

做时间的主人班会记录表 做时间的主人 教育班会方案设计(精选5篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

做时间的主人班会记录表篇一

教育背景：

时间一去不复返。古代就有“逝者如斯乎，”的感慨。可是，在学生中间浪费时间的现象却很严重。

教育目标：

通过各类形式的活动，让学生明白时间流逝地快，从而明白珍惜时间的道理，并学会合理安排时间。

课前准备：

1. 组织准备小品、朗诵、故事和歌曲等
2. 组织学生搜集有关珍惜时间的名人名言。
3. 搜集从古至今计时工具的资料及图片
4. 准备有关录音，秒表及小测试的材料
5. 黑板报布置

主持人□a黄佳(文娱委员)b汤政杰(同学)

时间安排：45分钟

教育过程：

一. 主持人宣布开始：

b逝者如斯乎……

a吆，还诗兴大发呢？你别瞎胡闹。我们今天是主持中队会。

b逝者如斯乎……

a怎么搞的？大家都等着呢。别胡闹了……

b谁胡闹了？我问你刚才我念的这句话什么意思？

a想考我？不就是说时间像流水一样一去不复返嘛！

b对，那我们的主题是什么？

a时间？喔，我明白了，那就开始吧！

合：南桥中学初二(4)中队“与时间赛跑”主题中队会现在开始。

二. 追溯历史，了解古代计时工具及用法。

a你的手表倒挺好看的，准吗？

b当然！分秒不差。我每天都靠它帮忙掌握时间。

a那你知道古代是怎样计时的？

b这……这我倒不清楚。对了，用香，不是说一柱香的时间吗？

a什么乱七八糟的。同学们，你们知道吗？(同学都摇头)

b你知道？别卖关子了。就告诉大家吧！

*出示图片(1)沙漏(2)日晷介绍计时方法

b真不可思议。古代人真聪明，在流动的沙子和转动的阴影部分时刻提醒人们时间的流失。

a古人在监狱里都知道要珍惜时间学习。可是我们现代却有許多人在浪费时间，有的人还因为浪费时间而丢了工作呢！

b(抢白)有这回事？这我倒要听听，快讲给大家听吧！

*学生讲故事：《考试早在两个小时前开始》

四. 自我解剖，明白浪费时间的可惜。

*小品表演：《吴卫慈的一天》

a你行啊？学校里你看见了，可你怎么知道我在家的表现呢？

b什么？小品中的那个人是我！（下面同学都笑，都说是在演自己）

*同学谈自己的表现和看了小品的感受

五. 测试检查，明白珍惜时间的重要性

a刚才同学自我解剖，太严肃了。我们来点轻松气氛一起来做个小测试，如何？*小测试要求：

限时1分钟，分4个小组做不同的事。

交流一分钟的收获。（放背景音乐《金梭、银梭》）

b没想到短短的一分钟可做的事也挺多的。

a是呀。所以古今中外有许多名人分秒必争，对珍惜时间也有很深刻的认识，留下了许多名言，至今读来仍会受到深刻的启示。

b这个我知道。我国伟大的文学家、思想家和革命家鲁迅就说过“哪里有天才，我只是把别人喝咖啡的时间用在学习上。”

*交流名人名言

六. 珍惜时间，了解利用时间的方法

b没想到我们同学知道那么多有关珍惜时间的名人名言。

a这有什么？我们同学还能朗诵诗歌呢！

b真的？快让我们听听。

*诗朗诵：《满江红》

b不错，不过说起诗歌我也有一首〈明日歌〉想朗诵给大家听。

*朗诵：〈〈明日歌〉〉

（下面有一位同学站起来说：“朗诵有什么了不起，我们还会唱快板呢？”a那好，你们就给我们表演一个吧！

*快板：〈〈一日歌〉〉

*同学谈上了这堂课的感受

七. 班主任讲话，明白珍惜时间的方法。

a我们也听听老师的看法吧

*班主任讲话，送学生歌曲〈〈童年〉〉，引导学生珍惜时间的方法的掌握

八. 主持人宣布结束。

b老师的谆谆教诲我们永远铭记在心的。同学们你们说对吗?(全班都说：“对!”)合：让我们从今天起，珍惜分分每秒，与时间比速度，向时间要效率，做时间的主人。南桥中学初二(4)班主题班会到此结束。

做时间的主人班会记录表篇二

珍惜所拥有的时间，花有重开日，人无再少年。望着天空，刚才还生机勃勃的朝阳，转眼成为了老态龙钟的夕阳让人深感光阴似箭，日月如梭。一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。朋友，珍惜所拥有的时间吧!美国人最喜欢说这样一句话：时间就是金钱。但是，如果你有上亿的资产，你能用它换来一秒钟的时间吗?不能。既然这样，我们何不用自己所拥有的时间去做一些有益的事呢?“莫等闲，白了少年头，空悲切。”作为一名学生，头等大事就是学习。有这样一个谜语：做任何事都需要的一样东西是什么?答案就是时间。没有了时间，就没有了一切!时间对于每个人都是公平的。同样的时间，看你怎么去分配。“时间就像海绵里的水，只要你去挤，总还是有的。”我们何不用有限的时间去学习呢?小时候，我认为时间是无穷无尽的。但对于一个人来说也是这样的吗?如果你能长生不老，可以去做一切的事，但是有这种人吗?曾今一味责怪“度日如年”的我，如今也明白了“光阴似箭”。也感觉到时间的飞逝。我们可以回首过去，但不能回到过去!珍惜

所拥有的时间吧!等你走完了人生之路,在熄灭你人生之火时,你就会明白时间的短暂。但是一切都晚了。黑发不知勤学早,白首方恨读书迟!时间是摸不到,看得到的东西。回想自己在不知不觉中度过了十多个春秋,可又做过些什么事呢?觉悟吧回到现实中去吧!去珍惜所拥有的时间!甲:不经意间,时间正一分一秒地从我们身边流逝。

乙:时间是不等人的。男:想挤出时间不容易,但失去时间却很容易。女: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。合读: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。

节目二:下面请欣赏情景剧:《发呆》和《小忙人》

甲:以上这两位同学的情景想必大家都很熟悉,他们的这些浪费时间的行为都是不可取的,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？

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。

甲：一个人的青春能有几年？莫等白了少年头空悲切。

乙：在这大好的时光中，我们应该珍惜分分每秒，努力学习，而不是把宝贵的时间浪费在一些不必要的事上。

下面请欣赏相声《三句半》反思自己一些浪费时间的不良习惯。

找四位同学上台表演(2分钟)

节目四：相声

班会到此才一段，我们四个台上站。有锣没鼓三句半，添乱！
清早鸡鸣喇叭叫，不去做操睡懒觉。最后还是要起来，懒汉！
打开书包一阵翻，才知作业没做完。偷偷看看班主任，好惨！
英语就像听天书，干脆来把游戏玩。想想开学许的愿，遗憾！
猛然听到音乐响，赶快就往操场跑。伸伸胳膊踢踢腿，好玩！
课间就是我地盘，追打嬉闹叠罗汉。东边吵吵西边闹，大王！
午休更是我天堂，天南地北任我闯。休息看书写作业，笨蛋！
下午上课没精神，课桌正好来做床。昏昏欲睡下课了，好烦！

卫生从来我不搞，扣分与我又无关。到时实在逃不了，帮忙！

一天一天又一天，时间就快打发光。成绩不好表现差，怎么办？

合：希望大家不要象我们四个这样虚度时阴，要做好自己青春的主人！

乙：名人名言伴随着一代又一代青少年成长，我希望刚才同学们说的名人名言也能够成为同

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：

明日歌

(明)文嘉

明日复明日，明日何其多？

我生待明日，万事成蹉跎。

世人苦被明日累，春去秋来至。

朝看水东流，暮看日西坠。

百年明日能几何？请君听我明日歌。

甲：明日复明日，明日何其多。我们唯有珍惜今日，我们的生活才会有意义；

乙：同学们，请你们仔细想一想，难道对于我们这些处于风华正茂的青少年时期而言，读书

甲：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，多看看书籍，努力学习，考虑一下未来。

甲乙：同学们，请珍惜时间吧。

最后，请班主任本次班会。

做时间的主人班会记录表篇三

时间，把握当下。

活动目的：培养学生的时间观念，认识时间的重要性，学会如何去安排时间，在当今教育体制下如何处理学习与课外的关系。

会前准备：1、游戏一个

2、关于珍惜时间的故事两篇

3、视频两个，音乐一首，滴答时钟声mp3

4、乒乓球，箩筐，奖品等

活动形式：做游戏，讲故事，看视频，聆听或合唱音乐

活动地点：七年二班教室

活动成员：七年二班全体同学和班主任两位主持人

主持人：班长团支书

活动过程：

一、开场白

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，同学们,,,,，你告诉我，我们的日子去了，为什么却一去不复返呢？

滴答滴答滴答,,,,(这时刻播放时钟行走的声音)

合：珍惜时间，把握青春，做时间的主人！同学们：今天我们的的主题班会——做时间的主人正式开始！

二、游戏

《投篮入筐》

目的：把握时间与锻炼精准度

规则：放一只箩筐，可用水桶或纸篓等容器代替，另一端放有桌子，桌子与箩筐的距离不低于5米。投篮时每人40个乒乓球，或者其他其他球状代替也行，人站在桌子外，限时30秒

钟，30秒钟看谁投的多，多为胜者，胜者将根据规定获得奖品若干。

实行方式：分abc三个组，每组三人，每一小组代表一个大组。

评比方式：一看团队总分，团队总分为每个成员的总分和二个人总分，分别设第一名第二名第三名各一名。

游戏总结：时间就是效率等道理。

三、讲故事

1. 《爱迪生的故事》

爱迪生常对助手说的话就是：“浪费，最大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”

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！”

2. 《木匠皇帝明熹宗》”

熹宗的父亲光宗在作皇子的时候，一直不受自己父亲神宗皇帝的喜爱。神宗因为不想立他做太子，竟很久都不让他出阁念书，使得这个未来的皇帝差点成了文盲。而光宗处于忧惧之中，也无暇关心自己儿子的学业，所以朱由校竟然是个文盲。光宗即位，大臣们劝他赶紧给太子找个老师读书，他却说着急，过两天再说吧。结果，还没过几天，他就死了，朱由校这个文盲就当上了皇帝。不过皇帝虽然文盲，却有一门鼎鼎大名的好手艺，那就是做木工活儿。要说皇帝在这上头还真有天才。当时工匠们造出来的床都极为笨重，要十几个人才能搬动，还很费原料，样式也极普通。皇上就自己琢磨开了，亲自设计图样，动手锯木钉板，立刻就作出一张新床。这床及其精巧，床架上镂刻着各种花纹，床板还能折叠，便于移动携带。皇帝的新设计一出，连那些老工匠都赞叹不已。“万岁”在这里投入地玩，国家大事是不管的。不过这也不用他管，因为有一个“九千岁”，已经都替他料理了，浪费时间在木匠活上，终究误了治国大事。

四、看视频

播放视频

1. 《我们的生命是有限的希望我们把握时间珍惜时间》
2. 《用梦想驱动人生》

看后谈感受

五、聆听歌曲《隐形的翅膀》

六、主持人小结：

时间是不等人的。想挤出时间不容易，但失去时间却很容易。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。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。它能给勤奋者留下智慧和力量，给懒惰者留下空虚和懊悔。珍惜不珍惜它，抓紧不抓紧它，就看我们自己。在生活中，我们往往不珍惜一分钟，觉得那是微乎其微，微不足道的，于是无情地耗费着生命。其实，只要把握好生命的每一分钟，也就把握了理想的人生。每分钟过得精彩，一生才会灿烂。

七、班会结束

八、班会后反思

做时间的主人班会记录表篇四

一、班会课目的：

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。并且从交流讨论中找到属于自己一套的提高时间利用效率的方法。

二、班会课重点：

让同学们认识带时间是相当宝贵的，我们要充分地利用时间，做时间的主人，让同学们相信只要我们珍惜时间，讲究学习效率，我们一定能够取得更好的成绩。

三、班会课准备：

1、每位同学准备一张长纸条，收集有关珍惜时间的方法；

2、请四位同学准备表演一段三句半；

3、另外请一位同学准备关于时间的不良习惯以及针对这些习惯应该我们如何改正，同学们分享自己最喜欢的.一句关于珍惜时间的名言。

四、班会课时间：待定

五、班会课形式：游戏、表演、讨论交流

六、班会课步骤：

第一环节：关于时间的游戏(15分钟)

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，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。

第四个问题：请问一天24小时你会如何分配?

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。

第五个问题:比比看。

请用左手拿起剩下的1/3,用右手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。

第六个问题: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!

第七个问题:请问你现在有何感想?

第八个问题:请问你会如何看待你的未来?

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。

第二环节:通过欣赏三句半《虚度光阴》反思自己一些浪费时间的不良习惯。

找四位同学上台表演(2分钟)

教师:同学们平时是不是也经常会出现这些现象呢,在课堂上发呆走神或者干其他事,时间就是在你发呆或者睡觉的时候不知不觉中溜走。一些不良的小习惯也会浪费时间,例如上课要做英语听力时候,录音开始了,可有的同学花两分钟还找不到英语周报,还没有看完题目听力开始了,这样听力

还怎么提高上去，特别是上课的时候，发呆或者忙着找东西，不仅浪费了时间，还错过了听讲，多可惜呀。事情不是要等到东风来了才能做，刚好相反，在东风来之前你必须先使万事皆备。如果你总是想等东风来了才要开始准备做事，那已经来不及了。

同学们讨论：平时还有哪些浪费时间的不良习惯，下面请某某同学为我们介绍这些不良习惯以及针对这些习惯我们应该如何改正。

第三个环节：讨论交流(10分钟)

要成为时间的主人我们应该怎么做呢？下面请同学们说说自己的意见，我们应该如何做时间的主人，珍惜时间，更加合理充分地利用时间。

同学们自由发言，谈谈自己是怎么做时间的主人的。

同学们推荐自己珍惜时间的方法：

1. 早睡早起，早上不赖床。中午小睡片刻，提高午后读书效率。
2. 上课认真听课，复习的时候就不用再花太多时间。
3. 合理安排自己做作业的时间表，留多点时间加强自己的薄弱学科。
4. 今天该做的时间不要留在明天。
5. 及时复习，做到温故知新。
6. 睡前再浏览一下重点。
7. 少玩些网络的游戏，少聊些天。

8. 假期不要只顾着玩，每天都要安排一些时间用在学习上。
9. 晚上睡觉前先把书包整理好，将明天应该做的事项列出，并按其重要性依序排列。
10. 候车、塞车的时间，可以用来背诵英文或其他背诵课程。
11. 学习发生困难，请教老师或同学，以免自己苦思耗时。
12. 每样东西都有固定的位置，不必浪费找东西的时间。
13. 可影印的资料就不要抄录
14. 将一些繁杂琐事积在一起，每一个月抽出时间，集中处理。
15. 和朋友见面或讲电话时，应先决定终止的时间，长话短说。
16. 效率低落时，转换气氛。
17. 善用文具、工具，如：萤光笔(区分课本重点)、录音机、录放影机、电脑、电子词典等。
18. 做杂事时可以一面听广播或录音带，多方搜集资讯。
19. 书、报、杂志做选择性的阅读。
20. 不断问自己：现在做什么最好。

第四环节：同学们朗诵自己最喜欢的关于珍惜时间的名言警句
(10分钟)

教师总结：

做时间的主人班会记录表篇五

活动目的：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。活动重点和难点：让学生明白为什么要珍惜时间，如何去珍惜时间。

活动准备：

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。活动过程：一：宣布活动开始：

主持甲：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主题班会，请时光老人一起来参加好吗？

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，静听嘀哒声，一分钟后再喊“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!

用一分钟时间算口算，并统计，得出大概的平均数。)

时间就是什么?生(齐答): 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:

(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。)

主持甲: 对于工人来说，时间就是什么?生(齐答): 时间就是产品。

主持乙: 对于农民来说，时间就是什么?生(齐答): 时间就是粮食。

主持甲: 对于军人来说，时间就是什么?生(齐答): 时间就是胜利。

主持乙: 对于企业家来说，时间就是什么?生(齐答): 时间就是利润。

主持甲: 对于医生来说，时间就是什么?生(齐答): 时间就是生命。

时间就等于延长生命。现在我们来做个和时间赛跑的游戏。

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，让我们来看看名人是如何珍惜时间的。同学一：讲爱迪生珍惜时间的故事。

同学二：讲《鲁迅先生惜时如命》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。同学一：时间抓起来就是金子，抓不住就像流水。（欧洲谚语）

同学二：一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。寸金失了有寻处，光阴失了无处寻。同学三：

少壮不努力，老大徒悲伤。

同学四：时间就是生命，无端的空耗别人的时间，其实是无异于谋财害命。（鲁迅）同学五：

时间就像海绵里的水，只要挤，总还是有的。,,,

惜时间。珍惜时间，从今天做起。珍惜时间，最重要的是着眼于“今天”。主持甲：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。三：宣誓倡议：

主持人乙：全体同学，你们好！

为了使们合理利用时间，珍惜时间，做时间的主人，特提出倡议如下：

一、每节课前做好准备。

二、每节课都能不犯困，不走神，专心听讲。

三、独立完成作业，不磨蹭。

四、放学站队做到快静齐

五、按时休息，早起早睡，不懒床。

以上几条，希望同学们能在落笔签字的那一刻就做到。

主持人甲：同学们，能做到以上要求吗？主持人乙：现在请同学们郑重承诺并签字。主持人甲：现在有请我们的班主任作总结，掌声欢迎。

四、班主任总结

首先很感谢主持人、时光老人以及为这次主题班会的准备付出了辛勤的劳动同学们！本次班会同学们都表现得很积极，主动，能大胆地畅谈自己看法，珍惜时间就是珍惜生命，珍惜时间是一种好的行为习惯。我们应该学会做时间的主人，紧紧抓住时间。抓紧时间就是要充分利用时间，上课、做作业都要高度集中注意力，排除干扰。同学们，通过今天的活动，相信大家都觉得不应浪费时间，以后上课更加认真地听讲了，作业也能及时做按时交，利用课余时间还能看一些有益的课外书，希望大家都在抓紧每分每秒，让我们所有的人都学会珍惜时间，都能做时间的主人。抓紧时间还要善于抓住今天。