

中学生学习计划（精品 20 篇）

中学生学习计划（1）

基本要点：

第一，要有正确的学习目的。每个学生的学习计划，都是为了到达他的学习目的服务的。正确的学习目的，是正确的学习动机的反映，它是推动学生主动用心学习和克服困难的内在动力。

第二，计划资料一般分五个部分：

①全学期学习的总的目的、要求和时光安排。

②分科学习的目的、要求和时光安排。优秀中学生的学习经验证明，在制定分科学习计划时要注意两点：要个性重视马列主义的基础知识、语文和数学三门学科的学习。学好这三门学科，是学好其他各门学科的基础。学习要有重点，但不能偏废某些学科。

③系统自学的目的、要求和时光安排。

自学资料大致有三方面：

①自学缺漏知识，以便打好扎实的知识基础，使自我所掌握的知识能跟上和适应新教材的学习。

②为了配合新教材的学习而系统自学有关的某种读物。

③不受老师的教学进度的限制提前系统自学新教材。

④参加课外科技活动和其他学习活动以及阅读课外书籍的目的、资料、要地和时光安排。

⑤坚持身体锻炼的目的、要求和时光安排。

第三，要从实际出发。一个中学生要不断地提高自我的学习质量，取得优秀的学习成绩，上述五个部分的计划资料都是不可缺少的。但是由于每个中学生的实际状况不一样，因而在订计划时，每个人的计划重点和要求也是不一样的，并不是每个中学生在任何状况下制定学习计划都务必包括以上五个部分。有的中学生的学习基础很差，就不必急于去系统自学课外读物，而就应把主要精力放在自学缺漏知识和弄懂课本资料上。总之，要制定一个对学习有指导好处的计划，务必从实际出发，也就是要实事求是地摸清自我的学习状况，从自我实际掌握的知识程度出发。

第四，在执行总的学习计划过程中，还要制定月计划和周计划，以高度的学习热情和顽强的学习意志保证总意志的完成。有的优秀中学生每一天还有一个学习小计划，严格要求自我，一步一个脚印地前进。

2、课前自学

课前自学是学生学好新课，取得高效率的学习成果的基础。如果不搞好课前自学，上新课时就会心中无数，不得要领。老师灌，自我吞，消极被动，食而不化。反之，如果做好了课前自学，不仅仅能够培养自学潜力(主要是独立思考问题的潜力)，而且能够提高学习新课的兴趣，掌握学习的主动权。明白自我有哪些问题弄不懂，主要精力应集中在解决哪个或哪几个问题上。对新教材有个初步的了解，就能够集中精力对付新课的重点和自我理不懂的难点，配合老师授课，及时消化新知识和掌握新技能。

基本要点：

第一，根据老师的教学进度，教材本身的内在联系和难易程度，确定课前自学的资料和时光。

第二，课前自学不要走过场，要讲究质量，不要有依靠老师的思想，要力争在老师讲课以前把教材弄懂。

第三，反复阅读新教材，运用已知的知识和经验，以及有关的参考资料(包括工具书)，进行用心的独立思考。

第四 将新教材中自我弄不懂的问题和词语用笔记下来或在课本上做上记号，用心思考，为理解新知识作好思想上的准备。

第五，不懂的问题，经过独立思考(包括运用参考资料)后，仍然得不到解决时，能够请教老师、家长、同学或其他人。

第六，结合课前自学，做一些自选的练习题，或进行一些必要而又可能做到的某种实际操作、现场观察、调查研究等，以丰富感性知识，加深对新教材的理解。

中学生学习计划（2）

一、对阅读的浓厚兴趣

孔子曾说：“知己不如良人，良人不如书。”也就是说，你在读书的时候一定要有一种感觉，就是你在去读书之前对读书有一种兴趣。培养孩子的阅读兴趣不是一蹴而就的。作为父母，他们可以充当孩子的“发酵粉”。比如作为家长，首先要知道孩子感兴趣的阅读范围，无论是科学知识还是文学知识。家长一定要明确这个内容，这样才能抽出时间陪学生去书店挑选自己需要的书籍，从而丰富和完善孩子的假期阅读。

二、选择性阅读

对于对读书感兴趣的孩子来说，他们的阅读会越来越广泛和充实。但是，不能说孩子不感兴趣就不读这方面的书。这是一个错误的想法。作为家长，帮助孩子在假期完成阅读是一项艰巨而持久的任务，必须切实做到，才能为孩子的阅读发展起到事半功倍的效果。父母可以让孩子选择读自己感兴趣的书籍。另外，家长要根据学生下学期的学习内容，选择一些有针对性的读物。一方面丰富课外阅读，另一方面有针对性地阅读知识书籍，可以一举两得。作为家长和学生，为什么呢？

三、长期坚持阅读

一天打鱼，三天打鱼，两天晒网，读书只有一时的兴趣，不能从读书中获得真正的利益。阅读，尤其是长期阅读，可以获得很多好处：增长知识，开阔视野，丰富课外生活，尤其是学生在未来的学习和生活中需要亲身体验的深远而长远的好处。阅读是一扇窗，一条路，一种生活方式。通过长期的阅读，你的气质会有所不同。

四、正确的阅读方法

一个正确的阅读方法可以节省你很多时间，学习很多知识，一个正确的阅读方法可以让你受益匪浅，受益终生。

1.精选阅读方法。这种方法的应用，一般是根据学生上课学习或写作的需要，有选择地阅读相关书报的相关章节或部分内容，从而学以致用。

2.精读。所谓精读法，就是把重点放在书报上的一些重点文章，一字一句地读出来的阅读方法。程远·李端说：“每一句都是先逐字逐句教出来的，然后理解一句话的意思，再理解一章的意思。如果大家一起努力，就能理性地玩文字，一举两得。”这是传统的三步精读法。培养学生的阅读能力是最重要、最基本的手段。有些文章语言意味深长，引用经典，情节生动。教师可以以这些作品为基础，引导学生精读，要求学生全身心地投入，调动多种感官，边读边读、边想、边批注，逐渐养成认真学习的好习惯。

3.速读。快速阅读法是不发音、不区分、不转移注意力地快速看所读书报的概貌。这就要求学生在快速浏览时，要集中注意力，进行快速的信息处理和消化。使用速读法，你可以在最短的时间内获得尽可能多的信息。如今科学突飞猛进，生活日新月异，人们的生活节奏也在加快，这就不可避免地要求我们的工作要讲求质量和时效性。如果我们的学生只能认真阅读，很难适应社会的快速发展。因此，教学生根据自己的阅读需求使用速读法是一个明智的选择。

4.节选和注释。这种阅读方法是根据自己的需要提取相关的单词、句子、段落甚至整篇原文，或者标注阅读的重点、难点，做笔记，写评语。俗话说：“不动笔墨不读书。”文章中的教育格言、精彩生动的文字和段落，都可以提取出来，积累在自己的“词库”中，从而为以后的作文准备丰富的语言积累。同时，你可以从你订阅的报纸和杂志上剪下好文章，粘贴到你的读书笔记中。读书和思考在一起，思考和阅读随之而来。在阅读的过程中，要学会用自己的经验和知识去审视、比较、判断书中的内容，及时写下自己在阅读中的感受和疑惑。简而言之，阅读应该用双手和大脑来完成，这将使它更加令人兴奋和有效。读不同的书，采用不同的阅读方法；读书的目的不同，读书的方法也不同。要注意教会学生根据自己不同的阅读习惯、阅读目的和性质，选择合适的阅读方法并灵活运用。相信学生的工作水平会越来越高，知识也会越来越丰富。

朱永新教授曾说：“读书让贫穷和平庸远离我们；读书，让博学和智慧拯救我们；阅读，让历史和时间记住我们。读书，让我们国家的灵魂永远传承下去。”的确，阅读足以使人愉悦，向他人学习，并增长才干。充分利用学生假期有计划地阅读，确实是一项有利可图的活动。阅读的确是提高孩子人文素质，构建孩子内心生活的重要手段之一。营造书香氛围，达到润物细无声的效果；选择阅读书目，提高孩子的人文素质；传授阅读方法，享受成功；拓展阅读空间，让富裕的书香家庭连接起来，家校融合，构建书香社会，生活会因为阅读而更加精彩。

中学生学习计划（3）

1、抓住课堂四十五分钟，学会听课

听课也有不少学问。学会听课，对初中生的学习进步至关重要

课堂学习是学习的最主要环节，四十五分钟课堂学习效益的高低，某种程度上决定着学生学习成绩的好坏。

也许有的家长和学生 would 想，每个人都有一双耳朵，听课谁不会呀。其实不然，听课也有不少学问呢。学会听课，对初中生的学习进步至关重要。

首先，要集中注意听。心理学研究表明：注意能够帮助我们从周围环境所提供的大量信息中，选择对当前活动最有意义的信息；同时，使心理活动维持在对选择的对象上，还能使心理活动根据当前活动的需要作适当的分配和调整。所以，注意对于学习尤为重要。集中注意、专心致志才能学有所得；心不在焉、心猿意马往往一无所获。

其次，要带着问题、开动脑子听。有些同学听课不善于开动脑子积极思维，看似目不转睛，但一堂课下来心中却不留痕迹。俗话说：疑是一切学习的开始。带着问题听课，就能使听课有比较明确的目标和重点，增强听课的针对性，从而提高课堂学习效率；带着问题听课，还能促使自己积极动脑，紧跟老师的教学节奏，及时理解和消化教学内容。

再次，要积极举手发言，认真做好笔记。教与学应是双向交流、互相促进的。学生在课堂中，应该积极主动地参与教学。积极举手发言就是一种参与，它既能较好的促使自己专心听课、动脑思维，还能锻炼语言表达能力。

“不动笔墨不读书”、“好记性不如烂笔头”，都是说边学习边动笔的好处。笔记不仅是学习新知识的方法，也是复习旧知识的依据，同时我们还可以从笔记中发现新的问题。很多家长感到对孩子在学校里的学习无从了解和把握，其实，每天查看一下他们的课本和笔记，就是一种好方法。

2、合理安排时间，有计划地进行学习

时间是个常量，需要合理安排；学习是艰苦的劳动，也是有规律可循的。

(1) 几个需要家长引导孩子处理好的关系

玩与学的关系，主与次的关系，发展兴趣和打好基础的关系

这里，家长必须帮助指导孩子处理好以下几个关系：

首先是处理好玩和学的关系。学习是初中学生的主要任务，主要的时间和精力自然应该花在学习上。但是，学习又不是初中学生生活的全部，初中学生精力充沛、兴趣广泛，适当和有益的活动(包括“玩”)也是他们生活的重要组成部分。有些家长只注重孩子的学习，把孩子的闲暇时间安排得严严实实，不让孩子有娱乐和活动的空间；有些家长却对孩子的课余活动放任自流，这都不利于学生的学习进步和全面发展。要指导学生学会劳逸结合，学习时专心致志、静得下心来；活动时生龙活虎、放得开来。学习和玩不仅是不矛盾的，而且可以相得益彰。

其次是处理好主和次的关系。初中阶段学习知识的密度大大增加、学习知识的广度也大大增加，这就需要学生能够处理好各种知识内容之间的主次关系。学科之间有差异，基础学科、工具学科是初中学习的重中之重，直接影响其他学科的学习，一定要学得扎实。学科内容本身也有主次，概念、原理及其形成是主，知识的灵活运用是主，自己学习的薄弱环节是主，在学习的过程中应该花更多的时间和精力。

再次是处理好发展兴趣和打好基础的关系。兴趣是学习动力产生的直接原因，孩子对哪一门功课感兴趣，这门学科也就往往能够取得比较好的成绩。但是，初中学生思想和心理还不够成熟，兴趣也往往不够稳定，有些孩子对兴趣的理解也比较片面。表现在学习方面主要有以下情况：一会儿喜欢这，一会儿喜欢那，见异思迁，结果什么也没学好；光凭兴趣学习，自己认为不感兴趣的就敬而远之，结果就成了“跛脚”。其实，初中的学习是整个人生学习的基础，首先要学好每一门功课，初中学习过了关，高中阶段就可能比较顺利；即便是通常被认为是“副课”的历史、地理、生物等学科，实际上都是将来社会生活中必不可少的。所以，培养兴趣必须以打好基础为前提。

(2) 遵循记忆规律安排学习

遗忘呈现出“先快后慢”的规律。这规律给我们指导孩子的学习提供了重要的依据

最早用实验方法研究记忆规律的心理学家艾宾浩斯发现，学习刚结束，遗忘就相伴开始了。第二天忘得最多最快，第二天需要复习的时间较长，如果第二天复习了，第三天就遗忘少了，需要复习的时间也较短；如果第三天复习了，第四天遗忘得就更少了……。总之，遗忘呈现出“先快后慢”的规律。这规律给我们指导孩子的学习提供了重要的依据。

及时复习。初中生学习存在一种普遍的倾向，就是随学随丢，做完教师布置的作业了事。到考试时，临时抱佛脚，从头开始复习。要改变这种前学后忘，到后面问题成堆的现象，关键要做到“及时”，特别是对于那些字母符号、公式、

外语单词等意义性不强的学习材料，一定要做到趁热打铁，及时复习。这好比在堤坝塌方之前，及时加固，要比垮了再修，付出更小的努力。

分散学习。“及时复习”固然重要，但也不能“一劳永逸”。学习的规律告诉我们，分散复习比集中复习效果更好。以学习外语单词为例，如果当天学习了20个单词，一位同学在当天晚上集中复习一小时，加以巩固；另一位同学当晚复习半小时，第二天再复习15分钟，第四天复习10分钟，一周后再复习5分钟。结果后者记忆的效率明显高于前者。利用分散学习的道理，家长可以指导孩子采用“卡片”复习的方法。例如复习英语单词，把卡片分为左右两边(或正反两面)，分别写上中文词义和英语单词，然后自制七个袋子(或信封)，每袋内放置一周中某一天应复习的卡片，复习时，用手遮住一面，回忆另一面的内容。当天复习以后，就放入隔天的袋里，以此往复有规律地交替复习，效果十分明显。其他如数学公式等各种知识均可用卡片来进行复习。

过度学习。我国著名科学家茅以升在83岁高龄时，仍能熟练背诵圆周率小数点后一百位，别人问他有什么好的记忆方法，他回答说：“说起来很简单：重复！重复！再重复！”在学习中，我们都有这样的体会，我们记忆某些内容，到刚能勉强背诵时就停止了学习，结果过了不久就不会准确回忆。如果能“一鼓作气”，再多学几遍，效果就大大提高；而且这样熟练的记忆，保持时间也特别长久，这就是“过度学习”。一般而言，过度学习保持在50%-100%范围内。举例子说，背诵一首唐诗，如果用十遍刚好能基本背出，那么最好能再读3-6遍，这样就能烂熟于心，倒背如流了。过度学习要与及时学习和分散学习有机结合起来。

小升初后，接下来便是初中的学习。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？这便成了小升初学生及家长们的困惑。关于如何计划初一的学习，班主任整理了一些同学们的看法。整理如下：

一、初一学习如何计划：初中的学习规律。

初一不分上下，初二两极分化，初三天上地下。好学生初一是目标：每次考试应在（百分制）语文 90 以上，数学、英语 95 以上，政、史、地、生 90 以上。

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。真诚提醒初二的学生及家长，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。

中学生学习计划(5)

这个学期一开学,在新学期到来之际,我将制定自己的学习计划如下:

一、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。

二、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”。

三、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。

四、做作业。

1、做作业之前，必须对当天所学的知识认真复习，理解其确切涵义，明确起适用条件，弄清运用其解题的步骤；

2、认真审题，弄清题设条件和做题要求；

3、明确解题思路，确定解题方法步骤；

4、认真仔细做题，不可马虎从事，做完后还要认真检查；

5、及时总结经验教训，积累解题技巧，提高解题能力；

6、遇到不会做的题，不要急于问老师，更不能抄袭别人的作业，要在复习功课的基础上，要通过层层分析，步步推理，多方联系，理出头绪，要下决心完成作业；

7、像历史、地理、生物、这些需要背的科目，要先背再做。

五、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。

做好以上几点就已经是不容易的了，必须要同学们付出努力和坚持，持之以恒，同学们，暗暗下决心吧，新学期做好以上五点，坚持学习计划，相信就能获得成绩上的飞跃。

新年伊始，我们又进入了新的学期，在新的一年里我们应该有我们自己的新目标，应该建立新的学期计划。

回首过去的半年，从总的方面说，我表现得还不错，期末考试也有比较理想的成绩，但是，对于考试还有许多的不足之处，这些不足，留下了遗憾，因此今年的学期计划，是建立在去年不足的基础之上的。

在语文学习方面，我应该多注意，在审题、记文学常识和写作方面，在审题方面主要是不够仔细，有时没有读懂题目就在做题，文学常识方面，平时在记第一遍时很快就记住了，但过后复习的时候就很少，与论语里的“温故而知新”，相反，造成考试时模棱两可拿不定注意。写作方面是平时积累少，练习少，对于优美的句子都不善于利用。

数学练习上，应当注意多记公式，公式能帮助我们快速解决问题，多练习，多理解能帮助我们熟能生巧，在以后做题会更容易，还有是在做题过程中要多注意计算、检验，最后在做完题后一定还要认真检查，确保无误。

在英语学习方面，在上课时要仔细听，做好笔记，不能听懂的去问老师或者同学，要制定计划多记单词，课外要多找些自己比较差的题目进行练习，学英语最主要的还要注意多说、多练，有助于提高自己的口语能力。

在专一学习方面我们要多记，多运用，还要在实践课上要按老师的要求认真练习。

专二课程上学习，我们首先要建立信心，对自己充满信心有助于激励我们。在学习的过程中要认真听讲，跟随老师的思维走，碰到不懂的问题要提出来请老师或同学来为我们讲解，在专二学习上对于计算用笔算很重要，要想得分高计算正确很重要。还有一点是要记住相关公式、单位及表示方法。有了它们能帮助我们拿到一些细小的分。别看这些分很小，但它们积累多了，对我们也会有很大帮助。

对于学习，好的计划能够帮助我们提高成绩，能让我们找到更好的方法来学习。

在今后的学习中我们还必须要学习别人好的学习方法。在生活中我们也要遵守学校的规章制度，只有纪律好了才不会耽搁到学习。对待同学要热心，要有一颗宽容善良的心。

中学生学习计划（6）

一、做好预习。

- 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。

二、听课。

- 1、要有明确的学习目的;
- 2、听课要特别注重“理解”。

三、做课堂笔记。

- 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。

四、做作业。

- 1、做作业之前，必须对当天所学的知识认真复习，理解其确切涵义，明确起适用条件，弄清运用其解题的步骤;
- 2、认真审题，弄清题设条件和做题要求;
- 3、明确解题思路，确定解题方法步骤;
- 4、认真仔细做题，不可马虎从事，做完后还要认真检查;
- 5、及时总结经验教训，积累解题技巧，提高解题能力;
- 6、遇到不会做的题，不要急于问老师，更不能抄袭别人的作业，要在复习功课的基础上，要通过层层分析，步步推理，多方联系，理出头绪，要下决心独立完成作业;
- 7、像历史、地理、生物、政治这些需要背的科目，要先背再做。

五、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。

做好以上五点是不容易的，那需要持之以恒，我决心做到。

第一个学期已经过去了,新的学期已经到来,从现在起,我要把全部精力都放在学习,认真学习,努力学习。所以,从现在起,我要有一份好的计划书来辅导我学习,那就是:

学习前先预习。在认真投入学习之前,先把要学习的内容快速浏览一遍,了解学习的大致内容及结构,以便能及时理解和消化学习内容。在重要的地方,稍微放慢学习进程。

充分利用课堂时间。课堂上要及时配合老师,做好笔记来帮助自己记住老师讲授的内容,尤其重要的是要积极地独立思考,跟得上老师的思维与节奏。

课堂上做的笔记要在课后及时复习,不仅要复习老师在课堂上讲授的重要内容,还要复习那些仍感模糊的认识。坚持定期复习笔记和课本,并做一些相关的题目。找一个安静的、舒适的地方学习。图书馆,安静而没有干扰。开始学习时,应该全神贯注于功课,千万不能“身在曹营心在汉”。

养成良好的学习习惯。改掉以往学习的粗心、边看电视边写作业、边写边问、不独立思考等学习恶习。制定可行的学习计划并严格遵守。

严格按照学校的作息时间和安排自己的学习生活,除了上课时间外,晚自习时间做完各科作业,记 5 个英语单词,预习下一章的数学课本,复习本章内容,做适量习题,加以巩固。背诵所有科目必背的课文。

利用课外时间多阅读中外名著,加强写作,开阔视野。

上课前预习,找不懂的地方,上课时学习,解决不懂的地方,上课后复习,温故而知新。认真上每一节课。集中注意力,思考老师讲的每一个问题,没有听懂的地方课后向老师提问,做到当天的知识当天融会贯通。

学习态度端正,认真改正自身的不良学习习惯,对待大小考试的成绩要有正确的认识,深刻的自省,不骄不躁。

积极参加学校和班集体组织的各种活动,团结同学,乐于助人。以优异的成绩考上理想的中学。这就是我的学习计划书,希望我按照计划书中的去做,期末考试可以取的优异的成绩。

初二下学期的学习就是纠正初一的缺点,巩固初二的知识点,打下初三的理想基础。初二是初中一年级和初中三年级的结合点。

初二上学期的学习已经结束,无论初二上学期的考试成绩是好是坏都已经是历史是过去,初二下学期到底该怎么学呢?

新年之后，初二下学期的学习意味着新的开始，新的冲刺。初二下学期学习的难度增加了，知识范围更广，课程的内容更加抽象，更加难以理解，需要综合分析并加以推倒才能解除问题的最终答案，利用所学的识和曾经解过的题型，找出解题的方法，理清思路，迅速的将答案表达清楚，这一点对初二学生的学习是极为重要的！初二是初中阶段的过期，课业负担重，学习特别累，随着课时和知识复杂程度的加重，如何正确的了解和把握初二年级的学习？

第一。主次分明，把握重点学科。

数学、语文、英语、物理要作为重点来安排学习，除了上课认真听讲，课后80%的精力要花在这些主课上。其他20%的时间留给其他的科目。初二时，每门主科应有一本课外辅导书，课外适当做一些练习题还是必要的。初二下学期除了听好课，还得多关心时事，如关注一些新闻等等，中考会涉及奥运的考点等。这些国家大事需要在平时的生活中关注一下。

第二。学习生活时间合理安排。

一般早晨是人的记性最好的时候，建议读英语，记单词。白天的自习课最好安排给数学、物理，这时候解题的效率会高一些。其它的时间就要留给语文了，可以多读些课外书，遇到好文章和好的语段，就抄下来以积累素材，这样写起作文来就轻松多了。

第三。要养成良好的学习习惯。

让孩子克服以前的一些不良学习习惯，例如一些男生比较粗心、对简单问题过分轻视、学习热情不能长期保持等，一些女生的学习上容易分心、不专心等问题。另外平时准备错题集锦本，遇到容易出错的问题就及时记下来。复习时就能

有的放矢，有条不紊了。初中二年级抓孩子的学习习惯是第一位，有了好的学习习惯，到初三的时候，孩子就相对容易冲刺上去。

第四。带着兴趣，带着问题，带着目的听课。

根据课程表的安排，有针对性地预习弱项课程，预习时要弄清下一节课的内容，其中哪些是清楚的，哪些是模糊的，哪些是不懂的，由此确定出听课的重点。课后进行总结，归纳出所讲知识的框架，然后做相关练习和辅导。

第五。课后温习加巩固练习。

每次听完课后，阅读一些相关的辅导资料，做一些相关的习题。现在的辅导资料很多，寻找到一种适合自己的情况的辅导书。在书店的辅导资料书架前大致阅读一些，感觉哪本适合自己就用哪一本。如果不会选择，可以咨询以下老师。如果有问题要及时请教老师，有意识地提前了解的学习初三、中考的试题，并分项对相关中考题类整理，进行阶段性复习。初二物理要结合奥物的题目，系统了解初二物理下学期的知识点，并做相关的中考试题。

初二在一定程度上将成绩优秀的学生与相对成绩较差的学生逐渐区分开的一个学年。"好"与"差"在初二下学学期就能被具体的显现出来。

初二下学期的学习情况是代表一个学生在本学年所付出的努力的客观体现，它可以在某种程度上反映出学生在学习态度上是否端正、学习方法是否正确、以及对于主要知识点是否能够灵活运用等。

在初二结束时，可以通过月考、期中、期末成绩让学生思考在即将到来的初三中，该怎样更好的提高自己才能在中考里取得出色的成绩，也可以了解自己在各科学习中哪方面还理解得不够深刻，要知道每一个细微的知识点都有可能都会在中考被考察到，所以不能对任何一个掌握得不够的知识点轻言放弃。并且，初二下学期的成绩也可能是将来所要报考的高中对学生进行考核的凭据之一，初二代表了初中学习的中间阶段学生的学习状态是否稳定、初中前半段学习知识的掌握情况等等，所以一定要重视初二下学期的学习，考察自己基础阶段的学习情况如何，以最快的速度做好查漏补缺的工作，因为到了初三是没有时间再进行基础知识补充复习的。

参考往年考进重点中学的学生情况总结：只要初二、初三的成绩稳定一直很平稳，预测中考正常发挥，一定可以取得很好的成绩。学习是一个长期积累知识的过程，初二有计划的学习和生活，持之以恒一直坚持下去，再加上好的学习习惯，到初三的时候，孩子就相对容易冲刺上去，相信成功一定离你不远。

中学生学习计划（7）

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。如果觉得自己晚上注意力比较容易集中的话，那晚上背书就是最好的。

3、早上一般都不会热，在不下雨的时候，可以试着晨跑，强身健体也是必要的。

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。

如何安排子女暑假生活，81.9%的家长选择让孩子“在家复习功课，做暑假作业”，孩子学习成绩好或坏的家长对此安排差别不大;另有 28.5%的家长准备让子女参加假期的补习班或培训班;约有一半家长打算安排子女旅游。

家长在安排子女暑期生活的时候，最注重的是安全问题。在暑假，有 57.8%的家长担心子女在假期中看电视成瘾，有 39.1%的家长担心子女上网成瘾，有 47.4%的家长担心子女在暑假中“玩得太多，无心学习”。也有不少家长(34.4%)担心子女交结坏朋友。

对暑期的安排，67.1%的学生选择去旅游，54.8%的学生在家复习功课。暑假最受欢迎的'休闲活动是体育活动。46.9%的被访学生表示，在安排暑期计划时，觉得周围的各种设施不足。42.6%的学生表示，每天用于玩网络游戏或玩电

子游戏的时间不超过 1 小时，25%的学生回答说平均打算用两小时，超过三小时的共占 17.6%。

市穗港澳青少年研究所专家建议，学生暑假还是要以休息为主，不能给孩子加压太多的学习任务，不过，休息也要讲究方式和方法，提倡青少年多参加户外活动，多与其他青少年交往，提高人际交往能力，增强社会适应能力。

一、每天读 1--2 小时书，写读书笔记(这样可以提高我的作文水平);

二、要报书法班(可以把字练的更漂亮);

三、每天写一张口算作业(可以提高我的口算能力);

四、买本暑假作业写写(这样可以巩固我以前所学的知识);

五、预习第三册《语文》《数学》(为下学期打好基础);

六、报游泳班(可以强壮身体);

七、每周六上 2 小时画画课(可以提高自己的想象力)。

中学生学习计划 (8)

王安石有诗言道：“爆竹声中一岁除，春风送暖入屠苏。千门万户曈曈日，总把新桃换旧符。”在新的一年里，你要盘点一下自己的学习收获，你总该有新的学习打算和计划，你要以春风般的热情来迎接渴盼已久的寒假。把握好今天的机会，才能赢得明天的精彩。

书法是一门艺术。写好字体是你终身受益的事情，不仅现在能提高各门学科的成绩，将来还能得到同事和领导的赏识，说不定还能成为当代的王羲之。布置书法作业，是为了提高你的素养，是为你终身发展着想，不是语文老师的作业，而是你应该训练的任务。要求：每天练字一张，共 30 张。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。

如要下载或阅读全文，请访问：

<https://d.book118.com/558005117061006101>