

最新高中珍惜时间班会公众号 珍惜时间 班会教案(精选7篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？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。

高中珍惜时间班会公众号篇一

- 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。

高中珍惜时间班会公众号篇二

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！

高中珍惜时间班会公众号篇三

通过这次班会，教育学生懂得一分钟可以做出许多有价值的事情，并使他们从中得到真切的体会，增强时间观念，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。

- (1) 每位队员收集有关时间的格言、谚语。
- (2) 调查一分钟可做哪些事情。
- (3) 讲故事、读散文的队员事先练习，做好准备。

1、演小品，引出班会主题。（主持人1：小品，一直以来都是我们所青睐的文艺节目，请欣赏小品《明日何其多，作业也明儿再说》）（3分钟）

主持人2：看完动画，你们有什么想法？

（全班同学畅谈看法）（选3个人为宜）（3分钟）

主持人1：朋友们，动画中那位学生的不良习惯在我们身上也曾有过，总以为“明日复明日，明日何其多”。

其实，“少年易学老难成，一寸光阴不可轻”。一分钟，看似微不足道，然而，我们的一生就是用这一个个一分钟组成的。一分钟，又是珍贵的。今天我们班会的主题是“珍贵的一分钟”。

2、亲身感受，畅谈一分钟的价值。（主持人2：既然说一分钟是珍贵的，那么，他又珍贵在何处呢？请大家畅谈一分钟的价值）（5分钟）

主持人1：请大家闭上眼睛，静静地感受一分钟时间的长短。

（全体队员闭目，待闹钟铃响睁开眼。）

主持人2：大家能说出自己一分钟都能干些什么吗？

主持人1：让我们来算一算时间的概念吧（3分钟）

如果一天平均以8节课计算，一节课有一分钟没听讲，一天就要浪费8分钟，一周（五天）共浪费40分钟。一学期按二十周计算，就会浪费 $40 \times 20 = 800$ 分钟。全年就会浪费1600分钟。试问：一辈子又有多少个1600个分钟让我们浪费呢？（如果有迟到的同学，请他们谈谈自己的感受）

主持人2：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。

3、交流珍惜时间的名言（主持人1：有一些名人和伟人看待时间在人生中的价值时，是这样教育我们的——请大家齐声朗读：）（10分钟）（举出黑板：）

主持人2：教育家说时间就是知识，医学家说时间就是生命，工人说时间就是财富，农民说时间就是粮食，就是丰收成果。

主持人1：下面请大家也来交流交流

4、朗诵散文，引起共鸣。

主持人2：朋友们，今天我们都学会了珍惜时间。今后，我们要做时间的主人，跟上时间匆匆的脚步！请听散文《匆匆》。

朗诵散文《匆匆》（3分钟）朗诵者：杨婷

6、同学交流感受（主持人1：请大家交流学习了这节班会的感受）（5分钟）

7、请老师作总结。（主持人2：在班会结束之际，请老师谈谈对此次班会的看法）

8、本次班会到此结束。（主持人1、2一起说：我们宣布本次班会到此结束）

高中珍惜时间班会公众号篇四

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如何珍惜时间的。

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。

高中珍惜时间班会公众号篇五

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！

高中珍惜时间班会公众号篇六

- 1、懂得时间在生活中重要性，感受拖延时间的危害。
- 2、小朋友们能深刻体会时间一去不复返，珍惜时间。
- 3、感受当下生活的美好，不虚度童年的美好时光。

动画视频 教师个人的成长图片（或者班级里植物的成长图片）
计时器一个 时钟一个

（一）导入活动：播放图片（从小时候开始播放）

- 2、播放视频第二部分：第二天的时候胖胖在做什么？
- 3、播放视频第三部分：胖胖为什么没有完成飞机模型呢？

教师：胖胖没有珍惜时间，白白的浪费了两天的时间，最后来不及完成任务了，小朋友们大家吸取胖胖的教训了吗？时间对我们来说非常重要，在一段时间内，我们可以做很多有意义的事情。下面所有小朋友起立，外面排队，我们去洗手，此时，教师偷偷计时。洗完手后，老师告诉大家：“我开始计时喽”，回到教室，教师告诉大家，洗手过程中大家站队

走出/回教室各用了多长时间，如果没有时间提醒，大家就会拖拖拉拉浪费时间，但是我们生活中什么会提醒我们时间呢？我要和大家分享一个故事。

和幼儿分享故事《喜欢中钟表的国王》

认识时钟：教师拿出时钟和小朋友一起认读。

高中珍惜时间班会公众号篇七

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》