# 中学生计划书(实用13篇)

来源：网络 作者：空谷幽兰 更新时间：2024-10-20

*在现实生活中，我们常常会面临各种变化和不确定性。计划可以帮助我们应对这些变化和不确定性，使我们能够更好地适应环境和情况的变化。什么样的计划才是有效的呢？下面是小编整理的个人今后的计划范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。中学生计划书篇一高...*

在现实生活中，我们常常会面临各种变化和不确定性。计划可以帮助我们应对这些变化和不确定性，使我们能够更好地适应环境和情况的变化。什么样的计划才是有效的呢？下面是小编整理的个人今后的计划范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

**中学生计划书篇一**

高尔基说过：“书籍是人类进步的阶梯”。我为了提高我的写作水平，课外的知识面更广，我定下了如下计划：

一、每天早睡早起，利用早晨的半个小时，在爸爸妈妈的\'面前背诵一些古诗，背诵一些名著的经典段落。

二、平时多和同学们换好书，好书让大家一起分享。但书毕竟是借来的，一定要打好借条，好好爱护书。

三、让妈妈帮我订作文报、学习报。每天坚持读书看报一个小时，不单单是利用早晨的时间，还要适当地利用课间十分钟、放学后、回到家之后的时间，遇到休息日或节假日，坚持用半天来读课外书。

四、在学校，要积极和同学们交流课外读书的情况。做到取长补短，对我会有很大的帮助的。

五、读书固然好，但要注意劳逸结合，适当去锻炼锻炼。也可以和伙伴们一起玩一些对学习很有帮助的游戏，比如，成语接龙、词语接龙、绕口令、背古诗比赛，演讲比赛，抢说后语，对名联这样，不但能放松放松大家心情，而且还能检查知识积累情况。

六、看书时做好读书笔记，归类摘抄好词好句、名人名言，在书上做批录，同时养成写日记的好习惯。另外，还得多看些工具书，比如，成语词典，新华字典，同义词反义词词典，俗语大全，谚语，格言警句等。

七、有空在网上多看些小学生网上优秀作文，在网上读书时间、少年影视评论、作文超市等方面增大自己的知识面。适当看些有益电视节目，比如科幻动画片，百姓讲谈等。

我坚信，只要经过不懈的努力，一定能成为一个有知识、明事理、博学多才的好学生。

**中学生计划书篇二**

1、在3月7日之前尽自己能力配合部长们顺利完成t恤大赛活动。

2、在海报宣传推广中加强练字功夫，‘世上无难事，只怕有心人。’通过自己不断磨练，得到质的飞跃。

3、有问题及时提问，通过自身虚心求教，向部长和成员们学到更多工作经验，希望自己更好地与与成员们和睦相处、学习到一些为人处事的方法。

4、积极主动地配合部长布置的工作任务，增强为广大同学服务的意识，尽力做好团干联谊大型活动工作帮忙。

二、工作措施

1、首先努力做好手绘t恤的策划书工作，在活动的筹备中积极配合部长交待的事情，使自身尽美完成。

2、坚持每天练字，“坚持就是胜利。”切忌半途而废，要坚信‘吃得苦中苦，方为人上人。不断取得进步，得到提升。

3、尽量多表现自己，提高胆量，与他人相处要以礼相待，真诚坦荡，在生活中不断学习、不断提高。

4、做到每次开例会都到场，认真记录每次的工作任务，积极主动努力完成，提倡奉献精神。

三、步骤程序

1、t恤大赛在3月7日之前完成，积极听从部长的工作布置，努力做到尽善尽美。

2、每天练字安排在4：30～5：30的时间，脚踏实地，持之以恒，坚持不懈。

3、每次开例会不迟到，态度积极与成员们坦诚相待，和睦相处。与成员们坦诚相待，和睦相处。

**中学生计划书篇三**

1.每天必须保证足量学习6小时,内容包括:寒假各科作业：语文阅读、数学练习、英语听力等。

2.每日听英语听力材料或练习口语超过30分钟

3.保证中午一小时的休息时间,下午在家里学习，或者外出进行体育活动

4.做作业的要求是这样的：阳光假日和假期学习指导在写之前先在练习本上做一遍，发现其中的问题，如有没有不会的，做重点标记，接着要重点学习不会的不懂的。对于阳光假日上面需要了解的新知识进行系统的学习。然后家长检查、讲解，合格之后工整的写到作业本上;每个单元完成之后要进行单元试卷的作业，并且规定时间完成。

1月15日

早5.00起来跑步。

7：20洗漱完毕

7：20吃饭

7：45开始写作业

9：25—11：25试卷一份

11：25---11：45看报，课外书。

11：45--13：00吃饭午休

13：10---14：10语文(词语解释，近义词，反义词，组词，多音字等)

14：25--15：25英语(学习下册内容，复习上册内容)

15：40—16：40地理

16：40---吃晚饭前自由时间

吃完饭后：家长检查作业

21;00—21：30电视，电脑，课外书。

21：30睡觉

1月16日

5：00跑步

7：20洗漱完毕

7：45开始做作业

9：15—10：55试卷一份

11：00---11：45生物(复习学习过的知识)

11：45--13：00吃饭午休

13：10---14：10语文(可写作文，或文言文)

14：25--15：25数学

15：40—16：40生物(复习学习过的知识)

16：40---5：30自由时间

吃完饭后：家长检查作业

21;00—21：30电视，电脑，课外书

21：30睡觉

1月17日

5：00起床跑步

7：45开始写作业

9：15—10：55试卷一份

11：00---11：45英语

11：45--13：00吃饭午休

13：10---14：10语文(阅读一篇和摘抄)

14：25--15：25地理(复习学习过的知识)

15：40—16：40政治

吃完饭后，家长检查作业。

21;00—21：30电视，电脑，课外书

21：30睡觉

以上计划，三天一循环。

**中学生计划书篇四**

工作计划网发布初中学生会工作计划书范本，更多初中学生会工作计划书范本相关信息请访问工作计划网工作计划频道。

一、指导思想

围绕上级工作部署和学校工作计划，以德育为基础，以法制为保障，认真贯彻和落实\*中央“关于加强和改进未成年人思想道德建设若干意见”精神，强化学生公民道德意识，以日常行为规范教育为根本，继续推行“评价”，加强班级管理，促进教学质量的提高，不断提升学校育人水平。

二、基本情况

本学期，我校共有9教学班，本学期学校将继续实行封闭式管理，坚持开展德育活动，开展学生评价的研究，进一步加强未成年人的思想道德建设，不断提高学校内部管理水平。

三、工作任务及措施要求

1、大力加强学生会队伍的建设和管理，努力提高学生会的工作效力。学生会干部来自各班，是我校的`中坚力量，是教师工作的助手，因此加强对学生会干部的培训指导使各项检查和督查落到实处，发现问题及时报告并处理，做到公正、公平、公开。

2、以日常行为规范教育为基础，学校内部管理，抓好学生思想品德教育。并继续开展以活动为载体的德育活动，开展评价的过程研究，使之与德育活动互相结合，促进学生日常行为的不断规范化、着力学校卫生管理和寝室管理工作，落实管理措施，配合值班教师解决好保洁和学生的就寝纪律。

3、落实安全措施，加强学校安全管理，建设和谐平安校园。

**中学生计划书篇五**

一、时间安排

1.每天的四个“1小时保障”

每天保障做一小时的语文或数学暑假作业；

每天保障一小时的无负担课外阅读；

每天保障一小时的英语自学

每天保障一小时的户外活动或运动。

2.计划与非计划

如无特殊情况，每天必须完成以上计划；

每天的计划在得到“保障”的前提下，可灵活自由安排；

如果因外出旅游、回乡下度假等意外安排，可临时不予执行；

可以偶尔睡懒觉，但不要影响当日计划的实施。

二、

学习计划

1.不参加语文、数学的培优，不请家教，相关课程自己独立完成。

2.语文课程计划

7月份完成暑假作业，8月中旬前检查、改正，查漏补缺；

把自己的藏书系统再读一遍，重点读历史、百科知识大全、漫画、中外名著导读等丛书；

假期可以自己买三本自己喜欢的任何书籍；

把以前稍显薄弱的阅读题的规范回答、错别字系统复习。

3.数学课程计划

7月份完成暑假作业，8月中旬前检查、改正，查漏补缺；

假期完成八年级数学的自学，基本掌握其要领，有选择性挑选典型题目做。

自己注意计算细心化的纠正。

4.英语课程计划

英语学习能力和成绩一般，要重点加强学习兴趣和能力的培养；

把七年级的学校课本系统复习一遍，每天坚持听剑桥英语的磁带，时间不限；

假期把以前记得的英语单词都记在小本子上，分类汇总；

若有兴趣、有机会，可以把语音和音标接触、巩固一下，尽量保证发音标准。

三、活动安排

1.随父母至少省内出去旅游一次，争取省外旅游去一次。

2.至少去乡下亲戚家2次，体验生活，其中爷爷家族亲戚去一次，外公家族亲戚去一次。

3.每天保障一小时的户外活动或运动，散步、溜冰、找小朋友玩等，要注意安全。

4.每两天至少帮家里做一件家务事（10分钟以上），洗衣服、择菜、简单做饭等。

5.一个人尝试独立在家呆1-2天；邀请同学或者小朋友在家玩若干次，并独立招待。

6.每周玩电脑2小时左右，重点加强打字能力的提高。

7.尝试掌管家里经济和家务安排1-2天，当1-2天家长。

8.其他：根据具体情况，灵活安排。

在这一个暑假中，我将要制定个人的学习计划

由于初三新课进度快，初二暑假就成为备战中考最难得的踏步调整、补缺补漏的时间。

1.利用暑假做好两大块的工作，一是背诵默写初一、初二四本语文课本中的古诗文，因为初三总复习时很难有空余时间用来背诵古诗文；二是阅读名著，这次暑假布置的任务是阅读《格列夫游记》。

2.预习初三的语文课本，不但可以获得新的知识，而且通过总结还能找出自己不懂的地方，进行反复理解或直接请教老师。预习第五册5、6单元的文言文要求结合参考书会翻译，朗读课文直至会背诵。

3.暑假里多读优秀

作文

，注意作文的开头和结尾，多背一些经典的句子。

数学：做题巩固预习效果

初三上学期基本上结束教学进度，课业量比较重。有能力的学生可以利用假期进行数学课本的预习。根据现有的学习状态和学习水平来确定自己的学习目标。一方面可以培养自学能力，另一方面也能减轻下学期的课业负担。预习原则上从前往后进行，根据自己的能力，了解下学期将要面对的学习内容。同时，在了解的基础上可以选择一本练习方面的书，边自学、边检测。

在预习过程中，同学们应以通读教材、理解基本的概念、法则为主，不要过分重视难题。做到对下学期的课程心中有数，分清重点、难点，上课时可以有针对性地听课，提高课堂效率。

从学习方法上，要培养自己学会归纳总结，经常对自己所做的练习进行反思，对在哪里，错在哪里，及时反思自己在做题过程中的得与失，在反思过程中学习能力解题技巧都会有所提高。如果同学们感觉学习枯燥，可以采取单独学习和合作学习相结合的方式，和一些学习态度端正的同学一起学习，能有效地提高自己的学习效率。

英语：各个环节都不放松

暑假中英语的学习应该遵寻循序渐进的原则，各个环节都不能放松。

1.单词

英语学得很好的学生如果再看初一、初二课本上的单词就没有多大必要了，应该侧重于初三课本第一第二单词的预习，同时通过大量的阅读来对自身的单词量进行提升；中等生则需要双管齐下，在复习以前单词的同时对初三课本的单词进行预习；英语学习程度差的学生不能急于求成，要对所学过的单词进行系统的归纳总结，做到稳扎稳打。

2.作文

作文与阅读的联系最为密切，所以阅读水平的高低直接影响到作文的水平，这就需要同学们加强自己的阅读训练，通过阅读来提高自己的作文水平是一个不错的学习方法。对经典的范文也要进行背诵和记忆，从而掌握漂亮的句型结构，为作文打下坚实的基础。

3.口语

中考的人机对话考试是初三英语学习的重点任务之一，包括短文朗读和话题简述。暑假里同学们在背诵话题的时候不仅要背诵出规定的内容更要注意语速，语音和语调。

暑期到了，为了我的暑假生活变得充实，下面我将制定自己的

工作计划

：

第一部分：学习初三内容

时间：现在到八月份上旬

1.周一至周五排两个半天天时间学习初三数学，其中间隔一天。

（有条件找人辅导比较好，老师比较有经验，将基础打好。）

2.周一至周五排一个半天天学习初三物理。

（买参考书、试题自学或者找老师。）

3.周末排两个半天看文科书

（集中在一天恐怕挺烦的，看些

散文

、传记等，把好的句子记下来，研究一下好作文的结构。其次背一下中考所要求名著的大概故事情节。）

4.周末排一个半天看历史课本。

（因为初三学习忙，历史恐怕顾不上学了。）

第二部分：准备参加竞赛或其他比赛（或）加强第一部分学习内容

时间：结束第一部分计划至开学

（1）准备参加竞赛：正常来说初三下学习要进行数理化三科的竞赛，你如果有考虑拿奖就选一两科学习，理化两科竞赛内容多选自高中，对高中学习有帮助。

准备参加其他比赛：自己找找看，看看能不能中考加分。

1.一周内排出两个半天学习相关课程。再排出两个半天自己练习。

（2）加强第一部分学习内容：初三上化学比较简单，初三下出现酸碱盐、溶液比较难些，因此暑假不用预习化学，寒假再预习也来得及。

此项同第一部分内容时间上不改变，在内容上做调整：

1.数学开始学习中难题。

2.学习物理的中难题或学习化学

3.复习初一初二的语文（文言文、诗句）

**中学生计划书篇六**

初中学生以学习为主，制定好的

学习计划

有助于更好的学习。本文是小编为大家整理的初中学生的计划书范文，仅供参考。

为了提高各学科成绩，科学合理安排时间，根据本人的实际情况，特制作如下学习计划。

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

。

学 习 方 法

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。

学 习 要 求

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。

初二学习计划

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。

我初中阶段的学习方法的总结

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。

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。

祝大家在今后的学习中取得更好的成绩，有更大的进步。

**中学生计划书篇七**

时间过得真快，转眼间一学期的教学工作已接近尾声。作为高中这承上启下重要的一年，为了更好地做好今后的工作，吸取教训，本人特就这学期的工作小结如下：

1、思想方面

俗话说：活到老，学到老，本人一直在各方面严格要求自己，努力地提高自己，以便使自己更快地适应社会发展的`形势。通过阅读大量的道德修养书籍，勇于解剖自己，分析自己，正视自己，提高自身素质。

2、学习方面

这学期，本人担任一年级生物教学工作，班级人数众多，又面临着新课程改革。面对新的教材，我在教育教学工作中遇到了不少困难。针对这些情况，我在积极参加组织的新教材培训的同时，虚心向有经验的教师及兄弟学校的同行讨教经验。在教学中，认真钻研新大纲、吃透教材，积极开拓教学思路，把一些先进的教学理论、科学的教学方法及先进现代教学手段灵活运用于课堂教学中，努力培养学生的合作交流、自主探究、勇于创新的等能力。

3、遵守纪律方面

在纪律方面，基本可以做到：尊重教师，同学之间可以真诚相待；能遵守学校各项纪律，遵守公共秩序，遵守社会公德；不迟到、不早退、不旷课；上学穿校服；举止文明；有良好的卫生习惯，不乱扔废弃物。

4、在日常生活上

以前我是一个衣来伸手饭来张口的小孩子，而通过7天军训生活和这半年老师和同学们的帮助，使我养成了独立性，不再娇生惯养，现在我已经能做一些力所能及的家务了。

**中学生计划书篇八**

初一年级，是初中阶段打基础的一年，为了学好语文，做个合格的中学生，特制订以下计划。

1、在讲新课以前，先朗读一遍课文，找出生字、生词，给生字注音，解释生词。通过看书上注解或查阅参考书了解文章的作者、写作年代、历史背景等。

2、精读一遍课文，仔细品味课文中每一个词、句，理解它们的含义。实在不明白的提出来记在笔记本上或在书上注明。

3、速读课文。自己划分段落，归纳大意，总结中心思想和写作特点，把这些简要的记在预习作业本上。

1、上课一定要专心听讲，决不三心二意，当堂掌握老师课上讲的内容，并且认真做语文笔记。

2、养成独立思考的好习惯，上课积极回答问题，克服爱面子的缺点。对于老师提出的问题，不论有没有把握，只要有想法，就要大胆回答，即使因理解不对，答错了也不怕丢面子。关键是弄清错在哪儿，为什么会出现错误。课上如有没听懂或有疑问的地方，要及时提出。在预习时提出的问题如果老师没讲到，要及时提出，向老师和同学求教。

3、别人发言时要认真听，做到取长补短，别人答的与自己想的一样，要认真听，决不沽沾自喜;如果别人答错了，也要认真听，要从别人的错误中吸取教训;如果别人答得比自己答得好，要问个为什么：他为什么能想那么深?我为什么不行呢?他是怎么想的呢?因此还要虚心向人家学习。

1、下课把老师课上所讲的内容及时的系统的复习一遍，做到全部掌握。对老师课上所讲的难点要回忆一下老师是用什么方法逐步分析的，并且运用这种方法分析其它有关问题。

2、在复习的基础上认真完成笔答作业。克服不复习就做作业的习惯。

3、对口头作业(如复述课文)和笔答作业一样重视。

1、每学完一课书作一次课小结。内容是：生字注音，生词解释，作者的国籍、生活时代和对他的评价，划分段落的方法，中心思想，写作特点。

2、每学完一个单元作一次单元小结。重点是比较各课在内容和写法上的异同点，写出自己在思想、知识和能力方面的主要收获。

**中学生计划书篇九**

1.\*\*\*你活泼、可爱，头脑聪明，成绩名列前茅。平时热心助人，有着强烈的班级荣誉感，因而深受同学喜爱。今后你若能克服任性的毛病，胆子更大些，多关注身边的人和事，你的世界将更加精彩！

2.\*\*\*你性格外向，富有主见，热爱劳动，打扫卫生从不缺少你的身影。但平时与同学交往不多，今后若能敞开心扉，多与同学交流，学会分享，学会协作，你将更优秀！

3.\*\*\*活泼、开朗、坦率，富有幽默感的你，带给了班级不少的欢乐。每一期黑板报上，你惟妙惟肖的图画，为班级争得了不少荣誉。假如你的学习也能像你的文艺表演及宣传绘画那样出色，你将更加完美！

4.\*\*\*你性格文静，做事认真、细心，乐于助人，老师和同学都很喜欢你。平时学习认真，成绩进步较大，今后若能多与老师、同学交流，多注意学习方法与技巧，你一定会“百尺竿头，更进一步”！

5.\*\*\*你是一个学习认真刻苦的女生，上课能跟着老师的步伐认真听讲、思考，作业能自主、按时按量完成。但生活中的你，性格稍显内向。你应该敞开心扉，多与同学交流，融入集体，老师相信你一定会更优秀！

6.\*\*\*文文静静、严于律己的你，虽然平常不爱多说什么，但一到关键时刻却屡屡有精彩的表现。“校园十佳歌手大赛”，你一路过关斩将杀入决赛，一展歌喉；而每次考试，你的英语成绩则更是令人艳羡不已。你相信，努力总会有回报，老师则坚信，你一定能行！

7.\*\*\*你基础不错，成绩优秀，与同学相处融洽，乐于助人，但平时有些懒散，对自己要求不甚严格。须知，“阳光总在风雨后”，不能严格自己，不经历一番风霜雨雪，一个人是不可能成功的！

8.\*\*\*你乐观开朗，活泼自信，平时总能听到你爽朗的笑声，面对困难时，也是以笑坦然面对。今后若能更加严格要求自己，更加努力，你一定会更加出色！

9.\*\*\*你性格开朗，平易近人，爱好篮球、唱歌，尤其是开学时，你一展歌喉，让班上同学记住了你。不过，学习则是你的薄弱一环。其实你也聪明伶俐，如果在学习上也能投入像篮球和唱歌般的热情，我们将看到一个全新的你！

10.\*\*\*文静的你文明礼貌、友爱同学、学习认真，有着平心静气的温柔秉性，有着乐于助人的操行。今后若能更加大胆，学习更注重方法与效率，成功将在前方等着你！

12.\*\*\*运动场上，你矫健的身姿，拼搏的精神，昂扬的斗志，感染着班上的每一个人；班级工作中，你兢兢业业，尽职尽责，是老师工作上的好帮手；而学习上，你也是勤勤恳恳，踏踏实实。尽管你目前成绩尚不拔尖，但老师坚信，凭着你的勤奋与踏实，借助老师和同学的帮助，你一定能披荆斩棘，战胜前行道路上的种种困难，胜利到达成功的彼岸！

13.\*\*\*学习踏踏实实，做人认认真真，你的身上正逐步体现出一个农家孩子朴素、勤奋的品质。平时严于律己，尊敬师长，友爱同学，工作上更是兢兢业业，尽职尽责，为同学们树立了榜样。老师坚信，凭着你的勤奋努力，你一定会取得更大的成绩！

14.\*\*\*你勤奋好学，积极进取，平时总能看到你埋头苦读的身影，因而成绩一直居于班级前列。但与同学交往不够积极主动，今后若能敞开心扉，走入同学中间，你将发现一片新天地！你也将更出色！

15.\*\*\*你是一个活泼、善良、坦率的女孩。担任班长，认真负责，有着极强的集体荣誉感。音乐是你的最爱，听你的歌声是一种享受。今后若能放松心情，在平时的学习与生活中，更积极，更主动，一定能让我们看到一个更加出色的你！

16.\*\*\*你活泼开朗，乐观向上，脸上总是挂着微笑。但有时你太过放纵自己，甚至闹点小脾气，纪律观念有待加强。而你对篮球近乎偏执的热爱以及对理科的严重偏科又让你失去许多，希望你今后能扬长避短，做一名全面发展的好学生！

17.\*\*\*身为地理课代表的你工作认真负责，与人友善，乐于助人，尤其是一种乐观积极的心态感染着身边的每一个人，因而深受同学与老师喜爱。只是有时有些慵懒，目标不够明确，今后若能改进，一定会脱颖而出！

18.\*\*\*身为心育委员的你性格开朗、乐观积极，是老师和同学们心中的开心果，是班上公认的“快乐女生”，但是你有时应该对自己更严格，做事要更认真，尤其是学习上应该更加努力，那样你将更加全面，更加出色！

19.\*\*\*“男儿当自强”！你具有聪明的头脑，敏捷的思维，成绩名列前茅。你性格外向大胆，与人相处融洽，乐于助人，但有时对自己要求不够严格，尤其是上课爱插嘴的毛病让老师和同学头疼不已，盼今后加以改正，做一名真正“自强”的好学生！

20.\*\*\*你沉稳冷静，思维活跃，在学业上已体现出一定的潜力。但是，“成功=99的汗水+1的灵感”，没有付出，怎有收获？望你今后能下定决心，潜心励志，沿着成功者的足迹，努力学习，克服不足，迈向成功！

22.\*\*\*你活泼开朗，热心助人，乐于奉献。生活中，与人友善，团结他人，虽然有些大大咧咧，但却是一个让老师放心的学生。今后，如果在学习上，多花些心思，更努力认真一些，一定会成为老师心目中的好学生！

23.\*\*\*一个文静，清秀的女孩子，温文尔雅，彬彬有礼，学习勤奋、自觉、刻苦。只是性格有些内向，与同学交往也不够主动。若今后能放松心态，拿出胆量，更积极、主动，一定会更加出色，成绩也会更优秀！

24.\*\*\*你虽然话语不多，但你的真诚、懂事、积极上进，给老师留下了深刻印象。学习上，你踏踏实实，认认真真；生活中，你团结同学，乐于助人。今后，如果能敞开心扉，胆子大一点，你一定会更出色！

25.\*\*\*你为人诚恳老实，能自觉遵守学校的各项规章制度，能自觉认真完成各项学习任务。只是性格有些内向，影响了与老师和同学的交往，希望你今后胆子更大一点，学习更努力一些，你一定能行的，加油！

26.\*\*\*你为人友善，乐于助人，在同学当中有着不错的评价；学习上经过一段时间的努力后，有了明显提高。只是因为以前基础不好，学习上仍存在一定困难。希望你再接再厉，继续努力，克服困难，同时注意思想莫受他人影响，争取在下学期取得更大进步！

27.\*\*\*担任学生会干部的你，生活中，与人友善，乐于助人；工作上，尽职尽责，默默奉献。只是学习上，仍须加把力，除做好学生会的相关工作外，还要将更大的精力放在学习上，那样，你将更全面！

28.\*\*\*你活泼开朗，温文尔雅，热爱班集体，为人友善大方，在同学中有着不错的人缘。担任班干部，尽职尽责，甘于奉献。今后，若能多注意学习方法，提高学习效率，你的成绩一定会越来越好！

29.\*\*\*你为人友善，热爱集体，积极向上，担任班长，尽心尽责，是同学们心中的榜样。学习上，一丝不苟，认认真真，能自觉完成各项任务。今后，若能更专心，更用心，讲究学习方法与策略，一定会更全面！

30.\*\*\*你生性好动，个性独立，做事、学习有自己的主见。平时能自觉遵守学校的各项规章制度，一学期来，在各方面都有进步。不过，性格上有些任性，有时对自己要求不够严格。希望今后能克服不足，争取各方面都有长足进步！

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

**中学生计划书篇十**

学习效率这东西，我也曾和很多人谈起过。我们经常看到这样的情况：某同学学习极其用功，在学校学，回家也学，不时还熬熬夜，题做得数不胜数，但成绩却总上不去其实面对这样的情况，我也是十分着急的，本来，有付出就应该有回报，而且，付出的多就应该回报很多，这是天经地义的事。但实际的情况却并非如此，这里边就存在一个效率的问题。效率指什么呢?好比学一样东西，有人练十次就会了，而有人则需练一百次，这其中就存在一个效率的问题。

如何提高学习效率呢?

我认为最重要的一条就是劳逸结合。学习效率的提高最需要的是清醒敏捷的头脑，所以适当的休息，娱乐不仅仅是有好处的，更是必要的，是提高各项学习效率的基础。

那么上课时的听课效率如何提高呢?以我的经历来看，课前要有一定的预习，这是必要的，不过我的预习比较粗略，无非是走马观花地看一下课本，这样课本上讲的内容、重点大致在心里有个谱了，听起课来就比较有针对性。预习时，我们不必搞得太细，如果过细一是浪费时间，二是上课时未免会有些松懈，有时反而忽略了最有用的东西。上课时认真听课当然是必须的，但就象我以前一个老师讲的，任何人也无法集中精力一节课，就是说，连续四十多分钟集中精神不走神，是不太可能的，所以上课期间也有一个时间分配的问题，老师讲有些很熟悉的东西时，可以适当地放松一下。另外，记笔记有时也会妨碍课堂听课效率，有时一节课就忙着抄笔记了，这样做，有时会忽略一些很重要的东西，但这并不等于说可以不抄笔记，不抄笔记是不行的，人人都会遗忘，有了笔记，复习时才有基础，有时老师讲得很多，在黑板上记得也很多，但并不需要全记，书上有的东西当然不要记，要记一些书上没有的定理定律，典型例题与典型解法，这些才是真正有价值去记的东西。否则见啥记啥，势必影响课上听课的效率，得不偿失。

**中学生计划书篇十一**

尊敬的\_\_\_老师：

您好!

我是\_\_\_级\_\_\_专业直属班的\'学生\_\_\_\_\_\_，因为\_\_\_\_\_\_\_\_\_，需要请假(时间)从\_\_\_\_\_\_到\_\_\_\_\_\_，去往地点\_\_\_\_\_\_\_\_\_，请假期间有效联系方式：\_\_\_\_\_\_\_\_\_。

本人保证往返途中的个人人身和财产安全，在不耽误学习课程和任何集体活动的前提下，恳请您批准，谢谢!

班长(副班长)意见:

班主任意见：

本人签名：

日期：

**中学生计划书篇十二**

工作计划网发布初中学生会工作计划书范例，更多初中学生会工作计划书范例相关信息请访问工作计划网工作计划频道。

一、指导思想

围绕上级工作部署和学校工作计划，以德育为基础，以法制为保障，认真贯彻和落实\*中央“关于加强和改进未成年人思想道德建设若干意见”精神，强化学生公民道德意识，以日常行为规范教育为根本，继续推行“评价”，加强班级管理，促进教学质量的提高，不断提升学校育人水平。

二、基本情况

本学期，我校共有9教学班，本学期学校将继续实行封闭式管理，坚持开展德育活动，开展学生评价的研究，进一步加强未成年人的思想道德建设，不断提高学校内部管理水平。

三、工作任务及措施要求

1、大力加强学生会队伍的建设和管理，努力提高学生会的工作效力。学生会干部来自各班，是我校的\'中坚力量，是教师工作的助手，因此加强对学生会干部的培训指导使各项检查和督查落到实处，发现问题及时报告并处理，做到公正、公平、公开。

2、以日常行为规范教育为基础，学校内部管理，抓好学生思想品德教育。并继续开展以活动为载体的德育活动，开展评价的过程研究，使之与德育活动互相结合，促进学生日常行为的不断规范化、着力学校卫生管理和寝室管理工作，落实管理措施，配合值班教师解决好保洁和学生的就寝纪律。

3、落实安全措施，加强学校安全管理，建设和谐平安校园。

四、活动安排

九月：

1、学生报名，开学典礼。

2、学生会干部培训，新生养成教育。

3、制定学生会工作计划，落实值日制度。

4、评价活动班主任培训。

十月：

1、文明班级评选。

2、学风建设月活动。

十一月：

1、学生会干部培训。

2、寝室纪律整治。

3、文明班级、文明寝室评选。

4、期中考试及运动会。

十二月：

1、文明班级、文明寝室评选。

2、元旦庆祝。

元月：

1、文明班级评选。

2、工作总结

3、评选优秀学生干部。

五、日常工作

1、早到

2、两操

3、三次环境卫生

4、校徽

5、单车摆放

六、学生团委、学生会工作注意事项

3、学生干部应自觉遵守各项规章制度，在同学中树立榜样;

4、学生干部在日常工作中不得徇私，一经发现，撤消职务;

七、生团委、学生会干部名单

主席：孙丰

副主席：翁玲超翁佳玉

团支书：陈雅倩

学习部：李增冷秋平

宣传部：涂建向夏文

纪检部：李志军胡雪英子

卫生部：翁梁翁磊

体育部：程夏奥胡雨蒙

文娱：郑星星胥要

**中学生计划书篇十三**

高中三年，是我人生中真正意义上开始拼搏奋斗的三年。在三年的学习生活中，我有一些经验与同学们分享，归结如下。在此之前，我需要强调的一点是，每个人都有自己的实际情况，应具体问题具体分析，最适合自己的学习方法才是最好的学习方法。

一、起步

对一个刚踏进北中高中门槛的学生来说，首先要有野心。

千万不要沉浸在考上北中的欢乐里，把目光放到三年后的高考，那才是人生关键的一步。从高一开始就要比初三更刻苦，一步一个脚印，踏实前进，才能一路走好。

到了高中阶段，我们逐渐成年了，应该意识到要把学习作为生活的中心，做到一切为学习服务。这并不是说要死抓着书本习题不放，而是时刻明确自己肩上的主要任务是学习，做到劳逸结合，收放自如。

如此稍作调整后，心中的杂念自然少，进而以最好的状态投入到学习中去。

二、打好高一、高二的基础

高一、高二是我们第一次接触课本的阶段，打下牢固的基础，形成有效的知识体系，高三复习时才能够站在主动的位置。

偏科是基础学习的大忌，同学们一定要明确自己高考必考的科目，对这些科目平等看待，不要受自己情绪的影响。一旦丢下了某个科目，缺失了某个基础板块，要想在后面的时间里补回来是十分痛苦的，因为高中的时间安排非常紧凑，基本上是很难再挤出回补的时间。在这两年的学习中，除了阶段性考试前的复习时间外，其余的时间都应该以预习为主，预习从精，复习从简，加以适当的练习量。

现在的中学课本起点都比较低，一般来说都是同学们自己就能够看懂的，那我们在课前就可以做好预习工作。预习前先翻看目录，让自己对全书的内容有一个总体的把握，接下来的学习才不会显得盲目。预习时间一要抓紧假期的时间，尤其是理科的预习;二要利用好上课前一天晚上的时间，这对文科的学习比较有效果。预习要做得精细，划出重点内容，并且在疑难问题上做上记号。做好了预习工作后，老师讲述对应的内容时，我们就是主动地获取知识，而不是被动地接受知识，这样学习的信心就比较足，课堂效率也比较高。

课堂时间是十分宝贵的，做好了预习的同学，在听课时就等于是对知识的一次梳理，也相当于第一次复习。这时千万不要自以为是，觉得自己已经看懂了就没必要再听了，一来老师会增加一些拓展的内容，这甚至比课本本身的内容更为重要，因为这些内容涉及到重点知识的深化和融会贯通;二来我们预习时不免会对某些知识有理解的偏差，认真听课可以起到纠正的作用;再者，即便课堂上仅仅是对课本知识的重复，那也可以作为记忆的深化，有些识记内容可以当场就记忆一遍。总之，课堂时间是绝对不能够浪费的。一旦课堂上轻浮，无所谓的同学就容易变得松散，削减学习的劲头;较执著的同学就容易产生负疚感，也不利于进一步的学习。另外，上完一节课后，疑难问题一定要马上请教老师，不要拖，以免生疏。由于预习工作已经占用了不少时间，复习工作就应该从简。这里所说的复习是指课后的及时复习，即在上课当日就简单地把课堂讲述的知识过一遍，该识记的马上记住，给知识体系的锁链紧紧地扣上一环。

在学习的过程中，做任何一项工作都最好保持一定的连续性，不要被打断，否则打断后把知识重新调度出来，重新进入“热”状态又要浪费一段时间。不同科目的学习可以文理交错，以保持学习的乐趣，避免枯燥乏味。另外，学习过程中的总结归纳十分重要，每个科目都应该准备一本本子记录。一是对难点、易混淆知识点的总结归纳，写写自己独到的见解，毕竟用自己的理解才能更好地加深记忆;二是对自己好的思路，精彩的解题步骤的总结归纳，这些都是瞬间的灵感，不记录下来就容易流失;三是对错题的总结归纳，错误也是一笔宝贵的财富，记录下来，一错不要再错，这是对知识体系的巩固。

阶段性考试前的复习是统领本阶段学习内容的重要步骤。这需要我们对本阶段的知识进行有序的整理，形成章节的树状结构(树状结构类似计算机的资源管理器，也相当于书本的目录)，以利于下一阶段对已掌握知识的抽调。

下面介绍几个科目的具体学习情况。

语文

语文是我们学习了相当长时间的一个学科，由于学科内容的特殊性，很多同学，尤其是理科生，都容易忽略它。其实语文是一个长期积累的学科，需要我们耐心地投入才能有所收获。

对于语文的课堂学习内容，主要的是阅读。

对现代文阅读，很多时候老师会以“问—答—分析”的方式来讲课，这时就应该把这堂课当作是一次阅读训练，跟着老师的思路走，多思考，积极回答，多发表自己的见解，以增强课堂的活跃气氛，保持自己对语文学习的兴趣。当老师提出一个问题时，有的同学会觉得很简单，自己大概都懂，心里面觉得没有必要回答了，其实这是主动放弃了锻炼自己的机会。即便是很浅显的问题，语言的组织也是很重要的，因为考试的时候需要用文字来表述，如果平时不训练自己回答问题的语言组织能力，考试的时候就会笔不由心，虽然心里知道是什么，却不能用清晰规范的语言表达出来，因而失分。

再者是文言文阅读和诗词鉴赏。对于古文部分，老师一般都是帮助大家理解，探讨主旨，而更多的工作是需要我们在课后完成的。首先是要求读背篇章的背诵任务，一定要在学习该篇目后马上完成，不能推延。有的同学会比较厌恶背诵古文，其实背诵古文不单是为了卷面上默写的几分，一来它有利于形成强烈的文言语感，有助于阅读课外篇目，二来它有利于积累我们的写作材料，可谓是一举三得，所以有些课本上不要求背诵的篇目也不妨背下来。然后是文言语法的学习，这些内容老师一般会穿插在讲课的过程中，这就需要我们多归纳总结，对文言文的实词、虚词、句式、古今异义、通假字、词类活用、固定结构等有一个熟练的掌握。

另外，有些积累性内容老师在课堂上很少涉及，这就需要我们平时自己有所涉猎。比如字音、字型、词语等，一天积累几个，就能起到集腋成裘的效果。

对于作文，高一高二的写作面还是比较广泛的，就应该多训练，多动笔。除了老师堂上布置的作文外，有感而发时也可以写一些随笔札记。文笔是练出来的，即使这样做练不出好的文笔，也至少对作文有一个熟练度。

总而言之，语文的学习是不能够临急抱佛脚的。另外，对语文科的功利心不能太重。有的同学说：“我花了时间学语文，但是考试分数不理想。”其实语文考试的主观性很强，考试分数并不能完全代表同学该阶段的语文学习情况。最重要的是大家心里明白，自己该积累的已经积累了，该训练的有一定的训练度，那么本阶段的语文学习任务就已经完成了，不必对平时考试的分数耿耿于怀。

数学

数学是一个需要严谨思维，技巧性较强的学科。高一高二两年的数学学习，主要分为课本内和课本外两个方面。对课本内的内容，一定要熟练掌握一般的解题步骤和解题格式，表述严谨，做到滴水不漏。对有关的定理、公式，除了会熟练运用外，还要会进行逆向运用，并清晰地理解其有关的推导，有时候公式的推导比公式本身更加重要。对课本外的内容，以老师课堂上补充的为主体，先把这一部分吃透，不要贪图多而不精，在此基础上适当地做一些与老师补充内容相关的典型题，学会举一反三。

此外，前面提到的总结归纳本对数学科的学习来说是十分重要的。数学学习是一个在扎实的知识基础上，运用各种思路打通经脉，不断探索的过程。各种思路就好比武功的各种招式，只有纯熟地使用招式才能够破敌，因此“招式”的记录尤为重要。另外，从严谨的角度看，自己解题的“破绽”也很有必要记录下来。有的同学在同一个问题上会再三犯错，把这些问题郑重地摘录下来有助于时刻提醒自己不要重蹈覆辙。我有一个习惯，就是每次做完数学作业后，都在后面写上“解题回顾”，记录好的思路和易错点等，复习时常翻阅。数学题的解题方法是多种多样的，有优劣之别。好的方法计算简练，解题迅速，争取到精力和时间。因此题不一定要做多，而是贵精。平时做题，好的题目多考虑几种思路，比较优劣，得出最佳方法，实在大有裨益。另外，数学高档题的技巧性强，难度大，因此建议大家解题时间不要超过30分钟，实在做不出就翻阅答案，与同学讨论或者请教老师。否则的话，做数学题占用了大量的时间，对其他科目不公平;而且自信心受到打击，对数学科本身的学习也是不利的。

还有一点小小的提示，就是要合理地利用草稿纸。由于数学的运算性强，草稿纸用得也多，写得混乱了就分不清哪些字是哪一题的，有的字也看不清了，这往往成为同学们平时练习以及考试犯错的重要原因。因此草稿纸的使用要合理布局，做到题与题之间分界明确，字迹清晰。

有的同学对数学考试有畏惧心理，其实没有必要。高考题有大部分是用我们学习过的知识、总结过的思路可以解决的，只是可能会戴上一层神秘的面纱，或是换了元，或是以新情景出现，实际上只是新瓶装老酒。如果一看题就被这“纸老虎”吓坏了，那就输了，倒不如冷静分析，细心解题。

英语

英语是需要听、说、读、写相结合的学科，因此要多管齐下。

一是读。早读课的时间充分利用起来，但也是不够的，需要自己另外找时间，如中午或傍晚来读。读的内容以课文为主，兼以各式练习上的题目，以形成强烈的语感。语感对英语来说实在是太重要了，当英语语感达到一定的层次，就可以成为做题的武器，在语法分析遇到困难时对选项进行筛选。

二是背。虽然英语单词和固定搭配多如恒河沙数，但是掌握方法，肯下苦功，定能积累不少。我有两种策略，一是将单词和固定搭配放回到课文中来背，也就是在读课文的过程中同时背单词，这样一方面避免了面对枯燥的单词表，另一方面也将其具体用法记下来了。二是多翻词典，为生词找词根，找派生词，这样不但用简单的词根来帮助了复杂单词的记忆，而且一次就记住了几个单词。

三是听。认真地对待每一次跟读课文和听力训练的机会，熟悉英语的语音环境，同时也培养语感。

四是记。英语有一系列的语法知识点，这是需要我们牢固地记忆的。在学习完某个重要的语法点后，做一定量的练习，清楚语法条文在具体语境中是怎么使用的，最好把几个典型句子记忆下来，巩固语法学习。

对其他科目，由于各人选择的不同，具体情况也不一样。但是无论怎样，只要高考要考查的科目，都应该按照其考查难度相应地对待。最基本的要求是将各科的课本内容预习好，课堂上认真听课，课后及时消化。高一高二做好这些工作后，高三就可以复习得轻松许多。虽然有些科目高考的要求不高，但是作为常识，也是我们未来走向社会必须具备的，有一些还可以作为写作的材料。

三、高三的拼搏

进入高三后，主要的任务就是复习备考。高三的学习安排会比高一高二更加紧凑，因此首先要明确各科老师在接下来一年里的安排，以便自己跟上老师的进度。在高三，最忌讳的是老师讲一套，同学自己另外搞一套，这样只会得不偿失。相信老师，配合老师，是我们的必由之路。

在高三繁忙的学习任务下，偏科的现象更容易产生，这需要我们计划好每一天的学习，约束自己均衡地完成好各科的任务。对于学习计划的制定，最重要的是张弛有度。过松的学习计划不利于充分地利用时间，过紧的学习计划则难以完成，容易产生负疚感，影响心理情绪。最好是大致上各科都安排好时间的情况下再有一个小时的机动分配时间，以应付特殊情况。安排计划时，用脑方式相近的工作应该分隔开，比如说按“背英语单词，做数学题，背文言文，做物理题”的顺序进行，以合理用脑，提高大脑效率。另外，还要充分地利用好时间的“边角料”，如饭前睡前等零碎的时间，做一些零散的复习工作，如看地理地图册。由于高三是用不足一年的时间来复习高中三年的知识，因此不断地回顾复习过的知识点，避免遗忘，是很有必要的。这里有两种回顾方式，一是课后对复习的知识作一次小结，我个人比较习惯课后利用中午和自习课的时间及时小结。这种小结不用花太多时间，大多数是思考课堂上还未弄懂的问题，或者对堂上复习的知识进行梳理。这个过程与高一高二的复习是类似的，但在高三就显得更为重要了。二是做一些前后知识综合的题型，在复习后面知识的同时回顾前面的知识。

在一环扣一环的紧张气氛中，身体和心理是复习备考的重要条件。

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