

最新感恩教育朗诵演讲稿分钟 感恩教育 演讲稿(模板10篇)

演讲作为人类一种社会实践活动，它必须具备以下几个条件：演讲者、听众、沟通二者的媒介以及时间、环境。好的演讲稿对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇演讲稿接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看看一看吧。

感恩教育朗诵演讲稿分钟篇一

非常感谢各位家长朋友能在百忙之中挤出时间来参加这次报告会，相信每位家长都能从这次活动中学到不少东西，最重要的是加强了你和孩子之间的沟通，孩子和你更亲近了，更懂得了你们的辛劳，相信会在很大程度上改善你和孩子的关系。

同学们，下面是老师要和你们说的话：小草感恩大地，因为大地让它茁壮成长；鲜花感恩雨露，因为雨露让他更加芬芳；雄鹰感恩蓝天，因为蓝天让它自由翱翔。而我们更需要感恩，感恩给予我们生命的父母，因为父母为我们的生活谱写了爱的篇章；我们还应该感恩传授给我们知识的老师，因为老师为我们的成长奠定了基石。

如何感恩父母呢？其实，只需一些简单的话语，比如：在爸爸妈妈忙完回到家里时，向他们问一声：今天辛苦你了；在去上学的时候，向他们道一声再见；在回到家的时候，向父母说一声：“爸爸妈妈，我回来了。”在妈妈做好了菜给咱们吃的时候，别忘了说一声：“妈妈，谢谢你做了这么美味的菜给我吃。”有时候，表达孝心只需一些简单的动作：在吃饭之前帮爸爸妈妈盛饭，吃饭时先夹菜给爸爸妈妈，在吃完饭之后帮妈妈收拾碗筷，在妈妈忙碌时帮她分担一下家务，在父母忙碌完回到家里帮妈他们捶捶背……有时候，认真做好我

们自己，努力学习，积极向上，知错能改，取得好成绩，对妈妈来说，就是一份欣慰。也有时候，和父母谈谈心，和他们一起分享快乐与忧愁，对他们来说，就是一种温暖。我相信，只要我们能回家试试，你的父母一定会为你而骄傲，你一定能体会到做孝敬妈妈的孩子的快乐。同学们，从今天开始就赶紧行动吧！老师相信懂得感恩的你一定能赢得大家的称赞。

如何感恩老师呢？也很简单，上课认真听讲，积极思考，踊跃回答问题，按时完成老师布置的作业，并且做到字迹工整，卷面整洁；做值日时，提前到校，在规定时间内把地面打扫干净，桌凳摆放整齐，玻璃擦拭干净，物品摆放有序；见到老师主动问好，老师请你帮忙时不磨蹭不推脱，这都是感恩老师的方式，每个同学都能做到，如果你能更加勤奋，考出一个令家长和老师都满意的成绩，是对父母和老师最大的安慰。

家长朋友，下面我想问大家一个问题：你们爱孩子吗？肯定有不少家长会认为我的这个问题太无聊。谁不爱自己的孩子呢？是的，你们都会说爱，可是，我要继续问你们：你们会爱孩子吗？是不是让孩子吃好的、穿好的，让孩子衣来伸手饭来张口，要什么给什么就是爱孩子呢？答案是否定的。适当的让孩子做些家务，既减轻了你们的负担，也培养了孩子的自理能力，还能增强你和孩子的关系，何乐而不为呢？爱孩子还表现在每天认真检查孩子的作业，给孩子听写生字、词语、单词；定期带孩子到书店，给孩子买他喜欢的课外读物；学校开展的各项活动，您能支持，也是爱孩子，比如前一阵子举行的运动会，为了使节目更出彩，学校决定让孩子们买统一的服装，没有一个家长因为这个让孩子退出表演队，这也是爱孩子。关于家庭作业家长签名这件事，刚开始，所有家长都做得很好，可是坚持下来的就不多了，我想在这里对一下几位家长的表现作出肯定：梁梦瑶的家长，梁静文的家长，梁甜甜的家长，他们一直坚持检查孩子的作业，并认真签名，希望其他家长也能坚持下来。

前一段时间，为了预防麻疹的爆发，学校给每个孩子都发了体检表，要求孩子每天两次测量体温，有些孩子不会看体温表，都是家长一直在做，并认真签名，在此，我对各位家长真诚的说声谢谢！以后有需要您帮忙的时候，麻烦您一如既往的支持我们的工作。

下面我还有一个问题想跟各位交流一下：请您不要只盯着孩子的成绩，人的智力是有差别的，学习习惯也有差别，这些因素都会影响孩子的成绩，如果孩子已经很努力了，不要老是拿他和其他优秀的孩子比，孩子需要鼓励，我们只要看到孩子每天都有进步就可以了，千万不要让孩子丧失信心，那样他将一事无成。同时，你们应该知道，孩子在学校不光要学习书本上的知识，他们还学会了许多其他东西，像跳绳，跳皮筋，打篮球，打少年拳和太极拳，做武术操，以及怎样与同学友好相处，怎样与他人合作等等，这些东西在某种程度上来说更重要。如果您发现孩子在某些方面做的比较好，不妨夸夸他，相信他会做得更好！

感恩教育朗诵演讲稿分钟篇二

大家好！

今天我演讲的题目是：感恩的心。有一个天生就不会说话的小女孩，爸爸在她很小的时候就去世了。她和妈妈相依为命。妈妈每天很早出去工作，很晚才回来。每到日落时分，小女孩就开始站在家门口，充满期待地望着门前的那条路，等妈妈回家。妈妈回来的时候是她一天中最快乐的时刻，因为妈妈每天都要给她带一块年糕回家。在她们贫穷的家里，一块小小的年糕都是无上的美味了啊。

是啊，人不应该总抱怨命运的不公平，试着感恩生活吧，常怀一颗感恩的心看待周遭的一切吧，你将会发现生活依然充满了阳光，随处弥漫着快乐的空气。

感恩教育朗诵演讲稿分钟篇三

大家好！

新生的婴儿会得到母亲的哺育，初入课堂的`学子会受到老师的关照。是啊，这世上有很多人给了我们太多太多爱，所以我们要用爱来回报爱，要用一颗真心去感恩，感恩一切！

感谢我的父母，是他们给了我生命和温暖；感谢我的朋友，是他们给了我关怀和友谊；感谢我的老师，是他们给了我知识和帮助。

感恩是中华民族的传统美德，感恩也是一种感情的抒发，让我们把这优秀的传统美德一代一代地流传下去吧！

是感恩让这个世界更美好，更绚烂，让我们向蓝天大地宣誓：感恩，我们在行动！

谢谢大家！

感恩教育朗诵演讲稿分钟篇四

敬爱的老师、亲爱的同学们：大家早上好！今天我演讲的题目是：“怀着感恩的心一路走来”。

今天很高兴有机会和大家在一起聊一聊当下倡导并受到人们广为关注的感恩教育。感恩，其实是无处不在的。今天我站在这里的理由是什么？那就是感恩。感谢父母给予我生命；感谢朋友让我感受到世界的温暖；感谢老师教给我知识；感谢太阳让我获得温暖；感谢今天的`对手让我不断进取、努力；更感谢学校给予的这次机会。

有些人对感恩教育还不大明白。我们曾被哪些事情感动过呢？我想起看过的一个真实的故事：唐山大地震，几十万的生命，

随房屋的轰然倒塌，霎时归为沉寂。在清理废墟中，人们发现了一件震撼人心的事：许多年轻的母亲，都把孩子紧紧护在怀中，在这生死关头，她们最先想到的是孩子，几乎在同一时间，用同一种方式，以血肉之躯保护小生命。孩子们在母亲的怀里虽然永远闭上了眼睛，身体却毫发未伤。这是一种多么伟大的母爱啊！

可是同学们，你们又有多少人 是把父母放在第一位的呢？不少同学总是不断地报怨自己的父母这样不好，那样不对，对父母的行为和做法挑三拣四，横加指责，甚至于直接与父母顶撞！你们知道自己父母身体的健康状况吗？你们记得自己父母的生日吗？想想看，父母为你们付出那么多精力和心血，你关心过他们吗？你为你们的父母做过什么呢？同学们，我想说，假如今天是我生命中的最后一天，我们应该怀着感恩的心，感谢父母对我们的养育之恩，为他们尽自己的一份孝心。

“感恩的心，感谢有你，伴我一生，让我有勇气做我自己；感恩的心，感谢命运，花开花落，我一样会珍惜……”同学们，让我们象这首歌词里所写的，学会珍惜你的幸福吧！学会感谢你身边的一切吧！

让我们怀着感恩的心一路走来，让我们的人生焕发出光彩吧！

感恩教育朗诵演讲稿分钟篇五

“高考结束了”。话还没说完，母亲便坐立起来，大声地说“我得赶紧问问我儿子考得怎么样？！”在这个生死关头，母亲心里牵挂的仍是正在考试的儿子。这是一种多么伟大的母爱啊，她永远把儿子放在了第一位，因为关心儿子，而忽略了自己的一切，甚至是生命。我相信各位同学的家长在遇到这种情况的时候，也同样会为你们付出的，因为你是她的孩子。他们爱你，她们关心你胜过自己的生命。可是同学们，你们又有多少人 是把父母放在第一位的呢？不少同学总是不

断地报怨自己的父母这样不好，那样不对，对父母的行为和做法挑三拣四，横加指责，甚至于直接与父母顶撞！有些同学不知道自己父母身体的健康状况，不记得自己父母的生日，有的连自己父母的工作单位在哪都不知道，想想看，父母为你们付出那么多精力和心血，扪心自问，你关心过他们吗？你为你们的父母做过什么呢？如果什么也没做过的话，那又有什么理由去指责你们的父母呢？对待自己的父母尚且如此，又怎么敢奢望你们会善待你们的老师和朋友呢？国家有难，又怎么敢指望你为他抛头颅洒热血呢？如果人人都是这么自私自利的话，社会哪里还会有温情呢？如果我们生活在这个失去温情的世界，那么我们活着又有什么意义呢？光靠喊口号是没有任何用处的，我们应该用我们实际的行动来关爱我们的父母！同学们，我想说，假如今天是我生命中的最后一天，我们要做的第一件事情，就是报答养我育我的父母！为他们献出自己的一份爱心。

还有一篇报导，一位不识字的母亲劳作了大半辈子，买了一副银手镯，很是珍爱，成天戴在手上舍不得摘下。有一次她去城里看望他正在读高二的儿子，儿子惊奇地发现母亲手上的.手镯不见了，便问他母亲手镯去哪了，母亲笑盈盈地掏出一个蓝布包，说：“娘用这副手镯给你换回来两本“天书”，这回俺娃考大学可是有希望啦！”看着母亲充满笑意的脸，儿子感到很惊奇，这个世界上哪有保证能考上大学的“天书”啊？社会上的骗子这么多，该不会是上当受骗了吧？接过布包，层层打开，果然，那两本所谓的“天书”，不过是两本小学课本罢了。儿子一急，准备说出真相，希望找到骗子挽回损失。可是当他看到母亲满脸的皱纹和充满希望的双眼的时候，儿子放弃了。他实在不忍心告诉他母亲这个残酷的事实，柔弱的母亲将受不了这样致命的打击！于是便笑着告诉母亲：“娘，你回去吧，我记下啦！一定考好”！望着母亲渐渐离去的瘦小背影，儿子哭了，哭得很伤心，回去后，儿子便把这个充满爱意的“天书”摆放在最显眼的位置，让它激励自己。

半年后的高考，儿子获得了前所未有的成功，北京的一所重点大学录取了他，他从此踏上了人生的正轨。爱其实就是我们的身边，我们并不缺少爱，缺少的只是发现它的双眼。每天早晨睁开双眼，我都会庆幸，今天我还活着，活着是多么地美好，世界上每天发生那么多的灾难和不幸，却没有一件落在我的头上，我活得很快乐。什么是幸福？想起非洲那么多的难民，突然懂得了吃得饱其实也是一种幸福。比起那么先天性残疾或是智障，我们的父母给了我们健全的肢体和聪明的大脑，这也是一种幸福。那些天生残疾的人尚且没有埋怨老天的残忍和不公，仍然为了能够更好地生存而在不断地奋斗着，那么拥有健全的肢体，聪明大脑的我们，又有什么理由去怨天尤人呢？记得我读中学的时候，爆发了美伊战争和轰炸南联盟事件。看着电视新闻里每天不断变化的战况，我感到很庆幸，庆幸的是我身在强大的中国，而非伊拉克或是南联盟，我们的国家保证着我的生命和财产不受外敌的侵害，我用不着成天提防着导弹的袭击。

路上遇到人民police的时候，我会感到特别地亲切，因为是他们用辛劳维护了整个社会的稳定和安宁，让我不必担心歹徒的肆意侵挠。努力吧，同学们，为了我们国家的更加繁荣和富强，为了我们的母亲的强健和安康，努力吧！我相信，只要我们都能够尽我们的全力了，即便不能取得成功，我们也将无悔！

感恩教育朗诵演讲稿分钟篇六

大家好！

新生的婴儿会得到母亲的哺育，初入课堂的'学子会受到老师的关照。是啊，这世上有很多人给了我们太多太多爱，所以我们要用爱来回报爱，要用一颗真心去感恩，感恩一切！

感谢我的父母，是他们给了我生命和温暖；感谢我的朋友，是他们给了我关怀和友谊；感谢我的老师，是他们给了我知识和

帮助。

感恩是中华民族的传统美德，感恩也是一种感情的抒发，让我们把这优秀的传统美德一代一代地流传下去吧！

是感恩让这个世界更美好，更绚烂，让我们向蓝天大地宣誓：感恩，我们在行动！

谢谢大家！

感恩教育朗诵演讲稿分钟篇七

大家下午好！

今天我们在这里举行武威第七中学“感恩励志月”活动启动仪式，感恩励志教育活动的开展旨在增强同学们的感恩意识和道德修养，精心培育学校的感恩文化，弘扬民族精神，进一步激发同学们的民族自豪感和学习责任感。

同学们，“感恩”是中华民族的传统美德，“滴水之恩，涌泉相报”“谁言寸草心，报得三春晖”，这是祖先为我们留下的教诲。人要懂得感恩，感恩给你生命的父母，感恩教育过你的师长，感恩曾经帮助过你的人，感恩我们伟大的祖国。一个真正有修养的人，懂得感恩是一种生活态度，是一种美德。相反，一个不懂得为别人的难处考虑的人是自私的。世界上没有一个人能离开别人的关心和帮助而成功。因此，怀着一颗感恩的心看世界，我们才会真正幸福。

我们要感恩父母。感念父母对我们生命的赐予，感谢父母的无私付出和哺育之恩，对父母长辈多一份体贴、多一份关怀、多一句问候，尽孝心、重人伦、报亲情。我们要感恩老师。感谢老师对我们的启迪和成长的帮助，感念老师的辛勤付出和教诲。我们要感恩班级。感恩集体中的每一个人给予自己的关心、帮助和支持，珍惜班级共有的每一份荣誉和成功。

我们还要感恩祖国。同过去相比，我们的物质生活可以说是极大地丰富了，我们要感念时代的赐予，珍惜现在的拥有，增强奉献意识和社会责任意识，懂得回报社会。

同学们，如果你心存感恩，当你因没有履行学生的职责而受到老师的批评时，就会虚心接受，因为你知道，老师是真心帮助你；如果你心存感恩，放学时就不会在校外逗留，因为你知道，要按时回家，家人在焦急地等你；如果你心存感恩，当同学间有了矛盾，哪怕你再委屈，也会用正确的方法去化解，而不是大打出手，因为你知道，同学不是敌人，要珍惜这份友情；如果你心存感恩，当你要钻纪律的空子时，就会自觉约束自己的不良行为，因为你知道，集体的荣誉要靠每个成员来维护。

感恩是每个人应有的基本道德准则，是做人的起码修养。俗话说，鸦有反哺之义，羊有跪乳之恩，不懂感恩，就失去了爱的感情基础。学会感恩是我们应该做，也能够做的基本行为。同时，我们还要树立远大理想，作为一个中学生，就是要努力搞好学习，做一个有思想，有道德，有纪律的人，要让父母安心，让老师放心，最后让社会省心。从某种意义上讲，这也是一种感恩。我希望，通过为期一月的“感恩励志”主题教育活动，我们每一位同学能在今后的学习生活中，学会感恩，知恩图报，奋进勤学，以感恩之心去处世做事，真正做到“先成人，后成才”。

同学们，让我们把感恩的思想贯穿于日常的学习和生活之中，大力弘扬中华传统美德。把感恩化为人生长成和寒窗苦读的强大动力，为了回报亲情而刻苦用功，为了恪守自尊而拒绝消沉，为了明天的前程而提高个人素质。在感恩中成长，在励志中成才。力争把我们武威七中建设成教书育人的学园，亲情洋溢的家园，师生幸福成长的乐园。

谢谢大家！

感恩教育朗诵演讲稿分钟篇八

你们好！

首先我要感谢今天让我能站在这里参加此次活动的所有人。今天我所要演讲的主题是《感恩的心》。

有人说，感恩是人的天性。中华民族有很多的传统美德，像忠贞报国、勤劳勇敢、尊老爱幼、团结合作……但我感到，感恩也是一种美德。感谢父母，生我们养我们，给予我们爱；感谢老师，授予我们知识，教我们做人的道理；感谢朋友，风雨陪伴，给予我们最真挚的友谊。

感恩老师，在人生的十字路口，是老师向我们伸出了热情的双手，于是我们在彷徨中坚定，在思索中清醒。是老师让我们看到了广袤无垠的天空，是老师让我们看到了碧波荡漾的大海。在人生的旅途中，是老师丰富了我们的灵魂，开发了我们的智力；为我们点燃了希望的光芒，给我们插上了理想的翅膀，让我们遨游在知识的海洋里。当我们变成遨游在天空中的雄鹰，当我们变成游动在大海里的蛟龙，这都是老师的功劳，默默无闻育出桃李满天下，拳拳有志造就栋梁兴中华。您的恩情，我们将铭记于心，所以我们要用“心”来感谢您——我最敬爱的老师。

感恩朋友，人们常说，战友与同学的情意是世界上最诚挚最永恒的友谊，我们拥有其一，难道我们不该感到幸福吗？人生的岁月是一串珍珠；漫长的岁月是一组乐曲，而同窗友情是其中最璀璨的珍珠，最精彩的乐章。几年，虽然只有短短的一瞬间，可我们一起歌唱友爱、歌唱希望、歌唱拼搏、融进了深情厚意。朝霞中，我们携手进校；夕阳中，我们并肩回家；课堂上，有我们互助的身影，操场上，有我们欢乐的足迹……多少个朝朝暮暮，沉淀了我们。

滴水之恩，当涌泉相报！

我感谢我的父母，感谢我的老师，感谢我的同学，感谢身边所有的人，感谢他们让我拥有一颗热忱感恩的心！

感恩，从你我做起！从心做起！

敬爱的老师、亲爱的同学们：

大家早上好！今天我演讲的题目是：“怀着感恩的心一路走来”。

有些人对感恩教育还不大明白。那么，究竟什么是感恩教育呢？我们曾被哪些事情感动过呢？我想起以前看过的一个真实的故事：1976年唐山大地震，几十万活泼的生命，随房屋的轰然倒塌，霎时归为沉寂。在清理废墟中，人们发现了一件震撼人心的事：许多年轻的母亲，都把孩子紧紧护在怀中，僵硬为辉煌的雕塑在这生死关头，她们最先想到的是孩子，几乎在同一时间，用同一种方式，以自己的血肉之躯来保护小生命，想抵挡死神坚硬的打击。孩子们在母亲的怀里虽然永远闭上了眼睛，身体却毫发未伤。这是一种多么伟大的母爱啊！她们永远把孩子放在第一位，因为爱孩子，而忽略了自己的一切，甚至是生命。我相信各位同学的父母在遇到这种情况时，也会这样做的，因为我们是他们的孩子，他们关心我们胜过关心自己。

对待自己的父母尚且如此，又怎么敢奢望你们会善待你们的老师和朋友呢？国家有难，又怎么敢指望你为他抛头颅洒热血呢？如果人人都是这么自私自利的话，社会哪里还会有温情呢？如果我们生活在这个失去温情的世界，那么我们活着又有什么意义呢？光靠喊口号是没有任何用处的，我们应该用我们实际的行动来关爱我们的父母！同学们，我想说，假如今天是我生命中的最后一天，首先我们应该怀着感恩的心，感谢父母对我们的养育之恩，为他们尽自己的一份孝心；感谢那些曾有恩于我们却不求回报的人。常怀感恩之心，我们对人对环境就会多一份欣赏，少一份挑剔。

感恩是五彩画笔。学会感恩，生活将变得无比精彩。感恩描绘着生活，将生活中大块的写意，挥洒得酣畅淋漓；将生活中清淡的山水，点缀得清秀飘逸；将生活中细致的工笔，描绘得细腻精美。

努力吧，同学们，为了我们国家的更加繁荣和富强，为了我们的母亲的强健和安康，努力吧！让我们怀着感恩的心一路走来，让我们的人生焕发出光彩吧！

感恩教育朗诵演讲稿分钟篇九

大家好！

感恩不仅仅是一种情感，更是一种人生境界的体现，永怀感恩之心，传递感恩的种子，懂得惜福和感恩，才能从各个方面获得更大的情感回报，懂得感恩，找到自我心灵休憩的家园。作者正是抓住这一点，并将它无限放大，透过一个个感人的故事和激情的互动，到达“心与心的碰撞，情与情的交融，爱与爱的传递”的目的，从而打动了每一位读者的心灵。

人间万物皆有感恩之心。落叶在空中盘旋，谱写着一曲感人的乐章，那是落叶对滋养它的大树的感恩；白云在蔚蓝的天空中飘荡，描绘着一幅感人的画面，那是白云对哺育它的蓝天的感恩。有人说，感恩是鞋，穿上它，我们才能在人生的道路上健步如飞。感恩更像是生命中那一朵朵不谢的花，因为感恩，所以我们的生命变得五彩斑斓。

“生活是一面镜子，你对着它笑，它也对着你笑；你对着它哭，它也对着你哭”，在这个物欲横流的世界里，一个人，只有怀揣一颗感恩的心，才会体味到生活的幸福与乐趣，学会感恩也就是学会了生活。怀有一颗感恩的心，你才会得到他人的尊敬和信任，才能帮你在逆境中寻求期望，在悲观中寻求快乐。只有懂得感恩的人，才会在未来的学习和生活中不断地得到他人的帮忙和资助，让自我顺利渡过每一个难关，

帮忙自我实现心中的理想，成就自我的事业！

感恩的人是一个心里充满快乐的人，他们懂得把别人对自己的恩惠、帮忙，传递给需要的人，在传递“感恩”这个接力棒中，他们同样享受了生活的完美，完美生活是从感恩开始的！

感恩教育朗诵演讲稿分钟篇十

大家早上好！

今天我演讲的题目是《心存感恩 做感恩少年》。

落叶在空中盘旋，谱写着一曲感恩的乐章，那是大树对大地滋养它的感恩；白云在空中飘荡，描绘了一幅感人的画面，那是白云对蓝天哺育它的感恩。因为感恩，才有了这个美好的世界；因为感恩，才有了真挚的感情；因为感恩，才让我们懂得了生命的真谛。从第一声响亮的哭声起，我们要感谢的人就一个个地出现在我们的成长路上。

我们要感谢父母一路走来对我们的关心和帮助，感谢朋友陪我们走过的风风雨雨，感谢老师对我们的尊尊教诲。

感恩是发自内心的，俗话说：“滴水之恩当涌泉相报”更何况父母，他们为我们付出的不仅仅是一滴水，百是一片汪洋大海。我们是否在父母劳累后送上一杯暖茶，是否在他们生日时递上一张自制的贺卡，是否在他们失落时奉上一句安慰的话语。他们为我们倾注了心血和精力，而我们又何尝记得他们的生日，体会他们的劳累，又是否感觉到那缕缕银丝，那条条皱纹。感恩需要我们用心去体会，去报答。

怀着一颗感恩的心，去看待你周围所有的人，

感恩伤害你的人，是他们，磨练了你的意志；

感恩嘲笑你的人，是他们，激发了你的自尊；

感恩帮助你的人，是他们，给了你再生的希望；

感恩鼓励你的人，是他们，让你信心十足；

感恩授予你知识的人，是他们，照亮了你前进的道路；

感恩哺育你的人，是他们，让你丰衣足食。

同学们，让我们怀着感恩的心面向世界吧！让我们怀着感恩的心对待生活吧！只要我们对生活充满感恩之心，充满希望与热情，我们的社会就会少一些指责与推拖，多一些宽容与理解，就会少一些争吵与冷漠，多一些和谐和温暖；就会少一些期满与涣散，多一些真诚和团结。

同学们，让我们常怀感恩之心，常存感恩之念，常行感恩之举，以感恩的心投入到日常生活和学习中。

谢谢大家！