

春季开学第一课讲话稿题目(通用8篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

春季开学第一课讲话稿题目篇一

亲爱的同学们：

大家好！

20xx年，对于我们初三(4)班的全体同学来说，是一个令人难忘的日子，因为，在这一天，我们带着美好的希望，载着理想的帆船，走进了初三，正式接过了qf师兄师姐们生生不息的薪火，继承了qf初三学子积极进取，勤奋好学的精神，为实现心中的理想，完成人生的使命而努力！在这里，我向在座的同学们从此开启崭新人生表示由衷的祝贺！有人说初三是高山，需要抓住一条信念的绳索，努力向上攀登；有人说初三是帆船，只要设定一个目标，紧握住理想的船桨，就能领略它神圣的美景；有人说初三是沙漠，枯荒；有人说初三是谷地，孤寂。

而我要说，初三是丰富而充实的。

紧张的学习并不是枯燥的，当你终于解出一道困扰你许久的难题时，那种感觉如同清风般清爽。

初三是人生的第一次考验，无论生活有多大的'困难，只要我们脚踏实地，挺直胸膛，坚定、充满自信地走过，相信自己的拼搏必能换来最后的一笑。

初三的勤奋苦学，犹如蚕蛹破茧，说说容易，过程又何尝艰辛。

要尽快地适应初三生活学习的节奏，同学们就必须严格按照学校的课程设置、课时安排和作息时间，尽快适应初三的生活节奏和老师的授课方式，而且今天就要准备好每一科的笔记本和相关学习用品。

大家不仅要重视语、数、英、政史、物理、化学等统考科目的学习，还要重视体育锻炼，只有拥有一个健康的身体，才能为我们紧张的学习提供充足的精力。

初三，充满挑战，富有诱惑。

一句话：观望等待，你就要落后，迅速投入，你将尽情驰骋！

大家有没有信心？今天我有幸成为初三（4）班的班主任，心里感到非常高兴。

看着你们一张张笑脸上洋溢着对未来的期待和憧憬，也倍感责任重大。

在这里，请允许我代表初三（4）班全体老师向大家承诺：我们将和你们一起努力，用严明的纪律、耐心的沟通、和优质的课堂，做好你们生活中的朋友和学习的导航员。

同学们，就让我们携起手来，握紧我们手中的接力棒，一起谱写qf中学历史上新篇章！把握每个瞬间，让梦想在一分一秒中慢慢实现！我们的未来不是梦，让我们一起努力，加油！

春季开学第一课讲话稿题目篇二

亲爱的老师们，亲爱的学生们：大家好！

同学们，生命只有一次、健康不能重来。生命安全就掌握在我们自己手中。这安全不仅关系我们个人、更关系到我们身后的家庭、学校、整个社会、和整个国家。珍爱生命，增强安全意识，让快乐与幸福伴随我们的童年。

今天老师围绕“安全”这个主题，与同学们一起交流几个方面的安全问题。

1、同学们养成良好的日常行为习惯，上下楼梯靠右轻走，严禁在楼道走廊里奔跑追逐、跳皮筋，严禁翻爬扶栏、窗户等危险区域。

2、不摸、不动灭火器材、电线、各种开关;为防止火灾和意外事故，除实验外，所有教室及其他场所严禁违反规定使用明火。

3、在学校各种劳动中注意安全，如扫地，擦窗户，搬桌子等，预防意外事故。

4、增强安全意识，时时处处树立“安全第一”思想，加强安全教育。

5、要注意食品卫生安全。现在春季到来了，食物容易变质。不要到无牌小店去购买食品。不准吃零食，谨防“病从口入，毒从口入”。

7、要注意心理安全。同学之间要互相体谅和互相理解，多看看别人的长处，尊重同学的不同个性;同时自己也要以平和的心态来处理自己面对的困难。

8、在各项运动中要注意运动安全。上体育课和课外活动前要充分做好准备活动，运动时不要剧烈碰撞，以免撞伤或摔伤。

9、要注意教室的安全。学生上课离开本班教室一定要关好门

窗，不能给小偷有可乘之机；还有个别学生把球带到教室，在走廊上踢球，这种行为既违反了校规，又存在着很大的安全隐患，试想一下，若把玻璃窗踢碎，玻璃片飞入哪一位同学的眼中，那后果是不堪设想的。希望有这种违纪行为的同学要立即改正。

现在的交通发展比较快，马路上车辆来来往往非常多，在此有必要提醒我们的同学在上放学途中注意交通安全，也要做好宣传工作，提醒爸爸妈妈注意交通安全。老师提倡同学们做到以下几点：注意上学和放学安全，在上学和放学时要抓紧时间，不要在路上玩耍；更不要在公路上乱穿，不在马路中间行走，要走马路两旁人行道；过马路不得翻越栏杆和隔离墩，要走人行横道线，还要注意来往车辆；不在马路上踢球；不满12周岁的不骑车；年满12周岁，父母已经同意你骑车的同学要注意，骑车不带人，不在公路上骑飞快车；乘车时不向窗外招手探头，乘车须抓紧扶手，车停稳后再下车，不乘坐无牌、无证的农用运输车。

在家活动要注意安全。特别是父母不在的时候，活动要远离建筑工地、道路等存在安全隐患的场所；不到坑、池、塘、沟、河流、水坝、施工重地等不安全的地方玩耍；不玩火，不燃放烟花爆竹，防止意外伤害。不进入网吧、电子游戏厅等未成年人禁止活动的场所。出门一定要告知父母长辈知道，告诉他们你和谁在什么地方玩，要注意时间，不要很晚回家，以免父母担心。双休日，不要到学校玩耍。

同学们受到意外伤害，很多是没有想到潜在的危险、没有自我保护意识造成的。我们只要不断增强自我保护意识、提高自我保护能力，就能有效地避免和预防意外伤害。假期我们要注意不跟随陌生人外出游玩，不吃陌生人给的东西，不让陌生人随便出入家门。不随便向陌生人透露自己的真实身份、家庭住址和电话号码。

同学们在家不要自己随意使用一些家用电器、煤气灶、卫生

浴具等。要在家长指导下正确使用，不能麻痹大意。家里的电器及设备发生故障时不要擅自去动。还要注意防盗。

总之，我希望同学们时时处处注意安全，同时合理安排时间，认真学习，按时完成作业，做到学习和休息两不误。希望同学们从现在做起，“安全”二字，永记心中，管好自己的口、管好自己的手、管好自己的腿，努力养成倡导科学、健康生活、文明守纪的良好生活习惯。

最后，祝各位同学在新的学期里健康、安全、快乐成长，学习进步！

春季开学第一课讲话稿题目篇三

春季的到来也迎来了开学季，开学第一课班主任老师如何发言讲话？下面是本站小编给大家整理的春季开学第一课讲话稿，供大家参考！

同学们，中国是一个有着五千年历史的文明古国，中华民族素来是一个讲求、崇尚接人待物温文尔雅，落落大方，谦恭礼让的文明礼仪之邦。

每个人的举手投足、音容笑貌，无不体现出个人的气质与素养。

荀子云：“人无礼则不生，事无礼则不成，国无礼则不宁。

”文明礼仪是我们学习和生活的根基，是我们健康成长的臂膀，是民族素质、国体形象的体现。

文明礼仪不是抽象的概念。

它体现在我们的一颦一笑、一言一行中。

文明礼仪是路上相遇时的微笑，是同学有难时的热情帮助，是与人相处时的亲切真诚，是见到师长时的问早问好，是不小心撞到对方时的一声“对不起”。

文明礼仪体现在我们学习和生活的一切细节之中。

文明礼仪是一种品质，文明礼仪是一种修养。

人字的结构很简单，一撇一捺，但写起来容易做起来难。

所以，我们要经常性地思考，“我在做什么，我做得怎么样，我要成为怎样的人？”做怎样的人，一百个人会有一百种答案，但在每一个答案的背后都有一个基点，那就是做人首先要做一个讲文明、懂礼仪的人。

为促进文明礼仪风尚的日趋浓厚，推进校园和谐，希望大家共同做到：

- 1、 参加升国旗仪式，做到快、静、齐，衣着整洁、脱帽肃立，行注目礼。
- 2、 参加集会严格守纪，观看演出、比赛做文明观众，不起哄，适时适度鼓掌致意。
- 3、 仪容仪表端庄大方，不烫发，不染发，不留披肩发，不化妆，不佩戴首饰。
- 4、 不打骂人，不说脏话，不高声喧哗，不叫侮辱性绰号，不欺负弱小。

作为学生，除了在学校学习科学文化知识之外，还要学会做人，学会接受老师的谆谆教诲和批评教育。

尤其是在自己犯了错误的时候，理应有本文来自小草本站一颗悔过之心，去面对自己的错误，改正自己的错误。

而那些顶撞辱骂老师的现象，更是我们当代中学生所不耻的行为。

尊敬老师、尊敬长辈、尊重他人，是我们每个中学生首先要具备的最重要的礼仪。

同学们，“天下大事，必行于细”，讲文明懂礼仪重在行动。

“国尚礼则国昌，家尚礼则家大，身尚礼则身正，心尚礼则心泰”。

身居礼仪之邦，应为礼仪之民。

知书达礼，待人以礼，当是我们的基本素养。

我们既是校园文明礼仪的受益者，更是文明礼仪的创造者，每位同学都是九中校园的文明礼仪使者。

让我们携起手来，共同努力，使九中校园的明天更加文明有礼，和谐美好！谢谢大家！

各位同学、全体教职工们：

过去的一学年，是xx实验小学发展史上值得记忆的一年，由于大家的共同努力，我们创造了许多奇迹般成绩：

———高分通过xx市优质小学评估验收；

何xx等五位老师获评市、区级骨干教师；暑假曹xx等六位教师集体义务献血。

———在校670多位学生，一年中获得区级以上荣誉的有230多人，超过总数的三分之一。

——《综合性课题《xx农村小学幸福童年教育的实践研究》批准成为江苏省立项课题；

成绩只能说明过去，我们要在新的学年里有新的目标、新的付出、新的成就。

目标是学校办学理念(齐读) 享受幸福童年，创造美好人生，为此我们希望(齐读) 打造敬业从容团结超越的幸福教师，培育自理自强绿色阳光的幸福学生。

自理自强就是要同学们努力做到自己能做的事自己做，并且做好。

如每天自觉睡足十小时以上：吃饭不挑食、不浪费，每顿都吃饱；不带零食进校园，不乱扔垃圾；每天大便、洗脚、洗脸、整理床铺；课上主动思考，及时完成作业；课后有一项艺体器材和同学们一起玩。

绿色阳光是希望每个同学能把同学、老师当成自己的好朋友，把自己高兴的、不高兴的事立即告诉好朋友；也希望每个同学遵纪守法，珍爱生命，不做危险游戏，如在楼梯间跳跃、打闹，沿楼梯护栏滑行等，上下学注意交通安全，不随意搭乘别人的车子，不随意住在别人家里，不满十二周岁不能单独骑自行车等；更希望每个同学低碳生活，节约水电和学习用品，在学校、在家里、在社会都爱护花鸟虫草，争当绿色小卫士！

各位老师、同学们，今后三年，我们的目标是打造“幸福童年教育”品牌，让我们共同努力。

今天，勤学苦练，享受幸福童年，我们以xx小学为荣；明天，桃李芬芳，创造美好未来□xx小学以我们为荣！

亲爱的同学们：大家好！

20xx年，对于我们初三(4)班的全体同学来说，是一个令人难忘的日子，因为，在这一天，我们带着美好的希望，载着理想的帆船，走进了初三，正式接过了qf师兄师姐们生生不息的薪火，继承了qf初三学子积极进取，勤奋好学的精神，为实现心中的理想，完成人生的使命而努力!在这里，我向在座的同学们从此开启崭新人生表示由衷的祝贺!有人说初三是高山，需要抓住一条信念的绳索，努力向上攀登;有人说初三是帆船，只要设定一个目标，紧握住理想的船桨，就能领略它神圣的美景;有人说初三是沙漠，枯荒;有人说初三是谷地，孤寂。

而我要说，初三是丰富而充实的。

紧张的学习并不是枯燥的，当你终于解出一道困扰你许久的难题时，那种感觉如同清风般清爽。

初三是人生的第一次考验，无论生活有多大的困难，只要我们脚踏实地，挺直胸膛，坚定、充满自信地走过，相信自己的拼搏必能换来最后的一笑。

初三的勤奋苦学，犹如蚕蛹破茧，说说容易，过程又何尝艰辛。

要尽快地适应初三生活学习的节奏，同学们就必须严格按照学校的课程设置、课时安排和作息时间，尽快适应初三的生活节奏和老师的授课方式，而且今天就要准备好每一科的笔记本和相关学习用品。

大家不仅要重视语、数、英、政史、物理、化学等统考科目的学习，还要重视体育锻炼，只有拥有一个健康的身体，才能为我们紧张的学习提供充足的精力。

初三，充满挑战，富有诱惑。

一句话：观望等待，你就要落后，迅速投入，你将尽情驰骋！

大家有没有信心？今天我有幸成为初三（4）班的班主任，心里感到非常高兴。

看着你们一张张笑脸上洋溢着对未来的期待和憧憬，也倍感责任重大。

在这里，请允许我代表初三（4）班全体老师向大家承诺：我们将和你们一起努力，用严明的纪律、耐心的沟通、和优质的课堂，做好你们生活中的朋友和学习的导航员。

同学们，就让我们携起手来，握紧我们手中的接力棒，一起谱写qf中学历史上新篇章！把握每个瞬间，让梦想在一分一秒中慢慢实现！我们的未来不是梦，让我们一起努力，加油！

春季开学第一课讲话稿题目篇四

同学们：

我们迎着春风，踏着晨露，满怀希望，迎来了新的一学期。开学第一天，我代表学校再次给同学们讲一讲安全。

一讲到安全，可能有的同学会感到厌烦。请记住，生命是宝贵的，生命又是脆弱的。安全事故重视了就会远离你，使你生命长在；麻痹大意就会靠近你，甚至危害生命。因此，安全问题再强调也不过分，就是要经常讲，反复讲。首先，“珍爱生命，安全第一”的意识必须牢记心中。交通安全、消防安全、饮食安全、活动安全、卫生安全等等，安全意识最根本。“没有安全就没有一切”。生命是你自己的，也是家庭的、学校的、社会的。安全事故的最大隐患是麻痹和无所谓的心理。

其次，作为学生来说，要听从、服从学校和老师的教育和管理，遵守学校的校规校纪，事故往往发生在违规违纪中。第三，要培养防护能力，学会自护自救，掌握基本的避险知识和逃生本领。比如说，在学校里遇到地震、火灾或其它发生了险情，同学们就不能惊慌，听从指挥，按照平时演练有序疏散。上学、放学途中或外出游玩，特别注意防范，确保交通安全。

第四，近段时间特别要注意的：一是穿越公路一定要注意交通安全。二是注意春季呼吸道传染病，注意预防诺如等病的发生。三是关注饮食安全，不买、不吃非法经营摊点售卖的食品、饮料，不吃零食。四是注意小事，如课间不追逐打闹，不攀爬树木和体育器械，不翻越门窗，出操集合要整齐有序不要狂奔飞跑，体育课安全。五是不玩耍刀具、打火机、弹力球、尖硬物、砖头石头等危险物品，不从事危险活动。要记住：一次碰撞，一次摔跤，任何一次小小的意外，都可能导致难以想象的伤害。

专家研究结果表明，只要重视防范，80% 以上的事故是可以避免的。只有时刻具有安全防范意识，严守安全管理规章制度，掌握安全知识，不断提高自我保护能力，伤害、厄运才会远离而去。

同学们，在父母的眼里，你是家庭的精神支柱；在老师的眼里，你们是寿祠桥小学的光荣，是父母、老师、国家的希望。

只有生命存在，才能去创造未来；只有同学们健康成长，我们的校园才会充

满阳光，充满生机。让我们切记：珍爱生命，安全第一！平安是福，让安全伴你我同行！

老师们、同学们：

大家好！今天是新学期的第一天。我给大家上开学第一课安全教育。因为安全是我们快乐学习与生活的前提，是我们每个人的心愿。所以说安全重于泰山，必须警钟长鸣。

同学们要遵守《小学生日常行为规范》，从小养成良好的生活行为习惯，具体而言有：

- 1、不能携带、玩耍刀具、火柴、打火机等危险品进入校园，一经发现立即收缴；
- 2、在校园禁止学生使用手机、游戏机等电子产品，一经发现立即收缴到期末放假才能取回。
- 3、在课间不做剧烈的活动，避免发生各种伤害事故；上下楼梯靠右走，做到“右行礼让”；不追逐嬉戏，不打闹，不攀高，不拥挤，不抢道；不在教学楼内打球、踢球。
- 4、课间文明休息，严禁用扫把、垃圾斗、棍棒、粉笔、石头等危险品玩耍。
- 5、与同学和睦相处，不能引发矛盾。

二、遵守交通规则和交通秩序。

- 1、来学校、回家时做到文明行路，不在路上玩耍，不骑车；
- 2、不乘坐农用车辆，不乘坐无牌无证车辆，不乘坐超载车辆；
- 3、不得设置路障，两人成排，三人成行，要靠公路右行。

三、讲究饮食卫生，养成良好习惯。

- 1、讲究个人卫生，勤洗手、常洗头、常剪指甲；
- 3、不随地吐痰，不乱扔果皮纸屑。

四、强化“防火灾、防触电、防侵害、防地震、防溺水”安全意识。

1、不吸烟、不玩火，不焚烧废弃物；

2、不随意触摸各种电源电器，不私拉电线，不在电线上晾衣服和悬挂物体；

3、万一遇有电器设施引起的火灾，要迅速切断电源，然后在灭火；

4、发现有人触电时，要先使触电者尽快脱离电源，在采取其它抢救措施。

5、不接受陌生人接送与来访，遇到形迹可疑的人要及时报告教师。

五、学会自护自救，提高防御能力。

学会简易的防护自救方法，遇到偶发事件要冷静对待；敢于批评、指正一切违反安全要求的行为和现象，做维护校园安全的主人。

各位同学，只要我们从小养成良好的生活行为习惯，严格遵守《小学生日常行为规范》，遵纪守法，时时注意安全，事事注意安全，记住家长电话和急救电话（110、119、120），提高自我保护意识和能力，就能有效地避免和预防以外伤害。

同学们，一人安全，幸福全家；生命至上，安全为天；安全第一，预防为主；我们无论做什么事，都要记住安全第一。让我们积极行动起来，在全校形成一个“人人关心校园安全”的浓厚氛围。我们一定要时刻加强安全意识，努力增强自我防范能力，做到警钟常鸣，永记心间。

最后，祝各位同学在新的学期里健康成长，学习进步！

亲爱的同学们：

经过了一个平安、愉快的寒假，我们满怀新的希望迎来了生机勃勃的2015年春季。根据上级要求和学校学生工作部的安排，今天我利用开学的契机，围绕“安全”这个主题，和大家进行交流及沟通。

“关爱生命、安全第一、教育为先、预防为主”是我们安全工作的宗旨，对于每个人来说，生命都只有一次。注意安全，就是善待和珍惜生命的一种有效途径。校园安全与我们每个师生密切相关。做好校园安全工作，是我们做好学校各项工作的基础和前提，是学校教育的首要任务之一，必须长抓不懈，落到实处。为进一步做好我校的安全教育工作，现提出以下几点要求：

一、课堂安全

1. 认真上好每一节课，不在课堂上玩玩具，不嬉闹。
2. 发现无老师进课堂时，班干部应及时去办公室请老师或者是报告学校教务处。
3. 上体育课要充分做好准备活动，运动时不要剧烈碰撞，以免撞伤或摔伤。没有老师的允许不准使用固定体育器械。
4. 到专用教室上课时，需提早在班级教室外排好队伍，有序地到达专用教室上课。

二、课间安全

1. 禁止在校园里追逐、打闹、玩危险游戏，避免不必要的伤害。提倡玩一些健康的游戏或适当地运动，比如踢毽子、跳皮筋、下棋等。
2. 上下楼梯靠右行走，不拥挤，不推搡，不打闹，避免踩踏事故的发生。
3. 严禁翻爬楼梯扶手、护栏，禁止溜花坛，爬围墙。
4. 在学校各种劳动中注意安全，如扫地，擦窗户，搬桌子等，预防意外事故。

三、交通安全

1. 要遵守交通法规，行人靠右行，不闯红灯，不跨越护栏，横穿道路要走斑马线或地下通道，并且要左顾右盼看是否有车辆经过。
2. 未满12周岁儿童不准骑自行车上学。上下学不坐无牌无证车辆。
3. 乘坐车辆时不把身体任何部位伸到车窗外，避免事故发生。

三、饮食安全

1. 购买袋装食品要看清楚生产日期、保质期、生产厂家及地址，不购买“三无”食品。
2. 不吃腐烂变质食品，少吃或不吃零食，不喝生水，不要在校外小摊小贩上购买食品。谨防“病从口入”。
3. 饭前便后洗手，不偏食，不暴食暴饮，多吃绿色食品。

四、强化“防火灾、防触电、防侵害”意识。

1. 不吸烟、不玩火，不焚烧废弃物。
2. 不随意触摸各种电器，不私拉电线，不在教室内使用充电器等电器。
3. 不接受陌生人接送与来访，遇到形迹可疑的人要及时报告班主任或老师。

五、寄宿生的安全

1. 严格按照学校寄宿部作息时间作息。
2. 不得擅自离校，有事请向班主任或寄宿部生活老师汇报。
3. 不在宿舍内使用电器，上下铺注意安全。
4. 其他安全注意事项与对其他同学的要求一样。

六、学会自护自救，提高防御能力。

1. 遇到偶发事件要冷静对待；敢于批评、指正一切违反安全要求的行为和现象，做维护校园安全的主人。
2. 学会简易的防护自救方法，从小养成良好的生活行为习惯，严格遵守中小學生日常行为规范，遵纪守法，时时注意安全，事事注意安全。
3. 记住家长和班主任的电话号码及急救电话（110、120、119），提高自我保护意识和能力，就能有效地避免和预防各种事故的发生。

百善文明为先，万思安全最重。文明在于细节的处理，安全在于未然的防患。让我们积极行动起来，在全校形成一个“人人关心校园安全”的浓厚氛围。我们一定要时刻加强安全意识，努力增强自我防范能力，做到警钟常鸣，永记心

间。

最后，祝各位同学在新的学期里平平安安生活，快快乐乐学习，健健康康成长！

新学期开始了，安全将时时刻刻伴随着我们学习和健康成长。为了全班同学的安全，这里我就本学期的安全工作向同学们做以下要求：

1. 增强安全意识，时时处处树立“安全第一”思想，加强安全教育。
2. 认真吸取近几年来安全事故血的教训，树立自我防范和保护意识，坚决杜绝安全事故的发生。
- 3、严禁学生擅自下河、池、水库等危险水域游泳（游玩），洗澡、钓鱼等。
- 4、严禁到高速路施工场地或危险楼房、地段、桥梁、游玩、逗留。
5. 注意户外活动安全，确保学生不在危险地带玩耍，不做危险游戏，不私自外出游玩。
- 6、不准攀爬电杆、树木、楼房栏杆、不翻越围墙、不上楼顶嬉闹。
- 7、交通安全。自觉遵守交通规则，不准骑自行车上路，不攀爬车辆，不在铁路、公路上停留、游玩、奔跑、嬉闹。
- 8、防火安全。不准玩火，不准私自上山带火，不接触易燃易爆物品，不随便放烟花，爆竹。寄宿学生要有监护人，注意做饭用火安全。
- 9、严防煤气中毒。住房内要注意通风，严禁晚煤炉放置室内。

10、不随便接触电源和带电电器，不在雷雨时避于树下、电线杆下或其它易发雷电的地方。

11、不准随便吃零食、野果，不吃过期和霉烂变质的食品，注意饮食卫生，严防食物中毒。

12、不准进行不安全的戏闹，如抛石头、土粒、杂物，拿弹弓、木棍、铁器、刀具等追逐戏打。

13、不准未告知家长私自外出。外宿和远游，防止被绑架、拐骗或走失。

最后，希望同学信自觉遵守学校安全规定，每天高高兴兴上学来，平平安安回家去。学习进步，健康成长。

2015年春季开学国旗下发言稿《开学第一课》安全法制教育演讲稿#e#

全体老师们、同学们：

大家新春快乐！ 经过了一个平安、愉快的寒假，我们满怀新的希望迎来了生机勃勃的2015年春季。

我们带着对寒假生活的美好记忆、怀着对新年的憧憬、对新学期的向往，又走到了一起。

过去的一年里，我们全体师生心往一处想，劲往一处使，取得了教育教学的双丰收，赢得了社会的普遍赞誉，这是我们的老师为之付出辛勤的劳动和同学们勇于拼搏的结果。

今天我们利用开学典礼间时间围绕“安全法制”这个主题，与同学们一起上好开学第一课。

安全法制工作是我们学校工作的重点之一，我们学校自始至

终就高度重视安全法制工作。学校建立健全了各种安全法制制度，成立了各项安全法制工作领导小组，加强对全校师生进行经常性的和重点时段的安全法制教育和督导工作，保证学校的安全法制工作有组织、有领导、有制度、有落实。学校通过各种途径，像全校集会、升旗仪式、家长会、主题班会、安全征文、黑板报、校园广播等形式，加强对同学进行交通、防火、防溺水、防毒、防电、防盗、防传染病和防不法侵害等方面的安全法制知识教育。并与我们的班主任等全体教职工签订了“安全目标管理责任状”，加强日常及节假日巡视检查，不断强化和提高全校师生的安全防范意识和安全责任感，努力消除各种安全事故隐患，保证学校工作的正常开展和同学们身心的健康成长。

但是，仍有部分同学无视学校有关的纪律规定，做出了一些有可能伤及自身和伤及他人的违纪行为。这部分同学的安全方面确实还存在着许多的问题和隐患，例如课间在楼上楼下追逐疯打；自行车不按规定场地摆放和上锁，防盗意识较差；使用体育运动器械时违章操作；违纪携带火种、吸烟；同学之间发生矛盾纠纷后拉帮结伙通过拳脚打架来解决；节假日双休日结伙闲逛惹是生非等等。从以上种种不安全现象的大量存在同学们不难看出，交通安全和防火、防上下楼梯拥挤踩踏、防意外伤害安全就是我们目前在安全方面最需要注意和防范的几个重点。

一、注意校园安全：

- 1、同学们养成良好的日常行为习惯，上下楼梯靠右轻走，严禁在楼道走廊里奔跑追逐、打球踢球，严禁翻爬扶栏等危险区域。
- 2、不摸、不动灭火器材、电线、各种开关；为防止火灾和意外事故，除实验室外，所有教室及其他场所严禁违反规定使用明火。

3、在学校各种劳动中注意安全，如扫地，擦窗户，搬桌子等，预防意外事故。

4、没有老师的允许不准使用固定体育器械。

5、增强安全意识，时时处处树立“安全第一”思想，加强安全教育。

6、要注意食品卫生安全。同学们购买袋装食品要看清楚生产日期、保质期、生产厂家及地址，不购买“三无”食品；不在街头流动摊点购买零食，防止误食不卫生食品、过期变质食品，造成食物中毒。现在春季到来了，食物容易变质。不要到无牌小店、流动摊贩处去购买食品，建议大家中午最好都在学校食堂就餐。谨防“病从口入，毒从口入”。根据教育局通知要求，同学们不要购买和食用“魔爽烟”类不合格食品，发现出售此类食品的行为可以向工商部门举报。

7、要注意心理安全。同学之间要互相体谅和互相理解，多看看别人的长处，尊重同学的不同个性；同时自己也要以平和的心态来处理自己面对的困难和矛盾纠纷。

8、在各项运动中要注意运动安全。上体育课和课外活动前要充分做好准备活动，运动时不要剧烈碰撞，以免撞伤或摔伤。

9、要注意教室的安全。学生上课离开本班教室一定要关好门窗，不能给小偷有可乘之机；还有个别学生把球带到教室，在走廊上打球、踢球，这种行为既违反了校规，又存在着很大的安全隐患，试想一下，若把玻璃窗踢碎，玻璃片飞入哪一位同学的眼中，那后果是不堪设想的。希望有这种违纪行为的同学要立即改正。

10、学校严禁携带火种、刀具、易燃易爆等危险品入校，任何时间、任何地点禁止燃放烟花爆竹。

11、校园内禁止吸烟。

12、中午、晚上禁校时间严禁学生在校园内运动及四处走动，要在教室、宿舍内安静的学习和休息。

二、注意交通安全：

现在的交通发展比较快，马路上车辆来来往往非常多，在此有必要提醒我们的同学在上放学途中注意交通安全，也要做好宣传工作，提醒爸爸妈妈注意交通安全。老师提倡同学们做到以下几点：注意上学和放学安全，在上学和放学时要抓紧时间，不要在路上玩耍；更不要在公路上乱穿，不在马路中间行走，要走马路两旁人行道；过马路不得翻越栏杆和隔离墩，要走人行横道线，还要注意来往车辆；不在马路上踢球；不准骑摩托车；骑自行车不带人，不在公路上骑飞快车；乘车时不向窗外招手探头，乘车须抓紧扶手，车停稳后再下车，不乘坐无牌、无证的、超载的车辆。

三、防火安全

春季我市风大物燥，防火形势严峻。平时同学们在任何地方也不玩火、不吸烟、不随意点火，不焚烧树叶树枝、废纸塑料等垃圾，防止火灾事故发生。要爱护消防设施，发现火情及时报警和呼救。处于火场时要及时呼救，同时用湿毛巾等蒙住脸，迅速逃离火场，切不可逞强参与救火，以免造成不应有的伤害。杜绝把火种带上山林，严防山林火灾。

四、校外活动安全：

1、在校外活动的时候，要远离建筑工地、道路等存在安全隐患的场所；

2、不到坑、池、塘、沟、河流、水坝等不安全的地方玩耍，防治溺水事故；

- 3、不玩火，不燃放烟花爆竹，防止意外伤害。
- 4、不进入网吧、电子游戏厅等未成年人禁止活动的场所。
- 5、出门一定要告知父母长辈知道，告诉他们你和谁在什么地方玩，要注意时间，不要很晚到家，以免父母担心。
- 6、要爱护铁路设备设施。不在铁路上玩耍，不在铁轨上行走，不向行驶的火车投掷石块，不破坏铁路设施，增强自我保护意识。
- 7、不佩戴、使用贵重饰品及手机电脑等。
- 8、不着奇装异服、不留怪异发型、不化妆，穿校服上下学。不穿着校服者，禁止入校；入校后，无班主任老师的批准，任何学生不准出校门。
- 9、早晨、中午到校时间不宜过早，放学后，要尽早离校回家。

五、提高自我保护意识和能力：

同学们受到意外伤害，很多是没有想到潜在的危险、没有自我保护意识造成的。我们只要不断增强自我保护意识、提高自我保护能力，就能有效地避免和预防意外伤害。我们要注意不跟随陌生人外出游玩，不吃陌生人给的东西，不让陌生人随便出入家门，更不要随便向陌生人透露自己的真实身份、家庭住址和电话号码等。

同学们，在新学期，安全法治意识要警钟长鸣。您的平安、健康是家长的希望，也是学校的期待，我们要自觉的学法、知法、守法，珍惜生命，坚持把安全法制放在一切学习、工作、生活的首位，管好自己的口、管好自己的手、管好自己的腿，努力养成倡导科学、健康生活、文明守纪的良好生活习惯。

老师们、同学们，春天是百花盛开的季节，是千帆竞发的季节。在这希望的春天里让我们播下的是汗水，收获的是更加美好的明天！让我们踏着春天的脚步勤奋学习，积极工作，锐意进取，为创办名符其实的九中名校而努力奋斗！

最后祝同学们快快乐乐学习，健健康康的成长。

谢谢大家！

春季开学第一课讲话稿题目篇五

春季开学第一课讲话稿一： 各位老师、同学们：大家早上好！今天，在雄壮的国歌声中，鲜艳的五星红旗再次在我们的眼前冉冉升起——一个充满希望的新学年开始了。在此，我首先代表学校欢迎270多位新同学的到来，预祝各位老师新的学期工作顺利，家庭幸福，身体健康；预祝同学们新学期在各方面都取得更大的进步。

回首刚刚过去的一学期，我校全体师生在上级部门及社会各届正确领导和热切关注下，团结一心，扎实工作，开拓创新，各项工作取得了长足的进步，校园建设进一步发展，教育教学质量全面提升，常规管理落实到位，课堂改革不断深化。我们取得的每一个进步、每一份成绩都与全校师生的顽强拼搏和辛勤付出是分不开的。在此，我代表学校向一学期来兢兢业业、努力工作、勤奋学习的老师和同学们表示衷心的感谢！今天开学第一课的主题是：“**交通文明平安出行**”

我们从1岁就学会了走路，开始以这种方式活跃在大千世界中，走东家、逛商店、下饭馆、游公园、赏美景等等。“出行”和“交通”，从此就和我们唇齿相依了。“交通文明平安出行”从此就与我们家庭的温馨、学校的平安、社会的稳定息息相关了。随着我国经济飞跃发展，人民生活越来越好了，私家车多了，节假日中，外出活动的人多了。但我们中的有些

人交通安全意识较淡薄，致使发生一起起惨不忍睹的交通事故。

1 / 4

瓶车上飞了出去，虽然旋即被送到了医院抢救，但冯兆立小朋友却长时间处在深度昏迷状态。

究其原因除了小轿车司机速度太快外，就是因为冯兆立的妈妈不遵守交通规则，没有做到让直行车辆先行，这是目无交通规则带来的悲剧。这一件件血的教训告诉我们一定要遵守交通规则，做到文明出行，听从红绿灯的指挥。乘车时先让老弱、幼小上车，见到年老体弱的要让座。

春季开学第一课讲话稿二：

各位老师，各位同学，大家好！新春伊始，万物复苏。在这明媚的春光里，在这充满希望的新学期，祝老师在新的一年里，身体健康、万事如意；同学们好好学习、天天向上。

同学们，新的一年开始了，大家又长大了一岁，我相信大家比以前更成熟了、更懂事了、更自信了。新学期、新打算，你们想不想在新的学期中取得更好的成绩呢？下面送给大家四句话：

第一句话是：新的学期要一切从头来。不管你过去怎样，老师们最关心的是你现在的表现，你能不能把握每一个今天。在新的学年里，你面临新的任务和挑战，你有机会从头再来。如果因为过去有了一点成绩而洋洋得意，骄傲自满，你必定会停滞不前，甚至一落千丈。同样，如果你过去有这样那样的不足，你应该勇于告别过去，完善自我，挑战自我，重塑一个崭新的自己。

第二句话是：要培养习惯，学会做人。欲成才，先成人。在

激烈竞争的现代社会，仅仅有点成绩、有点才能还不够，只有具备了良好的习惯、美好的品德、高尚的情操，才能真正成为对社会有用的人才。因此，我们要以《小学生日常行为规范》和学校规定的行为准则，处处严格要求自己，要做到自尊自爱，努力上进，在学校的各种活动中争先创优。要举止文明，礼貌待人，尊敬师长，团结同学，要严守纪律，有意识的培养良好习惯。

2 / 4

要做学习的主人。另外，在学习上，我们提倡两个字“实”和“巧”。实就是要踏踏实实地学，扎扎实实地练，掌握最基本的知识，做到“日日清，周周清”，决不让问题从自己眼前溜过去。巧就是要灵巧地学，而不是投机取巧，是要掌握好的学习方法。要根据学科特点，自身差异，在老师的指导下，寻找适合的最有效的学习方法。只要做到了这些，就一定能取得好的成绩。

第四句话是：勇于争先，敢拼才会赢。要求同学们要有不怕吃苦、敢于拼搏的精神。大部分成功人士身上，都有一般人没有的顽强不屈的意志、敢于拼搏的精神、吃苦耐劳的品质，还有适合自己的学习方法，也就是说要敢于战胜学习道路上遇到的种种困难，做一个克服困难的勇士，而不作困难面前的逃兵。尤其是六年级毕业班的同学，本学期你们就将要面临人生中的第一次挑战，希望你们能发扬拼搏精神，做自己学习的主人，做自己命运的主人。

学习《小学生日常行为规范》、《小学生守则》、《赤壁市实验小学座位管理制度》、《安全公约》、《路队管理制度》、《清洁卫生管理制度》。

同学们，为了我们新学期共同的目标一起努力吧！接下来，请班主任根据以上学习内容提出具体的、有针对性的要求和目标。

春季开学第一课讲话稿三： 同学们，下午好!今天是我们学校特别安排的开学第一课。我讲的话题是：做最好的自己。

一、做最好的自己，首先要学会学习。

以前老师就说过，好习惯就是好人生，坏习惯，以后的生活可能比较糟糕。因此，同学们一定要从现在开始养成良好的学习习惯。因为习惯决定行为，行为形成性格，性格决定命运。如：阅读习惯、书写习惯、纠错习惯、及时巩固与复习习惯等。都是提高我们学习成绩的好习惯。如果我们能持之以恒，一以贯之，优秀会远离我们么？二、做最好的自己，始终有一个良好的状态。

3 / 4

同学们，我们每个人都是与众不同的。看看我们，或许不是成绩优异，但却能歌善舞，或许不是文彩奕奕，但却思维敏捷，或许不是天生的运动细胞活跃，但却生来乐于助人……所以，我们每个人都有自己的闪光之处。只要我们正视自己，每天保持良好的状态，想着每天做最好的自己，这一周我们就是优秀的;每一周优秀了，这一学期我们就是优秀的;每一学期优秀了，这一学年我们就是优秀的。这样一直坚持，无论是为人、处事还是学习、生活，我相信大家一定会成为佼佼者。

4 / 4

春季开学第一课讲话稿题目篇六

尊敬的各位老师、亲爱的同学们：

大家早上好！

结束了愉快的假期生活，今天我们又重新聚集在校园里，迎接最最有希望和生机的20--年新的学年，借此机会，我代表

咱们学校，向全校师生致以最诚挚的祝福，祝全体同学和老师在新的一年里身心健康、工作顺利、学习进步、梦想成真。

同学们，时光荏苒，岁月如梭，养年春苜也过完了，对于同学们来说，从今天开始就要把全部身心投入到学习上来，调整好心态，以最快的速度适应紧张而充实的校园生活，因为，对于现在的你来说，学习才是你的根本，一个人一生中学生时代是最美好的时光，同时它又是人生旅程中最重要阶段，因为，每个人的人生理想都要在学生时代起航。春季开学典礼校长致辞刚刚过去的20--年里，学校教育教学取得了一定的成果，校容校貌发生了很大的变化，全体同学在各方面都取得了不小的进步，取得了一些成绩。全体教师表现出了事业心强、踏实勤奋、锐意进取、敢于创新、勇于实践的精神状态。20--年，新的学期又开始了，面对新学年新的任务、新的挑战，我们要更加努力。新学期的中，我们每一位老师都怀着巨大的企盼期待着你们在阳光下健康快乐的成长，希望你们长得更高、变得更懂事。俗话说：“良好的开端等于成功的一半。”新学期开学了，我相信同学们一定会满怀信心走向成功。怎样争取有一个良好的开端呢？在这里，我向同学们提议：

第一，树立一个信心：我能我行。自信心对我们的学习很重要。我们读书学习，需要有决心、有信心、有行动。在这儿要送大家三句话：“相信自己，我能成功！鼓励自己，天天成功！超越自己，一定成功！”

第二，创立一种学风：认真刻苦。新学期开始，我们要在全校创立一种优良的学习风气。凡事从“认真”开始，认认真真地读书，认认真真地上课，认认真真地做作业。学业成功的过程离不开勤奋和刻苦。

第三，培养一个习惯：自觉自愿。学业进步，贵在自觉。我们要在老师的指引下，培养自己良好的行为习惯、学习习惯和生活习惯。同学们要自觉自愿遵守小学生守则和学校的规

章制度，自觉养成良好的学习习惯和生活习惯。

第四，创设一个环境：文明有序。每个班级都是学校的缩影，每个学生都代表学校的形象，每寸校园都代表学校面貌，同学们要做到语言文明，行为文明，在校园内不乱丢杂物；不欺负小同学；在校外遵守交通规则；尊敬父母，懂得感恩。在社会，做一个遵纪守法、诚实守信、文明礼貌的优秀小公民。

新的学年、新的起点，让我们共同努力，共同放飞心中的理想，共同再铸——中心小学新的辉煌！

谢谢大家！

春季开学第一课讲话稿题目篇七

亲爱的同学们：

大家好！

过去的一学年，是实验小学发展史上值得记忆的一年，由于大家的共同努力，我们创造了许多奇迹般成绩：

高分通过xx市优质小学评估验收；

何等五位老师获评市、区级骨干教师；暑假曹等六位教师集体义务献血。

在校670多位学生，一年中获得区级以上荣誉的有230多人次，超过总数的三分之一。

综合性课题《农村小学幸福童年教育的实践研究》批准成为江苏省立项课题；

成绩只能说明过去，我们要在新的.学年里有新的目标、新的

付出、新的成就。

目标是学校办学理念（齐读）享受幸福童年，创造美好人生，为此我们希望（齐读）打造敬业从容团结超越的幸福教师，培育自理自强绿色阳光的幸福学生。

自理自强就是要同学们努力做到自己能做的事自己做，并且做好。

如每天自觉睡足十小时以上：吃饭不挑食、不浪费，每顿都吃饱；不带零食进校园，不乱扔垃圾；每天大便、洗脚、洗脸、整理床铺；课上主动思考，及时完成作业；课后有一项艺体器材和同学们一起玩。

绿色阳光是希望每个同学能把同学、老师当成自己的好朋友，把自己高兴的、不高兴的事立即告诉好朋友；也希望每个同学遵纪守法，珍爱生命，不做危险游戏，如在楼梯间跳跃、打闹，沿楼梯护栏滑行等，上下学注意交通安全，不随意搭乘别人的车子，不随意住在别人家里，不满十二周岁不能单独骑自行车等；更希望每个同学低碳生活，节约水电和学习用品，在学校、在家里、在社会都爱护花鸟虫草，争当绿色小卫士！

各位老师、同学们，今后三年，我们的目标是打造“幸福童年教育”品牌，让我们共同努力。

今天，勤学苦练，享受幸福童年，我们以xx小学为荣；明天，桃李芬芳，创造美好未来□xx小学以我们为荣！

春季开学第一课讲话稿题目篇八

亲爱的老师们，亲爱的学生们：

大家好！

带着对新春佳节的美好回忆，怀着对新学期的美好梦想与憧憬，我们又走到了一起。过去的一年，我们在刘文高校长、梁千山支书的正确领导下，大家共同协作，支持配合，心往一处想，劲往一处使，在学校安全稳定工作方面，未发生重大责任安全事故，赢得了家长与上级领导和社会的肯定，这是我们共同的期盼，更是我们全体老师为之付出艰辛的劳动和全体师生共同合作、支持与配合的结果，是我们共同的骄傲与自豪。感谢我们为这付出辛勤劳动的各位老师，感谢共同协作配合的全体同学。

社会现实及其发展水平，有很多因素，使我们在学习、工作和生活中的安全与健康时时面临威胁与挑战。从整体讲，安全与质量是一所学校兴衰的两条重要生命线；就个体而言，安全与学业进步又是我们学生安全健康成长进步的两条生命线。有安全和健康，我们的生活才会阳光和快乐，我们的学习和工作才有进步与发展。为此，受学校的委托，借今天开学典礼的机会，与全体同学共同探讨和交流我们在新学期遵纪守法，预防违法犯罪，注意上下学出行交通安全与学习、活动安全，减少杜绝安全事故发生的相关注意事项，这也是我们开学安全第一课，希望能与大家共勉。

请同学们严格遵守中学生日常行为规范、中学生守则和学校规章制度，加强心智与行为修养，形成良好安全文明习惯。具体讲，同学们应做到以下几点：

- 1) 遵守作息时间，按时上下学，有事或生病不能在校学习，须及时向老师请假，不无故缺课、旷课、夜不归宿，到亲朋好友家玩耍和留宿，须征得父母的同意。
- 2) 上、下学凭校徽进出校园，同时保管爱护好自己的校徽。
- 3) 与同学团结和睦相处，互爱互助，说话文明，相互尊重。不辱骂他人、寻衅滋事和打架斗殴。

4) 不携带和玩耍管制刀具、易燃易爆危险物品，特别是绝不能携带刀具、鞭炮、弹弓、坚硬棍棒等易伤他人人身安全危险物品、玩具进入校园玩耍。不能带手机回学校。

5) 妥善保管自有财物，不强行向他人索要财物，爱护他人与公有财物，不盗窃和故意毁坏公私财物。课间和上课时间一律不能回宿舍逗留。

7) 不观看、收听暴力淫秽的音像制品、读物等。

8) 远离“xx”“xxx”等邪教组织活动，拒绝毒品，防邪拒毒，不信谣，不传谣。

同学们，我们每天有一部分的时间都是在校园和户外学习、玩耍，活动探索，增长知识，增强体能。而健康安全和伤害事故防范是我们学习玩耍、活动探索的基础与保障。为此，希望同学们随时随地，倍加注意校内户外学习与活动安全。具体做到以下几点：

1) 遵守学校规章和课堂纪律，自觉接受服从老师的正确教育管理。

2) 课间课余不在教室、楼道、走廊追逐、打闹和嬉戏，上、下楼道依次靠右行，不推搡、拥挤，不急驰奔跑，横冲直撞。

3) 不攀爬、翻越校园树木、楼道栏杆、教室窗台、校园围墙和铁门，不得在楼道栏杆上滑行。

4) 课间活动，不做任何危险游戏，不踩踏校园花草园地及水、电设施，爱护花草树木和校园文化设施，保护环境。

5) 不到危险处所、区域猎奇、攀缘登高，防止摔跌伤害事故发生。

6) 不到无安全防护设施河里、池塘等水域游泳及周边玩耍，严防溺水事故发生。特别是每年春夏时节发生的不少中小學生溺水身亡事件，慘痛的教訓已給我們敲響了警鐘，請每位同學千萬切記。

7) 體育課時不穿皮鞋、高跟鞋、懷揣、攜帶鑰匙、指甲刀、耳環、項鍊等金屬物品，服從老師指揮管理，預防意外安全傷害事故發生。

8) 不在校園、戶外玩火，預防火災事故發生。

1) 春夏時節，時常會發生暴風雨等惡劣天氣。我們在上下學途中如遇暴風雨雷電時，不去戶外空曠處孤立的棚屋、崗亭、大樹下避雨，遠離山洞、樹木及金屬管網、柵欄等金屬物，看見閃電幾秒鐘內就聽見雷聲時，應停止行走，兩腳並攏並立即下蹲，不要與人並行拉手。

2) 上下學途經馬路，應遵守交通法規，橫過馬路時，走人行橫道，並多一份等待與避讓，不闖紅燈，做到“一停、二看、三通過”，絕不能為貪一時之快，橫穿馬路；絕不能在馬路上追逐、嬉戲打鬧，更不能追車、爬車、吊車和強行攔車。對於這一點，希望同學們相信並記住一句話，人的出行與行駛的車輛一樣，有交通規則，方可能有安全與保障；沒有交通規則，何以談及安全與保障。

3) 上下學不乘坐車況不良的車輛及“三無”車輛等非法營運車輛；乘車依次上下，不擁擠，不跳車，坐車途中勿將頭手伸出車窗外。

4) 上學、回家不獨自通過狹窄街巷與偏僻的小道，儘可能與同學、伙伴結伴同行，不要長時間在途中逗留、追逐嬉戲。

5) 上下學途中和戶外玩耍時，提高自我保護意識和能力，不與陌生人說話，不接受陌生人的食品、錢物等施舍，不跟陌

生人走，防止不法人员的引诱拐骗或施暴。

6) 在上下学途中与户外游玩活动时，若遇交通事故受伤与不法人员非法侵害时及时呼救，拨打家人电话和“110”“120”“122”电话，请求帮助和救援。

食品卫生饮食安全也是我们每一个人生命健康安全与生存的基础和保障，春季又是流行病、传染病的高发期。所以我们必须注意食品卫生安全，培养并形成良好饮食卫生习惯。希望同学们做到以下几点：

- 1) 讲究个人卫生，勤洗手，常剪指甲、洗头洗澡和换洗衣服。
- 2) 爱护和保持校园、教室、宿舍环境卫生，不随地吐痰和乱扔食品包装袋盒、果皮纸屑等杂物垃圾。
- 3) 提倡不吃零食，特别是不将零食带入教学楼，更不能购买和食用“三无”食品与过期变质食品。
- 4) 餐前餐后彻底清洗餐盒餐盅等餐具，不乱倒饭菜，注意节约。
- 5) 不喝生水，杜绝各种不良嗜好，做到不抽烟吸毒，不喝酒，珍爱生命。

当然，维系我们安全健康成长的因素远不止以上几方面及其点点滴滴、丝丝缕缕，但请同学们切记万事安全第一！总之，各位同学，希望我们在校园活动探索，成长奋斗，有欢笑没有哭泣，有快乐没有痛苦，有攀登没有跌倒，有合作没有伤害，有收获没有失去！

最后，祝愿老师们工作顺利，身体健康，生活幸福！祝愿同学们在新学期里，只争朝夕，遵纪守法，快乐学习，安全活动，学会辨别，学会拒绝，学会防范，学会自护！安全健康！

成长进步！

谢谢大家。