

最新珍惜时间班会班主任的发言稿 珍惜时间班会活动方案(通用5篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？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。

珍惜时间班会班主任的发言稿篇一

在年少学习的日子里，大家都参加过主题班会吧？主题班会就是围绕一个中心内容，有目的、有组织地进行的班集体成员的自我教育活动。还在为准备主题班会而发愁吗？以下是小编为大家整理的珍惜时间主题班会活动方案，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。时间如流水，一去不复返。可是，中职学生浪费时间的现象却很严重。他们的学习习惯不稳定，不会抓紧时间，尤其是自习课，有的学生不是聊天就是坐在那里发呆。因此，设计并举办这次班会，就成了我一直想做的事情。

通过这次活动，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，养成良好的学习习惯与生活习惯，并学会合理安排时间，做时间的主人。

xx年11月8日（星期四）上午1—2节课扬帆楼3—2教室

每位学生课前搜集珍惜时间的故事、句子、歌曲、诗歌。
（黑板上写“做时间的主人”）

一、主持人致开场白

二、朗诵诗歌《时间》

三、讲述《聚萤读书》的故事、《鲁迅的故事》《爱迪生的故事》

四、小品《珍惜时间》

五、讨论谈感受

六、请学生对照自己，写出自己浪费时间的表现及打算如何克服。

七、互动小游戏

九、歌曲《真心英雄》

十、老师点评

十一、结束语

班会过程

主持人：老师，同学们大家好！11服装班“做时间的主人”主题班会现在开始！首先热烈欢迎来参加我们班会的各位老师。

燕子去了，有再来的时候；杨柳枯了，有再青的时候；桃花谢了，有再开的时候。然而有一样东西却一去不复返。它能给勤奋者留下智慧和力量，给懒惰者留下空虚和懊悔。它像海绵里的水，只要愿意挤，总是有的。它是组成生命的材料。它是衡量重量的标准。

它就是——时间。

（钟表滴答声）同学们，这是什么声音？

对了，这是时间的声音。接下来，请为我们朗诵诗歌《时间》。

节目一：朗诵诗歌《时间》

谁说，失去的，还会“失而复得”，对于时间，失去，将意味着永远的诀别。

像放电影、录像时，来个长长的定格。

也许，有人说，时间是一条无限长的线，浪费一点儿，不值得小题大做。

殊不知，对于无限的时间，有限的生命更显得短暂，短暂得像一颗流星从天际划过。

时间对于每个人，既平等而又不平等，既慷慨而又过于吝啬。

珍惜时间的人，时间会给你累累硕果；浪费时间的人，时间会给你一片荒漠。

有的人一生，如星辰闪耀；有的人一生，似丰碑一座；

有的人一生，像匆匆过客；有的人一生，活着，还以为死了。

每一声钟表的滴答声，都是一首催人奋进的歌！

我希望，“珍惜时间”几个字，不再只是口头的承诺。

珍惜时间吧，那是在延伸生命的长度；珍惜时间吧，那是为给人类奉献的更多！

主持人：对啊，不经意间，时间正一分一秒地从我们身边流

逝。时间是不等人的。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。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：讲述《聚萤读书》的故事

车胤，生于晋朝，本是富家子弟，后来家道中落，变得一贫如洗。可是，他在逆境中仍能珍惜时间、自强不息。车胤年轻时就很懂事，也能吃苦耐劳。他因为白天要帮别人干活，就想利用晚上的时间多读些书，好好充实自己；然而，他的家境清贫，根本没有闲钱买油点灯，车胤想了很多办法，希望可以解决这个问题，但是都没有成功。

直到一个夏天的晚上，他看见几只萤火虫在夜空里飞舞，点点萤光在黑夜中闪动。他灵机一动，捉来许多萤火虫，把它们放在一个用白夏布缝制的小袋子里，因为白夏布很薄，可以透出萤火虫的光，他把这个布袋子吊起来，就成了一盏“照明灯”。车胤就是靠着这盏“照明灯”在晚上勤奋苦读，最后成为著名的学者。

主持人：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。

讲《鲁迅的故事》

鲁迅12岁在绍兴城“三味书屋”读私塾的时候，父亲正患着重病，两个弟弟年幼，鲁迅不仅经常上当铺，跑药店，还得帮助母亲干家务劳动。有一天，鲁迅在家里帮助妈妈多做了一点事，结果上学迟到了，严厉的寿镜吾老师狠狠地责备了鲁迅一顿。鲁迅挨了训以后，并不因为受了委屈而埋怨老师和家庭，他反而诚恳接受批评，决心做好精确的时间安排，再也不会因为做家务而迟到了。于是，他用小刀在书桌的右下角，正正方方地刻了一个“早”字，用以提醒和鞭策自己

珍惜时间，发愤读书。

讲《爱迪生的故事》

节目三：小品《珍惜时间》

甲：日月如穿梭，光阴快似箭。

乙：切，你又在这拽呢？

甲：拿你来说吧，今年有16了吧？

乙：都17了。

甲：你瞧瞧一晃儿这么大了。

乙：一晃儿？

乙：怎么样？

甲：你就没了。

乙：敢情我一辈子净晃晃了。

甲：这个“晃”，跟刚才讲的“箭”是同一个意思。

乙：形容日月、光阴。

甲：让你自己说，时间快不快？

乙：太快了。

甲：可我们一些同学不珍惜时间，嫌时间用不了。

乙：还有嫌时间多的？

甲：有个同学叫王小虎，老嫌时间过的慢。你看他那劲头，一天到晚两眼老跟挣不开似的，磨磨蹭蹭耗时间。听不见他说话，一说准是这句话。

乙：说什么呢？

甲：“怎么还不下课呀？”

乙：老盼下课啊？

甲：脾气倒是不错，冲谁都笑：“你这儿干吗呐”？

乙：我学习呢，你干什么呢？

甲：“嘻嘻，不知道。”

乙：作业写完了吗？

甲：“嘻——不知道。”

乙：考试及格了吗？

甲：“嘻——不知道。”

乙：这也不知道啊！

甲：“嘻——不知道。”

乙：你这次数学考多少分？

甲：“9分……”

乙：不是不知道啊？

甲：上次考试得10分。

乙：又少1分。

甲：你说，要这样发展下去，你还能毕业吗？

乙：我看，再不珍惜时间，就不能毕业了。

甲：我算了一下，我们能学习的时间太少了。

乙：是吗？

甲：每年两个学期，每学期20个星期。

乙：一年就上280天的学。

甲：去掉周末两天，还剩多少？

乙：一年就上200天的学。

甲：每天睡觉八个小时，三八二十四，有三分之一睡觉了。

乙：那吃饭走路呢？

甲：每天不得四个小时啊。

乙：吃饭睡觉走路又刨去一半，还剩100天了。

甲：这100天也不能全是学习呀！

乙：还干什么呀？

甲：看电视，玩游戏。

乙：就这还玩呢。

甲：玩玩棋，打打球，没事来盘“争上游”。这又得占去一

半时间。

乙：还剩50天了。

甲：上课走走神儿，下课闹闹事儿。

乙：这还不好好学习？

甲：考试前，抓时间，问前桌，问后位。

乙：着急了？

甲：考试还是得了个不及格。

乙：剩下的50天还没有好好学，该得零蛋。

甲：你怎么这么没有同情心。

乙：别算了，你这一学期还不如别的同学一星期哪。

甲：当然这算法有点夸张，可不珍惜时间，再不好好学习，那就会真不能毕业。

乙：时间这笔帐，应该好好算算。

甲：所以希望你这样的好同学，多给我们讲讲珍惜光阴、爱惜时间的道理。

乙：太有责任了。

甲：你的古语知道的多吗？

乙：知道一些。

甲：有一句老话：“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。”

乙：知道，这是说光阴无价。

甲：大诗人苏轼有句成语：“一刻千金”。

乙：对，一刻钟一千两金子。

甲：在珍惜时间方面，还有好多说法。

乙：你给说说。

甲：战士讲：时间就是胜利。

乙：对。

甲：医生说，时间就是生命。

乙：老师呢？

甲：时间就是知识。

乙：要是对我呐？

甲：对你来说，时间就是月份牌。

乙：怎么是月份牌？

甲：撕一张，少一张！

乙：谁都撕一张，少一张。

甲：时间对谁都是一样的。

乙：非常公平的。

甲：可有人要多得点时间。

乙：从哪儿来？

甲：得去挤。

乙：对。

甲：鲁迅讲过：时间，就像海绵里的水，只要愿挤，总是有的。

乙：对，即使是五分钟、十分钟，都应该珍惜。

甲：我们那位王小虎不这么认为。你问他：给你五分钟，你能干什么？

乙：他怎么说？

甲：“五分钟能打一回牌。”

乙：那十分钟呐？

甲：“打两回。”

乙：你不能珍惜这点时间学习学习吗？

甲：“你别逗了，我还学习哪，我基础不好。”

乙：怎么不好？

乙：他一套一套的。

甲：你看见没有，怨天尤人，胸无大志，可他没想到，时间就在他玩儿牌的时候，从他身边一分钟、一分钟地溜走。

乙：一分钟应该珍惜。

甲：是啊，我们同学应该向你学习，好好珍惜时间。

乙：都像王小虎那样，可真有点难办。

乙：对，少壮须努力！

甲：一天能多挤一点时间学习。

乙：就要挤时间学习。

甲：一天找半个小时，写上一篇百字短文。

乙：循序渐进，你会练出秀丽的文笔。

甲：一天抽十分钟时间，读一首唐诗。

乙：那……一年能熟读三百首哇。

甲：一天有五分钟时间背了一个外语单词。

甲：我真想写一首诗来激发我们心中的力量。

乙：咱们俩人一块写。

甲：啊，时间最最宝贵，

乙：啊，时间一晃儿就没。

甲：让时间放出火花，

乙：闪着点亮多么美！

甲：你这是什么词儿呀？

乙：写诗就得合辙押韵。

甲：他这倒都在韵上。再来：要和时间赛跑。

乙：不论谁都得挨个排队。

甲：为着理想谈何辛苦。

乙：吊儿郎当自找受罪。

甲：前进，

乙：快追；

甲：前进，

乙：迈腿。

甲：怎么迈腿也出来了？

乙：不迈腿怎么前进呀！

甲：前进，

乙：迈腿。（乙迈步下场）

甲：快追。（甲迈步下场）

主持人：看完这个小品后，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：讨论谈感受

主持人：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。

节目五：请学生对照自己，写出自己浪费时间的表现及打算如何克服。

主持人：刚才同学们都谈了自己的想法，现在请大家认真想想，在我们平时的生活学习中有没有浪费时间的事呢？现在请大家写出自己浪费时间的表现及打算如何克服，写好后交给你最好的朋友，让她督促你改进。

节目六：互动小游戏

主持人：为了活跃气氛，我们来做2个游戏。

游戏一：你划我猜

- 1、每组游戏由两人合作完成，游戏限定的完成时间为1分钟。
- 2、负责比划的同学只能够使用肢体动作给猜词的同学提示，不可以通过口型或发声来提醒，否则每一次犯规将扣该小组1分。
- 3、猜对一词给该小组加1分，没猜对不扣分，最后，得分最多且用时最少的一组获胜。

选词：

游戏二：萝卜蹲

规则：请5名同学上场，每个人都代表一个萝卜，然后各自选一个萝卜的名称，比如白萝卜、红萝卜、黑萝卜、胡萝卜等，然后给自己设计蹲下时的一个招牌动作。没及时接上或者说错、做错的人淘汰，最后剩下2人获胜。

主持人：同学们，时间赋予我们每个人是非常公平的。不会多给你一分，也不会少给你一秒。珍不珍惜它，抓不抓紧它，就看我们自己。现在我们来交流一下珍惜时间的名言警句。

请问哪位同学知道关于珍惜时间的名人名言，请发表下，让同学们扩展知识面。

人误地一时，地误人一年

一万年太久，只争朝夕。——毛泽东

忘掉今天的人将被明天忘掉。——歌德

合理安排时间，就等于节约时间。——培根

少年易学老难成，一寸光阴不可轻。——朱熹

放弃时间的人，时间也放弃他。——莎士比亚

一年之计在于春，一日之计在于晨。——萧绎

在时间的大钟上，只有两个字——现在。——莎士比亚

把活着的每一天看作生命的最后一天。——海伦·凯勒

勤奋的人是时间的主人，懒惰的人是时间的奴隶——朝鲜

今天应做的事没有做，明天再早也是耽误了。——裴斯泰洛齐

做大事的，眼光应当看到未来，力量需要用于现在。——西德尼

只要我们能善用时间，就永远不愁时间不够用。——德国诗人歌德

盛年不重来，一日难再晨。及时宜自勉，岁月不待人。——陶渊明

普通人只想到如何度过时间，有才能的人设法利用时间。——叔本华

百川东到海，何时复西归？少壮不努力，老大徒伤悲。——
《长歌行》

《昨日歌》昨日兮昨日，昨日何其好！昨日过去了，今日徒烦恼。世人但知悔昨日，不觉今日又过了。水去日日流，花落知多少。万事立业在今日，莫待明朝悔今朝！

《今日歌》今日复今日，今则何其少！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。

节目八：歌曲《真心英雄》

在我心中，曾经有一个梦，要用歌声让你忘了所有的痛。

灿烂星空，谁是真的英雄，平凡的人们给我最多感动。

再没有恨，也没有了痛，但愿人间处处都有爱的影踪。

用我们的歌，换你真心笑容，祝福你的人生从此与众不同。

把握生命里的每一分钟，全力以赴我们心中的梦。

不经历风雨，怎么见彩虹，没有人能随随便便成功。

把握生命里每一次感动，和心爱的朋友热情相拥。

让真心的话，和开心的泪，在你我的心里流动。

啦……把握生命里每一次感动（每一次感动），和心爱的朋友热情相拥（oh相拥）让真心的话，和开心的泪，在你我的心里流动。让真心的话，和开心的泪，在你我的心里流动。

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。下面请班主任对这次班会进行点评。

老师点评

通过今天的活动，我们明白时间是宝贵的，要珍惜时间。珍惜时间，从今天做起。因为昨天已成为过去，明天还未到来，能够把握住的只有“今天”。愿大家珍惜时间，做时间的主人。

11服装班“做时间的主人”主题班会到此结束，希望同学们能从中受到启发，同时感谢各位老师亲临指导，感谢各位同学的密切配合，谢谢！

珍惜时间班会班主任的发言稿篇二

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。

珍惜时间班会班主任的发言稿篇三

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，屈原小时侯不顾长辈的反对，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）

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。

珍惜时间班会班主任的发言稿篇四

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》

故事2讲述《浪费时间的故事》

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。

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！

珍惜时间班会班主任的发言稿篇五

全体学生：时间就是利润。

主持人乙：对于医生来说，时间就是什么？

全体学生：时间就是生命。

主持人甲：同学们，我们体会了一分钟有多长，下面让我们再一起感受一下十秒钟吧！

主持人乙：不仅一分钟极为宝贵，就连一秒钟也是很奇妙的，不信让我们来看看下面这样一组数据。

1、跳水运动员1秒钟可完成整个空中动作过程。

2、20xx年x月26日开始，银行业金融机构联网可以在1秒钟内核查身份证真伪。

3、喷气式飞机每秒（《不忘初心、继续前进》观后感及心得）可飞行500米。

4、现代化车间每秒可生产成千上万个零件。

5、中国小飞人刘翔以12秒88的成绩获得了冠军并打破世界纪录。他与第二名阿诺德的成绩仅差0.02秒珍惜时间主题班会主持词及讲话致辞珍惜时间主题班会主持词及讲话致辞。

1、讲《囊萤照读》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、讲《鲁迅的故事》

3、讲《爱迪生的故事》

（几名同学谈体会）

主持人甲：是啊！这些人因为珍惜了生活中的每一分一秒，才能做到不断的克服困难，成就自己的人生！

主持人乙：下面请欣赏歌曲《童年》，边听边想是谁偷走了我们的时间？同学：懒惰、拖拉、半途而废。

主持人甲：我不要总是要等到睡觉前才知道功课只做了一点

主持人乙：我不要总是要等到考试以后才知道该念的书都没有念

主持人甲：不要让我们在若干年以后无奈的回想自己曾浪费了多么美好的童年。

主持人甲：找1—2名同学。

主持人乙：让我们一起来制定一份时间公约卡。

小组讨论：我们应该怎样珍惜时间？，制定时间公约。（全班朗读）主持人甲：那么这些同学做得对不对呢，请你大胆说出自己的看法。

珍惜时间主题班会主持词及讲话致辞主持词。”

4、张琳每天做完作业都抽出5—10分钟的时间摘录优美句子，现在已经摘录优美句子600句了。

主持人乙：我们不仅要珍惜时间，也要学会合理安排时间。注意每科的比例，把自己的每一秒钟都安排好！除学习外，还要适当安排娱乐、运动时间。