

# 珍惜时间班会活动方案(实用9篇)

方案可以帮助我们规划未来的发展方向，明确目标的具体内容和实现路径。通过制定方案，我们可以有计划地推进工作，逐步实现目标，提高工作效率和质量。接下来小编就给大家介绍一下方案应该怎么去写，我们一起来了解一下吧。

## 珍惜时间班会活动方案篇一

- 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。）

（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，时光老人的慈祥和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。

## 珍惜时间班会活动方案篇二

大家早上好，我演讲的主题：珍惜青春

青春是生命中最美好的时光。青春因为拥有无数个美丽的梦幻而变得光芒四射！青春是颗不老的心，是天真激荡的'魂灵，是人生快乐的真谛，青春是团结向上，朝气蓬勃，积极进取，美和力量的象征！在人生的十字路口，它作为人生旅途中的重要标志，导航着命运的前程。

青春是美好而短暂的，人们对于拥有的东西，往往是在拥有的时候不去珍惜，而失去时才发现其价值！

珍惜青春，就要学会承受。承受困难和挫折，包容与压力、义务和责任。

珍惜青春，就要学会吃苦。青春是人生中最需要奋斗的阶段，尽管需要付出艰辛。

珍惜青春，就要坚持追寻，一个停止了追求的青年，注定是一个失败的人，只能在无聊和寂静中湮没。

珍惜青春，贵在由崇高的理想和执著的追求，乐于助人，乐于奉献。在挫折中完善，在奋进中成熟，在工作岗位上闪光！

珍惜青春，就要心胸宽广，困难时不要怨天尤人，妄自菲薄，顺利时也不要沾沾自喜，忘乎所以！要记住，美丽的容颜只是青春的剪影，美德和修养却贯穿生命的始终。青春似流水，悔恨白了头。人生的路是漫长了，它不象平坦的柏油路，那样笔直，也不象一潭湖水那样宁静，各式各样的困难、挫折、失败、委屈……随时都会向我们挑战。

珍惜青春，把握自己，塑造人生，勤奋和毅力是成功的基石。不断的探索、实践、追求、超越、必将赢得一个美妙的青春，精彩的人生！

我的演讲到此结束，谢谢大家。

## **珍惜时间班会活动方案篇三**

1、通过此次班会的召开，使学生清楚地认识到人的生命只有一次，我们要珍爱自己的生命。

2、教育学生珍惜生命，热爱生活，正确面对困难和挫折，努力实现自身价值。

背景分析：

现在的一些小学生对自己、对家庭、对他人、对集体、对社会的责任意识逐渐淡漠。对自己没有责任，得过且过，不思进取；对家庭没有责任，一味索取，淡薄孝心；对他人没有责任，敷衍了事，淡漠诚信；对集体没有责任，张扬个性，不讲原则；对社会没有责任，迁怒抱怨，不求奉献。他们为人处世的准则就是以自我为中心，对别人漠不关心。可见，当今的小学生责任意识已经呈现弱化的倾向。对这样一些在呵护声，赞美声，顺从声长大的孩子进行“珍爱生命”的教育是有必要的，使他们懂得生命，珍爱生命，学会感恩，对自己负责。

设计理念：

生命是何等的可贵，它就像那喷泉一样，是那样的多姿多彩；它就像傍晚的晚霞一样，是那么的美好；它就像二月的鲜花一样，是那么的美丽却短暂。人的生命只有一次，所以我们必须珍惜它，必须珍惜你所拥有的美好时光，我们要学会生存，珍爱生命，让我们在灿烂的阳光沐浴一方平安，健康成长，愉快生活，让生命的一泓清泉，永流不息。同时要以积极、乐观的心态对待困难和挫折，做个珍惜生命、热爱生活、努力实现自身价值的人。基于这种理念，我设计了《“珍爱生命”》主题班会。

活动内容：

- 1、 感悟生命
- 2、 珍爱生命
- 3、 感恩生命
- 4、 承诺生命

活动形式：

1、 谈话交流

2、 讨论交流

3、 情景剧

活动过程：

一、 导入

师：请同学们开动脑筋，用“生”字组词，比一比看谁组的多。

生：生活，生命，生病，生机勃勃，生龙活虎……

师：“生”在字典离得解释是“活着，活着的”，例如：生命。看来“生”字也代表着希望，代表着积极向上的力量。

二、感悟生命

失落的花季

(1)成都市一个13岁少年因与父母就学习问题发生争执纵身跳下了7楼，结束了生命。

(2)16岁学生陈某用亲人给的压岁钱长时间打电子游戏。当晚，在家人对其教育时，陈某进入家中卫生间，久久不出。家人发现情况不妙，冲入卫生间发现陈某已用两条毛巾将自己吊死在水管上。

(3)河南一高叁考生，高考成绩估分不理想，竟在家自杀，而高考成绩揭榜时，她的高考总分超过本科分数线33分。

师：同学们，看完上述材料，大家是什么样的心情？



课件：当同学们在教室读书时，你却结束了自己年轻的生命。

当同学们在-----时，你却结束了自己年轻的生命。

当父母看到全家人的相片时，你却结束了自己年轻的生命。

当父母-----时，你却结束了自己年轻的生命。

师：此时此刻你的心情怎样？

采访几个同学……

危及生命的事件：

- 1、学生表演跨越护栏
- 2、全班交流讨论：如果你遇到了这种情况该怎么办？
- 3、镜头回放
- 4、我们身边还有哪些危及生命的事情？

师、让更多的人都意识到生命的重要性，都懂得珍惜生命，自我保护。只有这样，我们的社会才能减少悲剧的发生。珍爱生命，对我负责。

叁、珍爱生命

请同学为大家介绍：

甲：美国盲聋女作家和残障教育家海伦·凯勒，1880年出生于亚拉巴马州北部一个叫塔斯喀姆比亚的城镇。她在一岁半的时候因为一次猩红热夺去了她的视力和听力，接着，她又丧失了语言表达能力。然而就在这黑暗而又寂寞的世界里，她借着她的导师安妮·沙利文的努力，使她学会读书和说话，并

开始和其他人沟通。成为一个学识渊博，掌握英、法、德、拉丁、希腊五种文字的著名作家和教育家。

乙：张海迪5岁的时候，因患脊髓血管瘤造成高位截瘫，但她身残志坚，勤奋学习，热心助人，被誉为“当代保尔”。

甲：古今中外一切杰出人物，没有一个是一帆风顺走向成功的。在失败和不幸面前，他们无不选择了与逆境抗争，最终迎得了命运的青睐，取得了成功。

乙：同学们正当青春年华，在今后的人生之路上肯定会遇到一些挫折。希望大家学会在挫折中奋起，在挫折中走向成功。只要你不失去对美好事物的追求并坚持奋斗，命运必将回报给你以幸福的微笑。

#### 四、感恩生命

师：生命是一种美丽，要学会欣赏；生命是一种善良，要学会感恩；生命是一种关爱，要学会在乎；生命是一种责任，要学会履行。

##### 1、雷锋的事迹

2、我们身边就有把生命当成一种责任的同学。

情景剧：1、帮助本班学习有困难的同学

2、帮助骨折的同学张新宁交作业，打饭，是橡皮，收拾书包……

有解说。

a.对父母心存感恩，因为他们给予我生命，让我健康成长，他们的一次次牵扶下，让我自信的放飞理想。

b.对师长心存感恩，因为他们给了我教诲，让我抛开无知，懂得思考，在学习的历程中实现自我。

a.对兄弟姐妹心存感恩，因为他们让我在这尘世间不再孤单，让我知道有人可以和我血脉相连。

b.对朋友心存感恩，因为他们给了我友爱，让我在孤寂无助时倾诉、依赖，看到希望和阳光。

a.感谢曾帮助过我的人，他们用暖暖的心灯让我发现生命是如此丰富而厚有。

b.感谢肯接受我帮助的人，他们用淡淡的柔弱让我把这份善良延续。

## 五、承诺生命

珍爱生命，对我负责就是-----

## 珍惜时间班会活动方案篇四

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。

2020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。

## 珍惜时间班会活动方案篇五

【活动对象】 高一年级（38）班

【活动时间】 4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（中间部分刚好每两份一份代表生命中的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。

## **珍惜时间班会活动方案篇六**

1、培养学生珍惜时间的好习惯



2、认识到珍惜时间的重要性，能好好抓住机会，认真学习，为以后学习做好准备。

1、诗朗诵

2、讲故事

3、情景短剧

4、谈感受

高一文科班教室

1、布置教室，在黑板上写出主题

2、提前一周收集关于《珍惜时间》的故事

4、排练短剧

张俊辉（甲）朱昱昱（乙）

甲：时间可以说是一切事物的主宰。正是时间的存在使地球上的每一个角落有了白天黑夜。让人们不断地经历春夏秋冬、花开花谢，太阳的东升西落————时间规定了地球旋转一周是24小时，时间设计了春，夏，秋，冬的到来与结束。

乙：虽然时间控制了万物是生命周期，但在这有限的时间里，万事万物有各自的生活方式，其中的共同点就是努力将自己的特点——展现，让自己在短暂的生命旅程中放出更加灿烂的光芒，这也就是生命的意义。我们也是如此，人的平均寿命在七十左右，怎样才能把握这有限的生命，去做更多有意的事情呢？答案只有一个，就是珍惜时间。

合：主题班会《珍惜时间》现在开始

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，请宋振华为我们朗诵诗歌《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：讲故事

故事1讲述《爱迪生的故事》

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。

甲：一个人的青春能有几年？莫等闲，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

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。

老师点评

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，多看看书藉，努力学习，考虑一下未来。

合：同学们，请珍惜时间吧！

甲：这次班会课到此结束，谢谢！

## **珍惜时间班会活动方案篇七**

活动目的：学习校园安全知识，认识安全的重要性，对学生  
进行安全教育，防患于未然。

活动过程：

## 一、导入班会

青少年是祖国的花朵，是祖国的未来，你们的安全倍受家人、老师的关注。“同学们，下课不要拥挤，不要追逐打闹”这是老师每天都要对你们说的话。《珍惜生命 安全第一》主题班会现在开始。

## 二、学校安全事故案例

### 1. 列举校园安全案例，敲响安全警示钟

学校是我们学习知识，获得本领的地方，但是由于同学们的一些不当行为，往往会酿造出一起起我们不愿发生的安全事故。下面同学们去看看发生校园里的几起安全事故吧！（学生汇报收集的资料）

案例一： 10月25日晚，四川省巴中市通江县广纳镇小学四年级至六年级寄宿制学生晚自习结束后，在下楼梯时发生拥挤踩踏事故，造成8名学生死亡，45名学生受伤。

案例二： 11月8日，某小学三年级学生李某午饭后来到学校教学楼三楼走廊上玩耍，他右脚跨在走廊栏杆上，不慎失手坠落至一楼，因头部严重受伤，经抢救无效死亡。

案例三：某校六年(4)班的一位男同学，在体育课的短跑练习中，由于动作不规范，被自己的脚绊倒在地上，右肩着地，造成右肩粉碎性骨折，要植入钢板固定骨头，目前正在康复中。

案例四：在一节早读课前，某校的一名女同学，因与一名男同学发生口角，一怒之下，拿起圆珠笔往男同学的手臂插去，导致男同学的手臂被插伤。

### 2. 结合案例，谈谈你有什么启示

师：结合以上四个案例，谈谈你有什么启示

## 二、学习安全知识

1、日常行为安全：不携带刀具、火种或其它危险品进入校园；严禁勾引校外人员来校滋事、打架；不进网吧、游戏室、歌舞厅等娱乐场所；不在楼梯、走廊上追逐打闹、推撞；上下楼梯靠右行，不拥挤、不抢行；严禁攀爬围墙、栏杆及大树。

2、体育课安全：上体育课时，要有防范意识，不随意投掷器材。

3、集体活动安全：班级、年级、学校组织的户外活动，要严格遵守活动纪律，听从老师的指挥，身体有不舒服的要及时告知老师或身边的同学。

4、心理健康安全：心理上出现问题可采取适当方法加以排解，如可找老师、家长、学生、朋友等倾诉。

5、板书出示：安全顺口溜：

上课小腿莫伸长，走道狭窄不疯狂，

上下楼梯靠右走，危险游戏一扫光。

同学之间有磨擦，宽容谦让是良方，

## 三、矛盾处理

同学之间发生摩擦怎么办

有人拉你去打架怎么办

有人拉你去偷盗怎么办

你看到有同学吸烟、喝酒怎么办

四、发生意外时的自我保护

五、班会尾声

《热爱生命》

爱护花坛里的花草体验绿的和谐

帮助摔倒的同学体验心灵的沟通

照顾受伤的小鸟体验爱的. 温暖

挽扶盲人的手臂体验情的愉悦

生活的天地这样辽阔

生活的快乐这样有趣

保护自己让生活更自由

文明安全让生活更美丽

热爱生命 让我们更快乐地生活

五、班主任总结：

同学们，这次班会开得非常成功。通过这次班会，我们学到了许多安全知识，生命是美好的，生活是多姿多彩的，而要拥有这一切的前提是安全。我们一定要时刻加强安全意识，努力增强自我防范能力，珍爱自己的生命。同学们，让我们携起手来，共同创建一个安全、文明、和谐的校园吧！

# 珍惜时间班会活动方案篇八

高一年级（38）班

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。

## 珍惜时间班会活动方案篇九

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)