

# 2023年一年级梦想班会的演讲稿 小学一年级班会教案(优质5篇)

演讲稿具有观点鲜明，内容具有鼓动性的特点。在社会发展不断提速的今天，需要使用演讲稿的事情愈发增多。那么你知道演讲稿如何写吗？那么下面我就给大家讲一讲演讲稿怎么写才比较好，我们一起来看看吧。

## 一年级梦想班会的演讲稿篇一

通过本次德育活动课，使学生对文明礼貌用语有一个认识和了解，同时体会文明的重要性。在日常生活中会正确运用礼貌用语，从自我培养学生从现在做起做起，从一点一滴做起，努力提高自己的文明修养，做一个“讲文明、懂礼貌”的好孩子。

- 1、收集礼貌用语和平时这方面做得好的典型事例。
- 2、排练快板《假如》、文明礼貌操、文明礼貌儿歌、歌曲等节目。
- 3、布置教室。

英文歌□hello song□导入。

主持人出场

男：好孩子，志气高

女：讲文明，懂礼貌

男：欢欢喜喜进学校，见到老师行个礼，

女：见到同学问声好，大家夸我有礼貌，

合：我们是新世纪的小学生，我们是合格的小公民。让我们从小讲文明，讲礼貌。一（1）班《文明礼仪伴我成长》主题班会现在开始！（鼓掌）

男：自古以来，我们中国就是一个礼仪之邦。请听中/英文故事版的：《孔融让梨》。

女：从我们踏入校门那一刻开始，老师就教育我们要做一名有礼貌的好孩子。小伙伴们，在我们身边有很多的礼貌用语，你知道它们吗？（点同学回答）

1、我知道“您好”是礼貌用语。

2、我知道“请”是礼貌用语。

3、老师“谢谢”也是礼貌用语。

4、“没关系”也是礼貌用语。一年级文明懂礼貌主题班会教案

5、我知道“对不起”是礼貌用语。

6、“打扰”也是礼貌用语。

7、我知道“再见”是礼貌用语。

男：说得太好了，那我们来看看在水族学校里的学生们是怎样讲文明懂礼貌的呢？（播放：水族学校之文明礼仪）

男：准备好了吗？。。。。（开始游戏）

女：同学们他俩棒不棒？

男：我也很棒的！

女：怎么说？

you立即说出去，做了错事要赔礼，说声sorry对不起。打扰别人要有礼□excuse me放头句，礼貌用语常使用，文明少年就是你。

男：小鸟渴望蓝天。

女：小苗渴望甘泉。

男：葵花渴望太阳。

女：露珠渴望鲜花。

男：心愿与行规是兄弟。

女：礼仪与追求是姐妹。！

合：我们是祖国的春天，我们的人生刚刚燃起火焰，有了行规礼仪才能有进步。请欣赏我们班自编的《礼仪操》。。。。

女：（会做的一起跟着做）

男：在校园里，我们是文明的学生；

女：在家庭中，我们是文明的孩子；

（男）爷爷常说，中华是文明古国。

（女）妈妈常讲，我国是礼仪之邦。

（合）老师教导我们，知书达礼儿时起。

我告诉自己，文明礼貌要发扬。

（男）学习礼仪善交往，团结同学敬师长。

（女）主动帮助老弱残，孝顺长辈问暖寒。

（合）礼仪知识认真学，从小养成好习惯。大方热情懂礼貌，言行处处都规范。男：五一劳动节就要到了，在这七天的长假中，你是不是要和爸爸妈妈去游玩呢，下面就请三位同学给大家介绍一下我们小学生的礼仪。

女：请听快板《假如》

1：假如我是小顾客，买东西，按先后；说话时，先说请。要尊重售货员，不给别人添麻烦，添麻烦。

2：假如我是小乘客，上汽车，不拥挤；在车上，不抢座；车到站，他先下，和和气气不争吵，不争吵。

3：假如我是小观众，看电影，看杂技，讲文明，守秩序，讲卫生，不吐痰，保持安静不起哄，不起哄。

4：假如我是小游客，上公园，看美景，爱花木，护文物，见外宾，不围观，文明游客我做到，我做到。

小记者出场：

小记者：同学们大家好，刚才你们说的真不错，我深受感触。

女：哎？您好，您是谁呀？

小记者：我是红领巾电视台的小记者我姓陈，听说你们在这里开展文明礼仪的活动，我特地来采访一下。

大家：好，欢迎欢迎！

小记者采访：

1、小记者问：请问，你到书店买书时，怎么对营业员阿姨说话？

xx□阿姨，我想买书架上那套《小学生作文》，请您拿给我看看，好吗 小记者：好的。你真有礼貌。

xx□谢谢！一年级文明懂礼貌主题班会教案

小记者：你真棒，民警叔叔一定会夸你是个有礼貌的好孩子。

3、小记者问：请问，当你不小心把别人的铅笔盒碰到地上了，你怎么说，怎么做？

xx□我会这样说，对不起，我不小心把你的铅笔盒碰到地上了，我帮你捡起来。 小记者：嗯，你真是个有礼貌的好孩子。

小记者□ok□你真是一个讲文明，有礼貌的好孩子。

女：记者同志，我们班的同学表现如何？

小记者：真棒！我听说你们班还编了一首文明礼貌儿歌，能不能说给大家听一听。

礼貌用语记得牢。

对待长辈要用“您”，

早晨见面说声“早”

平时互相问问“好”。

分别“再见”别忘了。

若求人，“请”字先，

最后别忘说谢谢，

影响别人，“对不起”

回答请说“没关系”

文明做个好孩子，

人人夸奖数第一。

小记者：你们真是讲文明、懂礼貌的好孩子。同学们，这次采访就到这里，谢谢大家的配合，再见！

男：我们是祖国的小雏鹰，

女：文明之花在心中开放，

男：我们是21世纪的主人，

女：我们要做21世纪文明人。

合：让我们插上文明的翅膀，飞向蓝天，飞向美好的未来。

女：有了文明礼仪，社会才能和谐。请欣赏：文明社会 和谐社会

□flash□

男：下面请班主任徐老师为这次班会作总结。

师：同学们祝贺你们，在“文明礼仪伴我成长”活动中，我高兴地看到每一个同学都能积极主动地学礼仪、用礼仪，成为讲文明、讲礼貌的好孩子。人们常把少年儿童比作祖国的

花朵，那么，我们武汉路小学一（1）班的每一位小朋友就是绽开在我们武小的一朵朵小花，我真心希望你们这朵朵文明之花能永远绽放。

个礼，见了同学问声好，老师您好，同学你早，团结友爱心一条，团结友爱心一条。

好儿童，志气高，讲文明，讲礼貌，小朋友呀咱们一定要记牢。不骂人来，不打架，果皮纸屑不乱抛。纪律要遵守，卫生要做到，咱们从小讲文明咱们从小讲礼貌。

合：武汉路小学一班“文明礼仪伴我成长”主题班会，到此结束。

## 一年级梦想班会的演讲稿篇二

一年级

- 1、掌握地震到来时在各种情况下的应急措施。
- 2、关爱生命，快乐学习生活每一天。

20xx年5月12日

地震是对人类威胁极大，并且比较常见的自然灾害。地球上每年大约要发生500多万次大大小小的地震□xx年的唐山大地震，2018年5月12日发生在汶川地区的8级大地震，都造成了重大的财产损失和人员伤亡。本次班会的主题是防震减灾，珍爱生命。

地震作为一种自然现象，它在发生之前有时会有一些前兆，我们如果能掌握这些前兆，就会对地震的预防起到积极、主动的作用。如地震前往往井中水位突然上升或下降，大气中出现异味，飞鸟、家畜惊慌、野生动物反应异常，电线之间

有火花、室内有蓝光、荧光灯被点燃等。人人都要知道立即报告的途径，但决不能预报“地震了”，也不要相信“有地震”的传言。

由于地球在不断运动和变化，逐渐积累了巨大的能量，在地壳某些脆弱地带，造成岩层突然发生破裂，或者引发原有断层的错动，这就是地震。地震绝大部分都发生在地壳中。

### 1、学校人员如何避震？

在学校中，地震时最需要的是学校领导和教师的冷静与果断。有中长期地震预报的地区，平时要结合教学活动，向学生们讲述地震和防、避震知识。震前要安排好学生转移、撤离的路线和场地；震后沉着地指挥学生有秩序地撤离。在比较坚固、安全的房屋里，可以躲避在课桌下、讲台旁、教学楼内的学生可以到开间小、有管道支撑的房间里，决不可让学生们乱跑或跳楼。

### 2、学生在学校如何避震？

地震到来时，如果正在教室上课的，要在教师指挥下迅速抱头、闭眼、躲在各自的课桌下，千万不要跳楼！不要站在窗外！不要到阳台上去！如果正在操场或室外的，可原地不动蹲下，双手保护头部，注意避开高大建筑物或危险物，不要回到教室去，震后应当有组织地撤离，必要时应当在室外上课。

### 3、家庭如何避震？

地震预警时间短暂，室内避震更具有现实性，而室内房屋倒塌后形成的三角空间，往往是人们得以幸存的相对安全地点，可称其为避震空间。这主要是指大块倒塌体与支撑物构成的空间。室内易于形成三角空间的地方是：炕沿下、坚固家具附近；内墙墙根、墙角；厨房、厕所、储藏室等开间小的地



方。

(1) 抓紧时间紧急避险。如果感觉晃动很轻，说明震源比较远，只需躲在坚实的家具底下就可以。大地震从开始到振动过程结束，时间不过十几秒到几十秒，因此抓紧时间进行避震最为关键，不要耽误时间。

(2) 选择合适避震空间。室内较安全的避震空间有：承重墙、墙根、墙角；有水管和暖气管道等处。屋内最不利避震的场所是：没有支撑物的床上；吊顶、吊灯下；周围无支撑的地板上；玻璃（包括镜子）和大窗户旁。

(3) 做好自我保护。首先要镇静，选择好躲避处后应蹲下或坐下，脸朝下，额头枕在两臂上；或抓住桌腿等身边牢固的物体，以免震时摔倒或因身体失控移位而受伤；保护头颈部，低头，用手护住头部或后颈；保护眼睛，低头、闭眼，以防异物伤害；保护口、鼻，有可能时，可用湿毛巾捂住口、鼻，以防灰土、毒气。

#### 4、公共场所如何避震？

听从现场工作人员的指挥，不要慌乱，不要拥向出口，要避免拥挤，要避开人流，避免被挤到墙壁或栅栏处。

在影剧院、体育馆等处：就地蹲下或趴在排椅下；注意避开吊灯、电扇等悬挂物；用书包等保护头部；等地震过去后，听从工作人员指挥，有组织地撤离。

在商场、书店、展览、地铁等处：选择结实的柜台、商品（如低矮家具等）或柱子边，以及内墙角等处就地蹲下，用手或其他东西护头；避开玻璃门窗、玻璃橱窗或柜台；避开高大不稳或摆放重物、易碎品的货架；避开广告牌、吊灯等高耸或悬挂物。

在行驶的电（汽）车内：抓牢扶手，以免摔倒或碰伤；降低重心，躲在座位附近。地震过去后再下车。

## 5、户外如何避震？

就地选择开阔地避震：蹲下或趴下，以免摔倒；不要乱跑，避开人多的地方；不要随便返回室内。

避开高大建筑物或构筑物：楼房，特别是有玻璃幕墙的建筑；过街桥、立交桥；高烟囱、水塔下。

避开危险物、高耸或悬挂物：变压器、电线杆、路灯等；广告牌、吊车等。

避开其他危险场所：狭窄的街道；危旧房屋，危墙；女儿墙、高门脸、雨篷下；砖瓦、木料等物的堆放处。

## 6、避震要点：

震时是跑还是躲，我国多数专家认为：震时就近躲避，震后迅速撤离到安全地方，是应急避震较好的办法。避震应选择室内结实、能掩护身体的物体下（旁）、易于形成三角空间的地方，开间小、有支撑的地方，室外开阔、安全的地方。

身体应采取的姿势：伏而待定，蹲下或坐下，尽量蜷曲身体，降低身体重心。抓住桌腿等牢固的物体。保护头颈、眼睛，掩住口鼻。避开人流，不要乱挤乱拥，不要随便点明火，因为空气中可能有易燃易爆气体。

## 7、专家建议，应该有意识地掌握一些科学适用的避震策略：

策略一：震时保持冷静，震后走到户外。这是避震的国际通用守则，国内外许多起地震实例表明，在地震发生的短暂瞬间，人们在进入或离开建筑物时，被砸死砸伤的概率最大。

因此专家告诫，室内避震条件好的，首先要选择室内避震。如果建筑物抗震能力差，则尽可能从室内跑出去。专家建议，地震发生时先不要慌，保持视野开阔和机动性，以便相机行事。特别要牢记的是，不要滞留床上；不可跑向阳台；不可跑到楼道等人员拥挤的地方去；不可跳楼；不可使用电梯，若震时在电梯里应尽快离开，若门打不开时要抱头蹲下。另外，要立即灭火断电，防止烫伤触电和发生火情。

策略二：避震位置至关重要。住楼房避震，可根据建筑物布局和室内状况，审时度势，寻找安全空间躲避。最好找一个可形成三角空间的地方。蹲在暖气旁较安全，暖气的承载力较大，金属管道的网络性结构和弹性不易被撕裂，即使在地震大幅度晃动时也不易被甩出去；暖气管道通气性好，不容易造成人员窒息；管道内的存水还可延长存活期。更重要的一点是，被困人员可采用击打暖气管道的方式向外界传递信息，而暖气靠外墙的位置有利于最快获得救助。需要特别注意的是，当躲在厨房、卫生间这样的小开间时，尽量离炉具、煤气管道及易破碎的碗碟远些。若厨房、卫生间处在建筑物的犄角旮旯里，且隔断墙为薄板墙时，就不要把它选择为最佳避震场所。此外，不要钻进柜子或箱子里，因为人一旦钻进去后便立刻丧失机动性，视野受阻，四肢被缚，不仅会错过逃生机会还不利于被救；躺卧的姿势也不好，人体的平面面积加大，被击中的概率要比站立大5倍，而且很难机动变位。

策略三：近水不近火，靠外不靠内。这是确保在都市震灾中获得他人及时救助的重要原则。不要靠近煤气灶、煤气管道和家用电器；不要选择建筑物的内侧位置，尽量靠近外墙，但不可躲在窗户下面；尽量靠近水源处，一旦被困，要设法与外界联系，除用手机联系外，可敲击管道和暖气片，也可打开手电筒。

## 8、震后自救和互救：

地震时如被埋压在废墟下，周围又是一片漆黑，只有极小的

空间，你一定不要惊慌，要沉着，树立生存的信心，相信会有人来救你，要千方百计保护自己。

地震后，往往还有多次余震发生，处境可能继续恶化，为了免遭新的伤害，要尽量改善自己所处环境。在这种极不利的环境下，首先要保护呼吸畅通，挪开头部、胸部的杂物，闻到煤气、毒气时，用湿衣服等物捂住口、鼻；避开身体上方不结实的倒塌物和其它容易引起掉落的物体；扩大和稳定生存空间，用砖块、木棍等支撑残垣断壁，以防余震发生后，环境进一步恶化。

设法脱离险境。如果找不到脱离险境的通道，尽量保存体力，用石块敲击能发出声响的物体，向外发出呼救信号，不要哭喊、急躁和盲目行动，这样会大量消耗精力和体力，尽可能控制自己的情绪或闭目休息，等待救援人员到来。如果受伤，要想法包扎，避免流血过多。

维持生命。如果被埋在废墟下的时间比较长，救援人员未到，或者没有听到呼救信号，就要想办法维持自己的生命，尽量寻找食品和饮用水，必要时自己的尿液也能起到解渴作用。

互救，互救是指灾区幸免于难的人员对亲人、邻里和一切被埋压人员的救助。

同学们，自然灾害突如其来，无法阻挡，但预防和自救方法很多，当然，地震自救也要根据具体情况而定，不可一概而论，希望同学回去后自己再进行一些学习，掌握更多的方法。祝同学们一生平安。

## 一年级梦想班会的演讲稿篇三

通过本次活动，来培养学生的爱心和孝心，学会感恩，增强对社会的责任感。

1、搜集相关的文章，歌曲，经典词句。

2、制作相关的课件。

一年级教室

一、播放歌曲《感恩的心》导入

二、揭示活动主题

感恩是中华民族的'传统美德，“恩”的形式丰富多彩，有父母养育之恩，有老师教导之恩，有朋友帮助之恩，有社会关怀之恩，那么就让我们一起学会感恩吧！学会感恩父母，感恩师长，感恩社会，感恩生活中的一切！

（一）感受父母之恩。

主持人：有一种琐碎的爱，那是母爱；有一种伟大的爱，那是父爱。下面请看录像一诗朗诵《游子吟》。

学生讨论：你有何感受？举手发言。

1、课件展示

展示相片，几个同学从小到大的照片，包括一家几口玩耍的照片。

2、展示问题

（1）你知道你们父母的生日吗？

（2）你知道他们的年龄吗？

（3）你知道他们喜欢吃的蔬菜吗？

(4) 你知道他们的结婚纪念日吗？

(5) 说说你了解的父母养育你的辛苦过程。

3、讨论：我们该为父母做些什么呢？

4、展示学生搜集的感恩经典词句

“滴水之恩，涌泉相报” “谁言寸草心，报得三春晖” “恩欲报，怨欲忘”。

“报怨短，报恩长” “知恩不报非君子” “吃水不忘挖井人”。

这些词句诠释了中华民族的淳朴民风，体现着中华民族对感恩的认同。

5、张贴感恩卡

让学生在音乐声中将自己制作的感恩卡贴在黑板上。

(二) 感受教师教导之恩。

1、倾听故事

主持人讲《程门立雪》和《居里夫人》的故事，让学生了解名人感谢老师的行为。

2、回忆师恩

学生发言。

3、欣赏诗歌朗诵

请班长朗诵诗歌《老师，您辛苦了》。

（三）我们要学会感恩，那么怎样做才是对父母，教师，朋友，社会的感恩呢？请几个同学谈谈自己的做法。

### 三、主题班会结束

结束语：在这次主题班会的过程中，同学们参与的积极性很高。一个和谐的家庭，一个和谐的集体，一个和谐的社会，既要多些感激之心，也要付出你的爱心。让我们用自己的行动，报答父母、老师、社会，报答所有关心和帮助过我们的人，让我们的明天更美好。

全班合唱《感恩的心》，结束主题班会。

## 一年级梦想班会的演讲稿篇四

### 食品卫生安全知识

让学生了解食品卫生安全知识，认识食物中毒特征，提高自我救护意识，预防发生食物中毒。

#### （1）图片导入：

- 1、多媒体出示一些因食品卫生而出现问题的学生。（有腹泻、腹痛、呕吐等）
- 2、让学生说一说怎样区分问题食品，预防食物中毒。

#### （2）重点讲述：

预防食物中毒，首先要讲究个人卫生，做到勤洗澡、勤洗衣服、勤剪指甲、勤理发。保持教室、宿舍及环境的清洁卫生，养成饭前便后洗手、不暴饮暴食的良好习惯。其次做到“六不吃”，不吃生冷食物、不吃不洁瓜果、不吃腐烂变质食物、不吃未经高温处理的饭菜、不喝生水、不吃零食。再就是要

从食品标签上注意识别食品质量，选择安全的食品是把住“病从口入”的第一关。

1、认识食物中毒特征。

潜伏期短：一般食后几分钟到几个小时发病

胃肠道症状：腹泻、腹痛，有的伴随呕吐、发热

2、提高自我救护意识：出现上述症状，应怀疑是否食物中毒，并及时到医院就诊，同时报告老师。

3、预防发生食物中毒：

a.养成良好的卫生习惯，勤洗手特别是饭前便后，用除菌香皂，洗手液洗手

b.不吃生、冷、不清洁食物

c.不吃变质剩饭菜

d.少吃、不吃冷饮,少吃、不吃零食

e.不要长期吃辛辣食品

f.不要随便吃野果，吃水果后不要急于喝饮料特别是水 g.剧烈运动后不要急于吃食品喝水。

h.不到无证摊点购买油炸、烟熏食品，尽可能在学校食堂就餐。千万不要去无照经营摊点饭店购买食品或者就餐。

i.不喝生水，建议喝标准的纯净水。从家里所带腌制品在校不能超过2天。



# 一年级梦想班会的演讲稿篇五

## 一、活动目的：

通过本次班会，使低年级学生对文明礼貌用语有一个认识和了解，同时体会文明的重要性。在日常生活中会正确运用礼貌用语，培养学生从现在做起，从自我做起，从一点一滴做起，努力提高自己的文明修养，做一个“讲文明、懂礼貌”的好孩子。

## 二、活动准备：

1. 收集礼貌用语和平时这方面做得好的典型事例。
2. 排练相声《说话》、文明礼貌儿歌、歌曲等节目。
3. 布置教室。

## 三、活动过程：

1. 主持甲：老师们，同学们，早上好。
2. 合：一（5）班文明礼仪我做到主题班会现在开始。全体起立，齐唱歌曲：《我们从小讲礼貌》。

歌词□a 晨风吹，阳光照，红领巾，胸前飘，小朋友呀，欢欢喜喜进学校。见了老师敬个礼，见了同学问声好，老师您好，同学你早，咱们从小讲文明咱们从小讲礼貌。

b 好儿童，志气高，讲文明，讲礼貌，小朋友呀咱们一定要记牢。不骂人来，不打架，果皮纸屑不乱抛。纪律要遵守，卫生要做到，团结友爱一条，团结友爱一条。

4. 请欣赏相声《说话》

女主持：咦？小猫花花来了，它这是怎么了？

一只小花猫无意中走到一面镜子前，看见里面有一只小花猫，正瞪着大眼睛看着它，小花猫有点不高兴了。

“你是谁？为什么老瞪着我？”小花猫怒气冲冲地问。谁知镜子里的那只小花猫张大嘴巴，也怒气冲冲地说：“你是谁？为什么老瞪着我？”

这一下，小花猫气坏了。它弓起背，瞪圆了眼，“喵——喵”大叫两声，扑了过去。

谁知那只小猫也十分生气地向它扑过来。只听“砰”的一声，镜子前后晃动起来，小花猫吓坏了，赶快跑去找妈妈。妈妈听小花猫说完，笑了。妈妈对它说：“你去和镜子里的小伙伴和和气气地谈谈，看它会怎样。”

小花猫回到镜子前。这一回它没有瞪眼，而是笑眯眯地说：“喵——喵——你好！”咦？镜子里的小花猫不生气了，也笑眯眯地说：“喵——喵——你好！”

小花猫高兴极了，又去告诉妈妈。妈妈认真地对它说：“孩子，记住，要想别人尊重自己，首先要学会尊重别人。”

你也用，我也用，文明用语，大家用。

你文明，我有礼，人人都应来学习。

见面主动打招呼。

亲亲热热来问好，人人心里暖哄哄，个个文明有礼貌。

7. 女主持：小猫花花做得都这样好，那我们一1班的同学们该怎样做呢？

小记者：我是中国少年报的小记者我姓田，听说你们在这里开展文明礼仪的活动，我特地来采访一下。

9. 大家：好，欢迎欢迎！

10. 小记者：当你想向同学借笔用时，你该怎么说，怎样做呢？

小记者评价：这位同学说话真有礼貌，我有笔也愿意借给你。

11. 男主持：记者同志，我们的同学表现如何？

小记者：真棒！我听说你们班还编了一首文明礼貌儿歌，能不能说给大家听一听。

12. 女主持：同学们祝贺你们，在“文明礼仪我做到”活动中，我高兴地看到每一个同学都能积极主动地学礼仪、用礼仪，成为讲文明、讲礼貌的好孩子。我真心希望你们这朵朵文明之花能永远绽放。

13. 合：同学们就让我们在娃哈哈这首乐曲中结束我们的主题班会。我们的祖国是花园，花园的花朵真鲜艳。讲文明呀讲礼貌呀，每个人脸上笑开颜，讲文明呀讲礼貌呀，我们的生活多愉快。

歌词：大姐姐你呀快快来，小弟弟你也莫躲开，讲文明呀讲礼貌呀，文明之花处处开，讲文明呀讲礼貌呀，文明之花处处开，14. 男主持：同学们，愿我们的校园处处是歌声、读书声、歌声、相互问候的暖语，让我们这些祖国的花儿在文明礼貌春光的沐浴下，朵朵争艳，姹紫嫣红。下面，让我们用热烈的掌声欢迎班主任老师讲话。

15. 班主任：同学们，今天的主题班会开得比较成功。全班同学都积极参与了活动，我相信大家都能够从活动中受到教

育。讲文明讲礼貌是中华民族的传统美德，我们应该继续发扬。所以请大家从自己做起，从身边做起，争取做个讲文明讲礼貌的好学生。让我们全班同学团结友爱心一条，到处开满文明礼貌之花。