

# 最新每日一案例安全教育活动记录卡 亲子活动记录表心得体会(通用8篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 珍惜时间的班会篇一

3. 合理安排时间，就等于节约时间。——培根

4. 时间的犁，在勤奋者的额头，开出无数条智慧之渠。——谚语

6. 把活着的每一天看作生命的最后一天。——海伦·凯勒

8. 谁对时间越吝啬，时间对谁就越慷慨。——佚名

10. 日累月积见功勋，山穷水尽惜寸阴。——华罗庚

14. 浪费时间是一桩大罪过。——卢梭

16. 时间就象海绵里的水一样，只要你愿挤，总还是有的——鲁迅

17. 起早外出的跛子追不上。——日本

## 珍惜时间的班会篇二

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。

二年级学生的学习习惯不稳定，不会抓紧时间，常常让时间在不知不觉中溜走，自己却一无所知。为了让他们从小懂得时间是宝贵的，时间一去不复返，必须抓住分分秒秒。

在优美的旋律中进行。

全体学生。

让学生明白为什么要珍惜时间，如何去珍惜时间。

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。（黑板上写“珍惜时间”；）

一、请中队长讲话

同学们，我们今天召开“珍贵的一分钟”主题班会，是为了让大家珍惜

分分秒秒，充分利用时间，加强时间观念，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。

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。

主持乙：对于企业家来说，时间就是什么？

生：时间就是金钱。

主持甲：对于医生来说，时间就是什么？

生：时间就是生命。

时光老人：俗话说：“光阴好比河中水，只能流去不能回。”浪费时间就等于浪费生命；珍惜时间就等于延长生命。

a□我一分钟可以读90多个音节。

b□我一分钟可以朗读近200字的短文。

c□我一分钟跳绳126次，做仰卧起坐30多个。

主持乙：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。

（以对答形式朗诵）

愚蠢者——等待时间 聪明者——利用时间

懒惰者——丧失时间 勤奋者——珍惜时间

无为者——放弃时间 有志者——赢得时间

闲聊者——消磨时间 求知者——抓紧时间

糊涂者——糟蹋时间 劳动者——积累时间

好学者——创造时间 自满者——蔑视时间

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，让我们来看看我们祖先是如何珍惜时间的。

1、王笑宇讲《聚萤读书》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、韩阳讲《鲁迅的故事》

3、高杉讲《爱迪生的故事》

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。

## 珍惜时间的班会篇三

俗话说得好“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴”。时间非常珍宝，人的生命是短暂的，但只要我们争分夺秒，与时间作斗争，我们也可以做到无怨无悔。

同学们，一定要珍惜时间，俗话说“少年易老学难成，一寸光阴不可轻”。我们现在正是读书的好时候，花有重开日，人无再少年。我们要从抓住这段最宝贵的时间开始，好好学习。

我们现在应该惜时如金，认真利用现在的每分每秒，勤奋努

力，为自己以后的学习打下坚实的基础，聪明的人检查作业，抓紧时间，规划明天；愚蠢的人，哀叹昨天，挥霍今天，梦幻明天，一个有价值的. 人生应该是无怨无悔的。

黎明与黄昏都抱着同样寂静的色彩，远处鸟儿的影子，映照于大地之上，勤奋与愚蠢之间，就看你的选择。

## 珍惜时间的班会篇四

2、普通人只想到如何度过时间，有才能的人设法利用时间。——叔本华

6、利用寸阴是任何种类的战斗中博得胜利的秘诀。——美国

11、完成工作的方法是爱惜每一分钟。——达尔文

13、不要为已消尽之年华叹息，必须正视匆匆溜走的时间。——布莱希特

14、即将来临的一天，比过去的一年更为悠长。——福尔斯特

15、春光不自留，莫怪东风恶。——莎士比亚

16、利用时间是一个极其高级的规律。——恩格斯

18、只要我们能善用时间,就永远不愁时间不够用。——德国诗人歌德

22、想成事业，必须宝贵时间，充分利用时间。——徐特立

24、一切节省，归根到底都归结为时间的节省。——马克思

25、时间是我的财产，我的田亩是时间。——歌德

- 27、少年易学老难成，一寸光阴不可轻。——朱熹
- 31、我们若要生活，就该为自己建造一种充满感受、思索和行动的时钟，用它来代替这个枯燥、单调、以愁闷来扼杀心灵，带有责备意味和冷冷地滴答着的时间。
- 32、在所有的批评中，最伟大、最正确、最天才的是时间。——别林斯基
- 33、把活着的每一天看作生命的最后一天。——海伦·凯勒
- 34、吾生也有涯，而知也无涯。——庄子
- 35、辛勤的蜜蜂永没有时间的悲哀。——布莱克
- 36、最浪费不起的是时间。——丁肇中
- 38、今天所做之事勿候明天，自己所做之事勿候他人。——歌德
- 41、一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。——王贞白
- 42、从不浪费时间的人，没有工夫抱怨时间不够。——杰弗逊
- 43、少壮不努力，老大徒伤悲。——《长歌行》
- 44、时间就象海绵里的水一样，只要你愿意挤，总还是有的。——鲁迅
- 46、志士惜年，贤人惜日，圣人惜时。——魏源
- 49、光景不待人，须叟发成丝。——李白
- 50、人误地一时，地误人一年。——民间俗语

51、勤勉的人，每周七个全天；懒惰的人，每周七个早晨。——英国

53、天可补，海可填，南山可移。日月既往，不可复追。——曾国藩

54、合理安排时间，就等于节约时间。——培根

57、丢失的牛羊可以找回；但是失去的时间却无法找回。——乔叟

59、人生天地之间，若白驹过隙，忽然而已。——庄子

61、对时间的慷慨，就等于慢性自杀。——奥斯特洛夫斯基

62、盛年不重来，一日难再晨，及时当勉励，岁月不待人。——陶渊明

65、黄金时代在我们面前而不在我们背后。——美国作家马克·吐温

66、忘掉今天的人将被明天忘掉。——歌德

## 珍惜时间的班会篇五

2. 一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。

3. 少年易学老难成，一寸光阴不可轻。——朱熹

4. 吾生也有涯，而知也无涯。——庄子

5. 少壮不努力，老大徒伤悲。——《长歌行》

7. 谁对时间最吝啬，时间对谁越慷慨。要时间不辜负你，首先你要不辜负时间。放弃时间的人，时间也放弃他。



8. 时间就是生命。
9. 一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。
10. 时间就像海绵里的水只要愿挤 总还是有的——鲁迅
11. 把活着的每一天看作生命的最后一天。 ——海伦·凯勒
12. 一年之计在于春，一日之计在于晨。
13. 吾生也有涯，而知也无涯。——庄子
14. 在所有的批评家中，最伟大、最正确、最天才的是时间。  
(别林斯基)
15. 世界上最快而又最慢，最长而又最短，最平凡而又最珍贵，最容易被忽视而又最令人后悔的就是时间。(高尔基)
17. 一个人越知道时间的价值，越倍觉失时的痛苦呀!——但丁
18. 逝者如斯夫，不舍昼夜(孔子)
19. 人生天地之间，若白驹过隙，忽然而已。(庄子)
20. 天可补，海可填，南山可移。日月既往，不可复追。(曾国藩)
22. 人生有两出悲剧：一是万念俱灰，另一是踌躇满志。——肖伯纳
23. 懂得生命真谛的人，可以使短促的生命延长。——西塞罗
27. 完成工作的方法是爱惜每一分钟。——达尔文

28. 人生有一道困难，那就是如何使一寸光阴即是一寸生命。
29. 时间就是生命，时间就是速度，时间就是气力。——郭沫若
30. 最严重的浪费就是时间的浪费。——布封

## 珍惜时间的班会篇六

- 1、时间对于军事科学家来说，珍惜时间就是胜利。红军将飞越金沙江，日夜行军，争取时间，争取胜利。看看珍惜时间有多重要，这关系到祖国的存亡。
- 2、生命的全部不过是几天的事。只有那个该死的梦想家才会把自己置身于虚无之中，而不是抓住眼前的飞逝时光。
- 3、时间是个恶霸，你不抓住它的喉咙，它就消失得无影无踪，你抓住它，它就牢牢地在你身后。抓住机遇，抓住时间，共创辉煌的明天！
- 4、当，有一个初中后的分工；天，有今天的昨天说得灿烂；在生理上，有一个年轻的艾草时期。
- 5、时光如诗，诗有自己的意境美；岁月如歌，歌声回荡着你我的青春；在匆匆的时间里揭示出生命的特别之美，愿你把握时间，把握生命，让生命永远绽放美丽的花朵。
- 6、日子一天天过去，有时长，有时短；有时快乐和快乐，有时悲伤和忧郁。白天和白天是不同的，白天和白天是不同的，好像在春天、夏天、秋天和冬天之间有一个白天和黑夜。
- 7、生命是短暂的，珍惜时间就是珍惜生命，只有在短暂的生命里，做更多有意义的事情才能更好的体现生命的价值，所以珍惜时间，实现生命的价值具有重要的意义。

8、有时间读书，有时间读书，这就是幸福；没有时间阅读，也没有时间阅读，这是痛苦。

9、明天又来了，明天是那么多，我为明天而生，一切都被浪费了。如果世界到明天就累了，春天到秋天就老了。东看流水，西看日落。百年明天能几何，请明天听我的歌。

10、人们常常觉得准备阶段是浪费时间，只有当真正的机会来临的时候，他们才有能力去把握，去认识到自己没有准备是浪费时间。

11、时间对每个人都是公平的，成功的人之所以成功，是因为珍惜时间，时间也回报了去珍惜它；对于不珍惜时间的人来说，时间是忙碌的；对于不珍惜时间的人来说，时间是宝贵的。珍惜时间，收获成功！

12、总是感叹时间过得太快，天真的童年时光还历历在目，一眨眼就变成了一个十四五岁的小男孩。有时看着满头白发的爷爷奶奶，会觉得总有一天他们会变老。但是生活不能只由悲伤组成，我们应该微笑。因为生命是短暂的，我们应该珍惜每一个美丽的瞬间和每一次真诚的接触。

13、时间让所有的回忆都在发呆中沉淀，但我们永远也回不去原点等待，这个世界可以回头，但却没有这样美丽的时间，所以请珍惜时间不要留下遗憾。

14、珍惜时间就是珍惜生命，生命对每个人都很重要，每个人都应该珍惜时间，创造自己的人生价值。

15、时间就是金钱，对于那些用它来计算利益的人来说，这是一大笔钱。

16、每天要做的事做好，爱的人迎接一次，珍惜时间，把握现在，到底谁也不知道幸福和灾难哪个先来！

17、要善于抓住每一个稍纵即逝的瞬间，做你想做的事，或者学习，或者工作。在寻找目标的时候，不要忽略每一个今天。因为我们只有把握住今天，昨天才会过去，明天才会到来，把握住今天，才能拥有更加美好的明天。

18、必须记住我们学习的时间是有限的。时间是有限的，不仅因为生命的短暂，也因为人的复杂。我们应该尽量充分利用我们的时间。

19、时间是伟大的作者，它会为每个人写一个完美的结局。

20、如果夕阳的光线落在你的手上，你发现那天他们没有做任何有价值的事，那就认为那一天已经失去了。

21、用你的时间！你要明白什么，不要看得太远。

22、生活中有很多不愉快，我们不能回头，有很多命运不顺心，我们不能回头，时间总是在跑，明天是要拥有的，今天需要珍惜，把握所有的时间，充实快乐的今天，幸福无悔。

23、每天不被浪费或浪费或浪费的一点点时间，即使只有五、六分钟，也可以用来取得很大的成就。游手好闲，即使有智慧，也无济于事。

24、没有时间的限制，但是人类的时间是有限的，生米也是有限的。如果一个人的生命走到了尽头，那个人的时间也就到了尽头。

25、珍惜时间，珍惜时间，就是珍惜生命。充分利用命运给我们的每一分钟、每一秒。不要做时间的奴隶，要做时间的主人。那时，就让这时光匆匆，永远陪伴着你和我！

26、我们不能阻止岁月匆忙的步骤，但是我们可以同步与多年来，珍惜时间一分钟一秒钟，在生命之河的追逐风狼，争

取的梦想，实现自己的职业生涯，不让它浪费，也不浪费此生，灿烂的生活，灿烂的生活。

27、时间如流水般流过记忆的长河，留不住生命的活力带走。人生短暂几十个春秋，何不珍惜时光，精心上演一场宝贵的时光如黄金的游戏，让生命绽放光彩！

28、时间有三步：未来姗姗来迟，现在箭一般飞逝，过去一去不复返。

29、冬天是最考验人的，因为寒冷不愿意早起，睡晚了，好浪费时间，请醒醒，人生短暂，不要让睡眠占据我们太多的时间，珍惜时间，这里的报警信息听起来，友谊的消息这悦耳的。

30、疲倦，什么恐怖是消磨时间，那无形的秒针，处处地平线，你打发时间一次又一次的在你的梦想，在一天结束的时候，你必须知道它使绕了一圈又一圈，无情。

31、我认为世界上最宝贵的是现在，最容易失去的是现在。因为它是最容易失去的，所以它更有价值。

32、世界上最快和最慢，最长和最短，最平凡和最珍贵，最容易被忽视和最令人遗憾的，就是时间。

33、既然时间是最宝贵的财富，那么珍惜时间，合理利用时间是非常重要的，如何合理地利用时间，与规划花钱一样重要，花了钱可以再赚回来，花了时间就不能再生，因此，更要好好利用时间。

34、时间是宝贵的财富，铭刻在记忆的深处。时间是真正的财富，创造非凡的人生。愿你充分利用时间，过一种真正有价值的生活。

35、时间就像一个沙漏，看起来很小很随意，但一不留神就把生命演化成了一片荒漠，所谓闲莫，白了青春的头，所以朋友们请珍惜每一分钟的时间。

36、光阴似箭。一眨眼的工夫，时间像一匹奔腾的骏马，从我们身边飞过，我们的作品像一颗闪烁着金色光芒的流星，结束了。

37、人们以为抓的不叫时间，其实是人被它抛弃了，它没有留恋，总是走自己的路。

38、一日三秋，日月如梭，你的阴底墙

39、时间是人的财富，所有的财富，就像时间是一个国家的财富，因为任何财富都是时间与行动结合的结果。

40、必须记住我们学习的时间是有限的。时间是有限的，不仅因为生命的短暂，也因为人类事务的复杂性。我们应该尽量充分利用我们的时间。

41、你为什么一开始不努力学习呢？你为什么总是抱怨没有足够的时间？为什么总是活在回忆里！为什么不珍惜时间！为什么我要走在悔恨中！

43、今天和明天之间有很长一段时间；趁你还年轻，赶快学会做事。

44、青春是美好和失落的时光，是所有未来光明和幸福的开始。

45、把珍惜时间的观念化为行动，只有成为行动的宝藏，才能使我们在生活中节约那些宝贵的时间，这样充实的生活让我们感到自豪。让我们迈开双脚，甩掉双臂，与时间赛跑！为了我们的生命而赛跑！为了我们的生命而赛跑！

## 珍惜时间的班会篇七

在年少学习的日子里，大家都参加过主题班会吧？主题班会就是围绕一个中心内容，有目的、有组织地进行的班集体成员的自我教育活动。还在为准备主题班会而发愁吗？以下是小编为大家整理的珍惜时间主题班会活动方案，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。时间如流水，一去不复返。可是，中职学生浪费时间的现象却很严重。他们的学习习惯不稳定，不会抓紧时间，尤其是自习课，有的学生不是聊天就是坐在那里发呆。因此，设计并举办这次班会，就成了我一直想做的事情。

通过这次活动，让大家珍惜分分秒秒，充分利用时间，加强时间观念，提高做事效率，克服拖拖拉拉的坏习惯，养成良好的学习习惯与生活习惯，并学会合理安排时间，做时间的主人。

原班主任蒋锦虹老师及11服装班全体学生。

xx年11月8日（星期四）上午1—2节课扬帆楼3—2教室

每位学生课前搜集珍惜时间的故事、句子、歌曲、诗歌。  
（黑板上写“做时间的主人”）

一、主持人致开场白

二、朗诵诗歌《时间》

三、讲述《聚萤读书》的故事、《鲁迅的故事》《爱迪生的故事》

四、小品《珍惜时间》

五、讨论谈感受

六、请学生对照自己，写出自己浪费时间的表现及打算如何克服。

七、互动小游戏

九、歌曲《真心英雄》

十、老师点评

十一、结束语

班会过程

主持人：老师，同学们大家好！11服装班“做时间的主人”主题班会现在开始！首先热烈欢迎来到参加我们班会的各位老师。

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。然而有一样东西却一去不复返。它能给勤奋者留下智慧和力量，给懒惰者留下空虚和懊悔。它像海绵里的水，只要愿意挤，总是有的。它是组成生命的材料。它是衡量重量的标准。

它就是——时间。

（钟表滴答声）同学们，这是什么声音？

对了，这是时间的声音。接下来，请为我们朗诵诗歌《时间》。

节目一：朗诵诗歌《时间》



谁说，失去的，还会“失而复得”，对于时间，失去，将意味着永远的诀别。

像放电影、录像时，来个长长的定格。

也许，有人说，时间是一条无限长的线，浪费一点儿，不值得小题大做。

殊不知，对于无限的时间，有限的生命更显得短暂，短暂得像一颗流星从天际划过。

时间对于每个人，既平等而又不平等，既慷慨而又过于吝啬。

珍惜时间的人，时间会给你累累硕果；浪费时间的人，时间会给你一片荒漠。

有的人一生，如星辰闪耀；有的人一生，似丰碑一座；

有的人一生，像匆匆过客；有的人一生，活着，还以为死了。

每一声钟表的滴答声，都是一首催人奋进的歌！

我希望，“珍惜时间”几个字，不再只是口头的承诺。

珍惜时间吧，那是在延伸生命的长度；珍惜时间吧，那是为给人类奉献的更多！

主持人：对啊，不经意间，时间正一分一秒地从我们身边流逝。时间是不等人的。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。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：讲述《聚萤读书》的故事

车胤，生于晋朝，本是富家子弟，后来家道中落，变得一贫

如洗。可是，他在逆境中仍能珍惜时间、自强不息。车胤年轻时就很懂事，也能吃苦耐劳。他因为白天要帮别人干活，就想利用晚上的时间多读些书，好好充实自己；然而，他的家境清贫，根本没有闲钱买油点灯，车胤想了很多办法，希望可以解决这个问题，但是都没有成功。

直到一个夏天的晚上，他看见几只萤火虫在夜空里飞舞，点点萤光在黑夜中闪动。他灵机一动，捉来许多萤火虫，把它们放在一个用白夏布缝制的小袋子里，因为白夏布很薄，可以透出萤火虫的光，他把这个布袋子吊起来，就成了一盏“照明灯”。车胤就是靠着这盏“照明灯”在晚上勤奋苦读，最后成为著名的学者。

主持人：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。

### 讲《鲁迅的故事》

鲁迅12岁在绍兴城“三味书屋”读私塾的时候，父亲正患着重病，两个弟弟年幼，鲁迅不仅经常上当铺，跑药店，还得帮助母亲干家务劳动。有一天，鲁迅在家里帮助妈妈多做了一点事，结果上学迟到了，严厉的寿镜吾老师狠狠地责备了鲁迅一顿。鲁迅挨了训以后，并不因为受了委屈而埋怨老师和家庭，他反而诚恳接受批评，决心做好精确的时间安排，再也不会因为做家务而迟到了。于是，他用小刀在书桌的右下角，正正方方地刻了一个“早”字，用以提醒和鞭策自己珍惜时间，发愤读书。

### 讲《爱迪生的故事》

甲：日月如穿梭，光阴快似箭。

乙：切，你又在这拽呢？

甲：拿你来说吧，今年有16了吧？

乙：都17了。

甲：你瞧瞧一晃儿这么大了。

乙：一晃儿？

乙：怎么样？

甲：你就没了。

乙：敢情我一辈子净晃晃了。

甲：这个“晃”，跟刚才讲的“箭”是同一个意思。

乙：形容日月、光阴。

甲：让你自己说，时间快不快？

乙：太快了。

甲：可我们一些同学不珍惜时间，嫌时间用不了。

乙：还有嫌时间多的？

甲：有个同学叫王小虎，老嫌时间过的慢。你看他那劲头，一天到晚两眼老跟挣不开似的，磨磨蹭蹭耗时间。听不见他说话，一说准是这句话。

乙：说什么呢？

甲：“怎么还不下课呀？”

乙：老盼下课啊？

甲：脾气倒是不错，冲谁都笑：“你这儿干吗呐”？

乙：我学习呢，你干什么呢？

甲：“嘻嘻，不知道。”

乙：作业写完了吗？

甲：“嘻——不知道。”

乙：考试及格了吗？

甲：“嘻——不知道。”

乙：这也不知道啊！

甲：“嘻——不知道。”

乙：你这次数学考多少分？

甲：“9分……”

乙：不是不知道啊？

甲：上次考试得10分。

乙：又少1分。

甲：你说，要这样发展下去，你还能毕业吗？

乙：我看，再不珍惜时间，就不能毕业了。

甲：我算了一下，我们能学习的时间太少了。

乙：是吗？

甲：每年两个学期，每学期20个星期。

乙：一年就上280天的学。

甲：去掉周末两天，还剩多少？

乙：一年就上200天的学。

甲：每天睡觉八个小时，三八二十四，有三分之一睡觉了。

乙：那吃饭走路呢？

甲：每天不得四个小时啊。

乙：吃饭睡觉走路又刨去一半，还剩100天了。

甲：这100天也不能全是学习呀！

乙：还干什么呀？

甲：看电视，玩游戏。

乙：就这还玩呢。

甲：玩玩棋，打打球，没事来盘“争上游”。这又得占去一半时间。

乙：还剩50天了。

甲：上课走走神儿，下课闹闹事儿。

乙：这还不好好学习？

甲：考试前，抓时间，问前桌，问后位。

乙：着急了？

甲：考试还是得了个不及格。

乙：剩下的50天还没有好好学，该得零蛋。

甲：你怎么这么没有同情心。

乙：别算了，你这一学期还不如别的同学一星期哪。

甲：当然这算法有点夸张，可不珍惜时间，再不好好学习，那就会真不能毕业。

乙：时间这笔帐，应该好好算算。

甲：所以我希望你这样的好同学，多给我们讲讲珍惜光阴、爱惜时间的道理。

乙：太有责任了。

甲：你的古语知道的多吗？

乙：知道一些。

甲：有一句老话：“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。”

乙：知道，这是说光阴无价。

甲：大诗人苏轼有句成语：“一刻千金”。

乙：对，一刻钟一千两金子。

甲：在珍惜时间方面，还有好多说法。

乙：你给说说。

甲：战士讲：时间就是胜利。

乙：对。

甲：医生说，时间就是生命。

乙：老师呢？

甲：时间就是知识。

乙：要是对我呐？

甲：对你来说，时间就是月份牌。

乙：怎么是月份牌？

甲：撕一张，少一张！

乙：谁都撕一张，少一张。

甲：时间对谁都是一样的。

乙：非常公平的。

甲：可有人要多得点时间。

乙：从哪儿来？

甲：得去挤。

乙：对。

甲：鲁迅讲过：时间，就像海绵里的水，只要愿挤，总是有的。

乙：对，即使是五分钟、十分钟，都应该珍惜。

甲：我们那位王小虎不这么认为。你问他：给你五分钟，你能干什么？

乙：他怎么说？

甲：“五分钟能打一回牌。”

乙：那十分钟呐？

甲：“打两回。”

乙：你不能珍惜这点时间学习学习吗？

甲：“你别逗了，我还学习哪，我基础不好。”

乙：怎么不好？

乙：他一套一套的。

甲：你看见没有，怨天尤人，胸无大志，可他没想到，时间就在他玩儿牌的时候，从他身边一分钟、一分钟地溜走。

乙：一分钟应该珍惜。

甲：是啊，我们同学应该向你学习，好好珍惜时间。

乙：都像王小虎那样，可真有点难办。

甲：应该点燃我们心中珍惜时间的火焰。

乙：对，少壮须努力！

甲：一天能多挤一点时间学习。



乙：就要挤时间学习。

甲：一天找半个小时，写上一篇百字短文。

乙：循序渐进，你会练出秀丽的文笔。

甲：一天抽十分钟时间，读一首唐诗。

乙：那……一年能熟读三百首哇。

甲：一天有五分钟时间背了一个外语单词。

甲：我真想写一首诗来激发我们心中的力量。

乙：咱们俩人一块写。

甲：啊，时间最最宝贵，

乙：啊，时间一晃儿就没。

甲：让时间放出火花，

乙：闪着点亮多么美！

甲：你这是什么词儿呀？

乙：写诗就得合辙押韵。

甲：他这倒都在韵上。再来：要和时间赛跑。

乙：不论谁都得挨个排队。

甲：为着理想谈何辛苦。

乙：吊儿郎当自找受罪。

甲：前进，

乙：快追；

甲：前进，

乙：迈腿。

甲：怎么迈腿也出来了？

乙：不迈腿怎么前进呀！

甲：前进，

乙：迈腿。（乙迈步下场）

甲：快追。（甲迈步下场）

主持人：看完这个小品后，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：讨论谈感受

主持人：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。

节目五：请学生对照自己，写出自己浪费时间的表现及打算如何克服。

主持人：刚才同学们都谈了自己的想法，现在请大家认真想想，在我们平时的生活学习中有没有浪费时间的事呢？现在请大家写出自己浪费时间的表现及打算如何克服，写好后交给你最好的朋友，让她督促你改进。

## 节目六：互动小游戏

主持人：为了活跃气氛，我们来做2个游戏。

### 游戏一：你划我猜

- 1、每组游戏由两人合作完成，游戏限定的完成时间为1分钟。
- 2、负责比划的同学只能够使用肢体动作给猜词的同学提示，不可以通过口型或发声来提醒，否则每一次犯规将扣该小组1分。
- 3、猜对一词给该小组加1分，没猜对不扣分，最后，得分最多且用时最少的一组获胜。

选词：

### 游戏二：萝卜蹲

规则：请5名同学上场，每个人都代表一个萝卜，然后各自选一个萝卜的名称，比如白萝卜、红萝卜、黑萝卜、胡萝卜等，然后给自己设计蹲下时的一个招牌动作。没及时接上或者说错、做错的人淘汰，最后剩下2人获胜。

主持人：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。珍不珍惜它，抓不抓紧它，就看我们自己。现在我们来交流一下珍惜时间的名言警句。请问哪位同学知道关于珍惜时间的名人名言，请发表下，让同学们扩展知识面。

人误地一时，地误人一年

一万年太久，只争朝夕。——毛泽东

忘掉今天的人将被明天忘掉。——歌德

合理安排时间，就等于节约时间。——培根

少年易学老难成，一寸光阴不可轻。——朱熹

放弃时间的人，时间也放弃他。——莎士比亚

一年之计在于春，一日之计在于晨。——萧绎

在时间的大钟上，只有两个字——现在。——莎士比亚

把活着的每一天看作生命的最后一天。——海伦·凯勒

勤奋的人是时间的主人，懒惰的人是时间的奴隶——朝鲜

今天应做的事没有做，明天再早也是耽误了。——裴斯泰洛齐

做大事的，眼光应当看到未来，力量需要用于现在。——西德尼

只要我们能善用时间，就永远不愁时间不够用。——德国诗人歌德

盛年不重来，一日难再晨。及时宜自勉，岁月不待人。——陶渊明

普通人只想到如何度过时间，有才能的人设法利用时间。——叔本华

百川东到海，何时复西归？少壮不努力，老大徒伤悲。——《长歌行》

《昨日歌》昨日兮昨日，昨日何其好！昨日过去了，今日徒烦恼。世人但知悔昨日，不觉今日又过了。水去日日流，花落知多少。万事立业在今日，莫待明朝悔今朝！

《今日歌》今日复今日，今则何其少！今日又不为，此事何时了？人生百年几今日，今日不为真可惜！若言姑待明朝至，明朝又有明朝事。为君聊赋今日诗，努力请从今日始。

节目八：歌曲《真心英雄》

在我心中，曾经有一个梦，要用歌声让你忘了所有的痛。

灿烂星空，谁是真的英雄，平凡的人们给我最多感动。

再没有恨，也没有了痛，但愿人间处处都有爱的影踪。

用我们的歌，换你真心笑容，祝福你的人生从此与众不同。

把握生命里的每一分钟，全力以赴我们心中的梦。

不经历风雨，怎么见彩虹，没有人能随随便便成功。

把握生命里每一次感动，和心爱的朋友热情相拥。

让真心的话，和开心的泪，在你我的心里流动。

啦……把握生命里每一次感动（每一次感动），和心爱的朋友热情相拥（oh相拥）让真心的话，和开心的泪，在你我的心里流动。让真心的话，和开心的泪，在你我的心里流动。

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。下面请班主任对这次班会进行点评。

老师点评

通过今天的活动，我们明白时间是宝贵的，要珍惜时间。珍惜时间，从今天做起。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。

11服装班“做时间的主人”主题班会到此结束，希望同学们能从中受到启发，同时感谢各位老师亲临指导，感谢各位同学的密切配合，谢谢！

## 珍惜时间的班会篇八

1. 尝试用团圆、压扁、捏紧等方法为爷爷、奶奶做饺子。
2. 养成良好的操作习惯，知道将油泥收拾干净。

活动准备：

1. 各色彩泥、泥工板。
2. 《爷爷亲、奶奶亲》的音乐磁带。

活动过程：

1. 谈话，引起制作兴趣。
2. 学习做饺子的方法。
3. 讨论使用油泥的规则。
4. 在音乐声中，为爷爷、奶奶制作饺子。（教师指导个别幼儿掌握对折捏边的方法。）
5. 相互欣赏制作的饺子。

## 珍惜时间的班会篇九

- 1) 勇冠不足恃，用兵在先定谋。

- 2)好水好山看未足，马蹄催趁明月归。
- 3)古今异宜，夷险异地。
- 4)誓将七尺酬明圣，怒指天涯泪不收。
- 5)欲将心事付瑶琴。知音少，弦断有谁听。
- 6)文官不爱钱，武官不惜死。不患天下不太平！
- 7)有心杀贼，无力回天。
- 8)冻死不拆屋，饿死不掳掠。
- 9)主上宵旰，岂大将安乐时。
- 10)谋者胜负之机也。故为将之道，不患无勇，而患无谋。
- 11)敌未灭，何以家为。
- 12)兵安在，膏锋镞。民安在，填沟壑。
- 13)好生恶死，天下常情岳飞珍惜时间的诗句句岳飞珍惜时间的诗句句。若临大难而不变。视死如归者，非忠臣义士有所不能。
- 14)三十功名尘与土，八千里路云和月。
- 15)燕绕龙旗舞，莺随凤辇吟。

## 珍惜时间的班会篇十

- 1、明日复明日，明日何其多！
- 2、少壮不努力，老大徒伤悲

- 4、一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。
- 5、一万年太久，只争朝夕。——
- 8、不要为已消尽之年华叹息，必须正视匆匆溜走的时间。——布莱希特
- 11、成功=艰苦劳动+正确的方法+少说空话。——爱因斯坦
- 12、放弃时间的人，时间也放弃他。——莎士比亚
- 13、没有方法能使时钏为我敲已过去了的钟点。——拜伦
- 14、人的全部本领无非是耐心和时间的混合物。——巴尔扎克
- 15、任何节约归根到底是时间的节约。——马克思
- 16、时间就是能力等等发展的地盘。——马克思
- 18、时间是伟大的导师。——伯克
- 21、忘掉今天的人将被明天忘掉。——歌德
- 22、辛勤的蜜蜂永没有时间的悲哀。——布莱克
- 23、在所有的批评中，最伟大、最正确、最天才的是时间。——别林斯基
- 24、从不浪费时间的人，没有工夫抱怨时间不够。——杰弗逊
- 25、时间是我的财产，我的田亩是时间。——歌德
- 26、合理安排时间，就等于节约时间。——培根



27、春光不自留，莫怪东风恶。——莎士比亚

29、抛弃时间的人，时间也抛弃他。——莎士比亚

30、一切节省，归根到底都归结为时间的节省。——马克思

31、利用时间是一个极其高级的规律。——恩格斯

## 名言名句

### 一、人生

1、胜利和眼泪!这就是人生!——法巴尔扎克

2、有的人活着，他已经死了;有的人死了，他还活着。——臧克家

3、生如夏花之绚烂，死如秋叶之静美。——印度泰戈尔

### 二、命运

1、知识能改变命运。——美国爱默生

2、自己的命运应由自己创造。——俄国契诃夫

3、我要扼住命运的咽喉，绝不让命运所压倒。——德国贝多芬

### 三、生命

1、活着的士兵，要比死了的皇帝更有价值。——法国拿破仑

3、生命赐给我们，我们必须奉献生命，才能获得生命。——印度泰戈尔

## 四、生与死

- 1、生当作人杰，死亦为鬼雄。——李清照
- 2、在还没有死亡以前，就不能算作完全诞生。——美国富兰克林
- 3、出生是最明确的一场旅行，死亡难道不是一场出发?——三毛

## 五、青春

- 1、自信和希望是青年的特权。——法国大仲巴
- 2、谁虚度年华，青春就要褪色，生命就会抛弃他们。——法国雨果

## 六、价值

- 1、人固有一死，或重于泰山，或轻于鸿毛。——司马迁
- 3、最值得高度珍惜的，莫过于每一天的价值。——德国歌德

## 七、奉献

- 1、我好像一头牛，吃的是草，挤出的是牛奶、血。——鲁迅
- 2、只要能培一朵花，就不妨做做会朽的腐草。——鲁迅
- 3、我没有别的东西奉献，惟有辛劳、泪水和汗水。——英国丘吉尔

## 八、困难

- 1、即使跌倒一百次，也要一百次地站起来。——张海迪

2、困苦永远是坚强之母。——英国莎士比亚

4、不幸是一所最好的大学。——俄国别林斯基

5、逆境是到达真理的每一条道路。——英国拜伦

## 九、理想

1、生活的理想，就是为了理想的生活。——张闻天

2、有理想的人，生活总是火热的。——苏联斯大林

3、你们的理想与热情，是你航行的灵魂的舵和帆。——黎巴嫩纪伯伦

## 十、追求

2、人类的使命在于自强不息地追求完美。

——俄国列夫托尔斯泰

## 十一、希望

1、以希望为生的人，将绝食而死。——美国富兰克林

2、希望是很好的早餐，却是很糟的晚餐。——英国培根

## 十二、信念

1、冬天到了，春天还会远吗？——英国雪莱

2、人没有信仰，变成了行尸走肉。——俄国契诃夫

## 十三、信心

32、合理安排时间，就等于节约时间。——培根

33、今天所做之事勿候明天，自己所做之事勿候他人。——歌德

34、今天应做的事没有做，明天再早也是耽误了。——裴斯泰洛齐

35、浪费时间是一桩大罪过。——卢梭

37、把活着的每一天看作生命的最后一天。——海伦·凯勒

39、普通人只想到如何度过时间，有才能的人设法利用时间。——叔本华

40、黄金时代在我们面前而不在我们背后。——美国作家马克·吐温

42、只要我们能善用时间，就永远不愁时间不够用。——德国诗人歌德

45、不要为已消尽之年华叹息，必须正视匆匆溜走的光阴。——布莱希特

47、即将来临的一天，比过去的一年更为悠长。——福尔斯特

50、完成工作的方法是爱惜每一分钟。——达尔文

51、即将来临的一天，比过去的一年更为悠长。——福尔斯特

哲学名言

1时间是真理最伟大的朋友，偏见是真理最大的敌人，谦逊是

真理永恒的伴侣。(查，利匀顿)

2人不是因为美丽才可爱，而是因为可爱才美丽。

外表的美只能取悦一时，内心的美才能经久不衰。(歌德)

3最大的无聊，就是为无聊费尽辛劳。(莎士比亚)

4生活是没有旁观者的。(歌德)

5如果一个聪明人干了一件蠢事，那就不会是一件小小的蠢事。  
(歌德)

6理解生活而且还要热爱生活。(罗曼，罗兰)

7荣誉的桂冠是用荆棘编织而成的。(卡莱尔)

8什么是成功的秘诀：艰苦劳动、正确方法，少说空话。(爱  
因斯坦)

9收集关于哲学名言大全：只有正视自己的无知，才能扩大自  
己的知识。

我不愿有一个装满东西的头脑，而宁愿有一个思想开阔的头  
脑。(蒙田)

10把你的名字刻在人心中，而不是大理石上。(爱迪生)

11生命的多少用时间计算，生命的价值用贡献计算。(裴多  
菲)

12懒鬼起来吧！别再浪费生命，将来在坟墓里有足够的时间让  
你睡觉。(富兰克林)

13一个人如果再也无法光荣地活下去，就该光荣地死去。(尼

采)

14对付邪恶的特效药就是和邪恶战斗。(泰戈尔)

15生命是短暂的，名誉却永恒不灭。(荷马)

16就一百个问题读一百本书，不如就一个问题读十本书。(勃兰斯)

17知识是树之根，花之蕾，生命之光，进步之源。

19问号是打开任何科学大门的钥匙。(巴尔扎克)

20真理不是靠喝采造出来的，是非不是靠投票决定的。(卡莱尔)

21一个人的价值应当看他贡献了什么，而不应当看他取得了什么。(爱因斯坦)

22不学无术又富于幻想的人，虽有翅膀却无双脚。(儒贝尔)

23灰心生失望，失望生动摇，动摇生失败。(培根)

24在时间的钟上，只有两个字—现在。(莎士比亚)

25时间有虚实长短，全看人们赋予它的内容怎样。(马克)

26虚荣的人，注视着自己的名字。(何塞，马蒂)