

2023年自救自护教育班会记录 感恩班会 发言稿(实用5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。相信许多人会觉得范文很难写？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

自救自护教育班会记录篇一

大家上午好！

听了同学们的感恩朗诵，我深受感动，陷入沉思。

以身为山，扶我一把又一把；伏背作床，伴您一程算一程。感恩，从亲人开始；乐做人梯通大厦，甘当绿叶托红花。感恩，从自身做起。

感恩是一种付出，感恩，更是一种收获；感恩，需要模仿和学习，感恩，更是一种内心的渴求。不懂感恩人人都能，学会感恩才不简单。

感谢菜，感谢饭，感谢父母将我们生养；感谢天，感谢地，感谢身边有个温暖的你；感谢国家感谢党，感谢我们相聚在20xx的107.感恩，能让我们更深入、更细微地领悟到生命的可贵，也正因为有了这种领悟，也就懂得了，感恩，其实是能使我们变得更强、走得更远、飞得更高的强大力量！

感谢学校领导包容我的任性，指导我的成长，等待我的成熟；感谢家长朋友信任我的年轻，理解我的急迫，支持我的霸道；感谢全体同学忍受我的脾气，配合我的安排，顾全我的颜面。遇见你是上天的恩赐，而感恩你则是我情不自禁。

最后，希望同学们因心怀感恩之心而紧跟老师步伐，前行；因心怀感恩，而努力拼搏，担起肩上的那份责任，回报时时牵挂你的父母，安抚如履薄冰的师长，慰藉起早贪黑的自己！

谢谢大家！

自救自护教育班会记录篇二

卡耐基说过：“有两种人绝对不会成功：一种是除非别人要他做，否则绝不会主动负责的人；另一种则是别人即使让他做，他也做不好的人。”在这个世界上，每个人都扮演着不同的角色，每种角色又都承担着不同的责任。一个人只有具备了勇于负责的精神之后，才会产生改变一切的力量。任何时候，我们都不能放弃肩上的责任，扛着它，就是扛着自己生命的信念。责任让人坚强，责任让人勇敢，责任也让人知道关怀和理解。因为当我们对别人负有责任的同时，别人也在为我们承担责任。谁也不能改变谁，只有自我改变，才能使身边的万物改变，不要抱怨什么埋怨什么，一定对自己说没有什么不可能的，只要肯做，坚持，自信，执着，我相信明天的路一定更会美好。

工作首先是一个态度问题，在岗一日，尽责一天，认真执行，不找借口。想要成为一名优秀的职工，要有责任心，不因事小而不为，要以高度的责任心对待自己的工作，用自己的特长和学到的理论指导工作，以高度的责任感去面对工作中的种种挑战。

在我看来责任是职场最强的能力，与之相对应的是，感恩则是职场最大的动力。人学会了承担责任，就要学会感恩，感恩父母，感恩老师，感恩单位，感恩同事，感恩朋友，是他们给了我们一个平台和空间。学会感恩是担当责任的基础，成功不是一种机会，而是一种选择，学会感恩，选择责任。

学会感恩，感恩身边的每一人，感恩社会，感恩单位，一个

懂得感恩的人才会领会责任胜于一切的真理！责任是一种精神，责任就是荣誉。我们应该怀着一颗感恩之心，用自己的实际行动去担当责任，当我们带着一颗感恩之心去履行自己的责任时，我们的内心和人生也会因此而显得丰盈和充实。

如今的我，也努力用自己的实际行动，诠释着爱岗、敬业，担当责任的真谛，是公司这个大家庭，给了我实现梦想的机会，为我提供了施展才华的舞台。所以我时刻怀着一颗感恩的心。正是这种心情，激发着我不满足于普普通通的工作表现，一切都想做到最好；正是这种信念，鼓舞着我勇敢的去承担起这份属于我的责任，用自己的力量，为集团公司的宏伟蓝图、为实现我的中国梦而努力奋斗！

我的演讲完毕，谢谢大家！

自救自护教育班会记录篇三

大家好！

今天我给大家演讲的题目是——感恩。自古以来，感恩就是中华民族的一个永恒、古老而崭新的话题。只有感恩他人、感恩父母、感恩自己，学会感恩，学懂感恩，我们才可以成为社会的优秀者。民间有谚语曰：滴水之恩，当涌泉相报。但是在这个日益发展，社会关系越来越冷漠的今天，我么是否还在铭记感恩，心中长存善念呢？感恩他人，不但是对他人善意的回报，也是对自己人格的诠释。俞伯牙为报知遇之恩，因钟子期死而摔琴；韩信为报漂母之恩，留下“一饭千金”的佳话；孟郊为报慈母之恩，写出旷世诗篇《游子吟》。

唐代诗人陈润《阙题》诗中道：“丈夫不感恩，感恩宁有泪。心头感恩血，一滴染天地。”李白在《赠汪伦》中道：“桃花潭水深千尺，不及汪伦送我情。”这些中国古代的许许多多的话题，都在解释着一个词语——感恩。因为感恩，我们更快乐；因为感恩，我们更自信；因为感恩，我们时时刻刻

心中铭记中华道德传统。

感恩他人，是对他人付出的回报，是对我们人格的诠释，是对中华民族文化的传承。感恩父母，是我们在汲取父母的血汗之后仅可以做的一点点的报答。父母给了我们生命，给了我们生活。我们感恩父母，孝敬父母都是应该的，因为他们为我们弯了腰，驼了背。感恩自己，是对自己的肯定，是相信自己的表现。只有时刻感恩自己，我们才可以向前冲刺，才可以飞的更高，飞的更远。

父母是我们的加油站，我们是自己的发动机，而他人则给了我们选择的道路。我们对这一切都应该感恩，都要感恩。学会在感恩中成长，在感恩中自由飞翔。感恩需要爱，有爱的世界才美丽，有爱的世界才和谐；感恩也需要细心的呵护，因为感恩往往就是来自生活中的每一件小事。

感恩他人，也许只是偶尔的一臂之力，他们就会为他们的付出所值得。因为可以无私付出的人不会在乎回报是什么，他们在乎的是他们的付出是不是为世界带来了爱。感恩父母，也许就是为父母洗一次脚，在他们劳累了一整天之后为他们揉揉肩，他们在乎的是儿女的心，心中有父母，出门不远行。就是这简单的一些小事，可以体现在感恩的点点滴滴之中。感恩自己，只是需要一个自信的微笑，我们就可以给自己心灵的满足。

感恩应该远离冷漠，拒绝自私，无私报答。我们要对心胸狭窄说“不”。有些人对生活厌烦，对自己自暴自弃，想改变自己的生活。其实，他们只是少了对生活的感恩。只要心中常存感恩的信念，枯燥的生活也是一幅美丽的油彩。

给寒冷中的狗垫上温暖的棉絮，它们会默默的注视着你；从猫嘴救下受伤的小鸟放飞森林，它们会在树梢默默的为你鸣唱。它们都不会说话，它们只能用这种方式表达感恩之心。动物尚且如此，何况我们人类呢。所以，感恩吧，学会感恩

吧，有了感恩之心，寒冷的冬天我们不在抱怨，烦心的事情我们不会铭记，他人的恩惠我们将心中长存善念。

学会感恩，感恩他人，感恩父母，感恩自己。谢谢！

自救自护教育班会记录篇四

大家下午好！

去年我和张子璇参加了小主持人培训班，在那里我们学习如何发声，学习绕口令，诗歌朗诵，学习怎样主持班会，节日家宴，同学生日，怎样主持联欢会，给老人祝寿，在那里我们每次都要站在同学面前表演，最后汇报演出的时候，家长都来了，看我们精彩表演都说我们真不简单，说出的话头头是道，声音宏亮、好听。在那以后，我真的给家人主持生日，过节的时候主持家宴，说好听的祝福的话，一家人都很高兴，家宴变得非常有意义，感谢苏老师给了我主持班会的机会，我主持得虽说不够好，但我真的很努力！

人之初，性本善，……《三字经》是我们小朋友学知识学历史非常好的经典，它朗朗上口，有许多流传千古的故事，学会三字经，我们就与众不同了，有愿意学的同学也请跟我来。

我们一定要过一个有意义的寒假，学小主持人，过春节吃年夜饭的时候，我们就可以一显身手，让家里人刮目相看了；会背三字经也会让家人大吃一惊的，寒假里有春节，我们盼望着能穿新衣，放鞭炮、看花灯，要压岁钱，如果我们能学到本领，家人一定会更高兴的！

我衷心地祝愿同学们都能取得好成绩，为二年一班争光，为苏老师添彩，也希望同学们能参加学习班，过一个开心、向上有意义的寒假。

自救自护教育班会记录篇五

正如很多人所知道的那样，老鹰一生大约70多岁，然而在它们30多岁的时候需要经历一段难熬的时光，它们的喙在长到这个年纪时会变得笨拙，喙顶端的钩子几乎碰到了自己的胸部，显然处在这个时期的老鹰是无法捕食的，于是它们只有不停地在石头上啄自己的喙，把原来的喙给敲打褪掉，然后长出新喙，才能再次翱翔蓝天，否则它们就会活活饿死。处在高三的我们现在不就如同正处于这么一个“磨喙阶段”么？当然，我们也要像鹰一样，不怕“磨喙”的痛苦，将自己的喙磨得比别人更坚硬，更锋利，直到咬下高考这个猎物，最后展翅高飞。

现在，你们的梦想都在这里，我想这些梦想你们都是有能力去实现的，既然是实际的，就要努力实现它，如果不努力，高考只有一次，你将来肯定会后悔，你就愧对了你现在所立的梦想。只要你努力了，即使没有实现你也不会后悔，因为你拼搏过，奋斗过！大声的告诉我，有没有信心？！！！！

励志人物故事（董伟）其实每个人都有两面性，就如主人公董伟，大家都是高三的学生了，都知道自己应爱做什么，不该做什么。但有的时候可能会觉得内心的一种惰性或贪玩让自己做一些不该做的事，我也有过这种情况，犯了不少错，这种时候就要注意了，不能任由这种不好的习惯发展，否则人就会向不好的方向成长，不管用什么方法，必须努力克制自己，这样才会成功！

珍惜时间初中的时候，我们班有位女生，她就是一天到晚拼命学习的，孜孜不倦，我们在学，她在学，我们在玩，她还在学，而且是全身心的投入。当然了，她说女神级的人物，我们不和人家比，让同学长时间地不停学习也不现实，大脑总是要休息的，但是一定要掌握好这个度，一定要利用好大部分的时间，时间不充分利用肯定不行。

我有一种感受，虽然高三非常苦，但是能和同学们一起在同一个教室里学习，奋斗是很快乐的。而且我觉得在我们认为埋葬我们童年和青春的地方，将是我们未来最想回到的地方。

学游泳的我们可以看出，故事中的这个人虽然很聪明，但是他把聪明用错了地方，在我们的学习生活中，有些同学也喜欢和老师耍小聪明，却不知和老师耍小聪明就是对自己的不负责，对家长和老师的不负责任，聪明是一个人的优点，但如果把聪明用错了地方，那么聪明就变成了无知。所以我们要做的，应该是正确地使用我们聪明的头脑，我相信坐在这个教室里的同学都有一个聪明的脑袋，我也相信在座的同学也一定会正确地使用自己的智慧，为实现人生目标，或近在眼前的大学梦而拼搏而努力！

在我看来，我觉得我们班的地理位置还是不错的，同学们学习累了，下课就去阳台看看池塘的金鱼，或者远眺四周田野，让大脑休息一下，为下节课做准备，这样也不失为一种提高学习效率的方法，还可以放松一下自己，缓解学习压力，当然，就如同之前向同学们展示的，好的学习方法更是一种提高学习效率的途径，我也的确看到我们的部分同学有很好的学习方法，很好地提高了学习效率，希望大家学习。

同学们，为了我们不遥远的大学梦，让我们一起化梦想为动力，通过勤奋，加上正确的方法和对时间的珍惜，我们会成功，未来舍我其谁，加油吧！