

我的初中生学习计划（32 篇）

我的初中生学习计划（精选 32 篇）

我的初中生学习计划 篇 1

初中生涯开始了，我要制定一个切实可行的学习计划，

以便在日后的学习中，更好的提高学习成绩，养成更好的学习习惯。

- 1、周一至周五早上六点四十分起床，洗漱。
- 2、早上七点整从家出发，到校后打开课本进行早读。
- 3、上课认真听讲，不做小动作，不说话。
- 4、校内的作业在放学前提前交给教师，不拖延时间。
- 5、放学后迅速回家，不在路上玩耍。
- 6、回家后认真完成家庭作业。
- 7、周一至周五不看电视。
- 8、看电视要看对自我有益的节目。
- 9、不懂就问，养成良好的学习习惯。
- 10、周末早上八点三十分起床。

11、每周日在电脑上阅读两篇文章，并写一篇作文，提高写作水平。

12、上网时不要只玩游戏，应当查一查资料，让电脑成为我的学习好帮手。

目标：每门课考八十分以上。

重点放在数学、语文、英语、政治、物理上，其他副课能够适当放松一些。

我的初中生学习计划 篇2

1. 课前预习、课后复习。

小学阶段的学习几乎都由老师包办，但初中对学生的主动学习能力提出了较高要求，要想不落人后，课前的预习和课后的复习不可或缺。专家建议，学习前制定学习计划，认真预习，在课堂上专心听讲，在课后能够及时复习，在做作业前能够认真看一遍书，做作业时能够独立完成，在学习完一部分内容后能够及时地对书本知识进行小结。

2. 不懂就问，注意“火候”。

雷老师认为，学生从小就被告诫“不懂就问”，但“问”也有学问，并非一碰到“拦路虎”就问同学和老师，而要把握好“火候”，也就是先独立思考，再请教别人。优秀生在学习上大多注重独立思考能力和解决问题能力的自我培养。这种自学能力一旦形成，学习的被动局面就有可能改变，学习成绩就有可能上升。

3. 勤翻字典。

专家指出，初中新生写作文时存在一个普遍现象，那就是遇到不会写的字就注音。他认为，小学生的依赖性较强，不会写的字都由老师代劳标在作文上，学生自己不会主动查阅字典，导致学生上初中后连字典怎么查都不晓得。这个“懒习惯”应尽早纠正过来。

刘先生的儿子刘浩从这学期开始，已经是一个初中生了。但是刘先生发现，开学几天来，儿子却还和上小学时一样，每天放学回来，作业一大堆他不着急，先玩一会电脑，再看一会电视，到了晚上8、9点钟才开始做作业，最后要熬到十一二点才能把作业完成。他担心儿子这样下去一来成绩会下滑，二来熬坏了身体。

与小学时的“保姆式”教学相比，刚刚成为中学生的同学也许会因为课业的增加而感到无所适从；那么，刚刚转变了角色的学生应该怎样调整自己的心理、学习方法而使自己早一天进入角色，以良好的状态来完成学业呢？

1. 每天足量学习 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. 每日英语听力或口语 30 分钟

3. 中午保证一小时休息,下午学习或外出体育活动

4. 每天做中考数学最后一题、两天做一题物理竞赛、化学竞赛题(轮流)

1月26日

7:00 起床

7:20 洗漱完毕

7:20---7:50: 跑步

8:00 吃饭

8:20---9:10 做作业(语文阅读一篇和摘抄) 11:25---11:

45 看报 课外书

11:45--13:00 吃饭 午休

13:10---14:10 化学 15:40&16:40 物理

16:40---吃晚饭前 free 包括体育运动

吃完饭后: 看英语节目, 每天一门学科复习(或做数学题, 物理, 化学题) 21:30 睡觉

1月27日

7:00 起床

7:20 洗漱完毕

7: 20---7: 50: 跑步

8: 00 吃饭

8: 20---9: 00 做作业(英语)

9: 15&10: 55 物理试卷一份

11: 00---11: 45 历史

11: 45--13: 00 吃饭 午休

13: 10---14: 10 语文(可写作文, 或文言文) 15: 40&16: 40

化学

16: 40---5: 30 摘抄, 阅读 包括体育运动

吃完饭后: 看英语节目, 每天一门学科复习(或做数学题, 物理,
化学题) 21: 30 睡觉

1月28日

7: 00 起床

7: 20 洗漱完毕

7: 20---7: 50: 跑步

8: 00 吃饭

8: 20---9: 00 做作业(数学)

9: 15&10: 55 化学试卷一份

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) 15: 40&16: 40 政治

16: 40---吃晚饭前 free 包括体育运动

吃完饭后: 看英语节目, 每天一门学科复习(或做数学题, 物理, 化学题) 21: 30 睡觉

以上计划, 三天一循环

学习必须讲究方法, 而改进学习方法的本质目的, 就是为了提高学习效率。

学习效率的高低, 是一个学生综合学习能力的体现。在学生时代, 学习效率的高低主要对学习成绩产生影响。当一个人进入社会之后, 还要在工作中不断学习新的知识和技能, 这时候, 一个人学习效率的高低则会影响他(或她)的工作成绩, 继而影响他的事业和前途。可见, 在中学阶段就养成好的学习习惯, 拥有较高的学习效率, 对人一生的发展都大有益处。

可以这样认为, 学习效率很高的人, 必定是学习成绩好的学生(言外之意, 学习成绩好未必学习效率高)。因此, 对大部分学生而言, 提高学习效率就是提高学习成绩的直接途径。

提高学习效率并非一朝一夕之事，需要长期的探索和积累。前人的经验是可以借鉴的，但必须充分结合自己的特点。影响学习效率的因素，有学习之内的，但更多的因素在学习之外。首先要养成良好的学习习惯，合理利用时间，另外还要注意专心、用心、恒心等基本素质的培养，对于自身的优势、缺陷等更要有深刻的认识。

我的初中生学习计划 篇4

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韧劲，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 20__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，心里相信自己，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，二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，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题能力，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。这样不仅节省了你对解这道题的时间，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

1、没有好的办法，或拿不定哪一种好时，就不要调整，因为调整会浪费你的时间精力，到头来没有多大的成效反而得不偿失。必须考虑到前面我的道的学习中的“三个有利于”

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

4、 很久以后，回想自己的调整。看看这个调整是不是有效，能不能得出什么结论来。为以后的生活积累经验调整是取得进步，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。

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原因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。

正确的学习态度和科学的学习方法是学好数学的两大基石。这两大基石的形成又离不开平时的数学学习实践，下面就几个数学学习实践中的具体问题谈一谈如何学好数学。

一、数学运算

运算是学好数学的基本功。初中阶段是培养数学运算能力的黄金时期，初中代数的主要内容都和运算有关，如有理数的运算、整式的运算、因式分解、分式的运算、根式的运算和解方程。初中运算能力不过关，会直接影响高中数学的学习：从目前的数学评价来说，运算准确还是一个很重要的方面，运算屡屡出错会打击同学学习数学的信心。

从个性品质上说，运算能力差的同学往往粗枝大叶、不求甚解、眼高手低，从而阻碍了数学思维的进一步发展。从学生试卷的自我分析上看，会做而做错的题不在少数，且出错之处大部分是运算错误，并且是一些极其简单的小运算，错误虽小，但决不可等闲视之，决不能让一句马虎掩盖了其背后的真正原因。认真分析运算出错的具体原因，是提高运算能力的有效手段之一。在面对复杂运算的时候，常常要注意以下两点：

1. 情绪稳定，算理明确，过程合理，速度均匀，结果准确。
2. 要自信，争取一次做对；慢一点，想清楚再写；少心算，少跳步，草稿纸上也要写清楚。

二、数学基础知识

理解和记忆数学基础知识是学好数学的前提。同一个数学概念，在不同人的头脑中存在的形态是不一样的。

1. 理解的标准：准确、简单和全面

准确就是要抓住事物的本质。简单就是深入浅出、言简意赅。全面则是既见树木，又见森林，不重不漏。

对数学基础知识的理解可以分为两个层面：一是知识的形成过程和表述；二是知识的引申及其包含的数学思想方法和数学思维方法。

2. 记忆是大脑对知识的识记、保持和再现，是知识的输入、编码、储存和提取。借助关键词或提示语尝试回忆的方法是一种比较有效的记忆方法，比如，看到一元一次方程六个字，你就会想到：它的定义是什么？最简方程是什么？它的解的概念，及解方程的一般步骤。不妨先写下所想到的内容，再去查找、对照，这样印象就会更加深刻。总之，分阶段地整理数学基础知识，并能在理解的基础上进行记忆，可以极大地促进数学的学习。

三、数学解题

学数学没有捷径可走，保证做题的数量和质量是学好数学的必经之路。

1. 如何保证数量

(1) 选准一本与教材同步的辅导书或练习册。

(2) 做完一节的全部练习后，对照答案进行批改。

(3) 选择有思考价值的题，与同学、老师交流，并把心得记在自习本上。

(4) 每天保证 1 小时左右的练习时间。

2. 如何保证质量

(1) 题不在多，而在于精。充分理解题意，注意对整个问题的转译，深化对题中某个条件的认识；看看与哪些数学基础知识相联系，有没有出现一些新的功能或用途。

(2) 落实：不仅要落实思维过程，而且要落实解答过程。

(3) 复习：温故而知新，把一些比较经典的题重做几遍，把做错的题当作一面镜子进行自我反思，也是一种高效率的、针对性较强的学习方法。

一、平时学习

1. 课前认真预习。预习的目的是为了能更好得听老师讲课，通过预习，掌握度要达到百分之八十。带着预习中不明白的问题去听老师讲课，来解答这类的问题。预习还可以使听课的整体效率提高。

2. 让学与练结合。在数学课上，光听是没用的。当老师让同学去黑板上演算时，自己也要在草稿纸上练。如果遇到不懂的难题，一定要提出来，不能不求甚解。否则考试遇到类似的题目就可能不会做。听老师讲课时一定要全神贯注，要注意细节问题，否则千里之堤，毁于蚁穴。

3. 课后及时复习。写完作业后对当天老师讲的内容进行梳理，可以适当地做些的课外题。可以根据自己的需要选择适合自己的课外。

4. 单元测验。这是为了检测近期的学习情况，其实分数代表的是你的过去，关键的是对于每次考试的总结和吸取教训，要及时做到课后复习。

二、考试技巧学习

在选择、填空、计算题上是不能丢分的。在考数学的时候思想不能开小差，遇到这种题目要沉着冷静，利用题目给你的一切条件进行分析，多做题有一定作用，但上课听讲、认真答题及提高准确率、总结经验才是最重要的。还要将所学的知识用到生活中去，做到学以致用。

三、假期学习

1. 回顾整个初中阶段的数学内容，梳理成数学网络图，将所有学过的数学知识分个类。在整理的过程中，如果有新的疑惑、新的体会都应该做下记录，数学网络图的形式不限。

2. 今年有，根据某一个方面，设计一些容易操作的问题，进行一次社会调查；调查的对象要有代表性和广泛性。就调查的目的、问题设计的思路、操作调查的设计、调查过程中的体会、调查的结果，形成电子稿和书面稿，做好开学初的交流准备。

3. 扑克牌中蕴含了许多有趣的数学知识，假期休闲的时候，和父母共同认识一下扑克牌，再来点思维挑战：算算 24 点。开学后，带着问题和同学、老师交流。要知道，初中阶段的数学学习，重点就是培养清晰、敏捷的思维过程，以及合作交流的能力。

4. 利用假期的时间每天坚持做两三道奥数题，这是锻炼思维的最好方式。数学思想方法的训练不仅是解几道题，还包括数学文献、数学发展史、数学家故事，甚至还有数学成语、数学谜语等；利用假期可以扩大数学阅读面，并融入自己的思考。

我的初中生学习计划 篇 6

1、合理规划空余时间，制定学习计划

放假后的第一件事，应该是整理出可利用的空余时间，做出空余时间安排表，以每一天为单位；接下来，梳理自身学习情况，找出最需要提高或最薄弱的课节，合理分配复习和预习空余时间，有针对性地制定假期学习计划。

2、确定学习目标，攻克薄弱环节

今年的寒假假期较长，但是目标也不宜太大、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。相信明年开学同学、老师定会对你士别三日当刮目相待。

3、合理规划空余时间，制定学习计划

放假后的第一件事，应该是整理出可利用的空余时间，做出空余时间安排表，以每一天为单位;接下来，梳理自身学习情况，找出最需要提高或最想做的事，合理分配复习和预习空余时间，有针对性地制定假期学习计划。

每天有效学习空余时间最好保持在5-6个小时。可以根据你自己的情况合理的规划一下，例如：{早上2个半小时，中午2个半小时，晚上1个小时}学习空余时间最好固定在：上午8：30-11：30，下午14：30-17：30;晚上19：30-21：30。既不要睡懒觉，也不要开夜车。习惯比聪明更重要!只要你按照计划来，每天坚持，你的成绩不会没有进步的!

不要忘了，一定要预留出锻炼身体和休闲活动的空余时间。一旦制定就应该严格遵守。相信你的假期一定会有意想不到的收获。

4、确定学习目标，攻克薄弱环节

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。

7: 00 起床

7: 20 洗涑完毕 之后跑步: 绕楼 2 楼(7: 20---8: 00)

8: 05 吃饭

8: 20---8: 50 背单词

8: 55---9: 25 背课文

9: 35---10: 35 数学

10: 45---11: 45 英语

11: 45---12: 00 课外书

12: 00---13: 00 午休

13: 10---14: 10 化学

14: 20---15: 10 物理

15: 20---16: 20 语文

16: 20---吃晚饭前 free

吃完饭后---21: 00 八科任选

21:00---22: 00 电视, 电脑, 课外书, 放松

我的初中生学习计划 篇 7

一、学习目标要明确, 做好切实可行的计划。

根据学校要求，大概需要 7 个学期来完成学业。

二、合理安排时间，按时完成学习任务。

在学习课程中，精心地安排好每一天的学习时间，抽出 1 小时去学习，循序渐进的过程完成学习任务。

三、养成做笔记的习惯。

在课前，做好预习笔记，有针对性的列出重点和难点并加深对学习资料的理解和记忆，便于以后查阅和复习。课上，做好听课笔记，养成良好的学习习惯。

四、认真地完成布置的作业，养成自主的学习习惯。

根据教学计划的要求，要按质按量的完成老师布置的作业和学习任务。还要培养良好的自主学习习惯，掌握必要的学习技能。

五、多向老师和同学请教。

遇到疑难问题，要及时向老师请教，或者透过电子邮件与老师同学联系，寻求辅导和帮忙。

六、及时做好考前的复习工作。

考前复习是学习过程的最后阶段，要对整个课程的学习进行检查和补充，总结经验。

七、利用业余时间，透过计算机网络加强学习。

随着新技术、新媒体的发展，远程开放教育把先进的科学技术应用于教学中，我要利用业余时间，通过网络定期浏览，以便及时的调整自我学习进度和策略。通过网络网上课件和学习管理平台的学习。透过电子邮件与老师同学联系，寻求辅导和帮忙。

八、不断加强专业学习，确定补修专业。

为了加强综合素质，还需要在完成学业后，不断地加强与自我的专业相关课程的学习，来完善自我。吸纳新的技能和知识充实自己，提高分析和处理工作的潜力，注重总结经验，完善自我。

总之，虽然客观制定了个人初步学习计划，还存在许多不完善与不足之处，还需要今后根据自我的切实状况，在学习中不断地补充，加以改善、及时地总结经验，以合格的成绩来完成自我三年的学业。

及时总结，为实现自我的计划目标，我会合理安排好时间，用心、用力的学习，努力拼搏，挑战自我！

学习也可当做另种游戏，改变自我的心态很重要。

我的初中生学习计划 篇8

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，这时候解题的效率更高一些。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。另外平时准备错误集锦本，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型整理，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。

一、计划实施的目标：

1、提高自我在语文、数学等方面的学习潜力。

2、加强运动，提高身体素质。

3、学会做简单的家常菜。

二、具体措施：

1、针对自我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，写好自我切实可行的暑假生活、学习计划。
(安排好每一天复习进度的明细资料)

3、把练习卷上做正确的题目进行整理，确认自我已经掌握了哪些知识，具备了哪些运用潜力，树立自我对本学科的信心。

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。(尽可能用自我的力量解决问题)

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。
了解自我学习问题的共性薄弱点，然后能够请老师一齐帮忙解决。

6、每周二次带着学科的不懂之处和老师一齐分析、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，填补自我的学习漏洞。(这一点务必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)，渐渐地构成解题方法的量的积累。

8、一星期打两次球，游三次泳，增加运动，提高体能。(也能够听音乐等，做自我有兴趣的事)

9、一星期跟着父母学做两次家常菜，如炒茄子，蒸鱼之类，再做一些力所能及的家务。

三、时间安排：

1、一星期学习五天，上午 2.5 小时，下午 2.5 小时。按一小时一节课安排好课表。

2、每一天的 3 点以后是运动或做家务的时间。(也能够安排一些适宜的娱乐活动)

3、双休日去看一些有益的展览会，或参加一些有益的社会活动。

四、督促自律：

1、设计好每一天的生活学习评价表，对自我每一天的生活、学习作好评价。

2、合作学习小组的同学互相督促，执行暑期生活、学习计划有始有终。

五、家长督促：

- 1、家长一周三次检查学生的暑期生活、学习计划执行的状况和进度，及时帮忙解决执行中的困难。
- 2、家长在帮忙学生执行计划时，也要尊重学生的要求，切不可急躁。要重视学生学习态度的调整和学习兴趣的提高。

我的初中生学习计划 篇 9

第一，制定学习计划

基本要点：

第一，要有正确的学习目的。每个学生的学习计划，都是为了达到他的学习目的服务的。

【初中学习计划书范文三篇】笔记下来或在课本上做上记号，积极思考，为接受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，可以请教老师、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。

我的初中生学习计划 篇 10

一、全面分析，正确认识自己

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。

二、结合实际，确定目标

订计划时，不要脱离学习的实际，目标不能定得太高或过低，要依据：（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。

三、长计划，短安排

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。

四、突出重点，不要平均使用力量

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。订计划时，一定要集中时间，集中精力保证重点。

五、计划要全面，还要与班级计划相配合

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。

六、安排好常规学习时间和自由学习时间

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，应当成为制订学习计划的重点之一。

七、脑体结合，学习和其他活动应合理安排。

在安排计划时，不要长时间地从事单一活动。（1）学习和体育活动要交替安排。比如，学习了一下午，就应当去锻炼一会儿，再回来学习；（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。

八、提高学习时间的利用率

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/886110230115010220>