

2023年感恩教育班会演讲稿(通用8篇)

演讲稿具有宣传，鼓动，教育和欣赏等作用，它可以把演讲者的观点，主张与思想感情传达给听众以及读者，使他们信服并在思想感情上产生共鸣。我们想要好好写一篇演讲稿，可是却无从下手吗？下面是小编帮大家整理的优秀演讲稿模板范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

感恩教育班会演讲稿篇一

各位同学：

大家好！

直面挫折，挑战人生。

生活不可能一帆风顺，生命不可能只有幸福。

在我们的生活中，挫折并不少见，它是智者的无价之宝，弱者的无底深渊。还记得《老人与海》中那个倔强的老渔夫吗？他的信条是：“人不是生来被打败的，你尽可以消灭他，但是却不能打败他。”现实生活中又何尝没有这样的“渔夫”？南非前总统曼德拉用同样的信念实现了理想。正因为有了种种挫折的磨砺，他们的生命才显得格外熠熠生辉。

孟子有言：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为，所以动心忍性，曾益其所不能。”可见，挫折是锻炼意志、增强能力的绝好机会，关键在于我们如何对待它。

林肯的父亲是个农民，家境极为贫穷。林肯断断续续地接受正规教育的时间，加起来还不足1年。但林肯从小就养成了热爱知识、追求学问、善良正直和不畏艰难的好品质。他买不起纸和笔，就用木炭在木板上写字，用小木棍在地上练字。

他抓紧一切时间看书学习，练习讲演。林肯失过业，做过工人，当过律师。从29岁起，他开始竞选议员和总统，前后尝试过11次，失败过9次。最后一次成功是在他51岁那年，他终于问鼎白宫，并取得了辉煌的业绩，马克思称之为“全世界的一位英雄”。

面对各种各样的挫折，林肯没有选择放弃，他的锲而不舍最终成就了一段非凡的历史。

在命运的惊涛骇浪里，生存还是毁灭，这是一个问题。大海里没有礁石就激不起浪花，生活中经不住挫折就成不了强者。

文王拘而演《周易》；仲尼厄而作《春秋》；屈原放逐，乃赋《离骚》；左丘失明，厥有《国语》。音乐大师贝多芬，双耳失聪却谱写出美妙的乐章；文学巨匠弥尔顿，双目失明中写下不朽的诗篇；司马迁忍辱负重接受宫刑，最终创作出堪称“史家之绝唱，无韵之离骚”的《史记》；塞万提斯在海盗窝里度过了悲苦罹难的一生，而当《堂吉可德》问世的那一刻，世界破涕为笑！这样的榜样还有许许多多，他们的故事启示着我们：要正确对待挫折，积极地面对人生。正如贝多芬的座右铭所言：“我要扼住生命的咽喉，它休想使我屈服！”

对于我们青年一代，挫折是必不可少的人生一课，只有跨过一道又一道坎，我们才能奔向成功的终点。我坚信，“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”。让我们一起勇敢地接受挑战，向着美好的生活迈步前进！

感恩教育班会演讲稿篇二

各位同学：

大家好！

在我演讲之前，我先要给大家讲一个关于雷锋同志叔叔的小故事：

一九六一年五月的一天，雷锋同志因公事到丹东出差，清早五点钟从连部出发，在去抚顺火车站的路上，看到有一位大嫂背着小孩，手还拉着一个六、七岁的小女孩去赶车。

天淅淅沥沥地下着雨，他们母子三人都没有穿雨衣。那个小女孩因掉进泥坑里，弄了一身泥，一边走还一边哭。看到这种情况，雷锋同志立即想道：我军宗旨就是全心全意为人民服务，群众的困难就是我的困难。雷锋同志急忙上前去，脱下自己的雨衣，披在背小孩的大嫂身上，马上又背起那个小女孩，一同来到火车站。雷锋同志替她买好了票，又一同上了火车。在车上，雷锋同志看到那个小女孩，全身衣服没有一点干处，头发还在往下滴水，冻得她直打颤。雷锋同志自己一身衣服也湿了，他急忙解开外衣，摸摸贴身的那件绒衣还是干的，立即脱了下来，给那个小女孩穿上。听说他们母子三人早晨没吃饭就出来了，雷锋同志又把自己带的三个馒头送给了他们。上午九点钟，列车到了沈阳，雷锋同志领着小女孩，把他们母子三人一直送出车站。

从这个故事中，我们不难发现大家公认的一个真理：雷锋同志是个助人为乐的人！关心体贴他人，在他人急需的时候，能主动热情地给予帮助与照顾，急人之急，帮人之苦，忧人之忧，救人之危，以帮助别人为快乐，这是人际交往中的一种高尚行为。

看一看我们现在。我们这一代是独生子女的时代。在座的不少同学是独生子女。我们这一代独生子女虽然有着自信、乐观、积极向上等优点。但也暴露出一些缺点，如自私、以个人为中心等等。要改正一个群体的缺点是不容易的事。而提倡助人为乐、热心公益却可以很好地加强当代独生子女自立、合作精神，弥补自私这一缺点。

我们从各个小学来，走到同一个中学来，走到同一个班来。我们都有共同的理想。而你助人为乐，说大不大，说小不小。走进教室，随手关门，将呼呼的寒风挡在门外。当你走过卫生角，随手捡起掉在地上的纸屑。当你经过讲台，随手将零乱的讲台整理好。当你看到别人的东西掉在了地上，那就捡起来。这一些平时看起来微不足道的事，都是助人为乐的表现。

亲爱的同学，当你身陷困难时，你是否渴望得到别人的帮助？你肯定会的。同样，当别人身陷困难时，我们也要助人一臂之力。

但是我今天要谈到的并不是个人之间的助人为乐。我们生活在高一（6）班这个家庭中，班级同样是我们的大朋友。班级有困难，我们每个人都应该努力的去尽自己的一份力。同学说，我帮助了班级，我捐献了一点东西，那是一种美好的品德。我觉得，有困难不就应该帮助吗？既然大家有缘聚在一起，那便是缘份。我们应该珍惜这份缘，也许3年多后的今天，我们都散了。散了就意味着我们不可能再在学校一块儿读书，互相帮助了。我们应该珍惜时光，在不经意之间时光就会从我们指间悄悄流逝。换一种角度来说，既然我们能尽这份力，为什么不去奉献呢？是因为我们的心胸狭窄吗；是因为我们的自私吗？我不相信，我们才那么小，不过14，5岁罢了，我们的人生路还长着呢，我们还需要继续发展、努力，助人为乐将是我们成长路上不可缺少的一个背包，希望大家要记得携带哦！生活本身是酸甜苦辣的。但是做人的情操与理念却是自己可以牢牢把握的。亲爱的同学们，请不要再犹豫，伸出你的友爱之手，助人并且以之为乐，世界将因你而更加美丽！

自然界的气候规律是，气候温暖的的时候就会催发万物生长，气候寒冷的时候，就会使万物萧条沉寂。所以一个人如果心气孤傲冷漠，只会同样受到冷漠的回报。只有那些充满生活热情而乐于助人的人，他所得到的回报才会深厚，福祉也才

回绵长久远！

最后送给大家一句雷锋同志叔叔的话：人人为我，我为人人。

人的生命是有限的，为人民服务是无限的，我要把有限的生命投入到无限的为人民服务中去。

感恩教育班会演讲稿篇三

亲爱的老师们，亲爱的学生们：

大家好！

我还记得印象最深刻的少女，——李佳。第一眼，我就觉得她应该在学校无忧无虑，笑着长大。在这个年龄，她应该拥有属于她的一切，这些都是被母亲体内无情而残酷的疾病夺走的。为了成功配型骨髓，她尽最大努力增肥，为了让母亲的病情好转。看到这里，我的眼里闪着泪光，想着这个年纪的女孩子都爱漂亮，都是跟风的。没有人会像李佳那样放弃自己的幻想生活。

于是我改变了主意。如果遇到这种情况，也许我会哭，会措手不及。但是李佳坚强的活了下来，用自己微薄的力量救了妈妈。但父母离异，母亲为了不给家里带来麻烦，选择了这个结局，而父亲却不愿意放弃母亲，陪她走到生命的尽头。这让我想起了我的父母。虽然我的家庭很幸福，但是和他们相比，我缺少“孝顺”这个词。即使家庭和睦完美，对长辈总有一种独特的孝心。

也许从现在开始，我们应该从身边的小事做起。给爷爷婆婆喝水按摩放松一下就可以了。父母回家后，给他们讲笑话让他们开心，以此来缓解一天工作后的疲劳。其实影响我的不仅仅是李佳的孝顺。有许多青少年在他们这个年龄承担了太多的责任。我们是青少年，要有所谓的责任和孝心。

通过这个节目，我明白了“孝”，知道了怎么做。不一定要轰轰烈烈，但一定要有意义。也许这就是这个节目的故事。

感恩教育班会演讲稿篇四

亲爱的老师们，亲爱的学生们：

大家好！

孝道没有固定的表达方式。山羊跪在膝盖上，乌鸦回嘴，老人悼念三年，逢年过节人们给朋友送祝福。都是对人对孩子的孝顺，不应该有高低贵贱之分。孝道是孩子对父母的自我支持、日以继夜的辛勤劳动、无私奉献的感激和反馈。是一种自然发自内心的情感表达。现代人大多习惯在朋友圈里表现自己的情绪和日常生活，所以母亲节晒妈妈也是很有必要的。

有人说这只是为了满足自己的心理需求，很多家长不玩微信。在我看来，孩子不妨借此机会增进与父母的感情。如果发团圆饭的照片，一定要陪父母，帮父母做家务。如果不能远走他乡，记得发好友，打电话。如果给父母配备智能手机，不妨帮助父母使用微信，让他们跟上时代潮流，在晚年享受高品质的生活。有时候向亲戚邻居炫耀，也是有面子的。毕竟很多父母需要的不是吃喝，而是精神上的满足。

还有人说是流于形式，不如为妈妈做点什么。对于和父母生活在一起的孩子来说，这当然是有可能的。对于那些在外打拼，远离钱山生活的年轻人来说，唯一能表达对父母的孝心和感激的方式就是发朋友圈。互联网使我们的邻居和旅游国家的流浪者能够清楚地表达他们的感受，并得到他们父母的照顾，天堂依然存在。此外，在线和离线世界之间没有必然的因果关系。无论你是否在网上表达对父母的感激之情，你都是真正的孝顺父母。

只是有的时候，我们可能会过于关注朋友圈，误以为“云孝”是真正的孝。我们可能过于关注屏幕而忽视了身边的父母。我们可能太在意是谁夸了我，忘记了为什么会有这种赞美。孝的表达没有固定的模式，但真的不能流于表面。孝顺应该让父母感到幸福。

感恩教育班会演讲稿篇五

本次班会使我们开学以来第一次召开班会，首先，祝大家新学期有新快乐！好，多余的空话我不多说了，直接讲我要说的几个事情。

8月1日是返校日，我们班实到43人（应到47人），其中还有一人迟到了。别看这返校日只有半天的一半还不到，却反映了不少情况，有令人满意的地方，当然还有一些方面需要改进。满意的地方是我们的家庭作业完成情况有了很大的改观，尤其是数学，大多数同学都尽其所能的完成了作业，特别是xxx同学，从8月1号之前就预习了八上全等三角形的相关内容并在8月1日前就完成了暑假作业“全等三角形”一节，是我们班唯一一个，哦？是唯一一个提前完成全等三角形的同学。我相信xxx同学只要一如既往的努力下去，2年后一定会被临沂第一中学正榜录取！姜柏霖同学，我看到了你的进步，同学们，你们看到了吗？看到了就一起为他鼓鼓掌吧！.....xx同学，你可得好好去追赶了呀，现在差距已经有了，一定要把差距灭绝在萌芽状态！

作业态度可以代表学习态度，只要认真完成作业，端正态度，总会取得属于自己的理想成绩。但我们最怕自己年少时期贪玩，不知努力、勤奋，长大后看到别人要么是满腹经纶的博士，要么是高级官员，要么是说得一口流利英语的海归，自己却还什么都不是，是个无业游民，一天，一月，一年，甚至一辈子一事无成！时光飞逝，蹉跎的光阴可再也回不来了啊！如果你有一个神圣的理想，却因为少壮不努力落得如此

下场，那一定会后悔当初为什么不努力学习，为什么会浑浑噩噩地消耗自己的青春年华。但到那时，已经晚了，你失去了青春错过了努力的最佳时期，理想，到时对你来说只是空想了……你的一辈子，就被定格在海洋里最不起眼碌碌无为的一小滴，就这样平庸的过去了……当然，这只是一种结局，现在努力为时不晚，少一些嬉笑打闹，多一些三更灯火，重新审视自己的人生，规划自己的人生，让自己充实的活过，那这结局，就大不一样了。

有个小女孩一天放学回家很沮丧地对妈妈说她的好朋友不跟她玩了，边说还委屈地哭了。年轻妈妈耐心开导她，问她是不是做错了什么对不起人家的事，例如打人，说脏话什么的。小女孩摇摇头说没有，妈妈又问是不是乱拿了人家的东西，小女孩还是摇摇头。妈妈也感到很迷茫，小心说你既然没有做错为什么人家不跟你玩呢？小女孩自己也不知道，妈妈也只能干着急。她知道肯定是女儿某些言行不得人心，但小孩子不知道妈妈一时也找不出问题的症结，暂时只好开导她不要把不愉快的事放在心上，要开心，学校那么多小朋友总有愿意和她玩的，小女孩乖巧地点点头。

女儿懂事的样子，并没有让妈妈心里的石头落地。此后她更加仔细地观察自己的女儿，自己的女儿并没有什么做得不对，只是不善于沟通，偶尔在言语上会冲撞人。虽然这都是小孩子的无心之过，但如果不好好引导事情也许会向更坏的方向发展。于是妈妈一直耐心地开导她，但变化还是不大，小女孩因为小朋友不跟她玩而变得越来越不开心，成绩因此下降，个性比以前更加安静，不爱跟人接触。看着女儿越来越自闭妈妈心里越来越着急。

有什么办法让女儿重新快乐起来呢？妈妈一时也想不到办法。一个星期天她决定带女儿去爬山，希望大自然能让女儿重新振作起来。

春天的野外繁花似锦，蝴蝶在花间翩跹起舞，还有蜜蜂嗡嗡

的叫声让女儿的心情有所开朗。妈妈好想趁机开导女儿，但又怕眼前的美好勾起女儿心底不快乐的心绪，她欲言又止，笑容灿烂地陪伴女儿，而心里却止不住叹息。

沿着弯弯的山路母女俩一路欢声笑语继续前进。后来她们到了一处山坡，斜斜的山坡上布满了各种各样的野草，明媚的阳光照着绿油油的草地如一匹展开的绸缎。绿绸的边沿不经意地点缀着一朵小花，粉红粉红的，在浑然的绿色中显得那么耀眼。如幽蓝苍穹深处一颗星，天空再湛蓝也无法隐藏它的光芒。刹那间她发现女儿的眼眸变得那么明亮，脸上放出怎么也难掩饰的喜悦与激动。女儿兴奋地跑过去，蹲在那小小的花朵跟前，回头喊道，“妈妈，你看这朵花多漂亮，比我们看过的所有花都好看！”

看到女儿无比开心的样子，妈妈也开心地跑过去蹲在女儿身边，装着不经意地说：“确实很好看，一朵花的春天比繁花似锦还耀眼。”女儿回头看了看妈妈，妈妈接着开导说：“你都看到了，遍地鲜花是春天，一朵花也是春天，春天来了没有什么力量能阻止一朵花要美丽的开放。”女儿若有所悟，妈妈满意地点了点头。离开那一坡野草她们继续向着山路前行，一整天小女孩的心情都很好。

回家后小女孩不再为小朋友不跟她玩这件事而烦恼，她牢牢记住妈妈的话，“一朵花也是春天”，在学校里她时时刻刻注意自己的言行举止，即使没有人同她玩她也坚持努力学习。她重新获得了同学们的尊重，老师的喜爱，后来她顺利地考上了一所很出名的大学，再后来她留学到了美国并在那里定居。

感恩教育班会演讲稿篇六

亲爱的老师，同学们：

大家好！

要想让竹子盆景生机勃勃，就要天天花点时间照顾它，要想成为不错的钢琴师，至少需要专注地投入3000个小时的训练，成功离不开坚持。

自负者，败也。许多失败者往往是有天赋者，做的事都会出众人于，在众多的赞美和夸耀中，使自己感觉自己无所不能，优越感油然而生，认为自己不需要那么努力，因为自己本来就会成功，其结果可想而知。而与其相反的是自卑，不自信，半途而废者，他们对自己说过多少次：“唉，我没有天分，还是算了吧。”这句话通常是被宣告某一段努力完全失败的休止符，从而与成功失之交臂，其实，他们是没学会坚持。

我也有虎头蛇尾的倾向，就拿学英语来说吧，英语是学习历程中必修的一门课，到了高中阶段，其难度又上升了一个档次，刚开始，我除了上课外，还买各种材料做，室友每天早上念半个小时，我就比他们多念一个小时，只不过她那半小时是每天的“工作”，而我的一个小时是短暂的，谈不上每天，直到她英语成绩呈上升趋势，我还处于中下水平，看着自己的“努力”白费，感觉“出师未捷身先死”，然后自嘲地告诉自己：“算了吧，我恐怕是没有学英语的天分。”

任何事物都要朝前，但拔河却恰好相反，你只有朝后退，才有赢的胜算，所以，退步并不代表着你永远会退步，我们不要太在意有没有天分，只要坚持做到了，你就是天才，你就有天分，而此时，你也成功了。

失败感是走向空虚沉沦和迎接成功希望的分水岭，不要败给自己，坚持才是硬道理，成功源于坚持，天才往往在于持之以恒的坚持。

记住，并非没有天分，而是没有坚持，不要把失败推给没有天分，是自己成全了天分，放弃了坚持。

我的演讲完毕。

谢谢大家！

感恩教育班会演讲稿篇七

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好！咱们初一五班的xx今天我演讲的题目是《学雷锋树新风》。

说到雷锋的名字，大家可能都不陌生，他是一个生前不知做了多少好事的人。我做的好事与雷锋比起来，那就是一粒芝麻和一个西瓜相比较——微不足道，可是最令我自豪的就是这粒芝麻的光泽，这粒芝麻让我明白了学雷锋的真谛——那就是为别人服务。

一次想起雷锋，就想起这一段话。他，一个身高一米五四的人，用自己的行动塑造了一座丰碑；他，一个几代长工的孩子，以自己坚定的信念，诠释了中华民族几千年的传统美德；他，一个小学毕业的年轻战士，用自己的热情，带动整个班乃至全国的战士和人民，把学习变成一件乐事，把道德变成一总习惯；他，一个年仅二十二岁的大男孩，以自己的坚韧，把渺小与伟大完全融合，把普通与高尚完美结合，把短暂的一生变成永恒的历史。

“有的人活着，他却死了；有的人死了，他却永远活着。”他活在咱们每个人的心中，伴在咱们每个人的灵魂旁。每一年，每一天，都有一代又一代不知名却深深触动咱们灵魂的人涌现。他们所做的，也许并没有轰轰烈烈的大事，只是举手之劳，但在他们身上，都能找到雷锋的踪迹，都能寻到中华的美德。

“什么是光荣的，有脸面的，什么是可耻的，危害社会他人的。”这些关于什么是荣什么是耻的概念的话，从小时候，父母就已经经常对咱们说了，但是咱们是否真正做到了

呢？“己所不欲，勿施于人”这句话的意思是显而易见的：自己不想做的事情也不要强加给别人。这句话充分的说明了以服务人民为荣，以背离人民为耻，现在的大多数青少年把自己不想做的事情推给别人。但是他们没有想过，连自己都不想做的事情让给别人做，难道别人就喜欢做了吗？这同时也是一种自私的心理。这也说明了现在的青少年都只为自己着想。

雷锋的优秀品质值得咱们学习，让咱们大家以雷锋为榜样做一个有道德的人。好好学习，长大后做一个对社会有用之人。

感恩教育班会演讲稿篇八

各位老师、各位同学，大家下午好！我是07国贸1、2班团支书**，很荣幸能够代表我们07国贸1、2班在这里发言。07国贸1、2班之所以能够被评为院优良学风班，是离不开全班的同学的共同努力的。由于时间的原因，接下来我就简单地介绍和汇报一下我们班的基本情况。

首先，在党团建设方面，党团不断发展、成员素质不断提高。07国贸1、2班 团支部共有团员58人，46位同学递交了入党申请书，参加党校学习的就有18名，占班总人数的1/3。现在共有正式党员4名，预备党员10名。2007年和2008年，07国贸1、2班先后两年荣获台州学院“校先进团支部”称号。

第二、班级建设方面、从班委的选举到班级的各项日常工作和活动，我们始终坚持民主自律的原则。一个优秀的班级，肯定离不开一个强有力的核心——班委的带动和领导。所以，我们一直秉承“公平、公正、公开”的原则，全体同学民主选举班干部成员，并且严格明确各班委成员的职责，这就为日后班级各项工作有序、高效的开展提供了保障。同时，我们还制定了班级公约，例如实行班会和班干部例会制度、班费管理制度、请假制度、班级卫生检查制度等，使得班级各项管理工作制度化。另外，值得一提的是，我们在每学期初

的班会上都会提出本学期的目标和工作重点，有了目标，大家才有共同努力的方向。

第三、学风建设方面，我们始终团结互助，结伴而行。07国贸1、2班把紧抓学风建设作成日常班级管理的重心，学习委员和班长平时还负责考试考证的报名通知，及时与任课老师沟通并反馈信息。在学习方面，班里主要以寝室为单位，相互帮助，解决学习问题。07国贸1、2班在每次的期末考试中都取得骄人的成绩，在英语等级考试之前，班级还组织了多次英语等级模拟考试，给同学们锻炼的机会。例如在上学期的期末考试中，各科通过率均高达100%。截止到大二，我们班的计算机一级考试通过率为95%，四级通过率为88.1%，六级通过率为38.5%。至于其他的例如bec□人力资源管理师、教师职业技能鉴定等考试，很多同学都参与考试并顺利通过，在这里就不一一列举。本学期一开始，我们就有20多位同学确立了考研或者考公务员的目标，也有的同学在为中级口译和bec等考试忙碌着，每天这些有着共同目标的人结伴而行，班级学习氛围也越来越浓厚。

第四、学习实践方面，我们表现也毫不逊色。07年入学以来，在经贸学院优秀的辅导员们的指导下，07国贸1、2班积极参加各种实践活动在社会中也得到了极大的肯定。07国贸1、2班组织了各种实践活动，例如承文明旅游，迎人文奥运”暑期社会实践宣传活动；临海牛头山拓展训练；宁波实践队取名“心曙光”；余姚四明大岚山支教；见习活动——参观吉利、伟星集团，这学期，也有同学在准备着省级科研项目。此外，篝火晚会、“1111”节男女寝室互动、篮球赛、羽毛球赛、植树活动、放风筝比赛等，更加拉近了同学之间的距离。在迎评期间，为了彰显国贸特色，还设计了独一无二的班徽。在辅导员的正确指导和班主任、班委的细心策划下，同学们在班主任沈璟璟的带领下来到解放一江革命烈士陵园扫墓；大家参加了桃渚海滨公园的秋游活动；大家还在校篮球场上举行了别开生面的趣味运动会。团支部还积极组织班级成员参加学院及学校组织的其他志愿者活动。例如积极参加义务献血，

义务劳动，献爱心募捐。每次暑期社会实践率均为100%，截止到大二，共有5人获得校级暑期社会实践先进个人，6人获得院级暑期社会实践先进个人。另外，共有32人次在学校组织及社团担任干部，在校区和学院举办的各种活动中奉献着自己，锻炼着自己。我们也获得了许多荣誉，其中班级荣誉十多项、寝室荣誉5项，个人校级荣誉29项、个人院级荣誉22项。我们的事迹被台州学院院报、经贸学院院刊、钱江晚报、中国济公网、台州电视台一套、三套，天台电视台、天台新闻网等许多媒体报道过，让社会上更多的人认识和认可我们学校、学院和班级。

我们深知再多的成就和荣誉都只属于昨天，未来的辉煌还要靠我们继续努力创造。在新的学期，我们将迎着更高的目标奋进！在这里我代表07国贸1、2班的全体同学对学院的各位领导和辅导员老师表示感谢，谢谢你们一直以来的关怀，同时我们班也存在一些问题，例如大家对班级活动参与愿望不够、部分同学不能正确对待专业课程的学习等等，这也是我们班委今后工作的重点。也希望在座的各位老师和同学对我们的工作提出宝贵意见，谢谢大家！