

2023年知礼仪懂感恩班会 感恩班会教案(模板6篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。相信许多人会觉得范文很难写？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

知礼仪懂感恩班会篇一

1、欣赏中央电视台广告：“妈妈，洗脚”。

2、“万事孝为先”，这是我们中华民族的优秀传统，为世人所称道、所敬仰，古往今来，有多少文人墨客留下经典之作，像“三字经”之类的小孩都能朗朗上口，有时虽不求甚解，但熟背后，却可以作为一种文化去终身消化、理解、受益。下面请同学们齐诵：“游子吟”。

6、下面请欣赏歌曲“懂你”表演者：，大家掌声欢迎。

7、感谢同学。当我们坐在教室里学习时，父母在忙什么呢？当我们坐在桌边，吃着好饭、好菜时，他们又在忙着什么呢？请欣赏父母工作时的一个感人场景。（如：当保姆的妈妈）

8、多么感人的场景啊！同学们，在我们平淡的日常生活中，我们的爸爸妈妈除了要为我们做许许多多生活琐事，还要为了家庭那么辛勤地工作，这其中蕴藏着多么深厚的爱啊！点点滴滴都是情，只要我们有一颗细腻的心，仔细去体会，慢慢去感受，我们就明白：我们生活在爱的海洋里。亲爱的爸爸妈妈，您的关爱我们能体会，您的付出我们正在思考着回报。我们也知道我们曾经让您失望过，曾经让您伤透了心；可我们也深信：我们是您的骄傲，我们也曾经让您的笑颊灿

烂如花。亲爱的同学们，我们父母的期望并不多，我们的一句问候一次搀扶一杯茶水一个微笑，我们的爸爸妈妈就满足了。接下来，请聆听——同学想对父母说的话。

1、现在，我们进入主题班会的第二环节：师恩难忘。父母把我们送入知识的殿堂，我们沐浴着师恩的阳光，我们像小鸟一样展翅飞翔，无论暴风骤雨，是老师赋予了我们顽强的斗志，鼓励我们勇往直前。感谢你啊，老师！下面还是请我们同学一起来说说老师使你感动的故事，有哪位同学愿意来谈谈，让我们和你一起分享你的故事。（预先请同学写下材料，主持人了解）

2、谢谢_____同学。我们是沐浴着爱的阳光长大，人间的真情打动着我们的心。其实我们一直想说：老师，您辛苦了！老师，我们尊敬您！老师，我们谢谢您！（鞠躬）我班的每一位老师兢兢业业地耕耘在讲台上，此刻，你想对老师讲哪些话呢？那么一吐为快吧。该说谢谢的时候大声说出来，让我们不要把谢意在心底深埋，行动起来，用真诚的心回应真诚的心，用爱回报得到的关怀。现在请全体同学起立，向后转身，说出想对老师说的话。

1、现在，我们进入主题班会的第三环节：友谊永存。友谊是人间的春风，是沙漠中的绿洲，因为有了友谊，我们学会了宽容，学会了理解和友善，也学会了感动。我们要感谢所有的伙伴帮我们度过的困难、挫折，感谢他人给予我们的无私帮助。下面请——同学为我们带来《朋友》。

2、谢谢——————同学。生活中，我们需要别人的帮助、关爱，当然也应该把自己的爱心奉献给他人，爱是相互的。可是，我们很多人，已经习惯接受别人的关爱，接受别人的帮助，并且认为这是理所应当的。他们渐渐忘记了感动，忘记了说声谢谢，也渐渐淡忘了幸福的感觉。

3不知道同学们对于这种现象有什么想法呢？下面请————同

学谈一下，他觉得面对同学朋友的帮助该用什么样的心态。

4、谢谢——的精彩发言。

1、接下来，我们进入主题班会的第四环节：爱的奉献。俗话说：“月有阴晴圆缺，人有悲欢离合，此时古难全”。的确，生活有时是不公平的，在我们身边有的同学由于各种原因缺少父爱或者母爱，这些都是不可避免的。但是，我们相信，在我们的生活中并不缺少爱，因为在我们天有高中的大家庭里，平时人人都在为献出一点爱而做了很多工作，可以说我们每一个人都生活在一个充满着爱充满着感谢的大家庭里。同时我们也更多地学会了感恩。下面是我班的“感恩宣言”，请大家跟随我朗读：“感恩宣言”。（预先准备好材料：感恩宣言）

3、现在，有请我们的班长上台发言，掌声有请。班长：通过班委讨论，得到班主任同意，我们班委决定：把每周的周二作为感恩日，到时在班会课时间同学们对曾经帮助过自己的人，可以大声地说声“谢谢”了。请同学们鼓掌通过，谢谢大家。

4、接下来，请同学们以饱满的激情齐唱《感恩的心》，有请同学领唱。

5、下面请欣赏诗朗诵：“感恩情怀”表演者等同学。

附：诗歌“感恩情怀”——感激生育你的人，因为他们使你体验生命；感激抚养你的人，因为他们使你不断成长。感激帮助你的人，因为他们使你度过难关。感激关怀你的人，因为他们给你温暖。感激鼓励你的人，因为他们给你力量。感激教育你的人，因为他们开化你的蒙昧。感激钟爱你的人，因为他们让你体会爱情的宝贵。感激伤害你的人，因为他磨炼了你的心志；感激绊倒你的人，因为他强化了你的双腿；感激欺骗你的人，因为他增进了你的智慧；感激藐视你的人，

因为他觉醒了你的自尊；感激遗弃你的人，因为他教会了你该独立。凡事感激。学会感激。感激一切使你成长的人！

6、同学们，班主任老师为我们这次活动的开展付出了很多辛勤的劳动，现在，让我们以热烈的掌声请我们的班主任讲话。

班主任发言：

心存感恩，会让一句简单的话语充满了神奇的力量，让那些琐碎的小事一下子变得无比亲切起来。感恩是积极向上的思考和谦卑的态度，它是自发性的行为。当一个人懂得感恩时，便会将感恩化做一种充满爱意的行动，实践于生活中。一颗感恩的心，就是一颗和平的种子，因为感恩不是简单的报恩，它是一种责任、自立、自尊和追求一种阳光人生的精神境界！感恩是一种处世哲学，感恩是一种生活智慧，感恩更是学会做人，成就阳光人生的支点。每一个有爱心的人，都应该是个懂得感恩的人，人生也正因有了爱心、孝心和感恩而精彩起来，生动起来。心存感恩，回报他人。班主题班会到此结束。谢谢大家！

感激生育你的人，

因为他们使你体验生命；

感激抚养你的人，

因为他们使你不断成长。

感激帮助你的人，

因为他们使你度过难关。

感激关怀你的人，

因为他们给你温暖。

感激鼓励你的人，

因为他们给你力量。

感激教育你的人，

因为他们开化你的蒙昧。

感激钟爱你的人，

因为他们让你体会爱情的宝贵。

感激伤害你的人，

因为他磨炼了你的心志；

感激绊倒你的人，

因为他强化了你的双腿；

感激欺骗你的人，

因为他增进了你的智慧；

感激藐视你的人，

因为他觉醒了你的自尊；

感激遗弃你的人，

因为他教会了你该独立。

凡事感激。

学会感激。

知礼仪懂感恩班会篇二

作为一位普通的学生，感恩是我们终身的课题。对家人、对朋友、对老师、对社会，我们都应当抱着感恩之心。近日，班级开展了一次感恩主题班会，我从中得到了很多启示，让我重新审视自己的心态，也更加深刻地理解感恩的真谛。

第一段：班会内容的简要介绍

班会开始之前，班主任为我们带来了一个视频，视频中展现了众多年轻人在列车站候车的场景。看到这里，我们可能会问，这对于感恩有什么关系呢？事实上，在这个看似很普通的场景中，我们可以看到人与人之间的互助和关注，我们也可以看到平凡之中的美好。班主任告诉我们，感恩就是将关注和互助延续至平凡生活之中的动力，而我们也应当持之以恒地培养这样的感恩之心。

第二段：感恩之心的重要性

学生时代是我们人生中最充实的时期，因为我们不仅需要学习知识，更需要优秀品格的锤炼。而在品格培养方面，感恩之心必不可少。因为感恩不仅会让我们拥有强大的激励力量，同时也能让我们学会关注他人、体谅他人、并从中感受到真正的乐趣。更重要的是，感恩之心能让我们更好地调整自己的心态，让我们在成长的道路上少走弯路，更加成功地面对人生中的各种挑战。

第三段：感恩心态的培养之道

1. 多关注他人，多体谅他人：与他人商讨问题时，我们应当关注对方的需求和感受，并尝试站在对方的角度去看待问题。有时只需要一句关心的话语或一份小礼物，就能传递出浓浓的感恩之情。

2. 调整心态，保持欢愉：我们在成长中会遇到各种困难和挫折，这时我们应该用一份感恩之心去看待问题，关注自己所拥有的，而不是盲目追求自己所欠缺的。做一份感恩日记，写下自己所感恩的一切，也是很好的一种调整方式。

第四段：感恩的实践方式

1. 把握好时间，及时表达感恩之情：当有人对我们提供帮助时，我们应该及时地表达感谢之意。不仅能让别人感受到我们的真挚，也能让自己更好地应对下一次困难。

2. 珍惜机会，尽力回报：当我们受到好处时，也应该积极地反哺他人。这不仅是对自己良心的满足，也是对别人友情的进一步升华。

第五段：结尾部分

感恩是人生道路上的一盏明灯，能让我们在旅途中看得更清楚、走得更坚定。且行且珍惜，让我们在感恩的路上像太阳一样永远明亮、温暖。而我也会用一份感恩之心，珍惜这个美好的世界，同样也会珍惜身边所有的人。

知礼仪懂感恩班会篇三

古往今来，地球妈妈用甘甜的乳汁哺育了无数代子孙。原来的她被小辈们装饰得楚楚动人，可是，现在人类为了自身的利益，将她折磨得天昏地暗。人类只有一个地球，而地球正面临着严峻的环境危机。“救救地球”已成为世界各国人民最强烈的呼声。如今“环保行为从我做起”已不仅停留在口号上。所以我们要开展《感恩地球》主题班会。

1、通过这次环保主题班会，可以培养学生的环保意识，改变不良生活习惯。增强环保观念，使环保行为成为我们日常生活中的一种自觉、自发的行为。

2、通过观看情景剧，唱环保歌曲，自由书画美丽家园，发表感想的方式培养学生环保观念。

3、让学生通过感受自然，学会体会人与自然的和谐相处，并明确我们生活中的一切都是大自然带给我们的，以此让学生学会感恩自然、感恩地球。

1、召集班委讨论、决定班会程序，构思班会活动形式。

2、确定主持人（本次主题班会确定两名主持人：钮书琪、陆炜杰）

3、分小组调查收集周边自然美丽风光以及环境遭受破坏的图片，以对比的形式带给学生强烈的心灵震撼。

4、学生情景剧的设计、环保歌曲的改编、环保签名设计。

5、诗朗诵文章精选、背景音乐的选择。

活动形式：

通过表演小品、图片对比、朗诵、唱歌、环保签名等形式，使学生深刻认识到环境危机带给人类的危害，在活动中讨论认识到怎样保护环境，增强学生保护环境的责任感，让学生学会感恩自然。

一、前言：

师：同学们，我们是新世纪的小主人，我们要感谢大自然对我们的馈赠，我们有义务也有责任让我们的家园变得更加美丽，今天，我们在这里举行“感恩地球，环保从身边做起”的主题班会。希望同学们能够在班会中有所感触与收获，预祝班会获得成功！

主持人（男）：蔚蓝的天空，浩瀚的海洋，无垠的大地，富

饶的山川。奔流的江河，构成了我们生生不息的地球。

主持人（女）：然而新世纪之初，这颗蓝色的星球正经历着一场深刻的巨变：人口膨胀，森林锐减，水土流失，温室效应，臭氧层空洞……一系列的环境问题引起当今世界的忧虑和关注。

合：保护地球环境已迫在眉睫，拯救地球就是人类的未来，六（2）班“感恩地球”主题班会现在开始！

二、感恩地球，拒绝污染。

男：首先请同学们欣赏由各小组收集潜江优美风景的图片。

（多媒体播放优美的大自然风光及轻音乐）

女：你会觉得大自然是一位奇特的母亲，她能将千姿百态的生命孕育而出，让它们踏着那最为柔媚的第一缕春光，相拥而至，把无限的生机带给人世。

男：听着美妙的旋律，欣赏着一幅幅优美的图片。我们备感自豪，自豪大自然给了我们如此美的家园，给了我们如此美的享受。

女：然而现实生活中。我们给了大自然什么呢？

（多媒体播放各小组收集的白色垃圾污染严重的图片并配上文字解说）

男：看了刚才的两组对比的照片你有什么感受？

（学生交流感受）

三、环境保护，刻不容缓。

男：地球在呻吟，你听到了吗？看了这些场景，你心痛吗？

（小品）内容如下：

地球妈妈：（愁眉苦脸、闷闷不乐的出场）我是地球妈妈，全世界有50多亿人口在我身躯上生存，但是人们越来越不重视我了。以前，科学技术落后，人们用笨办法折磨我，现在，工农业发达了，人们折磨我的办法又升级了。你们看，我已经伤痕累累了。人们这样破坏我，我早晚会死的，唉！（蹲下）

噪音、“三废”出场：（骄傲、旁若无人地出场、对地球妈妈鄙视的目光。）噪音：兄弟们，近几年来，我们噪音家族日益壮大，有汽车的喇叭声、工厂的机器声、人们的喧哗声等等。这世界就快成为我们的了，多开心呀！

废水：（得意出场）嘿，老兄，你可别得意，我的本事比你大着呢！我主要来自于家庭、工厂、商店和城市的公用设施，大多含有有害，有毒、有腐蚀性的污染物。只要有我流过的地方，鱼虾就会死去，庄稼不能生长，人们若是饮用了我，他们就会得肠胃炎，胃癌、食管癌等等很多很多的疾病。

废渣：老弟，比起我来，你还差的远了！我占的地盘比你大。你看，大街小巷，哪里没有我的同胞？我们能污染环境，施放毒气。等我们把城市变成废渣城后，人类就没有安身之地了。

废气：哥们儿，比起我们来，你们算得了什么？我升上天空，污染空气，人呼吸了我后会得气管炎、肺炎和心血管等疾病。我与天上的灰尘结合，变成酸雨落到地面后，破坏庄稼的生长，使树林大片大片的死亡，连山石都要蹦落。瞧，我们多能干呀！

小松鼠、小金鱼、大象、小青蛙出场（配音乐）齐：（同情、

爱护的表情)恩,你们这些坏家伙(讨厌的语气)小松鼠:
(责备的语气、气愤)是你们破坏了森林,害得我没了家。
小金鱼:是你们污染了环境,害得我们的小伙伴们都死了。
大象:你们还那么得意,别以为自己了不起。齐:(瞧不起,
愤恨)看你们还能得意多久?(搀扶着地球妈妈下台)噪音、
“三废”(你看看我,我看看你,认识到了错误,低下了头)

女:请同学们画出心中想象的美好家园。

(交流展示)

男:如果能像画中的每一条小溪都清澈,每一寸土地都有肥沃,每一朵花儿都绽放,每一棵树苗都茁壮面长,那么我们的生活环境该是何等的漂亮!

四、爱我家园,从我做起。

男:每一天都有关于地震、干旱、火山爆发、天气异常的消息。我们要永远怀着一颗感恩的心保护地球,让我们的地球母亲“永保青春”。

合:爱我家园,从我做起。

男:同学们,你们曾看到过身边哪些破坏环境的现象。

(学生交流)

生:校园里有浪费水电,不懂得爱护花草树木,攀爬、采摘、乱丢、乱扔,乱吐、乱涂、乱画的现象。

生:社会上有乱砍乱伐,滥采煤矿,空气污染,噪声污染等现象。

女:这种现象在我们的生活随处可见,今天,我们就来针对这种现象讨论:

“环保，我们还能做什么？”（时间：三分钟）

男：请各组派代表发言。（学生代表发言）

（此时主持人对每次发言做一句话点评）点评至最后一名学生发言后，（女主持过渡到诗歌朗诵）

女：请欣赏：《感恩自然》（要求：同学们闭上眼睛，用心去聆听）

由唐安然同学诗歌朗诵：《感恩自然》

男：多美的感觉呀！多美的享受呀！

女：我们一起来欣赏歌曲《地球是我家》（六名学生按顺序出场）

五、结语

在歌声中全体同学进行环保签名，环保签名后。

男：为了地球的明天，我们必须从现在开始努力，要大量宣传，提高人们的觉悟与认识，加强环保意识。

女：相信同学们一定会按照环保签名中说的那样做，人人保护环境，爱护环境。让我们的小行动，带动社会的大环境，让我们的家园更加整洁、优美。

师：通过这次班会课，相信同学们都有了自己独特的体会，对于环保这一话题也有了更深刻的理解。只要我们弯一弯腰，伸一伸手，随手捡起一片垃圾，随手拧紧水龙头，随手关上电灯，我们就在为环保献力，为我们的校园创造美丽。希望大家都能从身边的小事做起，献出自己的一份力量，为我们的校园，为我们的家园，重建一片绿色的天地。

知礼仪懂感恩班会篇四

感恩是一种美德，它能够让我们对生活中的点点滴滴心存感激。在参加学校举办的主题班会“感恩前行”活动后，我深受启发，体会到了感恩的重要性。这次班会让我认识到，感恩不仅仅是一种心态，更是一种行动。在心怀感恩的同时，我们应该积极行动，以实际行动回报他人，为社会增添温暖。

在班会上，老师向我们展示了很多感人至深的故事。其中有一个故事是关于一位热心的老人的。老人家住的小区一天突发火灾，她及时报警并告诉了居民需要迅速逃生。虽然火灾期间没有造成人员伤亡，但是老人家自己却在逃生的过程中不幸身亡。听完这个故事，我深感老人的无私和勇敢，同时也被她对生命的感恩所感动。每一天，我们过得心安理得是因为有这些无私奉献的人们守护着我们的安全。

感恩不只是停留在口头上，更要通过行动来表达。在班会的结束活动中，我们共同制作了一件感恩墙。每个同学都用一张卡片写下自己想感谢的人，并贴在墙上。当我看到墙上的卡片越来越多时，我感受到了同学们的感恩之心的真挚。这让我想到，不仅在这个简单的班会中，我们应该更多地用实际行动来感恩，关注身边的每个人，时刻准备伸出援手。

感恩前行，意味着要在感恩的基础上向前迈进。在班会中，老师为我们讲述了一位名叫伽蓝的盲人小提琴演奏家的故事。伽蓝天生失明，但他并没有因此而失去对音乐的热爱。他为了弹奏音乐，坚持对自己下较高的标准，努力克服了很多困难。最终，他凭借自己的努力和才华成为了一名享誉世界的演奏家。他的故事告诉我，无论遇到多大的困难，我们都要怀着感恩之心坚持下去，用行动向前迈进。

感恩前行，也需要相互帮助和支持。在班会中，我们还进行了一项小组活动。每个小组中的成员需要在一段时间内互相合作，完成一项任务。在这个过程中，我们学会了倾听他人

的声音，关心他人的需要，并一起合作。通过这个活动，我们真切地感受到了团队协作的重要性。帮助他人也是一种感恩，通过互相帮助，我们可以携手前行，共同成长。

最后，我要感谢学校为我们举办这次主题班会。这次活动让我认识到了感恩的重要性，同时也激励我要用实际行动来感恩回报。感恩并不是一种感性的行为，更是一种理性的思考和行动。只有将感恩融入到日常生活中，我们才能真正体会到生活的幸福和美好。

通过这次班会，我明白了感恩的含义和重要性。感恩是一种能够让我们心怀感激、对他人怀有真诚感谢之心的美德。而感恩前行则是平凡生活中的一种态度，是用实际行动表达我们对他人的感激之情。在未来的日子里，我会时刻保持感恩的心态，并将感恩贯穿到生活的方方面面中，用我的努力和行动回报社会，让爱和温暖不断传递，让我们共同的世界变得更加美好。

知礼仪懂感恩班会篇五

让同学们学会感恩，学会感激他人。

××××年××月××日

在活动之前，班委会印制了几十份家长邀请函，希望家长们能前来参加我们的班会活动。同时我们也印制了若干份任课老师邀请函，邀请任课老师们也来参加我们的活动。班长准备好dv记录下我们的班会全过程。×××等同学精心准备主持人稿。同学们也都十分积极配合地合唱“感恩的心”。

1. 主持人开场白引出第一篇章：感恩老师

2. 诗朗诵“园丁颂”

3. 小提琴独奏
4. 中文小品
5. 第二篇章：感恩父母
6. 亲自对话
7. 英文小品“灰姑娘”
9. 诗朗诵
10. 女生独舞
11. 辩论赛：感恩父母与感恩老师哪个重要？

家长和任课老师在活动开始前5分钟陆续前来。主题班会准时开始。

在主持人的开场白之后第一篇章：感恩老师拉开帷幕。×××与×××的诗朗诵“园丁颂”首先切入主题让同学们走进感恩的世界。×××的小提琴独奏用音乐的方式演绎出了她心中的感恩之情。由×××导演，×××等表演的中文小品以平易近人的视角揭示了我们心中的感恩之情。

接着第二篇章：感恩父母开始了。在×××对×××及他的采访中，时时都流露出一位母亲对孩子的爱。英文小品“灰姑娘”隆重登场，这个小品由×××等表演，幽默而不搞怪的表演迎来了场下阵阵好评。

第三篇章：感恩社会。×××与×××诗朗诵表达了近一年来对洋泾的感谢。×××的女生独舞使大家大开眼界。然后，由×××主裁，×××等为正方，×××等为反方的辩论赛开赛了。

最后，由班8名合唱队员带领，全班大合唱“感恩的心”为本次主题班会画上了一个圆满的句点。

同学们觉得这次活动非常有意义，参与的同学也非常多，涉及面十分广。大家纷纷觉得这次班会在愉快的气氛中开始并结束。这次班会也十分难得的请来个别同学家长与我们一起度过这个难忘的主题班会，同时×××也通过这次班会更加了解了母亲对他平日里无微不至的关心与爱。而×××也很幸运的有了这次向母亲表达谢意的机会。

总体而言，这次班会达到了我们预期的期望与要求，提供了给我们表达心中对老师、对家长、对×××的谢意的舞台。

知礼仪懂感恩班会篇六

近日，我们班举行了一次感恩主题班会，让我深切感受到了感恩的力量。在这次班会中，我们相互分享着自己的感恩故事，并且感性地表达自己对于生命、亲情、友情和爱情等方面的感激之情。这场班会让我意识到了感恩的重要性，也让我学会了如何去感恩。

首先，感恩并不是简单地说一句“谢谢”。在这次班会中，我们了解到感恩是一种情感，是一种对于别人和自己付出的肯定与感激。感恩需要我们根据不同的情境和场合，用心去表达，而不是浮于表面的敷衍和虚假的客套话。感恩需要我们将心比心，理解对方的处境和心情，然后真诚地说出我们的感激之意。

其次，感恩也需要付出行动，并且需要持续不断地去做。我们要将感恩变为一种习惯，比如像老师们、父母那样，经常地给予他们一份信任、理解、耐心和支持。与此同时，我们还可以通过行动来感恩自己的生命和身体。比如，我们可以调整自己的作息时间，保证充足的睡眠和饮食，让自己身体健康、心情愉悦，然后更好地去感恩所有的美好。

第三，感恩需要我们关注身边的人和事。在这次班会中，我们分享着亲人和朋友们为我们所做的一切，他们的无私、付出和支持让我们感到深深的感激。同时，我们也学会了关注那些被忽略的小事情，比如路边那些劳动者们的辛勤付出，他们所扮演的角色和贡献也是值得我们去关注和感谢的。

第四，感恩也需要我们有一颗感恩的心态。在面对生活中的困难和挫折时，我们也需要坦然面对，用一颗感恩的心态去应对。比如，当我们遇到繁琐的学习或工作时，我们可以表达自己的感激之意，让自己的心情更加舒畅；当我们遇到失落和挫折时，我们也可以微笑着面对自己并不完美的人生，用心心相印的方式去感恩所有的经历和成长。

最后，我们还需要意识到，感恩不是一朝一夕的事情。我们需要用心去练习、持续不断地去感恩。我们需要用一颗感恩的心去面对这个世界，去感受他人的爱和支持，去感受生者的力量和伟大。我们需要让感恩这个词汇在我们的心中沉淀，成为我们珍贵的一份财富。

总之，参加这次感恩主题班会，让我深刻认识到了感恩的重要性。感恩让我们拥有一颗感恩的心，用心去关注身边的人和事，让自己心怀感激和增长成长。希望我们可以珍惜这一次班会，以及对于感恩的认识与提高，让感恩真正落到实处，让感恩成为我们人生的动力和旅途的陪伴。