

最新央视榜样心得(大全17篇)

学习心得是我对学习过程中的感悟和体会的记录和总结，有助于培养自己的学习兴趣和动力。接下来是一些学员撰写的培训心得，希望能给大家在写作方面提供一些帮助。

央视榜样心得篇一

在所有中国人的心里，注定是一个永生难忘的记忆。新型冠状病毒的肆虐，让辞旧迎新的钟声更加沉重，人们脸上的那一个个口罩，让这个春节倍感冷清。

这个冬天，梅花依然宁静地开放；这个冬天，蓝天依旧明净如洗；这个冬天的武汉却非常艰难，全国人民却非常艰难。在这特殊的日子里，我们谨遵医嘱，静静地待在家中。我们为武汉忧心忡忡，我们为治愈病例的增多而感到高兴，为武汉的人们牵肠挂肚。

与此同时，有一群人，他们正冲在前方，用自己的平凡之躯为身后的亿万中国人筑起防护的堡垒，他们舍小家为大家，不眠不休，战斗在这场没有硝烟的战场上的最前沿。他们是来自全国各地的最美逆行者，他们是新时代的最美先锋人物，他们是可亲可敬的白衣天使。

在这群人当中，有一位84岁的老院士，叫钟南山，17年前，这位老院士奋斗在抗非的最前线上，为抗击非典立下了汗马功劳。17年后的今天他临危受命，搭上前往武汉的高铁，再次前往抗击疫情的前线；86岁的董宗祁老教授，他坐在轮椅上，一上午看了30多个病人，他说：“我这辈子，就是为了救人”；73岁的李兰娟教授，知道国家有难，她毫不犹豫前往武汉，坚定地说出她的誓言：“我打算长期待在武汉，与那边的医护人员一起奋斗！”

这世上哪有什么岁月静好，只是因为有人在替我们负重前行罢了，这世上哪有什么天生的英雄，只有因为人们需要，才有人愿意牺牲自己成为英雄。

虽然我不知道他们是谁，但我明白他们是为了谁。他们也许并不富裕，甚至有些贫穷；他们也许并不高大，甚至有些瘦弱；他们也许并不光鲜，甚至有点卑微，他们的形象在我心中是那样模糊，但他们的精神在我心中却是那样鲜明；不计生死，不求回报，默默坚守的他们，守护着健康，保卫着生命。

普通的我们无法到达正面战场与病毒作战，我们只能做好我们的后勤工作，不出门，少出门，勤洗手，戴口罩，这是为了不给他们添麻烦，祝愿他们平安早日凯旋。

彩虹为证，千古不变，我要高歌。为生命喜悦，万物都歌颂你的慈爱，大地诉说你的恩情。

致敬白衣天使！

致敬最美逆行者！

致敬抗击疫情的每一个人！

央视榜样心得篇二

近年来，央视推出了一系列的榜样人物，他们用崇高的品德、无私的奉献和努力拼搏的精神赢得了我们的尊敬和敬仰。在观看央视榜样节目的过程中，我深受震撼并汲取到了许多宝贵的人生经验。

作为先进的载体，央视榜样给我展示了一幅幅感人至深的画面。一位位榜样通过自己的努力和奋斗，取得了优异的成绩，并用实际行动回报了社会。他们敢于承担责任，坚持做正确的事情，展示了高尚的道德和正直的品质。在我看来，榜样

的力量就在于他们所展示的这种责任感和担当精神。

看央视榜样不仅让我看到了优秀的人，更启示了我的内心，唤醒了我对自己的责任感。在生活中，我们时常会被琐事和利益束缚，丧失了对社会的关注和对他人的帮助。然而，央视榜样通过自身的行动告诉我们，作为一个有担当的人，我们应该以服务社会、造福他人为己任。他们为我们树立了榜样，也为我们指明了前进的方向。

与此同时，央视榜样也教会了我如何正确看待成功。央视榜样的背后是无数的努力和付出。他们用自己的汗水和泪水换来了成功，他们的付出远远大于我们想象。由此，我明白了成功的真谛，懂得了成功是需要经历挫折、努力奋斗才能实现的。他们的成功不仅是一个人的成功，更是共同进步的结果。通过看央视榜样，我学到了勤奋、坚持和不怕困难的品质，这将是未来走向成功的基石。

此外，央视榜样给我展示了不断追求进步的动力。人生永远都有可以提升的空间，只有不断追求进步，才能找到前行的方向。我们应当时刻保持一颗谦卑的心，不断自我反省与总结，勇于接受挑战和失败，持续积累经验和知识。央视榜样就是这样一个个追求进步的见证，他们激励着我不断成长，不断追求卓越。

看央视榜样，对我来说是一次震撼与触动的体验。他们不仅仅是成功者，更是精神的榜样，他们的故事和励志经历是我们每个人心灵的一片净土。通过观看央视榜样，我深刻体会到了他们的背后的辛酸和付出，更知道了自己要朝着哪个方向去努力。我将以他们为榜样，不断学习进步，做一个对社会有用的人。

看完央视榜样节目，我对生活、对理想都有了更深的认识。央视榜样节目不仅仅是展示个人的成就，更是为我们提供了一面镜子，让我们反思自己的行为 and 内心。我要继续保持对

榜样的关注，通过他们的经历和励志故事去完善自己，成为一个对社会有所贡献的人。这将是我一生的努力方向。

央视榜样心得篇三

11月9日晚间，中央电视台播出了《榜样》，《榜样》延续了前两季的风格，围绕人物故事，呈现共产党人不忘初心、牢记使命的执着坚守，彰显共产党人信仰坚定、心系群众、勇于担当、创新奉献的精神风貌，是新时代党员教育培训的生动教材，是指引全体党员前进和奋斗的“方向盘”。第三季的榜样中每个人物都有自己独特的人生，但在不同的故事下却深藏着相同的底色。

其中80后的山西临汾大宁县乐堂人贺星龙，因为乡亲们资助他的3000元学费，毕业后毅然选择回乡成了十里八乡唯一的一名乡村医生。为了乡亲们，“他付出他一切代价都没有问题”，对于帮助乡亲们，贺星龙说：“我感觉到我还活得有意义”。

多么朴实的一句话啊！而正是这句简单的、朴实的话语道出了贺星龙全心全意为人民服务的初心！作为一名普通的共产党员，从事最基层的普通工作，跋山涉水，从不收出诊费，只收药品的成本价，甚至对困难群众不收分文，将账本付之一炬！在人们“从医即富贵”的认知里，他却是一个连本钱都没有收回来的“异类”，然而正是在这个“异类”身上，我们看到了什么是知恩图报、什么是无私奉献、什么是全心全意为人民服务！在这个普通的共产党员身上，我们看到了他的熠熠生辉！

榜样们的事迹看似平凡，却恰恰衬托出其精神品格的高贵。每一名党员同志都有过申请入党、预备和转正的经历，特别是入党之初，站在党旗下庄严宣誓的时候，内心都会涌现出一阵阵难以言说的火热、澎湃与悸动，都渴望在伟大、光荣、正确的中国共产党领导下为百姓谋福祉、为事业某突破、为

发展谋进步、为民族谋复兴。但我们有多少人依旧为了最初的理想燃烧青春、努力奋斗一辈子?有多少人敢在困难危急时刻亮出党员身份、冲锋在最前线?当然，我们也可以退一步，问问自己还能说出完整的入党誓词和准确的入党时间吗?还能满怀信仰、坚定信念写出一篇高质量的思想汇报吗?这些问题看似分量不重，但却很值得我们反思、深省。

这一次学习，是又一次鞭策。除在此反省和思考，还需要汲取榜样们身上的优秀品质，以兢兢业业、永不懈怠的精神作为自己未来践行党员使命的要求。一要独立思考，帮助周围群众辨析当下复杂纷乱的各类信息，正确宣传党的思想和治国理政方针，宣传榜样党员的事迹，以正面形象影响群众。二要刻苦努力，珍惜学习机会，学有所成，而有所贡献。三要保持跟党组织的密切联系，多向优秀的党员同志学习，与同志们“心连心”，为党组织的团结做出贡献。

岁月见证人心，每一个人的故事汇集在一起，就汇集成了历史的洪流。每一名共产党员的初心凝聚在一起，就凝聚成一个政党肩负的使命。作为一名党的基层干部，我们要向榜样致敬并学习，做一个有信仰有担当有情怀的共产党员。

央视榜样心得篇四

《榜样》将从10月26日起每晚8:00在中央电视台综合频道播出。下面是整理的关于央视榜样心得体会1000字范文，欢迎借鉴!

榜样的力量是巨大的，在日常工作生活中，我们需要榜样，通过榜样的力量，带动整个干部队伍奋进。10月27日中午，**镇组织全镇党员干部在五楼会议室通过电视观看了由中央组织部、中央电视台联合录制的“榜样”专题节目，旨在提升党员干部的党性修养，真正发挥好党员干部的榜样作

用。

当前，全国上下正深入开展“两学一做”学习教育，“学”是基础，“做”是关键，只有不断地向先进学习、向榜样学习、向典型学习，打牢“学”的基础，才能更好的指导我们广大党员干部“做”一名理想信念坚定、为民实干担当、勤勉敬业奉献的合格党员。由中央组织部、中央电视台联合录制的“榜样”专题节目以“不忘初心、继续前进”为主题，以“向榜样看齐、做合格党员”为主线，邀请部分今年表彰的全国优秀共产党员、优秀党务工作者、先进基层党组织代表到场，通过典型访谈、老党员现场讲述、先进事迹再现等形式诠释优秀共产党员的精神风采。

《榜样》是中央组织部、中央电视台联合录制的“两优一先”、“两学一做”特别节目。节目邀请了10位全国优秀共产党员、优秀党务工作者、先进基层党组织代表来诠释中国共产党人坚定理想信念、为民实干担当、勤勉敬业奉献的精神风采。

观看《榜样》电视节目后，我思想感情的潮水在放纵奔流着，我想，作为一名共产党员，做为省档案局一员，现阶段正面临着全面建成档案强省的攻坚时期和全省档案工作“十三五”开局之年，一定要牢记党史、不忘初心，坚定理想信念，时刻保持一个共产党员的先进性和纯洁性，增强作为一名共产党员的使命感和责任感，做好表率、甘当公仆，为全省档案事业的发展作出应有的贡献。下面是我的几点体会：

一、不忘初心，加强党性意识，努力向榜样学习，争做学习的模范。伟大的时代呼唤伟大的精神，崇高的事业需要榜样引领。在中国共产党95年波澜壮的历史进程中，涌现出了无数为祖国和人民无私奉献的优秀共产党员，他们的为民情怀、高尚情操，永远激励我们不忘初心、继续前进！2019年7月1日，中共中央表彰了一百名全国优秀共产党员、一百名全国优秀党务工作者，三百个全国先进基层党组织。这五百个表彰对

象是各行各业的先进典型，他们是全党8800多万党员和440多万基层党组织的杰出代表，是这个时代的榜样。

这次《榜样》节目里既有基层退休老党员罗官章，又有大山里给予孩子们希望的老师支月英，既有被誉为“工人院士”的中国中车长客股份公司高级技师李万君，又有94岁还奋战在手术台前的肝胆外科专家、中国科学院院士吴孟超，既有使流动的党旗成为农民工党员的一面心灵旗帜的固始县驻北京党工委书记苗振水，又有卧过底、毙过匪还被毒贩视作亲人的娄底市公安局巡特警支队巡逻处警大队大队长李贝。职业不同，经历不同，他们却有着相同的信仰：做为人民服务的公仆！这一双双手，握住奉献，又攥住信念。

在他们的故事当中，我一次又一次的想象与感受那95年前从南湖游船开始的第一次心跳，从井冈山到延安到西柏坡再到新中国，是如何顽强磅礴的保持到今天并依旧生机昂然，眼前仿佛出现着八个金色大字：不忘初心、继续前进。

当前，省委政府领导以及局(馆)领导对声像档案工作以及直接向省领导服务的摄影人员，在政治素质上提出了更高的标准、更严的要求。做为一名声像档案部的摄影人员，我会始终把学习作为锤炼党性的武器，自觉加强理想信念教育；牢固树立终身学习的理念，继续深入学习系列重要讲话，每次负责省委政府会议拍摄时，都要认真研读、学习会议精神，及时学习省委前沿理论知识和政策，着力提高党性修养。时刻以局(馆)优秀党员、身边的榜样以及焦裕禄等一批老一辈英雄模范人物为镜子，自觉净化朋友圈、生活圈，不断提升政治品格和思想境界，时刻保持饱满的干事创业激情。在工作中、生活中，不利于党的形象的声像档案坚决不提供，不利于党的形象的文章与言论坚决不发表，自觉用声像档案宣传党的历史功绩，为建设档案强省做出自己的努力。

二、不忘初心，强化宗旨意识，坚持走群众路线，争当服务群众的模范。中国共产党从诞生到现在，已经走过了95年的

光辉历程。95年来，中国共产党从弱到强，逐步发展成为执政六十八年、拥有8800多万名党员的执政党；95年来，中国共产党领导广大人民群众取得了新民主主义革命胜利，实现了民族独立和人民解放，开启了中国历史的新纪元；95年来，中国共产党领导广大人民群众进行了中国历史上最广泛最深刻的社会变革，创造性地实现了由新民主主义到社会主义的发展；95年来，在中国共产党的领导下，我国的政治、经济、社会、文化、国防、外交等飞速发展，综合国力和国际影响力与日俱增，开创了建设有中国特色社会主义事业的新局面。我们党之所以取得一次又一次的胜利、取得一个又一个辉煌的成绩，依靠的力量源泉就是广大的人民群众！党的xx大提出，在中国共产党成立一百年时全面建成小康社会，在新中国成立一百年时建成富强民主文明和谐的社会主义现代化国家。党的xx大之后，党中央又提出实现中华民族伟大复兴的中国梦。实现党的xx大确定的奋斗目标和中国梦，要求全党同志必须有优良作风。

什么是优良作风？说：“优良作风就是我们党历来坚持的理论联系实际、密切联系群众、批评和自我批评以及艰苦奋斗、求真务实等作风。”我们共产党员是什么？是飘扬的旗，是挺立的树，是老百姓的主心骨，是燃烧自己照亮别人的红蜡烛，今年我们在党员当中倡导要做“四讲四有”党员，开展“两学一做”学习教育活动，就是为了让所有的党员都做到不忘初心，继续前进。

作为一名从基层来的党员，我更需要严格要求自己，始终坚持群众路线，切实把群众利益放在心中最高位置，始终相信群众、依靠群众、尊重群众。坚持从群众中来、到群众中去的工作方法，自觉与基层档案部门联系，了解并汇总基层情况。注重收集、归纳综合、分析研判各地各方面干部群众关注的需要解决的声像档案问题及时向领导反应，努力为建立健全覆盖人民群众的全省声像档案资源体系、利用体系和安全保障体系而不懈努力。

央视榜样心得篇五

近年来，央视榜样栏目在每天的晚间黄金时段播出，深受广大观众的喜爱和追捧。通过讲述各行各业的榜样人物丰富的事迹，央视榜样不仅为人们提供了一扇窥视英雄本色的窗口，更激励着人们勇往直前，追求卓越。我有幸观看了这档节目，收获颇多，在心中留下了深刻的感悟与体会。

首先，央视榜样启示人们要有梦想和远大的目标。在节目中，我看到了许多勇往直前的榜样人物，发现他们无一例外都拥有自己的梦想和远大的目标，这样的梦想和目标给予他们强大的动力，让他们不断超越自我，追求卓越。比如，在某期节目中，我看到了一位从小就立下志愿为国人塑造美的梦想的榜样，他在艺术的道路上稳扎稳打，不断攀登，最终成为了一位备受推崇的雕塑家。央视榜样节目告诉我们，只有拥有了梦想和远大的目标，我们才能有动力追求卓越，做到最好。

其次，央视榜样教育人们要坚定信念和毅力。在榜样人物的关于所经历的种种困难和挑战的故事中，我发现每位榜样都经历了自己的艰辛与挫折，但没有因此放弃，反而一路坚持下来，最终取得了成功。深入了解榜样人物的一生，我发现他们共同的特点是坚定的信念和毅力，这是他们克服困难的动力源泉。通过观看央视榜样，我明白了成功的道路上必然充满坎坷，但只要有了信念和毅力，就能战胜一切困难，走向成功。

再次，央视榜样鼓励人们要积极践行社会责任。从节目中，我了解到很多榜样人物在事业有成后，并没有止步不前，而是积极回馈社会，将自己积累的财富和资源用于公益事业。比如，在某期节目中，我看到了一位商界巨子，他在小有成就后，不仅创办了多家慈善机构，还积极参与社会公益事业，帮助那些需要帮助的人。央视榜样节目告诉我们，只有当我们拥有了一定的资源和能力时，才能更好地为社会做出贡献，

助力社会发展。

最后，央视榜样引导人们要保持良好的品质和道德观。观看央视榜样，我深感榜样人物的道德品质和高尚情操对我们这些普通人是如此的重要。无论是那位崇尚真善美的艺术家，还是那位倾心助人的商人，他们无不以真诚、善良和正直的道德品质赢得了广大人们的尊重和钦佩。央视榜样节目告诉我们，道德与品质是我们必备的底色，只有保持良好的品质和道德观，我们才能成为真正的榜样。

总之，央视榜样节目让我受益匪浅。它不仅唤起了我对梦想和远大目标的向往，还教会了我坚定的信念和毅力，激励我积极回馈社会，努力成为一个有道德和品质的人。现实中孜孜不倦、不断追求进步的榜样故事永远激励着我们，成为我们前行的动力源泉。我希望未来会有更多的央视榜样故事可以触动人心，鼓舞人心，实现人生的价值和意义。

央视榜样心得篇六

中央组织部和中央广播电视总台联合录制的《榜样》（建党周年特别节目）12月8日晚8点开播。榜样的身上有动人的故事、质朴的美。广大党员干部要追寻“榜样之光”，点燃“务实引擎”“本领引擎”“创新引擎”，奋力追逐榜样之光，在新的征程上贡献智慧与力量。

追寻“榜样之光”，点燃为民服务的“务实引擎”。

为民服务是广大党员干部的初心与使命。从引导牧民“减羊增牛”的廷·巴特尔到团结带领岛上群众兴建家园的海南省三沙市七连屿党工委，再到解决王坝村缺水问题的“当代愚公”黄大年，他们深入为民实践，用真挚之心和务实之行绘就“初心图”。党员干部要主动对标榜样之“美”，为群众服务不能“坐着等”“慢着做”，而要见行动、有效率，要主动去做、马上就干，以起而行之的姿态为民办实事，以奉献

自我、造福人民的热忱与信仰，干好为民事业，坚持用真心真情真行践行初心使命，在为民路上“不变向”“不掉线”。

追寻“榜样之光”，点燃知行互促的“本领引擎”。

在边防一干就是20多年，曾有13次与死神擦肩而过，祁发宝是一个边防军人，在平时苦练本领，在实践中磨砺意志，为维护国家的领土主权奉献青春、贡献力量。事业的成就、梦想的实现没有任何捷径可走，需要付出努力与汗水，需要脚踏实地的“真韧劲”，而非投机取巧的“假把式”。党员干部要追寻“榜样之光”，主动投身“实践熔炉”，经受实践历练，磨砺“铁肩膀”“硬脊梁”，同时在工作实践中发扬理论联系实际的学风，做到学以致用、实践提能，在实践中检验学习成果，巩固所学所知，推动自身的成长进步，凝聚事业发展的持久力量。

追寻“榜样之光”，点燃干事创业的“创新引擎”。

问渠那得清如许，为有源头活水来。事业发展需要“源头活水”的灌注，依靠创新创造不断进步、走向未来。孙金娣作为江苏省南京市仙林街道党工委书记，团结带领党员干部开创了网格化党建模式，以创新为抓手凝聚推动工作进步与发展的力量。创新是事业快速发展的“领跑密码”，党员干部要追寻这道“创新之光”，在工作中大胆探索、主动发现新的方法和道路，要活学、活用理论，用足、用活政策，对于发展过程中的“中梗阻”大刀阔斧，从实际情况出发多问、多学、多想，将工作实际与解决方法融会贯通，为事业发展注入创新动能。

央视榜样心得篇七

央视榜样节目是一档由中央电视台推出的节目，通过报道全国各行各业的优秀人物，传递正能量，激励人们追求卓越，

用实际行动诠释了“榜样的力量”。作为观众，我深受启发，在观看节目的过程中，我受到了不少启示，这些启示在我的生活中产生了积极的影响，下面我将根据我的经验，分享我的体会和感染。

第二段：勇毅

在央视榜样节目中，有很多的故事给人们留下了深刻的印象。其中最让我感动的就是那些在逆境中顽强生存的故事。比如花游泳运动员吴敏霞，她因身体原因取得了很多比赛的冠军，但是在她看来，生命力和勇气才是最宝贵的。在与癌症做斗争的日子里，吴敏霞凭借自信和决心，终于战胜了病魔，重返赛场。如此勇毅的姿态，令人感到敬畏和钦佩。看到那一幕，我深深地理解了“困难面前不屈服”的真正涵义，我也深深体会到当人们处于情况最坏的时刻，他们所表现出来的坚强和气势会触动每个人的内心。

第三段：创新

作为一个80后，我见证了很多新事物的兴起，但是每一个创新都离不开勇敢者的积极探索和尝试。无论是钢琴演奏家李云迪的精湛技艺，还是“聊斋志异”演员刘欢的对角色的独具匠心的表演，都是成就了他们事业的不懈努力和对创新的追求。从这些成功的人身上，我学到了不要停止探索，要保持好奇心，不断学习，用创新的思维开拓自己的事业道路，才能不断提升站在一个更高的起点上。

第四段：感恩

央视榜样节目也传递出许多感人至深的故事。比如在抗击新冠肺炎疫情的斗争中，无数医护人员默默付出，英勇付出，矢志不渝地守卫着人民的生命和健康，他们用无私的爱凝聚起国家的力量，成为人们心目中最闪亮的明星，我也深深地感受到他们身上的坚贞和信仰，尽管时时刻刻都会遭受着巨

大的心理和生理压力，但是他们依然心怀感恩，尽职尽责地工作。看到这些医护人员的付出，我不禁思考自己，是否也能在容易得到的时候感恩，为社会、为家人、为朋友做出我的贡献。

第五段：总结

央视榜样节目不仅展示了一个个成功榜样的励志故事，更传递出了一种精神。从一个人到一个国家，我们都需要勉励推进，拿出韧性，积极面对。正如素有“榜样制造机”之称的央视榜样节目所言：“传递正能量，共创美好社会”。在这里，我们可以看到大家的成功路程的努力、创新、感恩和协作。希望我们每一个人都能在面对困难和挑战的时候，不断获得前进的动力，实现我们的理想和目标，成为正义、勇敢和坚强的人。

央视榜样心得篇八

作为一名年轻人，领导干部或者志愿者，我对央视频道榜样人物进行了深入的了解，并从中汲取了不少心得和体会。他们的故事、事迹、信仰以及感人的言行，让我更加坚定了自己前进的方向。在此，我想分享一下自己的心得和体会。

一、央视频道榜样的人物是育人的模范，他们不仅用自己的行为和言语带给人们启示，他们更是用自己的人格魅力在不知不觉中影响身边的人。我极为崇拜其中的赵丽敏老师。在她的身上，我看到了一位忠于自己的理想、坚持自己努力和奋斗、守护家庭、关注周围每一位同事与学生的老师形象。她的每一个言行举止，看似平淡无奇，却真实地告诉我们，教育需要的不是华丽的言辞和演讲技巧，而是用心和耐心来培植孩子们的人格和性情。

二、央视频道榜样的人物要有理想信仰，他们不仅有独特的思想观念，而且都反抗变革的追求个性和接受艰辛的锤炼。

葛剑雄是个励志的人物，他的追求不仅在于个人自我实现，更深层次的是要让中华民族文化重现辉煌。他在学习西洋经典文学、深究古代汉字等过程中，以一个人的力量化解困境、创造新的世界。

三、央视频道榜样的人物的背后有一个坚固的支撑，这个支撑来自于他们朴实无华的家庭和身边的人。陈建州，这位从民间艺人到知名主持人的发展历程，启示我们：在改变自己的同时，也要保持家庭和亲人的理解、支持和关爱。要建立一个积极、健康、向上的家庭氛围，成为一个家庭的顶梁柱和支持者。家庭的温暖和支撑，是央视频道榜样人物们成就此高的关键之一。

四、央视频道榜样的人物都有温暖的人格魅力，同时又有明确的事业目标与追求。《乘风破浪》这部电影中的吴京，不仅是一位硬汉，更是一份平凡职业者与作为一个父亲的角色，他的较真精神、对事业的专注，让我们看到了一个成功男人的冷酷面具背后幸福的家庭与哭泣泪目的父亲形象。

五、央视频道榜样的人物追求卓越的品质和作为，这个道路不容易，但也渴望我们去前行。《侠隐传奇》中的于和伟，在他的创作和良心制作中，举起了良心的旗帜。正是因为这一坚定的认知，才让他在好莱坞这个行业的森林中站立相对，更激发了他非凡的改变世界的能量。

总之，央视频道榜样的人物不仅是一个精神的力量，也是一个生命的一部分。通过他们的故事，我们能够更好地结识自我、知道自己想要的路与方向，以及学习怎样从众生活，不停地追求自己的个性化并在其中越做越好。我相信，在央视频道榜样的人物带领下，我们一定会更加成长与进步。

央视榜样心得篇九

为了更好地落实“两优一先”“两学一做”精神，央视在10月26日播出特别节目《榜样》，相信大家观看后都有很多感想吧！小编分享2016央视榜样观看心得体会给大家，欢迎阅读！

“两优一先”“两学一做”特别节目《榜样》于10月26日20:00在中央电视台综合频道播出，为了更好地与学习贯彻党的十八届六中全会精神结合起来，教育引导党员以先烈先进作为镜子，向榜样先锋看齐，传承和弘扬伟大的长征精神，公管学院党委组织硕士生、本科生党支部党员代表40余人在学院202会议室观看直播，博士生党支部成员则通过网络直播观看、学习。

公管学院党委书记马冬卉、党委副书记童文胜、研究生辅导员罗东春、本科生辅导员徐川与党员同学一起观看学习。

《榜样》通过典型访谈、老党员现场讲述、先进事迹再现等形式，生动诠释了中国共产党人坚定理想信念、为民实干担当、勤勉敬业奉献的精神风采。

观看直播过程中，各位党员同学深深的为104岁老红军秦华李长征中虽腿部中枪仍然跟着走而感动；为带领山区百姓致富，经过三年失败终将天麻实验成功，坚守信念的罗官章而感动；为三十六年坚守在偏远山村讲台，从“支姐姐”到“支妈妈”，播撒希望，无怨无悔的支月英而感动；为坚守共产党人坚定，独具大国工匠的李万君而感动；为老乡们的“服务器”苗振水而感动；为“救过人、卧过底、毙过匪”的李贝而感动；为党龄60年、从医73年依然坚守一线的吴孟超而感动。

伟大时代呼唤伟大精神，崇高事业需要榜样引领，硕士2016级党支部郭金元表示要以这些优秀党员为榜样，向榜样看齐、做合格党员。

博士2013级党支部万凯表示在学习和生活中以一名优秀党员

的标准严格要求自己，做到党员模范的带头作用，不忘初心、继续前进。

本科生党支部王一璇表示我们应继承和发扬革命先辈的优良传统，不畏困难，为实现中华民族的伟大复兴，贡献自己的力量。

党委副书记童文胜作为博士生党支部成员之一，在看后也与博士生党员一起分享了他的观后感，他谈到，“中央电视台播放的基层支部榜样，让我们深深的懂得学生基层支部组织建设、思想建设的重要，作为支部成员，必须牢记党的宗旨，身体力行“两学一做”。

榜样的力量是巨大的，在日常工作生活中，我们需要榜样，通过榜样的力量，带动整个干部队伍奋进。

10月27日中午，溧阳镇组织全镇党员干部在五楼会议室通过电视观看了由中央组织部、中央电视台联合录制的“榜样”专题节目，旨在提升党员干部的党性修养，真正发挥好党员干部的榜样作用。

当前，全国上下正深入开展“两学一做”学习教育，“学”是基础，“做”是关键，只有不断地向先进学习、向榜样学习、向典型学习，打牢“学”的基础，才能更好的指导我们广大党员干部“做”一名理想信念坚定、为民实干担当、勤勉敬业奉献的合格党员。

由中央组织部、中央电视台联合录制的“榜样”专题节目以“不忘初心、继续前进”为主题，以“向榜样看齐、做合格党员”为主线，邀请部分今年表彰的全国优秀共产党员、优秀党务工作者、先进基层党组织代表到场，通过典型访谈、老党员现场讲述、先进事迹再现等形式诠释优秀共产党员的精神风采。

党员干部分布在各行各业、各条战线，只有每一名党员都发挥模范带头作用，才能充分体现党的先进性，构筑坚强的战斗堡垒。

通过观看“榜样”专题节目，在澧阳镇党员干部中形成了向榜样看齐，向先进看齐的浓厚氛围，不断推进“两学一做”学习教育深入人心，为开创全镇各项工作奠定良好基础。

6日晚8时，由中央组织部、中央电视台联合录制的“两优一先”“两学一做”特别节目《榜样》在中央电视台综合频道播出。

该专题节目时长近2个小时，以“不忘初心、继续前进”为主题，以“向榜样看齐、做合格党员”为主线，邀请10位今年受表彰的全国优秀共产党员、优秀党务工作者、先进基层党组织代表到场，通过典型访谈、老党员现场讲述、先进事迹再现等形式，生动诠释中国共产党人坚定理想信念、为民实干担当、勤勉敬业奉献的精神风采。

“这么难，您为什么不离开？”当主持人问江西省宜春市奉新县澡下镇白洋教学点教师支月英时，支月英坦言也曾动摇过，但大山里的孩子怎么办？支月英坚守36年，教出了一千多名学生，带出了整整两代人。

原湖北省五峰土家族自治县人大常委会副主任罗官章，退休19年来，扎根五峰牛庄，带领群众脱贫致富。

一身土家传统服装的罗官章在节目中说：“我党龄60年，认真回顾，我没有辜负党对我的期望。

在节目播出前，媒体界就已广泛关注。

27日，“共产党员”微信公号在文章中播放了《榜样》的预告片。

文章推出后，迅速在朋友圈引起转发和分享风潮，阅读人数瞬间超过1万。

广大网友纷纷点赞并参与留言。

网友“昨天今天和明天”留言说：“生活如此丰富多彩，思绪难免纷繁复杂。

这个时候推典范、树标杆，真是及时雨！”

节目一经播出，引起社会各界强烈反响。

网友@白栅栏留言：“感动的落泪！榜样的力量无穷，榜样照亮了时代，照亮了我们要走的路；网友@希望的种子说：“榜样就在我们身边，他们是看得见的榜样，摸得着的信仰”；网友@每一天每一年说：“榜样们虽然在各行各业，但他们却有共同的特质：都是好人！”

央视榜样心得篇十

央视榜样，作为央视创办70周年的重要活动之一，旨在向观众展现优秀人物的故事，传递正能量。我作为一名中学生，在央视榜样的节目中看到了许多优秀人物的事迹，受益匪浅。

段落二：感受央视榜样带来的正能量

央视榜样节目中，涵盖了众多领域的优秀人物，他们有的是科技界的专家，有的是医疗界的抗疫英雄，有的是文艺界的才子才女。他们用自己的实际行动诠释着“为人民服务”的宗旨，用一份爱心感染着每个观众的心。在这些优秀人物的身上，我看到了社会主义核心价值观的体现，看到了中华民族的优秀传统和现代时代精神的融合。

段落三：破解负面情绪，借鉴优秀人物的做法

在看完央视榜样的节目后，我发现自己的情绪状态发生了明显的变化。此前，由于社会舆论中的一些负面情绪，我也曾经感到过迷茫和压抑。但是通过观看央视榜样节目，我看到了真正的英雄和做事的方法，他们的坚定信念和实际行动也给了我帮助。

段落四：呼吁传承正能量，让社会更美好

随着网络时代的到来，现代社会的负面情绪在社交媒体上不断滋长。在这种情况下，我们需要更多这样的正能量作品，让人们更多地了解到真实的优秀人物和正能量故事。我们也应该在日常生活中，传承这些优秀人物的精神，让我们的社会更加美好。

段落五：总结央视榜样带给我的启示

央视榜样节目，不仅展现了优秀人物的事迹，更让我对生活 and 未来有了更清晰的认识。优秀人物所诉说的不仅是成功的故事，更是面对挫折和危机的勇气和决心。他们以实际行动践行了中华民族的优秀传统，体现了社会主义核心价值观。这启示我，在面对生活和社会现实时，要有坚定的信仰和行动，这样才能让自己和社会更加美好。

央视榜样心得篇十一

这是团结!国家一声令下，全国宅家;一声令下，武汉封城;一声令下，援助湖北。疫情的战争是否胜利，取决于人们的心是否齐。一个月，人们自觉的带上了口罩，一个月，人们不再聚集，就是这一月又一月，换来了人们今日的笑脸，换来了那摘下口罩后清新的空气。

这是勇气!4.2万人奔赴武汉，他们奋不顾身的涌向前线。站

在他们身后的，有他们白发苍苍的爸爸妈妈们，有满脸泪水的爱人们，更有在家盼着他们回家的子女们。但他们知道，如果没有这一个个的付出者，哪会换得胜利。于是，他们用衣袖擦干眼泪，用不舍的目光看看家人，咬咬牙，仍然奔向“战场”

这是坚持！曾有外国人问中国医生：“多大岁数的病人就不抢救了？”中国医生告诉他：“无论年龄有多大，我们都尽全力！”是啊，有多少年过半百，甚至八十岁的老爷爷老奶奶们，都被这些白衣天使们从死神的手里抢过了生命，抢过了时间。他们虽身患重病，却也不忘给医生护士们竖一个鼓励的大拇指。

就是这些小小的力量汇聚在一起，凝聚成了一股足以让中国战胜疫情，做到本土零病例的强大力量！金秋十月，我们回首过往，展望未来，无不为自己的国家而感到骄傲，无不为自己是一个中国人而感到骄傲。疫情使我们的国家变得更加团结，更加坚定。相信未来的中国，一定会更加繁荣富强！

央视榜样心得篇十二

作为21世纪的一名青年，我相信每个人都希望成为一个有价值、有意义的人。因此，当我听说央视推出了“榜样”节目，我感到非常兴奋。这个节目告诉我们一些非常出色的人的故事，他们克服了困难、跨越了障碍，成为了他们今天的样子。在观看了这个节目之后，我深深被这些人的韧性、勇气和智慧所感动，这些值得借鉴和学习的品质应该在我们的生活中流露出来。

第二段：勇敢的韧性

在“榜样”节目中，我学到了许多战胜困难的故事，其中似乎无论是哪个榜样，韧性都是最重要的一种品质。他们面对着不同的挑战，但是他们每一个人都用他们的智慧和毅力克

服了它们。他们没有屈服于挑战，而是努力摆脱自怜、克服
困难，最终战胜了他们。这种勇气和韧性让我感到震撼和钦
佩。

第三段：智慧

另一种我从“榜样”节目中学到的品质是智慧。所有的榜样
都有自己的智慧，这种智慧不仅仅是技术的，还包括优秀
的人际关系和解决问题的方式。无论是日常生活中的小问题，
还是生活中的大问题，都需要我们学会有效地解决，这需
要有智慧。榜样展示了这种品质，他们在解决各种问题时采
取的决策和行动值得我们学习和仿效。

第四段：胸怀与善良

当我看到这些榜样的故事时，我还注意到另一个重要品质：
胸怀和善良。他们的内心真诚，尊重和关心他人。不管是在
学术领域还是在商业领域，他们都是伟大的人物，但他们以
平等、尊重和善意看待自己和身边的人。他们在拥抱世界的
时候，也带着大度和同情心，这对我们这种年轻人来说，是
一个巨大的启示。

第五段：总结

观看“榜样”节目的过程中，我学到了太多太多。学会韧性、
智慧、胸怀和善良，不仅可以让我们变得出类拔萃，而且可
以让我们更加热爱生活。这些品质一起构成了一个出色的人
物塑造，可以让我们在生活中更好地适应和让我们更快乐。
我感谢央视为我提供了这样一个机会，在“榜样”节目中，
向我展示了那些非凡智慧、韧性、胸怀和善良的榜样。感谢
他们将他们的故事和品质分享给我们，希望我们能够汲取养
分，让自己变得更好。

央视榜样心得篇十三

从石库门到天安门，从兴业路到复兴路，这一路成长，正是因为有无数的共产党人，以艰苦奋斗的足迹、辛勤付出的汗水，自觉肩负历史使命、找准前行方向，不断摆正“赶考姿态”，才得以换来今天恢弘壮阔的历史画卷，推动党和国家事业不断发展，不断增进民生福祉。“当代愚公”黄大发，以“水过不去、拿命来铺”的誓言，建成一条“生命渠”；“卫国戍边英雄团长”祁发宝，13次与死神擦肩而过，寸步不退、拼死搏斗；“为国铸盾”功勋陈定昌，“科技强国”成为毕生的心愿和夙求……在新的征程上，“请党放心、强国有我”党的新生力量在斗争中壮大，共和国命运在斗争中孕育新机，铸就“百年恰是风华正茂”的政党传奇。面对各种可以预见和难以预见的风险挑战，我们将如众榜样的样子，始终保持“过了一山再登一峰”的执着，接好“传力棒”，当好接班人，在榜样的耀眼“光环”下，以奋斗姿态和斗争姿态走好新时代赶考路。

央视榜样心得篇十四

央视频道榜样是央视综合频道推出的一档纪实类节目，通过讲述各行各业中优秀的人物故事，激励观众学习他们的精神品质和行为规范。作为观众中的一员，我也深受榜样的启迪，收获良多，以下是我的个人心得体会。

第二段：学习坚韧精神

榜样节目中，有许多人物都经历了人生的坎坷和挫折，但他们从未放弃，始终坚持自己的信仰和理想。比如高云翔，他虽然遭遇了舞台上的多次失败，但他仍然坚持不懈地追求自己的梦想，最终成为一位优秀的演员；还有刘烨，他在拍摄电影《芳华》时，受伤一直坚持拍摄，用实际行动证明了自己的专业精神和坚韧性。这些榜样的事迹让我看到了人类自身拥有的不凡力量，也让我更坚信，只有不放弃，才有机会

成功。

第三段：受益职场智慧

榜样节目中，有很多职场中的佼佼者，他们用自己的经历和方法，向我们揭示了许多职场智慧。比如现场上的姜昆老师，他用自己的到场率，教会我们学习和工作时要准时保质；还有许多企业家，如马云，他们描绘了企业创新，领导思考和发展规划的方法。通过观看这些精彩的职场故事，我们可以更好地了解职场中不同角色之间的关系，从而更好地发挥自己的工作能力，在事业上迈上更高的阶梯。

第四段：强化家庭观念

榜样节目中，也有许多成功者不仅在事业上成就卓著，而且在家庭中也和睦幸福。他们通过自己的亲身经验，向我们展示了家庭和谐的生活方式。比如何炅，他把家庭放在事业之上，致力于创造家庭和睦和谐的氛围，让我们了解到一个合适的家庭生活对个人的重要性，这对我们的家庭和谐意识和家庭观念的强化都具有积极意义。

第五段：总结

综上所述，央视频道榜样是一档可以启迪人心，开阔视野的节目。它通过传递不同领域的成功者的故事，向我们展示了成功者的心态、价值观和成就方法；同时，也展现了他们优秀的品质和良好的道德规范。作为观众，我们可以在观看节目的同时，学习他们的成功经验，用于个人生活和工作中，从而在前进的路上不断提高自己，实现人生价值。

央视榜样心得篇十五

见贤思齐，学习榜样心，指引无悔的人生。“道虽迩，不行不至；事虽小，不为不成。”在“两个一百年”奋斗目标历

史交汇点，全体党员干部要肩扛“铁的担当”，以务实之行奋发作为。连续9年上访“4个零”、新时期城市版的“枫桥经验”，荣获国家级荣誉16个，群众满意度长期保持95%以上……新时代“好书记”孙金娣干一行爱一行、专一行精一行，忠诚一辈子、奉献一辈子，换来了群众的幸福感和满意度，为基层党员干部做出了示范、树立了标杆。艰难困苦，玉汝于成。党的干部要借助当前学习“榜样”活动之契机，以榜样精神为“镜子”“尺子”，身入心至、以民生为重，做到“每日三省吾身”，知责于心、担责于身、履责于行，时刻量出差距，汲取榜样精神营养，练就处变不惊的定力、勇于开拓的魄力、攻坚克难的能力、不懈奋斗的耐力，好钢方能锻打淬炼出好刃，成为堪国之重用、担国之重任的栋梁之材。

央视榜样心得篇十六

榜样给我们力量、给我们勇气、给我们动力，向榜样学习是我们应该做的事。那么关于专题片榜样的心得体会如何写呢？下面小编带你整理推荐专题片专题心得体会范文，欢迎阅读。

是什么力量，让他们坚守岗位、勇于担当？是什么力量，让他们战胜困难、创新图强？是什么力量，让他们放弃优越、扎根荒凉？是什么力量，让他们不忘初心、救死扶伤？他们的回答如此质朴，只因身为党员，就该国之所需、心之所向。

在《榜样》专题节目中，我看到这样一个铁路人——李万军。

他是一个普普通通的焊接工人，却用自己的技术和坚守的信念成为令人敬佩的中国工匠。

他在恶劣的工作环境下工作了几十年，在提高自身技术的同时，也带出了许多徒弟。

他把自己的精湛技术无私的传授给徒弟们，使大家的焊接技术都有了很大提高。

面对自己取得的一系列荣誉，他淡然处之，继续钻研。

面对外来企业的高薪诱惑和优厚条件，他虽有心动，但意志坚定、初心不改。

他是一名优秀的党员，时刻铭记自身使命，坚守自己的岗位。

他是铁路人的骄傲，也是共产党人的骄傲。

在他身上，我们看到信念在闪光，通向梦想的道路被点亮。

教育是改变人生命运的必经之路，对每一个来说都尤为重要。

为了使更多山里面的孩子能接受教育，她毅然走进深山，在山村教师的讲台上一站就是36年。

她叫支月英，一个平凡的乡村女教师。

她用她的青春在茫茫的大山里，为一代代渴望获得知识的孩子们开启了知识的大门。

她把自己全部的爱都倾注在教育事业上，却忽略了自己的两个女儿。

女儿说她是个好老师，但却不是个好妈妈。

听到这样心酸的话语，我的眼泪再也忍不住了。

我也是个母亲，哪有妈妈不爱自己的孩子的呢？是怎样的信念，让她几十年如一日的坚守在深山，不求回报，只是默默奉献？她让山里的孩子们走出了大山，自己却累出了一身的病，甚至一只眼睛已经失明。

现在她终于可以退休享享清福，但是她又做出了一个伟大的决定，继续留在深山，继续为孩子们教书，直到教不动为止！她用生命谱写出一首优秀党员独有的壮丽之歌。

科技创新是兴国之本。

用自己的辛勤与智慧，为我国的计算机事业打造辉煌是王恩东坚持不懈的梦想。

时下是大数字年代，互联网、云计算等等新型技术层出不穷、日新月异。

以前我们的服务器都需要从国外进口，这样不仅费用高昂，而且安全无法保障，许多机密可能在维修时发生泄漏，造成不可估量的损失。

王恩东带领自己的研究团队，不畏困难、不辞辛苦，变不可能为可能，研制出属于我们自己的国际领先的服务器。

他的研究成果成功填补了我国的一大空白，使我国一跃成为该领域的先进国家，让我们用实力向世界证明，我们中国人是好样的！在《榜样》节目中，我还看到了许多优秀共产党员代表和先进集体代表。

他们中有94岁的耄耋老人，他是肝脏疾病的权威，如此高龄仍坚持救死扶伤。

他们中有烈士子女，一生不忘先辈遗志，走遍烈士革命过的地方宣传爱国思想。

他们中有漂亮干练的女警，用勇敢与智慧战胜歹徒，用机敏与决断挽救生命。

他们中有退休干部，放弃优厚的待遇，扎根农村，带领村民

走上致富道路。

他们中有情系西沙的党支部，他们以岛上的居民生活所需为己任，在蔚蓝的大海上开启一次次生命之航。

他们能做出如此奉献，皆因他们有着坚定的信念和担当。

他们都是共产党员，他们铭记不忘初心、继续前进的思想。

他们执着奉献，不求回报。

他们坦言：“国之所需，心之所向。”

金秋十月，丰收之歌。

全国百名优秀共产党员表彰大会在北京如期举行。

中组部中央电视台十月二十七日播出的《榜样》专题片真是鼓舞人心。

该节目以《不忘初心，继续前进》为主题，以向榜样看齐做合格党员为主线。

通过典型访谈，老党员现场讲述，先进事迹再现等形势，生动诠释了中国共产党人坚定理想信念，为民实干有担当，勤勉敬业奉献的精神风采。

此时此刻，对照先进，感受良多，一首唱响全国的《没有共产党就没有新中国》的红歌，唱出了全国亿万人民的心声。

中国共产党自诞生之日起，标志着中国革命的新纪元，解放全人类，建设新中国，最终实现共产主义。

她时刻以不忘初心，奋勇前进为目标，以服务人民，为民造福为己任，团结带领全国各族人民克服各种艰难险阻，从胜

利走向胜利。

在中国革命发展的不同历史时期，我们队伍中涌现了许多优秀共产党员，像新时期的这些先进典型，他们有经过了万里长征的老前辈；有扎根基层、一心为民的老干部；有留守深山、为国育人的人民教师；有兢兢业业、不计个人得失的大国工匠。

有迈着坚定步伐，跟党前进的农民工代表；有惩恶扬善、富有爱心的人民警察；有妙手仁心、治病救人的人民医生；有自主创新、为国争光的工程院院士；有热爱祖国、保卫边疆的后勤保障军人。

这些先进典型，只是万千共产党人的真实写照。

新的长征永远在路上，从严治党永远在路上，试想，在如今这个历史上最鼎盛、物质文化生活最丰富、人民最幸福的美好时期，还有那么多贪官污吏顶风作案，硬不收手，对比这些普通党员，他们不感到无地自容吗？革命还待前进，同志仍须努力，作为一个中国人，特别是一名党员，要有居安思危的思想准备，做事、做人要有红线、底线。

人总是在失去的时候猛然醒悟，我们原来的生活如此美好，可是世上没有后悔药，我们共产党人不相信有救世主，只有共产党才能救中国，只有共产党才能领导中国，中国一旦失去共产党的领导，将会天下大乱，国家要是乱了，那是十三亿中国人的灾难。

所以，我们支持总书记，是因为他有“打铁首先自身硬”的底气，有敢打“大老虎”的气魄和谋略。

既然我们都是中国人，我们就要爱中国，拥护总书记，向先进典型看齐，不忘初心继续前进，让我们的子孙后代像我们现在这样幸福安康，学好传统文化，做好中国人。

央视综合频道10月26日晚播放了特别专题节目《榜样》，节目邀请了7位新老党员、革命家后代代表来到现场，他们是全国8800多万的党员的楷模、是时代的榜样，用自己的亲力亲为，讲述了他们在不同的工作岗位上，不忘初心，砥砺前行的感人故事。

他们中有舍小家、顾大家，36年的坚守大山深处的人民女教师；敢于创新，勇攀电焊技术高峰的大国工匠；舍死忘生，18年如一日最美女警花；智慧报国，创造26项发明专利授权的工程院院士；真心做农民工的贴心人，让流动党员处处有家感觉的基层党务工作者；心系岛民，乘风破浪始终坚守的先进党组织；德高望重，救死扶伤，一生践行入党誓言的90高龄的白衣天使。

还有革命烈士方志敏、半生沧桑父女情，无产阶级革命战士，当代杰出的新闻工作者邓拓那段峥嵘岁月。

他们用自己的实际行动，诠释了共产党员的精神品质和对理想信念的坚守。

《榜样》展示了全国优秀共产党员、优秀党务工作者和先进党组织的典型事例，一桩桩、一件件，发人深省，令人震撼，无论是在革命战争年代，还是在社会主义建设时期，他们在自己平凡的工作岗位上，却做出了不平凡事情，他们也从来没有忘记自己的身份：共产党员。

他们靠的是一种信仰、为的是一种理想，真真切切的和人民群众站在一起，想百姓所想，急百姓所急，为老百姓解难事、办实事，心中时刻装着党的利益、人民的利益，始终不忘初心。

这么多的好榜样不仅给我们带来了无穷的力量，而且受到了深刻的教育启迪。

看了榜样的事迹，我备受感动、深受鼓舞。

虽然他们面临的环境不同、从事的工作不同，但他们都有坚定的理想信念、扎实的作风、一心为民的高尚情怀，这些都是每个共产党员必须具备的品质。

我要牢记入党誓词，不忘宗旨意识，向榜样看齐，以榜样的力量激励自己。

作为一名党员、一名市场监管干部，我要向榜样学习。

榜样给我力量、给我勇气、给我动力，在今后的工作中做到履职尽责，要坚定信仰，坚持党的领导不动摇，传承和发扬优秀共产党员的精神品质，坚守平凡的岗位，努力学习、加强创新，以服务群众和担当作为为使命，不忘初心，继续前进。

央视榜样心得篇十七

如今，央视频道榜样已经成为了一个崭新的概念和引导人们走向正确人生道路的新方式。作为社会的一分子，我们不仅需要在生活中塑造自己的榜样形象，还需要从央视频道榜样身上汲取经验和智慧，进一步完善自我，实现个人价值的最大化。在下面的几个段落里，我将分享一些个人理解和体验，探讨央视频道榜样对我们的启示和助益。

第一段：认知榜样的作用，提高自己的品质

央视频道榜样以强烈的责任感、正义感和使命感为引领，搭建起一个正能量的人生导航标志。通过央视频道榜样的身上，我们可以看到他们做事认真，做人诚实守信。他们努力诠释着中华民族优秀传统文化，秉承着先砥而后继的文化遗产理念。这些优秀品质可以激励我们每个人在日常生活中勇于担

当、开拓创新、弘扬正气，提升自己的品质。

第二段：感受榜样所传递的思想力量

央视频道的榜样们总是在不断思考自己为什么要做什么，做到什么地步才算做好，有多少帮助和影响，对社会和人的发展有何益处。他们的思考和行动总是与社会需要和人们利益息息相关。对于我们而言，要通过学习央视频道榜样的思想理念，在自己的生活中注重思考，锻炼独立思考和判断力，通过个人的能力和思想启迪，尽自己的努力为社会、为人类作贡献。

第三段：贯彻榜样的精神，将个人价值发挥到最大化

央视频道榜样必须在自我建设方面不断努力，防止自己的疏忽从而给社会产生不良影响。因此，我们对自己要有足够的自我要求，不断反省自我，发现不足，不断探求自己的优势，在个人领域里寻求最大化发挥。通过认真思考和榜样的引导，我们将更容易找到自己的定位和目标，并有信心和行动力去实现自己的人生价值。

第四段：建设积极阳光的人生态度

央视频道榜样总是把正能量和向上的态度传播给人，通过他们的言行塑造和绘制出一个全新的社会画面。我们也应该向央视频道榜样的这种积极阳光的人生态度学习，表现出自己的积极性和生命力。在任何情况下，都要用积极向上的态度面对生活中的困难和挑战，认为挫折是成长和成功的过程中必须要经历的，避免将困难视为生活的终点，可持续地前进。

第五段：实践，不断进步

理论为基础，实践为检验。只有通过实践给自己锻造了最坚强的动力和气度，才能跨越自我界限，超越限制，做出一番

成功的成就。因此，我们必须将央视频道榜样的精神和理念融入到生活的实践中，不断前进，超越自我，激发内心的强大力量，才能在未来的路上实现更大的价值。

总而言之，央视频道榜样是一种生命力和社会正能量的体现，其精神和理念不仅是我們努力追求的目标，也是我们重要学习的对象。我们深深地理解了央视频道榜样的价值与意义，应该不断将这些精神和理念融入到生活中，不断进步，不断超越自我，成就更大的成功。