# 最新中学生计划书(精选8篇)

来源：网络 作者：暖阳如梦 更新时间：2024-08-27

*时间过得真快，总在不经意间流逝，我们又将续写新的诗篇，展开新的旅程，该为自己下阶段的学习制定一个计划了。什么样的计划才是有效的呢？以下是小编收集整理的工作计划书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。中学生计划书篇一制订学习计划的目的是通过确定...*

时间过得真快，总在不经意间流逝，我们又将续写新的诗篇，展开新的旅程，该为自己下阶段的学习制定一个计划了。什么样的计划才是有效的呢？以下是小编收集整理的工作计划书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

**中学生计划书篇一**

制订学习计划的目的是通过确定学习目标，合理地安排学习时间，从而提高学习成绩。

1、计划是实现学习目标的蓝图;

2、制订计划是实行自我控制、自我管理的前提;

3、制订计划能减少时间的浪费，提高学习效率。

二、学习计划一般包括的内容

学习计划有平时计划、阶段计划和长远计划三种。平时计划以通常的学习常规和临时性安排为内容;阶段计划以一个月或一个学期为一个周期;长远计划以一年或几年为周期。

学习计划一般应包括：(1)对上学期(或前一阶段)学习情况的分析，简要说明所取得的主要成绩和存在的问题;(2)提出本学期(或下一阶段)的努力方向并确定目标;(3)学习时间如何安排;(4)采取哪些措施，采用哪些方法。

三、怎样制订学习计划

1、全面分析，正确认识自己。

准确找出自己的长处和短处学习方法，以便明确自己学习的特点、发展的方向，发现自己在学习中可以发挥的最佳才能。

2、结合实际，确定目标。

订计划时，不要脱离学习的实际，目标不能定得太高或过低，要依据：(1)知识、能力的实际;(2)“缺欠”的实际;(3)时间的实际;(4)教学进度的实际，确定目标，以通过自己的\'努力能达到为宜。

3、长计划，短安排。

要在时间上确定学习的远期目标、中期目标和近期目标。在内容上确定各门功课和各项学习活动的具体目标。学习目标可分为：(1)掌握知识目标;(2)培养能力目标;(3)掌握方法目标;(4)达到成绩(分数)目标。

长计划是指明确学习目标，确定学习的内容、专题，大致规划投入的时间;短安排是指具体的行动计划，即每周每天的具体安排和行动落实。

4、突出重点，不要平均使用力量。

所谓重点：一是指自己学习中的弱科或成绩不理想的课程或某些薄弱点;二是指知识体系中的重点内容。订计划时，一定要集中时间，集中精力保证重点。

5、计划要全面，还要与班级计划相配合。

计划里除了有学习的时间外，还要有进行社会工作、为集体服务的时间;有保证睡眠的时间;有文体活动的时间。时间安排上不能和班级、家庭的正常活动、生活相冲突。

6、安排好常规学习时间和自由学习时间。

常规学习时间(即基本学习时间)：指的是用来完成老师当天布置的学习任务，“消化”当天所学知识的时间。

自由学习时间：指的是完成了老师布置的学习任务之后，所剩下的归自己支配的学习时间。在自由学习时间内一般可做两件事：补课和提高。补课是指弥补自己学习上的缺欠;提高是指深入钻研，发展自己的学习优势或特长。不管是补课还是提高，最好要围绕一个专题进行，这样做，学习比较容易见效果。

自由学习时间内所取得的学习效果，对改变学习现状具有重大的作用，因此这一时间的安排，应当成为制订学习计划的重点之一。

7、脑体结合，学习和其他活动应合理安排。

在安排计划时，不要长时间地从事单一活动。

(2)安排科目时，文科、理科的学习要错开，相近的学习内容不要集中在一起学习;

(3)同一学科的材料，用不同的方法学习。

8、提高学习时间的利用率

时间是宝贵的，自觉提高时间利用效率，是每个中学生学习上进行自我修养的重要内容。

(3)零星的或注意力不易集中的时间，可安排学习自己最感兴趣的学科或做习题。这样可以提高时间的利用率。

**中学生计划书篇二**

1.每天早上6：20起床，用10分钟将头天要背的课文温习12遍，6：40从家出发。

2.上课认真听讲，积极发言，做好笔记。

3.认真仔细写作业，，认真对待每一门课。

4.写完作业后，复习当天的内容并预习第二天上课的内容。

5.对于副课及思政(历史、地理、生物)每学完一课后，要用心去作自己买的课外习题书，作的时候要做到不抄答案，不看书，凭借自己所学的去做。如果遇到不会的题，也不能马上看答案或看书，要等到全部做完后，再去找答案，并及时背过。

6.对于主课及数学(代数、几何)、语文、英语、科学和政治，每学完一单元或一课时，要对比《优化设计》的讲解部分进行进一步的加深理解和巩固，并要做练习题，写时仍不能抄答案，写完后可交老师批改或对照答案，找出错误及时纠正。

7.遇到不懂得要及时问老师或问同学，弄明白。

8.每天晚上听30分钟英语，训练自己的听力。

1.因为我最薄弱的一项科目是语文，成绩处于中等水平，作文干巴巴的，不生动。空闲时间多看课外书，每天记1～2条好词佳句,按老师的指导进行写作练习。争取每次作文练习都在95分以上。

2.提前老师的讲解做考纲和全品的题目，前天晚上认真预习。多做深，精的题目，拓展思维。 3.每天坚持朗读外语作品，养成良好的语感。认真识记考纲后面的单词，严格避免中考因单词而失分。认真复习和预习全品的考点聚焦和附录，要求重点掌握语法，句型。注意活学活用。

4.循环复习和背诵常用原子质量表，元素化合价，酸、碱、盐溶解表，严格避免因为忘记它们而在中考中失分。认真识记和归纳老师给出的化学方程式，要求活学活用，知道反应条件，反应结果。

5.认真识记物理公式，物质常量，电学和光学是物理里我最薄弱的环节，我要跟随老师的总复习，认真，仔细的巩固电学和光学知识。根据考纲认真复习各点知识，按时完成作业，做笔记。

6.根据考纲认真复习历史知识点，在未来的2个多月里循环复习，加强记忆，认真记忆老师归纳的口诀，表格，利用它们能很好的记忆知识点，关注今年发生的时事，联系时事与中学历史的联系。

7.根据考纲与全品上面的题目和知识点循环复习，背诵。由于今年中考政治变得很活，所以不能死记硬背，要活学活用，认真参考其他地市的中考题目。以上的学习计划要认真实施，成功在于行动，过一段时间要仔细分析检查现状，与制定的计划。

初中阶段的我，不仅努力学习了课内的文化知识，还留心总结了一些学习方法。渐渐地，我形成了一套有我的特色的学习方法，但如果你真正了解了我的学习方法的内涵与真谛的话，你会发现这一方法不仅仅是用于我，还适用于很多同样的同学。由于我接触的中上等的同学比较多，此方法更适用于学习上不错，但总也不能十分拔尖的同学。

其实学习方法多种多样，不同的人也要采取不同的学习方法。我写这篇文章也只是想把我的制定学习方法的方法告诉大家。这样才能真正使那些读过此文的人受益。学习别人的方法切忌照搬。一定要有自己的主见，通过实践总结出适合自己的学习方法，这样才能有收获。

还要在这里强调一点：学习不是苦差事，做好学习中的每一件事，你就会发现学习，是一块馍，你能嚼出它的香味来。(此句引自肖复兴肖铁的《我教儿子学作文》1996年4月第一版211页)

这一切都是我个人的一些想法、经验。我的思想也许比较独特。合理的可以自己试试，偏激的干脆掠过不读。我会从以下几个方面进行阐述。

1、学习未动，兴趣先行

2、务学与求道

3、自信是成功的第一秘诀

4、态度决定一切

5、不强调进步

6、练就过硬的本领是学习的根本目的

7、会玩、会偷懒、然后会学

8、考试、分析考试结果、做出下一步计划、调整自己

9、学习别人

一、学习未动，兴趣先行

孔子曰：知之者不如好之者，好之者不如乐之者。这句话是非常有道理的，它深刻地阐释了学习兴趣对于学习的作用。

之所以把兴趣放在首位，也是因为兴趣是十分重要的。兴趣能够调度人的更多的精力在某一方面。如果你把兴趣调整到学习上，那你就比别人多了许多精力，胜算也就大一些。

经常向一个学习很好的人学习，3年来，最大的发现也莫过于：她对任何一个科目都充满了兴趣。这种兴趣，使它比别人多了一份求知欲。这种求知欲，使他不会放过每一个从她身边划过的知识。这也使她有了别人都难以做到的对于学习的一种艮劲，所以她能过做出许多别人做不出的难题，也使她可以把自己的基本功培养得十分强大。这足以体现兴趣的力量之大了。

培养兴趣也并非一件难事。在这里我只介绍两种方法。

可以利用人的条件反射，如果一个人总是疲劳时候读书学习，他一学习就想睡觉，长此以往，学习和睡觉建立了条件反射，学习的时候就总是无精打采的。这就是有些人上课总爱睡觉的缘故了。你可以在学习前做一些使自己身心愉悦的事情，学习的时候保持这种愉悦的心情。以后，愉快与学习就形成了条件反射，一学习就高兴，一高兴就学习。这样就做到了培养学习的兴趣。不过学习，其他方面也可以这样做。

兴趣需要别人的赞扬和鼓励。当你需要针对某一方面的兴趣时，你先硬着头皮做这种并不愿意做的事情，并投以很大的热情，争取做得好一点。得到别人的夸奖和鼓励，自然就更愿意做了，这样也可以培养兴趣。我初三的下半学期，有一个阶段政治很差，又没有什么兴趣。但我觉得必须提高政治的成绩了。于是我每天回家先写最难办的政治作业，经常主动地找政治老师探讨问题。就这两条措施，十天之内使我的成绩大有长进。

可以说：兴趣是学习中最活跃的因素，是影响学习成绩的主导因素，决定着学习中的一切其他方面。必须重视兴趣。

二、务学与求道

还是要引用孔子的一段话：学而不思则罔;思而不学则殆。这句话可不是随便说说，是有着深刻内涵的。它揭示了务学与求道的基本关系。

务学就是学知识学本领，掌握技能;而求道是通过学习进一步思考得来的有关事物一般规律的普遍真理(在这里可以认为是那些有实践意义的理论)。务学与求道又可以理解为理论和实践之间的关系。

务学与求道必须协调发展，保证二者同步实施，同步发展。

务学和求道结合的好处很多，如果你感兴趣，可以找出苏轼的《日喻》来读读，那里已经叙述得很清楚了。

搞好务学与求道之间的关系，包括两方面的内容。一是在思考和实干结合上，二是在研究学习方法和实践学习方法上。

思考和实干必须结合：在学习中应该善于思考，从学到的每一点经过思考能够扩展出许多知识，这样就丰富了你学习的内容。这里仅举一例。初二物理学习压强时涉及了连通器原理。书上是这样写的：上端开口、下部连通的容器叫连通器，连通器里的水不流动时，各容器中的水面总保持相平。(人教版物理第一册20xx年3月第一版156页)那么就可以这样思考上端不开口的是什么样子的(托利拆里管)，思考下部不连通改为上部连通是什么(虹吸现象)，思考连通器中不装水而装了两种不同的液体会怎样(液体压强的计算)，思考连通器中的水如果流动会怎么样(液体流速对压强的影响)，思考连通器有哪些应用(船闸的原理)，思考在一个水面施加压力，另一个水面产生向上的压力是多少(帕斯卡定律，千斤顶的原理)，思考如何证明水面会相平(平衡力)。一个定义，引出了7个思考。这样你的知识就大大地丰富了。

研究学习方法和实践学习方法必须结合：通过思考得到了学习的方法，就一定要试一试，通过尝试为自己积累许多宝贵的经验，通过反复的思考这些经验又能够想出新的学习方法。这样可以不断的有新的学习方法。这才是确定学习方法的方法。

搞好了务学与求道的关系，是使自己永远更新知识，丰富自己的头脑的必要条件，也是不断保持最新、最适用于自己的学习方法的要点。坚持思考与学习同步发展代表着先进的学习方法的发展要求，代表着先进学习理论的前进方向，代表了掌握最广大知识的能力水平。务学与求道必须协调发展，二者要同步实施，同步发展。

三、自信是成功的第一秘诀

爱迪生说过：自信是成功的第一秘诀。自信在学习中是十分重要的，而且自信是学习的过程中容易忽视的部分之一。

有时候学习成绩不好，人们往往归结于自己的不够努力，或者不够聪明，往往忽视心理上对学习成绩的巨大影响。可以说：心理上的调整是要重于学习方法、学习态度(努力与否)的。在学习中，心里安静，就能够踏下心来认真学习，做题;心理积极就能够不断地将压力转化为动力，促进自己的前进;同样的，心里信任自己，总并不盲目地认为自己是对的，就能够不胡乱猜忌自己已经做出来的答案。这点看似很小，但起到了至关重要的作用，一是考试的时候，你会省下时间去检查那些自己确信正确的题目，一是考试以后你心里会变的有根。其实自信是一种生活态度，是一个成功者必备的素质。自信心不是无端地建立起来的，而是自己要有过硬的本领扎实的基础。这些会在下文中写到的。

做理科题应该能够做到：做完之后自己就知道正确与否。其实自信就是相信自己有能力解对题。它所起到的作用是将你已有的能力极大的发挥出来。他在你学习的过程中处处有所体现，所以它的作用的确是很大的可以说：我是自信造就的成功者，我的每一步成长都伴随着自信的更加成熟。

说了那么多，还是说一点实际的东西吧。你如果要创造自信，关键的就是要把自己放在一个强者的地位。如果你有强的科目，那你就可以找一个在这方面不如你的，对他说：我决定要帮你学某某科的，有什么需要我帮忙的吗?给他讲题，给他找题做。这是创造自信一个非常好的办法。也可以做一点别人多忽视的题，使成绩有很快的上升，也能够增强自信。

自信是最大限度发挥自己能力的前提条件。如果你有自信，你就可以说自己是一位不折不扣的成功者。

四、态度决定一切

米卢说过：态度决定一切。这句话不仅适用于足球，同样适用于学习。学习中的态度包括以下几个方面：主动、进取和奋斗。

拥有一个主动的态度十分重要，可以说：天才，就是主动性的爆发。遇到了每一件事绝不退缩，积极地去做，这就是一种主动的态度。主动可以使你比别人多许多做事的时间，可以比别人多做许多需要做的事情。你得到的练习就会很多，也更容易受到老师的关注。

进取可以让你不停地向上，防止人变得堕落。向上看，至少能够不往下走。这里不再多说。

奋斗也就是我们平常所说的努力。那种不怕苦，不怕累的精神在学习中也是需要的。看到了一道有意思的题，就不惜一切代价攻克它。为了学习，废寝忘食一点也不是难事，只要你做到了有兴趣。

态度是实力的前提，有良好的态度才能题得到自信、过硬等一系列的东西。态度和兴趣同等重要。

五、不强调进步

说了那么多进步的东西，好像只要这样做就能够进步似的\'。其实事情并不像想象得那么简单。你进步别人也进步，就体现不出来。非但什么时候产生了跨越式发展了，才有可能看得出来。不进步或小幅度的退步是非常正常的。

如果你觉得自己停滞不前，那你就已经在进步了。如果你初中三年在学校的名次都没有变，那你就已经是进步了。因为你学的知识越来越难了。何况大家都在进步。

暂时的停步不前是为你得下一次更大的进步做准备，所以要把做出了巨大的努力之后没有效果作为平常的事情。毕竟有很多事情是不随人愿的。

六、练就过硬的本领是学习的根本目的

过硬，就是基础扎实。这是学习的核心问题。记住，无论什么样的学习方法都必须有利于使自己的基础扎实，有利于培养自己良好的习惯及以更高水平的能力，有利于增强自己的学习兴趣及自信心。这是我们评判学习方法是否对自己有利的根本依据。而其中核心就是扎实的基础。

扎实的基础可以使成绩稳定，扎实的基础可以使每一次考试无所惧怕而坦然面对，扎实的基础保证做题的速度与质量兼得，扎实的基础可以使它的好处很多很多。做到就更非易事。

据我理解做题时最好的方法，但不同的人做题会有不同的效果。做题少的人不一定学习差，做题多的人也不一定就成绩好。

做题有助于过硬，所以做题十分有必要。老师留的题不可不作，但自己也要根据自己的情况补充一些练习。

选题上是有学问的。做什么样的题要根据自己要达到什么样的目的来决定。要是自己做题更加熟练，就需要找一些并不是很新颖的一般题来做，这种题不厌多做，几十道题如果涵盖面广的话，可以多做上几遍。初二的时候，我的整式计算很差，几十道题全是枯燥的计算，我不停地做了好几遍，一上午就使自己的纯计算能力有了很大的长进。如果要多见见各种类型的题目就一定要找新颖的题。如果要锻炼自己的解体能力，就要找大题由简入深做下去。

做题一定要做细，必须落在笔上，最好能够写过程。只有做精做细，才有条件将来做大做强。做题切不可着急，需要心平气和，像品咖啡一样，慢慢地品味你所做的几道题。如果没有时间就不要做题。应该记住做题是宁缺毋滥的。抽空做题也不是不可能，但最好细微的时间被用到文科上，这样文科和理科就能够综合地发展了。

七、会玩、会偷懒、然后会学

把玩和偷懒放在一起，但他们实际上是两个问题。

玩主要指在学习之余要有一定的兴趣爱好，另外还要通过玩来放松身心，使下一次的学习更有效果。兴趣爱好可以使人有机会调整自己的身心，有办法通过更换自己的注意力所在，来调整自己的兴奋点。有了爱好，也有助于培养学习上的兴趣。爱好决不是占用学习时间没用的东西，它有利于提高对学习的兴趣，有利于提高学习及其他一些事情的效率。这种爱好必须是自己真正喜欢的，而不是别人逼迫的。做消耗体力的运动也能够缓解脑力上的疲劳。

偷懒实际上是指寻找更好的方法。这里只适用于理科。当遇到一道十分复杂的题目时，不要急于往下做，不要用麻烦的方法解决。花点时间想想有没有更好的方法。这样不仅节省了你解这道题的时间，也提高了你解决问题的能力。非常有作用。女生学理科不好很大的原因就是不懂得偷懒。

硬学不会有最好的成绩。如果多出去旅游还能丰富一下自己的经验，可以培养人的内在修养和外在阅历。人经常做到以上两点，可以变得有灵气。这就是有些人不那么努力就会取得很好成绩的道理了。

八、考试、分析考试结果、做出下一步计划、调整自己

有一次数学考试，没带手表。考试的是很特别着急，结果十分不理想，由于着急好几道题都不会做了。从此我就再也没有在考试的时候带过表。考试，是一件平常的事情，应当以平常心对待。考试不过是检测你对知识到底掌握了多少。这仿佛就是测肺活量，测量你到底有多大的呼吸量。没有什么区别。应该抱着有多大劲儿，吹多大气儿的思想来考试。这样你就能够轻松地面对考试。考过试了，就很自然地要分析考试。分析得正确与否，关系重大。

分析之前，假定这次说明不了什么问题，这样能够使分析错了的不良后果减小到最少。

第一步，想一想，这次考试自己满意不满意，对什么满意，又对哪些方面不满意。再想想，这次考试有没有什么特殊的，例如：第一次考试、没有复习的考试如果有这种特殊情况，那么这里就可以得出结论了：

1、考得不好，说明不了什么问题，我努力，我就不信下回我考不好的!

2、考得好，说明不了什么问题，一时侥幸，还得努力，看下次才是印证我的实力的时候!

如果一切正常就进行下一步。

第二步，自己是不是偏科了。这时应对弱项多加练习

第三步，自己是智力因素还是非智力因素导致的丢分。智力因素就要调整自己的方法，非智力因素就要端正自己的态度。

第四步，作下一步学习的计划。

第五步，认真修改自己的分析。

最后，看看自己在年级里是进步了还是退步了，不要太在意，不过大幅度的下降需要一些非常手段了。

在学习的始终，贯穿的就是计划的制定。计划分为长期计划和短期计划。短期计划要不停地制定，例如：晚上先写什么作业，最近几天的主要任务是什么(做哪的课外题、攻克哪方面的难关)这都很好制定。

长期计划制定以后必须坚持谨记，卧薪尝胆就是长期计划成功的最好的例子。诸葛亮的隆中对也是十分成功的长期计划。

计划的制定切忌过高过大，尤其是短期计划，制定时必须考虑到它的可行性。而且每一步都要按照计划实行。

制定计划还要重视它的指导性。计划一定要有计划的价值。用它指导我们的学习工作。必须要看出计划是你的效率提高了，你的生活不再是那么没条理了才好。说了这么多，关键还是要落实到行动上去。这就需要发现了自己的问题以后，对自己做出相应的调整。

如果你现在是这样，不调整你会永远是这样，不会发生变化。那么渐渐地你就失去了主动，再要想自主的调整就很难了。

调整也分步骤

2、小的调整直接进行，大的调整需要有一个试用期，实行大的调整前，必须考虑慎重，我们不能输掉长达一个月的时间。

3、在考试中印证自己，如果和自己的预想一样，就进行下去。不一样，就进一步调整

调整是取得进步，不断向上前进的必由之路。

九、学习别人

孔子曰：三人行必有我师，别人总会有比自己强的地方。别人做了什么自己不做的事，就应该想想，我这样做对我有没有益处，这是他成功的秘诀吗?这是我学习别人的主要方法。

不要避免与比自己成绩好的人说话，他们有很多地方是你所没有的。应该向他们学习。必要的时候厚脸皮一点，向比自己强的人多请教一些东西，探讨一些学习的方法。这些人往往是能够给你最大帮助的人，他们的无意的一句话，也许会使你茅塞顿开。这都说不准的。

比你成绩差的人未必处处比你差，他们之中也有你学习的地方，你必须分清什么样的是造成他们不如你的原因，就不要学。而提炼出来他们身上的精华。王羲之曾经集合众家之长，才能尽变古体，被世人尊为书圣。《吕氏春秋》曾经集合诸子百家思想成为一字千金的难得好书。韩非子也曾集合各种不同的文化思想，成了著名的思想家。孔子周游列国，学到的知识尽为其所用，成为世代传诵的圣人。他们都是在自己的领域的集大成者。发明者、创造者，都没有留下姓名，只有集合了那些发明创造创造出巨大的价值的，才是成功的人。我们也要学习所有的学习方法，尽为我们所用，才能够有成绩上质的飞跃。

**中学生计划书篇三**

伴着时间的脚步，渐渐升入初中，所以，一系列的学习方式以及学习习惯都将改变，因此，制作了此学习计划书。为的是，无论什么考试，都能取得优异的成绩。

刚刚步入中学，可能还有些不适应初中的学习进度，因此要更努力的学习

初一是初中的第一个台阶，如果想要迈出扎实的第一步，那么就要把一切的精力全部都用在学习上，但是一定要快乐学习。

所以，可以为自己量身定做一个适合自己的目标计划，此目标且不能过大，也不能过小，一定要适合自己，才可以达到自己的终极目标。

学习目标：

1、 上课认真听讲，积极思考老师提出问题并敢于说出自己的想法，做好笔记，如有不懂的知识点，要及时问老师，做到当天的知识当天融会贯通。

2、 作业认真完成，不准有一丝的马虎，如有不对的题，看看自己是不认真还是不会，如果是不认真，则下不为例;如果是不会，则即使询问老师。

3、 每天要及时复习当天学完的知识，预习第二天要学的内容。

4、 每周的休息日，在完成作业的情况下，要把一周学习的知识，全部总结一遍，再巩固一遍，并写出自己一周的学习心得。

5、 每天要听30分钟英语，训练自己的听力。

6、 像数学、语文、英语这样的主课，课上一定要仔细倾听老师的解析，每天都要做几道练习题，提高做题水平，找出自己不足的地方，该背的内容要及时背熟，直到全部都会为止。 7、 像历史、地理、生物、政治这样的副课，每学完1课后，要及时复习并背熟重点，再做练习，并找出不足，直到没有不会的地方为止。

8、 每次测验之后，自己卷子上若有错误，老师在解析试卷时，要认真听，找出自己出错的理由，并进一步的加深理解，找出不足，增强巩固。

9、 若有自己的一些想法，要及时和老师讨论。

10、 利用课余时间，看一些有用的课外书，开阔眼界。 上课认真听讲，提高课堂效率，是学习好的前提和保障。在我看来，这是一种最重要也是最有效的学习方法。学习好的同学都有一个共同特点，那就是上课精力非常集中，决不放过老师所讲的每一句话，而不像有些同学，刚听了两句就觉着什么都听懂了，从而错过了很多重要的知识点，在做作业和考试时，有很多老师上课反复强调的知识点他们都做错了，这样一来，学习成绩自然也就不可能会好。上课还要养成记笔记的习惯，这些都是课堂上的重点，同时，记笔记还能帮助你认真听讲，因此，在课堂上记笔记还是很有必要的。

课后要及时复习，认真完成作业，对当天所学的知识进行巩固。人脑毕竟不是电脑，总有个遗忘问题，而其，遗忘的基本规律是先快后慢，新学的东西在短期内遗忘的速度还是很快的，必须要及时、经常的进行复习，孔子云学而时习之，不亦悦乎，温故而知新，可以为师矣，可见，复习对学习来说真的是很重要的。

很多好同学都有课前预习的好习惯，这样，在上课听讲的时候，就更有针对性，有助于提高课堂听讲效率。每一章节学完之后，他们还能及时复习，从而能对所学知识有一个系统的认识。

对数学这门学科来说，对概念的理解非常重要，切忌死记硬背。数学跟语文和英语不同，不需要背的一字不差，重在理解，只要意思对了，关键性的字词不错就可以了。明白了还要会用，这就需要多做题，加深理解，多见识一些题型，打好基础，提高能力，增强信心，要有恒心和毅力。对于学有余力的学生来说，决不能仅满足于课本上的那点东西，多做点课外题，甚至上奥数班，来提高自己的能力，还是很有必要的。

同学们在学习中难免会遇到难题，这对你来说是一笔宝贵的财富，一定要珍惜，首先要自己多动脑子，下功夫解决，当你通过努力，终于想通了以后，会有一种豁然开朗的感觉，你会体验到学习带来的乐趣，你的学习能力和自信心会得到很大的提升。如果自己实在是想不通，解决不了，就应主动和同学交流，共同探讨，或者直接向老师请教，有些时候，别人给你稍一点拨，你也会有一种豁然开朗的感觉。个人的能力毕竟是有限的，如果能发挥群体的力量，取他人之长补己之短，你会进步的快一些。

好同学会合理安排自己的时间，讲求学习效率，决不拖拉，靠时间，同学们千万别有这样一个错误的认识：觉得在学习上花的时间越多，就显得越用功，效果就会越好，其实未必，效率才是最重要的。有些问题明明10分钟就可以解决，你非要靠上半个小时，那你的效率就实在是太低了，有些时候，在一个问题上花费的时间很长了，但就是没有想明白，甚至是一点头绪也没有，那就不妨就先放一下，先做别的题，等别的问题解决了，再回过头来做这道题，而有的时候确实学累了，觉着很疲劳，那就不妨先休息一下，总之，效率才是最重要的，不能靠时间，更不能拖拉，以寻求心理上的安慰。

许多好同学手中都有一本错题集，专门收集自己在作业中和考试中做错的典型题目，并经常拿出来看，提醒自己以后别再犯，特别在考试前看一下，能给自己起一个很好的警示和提醒作用。

好同学不害怕考试，在平日写作业和做练习时，他们会像对待考试一样对待它们，因此，考试对他们来说，就像是平日做作业和做练习一样，不会太紧张，从而能正常发挥自己的水平，甚至超水平发挥。每次考完试以后，他们都能及时总结和反思自己，找出学习上的漏洞，及时弥补。

以上所说的学习方法因人而宜，不一定都适合你，可能你还有一些更适合自己的学习方法，只要你觉着是适合你的方法，对你来说就是最好的方法。

**中学生计划书篇四**

1、提高自我在英语、数学（物理）的学习潜力；

2、加强运动，提高身体素质；

3、学会做简单的家常菜。

1、组织好学习小组，以三个人一组为好，进行合作性学习。（学习水平相当的同学组成小组比较适宜）

2、按教材知识前后的顺序，整理上半学期的英语、数学（物理）练习卷和考试卷。（或者能够根据老师的推荐去买一两本适宜提高学科潜力的辅导材料）

3、把练习卷上做正确的题目进行整理，确认自我已经掌握了哪些知识，具备了哪些运用潜力，树立自我对本学科的信心。

4、把练习卷上做错的题目进行整理，打开教科书，逐题进行分析，找到错误的关键之处，进行认真的订正后，再到教材上找到相关类型的题目，进行练习、强化。

5、无论在订正试卷习题，还是在做辅导材料时，遇到困难，三人小组一齐分析，或者到图书馆去找参考书，能够去找老师，也能够进行挑战性竞赛，看谁先解决问题。

6、把错题订正完成以后，就把错题订正的全过程背出来，进行接替方法的积累。

7、到办学质量比较好的社会业余学校去读英语口语训练班，提高自我的英语会话潜力，和英语学习素质。

8、对于新初三的学生，能够在暑期中参加一些竞赛辅导班，为新学年的各类竞赛打好基础。（也能够超前读一些新初三的课本，提前了解初三的学习资料）

9、每周打两次球，游三次泳，增加运动，提高体能。

10、每一天晚上，听音乐，上网浏览，看书读报，和同学聊天等，做自我有兴趣的事。

11、每周跟着父母学做两次家常菜，如炒茄子、蒸鱼之类，再做一些力所能及的家务。

1、一星期学习五天，上午2.5小时，下午2.5小时。按一小时一节课安排好课表。

2、每一天下午3点以后是运动或做家务的时光。

3、晚上两个小时是发展兴趣的时光。

4、双休日去看一些有益的展览会，或参加一些有益的社会活动。

1、设计好每一天的生活学习评价表，对自我每一天的生活、学习作好评价。

2、合作学习小组的同学互相督促，执行暑期生活、学习计划有始有终。

**中学生计划书篇五**

光影似箭，岁月如梭。期末考试离我们越来越近了。想从期末考试中获得鲜花和掌声吗想，那么，就请把握此刻，决战期末。

“十年砺剑百日策马闯雄关，一朝试锋六月扬眉传佳音”，我坚信即使前方道路充满阴霾和坎坷，我们都必须勇敢应对!拿出破釜沉舟的勇气，坚持下去，成功必将属于我们自我!让我们肯定自我，超越自我，创造自我，让我们心中伴着信念，矢志不渝，带着期望而迈向辉煌!

下头我就在未来半个月中，我们应当怎样调整好自我状态提以下几点提议：

第一，争分夺秒，提高效率。期末考试是对一学期来所学资料的全面考查，它所复盖的知识点多，本事要求也更高更全。这就需要我们花更多的时间来复习和记忆，我期望我们学生要珍惜这半个月的时间，坚持不懈。一方面要保质保量完成教师布置的复习题;另一方面还能够根据自我的情景作出合理安排。我们能够把所有的作业和测试卷拿出来整理，找出原先的错误，并分析错误的原因，再做一些同类的题目进行巩固。成绩优异的同学能够归纳方法，一题多解。学有困难的学生多注重基础知识，能够完成书本的练习题，举一反三。还要多向家长和教师寻求帮忙，仅有这样复习的效率就提高了。

第二，应对困难、不要泄气。在学习的过程中，难免会碰到一些难以解决的困难，但有时只要你换个角度去思考问题，也许就会豁然开朗。问题也将迎刃而解。

第三，平和心态，决胜千里外。同学们，临近考试，请你放下背上的包袱，用平和进取的心态，坦然的迎接考试，迎接梦想的飞翔。你能够思慕古人那种“不以物喜，不以己悲”的旷达胸襟，向往诗圣李白恃才傲物的豪迈情怀，艳羡“问苍茫大地，谁主沉浮”的高瞻远瞩。运筹帷幄，决胜千里之外;啸傲考场，人生处处精彩。

同学扪，考试的号角已经吹响，胜利的旋律在寰宇回荡，长风破浪正此时，直挂云帆济沧海，行动起来吧，我们必须会谱写自我的辉煌。相信自我吧，人间自有公道，付出就有回报，我们的成绩必须会步步高。

文档为doc格式

**中学生计划书篇六**

“时光如水，生命如歌”假期的日子总是那么飞速而过。在白驹过隙间，我们送走了一个假期，迎来了一个新学期。为了让语文成绩更好，我制定了一个学习计划。

1、将课文熟读3遍，找出不会读，不会讲的字词，注好读音和意思。

2、把课文里的重点字词一一默出来，这样写起作业就顺手了。

3、将标好自然段的课文分成几个部分，并说出每个部分的大概意思。如此就可大概了解文章的主要内容与结构了。

工具书是继老师家长之后的另一个学习帮手。如《现代汉语词典》，《成语词典》和《古汉语常用字字典》……他们能在课堂上发挥重大作用。

学习每一门功课都必须要认真听课，而且学习目标要明确，听完后还要理解，记住。

1、笔记要简洁明了。

2、在课堂上做好笔记后，课后还要及时整理笔记。

语文作业不可马虎，如果某个字写错了，没及时发现就会失去一分。所以写完作业后检查也是十分重要的。遇到不会做的题不要急于问老师，更不要抄袭。我们可以翻出之前做的类似的题目。下定决心独立完成作业，对写的题目记忆也会更加深刻。

复习也是必不可少的一步，复习过后不仅巩固了所学的知识，还可以在原来的知识上进行一些必要的修改。这也是有方法的：

1、及时复习

2、计划复习

3、课本，笔记和教辅资料一起运用

为了优异的成绩，美好的青春，似锦的前程，我决心持之以恒，永不放弃！加油！

**中学生计划书篇七**

为

一、每日早读课，主要用来背语文、英语，有多余时间可用来背副科(包括生物、历史、政治、地理)。

二、每日中午主要学习副科(包括背诵、作业、资料)

三、下午放学后及晚上主要学习主科(包括作业、所有资料)。

四、根据学习需要可适当调整时间。

五、周末或平时有空闲，找爸讲主科的教材全解和所做作业中的错题。

六、按时完成老师所布臵的作业;每学期要写好学习总结和心得体会。

一、各学科要求在课堂中消化吸收，要坚决执行课前预习，课中认真听讲，并做好重要笔记，课后要总结性回忆，同时，强化课后练习是关键(多做试题加以巩固)。

二、语文、英语、副科主要靠记忆，当然做大量的试题巩固也很重要。学好语文的关键是提高阅读和写作能力，学好英语的关键是能读写常见的单词和熟练掌握语法。

三、数学、物理、化学主要是靠理解性记忆和做大量的试题加以巩固，多见识题型和掌握多种解题思路，做到举一反三，才能得心应手。

四、选好参考书，最好是两本书：一是中学教材全解(很有价值，必须学完，要好易错题和重点题，便于复习);另一本是轻巧夺冠试题(也要做完)。要求是不懂之处一定要找老师或同学求教。

五、高考或中考前做大量的模拟试题，总结和找准易错题，再针对性地加以练习。

六、高考或中考前5日内，将所有章节的重点(初中三年或高中三年的所有知识)复习1-2遍。

七、考试时要做到从容镇定，注意审题，做题要从易到难，并合理安排时间。若有剩余时间，再回头对未做的题或无把握的题重试一次。

八、若有时间，一定要温习已学过的知识(包括1-2年级的知识)，起到温故而知新的效果，直至达到创新境界。

一、要虚心向别人学习，做到不懂就问，问老师或同学均可。

二、上课要专心致志，思路跟着老师走，能做到不受任何外界的干扰。

三、学习中要做到忘我的境界，充分运用好温故而知新的良好学习方法。

四、解题思路要广，要多问自己为什么?所学知识要联系生活实际。

五、在学习无法集中或疲倦时，要休息好之后再学习;养成每日午休好习惯，有利于分配时间和精力。

六、切记好的学习方法：坚决做到课前预习，课后复习，考前梳理知识、考后总结学习经验。

**中学生计划书篇八**

从初中阶段进入到高中阶段，在学习上要跨上一个较高的台阶。为了顺利地跨越这一台阶，要有足够的思想准备，要以新的、不同于初中的学习方法，学好高中的课程。一个人确立自己的理想并不难，难得是有一个为实现理想而攀登的规划和决心。为此，制定一个高中三年的规划是非常重要的。所以我写下了这份高中三年学习计划书。

(一)高中六个学期的分析和自我目标

为实现以下规划必须做到：树立信心，满怀激情，走好成功第一步。切忌盲目激情，要有计划分步骤的学习，养成踏实认真的学习态度。

1、高一上半学期是一个初中走入高中的过渡时期。这个时期最主要的目标是：积极适应各科老师的教学方法，迅速吸收新知识，同时稳住脚跟，一步一个脚印地进步。所以我这个学期的目标简单来说就是四个字：适应、稳定。

2、高一下半学期是一个适应后的寻求及养成期期。这个时期由于对自己的学习态度、方法、能力有了一个比较客观的认识，因此对各学科特点有了一定掌握。这个时期的主要目标是：重点培养良好学习习惯，形成适合自己的学习方法，做到循序渐进地、有规律地学习，全面发展，形成自己的优势学科。简单来说就是：养成、规律。

3、高二上半学期是一个定位起飞期。此时，高中生活早已适应，学习方法、习惯已经成熟，所以，这个时期就要开始有所突破。这个时期最主要的目标是：进入一本梯队。

4、高二下半学期是一个稳步发展期。有了高二上半学期的起飞和突破之后，又要开始稳住脚跟了，这时要全面地、客观地看待自我和他人，毕竟“知己知彼，百战不殆”。这个时期最主要的目标是：稳定自我水平，基本确定自己在年级的学习地位。

5、高三上半学期是一个扎实复习期。经过高二的.认知后，自己的学习地位也稳定下来，不再轻易后退。就要完全静下心来稳扎稳打地复习。此时也要注意调整心态，摆正主观态度。时刻保持新鲜的自信心、坚韧的性格。不要受客观环境的影响，履行自己的计划，做到步步为营。

6、高三下半学期是一个加速冲刺期。可以适当地做些拔高。要全面解决自己所面临的问题，查缺补漏，扫除残敌，不留后患。还有此时心理素质也很重要。时刻摆正心态，注意情绪的变化，做到自我及时调整，自我鼓励和认定。就如爱迪生所说：“自行是成功的第一秘诀”。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn