

我的事情我做主手抄报简单又漂亮(精选5篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

我的事情我做主手抄报简单又漂亮篇一

考试结束了常有同学抱怨自己太笨，“老师在黑板上讲过的原题都做不出来”，还有一部分同学抱怨“都说付出总有回报，我天天刻苦努力学习，怎么不见成绩提高呢？”难道真是自己太笨，还是老天不公！

科学实践告诉我们：不是自己太笨，也不是老天不公，而是自己学法和老师教法不科学，为此我校响应新课改的要求，在课堂教学中推行杜郎口教学模式，在近一学期探索中初步形成了具有王中特色的高效课堂模式。

再好的课堂也离不开同学们的参与，新课改更加突出学生的主体地位，贯彻自主学习和合作学习的理念，培养学生的创新精神和实践能力，把课堂的主动权还给学生，真正做到《我的课堂我做主》。

那么，作为学生的我们如何在自己的课堂上当家做主呢？

一、做好导学案。

1、课前必须先做

至少完成基础部分，保证上课跟上老师节奏，明确学习目标。

2、先看书后做

可以看完本课全部内容，再做导学案；也可以看一段（或部分）做一段；决不能看一句填一句，或看学案找答案，否则，只能断章取义，学到的也只能是一些支离破碎的知识。

3、独立预习，自主完成导学案

自主是合作的前提，合作是为了弥补自主学习的不足，预习目的是主动求知，并发现问题，然后合作解决问题；如果未自主预习就合作，甚至抄袭同学的导学案，那么学习效果一定会大打折扣、甚至无效果。

4、学会合作

合作部分主要在课堂，讲方法、求实效。基础部分由小组内部合作完成，主要是纠正错误，找出答案；探究部分需要全班合作，各人根据自己的理解发表看法和做法，然后全班讨论，教师可参与讨论，并根据学生讨论结果进行点评。

二、学会展示

1、积极准备

首先，要做好思想准备：学生要从思想上彻底改变传统课堂上的被动地位，把自己当做课堂的主人，相信自己能扮演好老师的角色。

其次，要认真探讨导学案中的重点、难点、热点、综合探究、拓展等内容，这是课堂展示的主要内容，通过自主探究，把自己的新思路、新方法和新问题写在自己的学案上，为上课参与讨论做好准备。

2、踊跃发言

通过发言（1）可以展示自己的聪明才智，锻炼自己的语言表达能力，树立自己的公众形象。（2）可以解决自己和同学学习中遇到的困惑，拓展自己和他人的知识面。（3）可以增强自己对所学知识的理解，实现由会学向会教的转变。（4）有利于培养合作精神和实践能力。

3、虚心学习、做好记录

俗话说：三人行，必有我师！课堂上其他同学的见解肯定有值得自己学习和借鉴的地方，老师的实时点拨更是学生应当特别关注的内容，课堂上除了鼓掌表示敬佩外，一定要做好记录，为将来复习做好准备。

4、学会反思，及时巩固

通过课堂发现自己不足后，应及时地找相关问题进行学习和研究，达到弥补弱点、强化重点的目的。

5、正确对待课堂评价

课堂评价主要目的是鼓励同学们积极参与课堂讨论，是对表现突出、发言精彩同学和小组的表扬和奖励，各小组和各位同学应当通过小组合作和个人精心思考努力争取更多的掌声和得分，但要防止向老师和同学要分，一堂课落后不要紧，认真准备下一节课，争取下一节领先就行。

总之、新课改为我们每位同学提供了充分展示自我的舞台，只要同学们抱着积极的心态，踊跃参与，就一定能顺利地越过书山、学海，寻找到学习的快乐，实现自我跨越式发展，成就自己更加美好的未来！

刘维波

[我的课堂我做主]

我的事情我做主手抄报简单又漂亮篇二

早上的光灿烂的照着我的心，窗外的小麻雀正在唧唧喳喳叫。关上了闹钟，我伸了一个懒腰，大声说：“我的课余生活来到了！”

打开电脑，放开音乐，我的一天就开始了。洗漱完毕，我整理好衣服，准备和妈妈开始一天的行程。

第二站——陪我去银座玩。

哈哈，我叫你“欺负”我，哼，让我也来“教训教训”你。我像妈妈那样，一会上楼看零食，一会下楼品尝，一会向左，一会向右，把妈妈弄得团团转，忙得像只陀螺一样。“走，我们在向那边进发吧！”我又提出了一个新要求，妈妈像一只斗败了的公鸡，垂头丧气地说：“女儿，你饶了我吧，太累了！”耶，我胜利了！

第三站——我的最爱图书馆。

“图书，作文书，我来了！”我向书店做了一个飞吻，径直就向书店奔去，那时的速度，估计美洲豹也赶不上。到了书店，我就开始了搜寻计划。一旦发现了“目标”，就捧起来，老鼠啃书——咬文嚼字。“邵薪琨，你在哪儿，快来看看这一本书。”什么什么，又有一块“书的黄金”等我去拾。我立马忘掉了淑女气质，一把夺过那本书，开始苦心“钻研”。“好，好，就要这一本。”我兴奋地叫着。抱着一本心爱的书，我的心情一下子高兴起来。

吃完了中午饭，该回家写我的作业了。我妈妈一会指指这里写的不好，一会点点那里写的不好，我忍不住了，说了一句话：“我年轻，需要你指点，但不需要你指指点点。”妈妈一惊，立马问我从哪里学的。我指了指才买的书。妈妈笑骂道：“小孩子，不学好，光学坏！”说完就哈哈大笑。

我的一天过去了。哦!我的时间我做主。

我的事情我做主手抄报简单又漂亮篇三

题目:我的时间,我做主

姓名:学号:

班级:上交日期:

且行且思,渐行渐知

制定好方案,接着就是联系学校。在这过程中,出现了一点状况,让我们心情有些起伏。4月20号,我们去金二中找高二(12)班的班主任张老师,并把方案给他看。我们本想在接下来的一星期把课上好,但张老师说五一以后学生有期中考试,所以五一前都要用做复习。

最后我们商定把时间定在5月12日。本来以为时间定下来,我们也就安心了。5月10号,我们打电话给张老师,确定下我们12号是否能上课。结果他说这天有安排,要到下星期才能上课。但本周我们必须要把课上掉,因为下周就要作总结。这让我们不由得着急起来。于是我们开始打电话找其他学校。最后我们联系到了八中,但那位班主任说要在第二天就把课上好。我们也没办法,只好抓紧时间,利用晚上排练。结果我们接到了张老师的电话,说要是我们真的很急的话,可以把时间让出来,让我们先上课。为了有更充足的时间准备,我们决定还是去二中。所以我们又打电话给八中老师,说明了情况,并表示我们很抱歉,给他造成麻烦了。那位老师一再说没关系,这也让我们释怀了。经过这样周转,我们终于把上课的事定下来。其中经历的复杂心情,让我们颇为感慨。

做好一切准备后,5月12号下午,我们怀着既紧张又期待的心情来到二中。开始上课前,我们做了简单的自我介绍。学生们给

我们抱以热烈的掌声,表示欢迎。这顿时消除了我们的紧张感。紧接着我们就开始上课了。

首先,视频的欣赏起到了很好的热身作用。学生积极反应,课堂气氛活跃。另外,从视频中,学生很快知道了本堂心理辅导课的主题。这两方面都达到了我们预期的目标,为本堂课开了一个好头。

握好时间,导致接下来的环节进行得比较仓促。在选择小组代表时,由于学生讨论地比较活跃,使得我们在此花费了不少时间。另外,在全班分组时,出现了小意外。我们原本以为全班一共是8小组,正好可以分成4大组。可在分组时,才发现多出了正中间一小组。我们显得有点不知所措,此时,中间那一小组的学生们又争着做裁判,不参加比赛。于是我们也就按照他们的意思进行。在游戏开始前,我们发现一部分同学已经在私底下迫不及待地翻阅语文资料,查找与时间相关的成语、格言和谚语,积极性和参与热度很高。在第一轮结束后,坐在教室后面的班主任要求我们将多出的中间小组单独划为一组参与比赛,否则他们无所事事。所以,在接下来几轮的游戏,全班都积极参与其中,学生积极开动脑筋。由于他们高涨的热情,我们比预期多进行了几轮的比赛。最后,对于获胜的队伍,全班给予了最热烈的掌声。在本环节进行到一半时,我们发现一堂课居然过去了15分钟。所以这样的状况,不免让我们开始紧张起来。

深刻地思考,使这个游戏更有意义。

进行主题活动时,学生们对于我们设定的情景颇感兴趣,活动氛围也比较好。但由于时间关系,在“分身有术”这个活动中,让学生对表格进行第一次排序后,我们只是做了简单的理论小结,与前面的情景设置衔接不够紧密,中间的引导做得不够。课后反思时,我们觉得应该先让学生对表格中的内容做一个价值判断,这样与后面的理论规则就衔接得比较自然。在“我的时间我做主”——为自己的生活制定时间管理表活动中,同学

们动手热情较高,都在认真做表格。我们也选了几位同学做一个简单的展示。但唯一不足的是我们无法保证这些时间表能否真正落实到同学们的实际生活中,帮助他们更好地管理时间。

在班会即将结束的时候,全班同学和我们一起齐声朗诵了《今日歌》。大家都很有激情,兴致高昂,把活动推向了一个高潮。这也达到了我们预期的效果。最后在作总结时,我们简单地回顾了此次班会的几个活动以及一些时间管理的方法和规则,再次强调时间管理的重要性并鼓励同学把时间管理落实到生活中,真正做到“我的时间,我做主”。将近下课时,班会在同学们的掌声中顺利结束。

高兴,感觉这段日子的奔波和辛苦准备总算没白费。

但我们也清楚地知道这堂课上还存在着一些不足之处。第一、课堂掌控能力欠佳。同学们在热烈地进行讨论和游戏时,出现了一点小小的混乱。第二、课堂节奏把握不够,时间安排略显仓促。由于开始的导入游戏花的时间长了点,我们觉得后面活动的时间来不及了,所以就加快了速度,使得活动的节奏与预设有些出入,显得仓促了许多。第三、课堂引导和指导方面还有待加强。在活动进行中,由于我们引导不够到位,有时无法很好地调动学生的积极性。比如在他们填“时间表”时,我们没有走入学生当中给予及时指导。

这是我们第一次真正走入课堂,给学生上心理辅导课。其间的种种经历,可以说是苦乐掺半。从中我们深刻体会到,上好一节课绝非易事。我们要做的努力远远不止课堂上所呈现的东西。作为即将步入教师职业的我们来说,只有不断学习、不断积累、不断实践,才能不断获取新知,才能不断提高。

附件1:

附件2:心理辅导方案

我的时间,我做主

活动理念:

学习是高中生的主要任务。由于高二阶段课程数量和难度的增加,许多学生开始困惑于时间的不够用,以至长期陷入“今天的事情明天做”的恶性循环之中。究其原因,是学生不重视单位时间的利用率,完成学习任务不注重计划性和持续性所造成的。所以高二学生缺乏的不只是对时间价值的认识,更多的是苦于寻找不到高效率利用管理时间的方法。为此,本课尽可能通过不同形式的活动,来促使学生体验相关知识内容,力求激发学生兴趣,提高辅导的有效性。活动目标:

- 1、促使学生体验时间的流逝性,深入理解时间的价值。
- 2、培养学生合理安排时间的信心,增强自我效能。
- 3、帮助学生学会运用“计划”来管理自己的时间。

活动准备:课件、时间条、时间管理表

活动时间:40分钟

活动对象:金华二中高二(12)班

活动流程:

一:导入活动:视频欣赏——《时间》

1. 内容介绍:这是一个关于时间与价值的视频短片。

“想知道一个月的价值吗就去问曾经早产的母亲??想知道一秒钟的价值吗就去问奥运会的银牌得主。珍惜每一秒时间,创造自己的价值”

1. 教师导言:既然大家知道了本堂课的主题是“时间”,而时间对于每一个人而言是非常得重要的.在日常生活和学习中,我们也一定接触到许多与时间有关的成语,谚语,格言等.那么下面,我们进行一场pk赛.

4. 教师小结:经过这场小小的pk赛,我们不仅了解了与时间有关的各种表达,更重要的是我们知道了时间的可贵性和重要性.
三:撕纸游戏——体验时间的特性1、教师导言:

(1) 同学们知道时间有什么特性吗

(2) 为了更深刻地了解时间的特性,接下来大家一起做个游戏。

2、教师宣布游戏规则:接下来我们来玩一个游戏。现在我给大家每人发一张长条纸,用笔将它划成12份(每一段代表一天中的两小时,分别写上0、2、4??24)。

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:请问你一天多少时间用于睡觉(把相应的部分撕掉,标明“睡觉”)第二个问题:请问你一天多少时间用于吃饭(把相应的部分撕掉,标明“吃饭”)第三个问题:请问你一天多少时间用于上课(把相应的部分撕掉,标明“上课”)第四个问题:请问剩下的时间你会如何分配3、学生感受,师生交流。
4、教师小结:时间的基本特性:

1) 供给无弹性:每天24小时,固定不变。2) 无法积蓄:无法让时间停止,进行储存。3) 无法失而复得:一旦流逝,无法恢复。
四:主题活动:

活动一:分身“有”术——计划事情的先后

1、情境说明:王琳是高二(1)班的学习委员,又是校学生会的干部,也是书法社干部。平时总是需要面对许多的学习与工作

任务。下面是王琳在本周二中午要做的事情：

1) 12:15 阅读《读者》

2) 12:20—13:10 学校英语百词竞赛, 班级10位推荐选手之一。3) 12:25 听老师讲评物理作业(自己完成得不错) 4) 12:30 学校召集学习委员开会, 关于明天演讲比赛。5) 12:35 书法社开会, 商量周六开办书法展的工作安排

a□ 如果你是王琳, 你将选择去做哪些事情呢为什么

b□ 根据学生回答, 追问: 那么其他的事情怎么办呢有什么办法可以把这五件事情中的内容都安排好吗请根据提供的表格, 在表格“按重要性排序(一)”

3、学生进行小组讨论。每组3-4人。然后请小组代表发言。4、教师小结:

1) 我必须要做, 且不能耽误的事情——重要紧急的事件

我的时间我做主——我们的原则是: 首先考虑做好重要紧急的事情, 其次安排好紧急的事情, 自己做好重要的事情, 放弃重复、价值不大的事情, 最后考虑不重要、不紧急的事情。

5. 在教师小结的基础上, 让各小组重新安排这五件事情, 并填写“按重要性排序(二)”“要做的事情(二)”这两栏目。

6. 学生进行小组讨论。教师巡视。然后请小组代表发言。7. 老师提供参考答案, 并非唯一版本。各小组可保持自己的意见。

8. 教师小结:

我的时间我做主——我们的原则是: 在我们确定了事情的轻重缓急之后, 需要对所做的事情确立目标, 即完成任务的时间限

制和完成的质量,盲目的做只会花费更多的时间,甚至一无所获:

1) 目标需要具体化——比如:在第一节晚自修上我要完成英语的翻译作业,并力求正确。

2) 目标需要切合实际——在自己的能力范围之内,任务量与时间量相匹配。

3) 目标需要落实到行动中——用自身的行动不断达到目标。

活动三:我的时间我做主

1. 教师导言:通过这些活动,大家应该对时间管理有了一定的认识。那么现在你

教师导言:最后,请大家一起大声朗读:

“今日复今日,今日何其少!今日又不为,此事何时了!人生百年几今日,今日不为真可惜!若言姑待明朝至,明朝又有明朝事。为君聊赋今日诗,努力请从今日始。”

活动总结:

教师语:转眼,我们今天的课要接近尾声了。但愿每一位同学都能在这堂课上有所收获,学会管理自己的时间。我相信同学们会成为时间的主人,真正做到,我的时间,我做主!

我的事情我做主手抄报简单又漂亮篇四

一、分清轻重缓急,恰当分配时间

有效的时间管理,需要我们分清什么是石头型的事务、什么是碎石型的事务、什么是细纱型的事务、什么是水型的事务。我们可以把时间按其紧迫性和重要性分成abcd四类,形成时间

管理的优先矩阵, 如图所示。

时间管理应该采取分类处理、优先解决的办法。

a(碎石型事务):如危机、紧急情况、有期限压力的任务??应该立即处理, 不要拖延。

b(石头型事务):如学习新知识、建立人际关系、保持身体健康??应该分阶段处理, 计划好什么时候开始做, 要花费大量时间。

c(细纱型事务):如某些电话、不速之客的来访、某些会议或活动??应该马上就做, 但应在尽可能短的时间内完成。

d(水型事务):如琐碎的事情、某些信件的处理、无聊的谈话、逛街、游玩??应该灵活处理, 尽量控制时间, 在完成了所有重要的事情之后再酌情考虑。

二、有效运用时间

(一) 大块时间

大块时间至少需要2-3个小时, 在消化当天课堂的内容、解决课业之余, 大量阅读与自己专业有关的书籍并查阅相关资料。

(二) 首要时间

首要时间指每天早晨的那段时间, 清晨人的思维处于兴奋、清醒状态, 把这段时间用来学习, 用来运动, 或用来做一些重要的思考十分适宜。

(三) 过渡时间

大块时间之间的短间隙可以用来做一些小事情。如在课间及

时地复习一下听课笔记, 巩固所学到的内容, 加深理解, 理清线索; 整理笔记, 回忆老师讲过的内容, 与同学探讨有争议的问题或交流心得。

(四) 零碎时间

零碎时间应充分利用起来, 以很少的时间做一些学习中的小事, 如记忆英文单词, 练习英文听力、口语等。

(五) 固定时间

根据自己的学习习惯或生物钟制定时间计划, 如果觉得在某个时段内进行学习的效果最好, 就把它固定下来。

(六) 个人时间

每个人都需要一种不允许被侵犯的个人时间, 利用这些时间充实自己。

(七) 思考时间

思考时间可着重用在计划自己未来的发展, 也可用在反省以前自己所做的事情是否正确、是不是值得、如何再改进、如何再调整、如何让自己变得更好等。

(八) 交通时间

交通时间也可以有效利用, 这部分时间都可以用来看书、看报、听音乐, 甚至写作等。

(九) 运动时间

一般来说, 以一天为时间单位, 运动时间宜选在清晨、下午和傍晚, 每次运动持续不超过小时, 可以采取化整为零的办法, 即每次锻炼10分钟, 每天锻炼若干次, 也同样能取得较好的锻炼

效果。

(十) 休闲时间

以一天计,能安排1~2小时,如中餐、晚餐、下午课后及晚上自习结束后等时间段都能灵活安排,全身心地放松做一些自己喜欢的事情。

三、节约时间

(一) 巧用生物钟

8时。身体状况逐步进入兴奋。

9时。精神活性提高,痛感降低。心脏开足马力工作。

10时。精神充沛,处于最佳运动状态。注意力和记忆力达到高峰,效率很高,这是最好的学习时间。

11时。肝脏照样努力地工作,人体不易感到疲劳。

12时。到了全身总动员的时刻。

13时。肝脏休息,有部分血糖进入血液。午饭后感到的精神困倦,胃酸分泌最丰富,称为消化时间。

14时。这是一天24小时中第二个最低点,反应迟钝。

15时。情况开始好转。人体器官此时最为敏感,特别是嗅觉和味觉。学习能力逐渐恢复,人的手指最灵巧,是动手制作时间。

16时。一天中较重要的学习和工作以及消耗精力的作业可在此时间完成,思路应该比较清晰。

17时。学习效率提高,运动的训练量可以加倍。

18时。痛感重新下降,希望增加活动量,神经活性降低。

19时。血压增加,精神最不稳定,任何小事都会引起口角,需要注意情绪的调整。20时。体重最重,反应异常迅速。

21时。记忆力增强,此时最适于学生背诵,可以记住不少白天没有记住的东西。22时。身体的多种功能均处于最低潮,激素分泌最少,学习效率最低。

我的事情我做主手抄报简单又漂亮篇五

今天,崔老师带我们去欢乐河踩蛤喇。我们兴奋极了!

我们排成了一列长队走在去欢乐河的路上。不一会儿,我们就来到了欢乐河的岸边,我们拿上小桶,脱掉鞋子就往河里跑去,因为岸边很滑,所以张志鹏等人都跌进了水里。“嘻~”一阵笑声回荡在欢乐河里。我们开始踩蛤喇,不一会儿,有的同学就找到了好多,可我一个都没有找到,我心里又是着急又是痛苦,有的同学还抓到了小鱼,可我只踩了五六个蛤喇,我继续向前走,只听“啊!”的一声,我踩到了一条小鱼,我轻轻的用手将它拿起来,可是一不小心小鱼跑了,时间争分夺秒的过去了,时间到了,我们趟着水上岸了,那种爽让人感到舒服,虽说只挖了几只蛤喇,但这是我们的劳动成果呀。今天我太高兴了!

这次踩蛤喇太有趣了!我们回到教室,数了数各队的蛤喇和小鱼,蛤喇2分,小鱼5分,我们队得了296分,一队得了290分,二队得了250分,耶!我们队胜利了,太好了!