

制定学习计划的 开学制定学习计划(大全7篇)

在现代社会中，人们面临着各种各样的任务和目标，如学习、工作、生活等。为了更好地实现这些目标，我们需要制定计划。计划可以帮助我们明确目标，分析现状，确定行动步骤，并制定相应的时间表和资源分配。那么下面我就给大家讲一讲计划书怎么写才比较好，我们一起来看看。

制定学习计划的篇一

新学期希望大家都能如愿以偿，实现自己的小目标。记住，越努力，越幸运！一起来看看开学制定学习计划要注意什么：

准确找出自己的长处和短处，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。

定计划时，不要脱离学习的实际，目标不能定得太高或过低，要依据以下要点来制定：

- (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。

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。

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。定计划时, 一定要集中时间, 集中精力保证重点。

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。

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, 应当成为制定学习计划的重点之一。

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。

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。

(1) 早晨或晚上，一天学习的开头和结尾时间，可安排着重记忆的科目，如英语科等；

(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。

做计划是为了让自己更好的按照计划执行不会乱，但是做计划的同时也要留有余地，防止中途计划被打乱。

检查内容：

(1) 计划中的学习任务是否完成？

(2) 是否基本按计划去做？

(3) 学习效果如何？

(4) 总结得失，找出偏差，分析原因，以利改进。从而实现自我管理，自我控制，自我激励、自我调整。

制定学习计划的篇二

我们每天都在进行紧张的复习任务中，有些同学可能没有想过怎么去学习的这个问题，所以制定学习计划之前得先进行

自我分析。

平时可以仔细回顾一下自己的学习情况，分析自己的学习特点。每个人的学习特点都不尽相同，有的人记忆力强，有的人理解能力好，还有的人想象力丰富，所以你必须要根据自己学习特点进行全面分析。

还可以分析一下自己的学习现状，想知道自己处于什么阶段，可以试着和全班同学比，确定自己的成绩在班级中处于什么位置。也可以跟自己过往的成绩作对比，利用发展趋势来作评价。

2、确定学习目标

学习目标能确立努力的方向，学习目标能催人奋进，从而产生为实现目标去奋斗的力量。一个人没有学习目标，就像一个无头苍蝇到处乱飞，是对学习时间的极大浪费。一个好的学习目标要具有适当、明确、具体的特点。

3、科学安排时间

制定了学习目标后，就要通过科学的安排来实现学习目标。在安排学习时间方面，既要考虑学习，也要考虑休息和娱乐，既要考虑课内学习，还要考虑课外学习。所以科学安排时间，复习的时候可以事半功倍。

要根据事情的重要程度来安排时间，相对来说，把重要的或困难的学习任务放在前面来完成，因为这时候精力充沛，思维活跃，而把比较容易的放稍后去做。另外，较小的任务可以放在零星时间去完成，以充分做到见缝插针。

制定学习计划的篇三

对于高三学生来讲，寒假是高考前最为宝贵的“自主时间”，

如何充分利用好这一“自主时间”对于提升高三复习质量有着十分重要的意义。

寒假将至，个别学校要补一点课，多数学校把时间留给了考生，对于高三学生来讲，寒假是高考前最为宝贵的“自主时间”，如何充分利用好这一“自主时间”对于提升高三复习质量有着十分重要的意义。历年的毕业生在寒假的“自主时间”利用上有很大差异，实践证明凡是“自主时间”利用好的，第二学期的冲刺复习后劲就足，信心也就越来越足，如何利用好寒假“自主时间”给同学们几点建议。

一、抓弱科、弱项，变弱为强 历年在和考生、考生家长接触过程中有一种现象值得引起考生关注，相当一部分考生在高考六科知识、能力水平上有强有弱，一些考生跟我说数学差，但外语强，“我外语多得点分就可以把数学的分补回来了”，还说是以强补弱的复习策略。更有些考生跟我说：“我地理学科差一些，但我所选的专业是外语，外语成绩一定要好，地理差一点没关系。”更让我着急的是已经到了这般时候了，还有极个别考生说：“将来我学生物，我不喜欢物理，物理差一点没关系。”对于后两类同学我要强调的是六科都是高考科目，分值都占一定比例，都是你考入理想大学、理想专业的敲门砖，即使将来你不学这个学科，但高考需要这个学科的分，更不能喜欢不喜欢这种低级错误来为你的弱科找理由。至于“以强补弱”的策略考虑则是完全错误的。先说“强科”，比如你外语是强科，可以考到120分到130分，外语满分是150分，按照高考试卷易中难的比例，中低档题占八成，也就是120分，剩下的30分应当说是难题和比较难的题，你的外语已经达到120分—130分这个高度，再往上提空间又小，难度又大，十分困难。再说“弱科”，比如你数学是弱科，一般成绩保持在80分—90分之间，按照高考试卷易中难的比例，也就是说弱科数学不但提高的空间大，而且试题相对容易。优秀考生就优秀在科科都强，一般考生有强有弱也属正常，但绝对不能“以强补弱”。正确的策略是“强科更强，更上一层楼；弱科变强，也上一层楼。”只有这样你的高

考总分才能大幅度提高。提高弱科的办法有许多，时间上要多安排一点；少做、不做弱科的难题，主抓中低档试题；多看书，在基础知识落实上再下一点功夫；参加一些课外的单科补习还是十分有益的，当然要选择好学校，选择好老师。

二、查缺补漏，把基础进一步夯实 各地区各学校的第一学期复习，第一轮复习一般把重点放在基础知识、基本技能上，期中考试、期末考试一般是六个学科六张试卷。到了第二学期一开学，各地区、学校首先要做的是文理综合练习，也就是将理化生、史地政三科内容放在一张试卷里进行综合练习，一般要练二到三次，紧接着一模就开始了，然后是二模、三模。寒假正是两个学期的衔接时间段，而且是考生最宝贵的“自主时间”。我的建议是“自主时间”多安排一些基础知识的复习，当然重视基础知识的复习要贯彻到高考复习的始终，但寒假的“自主时间”是最集中、最宝贵的时间，一定要抓住、抓牢。理由很简单，基础知识是分析问题、解决问题的工具、依据，只有基础夯实了，能力提升才有了保障。抓基础一要看书，许多考生不重视这个环节，教材是高考命题的依托，也是高考复习的依托，一定要老老实实、踏踏实实地把教科书认真读一读，把基础知识认真落实；抓基础二要把课本上的题认真做好，有些高考试题就是课本上的练习题的变形，而且课本上的练习题是最基本的，不但要会做而且要熟练；抓基础三要认真分析期中、期末两套试卷，跟着老师分析试卷是必须的，自我分析也是必须的，成功经验、失败教训、得分原因、失分原因、解题思路、解题切口等等一定要清清楚楚。

制定学习计划的篇四

语文学习计划

第一板块：认真练字

常言道：“文如其人，字如其人。”一手好字是你迈向成功的重要一步。暑期要坚持每天练字，要求书写认真、工整、美观，做到横平竖直，一律使用作文本(300格)(或用字帖临摹练习)。

作业一：开学初上交15张你写的最好看的作品。

第二板块：经典阅读

作业二：从以上推荐的前四部作品中任选一部，写一篇不少于700字的读后感。(写在作文纸上)

第三板块：写作训练

作业三：以暑假的见闻和感受为内容，写一篇《20xx我的暑假生活》为题作文，字数不少于600字。(写在作文纸上)

第四板块：预习新课

要想办法向今年初一年的同学去借七年级语文书，做好字词积累、背诵古诗文言文等预习工作。

数学学习计划

第一项：利用暑假，可把5、6年级的数学书再看一遍，并到网络上下载一些相关试卷进行巩固。

第二项：借七年级上册数学书，预习第一章《有理数》与第二章《整式的加减》，体会数与式的关系，并完成课本中第一章的总复习题。

第三项：每天完成与5、6年级相关的三道计算题，着重培养学生的计算能力。

英语学习计划

计划一：规范书写26个英文字母。

计划二：去借今年初一年上册英语书，复习小学阶段的英语知识并尽量多背诵课文中的对话短文，单词等。

计划三：加强听力(初一上册课文中的对话和短文)。

计划四：培养兴趣，多阅读一些简单的英语小短文故事。

计划五：熟悉48音素的发音及简单英文单词的拼读(一定要标准，可利用一些电子设备进行模仿发音)

制订学习计划要依照自己的具体情况而定。订得太高，一时实现不了，势必会影响自己的信心;订得太低，过于容易达到，自己就不能得到充分的、有效的提高，而且可能会助长自满情绪;订得太死，缺乏灵活性，一切都来个条条框框，不能随机应变，可能会使自己很快感到厌烦，难以继续坚持下去;订得太松，又根本起不到计划的作用。

所以制订一个计划，要认清自己当前的位置，找准一个合适的目标;要有一定的严格性，以保证计划的正常进行，但同时还要有一定的灵活性，对于新出现的情况能及时解决和调整;执行计划时，则要有一定的毅力和耐心，不要一遇挫折就轻易放弃。

制订计划，不用过于重视形式。只要是能达到目的都是好计划。首先，要让自己知道，每天你具体干些什么，知道每周、每月的安排等，一句话，就是做到心中有数。其次，计划的安排应合理、科学，尽量不要让你的时间浪费。很多事不能不做，但要放在合适的时候做，黄金时间应用来学习。

制定学习计划的篇五

一、初一学习如何计划：初中的学习规律。

二、初一学习如何计划：初一学习谨记要点。

中考是考基础的，要求绝对不能偏科。到了初二以后就能看出，排名靠前的都是各科均恒的。真诚提醒初一年的学生及家长，绝对不能偏科。

三、初一学习如何计划：科学学习计划定制要领。

第一：要自信。很多的科学研究都证明，人的潜力是很大的，但大多数人并没有有效地开发这种潜力，这其中，人的自信力是很重要的一个方面。无论何时何地，你做任何事情，有了这种自信力，你就有了一种必胜的信念，而且能使你很快就摆脱失败的阴影。相反，一个人如果失掉了自信，那他就会一事无成，而且很容易陷入永远的自卑之中。

第二：有科学的学习方法就可以在学习上做到事半功倍。

提高效率方面：有学习环节，学习态度、学习方法。你只要从现在开始把学习转变了，学牢了，当然就简单了，成绩就会提高。每个人的基础不同，学习态度也不同，所以要采用的方法也就不同。要把学习学好就得找到适合自己的学习方法，要根据自己的特点选择适合的方法。就可以取得进步。学习的方法应该是“百家争鸣”“百花齐放”。

第三：考试关键是自己对学科的掌握情况。基础学科占60%，中档题主要考技能应用占25%，高档题占15%主要是综合能力、应用能力的考查，主要是区分高层学生。考试大家都紧张，其实不用害怕，不要紧张。

第四：初一最重要是不要太紧张。只要把分数看开点就可以了，

否则太过于紧张的心情,是无法进行复习的。1. 全面复习的基础知识。

2. 详细分析存在的问题, 做好查缺补漏的复习。

3. 分版块复习。做到同中有异, 异中有同。

4. 专题复习。综合能力的培养, 拓展自己的应用能力。

四、初一学习如何计划: 学习方法的把握。

1、“循序渐进”——就是学生按照学科的知识体系和自身的智能条件系统而有步骤地进行学习, 它要求学生应注重基础, 切忌好高骛远, 急于求成。循序渐进的原则体现为: 一要打好基础, 二要由易到难, 三要量力而行。要注重讲究实效, 不搞形式, 要统筹安排课前预习, 通过初步阅读, 先理解感知新课的内容(如概念、定义、公式、理论方法等), 为顺利听懂新课扫除障碍, 预习时要看、思、做结合进行。

2、“熟读精思”——就是要根据记忆和理解的辩证关系, 把记忆与理解紧密结合起来, 两者不可偏废。一方面, 只有在记忆的基础上进行理解, 理解才能透彻; 另一方面, 只有在理解的参与下进行记忆, 记忆才会牢固。“熟读”要做到“三到”: 心到、眼到、口到。“精思”, 要善于提出问题和解决问题, 用“自我诘难法”和“众说诘难法”去质疑学习上的难点。“学而时习之, 不亦乐乎”, 怎样学会及时复习, 掌握有效的复习方法, 已成为学习中必不可少的环节。复习要求抓住重点及时复习; 复习要因人、因学科、因阶段而异, 不能机械地照搬一种模式, 在复习时要把教材、参考书和练习册结合起来, 有选择地做些练习。尤其是应多做些变式训练, 以锻炼自己独立思考, 积极思维的能力; 对知识进行归类, 使知识深化、简化、条理化, 并按规律去加强记忆, 提高复习效果。

3、“自求自得”——就是自主学习，就是要充分发挥学生学习的主动性和积极性，尽可能挖掘自我内在的学习潜力，培养和提高自我能力。要把所学的知识加以消化吸收，变成自己的东西。在学习过程中质疑问题，我们会发现许多疑难问题，尤其是做练习时，适量的练习和作业是巩固所学知识，加强知识吸收消化的重要环节。

4、“知行统一”——就是要根据认识与实践的辩证关系，把学习和实践结合起来，切忌学而不用。知行统一要注重实践：一是要善于在实践中学习，边实践、边学习、边积累。二是躬行实践，即把学习得来的知识，用在实际工作中，解决实际问题，新课程中的“研究性学习”也正是基于此把它列为必修课程。

五、初一学习如何计划：具体学习计划。

1、做好预习。预习是学好各科的第一个环节，所以预习应做到：

1、粗读教材，找出这节与哪些旧知识有联系，并复习这些知识；

2、列写出这节的内容提要；3、找出这节的重点与难点；

4、找出课堂上应解决的重点问题。

2、听课。学习每门功课，一个很重要的环节就是要听好课，听课应做到：

1、要有明确的学习目的；

2、听课要特别注重“理解”。

3、做课堂笔记。做笔记对复习、作业有好处，做课堂笔记应：

- 1、笔记要简明扼要；
- 2、课堂上做好笔记后，还要学会课后及时整理笔记。
- 4、做作业。
- 2、认真审题，弄清题设条件和做题要求；
- 5、及时总结经验教训，积累解题技巧，提高解题能力；
- 7、像历史、地理、生物、政治这些需要背的科目，要先背再做。
- 5、课后复习。(1)及时复习；(2)计划复习；(3)课本、笔记和教辅资料一起运用；(4)提高复习质量。

六、初一学习如何计划：

结语。

初一学习是初中阶段的关键。初一学习如何计划?初一学习计划如何制定?初一学习计划怎样安排?这些问题，不管学生乃至家长都需要有个了解。把握科学的初一学习方法，初中的学习便能应对自如。

制定学习计划的篇六

学习计划的重要内容就是安排时间，只有合理安排时间，才不会盲目，具体时间的话，还需要学生考虑自己的学习情况，比如说是哪些知识没有学好，就可以多安排一些时间。

考试的时候不是只考察一科，也不是只考自己喜欢学的课程，所以，制定学习计划的时候，一定要考虑到所有的课程，特别是自己相对薄弱的课程，要加以重视，但是如果到了末期，

有些学科实在没有进展，可以把精力放在还可以加强的学科上。

相信大家对错题本并不陌生，到了初三尤其需要错题本，用处就是复习的时候可以把曾经不会的题目，再来研究分析，找到自己不会的原因，加强自己的解题能力。

中考考察的是学生应用知识解决问题的能力，要应用知识，首先要有知识存储，这么多学科、这么多年的知识，怎样才能掌握，就需要不断的归纳总结，提炼知识框架。

充分的只是准备很重要，但是心态和心理素质也是非常重要，很多学生失利就是因为心理素质差，到考场以后太紧张，导致什么知识都想不起来，所以学习计划中一定要有心态调整的计划。

制定学习计划的篇七

制订初三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、制订初三学习计划是实行自我控制、自我管理的前提；
- 3、制订初三学习计划能减少时间的浪费，提高学习效率。

早上6点-8点：一日之计在于晨，对一般人来说，疲劳已消除，头脑最清醒，体力亦充沛，是学习的黄金时段。可安排对功课的全面复习。

早上8点-9点：据试验结果显示，此时人的耐力处于最佳状态，正是接受各种“考验”的好时间。可安排难度大的攻坚内容。

上午9点-11点：试验表明这段时间短期记忆效果很好。对“抢记”和马上要考核的东西进行“突击”，可事半功倍。

正午13点-14点：饭后人易疲劳，夏季尤其如此。休息调整一下，养精蓄锐，以利再战。最好休息，也可听轻音乐。但午休切莫过长。

下午15点-16点：调整后精神又振，试验表明，此时长期记忆效果非常好。可合理安排那些需“永久记忆”的东西。

傍晚17点-18点：试验显示这是完成复杂计算和比较消耗脑力作业的好时间。这段时间适宜做复杂计算和费劲作业。

晚饭后：应根据各人情况妥善安排。可分两三段来学习，语、数、外等文理科交叉安排；也可作难易交替安排。