

节水节粮节电班会总结与反思(汇总7篇)

总结是对过去一定时期的工作、学习或思想情况进行回顾、分析，并做出客观评价的书面材料，它有助于我们寻找工作和事物发展的规律，从而掌握并运用这些规律，是时候写一份总结了。什么样的总结才是有效的呢？这里给大家分享一些最新的总结书范文，方便大家学习。

节水节粮节电班会总结与反思篇一

三月，微风拂面，细雨如丝，小树抽出了新的枝芽，小草探出了脑袋，花儿也绽开了五彩的笑脸，你们是否闻到了春的气息？再看看我们生活中的水源、粮食、电源，毋庸置疑，这些都是地球母亲给予我们无言的爱。滴水之恩当涌泉相报，那么我们也以无言的行动去报答她吧。

我坐在一间屋子里，正在写作业，窗外的鸟儿不知是在津津乐道些什么，还是在叫我出去玩。终于写完了，我走到门口，看到一片又一片的田地，可能是因为农民伯伯们都收割完稻子了吧。我伸了一个懒腰，把疲倦统统赶跑，舒服极了，真是如鱼得水。我出去找朋友玩去，看到地下，都是泥路，前方都是望而生畏的高山、悬崖峭壁，看上去十分威武，犹如精神抖擞的士兵，可我还是觉得缺少了什么，经过冥思苦想，原来到处都少了那苍翠欲滴的大叔，看样子我是在一个农村。我一直往前走，希望能找到一些同龄的伙伴们玩耍，走啊走，我终于看见了几个小朋友，我喜出望外，可又一下子大惊失色，他们好像在争执着什么，走近一看，他们个个面黄肌瘦，只见一个高一点的男孩，手里高高地举着一根红薯，比他矮的孩子都在努力抢，手伸得再高，也无济于事，当那个高个子看到我的时候，惊慌失措地跑开了，可能因为我的身高与他的差不多，怕我跟他抢吧。我走近了那几个小朋友，他们并不像城里的孩子一样活蹦乱跳，我问明了原因之后才明白原来他们已有一个星期没吃饭了，都不想去与食物无关的

事情。一整个下午，我都坐在那石堆上，若有所思。

直至晚霞亲吻着夕阳的时候，我才回到那屋子里，我本以为能回去饱餐一顿，可一场欢喜一场空，这个村子没有电，吃饭都只能摸着黑吃。今天那几个孩子也在这，一个大人拿来了窝头，很少所以孩子们都毫不客气地抢着，我想找点水喝，谁知这里又闹干旱，想找到水也是天方夜谭。那个大人向邻居借来了蜡烛点燃了，谁知被正在争执的孩子们撞倒在地，烧到可燃物品都没人发现，它越来越猛，没有水人们也无能为力，只能任凭它在为所欲为，谁知大风也来“为虎作伥”。一根蜡烛，本以为能给带来光明与快乐，却成为了破坏家园的罪魁祸首。人们哭得悲伤欲绝、肝肠寸断！

我突然惊醒过来，出了一身汗，原来这只是个梦。不过，如果我们人类继续浪费这些资源的话，那么这不再是梦，而成为现实了，到时地球母亲也“心有余而力不足”了。

地球母亲已经够慷慨的了，即使我们不为她想，也为自己和我们的后代着想。大家都说：“水是生命之源，”“民以食为天”，“人是铁饭是钢。”当然，电对我们来说也无处不在，没有电，也会给生活带来诸多不便。

此时此刻，我想说的是：“执迷不悟的人类，你们要记住，为了自己，保护地球，刻不容缓！到时，天会更蓝，草会更绿，水会更清，我们的笑脸会更灿烂！

节水节粮节电班会总结与反思篇二

今年春节时，我国南方地区遭受了暴风雪的侵袭。许多地方断电、断水、许多群众没有饭吃，没有食物。滞留在各地的群众只能靠社会各地的捐赠来维持生活。所以我们要行动起来。节约水、电、粮。

节水

第一，刷牙、洗澡的时候不要连续开水；第二，拿一个装满水的塑料瓶，放在马桶的水箱里，这样每次冲水就能节约一个水瓶的水；第三，衣物要集中洗，小件、少量衣物最好手洗，洗涤剂过量投放将会浪费大量水；第四，淘米水洗菜，再用清水清洗，不仅节约了水，还有效地清除了蔬菜上的残存农药；第五，浇花，最好用淘米水、茶水、洗衣水等。

节电

第一，电视音量调小点；第二，灯、电热毯、电暖炉、空调等不要开一个晚上；第三，电视、电热水器不要整天都在待机状态下，又容易坏又浪费电；第四，冰箱在关闭门的时候要扣紧，免得漏冷气；第五，食物应该先冷却降温再放入冰箱，电冰箱不要塞满食物，储藏量以八分满为宜，以免阻碍冷气流通，避免负荷过重。

节粮

第一，做饭的时候要根据家人的食量和人数适量放米；第二，盛饭的时候根据自己的食量盛，不要浪费；第三，不要挑食，所有食物都要吃；第四，吃自助餐时能吃多少拿多少，不要浪费；第五，在和朋友聚餐时，点菜要尽量满足朋友们的口味，这样可以避免点的菜因没人吃而造成浪费。

节水节粮节电班会总结与反思篇三

- 1、练习手膝着地向前、向后爬过不同的障碍物，发展肢体的平衡能力。
- 2、萌发不怕困难的勇敢品质，并体验到游戏的乐趣。
- 3、体验人多力量大，同伴间应该相互合作的'情感。
- 4、初步培养幼儿体育活动的兴趣。

2、场地设置：拱桥一座；小路两条；事先贴好蓝色的座位线

3、背景音乐：我爱洗澡；蚂蚁搬豆；虫虫飞

一、准备部分

热身运动(背景音乐：我爱洗澡)

二、基本部分

1、配合儿歌练习抬头爬的动作

(1) 导入：

师：“哎呀！可真累啊，咱们坐下来休息会儿吧，请宝宝们在蓝色的线上坐坐好，蚂蚁宝宝渐渐长大了，必须要学会很多运粮食的本领，今天先跟妈妈学习运粮食的第一个本领抬头爬，看看妈妈是怎么做的”。

(2) 教师配合儿歌示范动作：抬头爬

师：“小手小手往前爬，小腿小腿往前爬，小头小头抬起来，粮食粮食不掉下来”。

(3) 幼儿集体练习动作

师：“宝宝们，妈妈说要把头怎样啊？(抬起来)对了，要把小头抬起来，这样粮食才不会从筐里跑出来，我们一起试试看，妈妈要看哪个宝宝最能干，小头抬的高高的。

2、创设游戏情境，学习运送粮食的动作

(1) 引导幼儿说出不同颜色的粮食放在同种颜色的筐子里

师：“看看，筐子有红色、黄色、蓝色的。红色的粮食放在

红色的筐子里，黄色的粮食放在黄色的筐子里，蓝色的粮食放在蓝色的筐子里。”（教师出示三种不同颜色的粮食）

(2) 教师配合儿歌示范动作：倒粮食

(3) 幼儿集体练习动作1—2次

3、游戏：小蚂蚁运粮食(背景音乐：蚂蚁搬豆)

(2) 路遇“大甲虫”，蚂蚁宝宝练习往后爬，一起战胜“大甲虫”。

(3) 评价幼儿运的粮食，及时纠正颜色配对

4、幼儿练习爬过有坡度的小桥

(1) 部分幼儿爬有坡度的拱桥，并发现问题，往下爬时粮食就会掉下来。

(2) 师幼共同解决问题，往下爬时可以往后退或身体侧着爬。

师：“小蚂蚁们又遇到了什么困难呢?(往下爬时粮食都从筐里跑出来了)想想看，往下爬时有什么好办法能让粮食不掉下来?(往后退着下来或身体侧着爬)”个别幼儿示范。

师：“蚂蚁宝宝真勇敢，我们一起为他们鼓鼓掌，我们也来试试吧!”

(3) 幼儿集体练习过小桥。

5、游戏：小蚂蚁运粮食回家(背景音乐：蚂蚁搬豆)

三、放松活动(背景音乐：虫虫飞)

这是小班的一节体育课，我们就想从体育活动的实施原则角

度来说说这次活动。

1、关注幼儿的年龄特点。小班幼儿在练习“手膝着地向前爬、往后爬”这一动作时枯燥且无趣味，那么如何根据小班幼儿体育活动的特点，采取正确的方法，培养幼儿参与体育活动的兴趣，有效地开展体育教学呢？为了解决这一问题，我们设计了“拟人化”的“小蚂蚁运粮”教学情境，构思了有趣的游戏情节，蚂蚁宝宝跟着蚂蚁妈妈出门玩、在草丛里发现了粮食，以及把粮食运回家的路上遇到的种种困难，如：遇到打雷下雨的天气、遇到大甲虫等一系列紧张有趣情节的故事设计。将动作练习融入到情境教学中，在趣味的情境中，“蚂蚁宝宝”时而兴奋、时而紧张、时而又欢呼雀跃，积极愉快地完成了一系列的运动锻炼要求。“蚂蚁宝宝”们无论是跟妈妈学本领，还是自己练习，再到“实战”热情都很高，始终都在愉悦的氛围里进行身体锻炼，获得了爬行能力的发展。不仅如此，孩子们针对老师运粮食过程中可能遇到的难题进行自我探索和尝试，找出过小桥下坡时不让粮食掉下来的方法，充分表现出孩子的主体性。本活动中很好地遵循了主体性原则。

2、贴近幼儿的“最近发展区”。活动目标的制定、内容的选择都考虑略高于小班幼儿的爬行水平，教师借助小蚂蚁运粮食的情节，生动的角色扮演有效地将整个活动的不同游戏情节串连起来。教学过程循序渐进、层层深入。活动的基本部分分为三个部分。第一部分，“蚂蚁宝宝”跟着“妈妈”练习抬头爬的本领，为后来“蚂蚁宝宝”在运粮食过程中不让粮食从筐里掉下来做好铺垫。第二部分，“蚂蚁宝宝”肚子饿了，跟着“妈妈”到草丛里找食物吃，鱼贯式地跟着“妈妈”在平地上爬行，遇到了“打雷下雨”情节促使“蚂蚁宝宝”要快速爬行，遇到了大甲虫情节促使“蚂蚁宝宝”要往后退着爬，为后面运粮食过小桥下坡退着往后爬做好铺垫。第三部分，“蚂蚁宝宝”运粮食“回家”要“走小路”“过小桥”，过小桥下坡时粮食会从身后的筐里掉下来，“蚂蚁妈妈”积极鼓励“蚂蚁宝宝”针对遇到的难题进行自我探索

和尝试，想出过小桥下坡时不让粮食从筐里掉下来的好方法，可以退着往后爬或者侧着身体爬下来。每一部分都提出不同动作要求并以不同的游戏情境来完成任务，这样既避免了重复练习动作的枯燥乏味，同时又使活动的难度层层递进，恰切地寻找到孩子爬行能力的“最近发展区”，促进幼儿爬行能力的发展。这很好地体现了体育活动的发展性原则。

3、多元教育价值的有机整合。孩子年龄越小，他们的运动技能差异会越大，能力较弱的幼儿会在体育活动中表现出胆怯，不敢尝试。在整个活动中，教师不仅关注运动技能的提高，还重视参与体育活动的兴趣提高和意志品质的培养，整合了知情意行多方面的发展。并关注幼儿的能力差异，在活动开展过程中，进行个别具体的指导。不仅如此，我们可以看到，教师要求孩子把粮食运回家后，要分色存放，这里也自然渗透了科学领域的颜色分类的目标。另外，教师每教授幼儿一个动作要领，都自编了一个短小的儿歌，朗朗上口，易于记忆，帮助幼儿记牢动作要领，是最好的幼儿行动的“伴奏”。因而，这个活动还体现着体育活动的整合性原则。

节水节粮节电班会总结与反思篇四

早上好！今天我国旗下演讲的题目是：《节水节电节粮，从点滴做起》。

曾几何时，“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”的诗句常在耳边回响；曾几何时，“一粥一饭，当思来之不易；一丝一缕，恒念物力维艰”的古训仍在心头萦绕；曾几何时，掷地有声的一句话：“浪费是极大的犯罪”，指引着几代人艰苦创业、自力更生。

1、从节约一滴水，一度电开始，重树勤俭节约的美德。

2、用水避免长流水，用电避免昼夜灯。

3、尽量少用大功率电器。

4、“少开一盏电灯”，教室光线充足时，做到能不用电尽量不用，人不多时，能少用电尽量不用。养成随手关灯，随手关龙头的良好习惯，树立长期节约用电、用水观念，提高节能意识。

5、节约每一粒粮食，不随便浪费粮食。

6、积极向家长向邻居向朋友宣传节约水电的意义和方法。建议身边的人一水多用，一灯多用，随时纠正他人浪费水电的行为。小学生节约的责任应体现在细小的日常生活、学习、工作中，应体现在每一个小学生身上，节水、节电、节粮、节纸等看似举手之劳的小事，但这些细节对我们的健康成长却很重要。

亲爱的老师、同学们，让我们积极行动起来，勤俭节约，人人参与，节水节电节粮，从点滴做起，以自己的实际行动，为社会的进步进一点责任，为学校的发展进一点力量。

节水节粮节电班会总结与反思篇五

1、水是生命之源，节约每一滴水。以“节约用水、合理用水”为荣，以“浪费水源”为耻，时刻不忘关紧水龙头，天天洗涮切忌过量用水。

2、电是文明之光，节约每一度电。以“节约用电、合理用电”为荣，以“浪费电力”为耻，做到每次最后一个离开公共场所，教室、寝室或晚上就寝前，勿忘关灯和关闭各种不用的电器；大力使用自然光，创低碳校园，从节电开始。

3、节约每一粒米。一粥一饭当思来之不易，半丝半缕恒念物力维艰。以“光盘”为荣，以“剩饭”为耻，坚持“餐餐不余、年年有余”。

老师们、同学们，节约是一种美德、一种远见、一种智慧，节约更是一种境界。浪费不以量小而为之，节约不以微小而不为，勤俭节约，细水长流。让我们积极行动起来，从点滴生活做起，携手共建节约型校园，同心共筑节约型社会！

倡议人□xxx

时间□xxxx年xx月xx日

节水节粮节电班会总结与反思篇六

你们好！

我是，我是来自学院大一专业班的学生。今天我很开心问我可以站在这里做我的演讲分享，我即将要演讲的是《大学生要勤俭节约》，这是我的题目。

我们是一个大学生了，我们已经成年了，那么我们也应该做一个有着良好的勤俭节约的好习惯，不应该随便就大手大脚的去花钱。现在的我们用的都是家里父母所挣的血汗钱，我们理应节约。我们也要学会体谅父母的辛苦和感恩他们为我们所做的一切。

读大学了，大部分人都是远离家乡的人。因此家里一般都会把钱打到你的卡里，看着钱一笔一笔的进，其实如果我们花的很“大方”，钱根本是不够用的。我们所要做的，就是不要去随便乱花钱，不该用的就不要去用，节省一笔是一笔。爸妈有时候怕我们会不够用。所以有时候也会多给，那这样我们不能以为有这么多，就可以肆意的用取，这是不好的。在前一个月省下一点，下一个月有什么急事需要钱也有余地，要给自己一个底限和退路。有多少大学生在超前的使用钱，导致最后不好意思向爸妈要的时候，就去那些不正规的贷款机构借钱，结果惹来一身麻烦，这是很痛苦的一件事的。我们对钱要养成该花就花，不该花就不去动用。我们有时候到

双十一什么的，就开始大肆买东西，看着那些购买软件上的东西，一看在打折，就使劲的往购物车那里塞，其实很多你可能到最后都不会用它们的。放着与其浪费，还不如一开始就不要去花冤枉的钱去买呢。

我们在过这种日子时，就应该学会理智，那些东西看着打折便宜，其实一买回来，就会发现也花了好几百，而且很多都是凑上去的。因此我们首先要做的就是理智一些，真的要买的话再买，还有就是可以跟别人合并的，也是节约钱的，买的可能不多，凑不上，就可以跟她一起拼一下，既能凑齐价格又能买到自己想要和需要的物品了。

作为这个社会新时代的一个大学生，我们还要自己去做一些兼职，赚了钱又锻炼了做事的能力和收获一些工作经验，这不是一举两得的事情吗？最后，我以个人的建议来讲，真的很希望我们大学生能够勤俭而节约，这对我们毕业以后也是有大好处的，做一个简单大方但又不强扭的人。

谢谢大家！我今天的演讲就到这了。

节水节粮节电班会总结与反思篇七

水、电是人类赖以生存、社会发展所必需的能源。尤其在近几年，水、电等要素更是已经成为影响经济社会快速发展的“瓶颈”。加强节水节电意识，把采取有效的节水节电措施作为解决目前我省资源短缺的有效方法。

2、要加强节水节电的宣传，向身边的人介绍节约用水，节约用电的方法，影响带动更多的人投入到节粮节水节电行列中来，在我们的周围营造“人人爱水，人人节电节粮”的良好氛围。

3、要响应政府号召，积极配合全省的节粮节水节电活动，对暂时的停电停水一定要理解。发现浪费水、电的行为，要

及时纠正、制止;要积极向节水节电执法部门举报非法用水电、严重浪费水电的行为，敢于同一切不良用水用电行为做斗争。

同学们，让我们从现在开始积极行动起来，从身边的点滴小事做起，节约每粒粮节约每一滴水，节约每一度电，为营造俭小节约型校园做出应有的贡献!

倡议人：

时间□x年xx月xx日