**行是知之始，知是行之成**

**——2023年辽宁省华育大学生年度影响力人物**

**李晗事迹材料**

李晗，女，中共党员，大连工业大学食品学院2020级博士研究生，现任食品学院2020级博士研究生年级负责人，曾任食品学院2017级研究生党支部书记，食品学院学生会副主席，食品学院志愿者协会会长。曾被授予“国家青年志愿者奖章”；曾获“国家奖学金”“辽宁省华育大学生年度人物”“辽宁省优秀大学生党员标兵”、辽宁省“优秀毕业论文”“辽宁省第三届未来职场精英挑战赛大连工业大学赛区三等奖”“共青团优秀青年志愿者”“武威市优秀青年志愿者”“李锦记杯学生创新大赛优秀奖”“中国食品科学技术学会研究生论坛竞赛三等奖”“食品安全与营养中国行志愿服务先进个人”、大连工业大学“优秀毕业论文”“优秀毕业生”“优秀共产党员”“优秀研究生”“学生先进个人”“校三好学生”“优秀研究生干部”“校研究生新生奖学金”、食品学院“党建贡献奖”“食跖英才奖学金”、国家海洋食品工程技术中心“学习标兵”“科研先锋”奖等三十余项荣誉。曾参加“中日青少年科技交流（樱花计划）”“蓝色食物与营养健康国际论坛”“食品科学与营养健康国际研讨会”等学术交流活动；曾在中国共产党第二十次全国代表大会开幕时，作为辽宁高校学生代表在辽宁省电视台发表感言。

**端正思想求进步，砥砺前行不言苦**

**思想进步，率先垂范，响应号召，她是引领校园红色“时尚”的先锋。**李晗时刻以党员的标准严格要求自己，认真学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想，努力提高政治理论素养，充分发挥先锋模范作用。在硕士与博士期间，李晗本着“想同学之所想、解同学之所难”的宗旨，全心全意为同学服务。她积极带领同学学习党的各项理论、路线、方针和政策，进行独特的“党员轮流讲党课”“党史趣味竞赛”“党员志愿服务”等活动，丰富了广大同学的课余文化生活，活跃了班级和支部气氛。她在工作上大胆创新，能够踏踏实实地完成学院的各项任务，起到了沟通学院和同学们的桥梁纽带作用。她积极策划并落实“党员结对”工作，加强高年级党员的先锋模范作用，切实了解他人所想所需，聚焦科研工作与实际生活，开展帮扶工作百余次。在她的努力下，所在党支部获评先进党支部，自己也获得了优秀共产党员的荣誉称号。她一直觉得个人的优秀固然重要，但用自己的力量感染、带动周围同学共同进步才是榜样价值的真正体现。她曾在开学第一课上作为在校生代表发言，为学期伊始增添全新气象。她是“食品学院学生论坛”的宣讲人，代表博士生向同学们分享自己的科研经验和志愿服务感悟，点燃同学们积极向上的热情。

疫情期间，她立即主动配合老师开展在校生疫情防控的相关工作。协助辅导员进行体温监测，晚归寝室检查上报，主动完成站岗执勤，新生引领等工作，在全国疫情防控工作中发挥了一名共产党员应有的无私奉献，敢为人先的精神。博士期间，她作为优秀学生代表随朱蓓薇院士走进红色故都——江西省瑞金市和于都县。身着红军服，肩挎红军包，重温入党誓词，重走红色之路，她深刻体会了中国共产党建立红色政权的艰辛奋斗历程。随后她走入苏区，服务苏区，奔赴赣州市商超、社区、卫生院等地开展“食品安全与营养”科普活动，与群众实时互动，热心解答大众关心的食品安全问题，将所学的专业知识用于实践，积极回馈社会。作为一名党员，她全力践行入党誓词，传播正能量，用实际行动去感染并影响着周围的人。

**舍却凡庸名利念，志愿奉献才充实**

**身体力行，无悔付出，敢为人先，她是大学生自我教育的“领航人”。**沐浴在党的阳光下,成长于党的熏陶中，李晗深刻体会到了中国共产党为国家和民族作出的伟大贡献，她坚定听党话、跟党走的信心和决心，期待以青春之我、奋斗之我，书写属于自己的青春华章。在大学毕业后，她积极响应国家号召，到西部去，到需要青年力量的地方去，成为了全国第十八届研究生支教团的一名成员，在甘肃省武威市完成为期一年的支教工作。肩负着神圣的使命，怀揣对支教的憧憬，她走上七尺讲台，承担起了62名学生的班主任兼英语教师的工作。在一年的支教中，每一节课前的努力备课，每一堂课上的生动讲授，每一次课后认真批阅，成为了她必备的工作内容。功夫不负有心人，在第一次期末考试中，她所带的科目稳居同年级第一，同时所带的班级成绩进步飞速，她也因此获得了学生家长和领导们的一致好评。在授课之余，她在班级内开展了“读中华上下五千年”阅读活动以及“大声讲”英文辩论活动，并自费为学生购买奖品，指导学生参加学校的英文演讲比赛获得了优异的成绩，学生们的进步是她支教生涯中最宝贵的财富。在教学之余，她多次到贫困学生家中家访，送去学习用品和应季衣物，在课外进行义务辅导百余次，并积极组织并参加武威市团县委的各项活动，如禁毒宣传教育活动、防溺水宣传教育活动、清扫烈士陵园活动、下乡植树造林活动等。

在志愿服务期间，怀揣 “用一年不长的时间，做一件终生难忘的事情”的信念，在完成工作的同时，李晗积极与社会各界联系，筹集款项与物资，多次完成下乡扶贫项目，深入到贫困村和贫困学校进行结对子服务，真正落实帮扶到家。在六一儿童节期间，与共青团凉州区委携手，践行“童伴计划”，共同为凉州区沙河小学的孩子们送去爱心。此次公益活动与以往不尽相同，在为孩子们送上学习用品、体育器械的同时，还加入了提升孩子们动手能力、协作能力的素质拓展项目并开展了感恩教育活动。一年的时间，她走过了许多贫困的地区和学校，收获的是孩子们在恶劣学习环境中仍然努力绽放的笑脸，她始终坚信她的努力会为孩子们带去一份希望。

**学问靠点滴积累，创造靠实践成功**

**锐意开拓，拼搏进取，勇攀高峰，她是学生科研团队的“排头兵”。**书山有路勤为径，学海无涯苦作舟，回归学校后，李晗始终明确学习的重要性。打铁必须自身硬，她深刻认识到，要想为国家做贡献，就必须有良好的专业知识做基础。因此从入学开始，她便认真学习基础学科，不断积累专业知识，在多次期末综合成绩排名中名列前茅。此外，她一次性通过大学英语四、六级考试，考取公共营养师等本专业的资格证书。研究生期间，依托“国家海洋食品工程技术研究中心”强大的科研平台和“朱蓓薇院士团队”的熏陶，在导师杜明教授的指导下，她勤于思考，善于钻研，实验方案逻辑清晰，样品处理一丝不苟，仪器操作规范仔细，及时与师长和同学进行探讨交流。她有着积极向上和严谨求实的态度，对待科研有着极大的热情，在实验室里总能看到她身穿实验服认真忙碌的身影。在食品领域顶级期刊Critical Review in Food Science and Nutrition, Food Chemistry等共发表SCI论文12篇，以第一作者发表论文8篇（累计影响因子69分，JCR一区文章8篇），作为第二发明人（导师一作，本人二作）获国家授权专利1项，参与国家、省部及市级科研项目4项，在国际上构建并首次解析了牡蛎铁蛋白的晶体结构。她始终将“拓宽国际视野”作为重点，不断提升能力，积极参加国内外学术会议并进行学术汇报与成果展示，并多次获得奖项。她积极将自己的科研成果运用到实际生产中，体现出它的真正价值，也期待能用科研成果为国家食品行业贡献力量。

“青年一代有理想、有本领、有担当，国家就有前途，民族就有希望”，总书记的话时刻激励着李晗。道阻且长,行则将至,行而不辍,未来可期。李晗将继续在学习中汲取真理力量，汲取自强不息、永续奋斗的精神养料，为西部地区扶贫扶智，为全面建设社会主义现代化国家不懈奋斗，继续坚守初心，不断学习，锤炼意志，砥砺品格，向着成为一名优秀大学生努力奋进，在人生的征途上砥砺前行。