

舞蹈学期计划表(模板8篇)

时间流逝得如此之快，我们的工作又迈入新的阶段，请一起努力，写一份计划吧。通过制定计划，我们可以更好地实现我们的目标，提高工作效率，使我们的生活更加有序和有意义。下面是小编整理的个人今后的计划范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

舞蹈学期计划表篇一

自语文主题学习实验以来，我一直坚持不断地探索，在主题阅读材料的使用、阅读时间的分配、正确处理阅读材料与课本的关系、阅读与写作相结合等方面做出了一些尝试。本学期，我将改进授课模式，变单篇教学为单篇引路、单元整合、主题阅读、读写共进的教学模式。为增加学生语文阅读量，丰富学生语言，提高阅读能力，使学生树立良好的阅读观，让阅读成为学生的习惯，依据学校“主题学习”指导精神，结合本年级学生特点，制定本计划：

本班共51名学生。其中男生28人，女生23人。经过上学期的学习，学生的阅读能力有了提高，主动阅读的热情提高了。在分析问题的过程中思路较以前清晰了，学生的学习兴趣被激发了起来，为语文主题学习的开展铺设了一条和谐之路。

我们使用的四年级教材是人教版新课标教材。教材设计了八个专题单元。每组围绕一个主题安排，很适合小学语文主题学习，8个专题依次是：走遍千山万水、以诚待人、大自然的启示、战争与和平、热爱生命、田园生活、执著的追求、故事长廊。这八个主题配套有四本相应专题的主题学习丛书，为小学语文主题学习的实施提供了有利条件。

制定详细的教学计划，合理安排教学课时，加快课本学习步伐，加大课堂容量。依据语文教学的基本要求，课堂精讲精

练，还学生充分的读书时间和空间，让课堂教学变得简单、真实，让学生轻轻松松学语文，扎扎实实得发展。

单元整体推进式、一篇带多篇的辐射阅读式。每个单元选一至两篇重点课文精读，引导学生养成科学合理的阅读习惯。当然，重点精读不是面面俱到，而是在研读出色段落上下功夫。从遣词造句、布局谋篇、写作技巧、修辞手段、抒情方式、语言特点等方面深入探究，让学生对某一类文章的文体特点与写作要求、学习方法等有一个清楚的熟悉，为今后的自主阅读奠定基础。此谓“授之以渔”。每一单元的课文都是围绕同一主题或相同文体编排的，可在这一课堂上比较共性与特色，尝试用单篇教学得到的方法进行自主阅读和合作交流，增加阅读积累，提高阅读能力。此课型要用1课时。

然后在课本学习的基础上开展相应的主题阅读活动。用4—6课时进行主题阅读材料的自主阅读。边读边做赏析性的出色摘抄笔记，写出自己的阅读感受，利用1课时进行组内交流和班内交流与辩论。学生可以将自己独特的阅读感受、发现的出色文段跟其他同学交流，对有不同意见的文章提出自己的见解，并结合自己的生活实际为之提供佐证。

在主题阅读的基础上进行写作。占有大量生活材料和阅读材料后，学生有了更深刻的生活感悟，在此基础上写文章，将自己的生活感受和理解作为主题，将生活经历和阅读积累作为材料，将阅读经验作为写作方法的借鉴，将感受深刻的名言警句和出色语句作为自己的佐证，一定能写出令人满足的文章。

（一）“一篇带多篇”教学模式

语文主题学习课堂教学模式已初步形成，结合教学实践中的一些体会，在主题学习实验中实施“一篇带多篇”的教学模式。

1、“一篇带多篇”，就是在学完一篇课文后，在不增加课时的前提下，利用拓展阅读的方式，插入一篇或多篇《主题学习》丛书文章。

2、课时安排(两周计)：在每个单元中确定一篇“精读课文”的方法。“精读课文”用3-4课时，“阅读课文”占3课时，“综合练习”2课时，“主题学习”丛书阅读汇报课2课时。

3、备课。在备课中穿插设计课本和丛书的教案或学案。

4、学习笔记。学生要做好学习笔记，将收获、好词佳句全部记笔记。

5、在课堂教学中我特别注意以下几点：(1)充分利用预习。(2)强化积累。(3)注重“读”的训练。

(二)学生分组。按学生的座次，每纵排为一小队，每队分三个小组。即前后左右为一小组。每组选一名品学兼优的学生当组长，平时小组间互动，按横向推排，以便于横向对比和整体发挥。

(三)指导阅读的方法

1、圈点勾画批注阅读法是一种边阅读、边勾画标记的阅读方法。阅读时要求学生一边读，一边想，一边品味，一边勾画，画出本课生字词，并注上音；画出自己不懂的地方，并注上符号。在阅读的同时，边读边想边动笔，用一些自己习用的符号，圈点勾画，标出重要的字、词、句，划分层次，写出感想，归纳要点，概括中心，评价手法等，都是很好的方法。

2、正确勾画文章内容，理解不同文体的巧妙批注方法。“勾画圈点不仅能充分发挥学生的思维潜能，提高对知识的理解记忆效率，而且能极大地激发学生揣摩研读文章的兴趣，有

利于培养和提高自学能力。阅读时要在这几个方面加强勾画(1)关键性的字、词;(2)重点句、中心句、妙言警句;(3)结构特点和写作思路等。比如在阅读课文时,引导学生作批注,如在句子下用横线标出重点句,用波浪线标出精彩句,用问号标出不明白处或异议处。也可在书页的空白处随手写上阅读心得、联想、见解、疑惑等;还可以归纳写出段落章节的要点及夹上纸条作上记号等;通过作批注,我们可以使学生手脑并用,有利于培养学生边阅读、边思索、边勾画的好习惯,将阅读引向深入。”

3、开展批注阅读,彰显个性课堂。我认为在阅读教学中应倡导学生有感而发、有疑而问、有得而写的“批注式阅读”,它是学生结合自身的兴趣、爱好、特长等,主动地运用已有的生活经验和知识储备,设身处地地与文本进行广泛地、深入地、全方位地直接对话,从各个层面对文本进行理解、感悟、阐释、发现和点评,并直接在课文中圈点勾画,注明自己思维的轨迹,打上自己认识的烙印,表达自己的思想情感。因此在批注阅读中学生不光是批注文章,也是在批注自己的思维,批注自己的感受,批注自己的个性,从而使阅读教学质量得到提升。

总之,我将积极地运用好主题阅读丛书,科学地理解主题阅读思想,创新地运用主题学习的方法,讲语文学科变成生命科学,将语文学习与学生生活体验紧密结合,真正提高学生人文素养。

舞蹈学期计划表篇二

为提高小学生综合素质,促进学校艺术教育健康发展,特制定本学期舞蹈兴趣班计划。准备把这个舞蹈兴趣班的教学重点放在成品舞的训练上。因为舞蹈的基本功、协调能力和对音乐的感受力才刚刚开始发展,虽然有很强的积极性,但是手脚不灵便,不能按照老师的要求去练习。这就要求我们的教师要规划新的合适的教学内容,形成自己独特的教学风格

和耐心的教学态度，让学生感受到友好，提高学习舞蹈的能力。

一、总体目标：

- 1、通过教师的引导，培养学生对舞蹈的兴趣，开发舞蹈潜能，促进孩子的身心发展。
- 2、培养学生的基本能力，如协调性、速度、肌肉力量、耐力、瞬间力量和灵活性。
- 3、进行体育锻炼，学习简单的基本舞蹈动作，培养学生对音乐的感受力和节奏感。
- 4、在训练过程中锻炼学生的思维注意力、反思能力和行动协调能力。
- 5、培养学生的创造能力，通过舞蹈提高审美能力，表达思想感情。

二、活动安排：

20xx-20xx学年第二学期舞蹈兴趣小组课程安排

第6周

- 1、练习队形、站姿。
- 2、解释舞蹈的. 常规要求。
- 3、与音乐和谐地点头和耸肩。
- 4、回顾活动的组合，如手的位置，勾脚，点头和耸肩。

第7-8周

- 1、之前练习压腿和压腿的动作。
- 2、复习前踢、侧踢，能随音乐节拍做动作。
- 3、新的地面运动：双腿吸吮和脚跟按压练习。
- 4、舞蹈练习

第9-10周

- 1、练习压臀，根据音乐和谐地做压臀。
- 2、舞蹈练习
- 3、学习小步骤的组合。
- 4、学会在单个舞蹈动作的基础上变换队形，形成完整的舞蹈形式。

复习排练“六一”报告表演舞蹈。

- 1、复习之前学过的基本技能。
- 2、舞蹈练习。

舞蹈学期计划表篇三

在全面提高小学生的综合素质的同时，为促进学校艺术教育的健康发展，特制定本学期舞蹈兴趣班的计划。准备把本次舞蹈兴趣班的教学重点放在对成品舞蹈的训练上。由于舞蹈基本功，协调能力和对音乐的感受力都是刚刚开始发展，虽然有较强的积极性，但是手脚并不听使唤，不能按照老师的要求进行练习。这便需要我们老师策划出新颖适合的教学内容，形成自己独特的教学风格和耐心的教学态度，使学生产

生亲切感，提高对舞蹈学习的能力。

1、通过教师指导，培养学生舞蹈兴趣，发展舞蹈潜能，促进儿童身心健全发展。

2、训练学生协调，速度，肌力，耐力，瞬发力，柔软性等基本能力。

3、进行形体训练并学会简单的舞蹈基本动作，培养学生对音乐的感受力和节奏感。

4、在训练过程中锻炼学生的思想注意力，反映能力和动作协调能力。

5、培养学生具备透过舞蹈，提高学生对舞蹈艺术的审美能力、表达思想、情意的创作能力。

20xx—20xx学年第二学期舞蹈兴趣小组课程安排

第6周

1、练习队形，站立姿势。

2、交待舞蹈的常规要求。

3、随音乐协调地进行点头，耸肩等动作。

4、复习手位，勾绷脚，点头，耸肩等活动组合。

第7—8周

1、练习前压腿、旁压腿的动作。

2、复习前踢腿，旁踢腿，能随音乐节拍做动作。

3、新授地面动作：双吸腿、压脚跟练习。

4、舞蹈练习

第9—10周

1、练习压胯的动作，根据音乐协调地做压胯动作。

2、舞蹈练习

3、学习小碎步组合。

4、学习在单一舞蹈动作的基础上进行队形变换，形成完整的舞蹈形式。

第11—15周

复习并排练“六一”汇报演出的舞蹈。

第16—18周

1、复习以前学的基本功。

2、舞蹈练习。

舞蹈学期计划表篇四

班况分析： 本学期舞蹈班是由大班幼儿组成，年龄差距不大而且大班幼儿都已经有了了一学期的舞蹈基础，由于大班孩子是在园的最后一年，因此我准备把本学期舞蹈班的教学重点放在对孩子们更专业的系统性训练，以及幼儿自创编舞蹈上。本学期鉴于孩子的能力，我决定在基本功上更上一层楼。打出大班舞蹈班的“品牌”。以及协调能力和对音乐的感受力都得要更上一个台阶，让幼儿在舞蹈中成长。三月份课程安

排如下：

月目标：

1. 通过对各个部位的基本功训练， 锻炼幼儿身体的柔韧性、灵活性与 协调性。
2. 进行形体训练并学会加强的舞蹈基本动作， 培养幼儿对音乐的感受力 和节奏感在训练过程中锻炼幼儿的思想注意力， 反映能力和动作协调 能力。

课程安排： 共6课时

第一 二课时：

1. 基本功及形体的训练（头 肩 腿）前压腿：训练膝盖的屈伸及 腿部柔韧性）以及身体各个部位的柔韧性练习。
2. 舞蹈的走步训练及敬礼。把身体训练成有表现力的“工具”’，动作协调, 对动作、音乐、节奏等的感知更敏锐。
3. 舞蹈组合《可爱的小鸟》训练幼儿的前踢步及颤膝

第三 四课时：

2. 舞蹈组合《春暖花开》 训练幼儿对音乐的感受力及节奏感。

第五六课时：

1. 回顾本月的基本功和舞蹈组合 新授：小碎步 训练幼儿的协 调能力（地面动作）
2. 同时培养个人与个人， 个人与集体共同合作的能力培养幼 儿 的协调性和柔性

（音乐 呼啦啦）

舞蹈学期计划表篇五

累积式教育法（137学习法）复习的方法，简称“小、中、大循环”：

“小循环”不是复习，而是新内容在7天内的循环（比如每天1遍，一周循环7遍）；即一周的时间，每天读三样“易经乾卦第一、《老子》1-10、三字经1）”如果孩子能每天读三遍，一周时间这三样内容就读了有21遍，21遍后大部份内容孩子基本能背诵。读经班的孩子，可以读5遍。

“中循环”一本一本的复习（比如《易经》有3本书，复习第1本）；比如读经三周后，就读完了《弟子规》可以安排复习一周这个内容，易经、老子读新内容。也可以三样一起复习。

“大循环”是对整部经典的复习，比如《易经》，3本书一口气读完。按计划表全部读完后，安排总复习，一口气读完易经、老子、论语等……复习因人而异，可以每周复习，也可以全部完成再复习；学习并不是追求短期效果，只要是为无为，短期效果不考虑，合适的时候就复习。可以每隔2周复习一周；也可以每隔4周复习一周；还可以一季度后安排复习两周；半年后复习一个月；一年后进行大循环一口气整本复习。复习的时候，周计划往下推。

累积式教育法（137教育法）：

1是读经的次数，一天最少一次，最多七次；（每遍约10分钟）3是读经的内容，一天最少三样，最多七样；（遵守生活多样性规律）

舞蹈学期计划表篇六

目标不是什么花瓶，你需要制定计划，脚踏实地、有步骤地去实现它。通过计划合理安排时间和任务，使自己达到目标，也使自己明确每一个任务的目的。

学习生活是千变万化的，它总是在引诱你去偷懒。制定学习计划，可以促使你按照计划实行任务，排除困难和干扰。实行计划是意志力的体现。坚持实行计划可以磨练你的意志力，而意志力经过磨练，你的学习收获又会更进一步提升。这些进步只会使你更有自信心，取得更好的成功。

按照计划行事，能使自己的学习生活节奏分明。从而，该学习时能安心学习，玩的时候能开心地玩。久而久之，所有这些都会形成自觉行动，成为好的学习习惯。提高学习效率，减少时间浪费。合理的计划安排使你更有效的利用时间。你会知道多玩一个小时就会有哪项任务不能完成，这会给你带来多大的影响。有了计划，每一步行动都很明确，也不要总是花费心思考虑等下该学什么。

学习计划不是除了学习，还是学习。学习有时，休憩有时，娱乐也有时，所有这些都要考虑到计划中。计划要兼顾多个方面，学习时不能废寝忘食，这对身体不好，这样的计划也是不科学的。

在一个比较长的时间内，比方说一个学期或一个学年，你应当有个大致计划。因为实际中学习生活变化很多，又往往无法预测，所有这个长远的计划不需要很具体。但是你应该对必须要做的事情心中有数。而更近一点，比如下一个星期的学习计划，就应该尽量具体些，把较大的任务分配到每周、每天去完成，使长远计划中的任务逐步得到解决。

有长远计划，却没有短期安排，目标是很难达到的。所以两者缺一不可，长远计划是明确学习目标和进行大致安排；而短

期安排则是具体的行动计划。

常规学习时间指按学校规定的学习时间，主要用来完成老师布置的学习任务，消化当天所学的知识。而自由学习时间指除常规学习时间外的归自己支配的时间，你可以用来弥补自己学习中欠缺的、或者提高自己对某一学科的优势和特长、或者深入钻研一件有意义的事情。

自由学习时间的安排是制定学习计划的重点。抓住了和合理利用的自由学习时间，对自己的学习和成长都会有极大的好处。所以我们应该提高常规学习时间的效率，增加和正确使用自由学习时间，掌握自己的学习主动权。

学习时间是有限的，你的精力也是有限的，所以学习要有重点。在这里，重点一是指你学习中的弱科，二是指知识体系中的重点内容。只有抓住重点，兼顾一般才能取得更好的学习效率。

制定计划，不要脱离学习实际，要符合自己现在的学习压力和水平。有些同学制定计划时，满腔热情，计划得非常完美，可执行起来却寸步难行。这便是因为目标定得太高，计划定得太死，脱离实际的缘故。

舞蹈学期计划表篇七

记得你的座右铭：自制的力量，冷静的头脑，希望和信心记得你的人生方向：做自己喜欢的，享自由！

记得你的口号：泪水和汗水的成分相似，前者为你换来同情，后者却可

以为你赢得成功！懂得选择，学会放弃，耐得住寂寞，经得起诱惑

今天是年月日，结束时间为月日。

20xx年全国各省高考状元学习方法

第一部分应用篇

第一计望山走路--高效学习从明确目标开始

第二计战略规划--合理计划是高效学习的保证

第三计因人而异--充足的时间是学习的前提

第二部分实践篇

第九计万木之本--重视课本

第十计重中之重--做题不是目的而是手段

第十一计灵丹妙药--建立错题本

第三部分心态篇

第二十二计自我认识--人贵在自知之明

第二十三计乐观自信--发挥潜能、超越自我

第二十四计培养兴趣--兴趣是可以培养的

第四部分科目篇

第二十八计语文学习方法--有付出就有回报

第二十九计数学学习方法--变成“文科”来学

第三十计英语学习方法--短期内突破成绩

第一部分应用篇

学习可以比作打仗，为了达到更好的学习效果，必须有自己的战略和战术，应用篇就是从战略角度来指导大家如何更有效地学习，一共八计。

《学习三十六计—高考状元学习方法》简介

“计”从何来

尽管每个人对成功的看法不一样，但是有一点很肯定，即成功就是达到既定的有意义的目标。没有目标，就无所谓成功；没有目标，做任何事情都难以成功。高考亦是如此，盲目的学习要不得，策略的第一步应该是明确自己的目标，有目标才会有动力，有了动力才能够前进。

难，努力达到学习目标。因而我们在学习的过程中心怀目标，充满激情地去学习，考试一定会取得满意的成绩。

状元案例

河南省文科状元李昶

求学的长路，如同漫漫的山阴小道，风景目不暇接。但我想求学必先明白求学之目的，确定求学之信念。教育家蔡元培先生对学生有三大告诫：抱定宗旨，砥砺德行，敬爱师友。学习时若无一个大目标，只能困于书山之中而泯然书奴耳。无论是心忧家国天下，欲使寰宇大定，四海清一，还是欲崇和尚中，止于至善，抑或上下求索，探幽发微，一个人的人生观、世界观起了很重要的作用。你只有明白了学习的目的，才能有一种不畏困难、至大至刚的浩然之气，才会让学习过程始终充满渴望与坚定。

广西文科状元林丽渊

我从小梦想就是考上复旦大学。当我疲惫不堪要放弃的时候，我想到了我的梦想；当我遇到困难想逃避的时候，我的梦想在告诉我逃避可不行；当我获得小成功时，我告诉自己，笑到最后才是赢……有梦想就有动力，这个目标要符合自己的情况。老师打过一个比喻：目标就如树上的苹果，如果你伸手就够得着，那它就太低了。如果你得跳起来，并拼命跳起来才能抓得住，那它就是最理想的。

安徽省高考文科状元司玉洁

我觉得我也就是个很普通的学生。我最大的优点就是比较有毅力，不会轻言放弃。我确定了一个目标，就会克服一切困难，坚持去完成它。我想，就是这种对目标执著的劲头，让我更容易在考试中取得好成绩。

广东省理科状元卢晓宇

针对高考，我想谈的最重要的一点就是：设定目标并正确地对待目标。既然决定了要积极面对高考，就应该给自己确定比较具体的目标，来驱动我们自己前进，并指引前进的方向。一方面，古语云：“法乎其上，得乎其中；法乎其中，得乎其下。”这就是告诉我们用较高的标准要求自己，才能取得满意的结果。另一方面，我们的目标应该定在自己的最近发展区内才是最适合自己的，而不是高得不切实际。总之，确定目标的过程是辩证法的又一次完美运用。

实际运用

如何设定自己的目标？

2. 确定在多长时间达到各科的学习目标。这需要进行客观仔细的分析，而不能凭空想象。具体做法：找出自己各科已经做过的题目和试卷，对所有错题进行归纳和总结，分析出哪些错误是能够在短期内克服的，例如由于记忆不牢而发生

的错误、由于粗心大意而导致的错误等；哪些错误是需要经过较长时间练习才能克服的，例如解题思路的训练、作文素材的积累、英语语感的培养等；哪些错误是认为自己没有办法克服的：例如从小自己的语言能力或者逻辑思维能力就不强，提高这一点不容易，而且也没有兴趣和动力去改变，另外大致估算一下每类错误所占的比重。这样就可以大致确定一个科目能够提高的分数，以及提高分数所需的大致时间期限。

3. 不断调整自己的目标。也许你一直向往清华北大、一直想能排名第一，但是根据第二步的分析，如果这些科目经过努力仍无法提高的话，就应该调整自己的目标，否则不能实现的目标会使你失去信心，影响学习的效率，因此有一个不切实际的目标就等于没有目标。一位名人说得好：“生命的要务不是超越他人，而是超越自己。”所以大家一定要根据自己的实际情况制定目标，跟别人比是痛苦的根源，跟自己的过去比才是动力和快乐的源泉，这一点不光可以在学习上，在以后的生活和工作中都用得着，希望同学们好好体会这个道理，这对你们的一生将会产生积极的影响。

4. 对目标进行细化。把大目标分成若干个小目标，把长期目标分成一个个阶段性目标，最后根据细化后的目标制订学习计划。另外，由于每科都有自身的特点，所以必须针对每一科目制订各自的细化目标。

5. 确定了目标、制订了学习计划并且执行了计划后，若阶段性目标顺利实现了，则继续进行下一个目标，若没有实现，则要分析原因在哪里，然后重新制定目标、期限和计划。这里强调的是，制定目标的目的是为了有一个强大的学习动力，动力的来源就是实现一个个阶段性目标后的成就感和下一个目标的期待和自信，当目标不能实现时，很难产生学习动力。

总之，同学们应该根据自己的实际情况，制定一个通过需要

自己的努力能够实现的目标，并且目标的制定不是一成不变的，要根据实际情况不断进行调整。经过一段时间的实践，同学们一定能够确定一个给自己带来源源不断的动力的目标。

第二计战略规划——合理计划是高效学习的保证

“计”从何来

计划对于一个人的学习起着至关重要的作用。古人云，凡事预则立，不预则废。常言说得好，一年之计在于春，一日之计在于晨。军事家每场战役前，都要制订几套作战方案，企业家也会在打响某一品牌前，做好一系列的市场营销计划。在学习中，学会制订计划，其意义是很大的，它是实现目标的必由之路。

首先，计划是实现学习目标的蓝图。每一个同学都应该有自己的学习目标，而目标的实现，要脚踏实地、有步骤地完成。这样时间和任务的科学结合，就诞生了计划。为了实现学习目的，制订计划就努力去实现它，就可以使自己离目标越来越近，每一个行动都具有明确的目的。

其次，实施计划，可以磨炼意志。有了计划，把自己的行为置于计划之中，就具有了明确的目的。而学习生活是千变万化的，总要千方百计地冲击你的学习计划，总要千方百计地引诱你离开计划，这就是理想的计划和实际学习生活之间的矛盾。

矛盾出现后，为了实现自己的学习计划，就要排除一切困难和干扰，在这个过程中，意志品质受到了磨炼，动机受到了考验。一般讲，意志品质越好，计划越容易实现，学习上的收获、进步就会与日俱增。看到这些进步，不仅心情愉快，而且可以不断增加实现计划的信心。

还有，有利于学习习惯的形成。按照科学的学习计划行事，

可以使自己的学习生活节奏分明，一旦形成了条件反射，该学习时就能安心学习，该锻炼时就能自觉去锻炼，所有这些都成了自觉行动，日久天长，良好学习习惯就形成了。

最后，能减少时间的浪费，提高学习效率。由于计划的科学性，计划里要办的事，应当说都是有益的。一个有计划的同学知道他如果多玩一小时，多聊一个小时将会使计划的哪项任务完不成，而这项任务没完成又将会给整个学习带来什么影响。有了计划，每一步干什么都明确，不用白费时间去想下一步干什么，也不用为决定下一步干什么而游移不定。

状元案例

宁夏文科状元李怡然

很多同学说自己有种很无奈的感觉，要看要学的东西太多，每次面对课本都无从下手，造成这种现象的很大一个原因就是没有计划性。制订计划可以飞速地提升我们的学习效率，让我们在有限的的时间里最大限度地完善自己的不足。我们可以制订日计划和周计划，将计划与课本内容相结合，即每天什么时候看什么课本，在多久的时间内应看完几本书，以多久为周期进行复习，看到什么程度后需要做题来检验效果……这些问题如果事先想好，就能把握住时间且有所收获。

贵州省文科状元王秋豪

有规律的生活、学习节奏在我的学习中发挥了不小的作用。合理地安排好什么时候该做什么事能有效地减轻学习负担，保持学习的兴趣。举例来说，原来我每天学两个小时的数学，这对我是恰当的学习时间。这一次考试的数学成绩不是很理想，那么从今天开始我每天用三个小时来学数学，这种想法就是错误的。因为我们不可能长期保持每天三个小时学习数学而不会感到厌烦。学习一旦使人感到厌烦了，学习的效果就会直线下降，这个时候正确方法是保持过去适合自己的学

习时间不动摇。一次考试的结果并不一定就能完全否定你之前的学习方法，学贵有恒，短期突击，或许能在短期内加强你的积累，但就长远来看将使人丧失学习的兴趣，断不可取。只要坚持每天按自己的节奏走下去，就一定能达到自己的目的。

江西省理科状元傅必振

计划有短期的和长期的。在开始任何学习前，我都会为自己制订一个周密的计划。短期的，比如4个小时自习时间，分成若干段，每段时间做一科，都一一计划好；长期的，比如看课本计划，用半个月看完一本课本，每天看几页，一天中的哪个时段看，都会事先写好，每天完成后都做好标记。制订学习计划是提高学习效率的一种好办法。

湖北省理科状元朱师达

舞蹈学期计划表篇八

序号	学习时间	学习项目	具体内容
	5月10日	公司的规章制度及相关管理办法	
	5月11日~5月13日	销售及售前基本技能	《政企体系公共教材》（客户经理篇及基础知识篇等）《解决方案制作和呈现教程》（需求分析、方案设计、方案呈现及方案宣讲等）
	5月14日	复盘总结	《学习心得体会□
	5月17日~5月18日	招投标管理	《招标实战战略课程》（法律法规、招标关键环节、投标文件及评分要点等）

5月19日~5月20日 三农业务知识 村村享平台、三农大数据平台
5月21日 复盘总结 《学习心得体会》

考研英语学习计划表

学习计划表, 个人学习计划表【周】

初中生寒假学习计划表

高中生的学习计划表

小学生英语学习计划表范文通用