

6月18日,央视《神采正飞扬·中国郎之夜·嗨唱济宁》大型歌会在济宁举办

主持人马凡舒:靠热爱与坚持发光



从普通家庭的少女到央视顶流主持,90后主持人马凡舒的成长之路没有捷径,唯有热爱与坚持,每一步都写满励志,值得每一位青少年用心学习。



扫码了解
歌会详情



1993年,马凡舒出生于哈尔滨一个普通职工家庭。父母注重培养她的综合素养,舞蹈、朗诵等才艺的学习,塑造了她踏实沉稳的性格,也为她日后的主持事业埋下了伏笔。高中时,马凡舒目标清晰,始终朝着“成为优秀主持人”的方向努力,这份初心,成为她日后克服困难的力量源泉。

成长从无一帆风顺,马凡舒的追梦之路同样布满坎坷。2011年,她首次高考失利,考入一所经管类院校,可安稳的生活始终让她放不下主持梦想。大一那年,她参加形象大使选拔,决赛时发生意外,泳装系带不慎散开,全场哗然。18岁的她没有慌乱退缩,而是从容整理衣物,镇定完成全程,最终斩获第四名。这场意外让她明白:颜值的光鲜转瞬即逝,唯有专业实力才能站稳脚跟。

不顾家人反对和他人质疑,马凡舒毅然退学复读。19岁的她从零出发,凌晨五点对着柳树练声,含着小石子纠正发音,每天高强度学习十几个小时,拒绝一切娱乐。备考的日子枯燥煎熬,无数个深夜她疲惫到想哭,却从未放弃。2012年,她以黑龙江省播音专业第一名、全国第九的成绩,考入中国传媒大学播音主持专业,圆了自己的梦想。这份破釜沉舟的勇气,告诉我们:不怕起点低,只怕不敢拼;不怕走弯路,只怕不敢重新出发。

进入大学,马凡舒始终保持自律,认真钻研专业知识,反复打磨主持技巧。后来,她签约腾讯体育,成为国内首位NBA赛事女主持人,闯入男性主导的体育领域。刚入行时,因专业知识不足,她被贴上“花瓶”标签,弹幕

满是嘲讽。面对恶意,她没有辩解,而是熬夜恶补赛事规则,手写3大本笔记,跟着资深解说逐句打磨台词。短短三个月,她用实力赢得了认可。

2022年,28岁的马凡舒首次主持春晚,成为90后春晚主持代表。此后五年,她始终保持谦逊,不断优化自己,零下二十摄氏度的户外直播、高强度的晚会连轴转,她都坚守岗位、状态在线。她用行动证明:真正的优秀,是永远不满足现状,永远在突破自我。

如今的马凡舒已是央视实力派主持人,却始终低调谦逊。她曾说:“舞台从不辜负认真的人,所有的光鲜背后,都是咬牙坚持的日常。”这句话,正是她成长之路的真实写照。

马凡舒的故事告诉我们:面对梦想,要有破釜沉舟的勇气;面对挫折,要有越挫越勇的坚韧;面对成长,要有持续自律的坚持。愿我们以她为榜样,以热爱为炬,以坚持为阶,在最好的年纪,不负时光、不负自己。

(来源:综合)



摘抄吧小记者:

1. 舞台从不辜负认真的人,所有的光鲜背后,都是咬牙坚持的日常。
2. 不怕起点低,只怕不敢拼;不怕走弯路,只怕不敢重新出发。
3. 优秀从不是天生,而是把别人质疑的时间,用来默默努力,最终惊艳所有人。

1970年,谢军出生于北京,是中国首位国际象棋女子世界冠军。四度加冕世界棋后头衔,3次带领中国女队夺得国际象棋奥林匹克团体赛冠军。现任国际棋联副主席、中国国际象棋协会会长。

1991年,谢军首夺国际象棋女子个人世界冠军,迈出中国国际象棋攀登世界高峰“四步走”目标的第一步。

做棋手的同时,她一直没有停止过学业。“下棋很幸福,但人生不止棋局。”谢军说。

早在第一次夺得世界冠军之前,她已是北京师范大学的学生。16年的时间,先后完成外国语言文学本科、体育学硕士研究生、心理学博士研究生阶段学习和教育学博士后的研究工作,多学科领域的学习和训练帮助我从多元视角思考体教融合,进而推动国际象棋项目发展。

在谢军看来,人工智能取代不了棋类运动对人类思维的训练价值。棋类项目培养的逻辑、抗压、决策等能力,是人工智能无法替代的。当然,人工智能让训练更加高效,降低学习门槛,让更多国际象棋“荒漠”地区有可能诞生高手,利于项目普及。同时,人工智能的发展,也对赛事的反作弊监管提出了更高要求。

(来源:人民日报)

国际象棋名将谢军:下棋很幸福,但人生不止棋局