

中小学学期教学计划表 中小学生学习计划(优质8篇)

学期计划不仅可以提高学习效率，还能让我们更好地掌握时间，逐步实现自我管理和自我提升。小编为大家整理了一些成功人士的规划计划案例，供大家参考和学习。

中小学学期教学计划表篇一

为了我的学习着想，我决定定制暑假学习计划：

1. 八点—八点半 起床（中间洗脸刷牙等）
2. 八点半—九点 早餐时间
3. 九点—九点半 看书（因为早上读书看书对记忆力有好处哦！）
4. 九点半—十点 写暑假作业
5. 十点—十一点 看课外书，辅导书，练琴
6. 十一点—十一点半 看电视（注意：要养成好习惯！距离哦）
7. 十一点半到十二点半 帮妈妈干活（包括吃中餐）

不同时段 学法各异

不同学科 各有妙招

假期学习计划和作息安排

早上 6：30起床，6：40—8：40套题训练

23:00上床，听20分钟外语，然后休息。

8. 十二点半—一点四十 午睡

9. 一点四十一—五点半 学古筝（注意：五点五十前回家）

10. 五点半—六点 帮妈妈做家务

11. 六点—六点半 开餐了！

12. 六点半—七点 看电脑（不玩久了，要学会控制自己）

13. 七点—八点 练琴

14. 八点—八点半 洗澡

15. 九点准时睡觉。

中小学学期教学计划表篇二

“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，我们送走了一个暑假，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。

一. 预习(特别是文言文与古诗词)预习是学好语文的首个步骤，具体方法如下：

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。

二. 准备工具书

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。

三. 认真听课

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。

四. 记笔记，作批注。这对以后的复习，写作业有帮助。具体方法如下：

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。

五. 细致地完成作业

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。

六. 课后复习

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

七. 坚持

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！

本站作文栏目为大家带来种类最多关于学习的作文，希望大家能够喜欢。

中小学学期教学计划表篇三

新学期开始了，我对自己的计划如下：

- 1、上课时我希望自己胆子大一些，积极发言；
- 2、放学回家，希望自己能认真完成作业，并能认真自检；
- 4、我希望经过努力，我能取得好成绩。

转眼间，一个快乐的暑假过去了，我们再次回到了学校，开始了我们的三年级的学习生活，这个学期我给自己制定了一个新的计划：

- 1、每天早晨，我要早早的来到学校，完成老师早晨的作业。
- 2、上课时认真听讲、力争把老师当堂课讲的知识全部弄懂、学会，并虚心向老师、同学请教。
- 3、认真完成好老师布置的课堂作业、课后作业和家庭作业。
- 4、回家后，认真预习功课，把不懂的问题记录下来，第二天上学把问题下课问同学。
- 5、讲文明、懂礼貌，团结友爱，热爱劳动，关心集体。

- 6、我要每天早睡早起，讲卫生爱干净，自己的事情自己做。
- 7、每天坚持体育锻炼，积极参加学校的体育活动。
- 8、每天学习完成后自己准备第二天的学习用品。

以上就是我的新学期的新计划，请老师和爸爸妈妈放心，我会争取做一名德智体全面发展的好孩子。

中小学学期教学计划表篇四

1. 早上6：30起床，花5至10分在家安静地做做幅度较小的运动，如蹲起扩胸等(这有利于大脑快速清醒)
2. 上课(因为我不知道楼主上课路上要多长时间所以就不写了)，如果是周2.4.6那就写作业，连写3个小时(当然中间要休息一会)，因为早上学习效率高。中午吃饭。看电视1小时(吃完再看)
3. 睡觉，2小时，应先睡觉，因为刚吃过饭，看完电视，上午又累那么长时间...
4. 下午再玩电脑，因为一般网络游戏都是下午上线人多，活动多，所以安排到下午，玩电脑一天最多不要超过2小时，(因为有国外专家研究到如果一个人每天接受电脑辐射超过2小时会影响智力!特别是未成年人!!切记!!)
5. 玩完电脑差不多是5点，做做眼保健操，看看书，一直看到吃饭，帮家人摆摆凳子，擦擦桌子，干点家务活，有利你在初中时占据优势(一般老师选班干部和助手都挑能干的，当然做家务也是为了爸妈)
6. 看电视，晚上有很多好的新闻比如新闻联播，海峡两岸，

环球播报等，还有，中央二套的咏乐汇和中央三套的娱乐节目也不错。

7. 刷碗

周1.5去图书馆(就不用玩电脑了)

周日自行安排：主要调整好心态。

首先，纠正孩子的放假观念，不要让孩子认为，放假就可以作息不规律，不眠不休，沉迷游戏和网络。合理安排假期作息，保证适度睡眠，避免孩子长时间沉迷于电视或电脑，是家长在孩子假期期间需要关注的第一个问题。

一般来说，青少年应保持8小时左右的睡眠，年龄越小所需睡眠时间越长，10岁以下的儿童睡眠时间应保持在9-10小时。孩子放假在家，没有了第二天上学的严格时间限制，难免熬夜晚起，但为了孩子的身体健康，家长们要根据情况加以控制，避免“越歇越累”的情况出现。

其次，鼓励孩子走出家门。多参加户外活动，并帮助家里做简单的家务。孩子平时上学功课忙，锻炼时间较少，单凭一周两次的体育课很难满足强健身心的需要。虽然暑假处于酷暑中，独自进行户外运动很难坚持，但有不少锻炼方式可以选择，比如跳绳、踢毽子、羽毛球、乒乓球、篮球……等等，如果场地和条件确实有限，爬楼梯也是不错的选择。建议每天安排30-60分钟的中低强度运动。对孩子的成长是很有帮助的。

关于家务，每天为孩子安排一些力所能及的简单家务，不仅可以减轻父母的负担，也可以让孩子感受到自己对于家庭的重要，增加了成人感和成就感。

再次，请一定慎重选择课外辅导班，尊重孩子的意愿，不做

无用功。家长望子成龙心切，同时也担心孩子落后于他人，常常为孩子同时报好几种补习班，使孩子还没有调整休息好，就背起另一种包袱，这样做的都是无用功。上面说过，我家孩子二年级寒假的时候，意识到英语重要性之后，我给孩子添置了外研通，配套的有新概念英语和一些故事读本。之后学习时间便由孩子自己掌控。效果出奇的好，孩子愿意去学习：他很乐意问家里的每件东西用英语怎么说；很喜欢用外研通点读笔在所有带字的纸上，屏幕上，墙上点来点去；每天会按时间去学习新概念英语，并随着点读笔的声音练习发音。之后就如我说的，当上了英语课代表，呵呵。现在孩子在班里英语也是名列前茅的。

所以说，假期学习还是要从孩子的兴趣点出发，并一定要尊重孩子的兴趣和想法，避免让孩子有过大的压力。

最后，强调一下。父母不应该把自己的意愿强加给孩子。家长是否把假期的支配权交给孩子，可以视孩子的自主意识、自理能力而定。关于我给大家的暑假学习生活表，大家还是根据孩子自我调整一下。我也在不断调整中。

暑假来到了，今年的暑假是二年级到三年级的过渡阶段。在暑假期间，我要暂时告别学校有规律、快节奏的生活。暂时离开敬爱的老师，亲爱的同学们。马上要上三年级了，我要面临更多的课题：钢琴、钢笔字、英语课及作文。因此，在这个假期我要积极进取，特制定《暑假计划》如下，使自己在暑假生活中更加充实。

一、

- 1: 按时作息，保持早睡早起的好习惯。
- 2: 锻炼身体，使自己更加健康的成长。
- 3: 发挥自己的特长，更上新台阶。

- 4: 帮家长做一些力所能及的家务，减轻家长的额负担。
- 5: 学习上积极进取，提高自己的综合能力为下学期打好基础。
- 6: 参加一些实践活动，让自己能够在活动中快乐成长。

1: 锻炼身体，健康成长

每天早上6:30起床，跑步、跳绳、打篮球、踢足球。下午户外活动一小时，或与小伙伴做游戏。周末由父母陪同到郊外游玩或爬山。以此使自己的身体更加健康。报一个游泳学习班，学会游泳。

2: 认真读书，汲取更多的知识，丰富自己的写作内涵。

上午8:30——9:30 读书一小时，边读边写读书笔记，并摘抄好词好句，养成记笔记的好习惯。

3: 认真学习，使自己更上一层楼

上午10:00——11:00与下午3:30——4:30复习以前学过的知识，并按时完成老师布置的作业。写一张钢笔字，提高自己钢笔字的水平，钢琴一小时。

4: 丰富自己的内涵，练习特长

每天下午5:00——6:30外出活动，与小朋友互动娱乐。

5: 写日记，养成好习惯

准备一个日记本，每天晚上8:00——8:40写一篇日记，把当天的所见所闻所思记录下来。

6: 做家务，我是小大人

每天帮妈妈做力所能及的家务，分担妈妈的辛苦，使自己成为真正的小主人。

7：有节制的玩电脑游戏或看电视

每天玩游戏看电视时间一个小时，使自己在学习之余能有所放松。

8：参加实践活动，在实践中锻炼自己

暑假中到芜湖方特一次，香港玩5天度假，平时多去科学岛玩玩。

友好的接受父母的监督，认真遵守方案的各项计划，学会自我约束。

通过以上的这些活动，我一定会度过一个有意义的暑假。开心快乐每一天，健康成长每一天！

中小学学期教学计划表篇五

第一、目标要明确、适当。因为每位同学的基础各异，接受新知识的能力不同，所以选择目标一定要切合自己的学习实际，要正确估计自己的知识和能力、估计能够自己支配的时间，了解自己学习上的缺欠和漏洞。目标既不能定得过高，也不能过低，“跳一跳就能摘到果子”，便是最佳目标。

第二、要合理安排常规学习时间和自由学习时间。常规学习时间主要是用来完成老师当天布置的学习任务，消化当天所学的新知识。自由学习时间是指完成老师布置的学习任务后归自己支配的时间，这一时间可用来预习、复习功课，查缺补漏和进行课外阅读、训练等。

第三、计划要全面，要符合素质教育的基本要求。中学生不能成天只讲读书，智育只是人追求全面发展的一个方面，除此，还有德、体、美、劳等。因此，在制定计划时还要安排锻炼身体的时间、娱乐的时间以及充足的睡眠时间等。

第四、要做到“长计划，短安排”。在一段较长时间内应当有个大致安排，每星期、每天干什么，也应有个具体计划，长远计划可以使具体计划有明确的实现目标；短安排，则可以使长计划的任务逐步落实。

第五、计划要留有余地，不要定得太死，太满，太紧，要留出机动时间，可作必要的补充和安排。

另外，学习计划使要自己严格执行的，而不是制定个老是或家长看的给老师或家长看的，而是指导自己学习行为的准则。计划一旦制定，就要按章行事。计划执行一段时间后，一定要检查计划内的任务是否完成，没有完成计划的原因是什么……通过检查，立即采取相应措施，调整补充计划或排除干扰计划执行的因素等。

中小学学期教学计划表篇六

新的学期又来临了，我的学习计划也渐渐地变重了、增加了。但是，这使我积累了许多知识，又让我有了一个好的学习目标。

一、阅读课外书。我的身边无时无刻都要放着一本课外书，只要一有空余时间，我就要津津有味的开始“吃书”！俗话说得好“书籍是人类进步的阶梯”。读的’书愈来愈多，那么我也就会一点点的进步。

二、学会略读和精读。课外书是必读的，但由于我的精力有限，不可能逐字逐句的阅读，而是要大略的读，所以略读对于我来说是很重要的。语文书上的课文都是编者精心编选

的，对我们学习语文是很有帮助的。略读不仅可以增加我的阅读量，而且精读又可以对重要的语句和章节所表达的思想内容做到透彻理解。所以，学会精读和略读是我的第二目标。

三、做到课前预习，课后复习。不管是什么科目我都要做到这一点。在预习中，把不会的字、单词、题目都标记起来，这样上课也好方便问问同学们和老师。在预习语文时，我不仅要学会写和画还要学会读。对于预习语文来说，熟读课文是最重要的一步，最好是把需要背的段落多读一读，读熟了，自然也就背了。课后复习时，多看看上课记下来的笔记，记忆深刻了，考试就不在话下了。

以上就是就是我学习计划中的其中三项，如果你们还有兴趣知道其它的，到时候也可以来“采访采访”我，是免费的哦！

中小学学期教学计划表篇七

- 1、能按四会与三会要求掌握所学的单词。
- 2、能按四会要求掌握所学的句型。
- 3、能运用日常交际用语，活用四会句型，进行简单的交流，并做到大胆开口，发音正确，所用话语与场合符合。
- 4、能在图片、手势、情景等非语言提示的帮助下听懂清晰的话语和录音。
- 5、培养良好的书写习惯，能做到书写规范、整洁。
- 6、养成良好的听英语、读英语、说英语的习惯，能自觉地模仿语音、语调，逐步培养语感。
- 7、能在任务型学习的过程中运用相关的语言知识，完成某项任务，并促进语言能力的提高。

8、能演唱已经学过英语歌曲，朗诵已学过的歌谣。

中小学学期教学计划表篇八

每周星期天至星期四的晚上10点钟睡觉，早上7：15起床。

每天在完成学习计划和保证晚上10点睡觉的前提下，玩电脑一个小时。

二、学习第一阶段

1、每天完成《暑假作业》7页。

2、每天数学10道计算题(周一至周五：5道两位数乘两位数;3道除法带验算;4位数加减法各一道。家长每天签字)。

3、英语每天完成1页(*号单词抄5遍，汉语1;背所有*号单词;听写所有*单词两遍)。

三、学习第二阶段(在完成《暑假作业》和英语后，进入学习第二阶段)

1、每天数学10道计算题(周一至周五：5道两位数乘两位数;3道除法带验算;4位数加减法各一道。家长每天签字)。

2、培养语文作文能力(具体内容待定)。

3、培养英语读听能力(具体内容待定)。

4、数学奥数练习(具体内容待定)。

7月20日，韩云沛圆满完成了第一阶段的学习任务。自7月21日起，进入学习的第二阶段，计划如下：

一、语文

1、《好词好句好段》：写人好词三行，每个词抄两遍，要求明白词语的意思以及在什么情况下使用。

2、每天阅读《小学生作文描写》两篇写人作文，要求认真阅读并理解《板书》、《雷区》的内容。

3、两天背诵一篇写人作文。

4、四天背诵《怎样阅读写人类文章》。

二、英语

1、每天背诵英语卡片单词5个，要求会读、会写。

2、每天看英语光盘或听英语磁带一个小时，要求听懂并跟读。

三、数学

1、每天十道数学题。

2、每天学习一个小时奥数。

范文二：暑假计划

树立信心，努力坚持，别放弃，更不可半途而废。

1、早晨合理安排30分钟读一读英语，你要知道，外语在初一是基础呀。

2、利用3节课的时间分别完成三份暑假作业，要记住，独立完成，切不可开小差。

3、中午适当午休，精力充沛才可以迎接下午的学习呀！

4、和早晨一样，利用3节课时间做三份寒假作业，但不可一

下子贪多。要均衡、科学安排。

5、可以踢踢球、打打电脑了。但不可超过一小时。

6、晚上是你自由活动的时间，但要看看新闻。

7、读一篇好的小文章，写一份日记，不少于300字。

8、有可能的话，每天读一读《三国演义》每天读两回，写一写自己读后的感想，字数可多可少，但不能不写。

也不知这份计划对你适用不适用，但我真的希望在这个暑假会看到你这个“小聪明”有新的起色，有新的变化。

孩子，加油！

另外，要想制订好学习计划，一般要考虑以下几方面：

一、计划要尽量全面学习计划是指学习的具体安排。要想真正完成好学习计划，在考虑计划的时候，一定要对自己的学习生活做出全面的安排。应包括社会工作时间、为集体服务时间、锻炼时间、睡眠时间及娱乐活动时间等。这样，在学习时间内才可能精力充沛地学习。

二、安排好常规学习时间和自由学习时间学习时间可以分为两部分：一是常规学习时间，主要用来完成当天老师布置的学习任务，消化当天所学的知识。二是自由学习时间，是指完成了老师布置的学习任务后所剩下的时间。这部分时间一般可以用来补课或提高深造。学习较差的同学，随着学习水平的提高，应经历常规学习时间逐渐减少，自由时间逐渐增加的过程。凡是体会到因为抓住了自由学习时间而给学习的全局带来好处的同学，就会努力去提高常规学习时间内的学习效率，以便增加自由学习时间，使学习的主动权越来越大。

三、长计划和短安排长计划和短安排是指在一个比较长的时间内，应有个大致计划。由于实际的学习生活往往无法预测，所以，长计划不可能太具体，不可能把每天干什么都列出来。但是，在学习上计划要解决哪些问题，心中应当有数。应把一个在短期内无法完成的学习任务分到每周、每天去。这样，在每天学习时，就会明白今天的学习在学习全局中的地位。有了具体的短安排计划，长计划中的任务可以逐步得到实现；有了长计划，就可以在完成具体学习任务时具有明确的学习目的。

四、从实际出发来制订计划在订计划的时候，不要脱离了学习的实际情况。主要指以下几方面：1. 自己知识和能力2. 每个阶段的学习时间3. 学习上的缺欠和漏洞4. 老师教学的实际进度从实际出发还要注意的一点是不要平均使用力量，要抓住重点。

五、计划要留有余地计划终归不是现实，而只是一种可能性。要想把计划完成现实，还要经过一段很久的努力过程，在这个过程中自己的思想会发生变化，学习的各种条件也会发生变化，计划订得再实际，也不免出现估计不到的情况。所以，为了保证计划的实现，订计划时就不要太满、太死、太紧，要留出机动时间。

六、提高时间的利用率早晨和晚上，或者说一天学习的开头和结尾部分的时间，可以安排着重看记忆的科目，如外语等；当心情比较愉快，注意力比较集中，时间又比较长，这时候可安排比较枯燥，或自己又不太喜欢的科目；零星的时间，注意力不容易集中的时间，可以安排做习题或去学习自己最感兴趣的学科。除此以外，还要注意学习时间和体育活动要交替安排，文科和理科要交替安排，相近的学习内容不要集中在一起学习，等等。这样安排，在同样多的时间内，由于安排了合适的内容，就会收到较好的效果。

七、注重效果，不断调整在计划执行到一个阶段之后，就应

当检查一下效果如何，如效果不好，应找到原因，及时调整。