**《做时间的主人》**

**——八（6）班微班会方案**

**常州市河海中学 徐艳**

1. 微班会背景：

时间对于世间万物而言，其长度是有限的。常言道：“人生一世，草木一秋”。但我们除了有像草木一样的生死外，我们却更加的懂得人的生命意义不仅仅是生与死之间的这样一段路程，而是伴随人一生的诸多社会价值在个人身上的体现和要求。

从人生的成长角度来看，学生这一群体对理解时间的深浅和利用时间的多寡是变化的、发展的。小学生年龄较小，自我约束力也比较差，他们对时间理解和利用是浅显的；十几岁的初中生也是比较贪玩，他们可以在师长的督促下萌发一些理解和利用时间的念头。尤其在进入八年级后，大多学生不能合理安排学习与生活的时间，学习下率低下。如果在青年时期没有养成良好的时间理解和运用习惯，对于今后的学习、工作是非常不利的。

二、微班会目的：

通过班会活动，使学生体会到时间的宝贵，明白珍惜时间的重要性，初步掌握时间分配的技巧，培养规划时间的能力，学会合理安排时间，养成良好的学习习惯，在班级营造“分秒必争”的学习氛围。

三、微班会重点：

1、感悟时间的短暂宝贵。

2、自我剖析，挖掘浪费的根源。

1. 学会合理安排时间，养成良好的习惯，做时间的主人。

四、微班会准备：

1、长约15厘米、宽约1厘米的小纸条若干；一个大口透明的杯子，一瓶水，一些大小不等的石头、粗沙、细盐。

1. 收集一两句关于珍惜时间的名言。

五、微班会时间：

15—20分钟

六、微班会形式：

游戏、讨论交流

1. 微班会流程：

导入：由朱自清的《匆匆》引入，贴近生活，让学生感同身受，激发想要做时间的主人的欲望。

第一环节：感悟时间。（做几个关于时间的游戏）

第二环节：自我诊断。（讨论交流，剖析原因）

第三环节：做时间的主人。（方法集锦，树立榜样）

结语：昨天是一张作废的支票，明天是一张未兑现的期票，而今天是你唯一拥有的现金——所以应当聪明把握。