

时间规划班会 珍惜时间班会(优秀9篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。相信许多人会觉得范文很难写？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

时间规划班会篇一

2、认识珍惜时间的重要性，能好好抓住机会，认真学习，为明年高考做好准备。

教学过程

开幕词

甲：杨柳枯了，有再青的时候。

乙：桃花谢了，有再开的时候。

甲：燕子飞了，有再来的时候。

乙：然而有一样东西却是一去不复返。

甲：它能给勤奋者留下智慧和力量，给懒惰者留下空虚和懊悔。它能像海绵

里的水，只要愿意挤，总是有的。

乙：它是组成生命的材料。

甲：它是衡量重量的标准。

合：它就是——

齐（时间）

（钟表滴答声）

甲：同学们，现在请闭上你们的眼睛，仔细听一下，你们听见了吗？这是时间的声音。

甲：接下来，请汤维炜为我们朗诵诗歌《时间》。

节目一：

朗诵诗歌《时间》

乙：不经意间，时间正一分一秒地从我们身边流逝。

甲：时间是不等人的。

乙：想挤出时间不容易，但失去时间却很容易。

乙：无论迎着多少无奈，无论听着多少感慨，它从不因势而变，因人而异。

甲：凡是在事业上取得成功的人，没有一个不是珍惜时间的典范。

乙：现在请有收集关于《珍惜时间》故事的同学为我们讲述一下他们所收集的故事。

节目二：

故事1讲述《爱迪生的故事》

过渡：故事都是关于珍惜时间的典范。那我们有没有在日常生活中浪费时间的故事呢？

故事2讲述《浪费时间的故事》

乙：恩，这个例子的确非常典型。我相信这是存在于各位同学身边的现象吧。希望同学们

听了这个故事以后开始学会提醒自己：珍惜时间。

过渡：甲：一个人的青春能有几年？莫等白了少年头空悲切。

节目三：小品《遗憾》

乙：看完这个故事后，想必同学们都会有一些感想，现在我们就来听听同学们的感想。

节目四：谈感受

过渡：甲：同学们，时间赋予我们每个人是非常公平的。

乙：不会多给你一分，也不会少给你一秒。

甲：珍惜不珍惜它。

乙：抓紧不抓紧它。

合：就看我们自己。

甲：记住：今天应做的事没有做，明天再早也是耽误了。

乙：对！

甲：浪费时间是一桩大罪过。

乙：对！你说的没错！

甲：这哪是我说的，这是裴斯泰洛齐和卢梭说的。

乙：他们说的真好，你还知道什么？

节目五：名人名言

隐形的翅膀 》

节目六：歌曲《 隐形的翅膀 》

甲：伴随着优美的歌声，我们这次主题班会也接近了尾声，我想同学们在这次班会中应该学到了不少。

乙：下面请班主任对这次班会进行点评。

节目七讨论：组织全班同学讨论珍惜时间的意义，使学生认识办任何事都要只争朝夕，不要养成拖拉的作风，当天的事当天完成，绝不放到明天。

节目八：请学生对照自己，写出自己拖拉的表现及如何克服。

节目九：集体朗诵明日歌

：“‘明日复明日，明日何其多。合生持明日，终生成酸风”

老师点评

结束语：

乙：同学们，请赶快珍惜时间吧！暂时放弃进游戏厅所做的无聊事情，多看看书藉，努力学习，考虑一下未来。

甲乙：同学们，请珍惜时间吧！

甲：这次班会课到此结束，谢谢！

时间规划班会篇二

科学概念

通过控制滴漏的速度，使水钟更加准确的计时。

过程与方法

了解古代水钟的记时原理；

利用剪刀、塑料等简单工具和材料制作一个简易的水钟；

经历思考—制作—检验—讨论—改进的探究过程。

情感、态度、价值观

感受科学制作带来的乐趣；

体会到科学研究中分工、合作、和谐地开展探究活动是重要的；

体会到科学制作是一个不断改进完善的过程。

水钟记时的原理及设计制作水钟

控制滴水速度

谈话：“少壮不努力，老大徒伤悲。”这句诗是说什么呢？……对呀，时间犹如流水，一去不复返，所以我们要珍惜时间，绝不让一点一滴的时间浪费。今天的我们可以用手表、钟、手机甚至电脑等科技产品准确的记时，可在古代他们根本没有这些东西，他们是如何知道时间的？（太阳、蜡烛……）今天我们就来认识另外一种记时方法，用水测量时间。

（板书：用水测量时间）

讨论：（书本p54□我们知道古代的水钟有两种：受水型水钟和泄水型水钟。这些水钟是怎样报时的.？（受水型：水以固定的速度滴入容器，容器内的水面随流水的流入而升高，从而显示流逝的时间；泄水型：容器内的水面随水的流出而下降，从而测出过去了多少时间）

我们知道了水钟的记时原理，现在我们也来制作一个能记时5分钟的水钟，你们可以作成受水型的也可以是泄水型的。不过在制作的过程中我们必须解决什么问题？大家先思考一下。（请几位同学说一说）

可能情况：打孔的大小、盛水量、标的刻度、记时、容器的形状.....

在制作时我们要打孔，要标上刻度，在剪塑料瓶时要注意你需要多少.....

孔太大太小都不行，那样不容易测量时间，所以在制作时要注意孔的大小；

.....

制作：现在大家把材料拿出来，开始制作。在制作是老师建议各小组内应进行一下分工明确谁做计时？谁画刻度？谁量刻度.....还有注意安全，特别是使用剪刀和钻孔时要非常小心。

1、我们组做的是一个泄水型水钟，用矿泉水瓶做的水钟，先用剪子把上面三角部分断开，在盖子上扎一个小孔，然后倒扣过来，先计一分钟水钟的刻度，用刻度尺量出，再画一个刻度，再依次类推，可以推算几分钟的水钟。

2、我们组做的是受水型水钟，前面和他们小组一样，不一样的是在上面放一个吸管...

讨论：从目前的情况来看，有的组做完了，有的组没做完，做完的有成功的也有不成功的，现在请没成功的小组来说一说影响他们水钟计时准确的因素是什么？如：盛水容器的形状、滴漏速度的控制、刻度划分的准确度等。

思考：怎样改进我们的水钟？

小结：通过这节课的学习，我们了解了影响水钟计时不准确的原因有哪些？有什么感想？

1、我觉得制作水钟很有意思，能测时间。

2、我觉得孔大流的快，孔小流的慢，流量多的快，流量少的慢。

.....

回家以后用成功的做法做一个测10分钟的水钟和你的家人共同享受做水钟的过程及乐趣，这节课就上到这里. 谢谢！

板书设计：

用水测量时间

受水型水钟

古代的水钟

泄水型水钟

时间规划班会篇三

1、培养学生珍惜时间的好习惯

2、认识珍惜时间的重要性，能好好抓住机会，认真学习，为明年高考做好准备。

开幕词

甲：杨柳枯了，有再青的时候。

乙：桃花谢了，有再开的时候。

甲：燕子飞了，有再来的时候。

乙：然而有一样东西却是一去不复返。

甲：它能给勤奋者留下智慧和力量，给懒惰者留下空虚和懊悔。它能像海绵

里的水，只要愿意挤，总是有的。

乙：它是组成生命的材料。

甲：它是衡量重量的标准。

合：它就是——齐(时间)

(钟表滴答声)

甲：同学们，现在请闭上你们的眼睛，仔细听一下，你们听见了吗?这是时间的声音。

甲：接下来，请汤维炜为我们朗诵诗歌《时间》。

节目一：

朗诵诗歌《时间》

乙：不经意间，时间正一分一秒地从我们身边流逝。

甲：时间是不等人的。

乙：想挤出时间不容易，但失去时间却很容易。

乙：无论迎着多少无奈，无论听着多少感慨，它从不因势而变，因人而异。

甲：凡是在事业上取得成功的人，没有一个不是珍惜时间的典范。

乙：现在请有收集关于《珍惜时间》故事的同学为我们讲述一下他们所收集的故事。

节目二：

故事1讲述《爱迪生的故事》

过渡：故事都是关于珍惜时间的典范。那我们有没有在日常生活中浪费时间的故事呢？

故事2讲述《浪费时间的故事》

乙：恩，这个例子的确非常典型。我相信这是存在于各位同学身边的现象吧。希望同学们

听了这个故事以后开始学会提醒自己：珍惜时间。

过渡：甲：一个人的青春能有几年？莫等白了少年头空悲切。

节目三：小品《遗憾》

乙：看完这个故事后，想必同学们都会有一些感想，现在我们就来听听同学们的感想。

节目四：谈感受

过渡：甲：同学们，时间赋予我们每个人是非常公平的。

乙：不会多给你一分，也不会少给你一秒。

甲：珍惜不珍惜它。

乙：抓紧不抓紧它。

合：就看我们自己。

甲：记住：今天应做的事没有做，明天再早也是耽误了。

乙：对！

甲：浪费时间是一桩大罪过。

乙：对！你说的没错！

甲：这哪是我说的，这是裴斯泰洛齐和卢梭说的。

乙：他们说的真好，你还知道什么？

节目五：名人名言

节目六：歌曲《隐形的翅膀》

甲：伴随着优美的歌声，我们这次主题班会也接近了尾声，我想同学们在这次班会中应该学到了不少。

乙：下面请班主任对这次班会进行点评。

结束语：

乙： 同学们，请赶快珍惜时间吧！暂时放弃上网、进游戏厅所做的无聊事情，多看看书籍，努力学习，考虑一下未来。

甲乙： 同学们，请珍惜时间吧！

甲： 这次班会课到此结束，谢谢！

时间规划班会篇四

时间对幼儿来说比较抽象，观念淡薄，所以做事拖拉的现象随时可见，整理玩具时边玩边整理，作业时东看看西摸摸，浪费了许多宝贵时间。在日常生活中，我们常常可以看到这样的现象，父母急急忙忙地拖着孩子上学，而孩子呢？却不紧不慢地跟在后面，边吃早点边欣赏着路边的风景；在教学中，我们也何尝不是因为幼儿的拖拉现象而影响了下一环节的开展呢……大班幼儿应逐渐培养起珍惜时间的意识，形成初步的时间概念，才能适应将来的小学生活。而传统的教学模式往往仅停留在“认识时钟”的层面上，时间概念在幼儿的脑海中还是模糊的、抽象的。因此，本活动设计是以体验和激发情感为主的社会活动，同时借助于《喜欢钟表的国王》这一绘本故事的启发，旨在让幼儿充分感知时间与人们生活、自身努力的关系，真正感受到时间是宝贵的，要珍惜每一分每一秒的时间，从而达到做事不拖拉，抓紧时间做有意义的事。

- 1、建立初步的时间概念。能结合自己的感受大胆地表述表达。
- 2、在故事的情境中，了解时间在人们日常生活中的重要作用。
- 3、在体验中，养成珍惜时间、抓紧时间的良好习惯。

故事ppt□勾线笔、白纸、定时器一只

（一）导入活动，引出时间的概念。

2、在很短的时间内说出这个圆像什么。

出示一个圆。师：坐车xx地方去要花很长时间，那我们能不能花很短的时间内说出这个圆像什么呢？大班小朋友要想的快，说的快。

3、提问：如果把圆变成钟还缺什么？

幼儿会根据自己的经验很快说出还有数字，还有针，说明钟在孩子的生活中无处不在。

4、出示钟，简单认识钟的数字与指针。

教师小结：长长的叫分针，短短的叫时针，还有一根细细的看着在走动的叫秒针，谁能看出上面是几点了呢？小朋友大约说一下，有的小朋友能一下子说出几点，对时间比较掌握了。

5、提升经验：除了钟，我们还能怎么知道确切的时间？幼儿这方面的经验很丰富，回答出：我爸爸的手机上有时间的、汽车上有时间的、还有手表上等等。

教师小结：小朋友都很有观察能力，真棒。手表、钟表、手机等都可以帮助我们了解时间，知道什么时候该做什么事情，时间在我们的生活中很重要。

（二）感受故事情境，理解故事内容。感受时间的重要。

1、引出故事《喜欢钟表的国王》。

2、逐幅观察课件图片，并分析交流讨论：没有时间会给人们的生活带来很多不便，时间很重要。

演示图二，教师提问：国王怎么啦？国王为什么不高兴？

根据常规，幼儿的想法多数是：钟表太多了，太吵了；人们要来抢回钟表。……这些原因让国王不高兴，这时由教师引出真正的原因：国王的仆人们因为有了钟表，不知道时间，就没有人做早饭，也没有人来给国王送早饭，国王饿的肚子咕咕叫。

演示图三，教师提问：国王生着气来到花园里，看看他心爱的小鸟，咦，小鸟又怎么啦？

幼儿有了国王生气表述的经验，已经能往“肚子饿了，没人给他喂饭”这方面原因去说了。前期的经验对幼儿接下来的活动很有帮助。教师帮助小结：你真了解小鸟。原来饲养小鸟的仆人们没有了钟表，不知道时间，就没有及时来喂小鸟，小鸟又饿又渴，才会难过的哭了。

演示图四，教师提问：国王又来了到皇宫外的集市上，被这里的场景吓了一跳，集市又发生什么事情了？你从哪里看出来的？为什么会这样呢？画面内容很形象，幼儿很容易描述出画面中集市上混乱的场景。从而引发出孩子对时间重要性的感触。

教师总结：原来所有的人都没有了钟表，不知道时间，大家就不知道什么时间该做什么事情了，整个城市一片混乱。没有了时间会给人们的生活带来这么多不方便，时间在生活中真的很重要。

（三）体验一分钟，帮助幼儿建立时间概念的基础上，知道要珍惜每一分钟。

1、讨论：一分钟是多久？一分钟能做多少事情呢？开始幼儿对一分钟的概念都是抽象的，会认为一分钟很久很久，能做很多很多事情。

2、操作：一分钟时间内画一个手表。

教师：如果给你一分钟画一个手表，你能画好吗？这时每个幼儿都是信心满满地回答说能够完成的。

出示计时器：老师这里有个计时器，当我按下计时器说开始的时候，你们开始画手表，当一分钟到的时候会有铃声响起来，这时候我们就停下来，看看自己完成了没有。

2、幼儿第一次操作。交流完成的情况，讨论怎样才能在一分钟内画完手表。

幼儿相互讨论交流。总结出：准备充分、画快一点、不看别人等等方法，为接下来进行第二次操作时抓紧时间提供了经验。

师：有这么多好办法，再加上我们珍惜时间，一定能够完成任务。那我再给你们一分钟，再来一次。

3、幼儿第二次操作。

师：这次小朋友完成的怎么样？为什么画的这么快？比比看，你第二次和第一次比，画得怎么样？而且有的小朋友还装饰了，同样的一分钟，只要抓紧时间，就能完成任务，而且会做更多的事情。

（四）拓展经验，了解生活中时间的珍贵。

1、自由交流：在小朋友的生活中，什么时候要抓紧时间？

教师：在小朋友的生活中，什么时候要抓紧时间？这时是对幼儿生活经验的梳理，让幼儿找出自己生活中要抓紧时间的地方，知道做事情不能拖拉，否则会影响到下面的活动或事情。

2、看图观察特别需要珍惜时间的事件：救人、灭火、救灾等。

教师：发生什么事情的时候特别需要抓紧每分每秒的时间呢？

逐一出示图进行观察讲述。

这时孩子们的回答是十分精彩的，通过图片上精彩紧张的画面，让孩子深入感触到发生在我们身边的人和事，感受到时间的紧要性。

教师总结：是的，这时候就要抓紧每分每秒，早一秒早一份安全。

4、拓展延伸，现场再次领悟如何珍惜时间。

师：现在你们觉得时间在生活中真的怎么样？我们一定要抓紧时间，争分夺秒，只有珍惜每一分每一秒，我们才能做更多的事，完成更多的愿望。

师：最后给小朋友一分钟时间，塞好小椅子、拿好材料，排好队。真棒，不到半分钟就完成了，都知道珍惜时间了，希望你们以后都是一个懂得珍惜时间的好孩子。

在日常活动中感受时间的珍贵，要抓紧每一分钟，每一秒学习。

本次活动突破传统社会活动“以教师讲述、灌输为主，幼儿被动接受”的教学模式，它以幼儿的实际需求出发，以幼儿能感知的趣味故事入手，以幼儿真切的操作体验为活动主线，环环扣进，在师生的积极互动下一气呵成，细品之，尤甘之！

一、鲜活——形式多样顺应幼儿的认知需求这是一个生动的教学案例。让孩子珍惜时间从头到尾没有说教，只有通过不断地感知，实践，体会，悟出时间的重要，进而自然萌发出要珍惜时间。活动新鲜、有趣，借助幼儿生活的已有经验谈话入手，初步体验时间这一概念，到幼儿喜闻乐见的绘本入

手，明白时间的重要，到幼儿自己实践体会一分钟的长短。每一环节都顺应幼儿的认知发展需求，幼儿参与积极主动。

时间规划班会篇五

- 1、教育学生珍惜时间，和时间赛跑。
- 2、锻炼学生的组织能力、听说能力及表演能力，培养他们的参与意识，提高思想素质。
- 3、让学生的主动性、创造性得到充分的发展。

第一阶段：发动全班同学收集珍惜时间的名言警句、故事、诗歌、新闻等。

第二阶段：教师把收集到的资料整理后分给各小组。让每位学生准备好自己的节目。同时，教师也要做一些准备工作，如：准备好练习纸、录音机、音乐、服装以及道具等。

在充满激烈竞争、日新月异的21世纪，科技的发展、社会的进步都在快速中前进。要让学生获得生存和发展，就必须抓紧时间，利用好时间，赛过时间，从而充实自己，完善自己，使自己逐渐走向成功。

本班是二年级的学生，在学习和生活中，他们有着许多美好的远大理想；有了解社会的'兴趣；有较强的感悟能力、团结协作能力；还有和时间赛跑的强烈愿望。

本次活动紧紧围绕时间这一主线，激发学生参与活动的兴趣，并根据学生喜欢活动的这一年龄特点创设了感受时间、和时间赛跑、展望未来等等活动，让学生从熟悉、有趣的活动中感受时间的宝贵，进而珍惜时间。

（一）创设环境、感受时间

（时光老人和钟姑娘匆匆赶到。）

钟姑娘：听说二年级一班的孩子们正要和时间赛跑，我们特意来参加。

钟姑娘、时间老人：孩子们好！

师、生：时光老爷爷好！钟姑娘好！欢迎您们参加我们的比赛。

时光老人：全班孩子都到齐了吗？

时光老人：孩子们，比赛前我们先给大家带来一个我们亲身经历的故事。

（两生演小品“时光老人的礼物”）

时光老人：孩子们，看了这个故事，你想说什么？（生说）

钟姑娘：孩子们，我一刻不停地一秒一秒地向前走着，我的步子可太小了，可是，你们听。（3名学生朗诵诗歌“一秒歌”，其余的学生听。）

创设情境：时光老人和钟姑娘的到来以及小品、诗歌，让学生充分感受时间的重要性，从而树立珍惜时间的愿望。

（二）和时间赛跑、分享快乐

钟姑娘：你们能赛过我吗？（能）马上试试。孩子们，你们猜，时光老爷爷有多大年纪了？（生猜）

钟姑娘：哇！你们算得可真快，快快告诉我们你是怎样算的。

（学生上台展示自己的计算方法。）

钟姑娘：你们确实比我们算得快，祝贺你们比赛获胜！

时光老人：孩子们，你们利用这样快的速度和我们赛跑，你们一定会节约大量的时间去做更多的事。

生：时光老爷爷，我们这点速度算不了什么。请您听听吧！

（生交流课外搜集的关于人们节约时间的信息，时光老人边听边作惊讶、高兴状，钟姑娘下去查看。）

钟姑娘：叔叔阿姨们早已赛过了我们，那孩子们，你们怎样做也会赛过我们？

（生说）时光老人：光会说不行，要拿出实际行动和我们较量较量。

钟姑娘：对！和我们较量较量！

生：好！较量较量。（班主任工作）

班长：同学们，我们就用六分钟的时间做我们最想做的事，开始！

（生分组活动，配乐《天地之间》，播放时间为6分钟。学生有垫乒乓球、读书、计算、做清洁、烧水泡茶、编演小品……）

时光老人：谁先说说你做了什么，做得怎样？

（生汇报）时光老人：你们赛过了时间，你们赢了！（学生一片欢呼）

[评析]先让学生和钟姑娘比赛计算时间，再让学生自由组合选做自己喜欢的事，比赛谁节约时间，每位学生经历了节约时间的过程，感受到节约时间的快乐。达到寓教于乐的目的。

（三）展望未来，激励前进

时光老人：钟姑娘，孩子们朝气蓬勃，信心十足，我们是赢不了了。

我们赶紧告辞吧。

钟姑娘：孩子们，继续努力吧！五年之后，十年之后，二十年之后，我们再来和你们较量！

生：好！

钟姑娘、时光老人：孩子们再见！

生：时光老爷爷、钟姑娘再见！

班长：同学们，听，21世纪正在呼唤我们的加入。

（全班朗诵诗歌“21世纪的呼唤”）

班长：请方老师同我们一起和时间赛跑吧？

师：亲爱的同学们，我愿和你们一起努力前进，将时间远远地抛在我们后面，让他不停地追赶我们。

[评析]在活动结束之际，钟姑娘、时光老人、老师给学生提出了希望，起到了很好的激励作用。

本次活动在以下四方面做得比较好：

- 1、充分创设情境。在活动中，时光老人和钟姑娘担任主持人，时光老人的慈祥 and 钟姑娘的亲切让学生感到无拘无束，使课堂形成一种和谐的氛围；接下来观看小品《时光老人的礼物》，学生感受到时间的珍贵；诗歌朗诵《一秒歌》让学生对弹指之间的一秒有了更深的感受，从而下定决心珍惜每一

分每一秒。

2、寓教于乐。学生先和钟姑娘比赛算题，钟姑娘故意输了，学生初次尝到了成功的喜悦。接着学生用6分钟的时间做自己想做的事。学生自由选择活动的形式和内容。这些活动贴近学生生活，活动中课堂气氛达到了高潮，学生争先恐后地比起来。学生通过自身以前与现在比或同学之间比，发现自己的速度确实提高了很多，还赛过了时间，全班同学再次沉浸在成功的喜悦之中。同学们在享受喜悦的同时，也认识到短短的几分钟可以做那么多的事情，达到自我教育的目的。课末，学生渐次朗诵诗歌《21世纪的呼唤》以及我的激励话语，让课堂师生相融、生声相融，使课堂的余音延留到生活中去。

3、重视学生能力的培养。如搜集处理信息的能力、组织能力、听说能力及表演能力。培养了学生的参与意识，提高了他们的思想素质，他们的主动性、创造性得到充分的发展。

4、整个活动充分体现了新课程理念：课堂以学生为主体以及自主、合作、探究的学习方式。

时间规划班会篇六

主持人：有一首歌叫勤奋，它美妙动听，让我心情愉悦。有一首诗叫勤奋，它意蕴婉约，让我回味无穷。从接受教育起，老师的教诲就在身边——勤奋学习，追求永恒。我们清楚勤奋的内涵，我们收获勤奋的甘甜！《珍惜今天，勤奋学习》主题班会现在开始！

主持人：从中国古代到近代几千年文明历史上，多少仁人志士，因为勤奋学习而成才，并留下许多千古佳话，如“悬梁刺股”、“凿壁偷光”等。首先，我为大家讲一个《屈原洞中苦读》的故事，屈原小时候不顾长辈的反对，不论刮风下雨，天寒地冻，躲到山洞里偷读《诗经》。经过整整三年，他熟读了《诗经》305篇，从这些民歌民谣中吸收了丰富的营养，

终于成为一位伟大诗人。

主持人：智慧源于勤奋，伟大出自平凡，而那些同学的成绩如此优异又是因为什么呢？让我们听听成绩优秀同学的学习方法吧！

甲：我觉得学习有目标是很重要的，那才不会像无头苍蝇一样撞来撞去。对自己的事情很有目标，玩的时候尽情的玩，学的时候我就能专心的学。每当我取得成绩的时候，每当我能够站在台上领奖的时候我就心里很高兴，因为我觉得我没有给父母丢脸。但是爸爸对我说：笑在最后才是笑的最好。我知道我的成绩还不值得一提，我将用最大的力量最大的信心去取得最好的成绩，同学们看我的吧！

乙：鲁迅曾经说过：“时间就像海绵里的水，只要愿挤总还是有的。”时间一分一秒的过去，同学们，花有重开日，人无再少年。让我们用剩下的时间，勤奋读书，勤思好问，让我们把握手中的时间，争取在期末考试中取得好的成绩，给父母一份满意的答卷！

小结：没有人天生就会学习，让我们一起来分析一下他们成功的原因吧？我们先请他们自己来说说吧！

主持人：学习要树立好榜样，那么他（她）有哪些值得你学习呢？展示若干份作业和试卷，分组讨论，进行评价，然后与自己比较、总结、交流（字迹：书写工整做题：认真专心，仔细检查质量：速度快，效率高）

主持人：那么怎样才能提高学习效率呢？（同学讨论回答）我们又该怎么做呢？

要有明确的目标信念，这样学习就不会得过且过！**b**兴趣是最好的老师，它使学习事半功倍！**c**勤奋好学是成功的关键，只有学贵有恒才能不断进步！**d**经挡诱惑，让懒惰远离我们的身边！

接下来,让我们一起来念念勤学的格言警句诗句。

三分天才七分学,笨鸟先飞早入林。

天才在于学习,知识在于积累。

钟不敲不响,人不学不灵。

不吃苦中苦,难为人上人。

世上无难事,只怕有心人

有了知识不去用,等于耕耘不播种。

宝剑锋从磨砺出,梅花香自苦寒来。

书山有路勤为径,学海无涯苦作舟。

同学们,虽然大家在学习方面成绩有差异,但并不能说明谁行谁不行,只能说成绩好的同学走在前面了,大家要向他(她)看齐,奋起直追。暂时落后的,说明学习方法要改进,学习要比以前更用功,向跑在前面的同学学习经验,取长补短,每天进步1%,就是卓越、成功的开始!方法总比困难多,只要肯用心,没有什么困难不能克服的!

主持人:有一本书叫勤奋,它妙趣横生,让我百读不厌,有一叶舟叫勤奋,它载满勇气,让我翅膀丰满。让我们从今天做起,努力学习,天天向上!《珍惜今天,勤奋学习》主题班会到此结束!

时间规划班会篇七

高一xx班

20xx年x月x日

学生从初中到高中的学习，还是没有很好的适应，部分同学还处于松懈状态，没有紧迫感。且根据近来在班级观察到的情况，部分同学存在着不会安排学习时间的现象，在高中阶段课程学习任务急剧加重的状况下，学生感觉自己很努力，也很忙乱，但是学习效果并不是很理想，考试后感到有点焦虑，却又不知道该如何调整自己的学习方法。想要通过这次主题班会活动，给同学一点启发，提高学生的学习动力，同时借鉴优秀学生的学习方法，优化自己的学习时间的安排。

- (1) 回忆自己初中的学习情景，怎样使自己的成绩优秀；
- (2) 目前自己学习中的困惑，有什么样的困惑；
- (3) 在班级中你认为谁做的比较好；
- (4) 自己学习时间中有没有浪费时间的现象，能否优化；
- (5) 高中阶段，学到了什么，有什么困惑。

1、总结班级上一月份在学习、纪律和卫生劳动等几方面的情况；

2、设问：经过高中的这三个月，是否自己主动思考过，我学到了什么，有什么困惑。（给1-2分钟的时间保持沉默，让学生学会思考）

3、做关于时间的游戏：

假如现在你个人的生命处于0~100岁之间，接下来我们来玩一个游戏。

请准备一张长纸条用笔将它划成10份（中间部分刚好每两列

一份代表生命中的10年，分别写上10、20等，最左边所谓空余部分写上“生”，最右边空余部分写上“死”字。

下面我给大家出几个问题，请大家按我提的要求去做：

第一个问题：请问你现在几岁？（把相应的部分从前面撕掉）过去的生命是再也回不来了！请撕彻底撕干净！

第二个问题：请问你想活到几岁？（如果不想活到100岁的话就从后面把那部分撕掉）

第三个问题：请问你想几岁退休？（请把相应的退休以后的部分从后面撕下来，不用撕碎，放在桌子上）就剩这么长了，这是你可以用来工作的时间。

按照学校严格的时间安排，基本遵照学校规定执行。包括出去放假，每天吃饭、睡觉，真正的学习时间（包括上课）大概是一半。

第五个问题：高中三年后，你的生活要怎样过？

一般人通常是睡觉8小时（有人还不止呢！）占了1/3。吃饭、休息、聊天、摸鱼、看电视、游玩等又占了1/3。其实真正可以学习和工作的约8小时，只剩1/3。所以请将剩下来的折成三等份。并把2/3撕下来，并放在桌子上。

第六个问题：比比看。

1) 把高中阶段的学习时间和以后的学习时间加起来，把退休那一段和刚才撕下的2/3加在一起，并请思考一下您要用左手的1/3学习工作赚钱，提供自己另外2/3的吃喝玩乐及退休后的生活。

第七个问题：想一想你要赚多少钱、存多少钱才能养活自己

上述的日子，这还不包括给父母、子女、配偶的哦！

第八个问题：请问你现在有何感想？

第九个问题：请问你会如何看待你的未来？

时间就是生命，鲁迅先生说：“浪费自己的时间等于慢性自杀，浪费别人的时间等于谋财害命。”你珍惜生命吗？你想在有生之年有所作为吗？生命是由分分秒秒的时间所组成，时间管理的实质就是生命管理。因此，让我们都成为自己时间的主人吧。

4、每个人谈谈自己进入高中以来学习中的困惑

5、针对学生的学习状况，提出可供参考的学习方法。

6、面对即将到来的期中考试，对学生提出小小要求，鼓励他们把握时间，去争取更高的成绩。

（1）在活动中多给学生发言机会，锻炼学生的语言表达能力，和心理素质。

（2）活动是为了学生而设置的，要学生多谈自己的亲身体会，要的是真情实感，要学生得到心理释放和启发，这样才能自主的调节。

（1）学生通过真心的交流，释放了内心压抑的情绪，舒缓了压力；

（2）体会了自己学习环节中存在的问题，知道向哪个方向进行调节。

时间规划班会篇八

现在的中学生，对于时间很不重视，所以在学习上更谈不上抓紧时间了，每次做事情拖拉的时候就会安慰自己，明天再做吧，我还有时间，不着急基于这种情况，设计本次主题班会。

- 1、培养学生的时间观念，学会合理安排时间。
- 2、教育学生懂得珍惜时间，认识拖拉的危害，养成良好的学习习惯与生活习惯。
- 3、提高学生珍惜时间、利用时间的能力。

1。学生收集有关珍惜时间的名言警句和故事。

2、找好演小品的五名学生。

一、开幕词

陈娜：哎呀，又到了开班会的时间了，这一星期一星期过得可真快啊！

陈柳：是啊，人的一生太短了，时间只有三天。

陈娜：啊？才三天？

陈柳：看你急的！我是说按照过去、现在和将来来划分，时间就只有三天了

陈娜：吓我一跳，是哪三天呢？

陈娜：那么，我们能够把握的，就只有今天和明天了？

陈柳：对呀！

合：让我们一起“珍惜时间，把握青春”吧！今天的主题班会正式开始！

二、小品表演：

1、请预先定好的五位同学来演小品《明天做》（场地的一半为李文庆的家，一半为教室左边是学校的书桌，右边是家里的书桌）。

情节：一个学生手举自制的日历展示星期一、二、……，一学生扮演老师，不断布置作业，两位学生扮演李文庆的同学，轮流找文庆出去玩日历从星期一开始展示。

老师：同学们，今天的课外作业是把练习册第10页上的习题做完（文庆从教室的书桌里取出一本练习册，拿到家里的书桌上准备做题）。

同学甲：文庆，走呗，打乒乓球去。

李文庆：我作业还没做呢（经不住诱惑，想了一会）好吧，明天再做就明天做（跟同学甲下场，然后再回到教室，日历翻到星期二）。

老师：同学们，今天的作业是练习册第11页的习题，还有一篇日记（文庆回到家，拿出练习册）。

同学乙：文庆，街上新开了一家网吧，咱去看看吧。

李文庆：是吗？可我的作业还没做呢，看来还是明天再说吧（日历不断翻到星期六，教师不断地留作业，李文庆家里的作业越摞越高，考试成绩下来，后悔莫及）。

2、组织全班学生讨论小品的意义，使学生认识到办任何事都要只争朝夕，不要养成拖拉的作风，当天的事情当天完成。

3、请同学们对照着自己，写出自己拖拉的表现及如何克服。

4、一齐朗读古诗《明日歌》。

三、讲故事

1。王明涛：晋朝的车胤、孙康、匡衡，家里都很穷，连点灯的油都买不起夏天的晚上，车胤用纱布做成一个小口袋，捉一些萤火虫装进去，借着萤火虫发出的光亮看书；孙康在严寒的冬夜坐在雪地里，利用白雪的反光苦读；匡衡在墙上凿了个小洞，“偷”邻居家的一点灯光读书成语“囊萤映雪”和“凿壁偷光”所讲的就是这几个故事。

2。张书浩：《爱迪生的故事》。

爱迪生常对助手说的话就是：“浪费，的浪费莫过于浪费时间了人生太短暂，要多想办法，用极少的时间办更多的事情”。

一天，爱迪生在实验室里工作，他递给助手一个没上灯口的空玻璃灯泡，说：“你量量灯泡的容量”他又低头工作了。

过了好半天，他问：“容量多少？”他没听见回答，转头看见助手拿着软尺在测量灯泡的周长、斜度，并拿了测得的数字伏在桌上计算他说：“时间，时间，怎么浪费那么多的时间呢？”爱迪生走过来，拿起那个空灯泡，向里面斟满了水，交给助手，说：“里面的水倒在量杯里，马上告诉我它的容量”。

助手立刻读出了数字。

爱迪生说：“这是多么容易的测量方法啊，它又准确，又节省时间，你怎么想不到呢？还去算，那岂不是白白地浪费时间吗？”

助手的脸红了。

爱迪生喃喃地说：“人生太短暂了，太短暂了，要节省时间，多做事情啊！”

3. 丰火雷：《鲁迅的故事》

大家都知道鲁迅吧？鲁迅的成功，有一个重要的秘诀，就是珍惜时间。鲁迅十二岁在绍兴城读私塾的时候，父亲正患着重病，两个弟弟年纪尚幼，鲁迅不仅经常上当铺，跑药店，还得帮助母亲做家务，为了不影响学业，他必须作好精确的时间安排。

此后，鲁迅几乎每天都在挤时间，他说过：“时间，就像海绵里的水，只要你挤，总是有的。”鲁迅读书的兴趣十分广泛，又喜欢写作，他对于民间艺术，特别是传说、绘画，也深切爱好；正因为他广泛涉猎，多方面学习，所以时间对他来说，实在非常重要。他一生多病，工作条件和生活环境都不好，但他每天都要工作到深夜才肯罢休。

在鲁迅的眼中，时间就如同生命。因此，鲁迅最讨厌那些成天东家跑跑，西家坐坐，说长道短的人，在他忙于工作的时候，如果有人来找他聊天或闲扯，即使是很要好的朋友，他也会毫不客气地对人家说：“唉，你又来了，就没有别的事好做吗？”

4. 学生自由讨论感想。

四、收集名人名言：

1. 盛年不再来，一日难再晨。及时当勉励，岁月不待人——陶渊明

4. 三更灯火五更鸡，正是男儿读书时，黑发不知勤学早，白

首方悔读书迟——颜真卿

5. 光景不待人，须臾发成丝——李白

6. 时间，就像海绵里的水，只要愿挤，总还是有的——鲁迅

7. 你热爱生命吗？那么别浪费时间，因为它是组成生命的材料——富兰克林

8. 放弃时间的人，时间也放弃他——莎士比亚

五、欣赏歌曲《隐形的翅膀》

时间规划班会篇九

通过这次活动，让学生知道时间是宝贵的，时间一去不复返，要珍惜时间，讲究效率，做时间的主人，勤奋学习，立志成才；热爱学习，热爱生活。

二年级学生的学习习惯不稳定，不会抓紧时间，常常让时间在不知不觉中溜走，自己却一无所知。为了让他们从小懂得时间是宝贵的，时间一去不复返，必须抓住分分秒秒。

在优美的旋律中进行。

全体学生。

让学生明白为什么要珍惜时间，如何去珍惜时间。

1、讲台上摆放一只钟。

2、每位学生课前搜集珍惜时间的句子。（黑板上写“珍惜时间”；）

一、请中队长讲话

同学们，我们今天召开“珍贵的一分钟”主题班会，是为了让大家珍惜

分分秒秒，充分利用时间，加强时间观念，提高做事效率，克服拖拖拉拉的坏习惯，养成珍惜时间的好习惯。

主持甲：大家喜欢猜谜语吗？我请大家猜个谜语：最快又最慢，最长又最短，最平凡又最珍贵，最易被人忽视又最令人后悔的是什么？（谜底：时间）

主持乙：今天我们在这里举行“珍惜时间”主题队会，请时光老人一起来参加好吗？同学们，“珍贵的一分钟”主题班会现在开始。

时光老人：同学们，你们好！我是时光老人，今天和大家一起参加“珍惜时间”主题班会，我好高兴。我们先来感受一下一分钟有多长。（时光老人喊“开始”同学们闭眼，单脚站立，静听嘀哒声，一分钟后喊“停”再睁开眼睛。）

主持甲：你们感觉一分钟怎样？

生（齐答）：好长啊！

主持甲：那平时你们感受到一分钟有这么长吗？生（齐答）：没有！

主持乙：是啊！时间一分一秒地过去，我们根本就感觉不到，也不知多少个分分秒秒从我们身边溜走！

主持甲：对于我们学生来说，时间就意味着什么？生：时间就是知识。

主持乙：那么在工农业生产中，一分钟能创造多少财富，请大家看：

投影：（一分钟：1台先进的采摘机可摘西红柿69千克。1台新型的太阳能水泵可抽水3、8吨。1台高速轮转印刷机可印报纸1300多张。1条彩色电视机生产线可组装1、5台电视机。）
读给大家听。

主持甲：对于工人来说，时间就是什么？

生：时间就是产品。

主持乙：对于农民来说，时间就是什么？

生：时间就是粮食。

主持甲：对于军人来说，时间就是什么？

生：时间就是胜利。

主持乙：对于企业家来说，时间就是什么？

生：时间就是金钱。

主持甲：对于医生来说，时间就是什么？

生：时间就是生命。

时光老人：俗话说：“光阴好比河中水，只能流去不能回。”浪费时间就等于浪费生命；珍惜时间就等于延长生命。

a□我一分钟可以读90多个音节。

b□我一分钟可以朗读近200字的短文。

c□我一分钟跳绳126次，做仰卧起坐30多个。

主持乙：时间是最公平、最无私的，它给予我们每个人的都

是完全平等的，

但是不同的人对待时间有不同的方式。

（以对答形式朗诵）

愚蠢者——等待时间 聪明者——利用时间

懒惰者——丧失时间 勤奋者——珍惜时间

无为者——放弃时间 有志者——赢得时间

闲聊者——消磨时间 求知者——抓紧时间

糊涂者——糟蹋时间 劳动者——积累时间

好学者——创造时间 自满者——蔑视时间

主持甲：时间日夜不停地向前奔走着，她好像是河中水，只会流去不能回。

主持乙：它不因人们酣睡，无人监督而放慢脚步，也不因季节变换、严冬酷暑而打乱节奏。

主持甲：只有珍惜时间才能占有时间，利用时间，让我们来看看我们祖先是怎样珍惜时间的。

1、王笑宇讲《聚萤读书》的故事。

主持乙：我们的古人在如此艰苦的条件下，还能够如此珍惜时间学习，真让我们敬佩。大家都知道我们伟大的作家鲁迅吗？（知道）让我们来听听他的故事。

2、韩阳讲《鲁迅的故事》

3、高杉讲《爱迪生的故事》

主持甲：名人如此珍惜时间，才有如此大的成就。现在我们来交流一下珍惜时间的名言警句。