**让梦想照进现实 让信念化为行动**

**班会过程：**

主持人（男）：尊敬的老师们！

主持人（女）：亲爱的同学们！

　　主持人（合）：大家好！

主持人（男）：放飞梦想，点亮希望。

主持人（女）：放飞梦想，青春绽放。

梦想是个诱人的字眼，我们也把梦想叫做梦想。

主持人（男）：梦想是灯塔，指引人生前进的方向，照亮人生前进的路程。

主持人（女）：一个没有梦想的人，就像鱼儿离开了水，就像鸟儿没有翅膀。

主持人（男）：没有梦想，就没有坚定的方向；没有坚定的方向，就没有生活。

 下面就请大家来说说你的一个梦想，注意：这个梦想要符合你的实际情况，是你最想为之而奋斗的。（许鹏，王梦娜，何腾飞，骆传驰，何书棋，唐梦琪，陈瑜博非，彭梦乐，殷嘉烨）

主持人（女）：梦想/是罗盘，给船舶/导引方向； 梦想/是船舶，载着你/出海远行。

主持人（男）：但/梦想有时候/又是海天/相吻的弧线， 可望/不可即，折磨着你/那进取的心。

主持人（女）：人无完人，我们对自己的优点和缺点都很了解，进行自评，看看你离你的梦想还有多远。

主持人（男）：有请几位作为代表，来说出你的优点和缺点。（陈婷，马玲洁，石羽曼，王宁，刘洋，冉静怡，徐王扬）

主持人（女）：梦想/是闹钟，敲碎/你的黄金梦； 梦想/是肥皂，洗濯/你的自私心。

梦想/既是一种获得， 梦想/又是一种牺牲。

主持人（男）：平凡的人/因有梦想/而伟大； 有梦想者/就是一个“大写的人”。结合你的梦想，针对你的不足，谈谈你需要采取什么措施或行动，来缩短你与梦想的距离。

主持人（女）：以小组为单位，进行讨论，把讨论的结果各自写在纸上相应的栏目内。（王琦星，袁程阳，刘驰，耿武进，邹亮）

主持人（女）：在刚才的讨论中，我们听到的出现频率最高的词，就是：珍惜时间，好好学习。三更灯火五更鸡，正是男儿读书时，黑发不知勤学早，白发方悔读书迟。

主持人（男）：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。高尔基说过：世界上最快而又最慢，最长而又最短，最平凡而又最珍贵，最轻易被人忽视，而又最令人后悔的就是时间。

主持人（女）：请同学们说说关于时间的名言。（马京炜，刘银行，徐心妍，卢惠，胡彤，葛定存，陈家琦，承嘉豪，张建豪，夏捷）

主持人（女）：那么我们又该如何珍惜时间呢？请看大屏幕。请同学们按照顺序读一遍。

主持人（男）：彭梦乐，你有没有思考过：一分钟你可以做什么？

主持人（女）：我一分钟可以做几道计算题。

主持人（男）：那么，我们的大中国一分钟能做什么？（看PPT）

主持人（女）：据统计，一分钟，移动互联网接入流量46804G；一分钟，网上商品零售1043万元；一分钟，快递小哥收发7.6万件快递；一分钟，移动支付金额3.79亿元；一分钟，“蛟龙号”最大能下潜50米

主持人（男）：一分钟，“复兴号”前进5833米；一分钟，“神威·太湖之光”运算750亿亿次；一分钟，333万元投入研究和试验；一分钟，生产汽车55辆；一分钟，5288万元货物进出口；一分钟，创造GDP1.57亿元

主持人（女）：中国的每一分钟，都在发生巨大的改变，这是改革开放四十年成就的中国奇迹，也是我们再出发的信心和底气。经过长期努力，中国特色社会主义进入了新时代，新时代是奋斗者的时代，习近平总书记说
千千万万普通人最伟大
幸福都是奋斗出来的
普通的你我，成就中国奇迹
新时代，再出发！习近平总书记说：千千万万普通人最伟大的幸福都是奋斗出来的，普通的你我，成就中国奇迹。新时代，再出发！

　一分钟，33个新生儿诞生
一分钟，20个新的家庭组建
一分钟，26人走上工作岗位
一分钟，35217名旅客出行
一分钟，移动互联网接入流量46804G
一分钟，网上商品零售1043万元
一分钟，快递小哥收发7.6万件快递
一分钟，移动支付金额3.79亿元
一分钟，“蛟龙号”最大能下潜50米
一分钟，“复兴号”前进5833米
一分钟，“神威·太湖之光”运算750亿亿次
一分钟，333万元投入研究和试验
一分钟，生产汽车55辆
一分钟，5288万元货物进出口
一分钟，创造GDP1.57亿元　一分钟，33个新生儿诞生
一分钟，20个新的家庭组建
一分钟，26人走上工作岗位
一分钟，35217名旅客出行
一分钟，移动互联网接入流量46804G
一分钟，网上商品零售1043万元
一分钟，快递小哥收发7.6万件快递
一分钟，移动支付金额3.79亿元
一分钟，“蛟龙号”最大能下潜50米
一分钟，“复兴号”前进5833米
一分钟，“神威·太湖之光”运算750亿亿次
一分钟，333万元投入研究和试验
一分钟，生产汽车55辆
一分钟，5288万元货物进出口
一分钟，创造GDP1.57亿元一分钟，20个新的家庭组建
一分钟，26人走上工作岗位
一分钟，35217名旅客出行
一分钟，移动互联网接入流量46804G
一分钟，网上商品零售1043万元
一分钟，快递小哥收发7.6万件快递
一分钟，移动支付金额3.79亿元
一分钟，“蛟龙号”最大能下潜50米
一分钟，“复兴号”前进5833米
一分钟，“神威·太湖之光”运算750亿亿次
一分钟，333万元投入研究和试验
一分钟，生产汽车55辆
一分钟，5288万元货物进出口
一分钟，创造GDP1.57亿元一分钟，20个新的家庭组建
一分钟，26人走上工作岗位
一分钟，35217名旅客出行
一分钟，移动互联网接入流量46804G
一分钟，网上商品零售1043万元
一分钟，快递小哥收发7.6万件快递
一分钟，移动支付金额3.79亿元
一分钟，“蛟龙号”最大能下潜50米
一分钟，“复兴号”前进5833米
一分钟，“神威·太湖之光”运算750亿亿次
一分钟，333万元投入研究和试验
一分钟，生产汽车55辆
一分钟，5288万元货物进出口
一分钟，创造GDP1.57亿元一分钟，20个新的家庭组建
一分钟，26人走上工作岗位
一分钟，35217名旅客出行
一分钟，移动互联网接入流量46804G
一分钟，网上商品零售1043万元
一分钟，快递小哥收发7.6万件快递
一分钟，移动支付金额3.79亿元
一分钟，“蛟龙号”最大能下潜50米
一分钟，“复兴号”前进5833米
一分钟，“神威·太湖之光”运算750亿亿次
一分钟，333万元投入研究和试验
一分钟，生产汽车55辆
一分钟，5288万元货物进出口
一分钟，创造GDP1.57亿元

主持人（男）：在此，我们立下了时间公约，请跟我一起读。

主持人（女）：经过一段时间的学习，班级中涌现了一部分学习有进步的同学，他们是：

让我们用掌声向他们表示祝贺。希望其他同学向他们学习，学习他们身上优良的学习品质和态度，争取期中考试获得满意的成绩。

主持人（男）：下面大家现场制定期中考试目标，并确定一名赶超竞争对手，作为自己的短期目标。回教室后贴在桌角，勉励自己。

主持人（女）：有人说，读书是门槛最低的高贵。不知有的同学能否理解这句话的意思。我们都不曾一次想过这样一个问题：我为什么要读书？让我们的父母来为我们读一个家长写给孩子的一封信信，同时让我们听听父母的心声。

主持人（男）：学校教育离不开家长的理解和配合。当你在学校被老师批评了，或者您的孩子在学校被批评了，你会怎么说？

主持人（女）：先听听家长的看法。杜永康妈妈，庄书涵妈妈，刘驰爸爸，承嘉豪家长

让我们听听孩子的想法。宣英姿，何腾飞。

主持人（男）：让我们看大屏幕。主持人轮流读一条。

主持人（女）：原来，老师的严格要求就是对我们的爱，所以说，严格就是大爱。

主持人（男）：请两位同学帮我们解释一下这幅图的具体含义。

（何腾飞）老师对我们的严格，一开始我们会感到痛苦，心理会承受一定的压力，同时会承担起一份责任，进一步化为行动行动和执行力，当我们取得进步，就会得到老师、同学、家长的认可，同时，建立了自信，心里满满的正能量，当这种正能量持续发挥，一件又一件事情都会有所收获，从而改变我们的命运。

（骆传驰）如果老师纵容我们的一些小错误，我们一开始会过着舒适的学习生活，慢慢地会变得懒惰，甚至自私自利，没有责任感，对学习也不负责任，学习态度很糟糕，导致学习成绩一落千丈，进而怨天尤人，不从自身寻找原因，心里的正能量缺失，取而代之的是负磁场，我们就会变得叛逆，不服从老师和家长的管教，执迷不悟，结果，无所事事，坐享其成，一事无成，毁了一生。

主持人（女）：英雄/失去梦想，蜕作庸人， 可厌地夸耀着/当年的功勋； 庸人/失去梦想，碌碌终生， 可笑地诅咒着/眼前的环境。

主持人（男）：梦想开花，桃李/要结甜果； 梦想抽芽，榆杨/会有浓阴。 请跨上/梦想之马，挥鞭/从此起程， 路上/春色正好，天上/太阳/正晴。请欣赏大合唱《小梦想 大梦想》

主持人（女）：谈梦想，论未来，有志气，有胸怀。

主持人（男）：实现梦想不容易，互帮互学共鼓励。

（合）：初二（4）班公开主题班会到此结束，谢谢大家！

珍惜时间的名言

　　1、三更灯火五更鸡，正是男儿读书时，黑发不知勤学早，白发方悔读书迟。——颜真卿

　　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》

　　6、时间的步伐有三种：未来姗姗来迟，现在像箭一样飞逝，过往永远静立不动。——席勒

　　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、人生有一道困难，那就是如何使一寸光阴即是一寸生命。

　　9、时间就是生命，时间就是速度，时间就是气力。——郭沫若

　　10、最严重的浪费就是时间的浪费。——布封

　　11、时间，天天得到的都是二十四小时，可是一天的时间给勤勉的人带来聪明和气力，给懒散的人只留下一片悔恨。——鲁迅

　　12、世界上最快而又最慢，最长而又最短，最平凡而又最珍贵，最轻易被人忽视，而又最令人后悔的就是时间。关于生命的名言警句。——高尔基

　　13、时间就是生命，无故的空耗别人的时间，实在无异于谋财害命的。——鲁迅

　　14、你热爱生命吗？那幺别浪费时间，由于时间是组成生命的材料。——富兰克林

　　15、把活着的每一天看作生命的最后一天。——海伦·凯勒

　　16、落日无边江不尽，此身此日更须忙。——陈师道

　　17、在今天和明天之间，有一段很长的时间；趁你还有精神的时候，学习迅速办事。——歌德

　　18、莫轻易，白了少年头，空悲切。英语名言警句。——岳飞

　　19、岁往弦吐箭。——孟效

　　20、盛年不重来，一日难再晨。及时宜自勉，岁月不待人。—陶渊明

　　21、一年之计在于春，你看关于学习的名言警句。一日之计在于晨。——萧绎

　　22、欢娱不惜时光逝。——英国

　　23、时间比理性创造出更多的皈依者。——汤姆·潘恩

　　24、“年”教给我们很多“日”不懂的东西。——爱献生

　　25、时间是审查一切罪犯的最老练的法官。——莎士比亚

　　26、时间是衡量事业的标准。——培根

　　27、时间能使隐躲的事物显露，也能使灿烂夺目的东西黯然无光。——意大利

　　28、时间伟大的作者，她能写出未来的结局。——英国

　　29、与时间抗争者面对的是一个刀枪不进的敌手。——塞·约翰逊

　　30、时间是最好的医生。——英国

　　31、时间能缓解极度的悲痛。——英国

　　32、时间会使钢铁生锈。——匈牙利

　　33、时间是最伟大、公正的裁判。——俄罗斯

　　34、时间能揭露万事。——英国

　　35、天波易谢，寸暑难留。——唐·王勃

　　36、年难留，时易损。——南北朝·谢惠连

37、时间是无声的脚步，不会由于我们有很多事情需要处理而稍停片刻。——欧洲

　　71、完成工作的方法是爱惜每一分钟。——达尔文

　　72、合理安排时间，就等于节约时间。——培根

　　73、过于求速是做事的最大危险之一。——培根

　　74、应当仔细地观察，为的是理解；应当努力地理解，为的是行动。——罗曼·罗兰

　　75、每一点滴的进展都是缓慢而艰巨的，一个人一次只能着手解决一项有限的目标。——贝弗里奇

　　76、人寿几何？逝如朝霜。时无重至，华不再阳。——晋·陆机

　　77、盛年不重来，一日难再晨；及时当勉励，岁月不待人。──陶渊明

　　78、皇皇三十载，书剑两无成。——唐·孟浩然

　　79、山川满目泪沾衣，富贵荣华能几时。不见只今汾水上，唯有年年秋雁飞。——唐·李峤

　　80、时而言，有初、中、后之分；日而言，有今、昨、明之称；身而言，有幼、壮、艾之期。——唐·刘禹锡

　　81、等时间的人，就是浪费时间的人。——伊朗

　　82、谁把一生的光阴虚度，便是抛下黄金未买一物。——伊朗

　　83、时间能使隐藏的事物显露，也能使灿烂夺目的东西黯然无光。——意大利

　　84、时间就是生命，无端的空耗别人的时间，其实无异于谋财害命的。——鲁迅

　　85、你热爱生命吗？那么别浪费时间，因为时间是组成生命的材料。——富兰克林

　　86、少年易老学难成，一寸光阴不可轻。——朱熹

　　88、成功＝艰苦劳动＋正确的方法＋少说空话。——爱因斯坦

　　89、放弃时间的人，时间也放弃他。——莎士比亚

　　101、从不浪费时间的人，没有工夫抱怨时间不够。——杰弗逊

　　112、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。