

2023年高中生时间管理班会教案(实用6篇)

作为一名教职工，就不得不需要编写教案，编写教案有利于我们科学、合理地支配课堂时间。优秀的教案都具备一些什么特点呢？以下是小编为大家收集的教案范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

高中生时间管理班会教案篇一

班会地点：88班教室

班会主题：森林防火

活动目的：

通过这次主题班会，进一步增强学生的安全意识和自我保护意识；掌握一些自救自护的本领；珍惜生命，健康成长。

活动准备：

- 1、写“安全·生命”主题词；
- 2、确定主持人名单；
- 3、搜集有关安全方面的资料；
- 4、复印新闻资料。

活动过程：

一、导入：

主持人齐：各位同学：玉琳中学88班《校园安全》主题班会

现在开始。

二、听新闻、谈感受：

学生1：我们是祖国的未来。我们爱学习、爱劳动，是生机勃勃的青少年。

学生2：可是，我们却经常听到一些无端横祸向我们学生飞来的噩耗；看到一些触目惊心、惨不忍睹的灾难在我们身边。

学生2：同学们，听了新闻后你最大感觉是什么？问题出在哪里？(指名说)

学生2：下面我们来进行选择题问答。(出示)

1、关于楼梯安全，下面哪些行为是不可取的？

a□上下楼梯时，靠右侧行走。

b□下课的时候和同学坐在楼梯台阶上看课外书。

c□玩上下楼梯游戏

三、关于校园安全(例举一些文明和不文明的现象)。

学生1：请同学们谈谈自己在学校关于安全文明的感受。或者说一说自己因为一些不文明行为而受伤的过程或看到别人受伤的情景，好吗？(晋佳宁同学回答讲述自己受伤经过)

学生2：像下面这些情况，我们班发生过吗？

a□用铅笔或其它尖锐的东西互相打闹。

b□在教室里互相追赶。

学生2：现在轻松十分钟，我们来个安全知识问答。

(1) 同学之间发生小摩擦时，下列处理方法正确的是()

a□原谅同学或报告老师，让老师处理。

b□记恨在心，事后叫人一起教训对方。

c□据情节给予报复。

d□叫家长到学校来教训对方。

(2) 在预防饮食安全方面做的不妥当的是()

a□购买包装食品时，要查看有无生产日期，保质期，生产单位□b□餐具要卫生，要有自己的专用餐具。

c□在外就餐时，选择较为便宜的，无证无照的“路边摊”□d□养成良好的个人卫生。

(3) 乘车时较为安全的行为是()

a□在道路中间拦车

b□上车时争先恐后

c□车辆行驶时，头、手不伸出窗外

d□不乘坐无牌、无证车

(4) 遇到别人打架时()

a□上前围观，给自己认识的人加油、帮忙

b□不管他

c□去劝阻

d□告诉老师

(5)遇到火灾时，拨打()

a□110b□119c□120d□121

(6)在道路上行走时()

a□和同学边走边打闹

b□要走人行道，没有人行道的道路，要靠路边走

c□行走时东张西望，边走边看书或做其他事情

d□为赶时间与机动车辆抢行

判断：

- 1、使用刀具时，互相比划、打闹。
- 2、用湿手触摸电器，用湿布擦试电器。
- 3、用手或金属制品去接触插头底部。
- 4、当不慎摔倒时，身体尽量往前，保护自己的头部。
- 5、用沙子或泥土打仗。
- 6、下雨天，在湿的地面上奔跑。

活动总结：

1、对于我们每个人来说，安全是如此重要，只有在安全和文明这片沃土的培育下，幸福之花才会绽放在你的生命旅程中。希望我们将安全牢记心中，将文明常伴左右。

2、下面，有请我们的班主任张老师做总结，掌声欢迎！班主任总结：同学们这次主题班会开得很有意义，也很成功，从同学们积极投入的表现中，老师足以看出大家对安全问题的关注。希望能通过这次活动进一步增强我们的安全意识和自我保护意识。让安全系着你、我、他；愿我们的生活每天都充满阳光和鲜花！谢谢大家！

附1□20xx年16日17时20分，山西省晋城市阳城县蟒河镇杏林村发生森林火灾，当地立即组织950余人进行扑救。火场植被以灌木为主，有少量油松。国家森防指、国家林业局要求山西省森防指要高度重视，调集足够兵力，尽快将火扑灭；要周密部署，科学指挥，确保扑火人员安全。[2]经1500余人扑救，明火于17日7时全部扑灭，随后转入清理看守阶段。国家森防指、国家林业局要求山西省森防指留有足够人员，分片包干，彻底清理火场，防止复燃。同时，要认真分析近期发生多起森林火灾的原因，加强火源管控，严防发生新的森林火灾。

高中生时间管理班会教案篇二

1、用电安全

随着生活水平的不断提高，生活中用电的地方越来越多了。因此，我们有必要掌握一些基本的用电常识。

1) 认识了解电源总开关，学会在紧急情况下关断电源。

2) 不用湿手触摸电器，不用湿布擦拭电器。

3) 电器使用完毕后应拔掉电源插头。

4) 使用中如发现电器有冒烟、冒火花、发出焦糊的异味等情况，应立即关掉电源开关，停止使用。

5) 发现有人触电要设法及时关断电源；或者用干燥的木棍等物将触电者与带电的电器分开，不要用手直接救人。

2、安全使用煤气

1) 燃气器具在工作时，人不能长时间离开，以防被风吹灭或被锅中溢出的水浇灭，造成煤气大量泄露而发生火。

2) 使用燃气器具(如煤气炉、燃气热水器等)，应充分保证室内的通风，保持足够的氧气，防止煤气中毒。

1、游泳需要经过体格检查。

2、要慎重选择游泳场所。

3、下水前要做准备运动。

5、水下情况不明时，不要跳水。

6、发现有人溺水，不要贸然下水营救，应大声呼唤成年人前来相助。

1、行走时怎样注意交通安全

1) 在道路上行走，要走人行道，没有人行道的道路，要靠路边行走。

2) 集体外出时，要有组织、有秩序地列队行走。

3) 在没有交通民警指挥的路段，要学会避让机动(安全教育教

案)车辆，不与机动车辆争道抢行。

4)穿越马路时，要遵守交通规则，做到“绿灯行，红灯停”。

2、骑自行车要在非机动车道上靠右边行驶，未满十二岁的儿童不准骑自行车上街。

1、要打火警电话119报警，报警时要向消防部门讲清着火的地点，还要讲清什么物品着火，火势怎么样。

2、一旦身受火灾的威胁，千万不要惊慌，要冷静，想办法离开火常

3、逃生时，尽量采取保护措施，如用湿毛巾捂住口鼻、用湿衣物包裹身体。

只要我们处处小心，注意安全，掌握自救、自护的知识，锻炼自己自护自救的能力，机智勇敢的处理遇到的各种异常的情况或危险，就能健康地成长。

高中生时间管理班会教案篇三

【活动对象】高一年级（38）班

【活动时间】20xx年10月25日

【活动目的】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。

【活动准备】

- (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

【活动过程】

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。

注意事项或建议：

（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。

活动效果及后记：

（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。

高中生时间管理班会教案篇四

XXXX年XX月XX日

XX班的学生

实习生xx

1、通过展示大学校园优美环境的图片以及简介大学生活的点点滴滴，激发学生对美好大学生活的向往，从而更加发愤图强，向自己心目中的大学奋进。

2、以一位过来者的身份向学生讲述自己的高三历程，让学生体会到其实高三并不可怕，以一颗平常心去对待就行。

3、与学生分享一下自己在高三时的一些学习方法和经验，希望能带给他们一些学习方法上的指导。

1、美丽的大学校园图片展示(ppt演示)，并解说一下里面的一些美丽景点，借此吸引学生的注意力。

2、大学生活简介，简介的内容包括：学习生活、社团活动、兼职生活等。(注：介绍学习生活以及社团活动，主要是引导学生对大学生活的无限向往；介绍兼职生活，主要是让一些家庭经济状况不太好的学生了解到，在大学中，完全可以自立自强，现阶段没有必要担心考上了大学后没钱交学费或生活费的问题，目前只需要全身心投入到学习中，认真备考。)

3、讲述自身的高三历程。(注：分别从心态和学习方法两方面进行介绍、(1)、心态方面：高三不是悬崖也不是火海，只是进入大学的一个必经之道，不需要畏惧，更不需要逃避，只要摆正心态，脚踏实地，一步一个脚印地去走完这条高三路就行。(2)、学习方法方面：每个星期都会抽出一个晚上的时间静静地回顾一周的所学，然后在一张白纸上默出各个知识点，如果在哪个地方卡住了，就证明自己对这个知识点的掌握还不够，课后回去有针对性地复习。收集错题，对于做错了的题目，一定要弄明白错在哪里，为什么会错，究竟是自己粗心还是知识点掌握不熟，然后在针对自己的不足进行改正。考前重点回归基础知识，在基础牢固的基础上才能飞跃。)

4、学生提问环节

让学生自由提问，提问的内容限制在大学生活以及学习方面。

5、祝福语：燃烧高三激情，彩绘大学梦想！祝愿高三(11)班的全体同学都能考上自己理想的大学。

高中生时间管理班会教案篇五

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。

高中生时间管理班会教案篇六

1. 使学生明白读书的重要意义。
2. 使学生明确什么是好书，懂得只有多读好书才有利于自身的提高和发展。
3. 交流读书方法，畅谈读书感受，激发学生读书的热情。

主持人甲：戏剧大师莎士比亚说过：“书籍是全世界的营养品，生活里没有书籍，就好像没有阳光；智慧里没有书籍，就好像鸟儿没有翅膀。”同学们，由此我们可以想到，读书对我们是何等的重要！

主持人乙：书，能给人知识，书，能净化心灵，书，培育了一代又一代人，然而只有爱读书的人，才能在书中找到智慧

的金钥匙。书籍已经成了我们生活中不可缺少的一部分。今天我们有幸请到了很多同学的'爸爸妈妈一起参加我们的读书主题班会，下面，我宣布三一班《我读书、我快乐、我成长》主题班会现在开始！

1. 主持人甲：书是人类进步的阶梯，从书中我们认识了《白雪公主,知道了《十万个为什么,明白了《钢铁是怎样炼成的》,今天，就让我们与书相约，尽情在书的海洋中遨游，让书香飘满我们的周围！

2. 主持人乙：我们与书相约，其实很多名人更是书的挚友，他们曾写了许多读书名言，你们想听吗?现在请各小组代表说说收集的关于读书的名言警句。

甲：古今中外都有不少名人爱读书的故事，下面有请来给大家进入名人读书故事我来讲环节吧！

3. (讲故事)

4. (讲故事)

5. (讲故事)

6. (推荐好书——带上自己的书，并说说自己的理由)(4名同学)

甲：感谢同学们的精彩推荐。其实，我觉得可以用4个字来概括读书的好处！

乙：哦，哪4个？

甲：“开卷有益”！

乙：世界上有这么多书，到底哪些书才是好书，才适合我们看呢？

甲：是啊，这也是一个值得我们探讨的问题。上周，我们各小队对这个问题作了讨论和交流。现在，就请他们来给我们作一个汇报吧！

乙：有请第一小队。

第一小队：我认为要看适合我们的年龄的书，所以我向大家推荐童话类书籍，如《格林童话》、《安徒生童话》等，这些书会把我们带到神奇的世界，那里有猫和老鼠、有海的女儿、有拇指姑娘……我们小队的同学特别喜欢看这一类书。

甲：有请第二小队。

第二小队：我们觉得有助于学习的书也很适合我们。如《作文大全》、《趣味数学》等。这些书不但有助于我们学习，还有助于开发我们的大脑，提高我们的学习兴趣。

今天，我就出一道数学智力题考考大家。

甲：谢谢你，有请第三小队。

第三小队：我们小队向大家推荐的是《生活中的科学知识》、《趣味科学小实验》这类书籍，看这类书不仅能增长知识，激发我们爱科学、学科学的兴趣，而且还可以亲自动手做一做，培养我们的动手能力。

乙：是的，动脑又动手，看这类书收获挺丰富的。有请第四小队。

第四小队：我们向大家推荐的是《脑筋急转弯》、《幽默故事》这类书，因为这类书能丰富我们的生活，给我们带来乐趣。下面，我就考大家一个脑筋急转弯。

再讲个笑话让大家开心开心吧！

乙：听了这么多，我明白了，“好书”的标准是思想性好，知识性强，趣味性浓，种类丰富，深浅适宜。所以，我们要坚决远离那些思想不健康、语言粗俗、充满暴力的书，以免受到毒害。

甲：是啊，好书才是我们真正的朋友。看来，适合我们读的好书还真不少呢！

甲：成长路上，有好书相伴，我们的步伐将更加稳健！

乙：成长路上，有老师、亲人陪我们共读，我们更是多么快乐和幸福！

合：此时此刻，我们最想说的话是——和好书交朋友，我们最想做的事是——和好书交朋友！

乙：全体起立，朗诵我们的心声《神奇的书》

(全班学生表演诗朗诵)

甲：请大家为我们声情并茂的朗诵鼓掌吧！

乙：自从学校开展“书香校园”读书活动开展以来，涌现了一大批好读书、读好书的同學：他们有的坚持每天课外阅读半小时以上，有的做读书笔记，有的同學阅读兴趣广泛。他们这种乐学、勤学、会学的精神值得我们每个人学习。

甲：经过大家的评选，已选出了班级的读书先进，宣布获奖名单，请梁老师为他们颁奖。

乙：让我们用最热烈的掌声为获奖同學表示祝贺，希望他们再接再厉，在“书香校园”活动中再创佳绩！

8. 评出“班级读书之最”：

“读书最多的人”：孙培樱

“读书最认真的人”：武慧佳

“课外知识最丰富的人”：田雨阳亢嘉仁

“最爱书的人”：王馨艺

甲：同学们，爱书吧！它是人类知识和力量的源泉。

乙：让我们把冰心奶奶的话牢记心间：（课件出示、生齐读）
读书好，好读书，读好书。

甲：虽然今天我们的主题班会开得很短很短。

乙：虽然我们手头和身边的书籍还很有限。

甲：但是，属于我们一生的书，永远也读不完。

合：让我们都来和好书交朋友，

甲：带着一份热情，

乙：带着一个梦想，

甲：带着一份执着，

乙：尽情畅游书海，

合：享受读书的快乐！让好书陪伴我们成长道路上的每一天！

一本书，可以是一个故事，一段人生，一种精神。

正如高尔基说的：“读书，能给我们力量！”所以，老师希望同学们能读爱上读书，并且能读好书。请同学们一起来记住

我们的读书口号吧——好读书，读好书，读书好！