# 最新暑假生活计划书(优秀10篇)

来源：网络 作者：清风徐来 更新时间：2024-07-22

*计划可以帮助我们明确目标、分析现状、确定行动步骤，并在面对变化和不确定性时进行调整和修正。怎样写计划才更能起到其作用呢？计划应该怎么制定呢？以下是小编为大家收集的计划范文，仅供参考，大家一起来看看吧。暑假生活计划书篇一随着研究生会换届选举的...*

计划可以帮助我们明确目标、分析现状、确定行动步骤，并在面对变化和不确定性时进行调整和修正。怎样写计划才更能起到其作用呢？计划应该怎么制定呢？以下是小编为大家收集的计划范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**暑假生活计划书篇一**

随着研究生会换届选举的\'结束，我们新一届生活部也产生了，一系列新的工作即将拉开帷幕。在过去的一年里，上届研会的师兄师姐们吃苦耐劳，认真负责，为学院和研究生会的各项工作的开展做出了巨大的贡献，也为我们作了优秀的榜样。在新的一年里，生活部要继续发扬优良传统，本着“快乐生活，用心创造”的理念，在全心全意为全院师生服务的同时，努力将生活部由“幕后推向前台”，打造生活部自己的精品，让全院乃至全校的同学感受到生活部的细心体贴的服务。基于以上的观念，生活部工作大体做如下安排：

人才是一切工作得以开展的基础前提。要搞好生活部的活动，选拔一批肯于吃苦，肯于工作，肯于奉献，有一定创新意识的成员至关重要。基于这一点，我部计划在新生开学2-3周时间内，本着高度认真负责，公平公正的原则，争取为生活部选拔一批胆大心细，活泼负责，敢于创新善于创新的优秀新成员，为生活部注入新的血液，带来新的生机。

1、基本工作的开展

（1）每年开学后新生在生活、安全、卫生等诸多方面都会存在许多问题和隐患，诸如对新的环境不适应，对研究生学习不适应，寝室的清洁卫生做不好，对学校各个地点不熟悉，缺乏社会经验容易受不法分子的欺骗迷惑等等。基于此，在新生入校报名作好接待工作同时发放相关教育学习材料。在开学之初及时组织专人前往新生寝室开展直接交流，使新生尽快适应新的生活环境，尽早进入研究生应有的学习状态。

（2）生活部要继续作好学生与学校后勤方面的联系人，协调好二者之间的关系。广泛收集同学们对学校饮食，安全方面的相关意见和建议，并及时传达给相关的部门。如个别食堂就餐难问题，基于此我们决定开展“自觉回收餐具”活动，提高大家就餐的环境和效率，同时积极于食堂方面沟通，提高其工作效率，从而解决这一问题。

（3）积极动员各寝室长，将各个寝室发展为生活部的重要“基层组织”，并

组织各个寝室进行每周一次包括安全、卫生等在内的全方位自我检查，争取形成一种习惯进而形成一种传统。从整体提高我院学生寝室的水平，让全体同学在寝室之中找到家的安全感和温馨感。

（4）针对社会上专对学生的不法活动十分突出的问题，我部决定从身边做起，积极关注与我校学生有关的安全方面的信息，协助学校相关部门做好安全通报工作，一有问题出现，及时将信息上报学校相关部门和老师，并及时传达给我院学生，做到有备无患，保证我院学生的安全。

2、配合学院和研究生会兄弟部门的相关活动

作为生活部在学生会工作的又一个重点工作，我部还要发扬上届生活部的优良传统，从整个学生会的大局出发，结合生活部的特点和优势，积极协作其他兄弟部门的工作。工作重点将放在生活部所负责的安全和后勤方面。总之，希望经过我们一年的努力能够在学生会内部树立“有困难，找生活部”的工作理念。 （本版块的具体活动内容主要依据学院和兄弟部门的具体要求而定）

3、创新方面

生活部作为一个幕后部门，一直以来都是默默在背后为学院，为老师，为同学服务，在联合兄弟部门举办各类活动的时候的时候也大多是在不为同学们所知的后勤工作。正因为如此，今年生活部计划联合部分兄弟部门开展一生活部自己的特色活动，在服务同学的同时，也能对生活部做一个很好宣传。

生活之中充满了无尽的知识和无穷的乐趣，我部计划联合宣传部创办《温馨小贴士》小报，小报内容会与同学的日常生活密切相关，初步计划有“一周天气变化趋势”、“生活小知识”“趣味小知识”等版块，具体还有待听取研究生会全体成员的意见和建议再做最终确定。

以上就是本年度生活部工作的大致计划，体现了生活部的工作特色和理念，要一一开展实施还需要学院领导老师的大力支持和兄弟部门的紧密协作。我们相信，新的一年将是我们生活部取得巨大发展的一年，更将是我们\*\*\*学院学院取得巨大发展的一年。

\*\*\*学院研究生会生活部

\*年\*月\*

**暑假生活计划书篇二**

团结互助，增进友谊

开学以后，经过两个多月的相处，同学们关系已将基本融洽，但男生与女生。寝室与寝室之间还是存在不同程度的隔阂，增进班级团结，进一步增强班级凝聚力。亲和力和战斗力，同时，本活动也有助于增进同学之间的交流，培养大家的动手能力和团队合作意思，丰富大家的课余生活，为此，我们网工1101班班委决定组织一次集体烧烤活动。

20xx年xx月xx日

森林公园柚子树农庄

网工1101班全体人员

班级集体活动

全体一寝室为单位分为若干组（寝室长为组长，单独寝室的另行安排）

1、提前联系好烧烤地点与用具，提前一天到市场预订烧烤食物，并在出发当天清晨去购物（由后勤组负责）

2、出发的预订时间在早上9：00，请同学们在8：45之前在校门口集合

3、各组长组织带领同学们安全有序的地前往目的地，到达目的地后由班长负责点名，确保无误。

4、到达目的地之后自由活动一小时，参观活动景点，后勤组利用空闲时间布置场地。

5、自由活动完，大约11：30，烧烤活动开始

6、视当时的气氛。条件而定，中场可以组织大家玩一些相互互动的游戏

7、大约在15：30—16：00返校

本次活动整体预算900元，在我们的承受范围之内，集体活动不存在大的安全隐患，目的地离学校比较近，周围有森林公园，此次活动我们做了充分的准备，能确保活动的安全进行。

1、所有成员必须有强烈的时间感和记录观念，准时集合

2、各成员必须服从安排，听从各组长和负责人的指挥

3、各班干部要以身做责，起到带头作用

4、注意安全

5、班内活动，请勿带家属

6、各成员以集体为单位，勿个人行动

7、各负责人认真负责的做好本职工作

8、活动过程中注意卫生，爱护身体，不乱扔食物，不饮生水

9、保护环境，所有垃圾全部带回学校处理

主持人：

负责人：

后勤组：

系主任签字：班主任签字：

班长签字：组织委员签字：

**暑假生活计划书篇三**

十二月份，一年的最后一个月份，生活部初步打算，如果学生会的时间和精力允许，搞一个学生会的内部联欢。对一个组织，通过活动，可以调动大家的积极性，增进大家的感情。对日后的工作开展，有益而无害。人心所向，万事俱成。

作，保证整个活动的顺利进行。

生活部的宗旨，在原有的传统节目上，不断创新。尽量办一次活动，就有它的亮点。

“一年之际在于春，一年之际在于晨。”在这春暖花开之际，年轻的生活部会用激情和智慧为校学生会的美好明天而奋斗。

在新的年度中，生活部会全面贯彻团委的指导方针，大力维护同学们的基本权益，逐步提高同学们的生活质量，用创新的思维为同学们更好的服务。我们会谨记社会主义荣辱观，积极开展有益同学们身心健康发展的活动，以便丰富同学们的课余活动，为同学们的大学时光绚烂多姿。

**暑假生活计划书篇四**

作为一名班委成员，我立志于做好以下工作：

1、尽责与班会计做好班费收缴工作。坚决做到班费出入得当。控制不必要的开支，使班费的使用和管理将更程序化，合理化。及时向班会计核对班级开支工作。

2、负责全班同学的生活管理工作，了解同学的家庭情况，学习、生活状态，并尽力帮助他们。

3、负责做好同学的奖学金、生活困难补助及各种票证的发放工作。

4、积极组织全班同学参加校、学院组织的卫生大扫除、公益活动，抓好寝室卫生，搞好卫生检查评比工作，创建文明寝室。

5、督促同学们注意个人卫生和宿舍卫生，注意培养良好的生活习惯，各类传染病。

6、配合班团支部对同学进行劳动观念，勤俭节约和爱护公物的教育，培养同学养成良好的生活习惯。

7、努力做好老师和同学们的交流，落实学校各项任务及活动。其次，做好学校班级各项活动后勤工作，保证活动顺利进行.

8、计划在每月开展一次班级活动（含卫生及丰富课余生活的工作），具体方案待定。

9、及时汇报班级生活管理工作。

10、制定《班级生活管理条例》。

作为班级的生活委员，我肩上担负着整个班级的生活任务，但是这让我觉得自己的存在更有意义。作为生活委员，在完成自己本身的职责工作之外，同时还要帮助其他班委共同开展活动，毕竟一个班级的发展要靠大家共同的努力。

在大家的努力下，我坚信我们xx班会成为一个优秀的班级！让我们为了这一共同的目标而努力吧！

**暑假生活计划书篇五**

寒假到了，如何合理地安排学生假期的学习生活，让学生在假日之中得到一个成绩的跨越?这一定是家长和学生目前最为关注的问题。对于很多学生而言，寒假既是继续学习新知识的调整期，也是补缺补差的\"挽救期\"和巩固提高的\"非常时期\"。因此，在适度放松的同时，黄冈网校希望同学们必须安排好每天的学习，按时、按质、按量地完成寒假作业;认真查找平时学习中遗留的薄弱环节和知识点，之后进行\"集中轰炸\"，重点突破，争取为下学期的学习创造更高的起点。因此，针对初中生我们做了如下的建议：

合理规划时间，制定学习计划

放假后的第一件事，应该是整理出可利用的时间，做出时间安排表，以每一天为单位;接下来，梳理自身学习情况，找出最需要提高或最想做的事，合理分配复习和预习时间，有针对性地制定假期学习计划。

每天有效学习时间最好保持在5-6个小时。可以根据自己的情况合理的规划一下，例如：{早上2个半小时，中午2个半小时，晚上1个小时}学习时间最好固定在：上午8：30-11：30，下午14：30-17：30;晚上19：30-21：30。既不要睡懒觉，也不要开夜车。习惯比聪明更重要!只要你按照计划来，每天坚持，你的成绩不会没有进步的!

呵呵，不要忘了，一定要预留出锻炼身体和休闲活动的时间。一旦制定就应该严格遵守。相信你的假期一定会有意想不到的收获。

确定学习目标，攻克薄弱环节

今年的寒假假期较短，目标不宜太大、复习范围不宜太广。如果想真正有收获，一定不要贪多哟!适宜重点攻克薄弱学科、或某学科中的重点内容。

利用家教公司资源，有效进行复习巩固和预习提高

1、利用家教公司现有资源进行复习：

上学期在课堂里平时没有来得及听完的课程，或者没有弄懂的问题，可以利用假期结合晨翔家教公司里面的“名师面授”重新学习一遍。最后实在还是没弄懂的可以到再向家教老师提问，我们的老师会给你回复。

大家在学习的时候一定要按我们教你们的“四步学习法”——知识强化，名师面授，智能测评，名师答疑来进行复习和预习。

语文、英语、数学、物理、化学等各学科的内容，学生可利用假期时间进行复习。

智能测评”的难题反复推敲，重在理解解题思路。对于由于知识点没弄懂而做错的题目及时的放入到“我的错题本”里面做一个归纳，方便你们以后的查阅和复习。

2、预习下学期课程：

通过家教公司，将下学期的课程提前预习一遍，掌握各科下期的重难点。

预习的过程中碰到的不懂的问题要及时做记录，以方便大家下学期课堂的学习。

在学习过程中遇到的疑问，可以通过“一对一”向老师请教。

真心的希望你们每个初中生都能将复习状态调整到最佳，高效率、高质量地完成自己的复习和预习计划!风雪再大，家教公司与你一起进步!

**暑假生活计划书篇六**

：xx师范大学xx学院08经济系党支部从 那天开始正式在班级建立基层党支部，由学生代表担任起发展党员和进行党员教育的重任。其中党员教育将会是工作中的重中之重，因为党员教育是一项持续发展的战略工作，尤其是在基层党支部中更是需要重视并很好的践行下去。因此08经济系电商物流管理专业的两个班决定在党组织生活中开展党员教育，希望借此能更好的达到党员教育的目的。

：党员教育是党的建设的重要组成部分,又是党的建设的基础工作。正如xx同志所说:\"掌握思想教育,是团结全党进行伟大政治斗争的中心环节。\"在新的历史时期,党员教育是实现党的领导的根本保证,是提高党员素质的必经途径,是推进两个文明建设的重要环节。

：统一思想，提高认识。参与者要充分认识到本次党组织活动是08经济系电商物流管理专业开展党员教育的重要活动之一，活动开展通过全面回顾党的光辉历程，弘扬党的丰功伟绩，引导活动的参与者了解党、热爱党、拥护党，着力营造敬爱党组织的良好氛围，进一步增强党组织的凝聚力和战斗力，强化党员的历史责任感，从而更加坚定党的领导。

：主题班会

：凝聚内部力量，加强党员教育

：xx年10月16日

：待定

自从在班级中成立基层党支部以来，无论在职能工作还是在支委会成员职责方面都没能引起重视。就算是成立基层党支部都可能是不为人知的事情，因此希望借此述职报告能在基层党支部树立起支委会的威信，在简述支部委员职能的同时让大家了解到各个任职人员的工作范畴，更方便的在往后的工作中在其位谋其职。

活动流程：

1、 简述物流1班、物流2班党支部的各职位担任人：包括党支部书记、组织委员、宣传委员、发展委员、管理委员、教育委员。

2、 各位委员会成员进行述职报告，并详细简述个职位的职能和今后的工作展望。目的在于使大家对各职位有一个较仔细的了解。

通过同学的实习心得分享，让支部成员更好的了解实习相关事项，从而有益于自己即将步入的实习阶段，为支部成员提供一个沟通交流的机会。

1、具体实施：

（2）分享完经验，在场的成员可以针对自己存在的问题提出，请教经验分享者，解决自己的疑惑。（约5-10分钟）

2、效果：让支部成员都意识到实习阶段应该注意的问题，包括寻找实习的途径、面试的技巧等相关知识，达到支部成员彼此借鉴、内部资源共享的效果。

3、注意事项：

（1）请经验分享者事先做好准备，有针对性、有重点的提供实习阶段重要信息；

（2）活动现场可以鼓励在场同学踊跃分享自己的经验或者对实习的一些看法、建议；

（3）可以适当的为参与者一些奖品。

通过问答题，加深党员对党的历史的认识，同时加强党员思想上的教育，认真学习党的理论、党的知识、党的历史，深入了解建党90年的光辉历程、丰功伟绩、优良传统和宝贵经验，增强党性教育的感染力和实效性。活动流程：

1、主持人简单介绍活动意义和玩法。（不分组别，由物流两个班所有参加党组织活动的同学一起参加，采用举手抢答的方式进行）

2、主持人提出一项历史事件，然后支部党员进行抢答该历史事件发生的时间（包括年月，某些特别的事件需包括日）及其意义。

3、反之，主持人提出历史事件的发生时间，要求党员分组抢答该历史事件的名称及意义。

4、针对同学回答的答案进行颁奖或惩罚；

5、对猜中最多的同学进行颁奖鼓励。

通过图片的视觉效果，激起同学们对党的热爱与拥护，同时也为了庆祝建党90周年，加强同学们对党的深刻认识，重温党的90年荣耀过程，使党的光荣传统、优良作风、高尚情操得到继承和发扬，从而促使使广大党员青年积极向党组织靠拢，为党组织输入新的血液。同时，可以培养大家的思维能力，增加大学生知识，展现大学生青春风采，弘扬民族精力。

活动流程：

2、播放历史事件的系列图片，个人进行举手抢答；

3、针对同学回答的答案进行颁奖或惩罚；

4、对猜中最多的同学进行颁大奖鼓励。

备注：

活动展开：

活动的前期工作：确定活动的时间地点、主持人、嘉宾、资料、设备、道具等。

1.确定时间地点：（具体待定，要求申请多媒体课室）

2.邀请嘉宾：各班级党支部书记

3.相关工作人员安排：主持人：1人

电脑操作员：1人

摄像人员：1-2人

4.备齐资料：主持人演讲稿、历史事件、历史图片、奖品

5.设备要求：计算机、相机（1-2台）

6.活动总经费预算：38元

活动的后期工作：监督各环节的落实程度。

**暑假生活计划书篇七**

生活部是学生会的一个重要部门，是一个具有双重职能的部门，她与同学们的日常生活密切联系，维护同学们的切身利益和消费权益。生活部是本着热忱、真诚服务的精神，与全院师生一道监督食堂环境卫生，创建良好的校园环境，又起着向饮食监督机构反映同学们的心声，协助解决同学们提出的有关生活问题的积极作用。同时生活部协助学生会做好各项活动的后勤工作，为同学营造一个欢畅，活跃，上进的学习、生活氛围。作为新干部，我很希望能为部门出力，在工作中能尽职尽责。

首先，我们要一如既往的听取同学们对我们生活部和校领导部门的意见，在第一时间展开联系，进行协商，尽一切努力解决问题，促进两方面的沟通，为同学们的校园生活争取到更多的利益。做到事无巨细，一丝不苟。我们可以通过发放调查表，和领导部门进行座谈协商：

其四，我们还要发扬学生会团结合作的优良传统，积极地参与和协助其他部的工作。

作为校生活部，必须总揽全局，协调各方的原则;必须在各级组织中发挥积极指导作用,体现校学生干部先进模范作用;必须全心全意为同学服务;必须适应形势的发展和情况的变化完善自己,改善工作方式,管理模式，增强工作能力;同心协力,协调一致,共同创造美好学习生活环境。

（一）生活部工作制度

1.遵守学校的各项规章制度，遵守学生会的章程及各项规章制度。

2.我们工作旨在“从同学中来，到同学中去，全心全意服务于同学”

3.生活部每位成员都将养成积极热心，吃苦耐劳，认真负责的工作作风。

4.生活部成员会积极主动，细心及时完成我部工作及学生会分配的任务。

5.平时多观察生活，多联系同学，多发现问题，多思考，多反映。

6.生活部成员都要以严格要求自己，不论是在工作，学习，还是生活方面，时刻注意自己在同学中的形象，不应发生有损学生会及生活部名誉和形象的事件，处处起到模范带头作用。

7.加强自身建设、明确工作思路、完善自身管理，我们部门要根据自身的特点，优化自身机构，团结共进，使生活部的运作更规范更有效率。

8.根据以前生活部的工作情况进行经验总结，继续组织生活部全体成员学习了解生活部的职能与工作特点。

9.实际工作中，实际分工负责与整体作战相结合，并加强各成员之间的沟通、协商，提高工作效率。

10.生活部的表彰大会。大会是总结工作，对工作中表现突出的组别及个人进行表彰。是提高各我部门工作积极性的有效方法，要统筹规划尽力搞好。

（二）生活部的膳食工作。

食堂在同学们的生活中扮演着一个极其重要的角色。食堂工作的好坏直接关系到同学的生活质量。而我们食堂管理小组是以“服务师生、协助管理、办好膳食”为宗旨。勾通学生与食堂工作的意见并一起研究改进伙食的措施，共同办好伙食：不定期检查食堂饭菜价格、伙食质量，督促其改进。

1.执勤组对食堂的检查。通过定期与不定期检查，了解食堂工作，及时反映食堂存在的问题。

2.“膳食之窗”的.编辑工作。我认为附更多类似生活点滴的小栏目，内容分为生活常识和生活感悟两类，旨在为大家营造温馨的生活氛围并在潜移默化中帮助大家建立良好心态。

3.树立品牌，共建文明食堂。我们生活部组织的活动不求数量，力求质量；不争规模，力创精品。要树立生活部的完整形象，让同学们感觉到生活部始终是在不遗余力地为大家创造更舒适便利的生活环境。学生会和饮食中心为了继续弘扬我校师生共建文明食堂的精神，树立良好的文明就餐意识，营造一个文明舒适的饮食氛围，小红帽的共建活动，使校园里吹起一股精神文明之风。

4.先进执勤标兵。我们生活部建议评比先进执勤标兵，是为了更好地引导食堂执勤人员提高服务质量，为同学们提供更优越的就餐环境，对执勤人员的服务态度进行督促与评比，是很好的方法。

（三）生活部公区教室工作。

1.随着新学期的开始，生活部的工作也同时正式开始，作为担负全院卫生，确保良好的学生学习的公区教室检查工作是繁锁的，但我们要加强教室的清洁和保洁工作的宣传力度，使同学们时刻地注意保洁工作。

2.完善公区检查评分制度。各班的生活委员是构成学校生活部的主体机构，有了他们的参与和支持，生活部的工作才得以顺利的开展，他们肩负着组织人员对食堂，教室进行卫生评比和检查的重任，以确保校园清洁。并对每次检查的结果上交检查报告，生活部根据实际情况向成绩优秀的教室予以奖励。同时做好每次突击检查和学校卫生大检查。

（四）生活部公寓管理工作

1.积极动员各班生活委员和寝室长，将其发展为生活部在各个班级的重要“基层组织”，并组织各班生活委员和寝室长每月定时开展寝室的全方位检查。争取形成传统。从整体提高我院学生寝室的水平，让全体同学在寝室之中找到家的感觉。

2.针对社会上专对学生的不法活动(违规使用热水器等）十分突出的问题，我部决定从身边做起，积极关注与我校学生有关的安全方面的信息，协助学校相关部门做好安全通报工作，一有问题出现，及时将信息上报学校相关部门和老师，并及时传达给我院学生，做到有备无患，保证我院学生的安全，保持我校零事故的记录。

（五）生活部的提干的工作

人才是一切工作得以开展的基础前提，这一点对生活部尤其重要。要搞好生活部这一年之中的活动，首先就是要选拔一批肯于吃苦，肯于工作，肯于奉献，而由有一定创新意识的干事。基于这一点，我部分管副主席和部长在选拔同学时将高度认真负责，秉着“公平、公正、公开”的原则去为生活部选拔优秀的中层领导，组成一只优秀的团队。我部门也将为下一届学生会培养优秀的后备军。

（六）创新拓展方面的工作

生活就是一种美，生活之中又充满了无穷的乐趣，我部计划开展以“趣味生活”为主题的活动，活动内容紧密联系生活，拓展到校外去工作，生活部作为一个幕后部门，一直以来都是默默在背后为学院，为老师，为同学服务。广大同学在享受着生活部无微不至的服务的时候，却不一定能想到做这些工作的生活部，正因为如此，今年生活部计划开展一些由生活部主办的活动，在丰富同学业余生活的同时，也能对生活部做一个很好宣传和推广。一改过去的管理模式和执勤方式，降低工作量，提高工作效率，在做好我本部本质工作的同时，努力开展一些有意义的活动，为每位成员提供一个锻炼的平台，让广大成员切实感受生活的真、善、美!

（七）生活部xx年工作简表（如有特殊原因再行变动）

十月份

1．进行食堂饭菜与小卖部食品的调查

2．开展文艺活动，提高工作积极性

3．本着“公平、公正、公开”的原则选拔干事

4．组织我部全体成员进行大规模的军事训练

5．督促甲型h1n1流感病毒的防护

十一月份

1．组织开展一次创魅力校园的活动

2．配合体育部办好冬季运动会

3．组织开展文明教室评比活动

4．珍惜劳动成果的宣传活动

十二月份

1．组织开展一次去敬老院帮扶老人的活动

2．开展寝室安全突击大检查活动

3．组织开展文明寝室评比活动

4．组织开展一次珍惜用水的宣传活动

5.开展废旧品创意大赛

一月份

1．配合文艺部开展迎新年的文艺晚会

2．召开本年度的工作总结表彰大会

3.起草下年度的工作计划

**暑假生活计划书篇八**

新学期、新生活、新起点、新人生，这是我大学生活的开始。

回首过去，去年的今天，这个时候，我还在家里挑灯夜读、备战高考，的确觉得辛苦，但现在回想起来也觉得充实。那时，整天面对着做不完的试卷和看不完的资料，心里也就不会有其他的想法。虽然这样的活法觉得世界很小，有事也会想早点儿离开或者解脱，甚至觉得郁闷与烦躁，但是，这样每时每刻都让你忙个不停，仔细想想真的很充实，因为我们的时间都被老师及家长安排好了，不用自己考虑，照做就可以。

其实，生活中最无聊的事就是整天无所事事，虽然身体头脑等到也清闲，但心里是空虚的，这样更容易让人胡思乱想，整天就是让自己徘徊在吃、睡、想之间，这样有些激进的想法也可能给社会带来不安定的因素。不过这也只是我制造的经历、想法、看法，仅代表个人。

的确，机会是公平的，更是留给有准备的人的。我高三的坚持与努力终于带领我走进了大学的门槛，更是带领我走向新的生活、新的开始。

立足现在，我已经是一个真正的大学生了，作为一名大学生，不管是对生活、对社会等都应该有自己的想法和见解，更要会合理规划自己的生活自己的人生。自己的未来还要靠我们现在开始谱写。

走进大学的门槛亲身感受大学生活快近两个月了，在过去的近两个月里，我深刻的感受到了大学生活和中学生活的不同。课少了、课余时间多了、生活费可以自己支配了、认识的人多了，特别是外省的、自己课支配的空间更大了。鉴于此，为了好的过好大学生活，更要好好的写份学习和生活计划了，并不折扣的执行它，也算是我大学生活的路标，它能给我带来很多好处的，也更利于锻炼自己，我离开了家离开了父母，毕竟这大学也是一个很好的锻炼自己能力的平台，有了好的能力在不久的将来走入社会才能更好更快的适应。

展望未来。今天的世界是一个物欲横流、知识、经济飞速发展的时代，这对于我们九0后的孩子更是一个极大的挑战，我们从小在父母的百般呵护下长大，这也就更凸显出了我们自觉锻炼自己能力的紧迫性，这更是刻不容缓的，毕竟我们在开始迈入了社会。未来的世界父母会离开我们，竞争如此激烈的时代我们更要像小秃鹰一样在风雨和摔打中成长，长出丰满的羽翼，这样才能更好的立足于社会，也为国家的发展做出自己的努力。

大学生活具体计划如下：

一学习上

(一)按时上好每一堂课，没有特殊情况(如生病等)决不逃课

(二)课后认真完成老师布置的每门作业。

(三)课后认真巩固，认真学好专业课，也不放弃公共课。

(四)努力抓自己弱势学科，英语。特别是英语四节考试，英语是世界性的语言，学好它对自己为的工作和发展有很大好处。

后以什么为职业，计算机都三必须的，所以必须努力学好计算机，毕竟现在的学习抖擞为以后的发展打基础，现在基础打得越好对未来的发展就会越有帮助。

(六)抓好该拿的\'每个学分，因为这是拿奖学金最主要的评判标准。像我这种一般家庭的孩子拿奖学金尤为重要、也更说明了其重要性。此为一石二鸟，即抓好了学习又拿到了奖学金，自己既多了生活费又为家里减轻了负担，更锻炼了自己。这更是家人最想要的。

二生活上

生活对每个人都很重要的，不管自己以后干什么，怎么干，这生活都三必须的，生活都不能自己搞好的话你还能做好什么呢?首先，它是我们作好其他事的基础，生活都没弄好的话作其他事也没精力。其次，它也能培养我们有个好的行为习惯和对生活的态度。态度决定一切。

(一)合理支配生活费。

(1)把每个月的饭钱固定好，放在校园卡里，决不超出计划范围。

(2)尽量节约用零花钱。余下的钱在每次回家为家人买礼物也为自己买电脑和自行车。离家这么远，和家人都是相互想念和牵挂，在会见时给高兴和期盼自己的父母买点礼物既尽自己的一点孝心也能增进感情。还有在学习的同时更要懂得生活，麦电脑和自行车也是为了方便和锻炼自己。

(3)上课期间，除了吃饭以外其余消费归于零。

三课余活动

大学里，课余时间多了，合理安排课余时间也可以更好的锻炼自己。课余锻炼更是大学生活不可缺少的重要组成部分。

(一)加入院或者系学生会，加入自己喜欢的部门。在里面认真工

作、刻苦努力。这样可以直接锻炼到自己的社交、工作等能力，并且在大二时争取当上某一部长，大三时或者更高。

(二)搞好每个老师和每个同学的关系。不能说让每个人都喜欢我，但至少不能让他们讨厌我，对我不反感。这也是社交能力锻炼的一个重要方面和途径。

(三)搞好舍友关系。多喝他们聊天、谈心、相互帮助。毕竟他们才是日夜和我相伴四年的人，也可能他们就是你以后事业和工作的好搭档或者伙伴。

(四)尽量让自己动起来、忙起来、辛苦起来。这样可以锻炼自己的耐心和毅力，这样更能让自己在走出社会后更好的适应。

(五)大二以后，晚上没有自习课，适当在外面找一份兼职，前提是不能耽误自己的学习。这不仅让自己真实的感受社会、时间自己，也能减少家人对自己学费或者生活费上的负担。

(六)多参加系和学院组织的活动，能在此限度最大的锻炼自己。那是学校为我们搭建的平台，我们更应该好好的珍惜。

(七)找一个自己喜欢的女孩并且努力追上她，我们都渴望有一个美好而圆满的爱情，为自己找到另一半，也算是学习爱情不误吧。

四大学后期

大学后期也是很重要的，那是我们大学四年收获的季节，更是我们体验自己学以致用的时候。所以一定要把握好大学后期，特别是大四。

(一)在外找到适合自己的岗位，认真实习、努力锻炼与实践，把自己所学到的都用心发挥出来。

(二)认真工作的同时也不能忘记学校的事，特别三毕业论文，这关系到大学毕业证和专业证和能否正常毕业。毕竟在社会中，毕业证和专业证才是对我们能力的初步认可。

大学是一个很宽广的舞台，使一个能让自己施展才华和锻炼自己能力的地方。这里人才荟萃、竞争激烈，是一个和外界模拟的小社会，要让自己成为什么样的人就看自己怎么努力与奋斗。这里有我们的良师、有我们的益友，我们更应该枕着我们的梦想与希望不懈努力、奋斗，向自己理想的彼岸一步步靠近。

文档为doc格式

**暑假生活计划书篇九**

1.加强自身建设，明确工作思路，完善自身管理。在院领导和主席团的指导下，我部要根据自身的特点，优化自身机构，团结共进，使生活部的运作更规范更有效率。明确分工以及个人职责，让老师以及同学们看到的是一个有组织，有纪律的生活部。

2.努力完成生活部的各项工作,认真学习各项规章制度，从部长到干事做到一切严格遵守纪律，服从组织安排。

3.严格摆正工作，学习，生活三者关系。工作态度积极端正，做到任务落实到位，责任落实到人。工作中应当注重效率，质量和可操作性。在可操作性强，保证质量的同时，提高工作效率，少做“无用功”。

4.注意及时反馈信息，不论部长级或者是干事，在工作中遇到困难首先及时解决，自己难以解决的事情应及时向上级汇报，以免耽误工作。

1.遵守学校的各项规章制度，遵守学生会的章程及各项规章制度。

2.本着“从同学中来，到同学中去，全心全意服务同学”的宗旨，为信息学院尽自己最大的努力。

3.生活部的每位成员都要养成积极热心，吃苦耐劳，认真负责的工作作风。

4.生活部要继续作好学生同学校后勤方面的联系人，协调好二者之间的关系,广泛收集同学们对学校饮食，安全等方面的相关意见和建议，并及时传达给相关的部门。

5.维护同学们的基本利益，确保同学们生活惬意有序进行的基础上，努力使同学们的大学生活更为丰富多彩。

6.生活部成员要严格要求自己，不论是在学习、工作，还是生活方面，时刻注意在同学们心目中的形象，不得做出有损信息学院学生会的事情，应争取在各个方面起到模范带头作用。

7.因有特殊事情不能正常参加例会及工作时，应提前向部长请假。

1.宿舍管理

每周定期检查宿舍卫生(每周四下午5：30)。

不定期抽查宿舍卫生,以及日后跟踪调查。

2.宿舍卫生知识教育

在换季的时候为大家提供一些预防疾病的知识，以板报和宿舍栏的形式来宣传预防疾病的知识。

3.开展丰富的校园活动

“和谐校园，你我争先”“温馨之家”宿舍评比，作为抚顺职业技术学院工商系生活部优秀的校园活动，一直得到老师以及同学们的好评。我们这学期在按照以往评比原则的基础上将力求有所创新，新的学期，新的工作也将以新的面貌接受老师的审查。

四.其他工作的开展

1.在即将到来的第10届抚顺职业技术学院运动会期间做好后勤保障工作。为工商系的运动健儿们尽自己最大的努力做好后勤工作，使他们没有任何后顾之忧，争取为工商系取得更好的成绩。同时全力配合其他部门在运动期间的各项工作。

2.积极配合学生会其他部门本学期的各项工作，在学生会内部树立“有困难，生活部帮忙”的工作理念。和各个部门紧密合作，共同为抚顺职业技术学院美好的明天贡献自己的一份力量。

3.定期召开生活部例会，重要会议时做必要的会议记录。

以上是本学期的工作计划。生活部所有干部以及干事将一如既往，以最饱满的热情，最积极的态度投入到工作中，积极配合信息学院其他各部门的工作，确保我院系的各项工作有条不紊地开展。为学校的迎评促建工作添砖加瓦，贡献出最大的力量。

**暑假生活计划书篇十**

以前读初中的时候，会觉得比较轻松。因为初中学的知识都比较浅，除了偶尔对某些问题需要深入讨论之外，基本不会遇到很深的问题。但要知道，上了中学高中，我们面临的问题不再是那么简单和具体，中学高中是我们在思维上的一个飞跃，我们必须要抛弃以前的定向思维，而去学会从不同的角度认识和解决问题。起其根本所在就是：相对初中的学习，中学高中的学习跨越了知识和能力两大台阶。中学高中的知识内容与知识结构与初中相比出现了两个飞跃：从具体到抽象，从特殊到一般，在知识的广度和深度上都大大提高。在能力方面，中学高中的学习对同学们提出了更高的要求，如抽象概括思维能力、逻辑推理思维能力、分析综合能力、自学能力等等都要求有较大的发展和提高。

从初中阶段进入到中学高中阶段，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，学好中学高中的课程。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，制定一个中学高中三年的规划是非常重要的。所以我写下了这份中学高中三年学习计划书。

（一）中学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中学高中的过渡时期。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，中学高中生活早已适应，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”。

（二）我要掌握科学的学习方法。

1、预习预习最重要的是能发展我们学生的自学能力，减少对老师的依赖，增强独立性；预习可以加强记课堂笔记的针对性，改变学习的被动局面。要在测览教材的总体内容后再细读，充分发挥自己的自学能力，理清哪些内容已经了解，哪些内容有疑问或是看不明白（即找重点、难点）分别标出并记下来。同时适当地一些课前的习题练习，逐步了解知识点。这样既提高了自学能力，又为听课“铺”平了道路，形成期待老师解析的心理定势；这种需求心理定势必将调动起我的学习热情和高度集中的`注意力。

2、听课听老师讲课是获取知识的最佳捷径，老师传授的是经验证的真理；是老师长期学习和教学实践的精华。我制定的听课方法包括以下几点：

a）做好课前准备，即预习。精神上的准备十分重要，保持课内精力旺盛，头脑清醒，以及对探求知识的极大兴趣，是学好知识的前提条件。

b）集中注意力。思想开小差会分心等一切都要靠理智强制自己专心听讲，靠意志来排除干扰。

c）认真观察、积极思考。不要做一个被动的信息接受者，作老师的合作者，学习的参与者，要充分调动自己的积极性，紧跟老师讲课的思路，对老师的讲解积极思考。结论由自己的观察分析和推理而得，会比先听现成结论的学习效果好。

d）在听取公式定理的同时充分理解、掌握老师的解题方法，学习思路。

e）抓住老师讲课的重点。即不能忽视老师讲课的开头和结尾，开头，往往寥寥数语．但却是全堂讲课的纲。只要抓住这个纲去听课，下面的内容才会眉目清楚。结尾的话虽也不多，但却是对一节课精要的提炼和复习提示。同时还要注意老师反复强调的部分。

f）做好课堂笔记。笔记记忆法，是强化记忆的最佳方法之一。笔记，一份永恒的笔录，可以克服大脑记忆方面的限制。俗语说，好记心不如烂笔头，因此为了充分理解和消化，我必须记笔记。同时做笔记充分调动耳、眼、手、脑等器官协同工作可帮助学习。有选择的记笔记，记录经典例题。

g）注意和老师的交流，听课要与老师有目光的交流，提问式交流，都可以促进学习。

3、作业作业是提高思维能力，复习掌握知识，提高解题速度的途径。通过审题，分析问题，解决问题可以达到巩固检验自己的目的。完成作业时，一定要做到独立完成，去形成自己的一个独立的思维习惯。

4、复习及时复习的优点在于可加深和巩固对学习内容的理解。根据遗忘曲线，识记后的两三天，遗忘速度最快，然后逐渐缓慢下来。学过即习，方为及时。俗话说“温故而知新”，就是说，复习过去的知识能得到很多新的收获。这个“新”主要指的是知识达到了系统化的水平，达到了融会贯通的新水平。我计划的复习要求是一下几点：

a）课后回忆，即在听课基础上把所学内容回忆一遍。

b）精读教材。对教材理解的越透，掌握得越牢，效率也就自然提高了。

c）整理笔记。对课堂笔记及时的完善，勾画出疑点，寻求同学老师的帮助。

d）看参考书。增加知识的深度和广度。提高应考能力。

e）单元复习的要求：

a）本单元（章）的知识网络；

b）本章的基本思想与方法（应以典型例题形式将其表达出来）；

c）自我体会：对本章内自己做错的典型问题应有记载，分析其原因及正确答案，应记录下来本章你觉得最有价值的思想方法或例题，以及你还存在的未解决的问题，以便今后将其补上。

（三）总结

中学高中三年是人生重要的三年，是人生成长重要的三年。在这充满挑战的三年间，我将在学习和做人两大方面做出努力，锻炼自身的意志品质。虽然这份规划书似乎有点泛泛而谈，但是，在写这份计划书的过程中我真的学到了许多，对中学高中有了一些认识，我产生了一份责任感，这份责任不是对父母负责，而是对自己负责。我相信这责任感将有助于我今后的学习，我个人认为中学高中的学习正是需要自主，正是需要这份对自己的责任感，才能在拼搏中成长。

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