

# 最新如何制定寒假计划表初一 初中生如何制定寒假计划(优秀8篇)

教学计划是教师在一定时间内对学生学习内容和学习目标进行规划和安排的重要工作，它对于教学的有效性和效率至关重要。以下是小编为大家整理的完美规划计划范文，供大家参考和借鉴。

## 如何制定寒假计划表初一篇一

1、养成熟读精思的习惯。

的第三勤说的就是“勤想”，就是主张“开动脑筋，独立思考、多思、善思”，不“尽信书”。

2、养成“不动笔墨不看书”的阅读习惯。

就是自己动手动脑，主动获取知识。在课堂上，学生要学会跟随老师的讲解，对重点语句及文章结构内容作点评，把教师讲解中的关键言简意赅的记在相应的位置上，可记难认字的音，难解词的义，关键句的作用，还要做一些简单的评点，这对培养自己良好的读书习惯、训练深刻的思维方法很有好处。例如学习《捕蛇者说》揭示主旨的句子：“熟知赋敛之毒有甚是蛇者乎”，可在旁边批注“对苛捐杂税的强烈不满和愤怒”等语，以加深对文章的理解。不仅在课内，在课堂以外读书也应保持这样的好习惯。若把“不动笔墨不看书”的良好习惯持之以恒地坚持下去，定会获益匪浅。

3、养成“博闻强记”，多背诵积累的习惯。

背诵是语文学习的重要方法，“书读百遍，其义自见”，背诵能使我们更熟悉文言诗句，增强语感，增强感悟能力，积累文学素养。这些背诵的知识，犹如储存在头脑仓库中的丰

富物质，一但应用时便犹如源头活水般涓涓涌来，就不会产生“书到用时方恨少”的感慨。

#### 4、养成读书和写作相伴的习惯。

典范，她常常是如饥似渴地读书，又常常是文思不可遏制地泉涌笔端，直到深夜。一篇篇闪烁着深邃的思想和洋溢着文学才华的文章，经常是在读书与写作相伴中诞生的。可见，二者是相辅相成，缺一不可的。

## 如何制定寒假计划表初一篇二

一年一度的寒假又到了，很多同学都希望好好利用这个假期来补缺补漏，但通常大部分同学总是没能达到自己预想的结果，大都把它拿来消遣荒废掉。假期已经过去了，想做些事情，可是什么事情都没做。放过这么多次假了，可每次结果都是一样的。归根结底，是因为没有明确而合理的时间安排和坚定的决心来利用假期生活。

为此，提醒各位家长 and 各位同学，制定一份有针对性的寒假学习计划不仅有助于养成和保持良好的学习习惯，提高效率，减少时间浪费，还能帮助建立起新学期对学习的信心和兴趣，劳逸结合的寒假计划对身心发展都将有巨大的帮助。

(1) 根据自己实际情况制定寒假学习计划知己知彼百战不殆，制定寒假学习计划一定要依据自身的情况，不能一蹴而就。有些同学制定的计划很密集，定好后发现每天的休息时间只有1-2个小时，这就不太现实，寒假既要有计划的学习，还有把休息和活动相结合。

(2) 突出重点，灵活机动寒假实践短暂而宝贵，制定计划要有重点，针对自己的薄弱科目进行复习，向老师提出自己想重点补习某科的要求，让老师带领学员有针对性的补习。自己平时掌握不错的科目可以每周统一复习一下，并预习一下

新学期的新内容，做到温故而知新。做到突出重点，灵活机动，但不偏科。

(3) 注意四结合寒假毕竟是广大同学休息、并接触社会的时间，也提醒广大学生和家长们，制定寒假学习计划时要长短结合、劳逸结合、学习与实践结合、单独学习与团体活动结合。做到这几个结合，相信学生朋友们会有一个既充满收获，又充满欢乐的寒假。

根据自己孩子的生活规律，制定您自己孩子的寒假计划：

1、根据您自己的安排，与孩子商量，把过节那几天空出来。加入“与客人问好、外出吃饭的礼仪……”

2、个别练特长的孩子，您可以与授课老师联系好，把特长规定的时间加长。

3、A4纸完成，在格中填写“优良”。

4、读书、词语积累、口算、数学综合练习卷有什么要求，您可以直接写在表格中。

寒假生活计划安排表

日期

8：00—9：00自己穿衣服、吃饭

9：00—10：00完成口算、做完未完成的综合试卷

10：00—11：00读书和词语积累

11：00—12：00自己完成就餐，简单的家务劳动

12：00—13：00看电视

12: 00—14: 00午睡

14: 00—15: 00动手劳动

16□00—17□00.....

## 如何制定寒假计划表初一篇三

不光是我周围的好朋友在讨论，连老师也对我们发出了诸类疑问。一个学期的紧张学习终于落下帷幕，寒假终于能松缓一口气了。作为即将升入中学的我来说，一个月零两个星期的假期，说短也不短，说长也不长。它正是对我上一学期的学习查缺补漏的大好时机。在我看来，在家调适的同时，也不能太松懈，有节制地休息与玩乐才能过好寒假。那么，下面就是我的寒假计划。

勿把今日之事拖到明日之时。

首先，我要先利用年前的一部分时间，把老师留的语数外三门作业自觉完成，尽量不把它们拖到繁琐的年后，为自己备份更充分的时间来完成其他任务。

其次，我要向高年级的哥哥姐姐们借助新学期的教材，辅助我完成新学期的预习工作，不明白的地方还便于随时请教，让我为下学期的学习先做个“热身操”。否则，没有跟上老师讲课的进度，也就不利于我的学习了。

温故而知新。

接着，在对新知识有了一定了解的`情况下，我还要拿出上学期的笔记和教辅，认真复习上学期的知识点和必备内容，尽量做到熟记于心。因为这样对我小升初时的考试也会有显着效果，省得临考前再去温习早抛之于脑后了。

书，应形影不离。

怎么样？心动不如行动，不妨为自己合理制定一份寒假计划，过一个轻松且有意义的寒假生活，谱一份迎接新年到来的乐章吧！

## 如何制定寒假计划表初一篇四

新的寒假开始了，我打算写一份计划，来规划我的完美寒假。你想知道我的计划是怎么样的吗？快跟着我一起来看一下吧。

1、学习。寒假里要有学习才是最重要的，我打算借姐姐的五年级下册的语文书和数学书，每天背诵需要背诵的课文并读一篇课文，掌握一个小的数学公式，拼读一遍英语单词，每天学习时间不超过两个半小时，要不然会有压力。

2、游戏。当然也不能学习太久，要有适当的时间游戏，放松身心。我要做到学一会儿，玩一会，每天游戏的时间不超过2小时。这样主要是为了劳逸结合。

3、睡眠。据专家统计，全国三分之二的中小学生睡眠时间不达标。23.5%的中小学生晚上难入睡。调查显示，小学生中每天睡足10小时及以上的为33.4%，初中生每天能睡足9个小时及以上的共有22.9%。教育部对中小生睡眠时间曾经有明确的规定：小学生的睡眠时间应该要超过9个小时，初中生应该达到9个小时，高中生的睡眠时间要达到8个小时，按照这样的规定，我国约有2/3的小学生和3/4的初中生睡眠时间严重不足。因此，我要晚上8:00入睡，早上6:00起床。绝对不能因为是寒假了，就让自己赖床。这是非常不好的习惯。

4、以下是我的计划表：

00:00——6:15起床6:15——7:00吃早餐7:00——8:30

## 学习

18:00——19:00看作文写作文 19:00——20:00做睡觉前的准备

### 如何制定寒假计划表初一篇五

1. 每天在小本子上记下10~15个单词(包括新旧单词), 闲暇时背下来, 掌握并经常复习。

2. 晚饭前, 先打开平台, 在“知识强化”栏目找到当天上课的内容, 认真复习。记住你应该记住的。

3. 晚饭后, 休息一下, 完成老师布置的作业。(注:把作业当成考试)

4. 当某个科目的某个单元完成后, 要及时复习, 然后完成“在线考试”中的题目。如果完成的不够好, 复习完再做, 及时抓错题目。

5. 预习第二天的课内容, 认真做好记录, 把不懂的问题带到课堂上认真听老师讲解。

6. 听“同步听”和“在线听”10~15分钟, 培养语感。

1. 在“周一到周四”做第1、2、3点。

2. 在“教师答疑”中提出学习过程中遗留的问题。

3. 有空的时候可以放松一下自己, 听一些轻音乐, 看一些课外书籍(可以通过平台, 也可以自己看)。

1. 早上起床先做一些运动, 然后读英语或中文文章, 记住一些应该记住的事情。

2. 继续完成老师布置的作业。
3. 下午可以开启“名师面授”，选取一些薄弱知识点多听几遍，适当多做线上测试。
4. 复习一周所学内容，通过“在线测试”栏目检查是否掌握。基础不好，就学“知识增强”。
5. 在“名师答疑”的“精英区”根据自己的学科条件选择问题，当作自己的问题来对待。先做一遍，然后看老师的答案。

除了做周六的内容，上午或下午去分校交流，测试巩固学习方法，下周一晚上预习课程内容。

坚持下去，每天进步一点点。

## 如何制定寒假计划表初一篇六

如何制定复习计划，才能在考研中获得理想的成绩？相信大家都会费一番脑筋来思考这个问题。这里数学分为四个层次：懂、会、对、满。懂是说数学的一些经典教材你能看懂，辅导班老师讲授的内容你能听得懂。会就是课本和辅导教材上的题目，历年的真题，名师出的一些模拟题你会做。对就是你会做的题目能做对。满就是你会做的题目能得到满分，不会因为书写过程或其他原因被批卷老师扣分。

### 一定要动手做题

需要强调的是大家一定要动手做题，无论是例题还是习题，看懂和会做绝对是两个不同的层次。海天考研辅导专家提醒考生，辅导书上的题目、真题、模拟题你要会做，在复习的期间，碰到不会做的题不要着急看答案，要联系自己已经建立起来的知识体系想一想是哪个部分的内容，有什么常见的方法。如果还是想不出来看一看答案，看完了要问自己几个

问题：这种方法是否带有普遍性，如果有普遍性说明自己在前面的复习过程中有疏漏，要在理解的基础上记住这个方法；如果不具有普遍性，那就要知道为什么要这样做，题目里给出了什么暗示。

## 计划是一门艺术

计划绝对不是表面的日期时间安排。计划是一门艺术。面对繁杂的科目，如果能达到复习效果的最佳是计划的核心所在。这就决定了计划绝对不是死板的时间安排，而是个发展中动态平衡的过程。海天考研辅导专家提醒考生，总体的安排需要计划，复习一门课也需要计划。看一早晨的书同样需要计划。因此，这里谈的计划，其实是一种统筹安排。一种清晰的复习思路。这就需要你充分了解自己的强项和薄弱环节，并相应的做出安排。更具有普遍和深刻的意义的是，我如何能够在最短的时间达到最好的复习效果。

## 会做的题目一定要做对

有的考生一听就懂，一看就会，一做就错，那么如何把会做的题目做对，可能是很多考生面临的一个共性问题。海天考研辅导专家认为，之所以出现会做的题目做不对，可能是在两个环节上出了问题。第一，是不是真的会做？有些题目我们第一次不会，看了答案或听了辅导老师的讲解好像是会了，勉强记住了，实际上没有真正理解。所以每碰到一个不会做的题都要把它真正弄懂。对一个比较好的题，要从多个角度去考虑它，尽量用多种不同的方法去解，不仅知道怎么做而且多问几个为什么这样做，怎么想到这样做，不这样做行不行。这些看上去比较费时的办法，只做一两次好像看不出效果；如果长期坚持，到一定阶段就会突然有一种豁然开朗的感觉，那时你的水平就真正提高了一个档次。第二，如果这个题目确实会做，但就是做不对，说明计算能力或者数学方面的基本功有问题。那就是需要长期练习的问题了。



文档为doc格式

## 如何制定寒假计划表初一篇七

1、每天足量学习5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、每日早晨英语听力或口语30分钟

3、中午保证一小时休息，下午学习或外出体育活动（运动能使人头脑更清醒）

4、做数学竞赛书《初中数学竞赛新课标同步辅导（初二）》（这本书真的很好哦）记住先看例题，最好不要抄答案。

7: 00起床

7: 20洗漱完毕

7: 20--7: 50: 跑步（锻炼哦）

8: 00吃饭

8: 20--9: 10做作业（语文阅读一篇和摘抄）

9: 25--11: 25数学《初中数学竞赛新课标同步辅导（初二）》

11: 25--11: 45看报课外书

11: 45--14: 30午饭午休

14: 30--15: 30英语

15: 30--15: 45休息

15: 45-16: 45物理

16: 45--17: 00休息

17: 00--18: 00其他科目复习

晚饭

20:00-21: 30电视，电脑，课外书□free

21: 30睡觉

## 如何制定寒假计划表初一篇八

刚结束紧张的期末考试，孩子和家长都处于疲劳状态，因此在假期刚开始的阶段，不妨适当给孩子一些放松休息的时间，调整状态。

例如，在刚放假时，可以带着孩子去爷爷奶奶、外公外婆家玩一下。一方面可以多陪陪老人；另一方面可以让孩子换个生活环境，增强对不同生活环境的适应性。

在假期的中间阶段，孩子在得到充分的放松休息后，精神状态处于较好水平，此时适合集中精力专注学习，预习新课，查漏补缺。

除了完成老师布置的假期作业，家长也可以根据实际需要，培养孩子的兴趣，找到孩子的'兴趣点和特长。同时梳理找出孩子功课的薄弱点，进行查缺补漏。

临近假期结束，要注意提醒孩子收收心，为开学进入正常的学习作息做准备。

引导孩子调整作息时间和心态。家长要帮助孩子从假期愉悦

轻松的氛围中脱离出来，避免情绪和心理上过分沉浸于寒假、春节中而迟迟不能适应正常的学习轨道。要开始调整孩子的作息时间，调节情绪，收住孩子“疯玩”的心。

让孩子预习下一学期的课程，不求有多精通，但至少对大致的知识脉络有个基本的了解。特别是对于初中和高中阶段的孩子来说，预习在学习中是很重要的。

同时，需要注意孩子的假期作业有没有做完，这关系到孩子这个寒假能否完美收官。