

寒假计划表小学生三年级 小学生寒假计划表(模板8篇)

职业规划是人们在职业发展过程中制定目标和规划步骤的重要环节，它可以引导我们更加明确地了解自己的职业方向。下面是一些教学计划的范文，希望对大家在制定教学计划时有所启示。

寒假计划表小学生三年级篇一

穿衣、叠被、洗漱等，家长要求孩子独立完成，寒假是培养孩子自理能力的时机

8:30~9:00吃早餐

古人云：食不言寝不语，意思就是嘴里嚼着东西不要说话，孩子吃饭不说话，专注力便会一直会在吃饭上，如此食物就能够得到充分咀嚼，对孩子的消化系统发育十分有利。

医学专家研究表明：食物在口中咀嚼30秒左右，在胃内后更容易消化、营养更容易被人体吸收，小学阶段的孩子正是生长发育的关键时期，家长督促孩子吃饭时养成不说话的好习惯很重要。

9:00~10:00写寒假作业

寒假作业按时按量完成，切勿为了赶作业而忽视作业的质量。

10:00~11:00自由活动

自由活动家长不可过多干涉，给孩子完全的自由，只要孩子做的事是安全的，家长就不要干涉，当孩子有危险行为时，建议家长耐心教育，切勿直接打骂，伤了孩子。

11:00~12:00练字或者读书

这一个小时内，可以选择读书半小时、练字半小时。

12:00~12:30吃午饭

12:30~13:30午休

如孩子实在不愿意午休，也可以自由活动，但不建议做剧烈运动。

13:30~15:00看书或者练字

过年期间难免会有各种各样的活动，家长应时时刻刻提醒孩子，除去特殊安排，其他时间段还是要按照寒假时间表严格执行的。

15:00~16:00写寒假作业

按时按量、高质量的完成当日寒假作业量。

16:00~18:00自由活动时间

18:00~18:30晚餐时间

18:30~20:00晚间阅读

建议亲子阅读，有利于增进亲子关系，还能够提高孩子的语言表达以及阅读能力。

20:30~21:00洗漱、睡前准备工作

21:00~21:30睡觉(此时孩子需要进入深睡眠状态)

寒假计划表小学生三年级篇二

一按时作息，早上8:30起床，晚上10:00左右上床；

二每天用2小时认真完成语数外三科的.作业；

三每天阅读课外书1小时并做摘抄；

四讲究文明卫生，注意文明言行；

五生活要自理，积极做好人好事及力所能及的家务；

六不挑吃穿，不乱花钱，学会节约用钱，用钱有计划；

七学会如何招待客人；

八为家人讲些笑话或故事，带给家人快乐；

九了解世界各国历史，国旗的来历，了解世界地理以及气候的变化；

十为下学期制定一个学习计划，准备好学习用具；

十一坚持写日记。

寒假计划表小学生三年级篇三

一、为了不使我的视力下降，所以我为我自己制定了三条规定：

1、尽量少看电视。

2、每天坚持做眼保健操。

3、合理使用电脑。虽然电脑也容易损坏眼睛，但是电脑已成

为我学习和生活中的重要部分，也是我家必不可少的一件“日常工具”了。

二、为了使我的学习能更上一层楼，我要求自己做到：

- 1、每天坚持写日记，提高写作水平。
- 2、预习下学期课本，背一些要求背诵的内容，并做题检验。
- 3、认真做寒假作业。
- 4、每天坚持听英语磁带并大声跟读。
- 5、做一些课外题，巩固所学知识。

三、为了了解更多的课外知识，我对自己提出了以下要求：

- 1、多看课外书，同时，做好读书笔记，摘抄好词、好句，并背下来，运用到自己的文章当中。并按老师要求写好读后感。
- 2、每天坚持背一首古诗。
- 3、上网或看报了解新闻时事，了解国内外大事。

四、为了养成好的生活习惯，我对自己规定了以下几点：

- 1、自己的房间要保持整洁、常常打扫。
- 2、早睡早起。（7：00前起床，22：00前休息。）
- 3、每天11：30吃午饭，12：00午休，14：00起床。
- 4、自己的事情自己做。
- 5、做一些力所能及的家务。

6、学会做一些简单的饭菜

7、每周进行2~3次体育锻炼，如：爬山、游泳、羽毛球、乒乓球等增强体质。

文档为doc格式

寒假计划表小学生三年级篇四

二 每天用2小时认真完成语数外三科的作业；

三 每天阅读课外书1小时并做摘抄；

四 讲究文明卫生，注意文明言行；

五 生活要自理，积极做好人好事及力所能及的家务；

六 不挑吃穿，不乱花钱，学会节约用钱，用钱有计划；

七 学会如何招待客人；

八 为家人讲些笑话或故事，带给家人快乐；

九 了解世界各国历史，国旗的来历，了解世界地理以及气候的变化；

十 为下学期制定一个学习计划，准备好学习用具；

十一 坚持写日记。

寒假计划表小学生三年级篇五

早上：

7:00起床

7:10—7:40刷牙吃饭

7:50—8:30做作业

8:30—9:00看电视或玩

9:10—10:00看书

10:00—11:00自由安排

中午:

11:00—11:30吃饭

11:40—13:00复习或做作业

13:00—14:00玩

14:00—15:00看书

15:00—15:30休息

16:40—17:30自由安排

17:40—18:30吃晚饭

晚上:

自由安排

小学生寒假作业清单

语文

1. 每天坚持为家人朗读10分钟文章或者诗词等。
2. 参考老师提供的书单，也可以自己挑选课外书进行阅读，并作阅读记录。开学后请推荐一本喜欢的书。
3. 采访5名不同的人，记录整理他们的新年愿望，简要写出自己的采访感受。
4. 每日一拍，配以文字，记录寒假生活。
5. 与亲人一起观看春晚，尝试对节目进行评价。
6. 原创3条新年祝福短信，搜集不少于10副春联，并为家里手写一副春联。
7. 当一次小老师，召集不少于三个同伴，尝试上一节语文课，用照片和视频记录过程。
8. 收集假期发现的广告牌、电视、杂志、报纸、期刊等上面的错别字，指出错在哪里，正确的字该怎么写，并记录。
9. 尝试向喜欢的杂志投一次稿。
10. 用图文并茂的办法，以时间为序，编写家庭二十年编年史。每年记录一两件最值得纪念的大事。一句话，一段话均可。
11. 研究“年”“钱”“福”字的起源和演变。

数学

1. 设计一份台历。
2. 和家人罗列年货清单，购买年货，计算开支，高年级尝试把数据做成合适的统计图。

3. 记录每一笔压岁钱的来源及金额，制作一个压岁钱使用方案。
4. 发现生活中的对称现象，拍照记录，并查找其对应的对称类别。
5. 和伙伴玩拍球游戏，根据游戏，设计一道乘法题和一道除法题并解答。
6. 用身边的物品，根据自己的想象做一个3d图形。
7. 用尺子测量房间物体的长度，并记录。
8. 阅读一本你喜欢的数学读本，开学分享你的收获。
9. 认识七巧板里的图形，并拼组自己喜欢的图案，把它们画在纸上，涂上好看的颜色。
10. 找一找生活中的“植树问题”，并尝试讲解。

英语

1. 设计个性字母卡。
2. 用英文制作自己的家庭介绍海报以及新年贺卡。
3. 制作“happynewyear”为主题的英语小报。
4. 学唱一首“阳光、向上”的英文歌曲。
5. 用英语和画笔，将寒假去过的地方或读过的书展示出来。
6. 制作专属单词本(至少有3页，每页5个单词以上)，从而了解英语字典的结构，理解所学词汇的含义。

7. 制作“happynewyear”为主题的英语小报。

寒假计划表小学生三年级篇六

穿衣、叠被、洗漱等，家长要求孩子独立完成，寒假是培养孩子自理能力的时机

8:30~9:00吃早餐

古人云：食不言寝不语，意思就是嘴里嚼着东西不要说话，孩子吃饭不说话，专注力便会一直会在吃饭上，如此食物就能够得到充分咀嚼，对孩子的消化系统发育十分有利。

医学专家研究表明：食物在口中咀嚼30秒左右，在胃内后更容易消化、营养更容易被人体吸收，小学阶段的孩子正是生长发育的关键时期，家长督促孩子吃饭时养成不说话的好习惯很重要。

9:00~10:00写寒假作业

寒假作业按时按量完成，切勿为了赶作业而忽视作业的质量。

10:00~11:00自由活动

自由活动家长不可过多干涉，给孩子完全的自由，只要孩子做的事是安全的，家长就不要干涉，当孩子有危险行为时，建议家长耐心教育，切勿直接打骂，伤了孩子。

11:00~12:00练字或者读书

这一个小时内，可以选择读书半小时、练字半小时。

12:00~12:30吃午饭

12:30~13:30午休

如孩子实在不愿意午休，也可以自由活动，但不建议做剧烈运动。

13:30~15:00看书或者练字

过年期间难免会有各种各样的活动，家长应时时刻刻提醒孩子，除去特殊安排，其他时间段还是要按照寒假时间表严格执行的。

15:00~16:00写寒假作业

按时按量、高质量的完成当日寒假作业量。

16:00~18:00自由活动时间

18:00~18:30晚餐时间

18:30~20:00晚间阅读

建议亲子阅读，有利于增进亲子关系，还能够提高孩子的语言表达以及阅读能力。

20:30~21:00洗漱、睡前准备工作

21:00~21:30睡觉(此时孩子需要进入深睡眠状态)

文档为doc格式

寒假计划表小学生三年级篇七

一、每日作息时间表

早上：

7:00起床

7:10—7:40刷牙吃饭

7:50—8:30做作业

8:30—9:00看电视或玩

9:10—10:00看书

10:00—11:00自由安排

中午:

11:00—11:30吃饭

11:40—1:00复习或做作业

1:00—2:00玩

2:00—3:00看书

3:00—4:30休息

4:40—5:30自由安排

5:40—6:30吃晚饭

晚上:

自由安排

二、假期要完成的事情

1. 帮妈妈做力所能及的家务劳动。

2. 做有意义的公益劳动。
3. 学会一项家务技术或其他的小技术。
4. 改掉一个坏毛病、缺点。
5. 读一部好书，写出读后感。
6. 根据身边的事物写一些文章，并选出一篇自己认为好的文章，锻炼自己的'写作能力。
7. 看一部好的电影，试着写出观后感。
8. 学一首好歌。
9. 试着克服一个自己曾经不敢/会做的(好)事。
10. 完成假期作业，并努力做到最好。
11. 要注意完成学校布置的所有作业，不要漏做或偷工减料、字体要工整。
12. 一个星期至少一次到图书馆看小学生课外读物，或者自己家里有课外书的把它看完。最好看一些自己喜欢的有益的书本。当然也不要忘了读一读本学期的科目书哦！第三，每天要做适量的运动，不要因为天气寒冷躲。
13. 天天看电视新闻报道，知多点国家大事，知多点交通防范安全，知多点走歪道的后果。
14. 多帮妈妈分担力所能及的家务活，多向妈妈学习做饭炒菜等的生存技能。

寒假计划表小学生三年级篇八

活动目的：

- (1)通过活动，让学生知道水是人类生存的资源。
- (2)明确节约用水是我们每个公民应尽的义务。
- (3)学会做一些力所能及的节约用水的生活小事。

活动流程

一、活动开始：（请出主持人）

今天老师想请同学们组织召开一次《节约用水》主题班会，号召大家都来节约用水，好不好？让我们用热烈的掌声请出我们的班委。

二、学生组织开展活动

1、谈话导入（主持人：同学们，说到水，大家都非常熟悉，在我们的日常生活中处处都有它的身影，它是我们生存的必需品。同学们说说，你们都知道哪些地方需要水？）

2、创设情景，明理导行

主持人：它对我们用处可大了。

学生甲：（戴上头饰）我是一棵小草，有了水的滋润，我挺起了我的腰杆，你看我多开心啦！

学生乙：（戴上头饰）我嘛，大家都认识我。我是一只小燕子，无论是在偏僻的农村还是无人的旷野，到处都可以喝到水，你看我长得多壮呀！

学生丙、丁：小狗、花儿(略)

主持人：听了这几位朋友的自述，你想到什么？同学们在小组内交流一下吧！

主持人：如果没有了水，同学们想想看，那我们的生活将会是一个什么样子？

(1)学生甲：上场表演“用水后水龙头不关，让水哗哗地流着。”

(2)学生乙：表演“洗手时把水龙头开得很大，让水白白地流掉。”

主持人：真是令人心酸哪，看到这样的现象，你会怎么想？怎么做？

学生：“阻止他们的行为”、“上前把它关好”、“跟他们讲道理”……学生上前表演。

主持人：在你们身边，有没有类似的事情发生呢？

学生：“水龙头没关紧”，“用水时水量很大”……

3、你有什么节约用水的好办法吗？

(小组讨论，制定节水金点子)

4、出示倡议书

倡议书

亲爱的同学们，朋友们：水是我们的亲密伙伴，我们的生活离不开它，让我们行动起来，节约用水。我们要做到：

(1) 用完水，及时关紧水龙头。

(2) 用水时，尽量不把水路开得太大。

(3) 能循环用的水尽量循环用。（比如：洗完菜的水可以用来浇花。）

(4) 看见浪费水的行为，积极制止。

5、学习一首儿歌(别让龙头留眼泪)

一滴水，一个点，

一只蚂蚁喝一年；

十滴水，一条线，

两只蚂蚁能划船。

小朋友，不浪费，

别让龙头泪涟涟。

师：通过这节课的学习你学到了什么，今后打算怎样做呢？

结束语：同学们，水是生命的源泉，没有水就没有生命！我们不但自己要节约用水还要向你身边的人宣传节水的好办法，让所有的人都能珍惜水源，爱护环境，最后老师送给你们一句话：“珍惜水资源，让我们的世界更美！”