

# 八年级暑假计划表(实用7篇)

时间就如同白驹过隙般的流逝，我们的工作与生活又进入新的阶段，为了今后更好的发展，写一份计划，为接下来的学习做准备吧！通过制定计划，我们可以将时间、有限的资源分配给不同的任务，并设定合理的限制。这样，我们就能够提高工作效率。下面是我给大家整理的计划范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

## 八年级暑假计划表篇一

### 【篇一】

我盼望已久的暑假生活开始了，如何做好计划过好这个暑假，让这个暑假过得愉快、充实、有意义，请看看我的暑假生活安排计划：

#### 一、制定暑期生活计划表

首先就是要把我们暑假刚开始的各种暑期安排的想法落实到纸面上，自己制定一个暑期生活安排计划表。这样，就能把我们头脑中一闪而过的好想法记录下来，而且也利于我们对暑假活动安排的条理性和次序性。

#### 二、安排好暑期学习活动

暑假期间，学校会要求我们完成暑期作业，有的学校是要求按章节复习课本知识，有的学校是要求预习新教材，这是我们暑假里必须要完成的，我们要在活动计划时首先考虑进去，比如我们可以每天用两个小时完成学校要求的学习内容，保证完成这些学习活动所需的时间。有的学生把学校留的作业用一个星期不分白天黑夜的做完，期盼着暑假剩下的时间可以没有任何心理负担地疯玩。这是一种不科学的安排。

暑假期间，确定学习目标，攻克薄弱环节：学习目标不宜太大、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。

### 三、做一些想做的事情

每个同学都有一些自己的个人爱好和兴趣，也有很多同学想利用暑假时间学习一些新技能，比如学绘画、学游泳、学舞蹈等。暑假应该是轻松愉快的，我们可以把平时学习的时候没有时间和精力来做的事情放到暑假里做，完成自己心中的愿望。

### 四、睡眠、运动和饮食

暑假期间，因为是自己自由在家，没有学校作息时间的约束，容易出现自己在家吃喝无度、睡眠过多、行为散漫的现象，所以暑假期间更要注意自己的健康生活习惯的养成。

### 五、旅游外出

由于是旅游，我们一般可以看到平时看不到的自然风貌，可以了解到中国甚至世界各国的文明和文化，了解到各地的风土民俗。在旅游的过程中，我们要细心观察，亲身感受，把所看到、所体验的到的事物与所学的地理、历史、生物等知识联系起来，从感性上去加强理解和记忆这些知识。旅游回来后，也可以写写此行的感受，这同样可以锻炼自己的写作能力。

### 六、分担家务劳动

假期里父母仍然要上班，我们可以主动为父母分担一些家务，这不但能减轻父母的劳累，而且对于锻炼自我的劳动能力、自理能力都有好处，所以建议同学在暑假期间能多帮助父母分担一些家务劳动。

## 七、保持和同学交流

暑假里，我们不要忘记我们的好朋友和同学们。大家可以通过网络、电话多加强沟通，当然如果方便，有些暑假活动我们可以和同学、朋友一起完成。和同学、朋友在一起总是很愉快的，所以我们暑假快乐的一个源泉是来自我们和他人的交流和共同活动。

### 【篇二】

下学期初二了，我给自己制定的暑假计划□

1、每天给自己定一个学习量，适量就好，多了也不容易学进去，反而打击自信心。

2、早上要早起，不管晚上弄到多晚，都要强制自己早起。这样就形成了一种习惯，不至于将生物钟倒过来，在开学的时候还得强行倒回去，对身体好。如果觉得自己在早上比较容易背书的话，则可以在早上的时候去背一些单词，古诗词等。中学生提高自己的文学素养也是必要的，无论是文科理科。如果觉得自己在晚上注意力比较容易集中的话，那晚上背书就是的。

3、早上一般都不会热，在不下雨的时候，可以试着晨跑，强身健体也会是有必要的。

4、在前一天晚上将自己第二天的学习计划列出来，要写明想要达到什么样的效果。比如：我第二条要记住20个新单词，要做完3份试卷，要看看新买的书的第一个章节……如果有一些其他类的比如琴类，美术类，音乐类，类似报的兴趣班也可以写上。第二天在学习方面就按照计划上来做，要做到有效率，不论什么时候做，一定要在当天做好。今日事，今日毕。

5、暑假总会有一些插曲，今天你去哪个同学家玩，明天那个亲戚来你家玩，在或者爸妈突然心血来潮带出去玩……都是有可能的，所以在时间并不一定要按照学校那样，也就是只要你把今天要求自己做的事做好，时间上可以有很大的自由。你可以选择天气不是特别热或者想出去玩的时候出去打球，出去逛……只要想到，没关系，我回来一定会把作业做完的就行了。

6、可以在暑假有计划的培养一下自己的兴趣爱好，这也可以算暑期计划啊。

### 【篇三】

我的初三暑假学习计划具体方案：

1. 针对自己的薄弱学科的学习态度、学习方法、学习目标进行反思，调整。

2. 在家长的指导下，写好自己切实可行的暑假生活、学习计划。（安排好每天复习进度的明细内容）

3. 把练习卷上做正确的题目进行整理，确认自己已经掌握了哪些知识，具备了哪些运用能力，树立自己对本学科的信心。

4. 把练习卷上做错的题目进行整理、抄录，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。（尽可能用自己的力量解决问题）

5. 遇到无法解决的困难，按教科书的学习顺序进行梳理罗列。了解自己学习问题的共性薄弱点，然后可以请老师一起帮助解决。

6. 每周二次带着学科的不懂之处和老师一起分析、解决问题。

回家后运用老师解决问题的方法进行自我强化练习，填补自己的学习漏洞。（这一点必须按照教材由浅入深的学习顺序，切不可东一榔头西一棒的无序）

7. 每次完成习题的订正，将错题订正的全过程，牢牢地记在脑海里（背出），渐渐地形成解题方法的量的积累。

8. 看名著，中高考时，会出现名著中的经典片段，看几本必看的小说是中学生必需要做的事情之一，即可增长见识，又可陶冶心情。

9. 一星期打两次球，游三次泳，增加运动，提高体能。（也可以听音乐等，做自己有兴趣的事）

## 八年级暑假计划表篇二

暑假是每年学生最期盼的假期，它不仅意味着离开繁忙的学习生活，更是一段自由自在的时光。不过，暑假中度过的每一天都是宝贵的，我们不仅要好好享受，还要制定一份合理的暑假计划表，来规划自己的假期生活。我是一名二年级学生，今年的暑假我也制定了一份计划表，来安排自己的学习和生活，下面是我对这份计划表的心得体会。

### 第二段：制定计划表的目的

制定一份暑假计划表主要是为了让自己的假期过得更加充实、有意义。首先，在暑假期间，我们需要继续学习，巩固之前学到的知识，避免暑假“脑残”，同时，也要为新的学期做好准备。其次，我们还需要开阔视野，增长见识，锻炼自己的能力，比如阅读、写作、绘画、音乐、运动等等。最后，暑假也是放松身心、与家人、朋友相处的好时间，最好把日常生活中所需的事情安排进去，以充实生活。

### 第三段：制定计划表的过程

为了制定一份合理的计划表，我们需要先明确目标，考虑应该安排哪些活动，以及时间先后。然后，在制定计划表时，我们应将自己的实际情况考虑在内，合理分配时间，不要过分追求完美，遵循“适度安排，以身心健康为重”的原则。最后，我们需要将计划表张贴在房间中显眼的位置，以便督促自己按照计划行动。

### 第四段：实施计划表的体会

暑假期间，我认真执行了自己制定的计划表，每天完成规定的任务，例如每天背诵一篇古诗词，读完一本书，参加舞蹈课程，练习小提琴。除此之外，我也给自己留出了一些时间与家人共度，去游泳、爬山、看电影等。通过这份计划表，我能感受到自己在日复一日的坚持中成长，不仅提高了自己的学习成绩，也丰富了自己的生活。

### 第五段：总结

眼看暑假即将结束，我心里感慨万千，通过这个暑假，我不仅培养了自己的兴趣爱好，增强了自己的身体素质，更为重要的是，我学会了如何制定和实施计划，这将对我今后的生活很有益处。计划表是一种时尚的工具，只要有了目标和计划，就一定会取得好的成果。我相信，只要我们坚持不懈，就能成为更好的自己。

## 八年级暑假计划表篇三

- 1、每天进行一小时以上的体育锻炼(最好是室外、能集体运动就更棒了)；
- 2、要关心时事新闻，关心社会生活(可通过电视或报刊)；

- 4、每天和父母做必要的交流(可在餐桌上和一起看电视时);
- 5、读一本名著,古今中外皆可;
- 6、每天保质保量地完成寒假作业。

7: 00起床

8: 00做暑假作业或复习上学期

11: 00吃饭

11: 30娱乐

13: 00做暑假作业或预习

15: 00看课外书

16: 30休息

17: 00吃饭

18: 00预习新课

20: 30娱乐

21: 30睡觉

## 1、数学

自学下册前3章,做相应习题;做下册学习笔记,习题册一本;

## 2、科学

自学下册前3章,做相应习题;做上册实验报告,下册的学习

笔记；

### 3、英语

记背下册英语单词，复习上册单词词组；

### 4、语文

## 八年级暑假计划表篇四

即将到来的暑假让人充满了期待，因为它意味着可以放下繁重的学业，休息一下，也可以有更多自由的时间去做自己感兴趣的事情。而在暑假之前，我制定了一个暑假计划表，希望在期间能够充实自己，发掘更多的兴趣爱好，更好地度过这个美好的假期。

### 第二段：计划内容

我制定的暑假计划表包括学习、体育、艺术以及阅读等多个方面的内容。在学习方面，我希望通过制定每天的学习计划，提高我的学业水平。在体育方面，我计划每天早上跑步，锻炼身体。在艺术方面，我将专门去报一个绘画班，学习更多绘画知识。最后，我将定期去图书馆，借阅一些好书，读懂更多经典著作。

### 第三段：实施情况

实际执行计划时，我发现自己的时间安排还是有些过于乐观。例如，我曾计划在每天早上跑步后进行读书和绘画的学习，但发现跑步和绘画需要的时间加在一起已经将我的大部分时间消耗掉了，所以我不得不取消了原计划中的读书学习。但是，我的每日学习计划仍然实施得很好，我的成绩得到了明显的提高。



#### 第四段：收获与感悟

在暑假期间，我通过制定计划和实施计划，不仅发掘了自己的兴趣爱好，也发现了自己的不足之处。我发现自己的时间管理仍需加强，还需要更好地规划自己的时间。同时，我还发现通过制定和实施计划，可以帮助我更好地完成自己的目标，成就感也随之而来。这令我更加积极地思考并制定更实际，更具体的学习计划，以便在新的学期中取得更高的成绩。

#### 第五段：总结

通过制定计划和实施计划，我收获的不仅仅是完成了计划本身，更是学会了如何规划自己的时间和如何实现自己的目标。所以，我相信在今后的学习和生活中，这些经历都将对我起到很大的帮助。我将继续努力，不断地学习和进步，为自己的未来打下更加坚实的基础。

### 八年级暑假计划表篇五

本学期的班主任工作，我要充分发挥学生特长、张扬学生个性，促进班级管理，加强学生的思想教育，进一步提高学生的成绩，力争在新学期让班级成绩更上一层楼，德育品质近一步提高，达到一个新的台阶。本学期我对本班级德育工作做如下打算：

以前也制定过班纪文明公约，但在安全方面缺乏一个具体的约定，针对这种情况，本学期我计划在制定班纪文明公约的同时，也制定安全文明公约。制定以后，要在班上宣读，宣讲，使每一个同学都有一个具体的认识，而不是以前的模糊不清。宣讲完成之后，再在班上张贴出来，时时给同学们一个警醒。

以前班墙报的建设几乎是一片空白，既起不到对同学们学习的促进作用，也达不到对同学们进行宣传教育的结果。本学

期我计划在班北面的墙壁上，开创了两块学习园地，学习园地四个字用剪纸剪出来，四周再贴上彩纸边框，起到一个美化的效果。学习园地里面的内容定期更新。如先后举办过“学风专题”和“法制专题”的墙报。下课后让大家都主动涌到北面去看，起到了很好的宣传教育的作用。

以前的值日工作存在着很的缺陷，经常出现有同学不扫地的现象，罚也起不到较好的作用。本学期我要进行改革。首先每小组成员的组成由同学们自己自由组合，不再是以前的硬性规定的组来扫地，这样就避免了同学内部之间的不合作关系。组定下来之后，由原来的每组值日制改为现在的每组值周制。每一周的值周成绩由学生会公布出来之后，达到学校的第一名，本组成员奖励笔记本一个，如果过不到本周学校的平均分，该组要重扫一个星期，争取做到奖惩分明。

八年级学生的特点是上进心强，好胜心切，所以抓住这一心理特点，班主任应与班委会、团支部积极配合开展多种形式的生动有益的教育活动，可以通过召开班会和学生共同讨论某些主题，比如《你打算怎样做合格的初中生》、《你将来要做个什么样的人？科学家？音乐家？等等》、《安全教育》《法制教育》、《手拉手献爱心活动》等，也通过家访来提高他们对自身及对初中学习重要性的认识。

以上就是我本学期在班级工作中一些计划和想法，有很多地方想法还不够完善，还需要在今后的工作中去不断的改进。

## 八年级暑假计划表篇六

为了把学生培养观具有健全人格、美好心灵，具有创新精神和实践能力学生，初二的班主任是如何制定工作计划的？下面是本站小编收集整理八年级班主任计划，欢迎阅读。

为了使学校各处室相关计划在班级得到更好的贯彻和落实，

形成良好的教育环境，树立良好的班风和学风，提高学生的身心素质，特制定本学期初中班主任工作计划：

## 一、指导思想

以学校及相关处室提出教育教学及班级管理的各项工作要求，贯彻落实“以人为本”的科学发展观，从学校工作计划和学生思想实际出发，抓好班级管理工作，以提高学生道德素质，文化素质和身心素质为目的，以学校开展的各项活动为契机，以树立良好班风和学风，增强班级凝聚力为主要任务，努力完成学校交给自己的工作任务，是全班学生在德、智、体、美、劳等各方面都得到发展。

## 二、工作目标：

- 1、按照德育处的工作要求：加强树德立品的教育和教务处提出的培养学生自主、探究、合作、创新的学习方式，努力把学生培养成有灵魂有灵气的阳光少年。
- 2、根据初二学生的心理和生理特点，加强学生心理健康教育，提高心理健康辅导水平。
- 3、加强学法指导，培养独立学习能力和抗挫能力，克服学生的厌学心理。

## 三、工作措施

- 1、言传身教，以诚取诚。

言传是身教的基本方式，身教是言传的有效手段。在我们耳边我们常常可以听到这样的话语“老师自己都做不到，还要求我做！”可见，我们的言行对学生有多大影响。所以，当我们要求学生做到时，我们自己应该首先做到。用我们的真诚去唤起学生思想上的共鸣。当然，我们作为班主任应该不断

加强自我修养，不断汲取新知识，扩大知识面，注重自身良好品德的形成，以身作则，一视同仁，让学生信服，增强自己的亲和力，使自己的非权力性影响持久而深远。

## 2、尊重学生，关爱学生。

“爱”是教育的主旋律。教书育人是教师的天职，而育人应该是班主任的首要天职。爱学生，尊重学生人格、兴趣、爱好，了解学生习惯以及为人处世的态度、方式等，然后对症下药，帮助学生树立健全、完善的人格。

人格尊严是平等的。努力做到能象一个真正的朋友一样，重视、欣赏学生，学会倾听学生意见，接纳他们的感受，包容他们的缺点，分享他们的喜悦。被尊重是学生内心的需要，在日程工作中把自己的认识润物细无声的转化为学生的内在动力。

## 3、加强对后进生的教育工作。

对于班级的后进生采用“五导”的教育方式，即：情感上开导，心理上疏导，思想上引导，学习上辅导，行动上督导。树立为了学生的一切的责任感，把后进生视为自己的子女，视为期待雕凿的璞玉，渴望甘露的孱弱花朵，和风细雨精心培育，真心诚意地关心爱护，以自己满腔热情在后进生的心灵深处点燃起熊熊火焰，以自己诲人不倦的精神，把他们培养成为新世纪的有用人才。

## 4、开展各项常规检查评比活动。

继续开展各项常规检查评比活动，每天公布检查结果，班主任要切实从班级自身出发，加强宣传发动，指导训练，将各项常规工作抓细抓实，力争主动，科学，民主管理班级，切实抓好班风班貌建设。同时认真抓好班会、团会等，并经常开展形式多样，生动活泼的活动，使班主任工作的管理更合理化，规范化，

艺术化。

## 5、家校联手，形成良好的教育合力。

(1)结合每月考试成绩，开好每次的家长会，针对学生的现状，与家长共同探讨解决问题的方法，并对下一步工作做好安排，尽快形成家长、教师、学生三位一体的教育模式。

(2)平时，把学生在校的各方面的表现反馈给家长，及时与家长沟通，使家长对孩子在校情况作到心中有数，请家长协助鼓励或帮助学生，作好学生的思想工作，同时，向家长了解学生在家的表现，及时找到问题所在，对症下药。

## 6、加强对学生的安全工作计划与法制教育工作计划

作为班主任，我们应该充分利用“两会”（班会、班务会）阵地，加强对学生的食品安全工作计划、交通安全工作计划、上下楼梯安全教育工作计划，加强对学生的防火防盗意识教育，加强突发事件处理方法和发现安全隐患及时报告的教育，坚决贯彻执行学校的安全首视责任制。

同时，本人作为班主任，应该注意不要体罚、心罚和变相体罚学生，注意在言语上尊重、理解我们的学生，注意对教学成绩的合情合理合法化处理，注意教育方式的文明化、科学化。

## 7、班干部培养工作计划

对班级干部进行大胆的使用和严格的管理，并作学生干部的坚强后盾。在日常工作中注意发挥学生干部的表率作用。该放手的一定要放手，从而历练能力，树立威信。与此同时，注意提高他们的自身素质和管理水平，定期召开班级干部管理会议组织学习。

## 8、开展班级特色活动。

(1)初二阶段的学生极易产生叛逆心理、盲目追求自由平等、易受外界影响、情绪情感偏激、易激动暴躁、情绪两极波动、凭感情行事的特征，但同时又具有可塑性大、主动尝试、追求独立等特点。根据初二年级学生的身心发展特点结合班级学生的实际情况开展特色活动，开展以“脱离低级趣味、培养高尚情趣”为主题的活动。以周末论坛的活动形式(每周的最后一节课)。

(2)初二学生由于对性知识的一知半解，他们心理萌动着一些从没有过的新的体验与感受，开始产生神秘的骚动，这使他们既感到好奇，又迷惑和害怕，不敢接近对方。他们关于异性同伴在什么场合可以呆在一起的社会允许程度仍然很敏感。因此，表面上看，他们并不互相接近，而是互相排斥，但是由于对异性的好奇和渴望，内心又有对异性的追求的心理矛盾。根据初二学生这一心理特点，本学期准备开展一次青春期教育讲座。

(3)继续开展写周记、日记活动，征求同学们的意见，及时把握学生的心理状态，做到和学生时刻保持心灵上的沟通。

以上是本学期的班主任个人工作计划，自己有决心不让计划成为一纸空文，在工作中一定按计划完成各项工作。争取自己的班级管理和学生的学习成绩学期末再上一个新的台阶。

### 一、指导思想：

遵循青少年学生思想品德形成的规律和社会发展的要求，坚持从“做人第一，全面发展”为宗旨，坚持“抓早、抓细、抓实、抓薄弱、抓反复”，引导学生形成科学的世界观、人生观、价值观，努力提高德育工作的有效性、时效性，力争使班级工作再上新台阶。

## 二、本班学生的基本情况

本班共有79名学生，从上学期考试来看，其中有16名同学成绩优秀；有30多名同学成绩尚好；有35名同学成绩较差。

## 三、本学期的工作要点

初二是初中阶段的关键时期，是学生的世界观、人生观、价值观的形成时期，同时这个时期的学生明辨是非的能力较差，容易受年龄比他们大的孩子和传媒的不良影响，而且初中学科比小学多，学习难度又加大，学生不易适应，因此制定这个学期的工作要点如下：

- 1、加强行为习惯的养成教育，使学生成为有礼貌、讲文明、守纪律、讲卫生的好少年。
- 2、以古今中外的名人为榜样，结合学生们身边的事例，使学生的做人做事的观念得以摆正，提高学生分辨是非的能力。
- 3、鼓励学生勤于思考，勇于探索，大胆创新，以适应初中的学习生活。
- 4、积极参加学校组织的各项活动，使学生在活动中受到教育。

共2页，当前第1页12

## 八年级暑假计划表篇七

暑假是孩子们最期待的假期，而如何度过自己的暑假则成为了每个孩子都要面对的问题。在这个暑假里，我制定了一份详细的计划表，既能让我度过快乐的假期，也不会影响到我的学业。在执行了两个月后，我获得了一些收获和心得体会。

第二段：计划表的制定

在制定这份计划表时，我首先列出了我想要做的事情，包括学习英语、阅读、练习书法等等。然后，我安排了每天的计划，将每个活动分配到不同的时间段，在保证休息的时间的同时，尽可能地利用好每一分钟。

### 第三段：计划表的执行

在执行这份计划表的过程中，我遇到了很多困难。有时候我会因为玩耍或其他事情而忘记执行计划表上的任务，有时候我会觉得有些任务太枯燥而想要放弃。不过，我还是坚持了下来，因为我知道只有付出努力才能获得好的结果。

### 第四段：收获

通过两个月的执行，我收获了很多。我的英语口语和阅读能力都有了很大的提高，我也更加熟练地掌握了书法技巧。更重要的是，我养成了良好的计划习惯和坚持不懈的态度，这些对我的以后的学业生活都将产生重要的影响。

### 第五段：结论

这个假期的计划表对我而言是一个很好的经历。我学到了很多，也养成了好习惯，最重要的是我在享受了愉快的假期之后，我仍然能够有很多时间来完成我剩下的家庭作业和学习任务。我相信这份计划表会对我今后的学习产生深远的影响，我也希望同学们能够借此体验到制定计划和坚持的宝贵性价比。