

# 大班美术活动小小马蒂斯教案反思(优质8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。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

## 三爱三节班会简报篇一

班长

“三爱、三节”

20xx年3月16日

七年级(10)班教室

七年级(10)班全体学生及班主任三节三爱主题班会教案班会背景：

开学以来，学校和老师积极响应国家发出的号召，培养学生“三爱三节”的良好行为习惯，做到爱祖国，爱劳动，爱学习；节水，节粮，节电。特此举办以“三爱三节”为主题的班会，强化学生的思想观念以及对“三爱三节”的理解与重视。

1、通过主题班会，教育学生懂得“三爱三节”是一个小学生应具有的美德。

2、让学生认识到每个人都可以为“三爱三节”做很多事，养成良好的习惯。

3、通过主题班会的学习，培养学生良好的行为习惯，使“三爱三节”真正的融入到以后的学习生活中。

1、提前通知学生通过询问、上网、看书等方式，收集节水，节粮，节电小妙招。

2、指导学生准备与此次班会有关的小节目

3、准备“三爱三节”相关材料，制作ppt[]在班会进行过程中展示、感受。

1、主持人致辞，班会开始。

2、行队礼，唱国歌。

4、学生自由谈感受。

5、班主任总结发言。

6、班会结束。

## 三爱三节班会简报篇二

17日

:教室

:为贯彻“爱学习、爱劳动、爱祖国;节水、节电、节粮”的号召，开学以来，学校和老师以班级为单位，利用班会课开展了以“做好三爱三节，争当文明中学生”为主题的班会，用于强化学生的思想观念以及对“三爱三节”的理解与重视。

1. 让同学们深入了解“三爱三节”的具体含义。

2. 教导学生如何践行“三爱三节”。

3. 通过主题班会的学习，培养学生良好的行为习惯，使“三爱三节”真正的融入到以后的. 学习生活中。

4. 利用班会普及“三节”小知识。

1. 班长负责班会黑板装饰，主要体现“做好三爱三节，争当文明中学生”的主题。

2. 提前通知学生通过上网查询等其他方式，收集节水、节电、节粮的小妙招。

3. 班级分为8个小组，选出小组发言人，便于班会进行过程中汇总小组意见发言。

4. 准备“三爱三节”相关材料，制作ppt幻灯片，在班会进行过程中展开分析讨论。

1. 主持人(班长)致辞，班会开始。

2. 班主任讲解何为“三爱三节”以及其意义。

3. 小组分析讨论“三爱三节”对学生日常生活的影响。

4. 汇总各小组意见，总结分析，突出“三爱三节”的重要性。

5. 小组举例分析“三爱”：爱学习、爱劳动、爱祖国。

6. 小组展示“三节”：节水、节电、节粮的小妙招。

7. 班主任发言。

8. 各小组学生代表发言。

9. 主持人做主题班会总结发言。

班会最后班主任提议每位学生向学生家长发出倡议，建议家长和孩子共同参与到“三爱三节”行动中，让“三爱三节”活动走出校园，走向家庭，走进社会。

## 三爱三节班会简报篇三

1. 通过主题班会，教育学生懂得三爱三节是一个小学生应具有的美德。

2. 让学生认识到每个人都可以为三爱三节做很多事，养成良好的习惯。

3. 通过带领学生许下节俭承诺，教育学生把三爱三节落实到平时的生活中。

1、请大家谈谈对三爱三节的认识

2、观察生活中的浪费现象

3、节俭的事例

(1)毛泽东的节俭生活

电视纪录片《毛泽东》有这样一个镜头，毛泽东的保健医生拿起一条毛泽东生前用的毛巾毯，上面满是补钉。他说他曾多次劝主席换条新的，都被拒绝了。这是毛泽东真实生活的写照。毛泽东在延安时穿的一套旧军装洗得发白，补钉就有16块。他的一双旧拖鞋，鞋底都出了洞，鞋帮绽了线，缝补好继续穿。他曾说：一条毛巾毯我换得起，但共产党人艰苦奋斗精神丢不起。

(2)徐特立的《粉笔诗》

半截粉笔犹爱惜，公家物件总宜珍。

诸生不解余衷曲，反为余是算细人。

他在每天巡视全校时总是把别人抛弃的粉笔头捡起装在口袋里留给自己上课用。他在湖南第一女子师范(又称稻田师范)的几年里，差不多没有用过一支新粉笔。有些学生不理解，反而觉得他太小气。因此徐特立特写诗教育学生。

4、讨论：生活中，你是如何做到三爱三节的？

5、倡议书

勤俭节约，从我做起

建议家长使用节水型马桶，减少用水量

将过去没用完的练习本打草稿，节约用纸

家用电器不使用时将插头拔掉，节约用电

尽量少用塑料袋，提倡用菜篮子或纸袋购物

## 三爱三节班会简报篇四

：3月1日下午第一节

：五年级教室

：开学以来，学校和老师积极响应国家发出的号召，培养学生“三爱三节”的良好行为习惯，做到爱祖国，爱劳动，爱学习；节水，节粮，节电。特此举办以“三爱三节”为主题的班会，强化学生的思想观念以及对“三爱三节”的理解与重视。

1. 让同学们深入了解“三爱三节”的具体含义。

2. 教导学生如何践行“三爱三节”。
  3. 通过主题班会的学习，培养学生良好的行为习惯，使“三爱三节”真正的融入到以后的学习生活中。
  4. 利用主题班会普及“三节”小知识。
1. 班干部负责班会黑板装饰，主要体现“三爱三节”的主题。
  2. 提前通知学生通过询问、上网、看书等，收集节水，节粮，节电小妙招。
  3. 将班级划分成小组，选出发言人，便于班会进行过程中汇总小组意见发言。
  4. 准备“三爱三节”相关材料，制作ppt,在班会进行过程中展开分析讨论。
1. 主持人致辞，班会开始。
  2. 分析讲解何为“三爱三节”以及其意义。
  3. 分析讨论“三爱三节”对学生日常生活的影响。
  4. 汇总小组意见，总结分析，突出“三爱三节”的重要性。
  5. 举例分析“三爱“：爱祖国、爱学习、爱劳动。
  6. 展示“三节“：节水、节点、节粮小妙招，汇总小组手机成果。
  7. 班主任发言。
  8. 学生代表发言。

## 9. 主持人做主题班会总结。

本次班会的举行，积极响应国家的号召，不但解答了同学们的疑问和困惑，更深入的让同学们了解到“三爱三节”的意义，并且通过具体事例来强化同学们对于“三爱三节”的思想观念，使其真正融入到未来的学习生活当中。通过小组展开讨论，小组成员之间交换了意见，并相互补充，扩展了学生的知识面接触范围，真正是学生了解到在生活中如何做到“三爱三节”，为培养良好为习惯打下解释的基础。践行“三爱三节”，争做文明学生，让每一位同学都参与到其中来，为共同的目标奉献属于自己的一份力量。

## 三爱三节班会简报篇五

1. 通过主题班会，教育学生懂得“三爱三节”是一个小学生应具有的美德。

2. 让学生认识到每个人都可以为“三爱三节”做很多事，养成良好的习惯。

3. 通过带领学生许下节俭承诺，教育学生把“三爱三节”落实到平时的生活中。

1、请大家谈谈对“三爱三节”的认识

2、观察生活中的浪费现象

3、节俭的事例

(1)毛泽东的节俭生活

(2)徐特立的《粉笔诗》

半截粉笔犹爱惜，公家物件总宜珍。

诸生不解余衷曲，反为余是算细人。

他在每天巡视全校时总是把别人抛弃的粉笔头捡起装在口袋里留给自己上课用。他在湖南第一女子师范(又称稻田师范)的几年里，差不多没有用过一支新粉笔。有些学生不理解，反而觉得他太“小气”。因此徐特立特写诗教育学生。

4、讨论：生活中，你是如何做到“三爱三节”的？

5、倡议书

勤俭节约，从我做起

建议家长使用节水型马桶，减少用水量

将过去没用完的练习本打草稿，节约用纸

家用电器不使用时将插头拔掉，节约用电

尽量少用塑料袋，提倡用菜篮子或纸袋购物

## 三爱三节班会简报篇六

如何在三爱三节主题班会上演讲?下面是小编给大家分享的三爱三节主题班会讲话内容，供大家阅读参考。

同学们：

1. 节约每一滴水。水是生命之源。以“节约用水、合理用水”为荣，以“浪费水源”为耻，时刻不忘关紧水龙头，天天洗涮切忌过量用水。

2. 节约每一度电。电是文明之光。以“节约用电、合理用电”为荣，以“浪费电力”为耻，创低碳校园，从节电开始。



3. 节约每一粒米。一粥一饭当思来之不易，半丝半缕恒念物力维艰。以“光盘”为荣，以“剩饭”为耻，坚持“餐餐不余、年年有余”。

1. 小学生要爱学习，争当“勤奋学习的青春好少年”，我们要勤奋学习，多读书、多观察、多实践，用知识武装自己，做好社会主义事业的接班人。

2. 小学生要爱劳动，争当“热爱劳动的青春好少年”。当代大学生要树立劳动意识和环保意识，共同创造一个天蓝、地绿、水净的美好家园。

3. 小学生要爱祖国，争当“热爱祖国的青春好少年”。当树立报效祖国的志向，培育热爱伟大的祖国、伟大的人民和伟大的中华民族的爱国之情。

这里养成，辉煌的人生在这里启航。希望你们能够勤奋学习，热爱劳动，体验生活，陶冶情操，让“三节三爱”飘扬在校园的每个角落，飘荡在祖国的每个角落。

大家好。今天我演讲的主题是三节三爱。

鲜艳的五星红旗，在雄壮的国歌声中冉冉升起，我们又迎来了崭新的一天。

如今有一种风气风行全国，有一种理念深入人心，“三节三爱”已成为一个惹人注目的信息，学校到处张贴“爱学习，爱劳动，爱祖国。节水，节电，节约粮食”的条形标语，我总是驻足观望，细心读来，每次读它都有新的感悟，它所提到的无疑是一种正能量，一种向上的能量，交给我们正确的人生观，荣辱观，同学们都应该带着它乘风破浪，勇往直前！

勤以修身，俭以养德，节约为美，勤俭节约是中华民族的传

统美德。

学习，是我们学生最大的责任和义务，学习是同本之举，是源头活水，庄子曰“吾生也有涯，而知也无涯”，知识是力量，学习改变命运，爱学习我们才能在知识的海洋徜徉，才能能为自信，自强，自立的一代青年。

高尔基说过一句话，世界上最美好的东西，都是热爱劳动的人聪明的手创造出来的。我们的祖先也有一句名言，“劳动最光荣”，我们现在的劳动无非就是帮父母扫扫地，擦擦桌子，在学校里整整桌椅，其实就是一件小事，“勿以善小而不为，勿以恶小而为之”。很多的善小都能使他人收益匪浅。

爱国是一种光荣，自始至终我们都为是一个中国人而自豪，我们的祖国有5000年文明历史，有960万平方公里。勤劳智慧的中华儿女共，同开拓了辽阔的疆域，创造了辉煌灿烂的文化。肩负着实现中华民族伟大复兴的我们，要热爱祖国的大好河山，积极维护祖国的主权独立和领土完整，祖国的领土寸土不能丢，不能被分裂侵占；要热爱祖国的历史和文化，提高民族自尊心和自信心，为创造更加辉煌的民族文化而尽心尽力。

“历览前贤国与家，成由勤俭败由奢”。这是历史上的有识之士从家族兴衰、社稷兴亡、朝代更替的无数经验教训中得到的一条深刻警示。近日党中央提出建设节约型社会，就是从这一警示中作出的一个事关国家长远发展和民族兴衰的战略举措。

节约是中华民族的传统美德，是我们民族世代相传的精神财富，也是我们这个民族百折不饶、生生不息的力量源泉。节约这种美德为世代中国人所崇尚。早在春秋时期，俭朴就作为一种公德，为智者仁人所大力倡导。《论语》中就有“夫子温、良、恭、俭、让以得之。”其中“俭”就是节俭。意思是孔子具有包括节俭在内的五种品德，所以能赢得人们的

信任。墨子也极力主张要在衣、食、住、行、丧葬等方面“制为节用之法”。“节约”符合“天德”。奢侈浪费就是“亏夺人衣食之财”，侵害别人的生存权。《左传》中说：“俭，德之共也，侈，恶之大也”。把俭朴作为培养良好道德的基础，把侈奢看成是一切恶行的根源。诸葛亮在《诫子书》中说：“夫君子之行，静以修身，俭以养德，非淡泊无以明志，非宁静无以致远”。多少年来，在中国社会发展的各个时期，艰苦朴素、勤劳节俭都作为一种被社会普遍认同的传统美德，得到倡导、保持和发扬。这也是我国由小到大、由弱到强的重要因素。

在全社会大力倡导“节约”的传统美德，重在实践，贵在坚持。我们应牢固树立“以艰苦朴素、勤俭节约为荣、以铺张浪费、奢侈挥霍为耻”的荣耻观；每个家庭都要节约持家，不要铺张浪费，不超前消费；每个学生都要在工作学习生活中自觉弘扬节约的优良作风，养成节约一滴水、一度电、一张纸、一滴油、一粒米的良好习惯。只要我们每个人都从我做起，从具体事作起，真正付诸实践，长期坚持，勤俭节约的传统美德就一定能在全社会进一步发扬光大起来。

今天，我国已步入新的历史时期，加入世贸组织使我国与世界各国的联系更加密切，机遇与挑战并存，我们将面临越来越多的新情况、新问题。推进我国改革开放的伟大事业，加快社会主义现代化建设的进程，更需要我们不断弘扬爱国主义的优良传统。只有这样，中华民族才能重振雄风，为人类文明与进步做出更大的贡献。

少年兴则国兴，少年强则国强。我们要适应时代发展的要求，正确认识祖国的历史和现实，增强爱国的情感和振兴祖国的责任感，树立民族自尊心与自信心；弘扬伟大的中华民族精神，高举爱国主义旗帜，锐意进取，自强不息，艰苦奋斗，顽强拼搏，真正把爱国之志变成报国之行。今天为振兴中华而勤奋学习，明天为创造祖国辉煌未来贡献自己的力量！

我的演讲完了，谢谢大家！

## 三爱三节班会简报篇七

在平凡的学习生活中，说起主题班会，大家一定不陌生吧？主题班会要求中心思想明确，内容丰富集中；切合学生需求，班级成员共同参加。大家知道主题班会需要有哪些内容吗？以下是小编收集整理三爱三节主题班会方案，欢迎阅读，希望大家能够喜欢。

18日

教室

- 1、培养学生爱同学、爱老师、爱班级、爱学校的思想。
- 2、培养学生关注集体、关注他人、与人和谐相处的品质。

演讲式、讨论式、表演式

高一7班全体师生

（一）激情导入，点明班会主题。

甲：新学期开学已经一周。

乙：在这样阴雨绵绵，春寒料峭的日子里，难得今天有几缕阳光

丙：今天，我们相聚在这里，召开新学期第一次班会。

（二）甲：首先，请欣赏诗歌朗诵，有请熊江、曾冰玲。

诗朗诵《我爱学校，我爱老师，我爱同学》

乙：我们要爱学校，因为：1、我们的学校具有悠久的历史 and 优良的传统。2、育才的学生，具有博学，乐学，志强，智达的品质，学校人杰地灵、人才辈出。3、学校环境优美，舒适怡人，是求学的理想场所。

（三）丙：下面，我们来玩一个关于爱学校的游戏。

丁：学校就是我们的第二个家，我们要爱护它，尤其是环境。接下来的游戏是快速垃圾甲：在这一个圆圈里面装了很多的垃圾，这里分别有两个垃圾袋，等裁判说开始后，四个同学，两个一组，从圆圈里抢垃圾，丢到垃圾袋里，看谁抢的多。

乙：第二，我们要爱老师。尊师重教是我们中华民族的传统美德。老师们辛勤的劳动，对我们精心培养，启迪我们的智慧，教给我们做人的道理，传授我们各种技能知识，让我们认识了许多美好的事物，让我们成为一个有用的人。爱老师，就是要尊重知识，尊重老师，其实这也是社会文明的重要体现。爱老师，就要爱惜老师劳动的成果，努力学好科学文化知识，以优异的成绩回报老师。

丙：我们的老师，具有渊博的知识，勤于学习，善于学习，认真自觉地提高教学水平，提高教书育人的本领。他们的教学水平得到所在学校领导和同事的认可，成为所在学校的中坚力量，同时，更多优秀的老师不断成长，学历不断提高，我们不少学科的成绩一起位居全年级前茅，这就是最好的证明；同时，我们的老师能做到爱岗敬业，热爱本职工作，认真钻研教材，勤于探讨科学的教学方法，在业务方面精益求精，具有较高的教学能力和水平。

丁：我们的老师对同学们关爱有加，爱生如子。老师们关心你们，就象关心疼爱自己的孩子或弟妹一样，关心同学们的身心健康和人身安全，关心同学们的'学习和生活和情况，真诚希望我们快乐健康成长成才。

甲：我们的老师乐于奉献。有人说，老师象红烛，燃烧自己照亮别人，老师们长年默默耕耘在三尺讲台，不计个人的名利，都希望把自己满腹的学识传授给同学们，使大家成为对国家、对社会有用的人才。

乙：在课堂上，同学们可以提出各种问题，但是不能刁难老师，让老师尴尬了；第三，我们要爱同学。同学之情犹如手足之情。我们从四面八方相聚在一起，这是一种缘分。

乙：我们在这里一起生活、学习，共同成长，共度人生最纯真无邪的青春时光，我们和每一位同学都应该培养出真诚无私的友谊，应该互相关心、互相帮助、互相尊重、互相学习。

甲：我们要有关爱他人之心，要有宽广的胸怀。在育才这个大家庭里学习、生活了五年，我们应该成为好朋友、好伙伴，好同学，我们应该是兄弟姐妹。

（四）丙：对别人付出一份真诚的关心，你会得到加倍的回报！同学们，是我们生活中的伙伴，我们要团结一心。下面我们来玩一个同学团结的游戏——熊来了。

甲：10个人做游戏，5个人一组。下面我们来演示给大家看。

全体：最后，我们真诚地希望，在全校师生的共同努力下，我们学校各项工作能够取得更大成绩，祝愿老师们身体健康，工作顺利，祝愿同学们学习进步，健康成长！谢谢大家！

## 三爱三节班会简报篇八

“三爱三节”教育是学校德育教育的传统光荣，我们把它与中华传统美德教育和革命传统教育等相结合，紧跟时代潮流，弘扬正气，发挥正能量，以学生周边事实和切身敬礼为主，用喜闻乐见的方式组织开展主题教育活动。

## (一)上好“三爱三节”第一课

根据学校实际情况，结合思想政治课和得与课以及集会班会等，从我国社会主义建设的发展进步出发，感受以爱国主义为核心的时代精神，增强学生爱党爱国爱社会主义的情感，树立为构建社会主义和谐社会和中华民族伟大复兴作贡献的志向。

## (二)营造良好的校园氛围

- 1、开展了主题为“学雷锋精神 扬社会正气”的. 班级黑板报评比活动。
- 2、开展“节约标兵”评选活动。
- 3、开展“庆国庆、唱红歌”歌咏会。
- 4、每周利用广播室报道“三爱三节”先进事迹，颁发流动红旗。

## (三)诵读经典 营造书香校园

学校利用每周的学生集会的前5分钟，组织全校学生诵读一章国学读本内容。既展示诵读风采，巩固学习内容，积累经典语言文字，又强化了对学生传统美德的教育，让学生不仅成为一个有知识的人，更成为一个有道德的人。

学校深入贯彻党的“十八大”精神以及“我的中国梦”内涵，把“三爱三节”教育和学生的思想道德教育相结合，将“三爱三节”的教育内容渗透到日常的学习生活中。

## (一)集会教育

- 1、利用每周的升旗仪式加强对学生进行“三爱三节”教育，唱国歌，在国旗下演讲，充分抓住这一有利时机，进一步加

强对学生的“三爱三节”教育。

2、开展“向国旗敬礼 做有道德的人”、中华经典诵读等活动。

## (二) 课堂与活动教育

利用班会课时间，定期开展以“我的中国梦”、“低碳生活从我做起”、“诵读经典 践行美德”、“爱护我们共同的家园”、“光盘行动”等为主题的活动，让学生在潜移默化中树立良好的学习、生活习惯。

## (三) 主题教育

1、培养学生的爱国主义情感。

2、“向国旗敬礼 做一个有道德的人”系列主题教育活动。其中包括“学雷锋、树新风、做文明中学生”征文活动以及演讲比赛等。

3、“校园是我家”系列活动

(1) “我的中国梦”主题征文活动

(2) “我的中国梦”黑板报评比活动

(3) “我的中国梦”手抄报比赛

4、重视学生养成教育，开展“文明礼仪系列活动”，“环保小卫士”评选活动。

“三爱三节”教育是一项长期的教育任务，通过教育活动，我们要帮助学生了解祖国历史和现状，帮助他们树立民族自尊心和自信心，树立对自己祖国的高度责任感和祖国利益高于一切的思想，培养为祖国、为人民勇于献身的精神，从小



树立勤俭节约意识，自觉肩负起“厉行节约、反对浪费”的社会责任，要为中华民族的伟大复兴而奋发图强。

自觉肩负起“厉行节约、反对浪费”的社会责任。

树立对自己祖国的高度责任感和祖国利益高于一切的思想，培养为祖国、为人民勇于献身的精神，从小树立勤俭节约意识，自觉肩负起“厉行节约、反对浪费”的社会责任，以下是一篇关于三爱三学学习活动总结，供大家参考，希望可以帮助到大家。

## 三爱三节班会简报篇九

一、班会目标：

1. 让同学们深入了解“三爱三节”的具体含义。
2. 教导学生如何践行“三爱三节”。
3. 通过主题班会的学习，培养学生良好的行为习惯，使“三爱三节”真正的融入到以后的学习生活中。
4. 利用主题班会普及“三节”小知识。

二、班会准备：

学生通过询问、上网、看书等方式，收集节水，节粮，节电小妙招。

三、活动过程：

4. 把学生分成三个大组，组织每个大组分别讨论：“爱学习、爱劳动、爱祖国”，具体表现在哪些方面？请举例说明。然后每组派代表发言。

## 5、请听小故事

(1)车胤囊萤映雪 东晋人车胤，年幼时好学不倦，勤奋刻苦。他白天帮大人干活，夜晚便捧书苦读。可是由于家境贫寒，常常没钱买油灯，书也读不成了。他为此十分苦恼。一个夏夜的晚上，车胤坐在院子里默默回忆着读过的书上的内容，忽然发现院子里有许多萤火虫一闪一闪地在空中飞舞。他忽然心中一动，要是把这些萤火虫聚集在一起，借它们的光不就可以读书吗？于是，他开始捉萤火虫，捉了十几只，把它们装在白纱布缝制的口袋里，挂在案头。从此，他每天借着萤光苦苦地读书。

(2)抗日小英雄：小兵张嘎一家人都死在日本鬼子的枪下。他非常勇敢。虽然年纪很小，但是却参加了解放军。打击日本鬼子。他用西瓜砸日本翻译官，还冒着危险把日本鬼子炮楼点着了。把日本军官气的胡子都歪了。最值得敬佩的是，他敢赤手空拳的和日本鬼子搏斗，最后不仅把日本鬼子给活捉了，还把敌人的枪给缴获了。他真不愧是我们学习的榜样呀。

(3)朱德从小热爱劳动 朱德同志出生在四川仪陇一个世代佃农的家庭里。他从小热爱劳动，热爱劳动人民，乐于为乡亲们做好事。有一年，四川大旱，朱德的家乡一连数月滴雨未下。土地龟裂了，禾苗干枯了，连饮水也发生了问题。乡亲们只好翻山越岭，跑到十几里外的地方排成长龙担水。

在朱德的带动下，大家又热火朝天地干了起来。挖了不久，一股清清的泉水果然从地底下汩汩地冒了出来。大家高兴得跳了起来，都说朱德有主见，又为村里做了一件大好事。

5、展示“三节”：节水、节电、节粮小妙招，学生先交流，然后老师汇总大家收集的成果。

### (一)节水方法

1、淘米水用于洗菜、浇花、洗脸等都可以。而且淘米水洗脸还有特殊的护肤作用，可谓一举两得。

2、用洗衣服的肥皂水涮洗拖把。当洗衣服时，不要随便把肥皂水倒掉，最好倒在涮拖把的专用盆里，留着涮拖把用，这样既省水也省肥皂了。

3、刷碗的水可以留着冲厕所，如果水没有太多油污，还可以用来洗抹布。因为抹布是家里最常用，也是最脏的。往往要洗很多遍才能洗干净，因此很费水。所以用洗碗水，或洗普通衣服剩下的肥皂水洗抹布就很不错，能省很多水。

4、用浴盆给小宝宝洗完澡后，大人可以用洗澡水继续再洗澡。夏天洗澡多，每天给宝宝洗完澡后大人用这些水冲洗个澡，也是个节水的好方法。

5洗脸搓洗面奶或揉脸时，要及时关上水龙头，不要让水自己流淌没完。如果看到有开着的水龙头而没人使用，要及时关上它。记得以前上学的水龙头经常坏，自来水白白流走了，我就会找块砖把水龙头压住，这样就能止住水了。

## (二)节电方法

1、出门或睡觉前把各种电源的开关、插排都拔下来(电冰箱除外)。要知道插着电源的插排也是在耗电的。

2、夏天用电热器烧水洗澡时烧水温度要调低一些，因为电热器里面的水是很温的。稍微一加热就能洗澡了。

3、夏天家里的空调不要调的太低，最好设定在26度左右，这样最省电了，屋里温度不至于过低也不会有害身体。

4、把家里的灯泡都换成节能灯。节能灯泡比普通的要省一半电以上，虽然价格高一些，但耐用性也高很多。

5、如果在家里用电磁炉煮面条、花生之类的，不要等煮的很熟很烂了才关火，看着煮的差不多快熟了就及时关掉电源，盖上盖焖一会儿，也能让面条、花生等煮的很熟的。

### (三) 节粮小窍门：

- 1、珍惜粮食, 适量定餐, 避免剩餐, 减少浪费。
- 2、不攀比, 以节约为荣, 浪费为耻
- 3、吃饭时吃多少盛多少, 不扔剩饭剩菜.
- 4、看到浪费现象勇敢地起来制止, 尽力减少浪费.
- 5、做节约宣传员, 向家人, 亲戚, 朋友宣传浪费的可怕后果
- 6、不偏食, 不挑食。
- 7、到饭店吃饭时, 点饭点菜不浪费, 若有剩余的要带回家
- 8、积极监督身边的亲人和朋友, 及时制止浪费粮食的现象

四、班主任发言：通过本次班会的举行，同学们了解了“三爱三节”的意义，在今后的学习生活当中，践行“三爱三节”，争做文明小学生，为中国梦的实现尽自己的一份力！

### 五、主持人宣布活动结束

一、班会主题：践行“三爱三节”，争做文明外事人

二、班会时间：2019年xx月

三、班会地点：多媒体教室

## 五、班会目标：

1. 让同学们深入了解“三爱三节”的具体含义。
2. 教导学生如何践行“三爱三节”。
3. 通过主题班会的学习，培养学生良好的行为习惯，使“三爱三节”真正的融入到以后的学习生活中。
4. 利用主题班会普及“三节”小知识，

## 六、班会准备：

1. 班干部负责班会黑板装饰，主要体现“三爱三节”的主题。
2. 提前通知学生通过询问、上网、看书等方式，收集节水，节粮，节电小妙招。
3. 将班级划分成小组，选出发言人，便于班会进行过程中汇总小组意见发言。
4. 准备“三爱三节”相关材料，制作ppt在班会进行过程中展开分