴，青年强那么国家强。”我们是新时代的有志青年，要连续弘扬五四精神，要勇于担当，主动挑起大梁，为社会主义事业奉献力气。

弘扬“五四”精神，首先要树立远大抱负。抱负是指路明灯，指引着我们前进的方向。各种理论证明，青年抱负的实现与国家前途和民族的命运紧紧相连。“少年强那么国强”，作为国家的花朵、民族的盼望，青年人应当树立远大抱负，要心系国家、心系民族，在实现中国梦的宏大理论中实现人生价值。

弘扬“五四”精神，要进步个人本事。青年树立了抱负后，就要想方法进步个人力量，只有当个人力量足够强大时，我们的抱负才更简单实现，才能更好为国家效力。学习是青年提升个人力量的重要方法，学习不能得过且过，要将学习当作一种责任，这是个人需要也是时代需求。学习的途径多种多样，可以向书本学习，读原著、学理论、悟原理，积累更多科学文化学问。向群众学习，从群众中来又到群众中去，实在增加为民效劳意识，这是建立和谐社会的必经之路。

弘扬“五四”精神，要提升实干本事。我们要勇领先锋，做时代的弄潮儿。新时代布满机遇和挑战，青年人光有爱国热情是不够的，要时刻紧跟时代步伐，敢于行动，勇于创新，将爱国热情转化为报效祖国、效劳社会的实际行动中，争做新时代的先行者。对于理论学问，要坚持学以致用，将理论学问落实到工作的方方面面，为社会主义现代化建立添砖加瓦。

五四奖章表彰大会个人心得感悟篇九

一段峥嵘岁月，化为起伏变化错落的历史光影，如风景在身边闪动。

你以无悔的青春翻开了时代的篇章，你以无悔的青春塑造了不屈的历史，你以无悔的青春传承了闪亮的五四精神。

青春，是一曲动人的旋律。无悔，是因为它歌唱祖国，歌唱信念，歌唱理想，歌唱自由。

五四青年，当你的事迹镌刻在中华民族争取自由和解放的丰碑上，就注定了责任与使命的代代传承。

我以为青春易逝，循望它的踪迹，革命年代，它在战场上的鲜血里流淌，和平年代，它在开拓创新的事业中飞扬。原来青春不灭，哪里有需要，哪里就要准备奉献的青春。

是谁在祖国的边疆上坚定的驻守？是谁在雪灾中修路扫雪，维持治安，日以继夜？是谁在汶川地震中不顾生命安全向受灾的同胞伸出援手？在那些晃动的身影中，我看到闪亮的青春。这些，不正是五四精神的缩影吗？不求扬名，只为奉献。

成长的道路或许曲折，但我们用博大来释怀忧愁，用无私来获取快乐。信念是青春的指路灯，理想是青春的导航标。

没有信念的青春是迷茫的，没有理想的青春是空虚的，没有奋斗的青春是毫无意义的，作为当代的青年人，理应承担起振兴祖国，繁荣民族的职责，而唯有充实的自己，才能贡献更有价值的青春。所以一腔热血不是纸上空谈，行动，才是实现自我价值的体现。

人生的五月，我们乘风破浪，人生的五月，我们展翅翱翔。我用青春描绘时代的画卷，我用青春唱响时代的旋律，我用青春扬起时代的风帆。奉献，是我无悔的青春。

五四奖章表彰大会个人心得感悟篇十

你们知道五四运动发生在什么时候吗？就在1919年5月，中国热血青年作为一支新生的社会力量登上历史舞台，掀起了伟大的五四爱国主义运动。一百多个春秋过去了，以爱国主义、振兴中华为核心的五四精神一直激励中国青年去争取实现祖国繁荣富强、民族伟大复兴。不知在什么时候五四精神已经升华为爱国主义的一种体现，在不同的历史环境中，其主旨各不相同。五四时期，爱国主义集中表现为救亡图存；新中国成立后，表现为报效国家的拳拳之心；拨乱反正时期，表现为对真理的追求、对国家未来命运的关切。那么，在今天爱国主义的新内涵又是什么呢？

梁启超曾说过：“少年智则国智，少年富则国富，少年强则国强，少年独立则国独立，少年自由则国自由，少年进步则国进步，少年胜于欧洲，则国胜于欧洲，少年雄于地球，则国雄于地球。”在高速发展的今天，作为学生的我们应该清楚地认识到，想要报效祖国就要努力学习，努力学习就是学生爱国最重要的一种体现。其实，学好习并非易事，想要学好习首先要敢想，想后要敢做，做后要敢于坚持。

说到敢想，就不得不提到我们学校赫赫有名的“一本班”，每天都在喊着“我要上一本。”我想当初一定有很多同学都满怀信心走进高中校园，可是现实总是很骨感，把我们打

磨的连想的勇气都没有了，其实，我们都忘记了一个道理，那就是不到最后一刻就永远不要放弃，我们应该捡起梦想先看。

敢想之后便是敢做，泰山不是垒的，学问不是吹的。天不言自高，地不语自厚。一个人要是仅仅喊空头口号，终究会是一事无成。前面便说过学习非易事，它就像是一座险峻的山，如果你被它的险峻所吓住不敢攀登，就永远也别想有“一览众山小”的感觉。也许当你迈出第一步时，你就会觉得迈出第一步其实不难。

经历了敢想、敢做最后便是敢于坚持，“坚持就是胜利”。的确，同学们伸出我们的，用手摸摸我们的胸口，听听自己心的声音，你是否也知道“不经一番彻骨寒，怎得梅花扑鼻香。”知道“吃得苦中苦，方为人上人。”既然知道，那为什么没能坚持？那是因为前方的路太长看不到头。“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。”古往今来又有哪条路好走呢？既然开始了就义无反顾的走下去吧。

让我们怀揣着坚持，怀揣着新时代的五四精神走向祖国的未来，传承下去让五四之火永远熊熊燃烧在华夏大地。

五四奖章表彰大会个人心得感悟篇十一

“我是中国女排的队长，我是代表这个团结奋斗的集体来接受这项殊荣的。”获颁“中国青年五四奖章”的朱婷，昨天如是说。在五四青年节来临之际，共青团中央、全国青联共同颁授第24届“中国青年五四奖章”，表彰青年中的优秀典型和模范代表。在今年获奖的60名优秀青年人中，中国女排队长朱婷和20__年索契冬奥会速度滑冰冠军张虹是体育领域的代表人物。值得一提的是，朱婷是有史以来第一位获得该奖章的现役排球运动员。

掐指算来，自20__年至今，朱婷已在国家队效力了7年，在这7年间，中国女排从来没有跌出“三大赛”（奥运会、世锦赛、世界杯）前三名，这一成就只有上世纪80年代“五连冠”时期的老女排做到过。得知朱婷获奖，球迷在网络上纷纷点赞，在大家看来，朱婷无愧于中国女排现役第一人的称号。有球迷表示：“朱婷太棒了，是青年人的楷模，荣获这个大奖也是实至名归！”也有人说：“朱婷的拼搏精神，给年轻一辈做出了好榜样，祝贺朱婷！”

组委会在官方评语中写道：朱婷担当起了中国女排的“定海神针”。对此，朱婷这么看待：“说我是‘定海神针’，我当然非常开心。不过排球是个集体项目，我能一锤定音，离不开队友之间配合，所以我更想说，这是大家一起努力，互相成就的结果。”

获奖之后，朱婷第一时间提到恩师郎平。在郎平麾下，她时刻感受到团队的力量。“郎导多次跟我说，我们都是离不开团队的人。”朱婷的人气，是她用多年来努力换来的，也是她和所有队友、教练员以及广大排球从业者和球迷共同努力得来的。朱婷自己也说：“我的成长和进步离不开集体的培养，能有今天的成绩是沾了排球的光，我希望能带动更多年轻人享受体育的乐趣。”

体育具有榜样的力量，朱婷认为，自己获得荣誉的同时，应当担负起当代体育健儿的社会责任。无论是比赛和训练，她一直在思考，应该如何看待困难甚至是绝境，又要用什么样的心态和气魄，变不可能为可能。“我认为，这个过程中的一举一动，都能很好地带动关注和支持我们的年轻人。我们能做到重压之下无惧色，越挫越勇，永不放弃，就会有更多的中国青年相信努力的价值和坚持的意义。”

受疫情影响，中国女排目前一直在封闭集训中。没有热身赛，也没有同外界交流，更没有往日诸多关注的目光。朱婷透露，自己常常会想到在抗疫前线工作的医护人员们。“在抗疫

的大背景下完成训练，确实需要克服很多困难。但是，想想在一线奋战的医护人员，想想那些默默奉献甚至牺牲的人，我们这点困难根本算不上什么。郎导常常鼓励我们，在不同的战线，大家要一起努力。”

“走下领奖台，一切从零开始”是中国女排训练基地里的横幅，朱婷也一直用这句话勉励自己。如今，随着东京奥运会延期一年举行，中国女排的备战周期拉长了。朱婷第一次公开谈及自己对此的感受，“最重要的是，耐得住寂寞。”谁能在危机中抓住机遇，谁就将是最后的胜利者。朱婷的信念很坚定。

五四奖章表彰大会个人心得感悟篇十二

据中国青年报4月20日消息，第24届“中国青年五四奖章”抗疫追授个人(共33人)名单公布，山东3人入选。其中，泰安李弦、贾庆臣2人入选。包含在列的还有李医生、夏思思等人。

英雄浩气千秋在

勇士忠魂万古存

泰安民警李弦：

倒在岗位上的那天，是他母亲的生日

1月21日12时18分许，时值新型冠状病毒感染的肺炎疫情防控期间，泰安市公安局泰山分局网络安全保卫大队侦查中队指导员李弦，在加班开展有关违法案件网络侦查工作时，突发脑溢血倒在了工作岗位上，经全力抢救无效，不幸牺牲，年仅37岁。李弦曾荣立个人三等功1次、被嘉奖6次，多次被评为市、区优秀公务员和先进个人。21日，是李弦倒下的日子，也是他母亲的生日。

近日，国务委员、公安部部长赵克志签署命令，追授山东省泰安市公安局泰山分局中队指导员李弦在内的5名牺牲在新型冠状病毒感染的肺炎疫情防控一线的公安民警“全国公安系统二级英雄模范称号”。

最后一天

1月21日12时18分左右，正在办公室值班的李弦突感身体不适。

连日来，头疼将他折磨得不轻，药吃下去也不见好。

他忍着疼痛对同事刘兴南说了句“我不行了”，整个人就倒在了沙发上。刘兴南当时坐在工位上，听见他说的话之后赶紧站起来，短短两秒钟，奔走过来的刘兴南发现，李弦已经处于没有意识的状态了。

“快打120！”同事们一边进行急救，一边向120求救，李弦很快被送到了医院。

遗憾的是，虽然医生们全力抢救，但是最终还是没有挽留住他的生命。事发突然，但是并不是完全没有预兆。

同事吴淑丽回忆：就在3天前，刚刚出差回来的李弦，就觉得头疼，“我就说你看你的头发，挠得跟鸡窝似的！”吴淑丽说，李弦告诉她，自己最近有点头疼，状态不大好。

但是对于吴淑丽劝他回家休息，李弦却说自己没事，可能就是要感冒了，睡一觉就好了。

只是，没人想到，这一睡，就是永远……

五四奖章表彰大会个人心得感悟篇十三

在五四青年节来临之际，共青团中央、全国青联共同颁授

第24届“中国青年五四奖章”，表彰青年中的优秀典型和模范代表。其中，张虹、秦世俊等60名同志荣获第24届“中国青年五四奖章”，哈工大紫丁香学生微纳卫星团队等34个青年集体荣获第24届“中国青年五四奖章集体”，王春天等34名同志被追授第24届“中国青年五四奖章”。

张虹，现任哈尔滨工业大学体育部副教授，国际奥委会委员、中国奥委会执委、20__北京冬奥组委委员。她刻苦训练、不畏困难，不断提升技术水平和运动成绩，在速度滑冰运动项目上取得卓著成绩。曾获20__年索契冬奥会速度滑冰女子1000米冠军，实现中国冬奥会速滑金牌零的突破。她是20__年北京冬奥会申奥大使，为我国体育事业进步、体育形象宣传发挥了重要作用。

秦世俊，现任航空工业哈尔滨飞机工业集团有限公司数控铣工，航空工业首席技能专家。他刻苦钻研技术，参与z□ec□yf系列机型生产加工及新机型c919□ag600零部件科研任务等公司重大项目，累计自制工装夹具400多套，实现715项重大攻关课题技术创新，保障了亚丁湾护航、国庆阅兵、多次科考护航等重要项目。

作为一个多学科交叉的学生团队，哈尔滨工业大学紫丁香学生微纳卫星团队成立9年来，始终坚持“把梦做上天”，已研制和发射了“紫丁香一号”“紫丁香二号”卫星，参与研制了“龙江”探月微卫星、“珠海一号”星座和新技术实验卫星e星。其中，“紫丁香二号”是全国首个由大学生自主设计、研制、管控的微纳卫星；“龙江二号”是世界上第一个独立完成地月转移、近月制动、环月飞行的微卫星。团队成员使用自主研发的微型cmos相机拍摄的地月照片，被誉为“最美地月合影”，受到国际关注。

疫情防控工作开展以来，齐齐哈尔市公安局铁锋分局新工地派出所代理副所长、四级警长王春天深入辖区开展疫情防控宣传、预防、排查工作，核查人员信息4000余条，跑遍辖

区180多家商户，连续20多天奋战在防控一线。2月11日下午，他在完成小区封控工作中突发心脏病昏倒在岗位上，经抢救无效，以身殉职，年仅32岁。

“中国青年五四奖章”是共青团中央、全国青联授予中国优秀青年的最高荣誉，旨在树立政治进步、品德高尚、贡献突出的优秀青年典型，反映当代青年的精神品格和价值追求。

五四奖章表彰大会个人心得感悟篇十四

昔日先人，梁启超先生曾说：“今日之责任，不在他人，而全在我少年。

少年智则国智，少年富则国富；

少年强则国强，少年独立则国独立；

少年自由则国自由，少年进步则国进步；

少年胜于欧洲则国胜于欧洲，少年雄于地球则国雄于地球。”

我们是祖国的花朵，更是祖国未来的栋梁。少年是国之希望，强国之本在于少年。

时间如同白驹过隙，分秒必争，每时每刻我们总在与时间赛跑。今天不知不觉又到了五四青年节，我的心中感慨万千。

每一天我们朝气蓬勃，与时间赛跑，看着日出月落，活在当下，我们茁壮成长。

我们是祖国的花朵，老师就像花匠一样，呵护着我们的成长。父母都对我们充满关爱，让我们走温室中躲避风雨，享受着温和的雨露滋润。而我们更是祖国的未来。

“明日复明日，明日何其多？”曾经埋怨我们长得太小，渴望长大。可在不知不觉之间，我们已经茁壮成长成为青少年。而我的内心却还没有做好准备。

如今我们活在自己的花季，享受着属于自己的健壮体魄。学习着别人梦寐以求的知识，感受着来自祖国的关怀。

在五四青年节这天，我的心中五味杂陈。长大意味着烦恼增加，意味着责任的变多。享受权利的时刻，我们要肩负的责任。

但我不会退缩，更不会畏惧。“天将降大任，于是人也必先劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为。”宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。不经历风雨，怎能见彩虹？作为青少年，作为祖国的未来。我们肩上扛着国之重任，让我们中华民族屹立于世界民族之林巅峰。

面对眼前的重重困难，心里的各种落魄，在此时此刻却豁然开朗，心念通达。

作为青少年的我们，将在未来披荆斩棘，乘风破浪，往直前，肩负起我们应该承担的责任。

五四奖章表彰大会个人心得感悟篇十五

翻开世界地图，七大洲，四大洋一起收入我们的眼底。中国象一个巨人，屹立在世界的东方！太平洋的海风徐徐吹拂着她的黑发。古老而文明的历史让她显现出分外的娇美和妖娆！如果要问：在这个世界上，你最爱什么地方？我会毫不犹豫地回答：我爱我的祖国！她有幅员辽阔的疆土，美丽富饶的山河，勤劳勇敢的人民，文明发达的历史，可歌可泣的革命传统。

祖国的伟大与可爱，我们说不完，道不尽。我们热爱祖国，赞美祖国，因为祖国就是我们的母亲。

母亲的苦难，母亲的辛劳，母亲的幸福，多少中华儿女为之悲伤，为之慨叹，为之激动，为之抗争！

五月四日，一个永远值得纪念的我们的节日。一九一九年的今天，北京学生游行示威，抗议巴黎和会承认日本接管德国侵占我国山东的各种特权的无理决定，这场运动的兴起，标志着无产阶级作为独立的政治力量登上了历史舞台，可以这样说，“五四”的气质贯穿了整个时代，跨越了整个时代，成为了一个永恒的闪光点。

“五四”精神的真谛是爱国精神，他是一种对祖国对人民无限赤诚，对历史，对社会勇于奉献的精神。今天，历史让我们生活在了一个气势磅礴，中华民族走向伟大复兴的时代，毫无疑问，我们将接受历史的选择，高举“五四”的旗帜，以务实的作风，建设的态度，满腔的热情投入到伟大的事业中去。

无数个白天黑夜，我远离了喧嚣人群，告别了灯红酒绿，拥向那灯火阑珊处。我自与那清风白云做伴，在知识的海洋中赢取那心花的海阔天空，多少个宁静的夜晚，我安于寂寞，笔耕不辍。有时，为了备好一堂课，我认真钻研教材好几遍；有时，为了准备一篇材料，我翻阅大量书籍，不断学习新知，提升教育理念；有时，为了完成学校交给的重要任务，我放弃休息天加班加点，在漫漫的求所去执着的进取中，我成长着，也成熟着。

昨夜微霜的渡河，今晨秋风凋青丝，每一项新的工作，对我来讲都是一项挑战。

五四奖章表彰大会个人心得感悟篇十六

岁月时光总是匆匆忙忙，转眼间我们迎来了五月美好的季节，而每年的五月四号里是我国历史上一次伟大的青少年爱国运动，这场运动激励了全国青少年热爱祖国的心，早在1919年，

中国热血青年作为一支新生的社会力量登上历史舞台，伟大的五四爱国主义运动就此诞生了，我们作为新一代的青年人应该继承这种五四精神。

岁月在成长，时代在进步，作为新一代的青少年，我们应该弘扬、继承五四精神是我们每一个人应有的使命，所谓的五四爱国运动是指在历史上有这么一群青少年为了保家卫国，捍卫祖国的尊严，由青年为核心主导的一次爱国运动。而天下兴亡，匹夫有责。是我们当代青少年应有的使命，只有脚踏实地的奋斗，才能担负起社会责任和时代责任。科学的实质则是理性的精神、科学的思维、在于实事求是的态度。当今的社会是一个高速发展的年代，随着时代的发展青年人也发生了改变，但唯独没变的依旧是青年肩上承担的民族复兴的重任仍然没有变。同时心中那份爱国精神时刻铭记在心里，也正因为有这一份爱国的精神使得我们青年一代越来越强大，正所谓是少年强则祖国强，青少年是祖国未来的花朵，我们要时时刻刻的不忘初心，牢记使命，做一个有正直的青少年。进而让五四精神储存在每一个年轻人的心中，牢固树立正确的世界观、人生观、价值观，要弘扬五四精神，同时也要为祖国的事业奋斗一生，可以把个人成长史融入祖国富强、人民幸福的伟大事业之中，让青春的光彩在中华民族伟大复兴中绽放光彩。

2021年我们的祖国已经进入了一个新的历史时期，振兴中华的责任，殊不知还是落在了当代的青年肩膀上，五四精神早已是一代传一代了，这种精神文明之火将是永不灭的，所以作为中华的子民们，弘扬五四爱国精神是我们每个人应尽的使命。在弘扬五四爱国的精神同时，我们也要不断的去学习创新就，因为在这个高速发展的新时代里，只有创新精神我们才能不断往上攀爬，所以作为青年我们要有担当，从现在开始，从身边的一点一滴小事做起，让我们青少年在未来道路上不断变得越来越大吧。

我们要继续弘扬五四爱国那种精神，将这份火苗永远的传承

下去，要做到团结进取，开拓创新。为祖国的未来发展道路上贡献出自己的一份力量。

中国青年五四奖章个人学习心得四