

# 2023年初三学生的计划表 初三的学生学习计划(通用7篇)

计划是一种灵活性和适应性的工具，也是一种组织和管理工具。计划怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是我给大家整理的计划范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

## 初三学生的计划表篇一

合理的学习计划安排使你更有效的利用时间。小编整理的初三的学习计划，供参考！

一开学我就要步入初三了，初三是人生中的一个重要的时刻，所以为了我的学习，我要制定一个计划。

1. 空闲时间多看课外书，每天记1~2条好词佳句，按老师的指导进行写作练习。争取每次作文练习都在95分以上。
2. 提前老师的讲解做考纲和全品的题目，前天晚上认真预习。多做深，精的题目，拓展思维。
3. 每天坚持朗读外语作品，养成良好的语感。认真识记考纲后面的单词，严格避免中考因单词而失分。认真复习和预习全品的考点聚焦和附录，要求重点掌握语法，句型。注意活学活用。
4. 循环复习和背诵常用原子质量表，元素化合价，酸、碱、盐溶解表，严格避免因为忘记它们而在中考中失分。认真识记和归纳老师给出的化学方程式，要求活学活用，知道反应条件，反应结果。

5. 认真识记物理公式，物质常量，电学和光学是物理里我最薄弱的环节，我要跟随老师的总复习，认真，仔细的巩固电学和光学知识。根据考纲认真复习各点知识，按时完成作业，做笔记。

6. 根据考纲认真复习历史知识点，在未来的2个多月里循环复习，加强记忆，认真记忆老师归纳的口诀，表格，利用它们能很好的记忆知识点，关注今年发生的时事，联系时事与中学历史的联系。

7. 根据考纲与全品上面的题目和知识点循环复习，背诵。由于今年中考政治变得很活，所以不能死记硬背，要活学活用，认真参考其他地市的中考题目。

以上的学习计划要认真实施，成功在于行动，过一段时间要仔细分析检查现状，与制定的计划。

时光匆匆，转眼间我就到了初三。

莫泊桑说：“人生活在希望之中，一个希望破灭了或实现了，就会有新的希望产生。”而我将踏上初三的步伐，新春就是新的企盼，新的希望，新的征程，新的收获。新的学期充满着对我以后的希望，这是新的起点，我将会来一场马拉松比赛，谁坚持到最后，谁就会赢得比赛。

我要用三天的时间结束我三年的胜利与失败，他是残酷的，而他又是充满诱惑的。人生最大的敌人就是自己，一旦战胜自己，也就在思想上有了一个飞跃，人生会打开新的一页。

是的，我要战胜自己，我有优势我也有劣势。我要弥补我的劣势，我要充分的利用我的优势。这就是一场残酷的斗争，我的朋友告诉我，相信自己，给自己一个目标，告诉自己想要的是什么。

我妈经常说我不懂得如何学习，我很少的时间在家里自己复习，预习。我不懂的学习的方法，我该怎样的有自己的一套学习方针。我叔叔曾给我讲过，学习就像吃东西，首先把食物吃到嘴里，然后通过咀嚼，吞下去，再经过食道进入胃里，由于胃液中的胃蛋白酶把食物变成粥样的食糜状态，再通过十二指肠推送到小肠(小肠是消化、吸收的主要场所)，在小肠里进行消化，把有营养的物质吸收，只留下难于消化的食物残渣，从小肠进入大肠，通过排遗排出了体内。学习也正是如此。我的副科比主科好，我可以在原有的基础上有一个提升。我的数学时好时坏，我的物理很差，或许因为我上课不认真吧，我的语文我也不知道哪里不好，这还需要我的摸索吧。英语我初一的时候都是一百多，到了初二有下降，英语就只有九十多，因为没有认真背单词的缘故吧。

我询问我的朋友是怎样学习数学和物理的，也在网上查找过，有各型各色的答案，但是唯一没有变的是多做题，做各种各样的题，充分的利用大脑，我的数学老师给我讲过，数学就是给大脑做一套广播体操。物理就像是雾中看花一样，总有不识庐山真面目之感，要学会对物理概念的分析、琢磨，学会对物理实验的层层剖析，学会通过实践加深对物理公式中物理量含义的确切理解，学会对类似知识点的归纳、。

我学习英语喜欢把老师讲的短语首先写在书上，下来以后我会把短语记在一个本子上，所以我的短语积累的很多，最近我学习到一个新的方法就是把生单词记在一个小本上，没事的时候翻一翻，不用刻意的去记，经常看一看就会对自己的单词量有很大的帮助，这样有助于看短文，阅读理解。我的听力只有简单的能够理解稍稍复杂就不会。我为此专门的请教了我的姐姐，她说学习听力就要经常的听英语新闻、歌曲、多做听力练习，不管听得懂听不懂一定要认真的去做这件事情，注意当中的声调，一句话有重有轻，要听明白它强调的是什。

我的语文老师给我们说，学习语文就是看到目录就要在大脑

里知道本文章的作者，作者背景，作者的名著，还有本文中的重点句子、语段、怎样的理解这些句子语段。还有对生字的读写。要把背诵的文章背的滚瓜烂熟，特别是理解性的背诵。多读课外的文章，增加自己的课外知识。

我的历史老师说，学习历史要凭借时间、空间两条线、双坐标牢牢记住历史事件，多看历史方面的书籍，历史故事、人物传记、事件介绍，特别不要死记硬背历史，要灵活的掌握。

政治主要是老师上课时认真听讲，多看题。

我爷爷还在世上的时候给我说，地理就是将所学知识落实到地图上，地理知识内容繁多可以编一个顺口溜，要学会抓重点，注意看地图的“形状特征”。可我总是学不会，每次都是死记硬背。

学习生物学知识要重在理解，勤于思考。要重视理解科学研究的过程和方法，认真进行观察和实验。多看课本上的知识点，要多动手做实验。

下学期开始就会有新的科门增加，虽然还没有学习化学这门科门，但是我知道化学就是是自然科学中的一门基础学科。它研究的内容主要包括：物质的组成、结构、性质、变化及其相关的现象、规律和成因，以及物质在自然界中的存在、人工合成和应用等。我也不知道怎样的学习它，希望能够学好它。

在1968年墨西哥奥运会的马拉松比赛上，来自坦桑尼亚的阿赫瓦里在跑到19公里时摔伤，却忍着剧痛坚持比赛，在比赛已经结束两个小时之后，冲到终点，当时颁奖仪式都已经完了，没有观众，没有鲜花，当有人问他“你已经在这个比赛中受伤了，而且你已经不可能取胜了，为什么还要继续下去？”他说“因为我的国家派我来这里，不是让我开始比赛的，而是让我冲过终点的。”

正如fredlebow所说：马拉松是一项有魅力的运动。它包含了一切——戏剧成分，竞争，友情，英雄主义。不是每个跑者成为奥运冠军的梦想都可以成真，但是每一个人都可以梦想去完成一次马拉松比赛。

所以我将会在初三这个新的起点为我的梦想来一场马拉松比赛。

## 初三学生的计划表篇二

巩固掌握初中阶段各个学科的基础知识、基础技能，通过自身的努力，学习成绩在月考、期中和期末考试争取进入全年级20-40名前，填补我们班在年级段排位的“空挡”。争取进入淳中提前批入取，中考进入淳中。

### 二、平时具体方法和计划

1、合理安排每一天的学习时间。在紧张的学习过程中，其实每天可供自己利用的时间并不多，最灵活的时间就是当天作业完成后至睡觉前的近两多小时时间。能否利用好这段时间，是初三阶段学习成绩提高的关键点。晚上复习科目不要过多，应重点复习一门，抓住重点，集中精力，力争达到最佳学习效果。每天晚上复习更应该有计划，周一定为数学日，周二定为英语日，周三定为科学日，周四定为语文日，周五完成学校周末作业。看似简单，但必须持之以恒的坚持下去，杜绝出现“三天打鱼两天晒网”的现象。

2、新课学习和复习同步进行，要做到两不误。新课学习包括预习、课堂听讲、课后复习三大要素，预习可以在晚上完成当天学校作业后抽时间预习，数学预习后，把尽量做一下课后练习，遇到一知半解等不懂的地方，第二天带到课堂里，再仔细琢磨，直到彻底弄懂为止。

### 3、把初三的复习阶段性计划目标分为三大阶段。

第一阶段，是初三开学至月考。这个阶段主要是课堂学习为主，这一阶段主要是基础复习阶段。每一门课要逐册逐章节地进行复习，主要跟着老师步伐一致，进行各科的细致复习。只有这时候循序渐进月考后进行月考总结，对自己前一阶段学习进行查缺补漏、巩固基础，争取在期中考试取得好成绩。

第二阶段从月考至期中考试，这个阶段是复习要有针对性，要踏踏实实，把平时订正的错题内容进行系统复习，把每次测验试卷重新做一遍，重点留意错题。做好每次考试的认真反思，把自己的薄弱知识补上去。

第三阶段从期中结束至期末前，这是中考前最后的阶段性复习时间，也是关键的复习阶段。这个时期杜绝题海战术，更不应做难题和偏题，应该做少而精的经典题型。

## 初三学生的计划表篇三

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：掌握科学的学习方法就可以在学习上做到事半功倍。可以在学习的海洋中享受快乐！

提高效率方面：有学习环节，学习态度、学习方法。你只要从现在开始把学习转变了，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，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。考试大家都紧张，其实不用害怕，不要紧张。

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。

## 初三学生的计划表篇四

初三是初中生学习生涯中的一个重要阶段，在这短短的一个学年中，既要学习初三新课程，又要复习巩固以前所学的知识，所以这个阶段为学习的黄金时段和冲刺阶段，如何确定初三的奋斗目标、具体制订学习计划和措施是我们的关键。

应高度认识奋斗目标的必要、重要性。凡事预则立，不预则废。学习和打仗一样，如果没有认真提前准备，没有制定具体目标，很可能“吃败仗”。为了胜利，应在短短的一年中加强“备战”，增加学习与考试的竞争实力，要制定初三的学习计划，明确自己应怎样学，要清楚实现什么目标，才能做到心中有数。

应坚定实现奋斗目标的信心和决心。一部分学生的成绩非常偏科，却认为再奋斗为时晚矣，于是产生了对自己的自暴自

弃，甘愿去等待失败。可是经过努力是可以改变的，只要思想不滑坡，办法总比困难多，要坚信自己在初三，是有希望赶上的，只要及时补习、查漏补缺。

应重视选择奋斗目标的条件依据。选择初三学习目标应以科学的态度来选择，认真总结以前的学习情况，对各学科认真反思，弄清楚到底掌握了哪些知识，到底哪些方面还比较薄弱，做到“认识自己”；要根据自己的好差制订目标，一一解决过去学习上的问题，防止要求高而达不到、低而够不了的问题；要量力而行。总之，选择目标要以自己的学习基础、学习能力为基础。

应认真制订阶段目标和长远目标。初三在实际的运作过程中，既要学习初三新知识，又要补习以前没学好的知识，要科学地、合理地规划学习目标。

初三的安排：

1. 每天6：10起床. 打开收音机边听英语，边洗漱吃饭.
2. 到校后利用课前时间多看看今天要讲什么，回顾昨天的东西.
3. 充分利用每堂课，认真听讲，不懂就问，多和周围同学交流学习经验和解题方法.
4. 中午要有午睡习惯，大约在20--40分钟左右. 剩下的时间用于背语文的古诗和历史. 每天中午背3--5首古诗. 同学，贵在坚持不懈！
5. 在校10分钟的课间里，最好不要再想着出去玩，要在这10分钟里好好理顺一下刚才老师所讲的自己懂了多少，有问题及时解决.

6. 放学不在外逗留，抓紧时间回家，10分钟内吃完饭，然后就一心学习。

7. 初三前几个月重点放在物理，数学，化学和语文背诵上。

8. 到后期重点放在文科，理科方面也要适当做些经典题。

学习方式：

对于语文，我认为最重要的就是平时的积累。教课书上的古诗\文言要会背，重点段落要会翻译和默写。生词表上的单词要会写。这是前面基础的10分。后面的阅读一定要注意平时的积累，首先要多读好的文章，注意积累其中的词汇。读完一篇好的文章不仅仅是读了就完了，要像在语文课上一样做分析，分析一定要透彻，这样才有助于阅读水平的提高。做题的时候一定要在把握文章中心的基础上。读不懂就再读，要是真的读不懂，那么就是基础功不够了...关于作文首先卷面一定要整洁，有必要的练下字去。平时要多读好文章\好作文，并深刻解析，这样对作文也会有帮助。但关键还是靠自己的感觉。

数学平时如果作业不多的话，自己多做一点题吧！一定记住：熟能生巧！这一点至关重要！！！去年中考我考了117，也是粗心...所以对于理科，做完了都要检查。检查的时候如果时间还多，那么把答案蒙起来，重新做一遍吧！时间紧就把你认为你没有把握的题目做一遍。最后加一点：切忌骄。

英语其实没有我们想象的那么难，关键看你有没有兴趣啦！上课注意听讲，语法不仅仅要背得，而且要熟练（这点跟数学一样），学习了语法就多用用，练习相信老师布置的已经够的多了。单词也一定要努力背诵，不要一次性背诵，要反复巩固，多学\多背\多用才是硬道理！也不要忽略课外的培养，多看一点适合自己的英语杂志\电视等等，并且我个人认为不要看中文了，这样有一点适当的压力未尝不是好事。语感的培

养同样重要，有了较强语感可以大大加强速度及正确率。这全依赖与课外培养。

物理是一门理科，但同时又与日常生活密切相关，从某个角度所，物理就是生活的学科。平时的生活中可以注意观察一下周围的物理现象，比如打篮球的时候篮球飞了起来那是因为人的手对它做了功，它依靠惯性飞行；飞行过程中是动能转化为重力势能，重力势能又转化成为动能等等。物理的公式\定理也要像数学一样的理解并且记忆，并且懂得举一反三的道理。做物理实验的时候不能马虎，注意观察，并且要亲自动手做一做。

政治考试的时候应该是开卷的（至少我们是）。这样题型会相对灵活，但是万变不离其中。考试之前对教材一定要熟悉，我是采用通读教材的方式熟悉教材的，挺有效的。另外做题的时候要好好审题，答偏了可是一点分都不给...答一题的时间不能太长，简答题答清要点即可。如果闭卷一定要背得各个概念。

生物我认为挺简单的，我们初2时也是开卷考试。但是对教材也要熟悉，同样可以采用通读的方法。答题的时候可以适当的发散。

历史对于大事件一定要清楚地记忆人物\时间\地点\过程和结果。历史的背诵最好是平时就背诵了，你要临时记忆效果不会太好...历史是一门正宗的课外学科，所以课外的积累是最重要的。课外的掌握若是丰富了，自然不会怕考试。

学习地理同样是课外的积累，我个人推荐《中国地理杂志》一书，我认为对于有需要的人，它是不错的选择。学习地理我还有一个小窍门，那就是听天气预报，这对于记忆各省市行政区很有帮助。

最后一点，学习之余要注意劳逸结合。

学习计划是在学习活动开始之前，他人或者学习者自身对某一段时间内学习活动的设计和安排。学习计划有时也叫学习规划，或规划自己的学习。这种安排设计四个因素，即目标内容、时间、标准和方法措施。

第一，在学习方面有什么打算。包括重点的确定；方法的改进，如课堂听讲应注意什么，复习、预习应怎样进行等；具体目标，如期末各学科的成绩要达到什么水平等等。

第二，时间安排。上述的各项任务的目标要想落实，必须有时间保证，所以在计划中一定要对完成各项任务的时间做出具体的安排，这里应注意，一方面要尽可能地准确，另一方面又要留有余地，以便根据情况变化做出调整。

第三，具体标准。规定出明确的标准是计划中不可缺少的一部分，没有标准的学习计划是空洞的计划，也很容易落空。比如计划每天回家后记20个英文单词，到底怎么才算记住了，是会背、会默写、还是会读，要有明确的要求。

第四，制定完成学习任务的条件、策略方法和具体措施。

一个学习计划的制定一定要切实、具体且具合理性。

课前预习的方法要点：

(1) 看过课本之后，尽可能将有关的资料事先查得清清楚楚（可参考辞典、参考书）；

(2) 遇到不清楚的地方做个记号，听课时特别留意，带着问题听课，有的放矢学习。

合理利用时间，就要善于定计划。小计划如每天晚自习前，先想一下要学什么，用纸记下来，看自己完成得怎样。考前两三个星期也做一下计划，对自己有督促作用。大计划如两

个月、每个阶段自己的主攻目标是什么，都应该心中有数。关于制订的学习计划再多说两句：

1) 学习计划要有个性，要根据自己的学习情况，生活习惯来制订；

3) 学习计划要宏观、微观俱到，长短结合。

## 初三学生的计划表篇五

一、 备考目标：竭尽全力完成中考指标，实现中考上线人数再次突破300大关，确保上线率超过63%，同时减少学生流失率，力争初20xx中考位于新城区公办学校第三名，最终使我校的中考质量稳中有升。

二、 现状分析：

1、学情分析：到目前为止，本年级共有学生421名，学生的学习状况基本稳定，实验班大部分学生能积极投入到备考之中，平行班仍有不少学生举棋不定，对自己缺乏信心，表现为课堂复习不投入。

2、教师情况分析：本学期，各位老师都已经早早投入复习备考中，积极组织学生全面进行中考总复习，各备课组也都制定了详实的备考计划。

3、学生家长也逐步加强了对孩子的关注，相信，我们的备考会得到大多数家长的支持。

4、学校工作向初三中考备考倾斜，给初三备考提供有力保障。

三、在上述有利条件的基础上，针对本届初三中考任务目标，现制定如下措施：

## 1、复习的三个轮次：

第一轮复习：3月1日-----3月31日

第二轮复习：4月2日-----5月15日

第三轮复习：5月16日-----6月10日

回归课本，落实基础(6月11日-----6月19日)

2、五个质量考核小组老师要精诚协作，每个考核小组就是一个质量保证小组，具体学生提升计划与实行主要由班主任负责，将班级中的线边生分配给任课教师，包干到户，保证学生的学习不偏科，确保中考质量稳中有升。

3、五个备课组要积极主动落实各科中考备考计划(1)积极收集中考新资料，摸索中考新动向，结合本年级学生特点，自编中考习题，以灵活多变的练习激发学生的学习兴趣。(2)各备课组需精选习题，最大限度地提高有限时间的学习质量。

4、每位教师要切实利用好从早读开始，延点结束这一整天的在校时间，共同加强对学生的心理健康教育。力保学生以积极的心态迎接中考。

5、每一次考试后，每一个质量考核小组要及时将年级250-350区间的学生在各班的情况，并及时分配到任课教师，保证这一区间的学生在每次考试中能有所进步。

6、班级管理方面，班主任要加强对班级学风、考风的建设，规范学生诚信应考，确保考试质量。班主任多与家长沟通、交流，确保学生在家能在家长的监督下学习，保证每天的学习质量。

7、本学期计划召开家长会两次，本学期初召开一次，中考前

召开一次。

8、在中考100天倒计时到来之际，制作中考宣传横幅，开展中考动员活动，鼓舞学生学习的士气。

四、三点要求：

1、常规管理不松懈，不论哪一位教师，都要明确工作重点，对学生的学习要抓牢、抓实。

2、要树立信心，明确方向。学生基础较差，总体成绩不理想，但我们一定要相信学生是有潜力的，我们的老师是一流的，我们老师能够经受住严峻的考验，相信，通过大家的共同努力□20xx年中考一定能完成我们预定的目标，取得理想的成绩。

3、虽然，我们面临的形势是严峻的，任务是艰巨的，但是，有我们这样一个团结的集体，共同发扬吃苦耐劳的精神，努力拼搏，我们一定会完成中考任务。

一句话：质量就是效益，质量就是生命，质量就是尊严。

## 初三学生的计划表篇六

白驹过隙，时间在飞逝，暑假每次都过得特别的快，长达两月个月的暑假时间就要结束了，我也在自己懵懵懂懂的时候，不知不觉地就到了初三。暑假过去后，我就又要投入到初三的紧张学习氛围当中，在初三一定需要自己更加的奋发图强，初三是非常关键的时刻，初三决定着自己能不能靠一个好的高中，上好高中就能收获更好的教育，知识就会更加的丰富。所以，在初三一定要计划好自己的学习，用一个缜密的学习计划充实度地度过自己初三这个学期，让自己不留遗憾。所以，我制订了以下学习计划：

在每一个人的青少年时期，大家都会有这样的毛病，就是遇

到事情的时候，会很浮躁，处理事情不会那么的细致，总是粗心大意。而我的粗心和毛躁主要体现在完成作业和考试两个方面。做作业遇到稍微难一点题目就会急躁，急躁的时候，就不能静下心来思考问题。在自己没有找到解决办法的时候，自己就会否定自己，认为自己很差劲。但有的时候，并不是对知识的掌握不够全面，而是自己的粗心毛躁没有仔细地审清楚题目。在考试的时候，更能反应我自己的这个毛病，考试粗心会让自己丢失掉很关键的分数，一分之差都能与别人拉开很大的差距。

所以，我要克服自己都粗心、毛躁的毛病，想要克服自己的这个毛病就需要在平常的小事上做起，比如，父母对自己的关心和唠叨，我就要学会去接受父母给予我的这样的关爱，在生活中，遇到的每一件小事都要有耐心的处理。

现在学生的学习步骤都是老师安排的，都是老师在为我们学生的学习做一个比较完善的计划，我们就只需要执行。可是，我们不仅要按照老师交给我们的任务去提高自己的学习，更需要有自己的学习主动性，学会安排自己的学习，很重要。在老师的规定计划内，自己不一定能完全达到老师和自己需要的效果，这时就要针对自己的不足之处去加强学习，达到一个自主学习。借助课外辅导资料，改变自己学习上的缺漏。

学习目标的制定是让自己有一个明确的方向来奋斗，而不是像原来一样，学习的时候就是一只无头的苍蝇，不知道自己学习的侧重点在哪里，完全就没有发挥出学习的功效，这样导致自己浪费了很多的时间。因此，我一定要改正自己的这个缺点，规定好在什么时间做什么事情，规定好一个时间，给自己一个目标，提高自己的学习效率。

我知道自己要去将这个计划实行起来一定会很困难，但是我仍然会去实践它，完成自己的计划，乘风破浪，争取能在中考达到自己理想中的高度。

文档为doc格式

## 初三学生的计划表篇七

暑假期间，因为是自己自由在家，没有学校作息时间的约束，容易出现自己在家吃喝无度、睡眠过多、行为散漫的现象，所以暑假期间更要注意自己的健康生活习惯的养成。

### 二、旅游外出

由于是旅游，我们一般可以看到平时看不到的自然风貌，可以了解到中国甚至世界各国的文明和文化，了解到各地的风土民俗。在旅游的过程中，我们要细心观察，亲身感受，把所看到、所体验的到的事物与所学的地理、历史、生物等知识联系起来，从感性上去加强理解和记忆这些知识。旅游回来后，也可以写写此行的感受，这同样可以锻炼自己的写作能力。

### 三、分担家务劳动

假期里父母仍然要上班，我们可以主动为父母分担一些家务，这不但能减轻父母的劳累，而且对于锻炼自我的劳动能力、自理能力都有好处，所以建议同学在暑假期间能多帮助父母分担一些家务劳动。

### 四、保持和同学交流

暑假里，我们不要忘记我们的好朋友和同学们。大家可以通过网络、电话多加强沟通，当然如果方便，有些暑假活动我们可以和同学、朋友一起完成。和同学、朋友在一起总是很愉快的，所以我们暑假快乐的一个源泉是来自我们和他人的交流和共同活动。

文档为doc格式