

珍惜时间班会设计方案(优秀7篇)

为了确保事情或工作得以顺利进行，通常需要预先制定一份完整的方案，方案一般包括指导思想、主要目标、工作重点、实施步骤、政策措施、具体要求等项目。方案对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇方案。以下是小编给大家介绍的方案范文的相关内容，希望对大家有所帮助。

珍惜时间班会设计方案篇一

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。

(甲) (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一一展现，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，去做更多有意义的事情呢？答案只有一个，就是珍惜时间。

合：一（13）班主题班会《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，请秦丹为我们朗诵诗歌《时间》。

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》

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？莫等闲，白了少年头，空悲切。

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。

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。

乙：同学们，请赶快珍惜时间吧！暂时放弃上、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！

珍惜时间班会设计方案篇二

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。

：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一一展现，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，去做更多有意义的事情呢？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，多看看书籍，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！

附节目表：

一：朗诵诗歌《时间》

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》

三：小品《遗憾》

四：谈感受

五：名人名言

六：歌曲《隐形的翅膀》

珍惜时间班会设计方案篇三

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》

故事2讲述《浪费时间的故事》

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！

珍惜时间班会设计方案篇四

目前，中小学生学习课务较重，课后除了完成作业之外，不是玩游戏就是看电视，眼睛的负担很重，平时参加体育活动又较少，学生的视力情况不容乐观。为此，设计召开“预防近视 珍爱光明”的主题班会。

在6月6日“全国爱眼日”来临之际，通过本次主题班会，对全班学生进行爱眼教育，切实加强学生对视力的保护，降低学生近视发生率，提高学生对眼保健的重视，让学生体会到预防近视、保护眼睛的重要性。

歌曲，诗歌朗诵，知识竞赛等多种形式组合。

主题班会幻灯片制作；全班合唱歌曲；组诗。

班会课

(一)由曲《爱眼健康歌》导入本次班会。

(二)播放视频资料，让学生明确眼睛的重要性。

(三)伴乐诗朗诵

先由班主任朗诵《中小学学生预防近视眼基本知识与要求》，再由五组学生分别朗诵《小眼睛，大世界》《心灵的窗户》《保护眼睛》《爱眼诗》《眼睛》。(这五组诗都是学生自己创作而成)

(四)“爱眼知多少”知识问答。(课前，已经给每个小组发放了有关爱眼资料，知识问答题目就是出自这些资料之中。)

(五)播放视频资料(学生读书、写字姿势不正确，学习、看电视、上网时间过长，不注意眼睛卫生等相关的不爱护眼睛的资料)，让学生谈感受(学生先在小组内交流，统一认识，然后再全班交流)。

(六)在日常生活中，我们应该怎样爱护眼睛?(学生小组交流后再集体交流，并统一认识)

1、读书写字姿势要端正；

- 2、不再强光和弱光下看书；
- 3、不能长时间看电视、玩电脑，看时保持一定的距离；
- 4、认真做眼保健操。

(七)全班合唱《深深爱眼操》。

(八)班主任老师作总结。

珍惜时间班会设计方案篇五

班级：九年级(3)班

活动形式：安全讲授、图片展示、知识竞答

出席人员：九年级(3)班全体学生、班主任

一、教学目的：

- 1、通过学习使学生了解生命的可贵，掌握有关的交通安全知识，增强安全意识。
- 2、认知走路，骑自行车，乘车安全知识，并逐步养成自觉遵守交通规则的好习惯。
- 3、为加强对学生法制与交通安全的教育与管理，使学生增加法制观念，做到这法、知法、守未能确保身心健康，平安完成学业。
- 4、通过学习有关安全知识，使学生树立自护、自救观念，形成自护、自救的意识。

二、教学重、难点：

【 教学重点 】 :让学生知道各种常见的交通信号、标志和标线，知道有关交通常识，懂得应自觉遵守交通规则。让学生了解交通事业的重要性，培养学生文明交通、爱护交通设施的意识。

【 教学难点 】 :1、加强交通法规知识的学习，遵守交通法规

2、组织各种安全教育活动，增强遵守交规的意识

三、教学准备：

1、准备交通事故宣传片相关图片。

2、搜集文明交通小知识。

四、教学过程：

(一)认识文明交通的重要性。

1、教师导言：随着科技的逐步发展，交通运输日益发达，近年来，人们的生活水平有了较大提高，人们的出行方式也日趋多元化。然而，现代交通的发达在给人们带来了无尽的便利的同时，却也带来了一个不容忽视的重大问题——交通安全问题。

我们常常在电视和报纸上看到许多有关报道，正是因为忽视交通安全，才酿成了这一个个悲剧。要知道，“车祸猛于虎”啊！据统计，近20_年来，我国的交通事故死亡人数始终是位于世界第一位的，全国平均每年发生道路交通事故60万起，死亡10万余人，并且死亡人数呈递增趋势。仅今年8月份，全国共发生道路交通事故19321起，造成5379人死亡、23058人受伤，直接财产损失达0.8亿元，其中，发生一次死亡10人以上特大道路交通事故2起。而且就在今年9月7日，福鼎104

国道又发生一起一死三重伤的恶性事故。交通事故已成为当今世界第一杀手。

当你骑着车在马路上追逐，当你与伙伴在马路上玩耍时，你是否想过危险就在身边；当你的亲朋好友不顾一切乱穿马路、闯红灯的时候，你可想到这时的死神正在向他们招手你知不知道这些会带来什么？是伤？是残？是死？是痛苦？是悲剧？是一个破碎的家庭？还是生命是珍贵的，却也是脆弱的。在中小学生的伤亡事故中，车祸造成的原因是第一位的。这其中固然有驾驶员违章造成的因素。但其中也不乏学生不遵守交通规则而引发的悲剧。交通安全就是生命的延续，就是家庭的幸福。

涉及师生的交通事故的比率有所上升，给了我们许多惨痛的教训。

2、观看图片：重大交通事故教训的宣传片。

(二) 学习交通小知识

1、走路：

(1) 走路要走人行道。没有人行道的地方要靠路边行走。

(2) 在横过没有交通信号灯的人行横道时，应当左右看，观察往来车辆的情况，确认安全后再过马路；不得在车辆临近时突然横过或者中途倒退、折返。

(3) 过马路时要注意观察交通信号灯的变化。红灯亮时，不能过马路；绿灯亮时，也要看清左右确定没有车来，才可以过马路；如果马路过了一半时，信号灯变了，要赶快过马路，千万不要惊慌。

(4) 不得在车行道内停留、嬉闹；不得有追车等妨碍道路交通

安全的行为。

2、乘车安全：

(1) 不要搭乘无牌或超载车辆

(2) 乘坐公共汽车或旅游车时，不得在车上嬉戏喧闹或有做出影响司机驾驶的行为。

(3) 坐在汽车靠近窗边位置的，不得将身体任何部分露出或伸出车外，避免会车或车外物的碰刮。

(4) 不得随意在车上向外抛洒东西，避免伤及他人

(5) 车未停稳，不能下车，避免摔倒造成事故

3、发生交通事故的应急办法

遇到交通事故发生，不要慌乱，要沉着冷静。

人；自己属于重的，要求助别人，共同脱离危险。

第二，要保护交通事故现场。

第三，要立即向公安机关报告。在校园内小的交通事故要报告学校保卫处，由公安保卫部门来调解处理。

(三) 交通安全知识竞赛问答

1、乘车出行莫坐“四种车”？

一是“病”车莫要坐，二是超员车莫要坐，三是“沾”酒司机车莫要坐，四是货车车厢莫要坐。

2、什么是红绿灯？

红绿灯，其实是由红、黄、绿三种灯组成。它分为“车辆信号灯”和“行人信号灯”二种。

3、红灯亮时，车辆应该怎么办？

车辆信号灯，红灯亮时禁止通行；右转弯的车辆在不妨碍行人和其它车辆正常通行的情况下允许通行。

4、绿灯亮时，车辆应该怎么办？

车辆信号灯绿灯亮时，准许车辆通行；转弯调头车辆在不妨碍直行车辆和行人通行的情况下也允许通行。

5、绿灯闪烁时，车辆应该怎么办？

车辆信号灯绿灯闪烁时，表示信号灯即将转换称黄灯，这时已接近路口“停止线”或人行横道线的车辆可以继续通过路口，离停止线、横道线较远的车辆应减速慢行。

6、黄灯亮时，车辆应该怎么办？

7、黄灯闪烁时，车辆应该怎么办？

8、行人信号灯红灯灯亮时，行人应该怎么办？

行人信号灯红灯灯亮时，禁止行人横过马路，行人必须在人行道上等候。

9、行人信号灯绿灯亮时，行人应该怎么办？

行人信号灯绿灯亮时，准许行人从人行横道内通过。

10、行人信号灯绿灯闪烁时，行人应该怎么办？

行人信号灯绿灯闪烁时，不准行人再进入人行横道；已经在人

行横道内的行人应加快步伐安全通过。

11、什么是警告标志？

警告标志：黄底色、黑色边框、黑图案的等边三角形标志，是警告车辆、行人注意危险地段、减速慢行的标志。

12、什么是禁令标志？

禁令标志：白底色、红色连框、黑图案的圆形标志，是禁止或限制车辆、行人某种交通行为的标志。

13、什么是指示标志？

指示标志：蓝底色、白色图案的圆形、长方形、正方形标志，是指示车辆、行人行进的标志。

14、什么是指路标志？

指路标志：蓝、绿底色、白色图案的正方形或长方形标志，是传递道路方向、地点、距离信息的标志。

15、什么是辅助标志？

珍惜时间班会设计方案篇六

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。

教学过程

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》

故事2讲述《浪费时间的故事》

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

隐形的翅膀 》

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。

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

：“‘明日复明日，明日何其多。合生持明日，终生成酸风”

老师点评

结束语：

乙： 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，多看看书藉，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！

珍惜时间班会设计方案篇七

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课的感受）（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）