

小学二年级的暑假计划表 度小学暑假计划表小学生暑假计划表(汇总7篇)

时间过得真快，总在不经意间流逝，我们又将续写新的诗篇，展开新的旅程，该为自己下阶段的学习制定一个计划了。我们在制定计划时需要考虑到各种因素的影响，并保持灵活性和适应性。那么下面我就给大家讲一讲计划书怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

小学二年级的暑假计划表篇一

一、读书目标：

- 1、通过读书活动，转变教育观念，提高教育教学能力、教育创新能力和教育科研能力。
- 2、通过读书活动，使自己业务精良，胜任新课程教学，成为符合素质教育要求的充满生机活力的小学教师。
- 3、通过读书活动，树立正确的世界观、人生观、价值观和教师职业观，建立新型的师生关系，塑造良好的教师形象。
- 4、通过读书活动，丰富自身个人文涵养，强化自身修养，使自己的精神世界变得更为丰富多彩。

二、在我的读书活动中我将遵循以下思路：

- 1、坚持“读书促进思考，思考促进成长”的原则，将精读与泛读相结合，读书时及时记下自己的读书体会，将读书与反思相结合，不断促进自己的专业成长。
- 2、将读书融入教学的相关环节和步骤，不断更新自己的教学观念，提高自己的教学实践能力。

3、通过读书活动让自己能学会享受阅读、享受教育、享受人生，提高生命质量。

三、开展读书活动的主要措施：

2、每天要保证至少一个小时的读书时间。即使再忙，这段时间也不能省去。这一个小时内要避免外界的纷扰，真正做到静心静神，沉溺于书中，从而读出意味、读出情趣来。

3、同时，要力争作点读书笔记，或标注，或摘录，或质疑，或反思，不提高自己的各方面素质与综合能力。

四、所读书籍：

1、朱华忠的《教育，诗意的栖居》。

2、闫学的《跟苏霍姆林斯基学当老师》。

3、储晋的《让孩子从此不怕写作文》。

4、现代家长。

智慧的人生从读书开始，且读且思，且思且行，这一路必将书香四溢，笑语满怀！

小学二年级的暑假计划表篇二

首先就是要把咱们暑假刚开始的各种暑假安排的想法落实到纸面上，自己制定一个暑假生活安排计划表。这样，就能把咱们头脑中一闪而过的好想法记录下来，而且也利于咱们对暑假活动安排的条理性和次序性。

咱们可把自己这个暑假大概想做的几个主题活动写出来。比如，帮助家里多做些家务劳动；安排两个星期的外出旅游；看

完两本伟人自传。咱们可把咱们认为最重要的活动每天多分配一些时间。另一个需要注意的是每天的各项活动的内容和时间要合理搭配，由于咱们都知道长时间做一个活动，容易身心疲劳。比如，你可让自己每天练字半个小时，然后安排30分钟的观看自己喜欢的电视节目，接下来安排两小时的家务劳动或一些简单的体育健身活动。

你可做每天的活动时间安排，你也可做暑假活动的计划表，最后你可在开学前对整个假期的生活做一个回顾和总结，这都由你自己来安排，然而我还是建议你还能把你的生活安排计划或你的假期生活感想用文字记录下来，这样咱们才能对自己的暑假生活安排感受得更真切一些。

二、安排好暑假的学习活动

暑假期间，老师要求同学们完成寒假作业，按章节复习课本知识。这是咱们暑假里必须要完成的，咱们要在活动计划时首先考虑进去，比如咱们可每天用一个小时完成学校要求的学习内容，保证完成这些学习活动所需的时间。有的学生把学校留的作业用一个星期不分白天黑夜的做完，期盼着暑假剩下的时间可没有任何心理负担地疯玩。这是一种不科学的安排。学习是个持续的活动，刚开始几天的过度学习，知识来不及消化和理解，囫圇吞枣，咱们学得一知半解，不够扎实。几天学完之后，就疯玩再不复习了，这样记忆的效果不好。根据艾宾浩斯遗忘规律，遗忘有先快后慢的规律特点，刚学过的新知识，遗忘最快，所以新知识需要及时复习，咱们最好每天都留有一段学习的时间。

三、做一些自己想做的事情

每个同学都有一些自己的个人爱好和兴趣，也有非常多同学想利用暑假时间学习一些新技能，比如学绘画、学游泳、学打球、学舞蹈等。所以，咱们可每天把学习这些内容的时间安排进去，这样就能保证每天能按照学习进度学习，保证学

习的效果。当然还有一些同学想在寒假期间养些小动物，比如养小兔子。暑假应该是轻松愉快的，咱们可把平时学习的时候没有时间和精力来做的事情放到暑假里做，完成自己心中的愿望。

四、睡眠、运动和饮食

暑假期间，由于是自己自由在家，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，所以寒假期间更要注意自己的健康生活习惯的养成。每天的睡眠时间不宜过多，一般每天不要超过10小时，有的同学觉得反正没有什么事情可干，还不如睡觉，这是没有提前制定寒假生活计划的后果。另外提醒同学的一点是，不要觉得是寒假了，就可熬夜或通宵不睡，等第二天白天补觉。发生这种现象的同学不在少数，这样长期的昼夜颠倒睡眠，会打乱身体固有的睡眠节律，严重的会导致精神不振、身体不适、身体抵抗力下降等。所以咱们要养成早睡的习惯和午睡的习惯。

当然暑假期间还要给自己安排一些适当的体育运动时间，或者每天晚饭后外出散散步也好，总之，不要暑假整天待在家里不动，适当出门伸伸胳膊，活动一下腿脚，呼吸一下室外空气对身体有好处。

饮食也是咱们要注意的，要按时吃饭。咱们的同学由于自由在家，所以吃饭也不按时吃了，中午父母不回来吃饭，就干脆不吃，找点零食充饥。当然还有的同学在家里每天都把冰箱里的食物吃得干干净净，吃东西无所节制，这样也是不行的。开学的时候，咱们会发现有的同学感觉一下子瘦了下来，有的同学感觉突然胖了一大圈，多半就是这个原因。

五、旅游外出

有的同学要在暑假期间安排旅游外出。其实旅游外出咱们可学到非常多书本上学不到的东西，所以咱们旅游外出时候

要做个有心人。由于是旅游，咱们一般可看到平时看不到的自然风貌，可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，咱们要细心观察，亲身感受。旅游回来后，也可写写此行的感受，这同样可锻炼自己的写作能力。非常多同学总是写作文时不知道写什么，其实，这些写作的素材是源于咱们的日常生活中，平时多想多写，积攒多了，就不会为无事无人可写而发愁了。

小学二年级的暑假计划表篇三

1. 早上6:30起床，花5至10分在家安静地做做幅度较小的运动，如蹲起扩胸等(这有利于大脑快速清醒)
2. 上课(因为我不知道楼主上课路上要多长时间所以就不写了)，如果是周2.4.6那就写作业，连写3个小时(当然中间要休息一会)，因为早上学习效率高。中午吃饭。看电视1小时(吃完再看)
3. 睡觉，2小时，应先睡觉，因为刚吃过饭，看完电视，上午又累那么长时间...
4. 下午再玩电脑，因为一般网络游戏都是下午上线人多，活动多，所以安排到下午，玩电脑一天最多不要超过2小时，(因为有国外专家研究到如果一个人每天接受电脑辐射超过2小时会影响智力!特别是未成年人!!切记!!)
5. 玩完电脑差不多是5点，做做眼保健操，看看书，一直看到吃饭，帮家人摆摆凳子，擦擦桌子，干点家务活，有利你在初中时占据优势(一般老师选班干部和助手都挑能干的，当然做家务也是为了爸妈)
6. 看电视，晚上有很多好的新闻比如新闻联播，海峡两岸，

环球播报等，还有，中央二套的咏乐汇和中央三套的娱乐节目也不错。

7. 刷碗

周1.5去图书馆(就不用玩电脑了)

周日自行安排：主要调整好心态。

首先，纠正孩子的放假观念，不要让孩子认为，放假就可以作息不规律，不眠不休，沉迷游戏和网络。合理安排假期作息，保证适度睡眠，避免孩子长时间沉迷于电视或电脑，是家长在孩子假期期间需要关注的第一个问题。

一般来说，青少年应保持8小时左右的睡眠，年龄越小所需睡眠时间越长，10岁以下的儿童睡眠时间应保持在9-10小时。孩子放假在家，没有了第二天上学的严格时间限制，难免熬夜晚起，但为了孩子的身体健康，家长们要根据情况加以控制，避免“越歇越累”的情况出现。

其次，鼓励孩子走出家门。多参加户外活动，并帮助家里做简单的家务。孩子平时上学功课忙，锻炼时间较少，单凭一周两次的体育课很难满足强健身心的需要。虽然暑假处于酷暑中，独自进行户外运动很难坚持，但有不少锻炼方式可以选择，比如跳绳、踢毽子、羽毛球、乒乓球、篮球……等等，如果场地和条件确实有限，爬楼梯也是不错的选择。建议每天安排30-60分钟的中低强度运动。对孩子的成长是很有帮助的。

关于家务，每天为孩子安排一些力所能及的简单家务，不仅可以减轻父母的负担，也可以让孩子感受到自己对于家庭的重要，增加了成人感和成就感。

再次，请一定慎重选择课外辅导班，尊重孩子的意愿，不做

无用功。家长望子成龙心切，同时也担心孩子落后于他人，常常为孩子同时报好几种补习班，使孩子还没有调整休息好，就背起另一种包袱，这样做的都是无用功。上面说过，我家孩子二年级寒假的时候，意识到英语重要性之后，我给孩子添置了外研通，配套的有新概念英语和一些故事读本。之后学习时间便由孩子自己掌控。效果出奇的好，孩子愿意去学习：他很乐意问家里的每件东西用英语怎么说；很喜欢用外研通点读笔在所有带字的纸上，屏幕上，墙上点来点去；每天会按时间去学习新概念英语，并随着点读笔的声音练习发音。之后就如我说的，当上了英语课代表，呵呵。现在孩子在班里英语也是名列前茅的。

所以说，假期学习还是要从孩子的兴趣点出发，并一定要尊重孩子的兴趣和想法，避免让孩子有过大的压力。

最后，强调一下。父母不应该把自己的意愿强加给孩子。家长是否把假期的支配权交给孩子，可以视孩子的自主意识、自理能力而定。关于我给大家的暑假学习生活表，大家还是根据孩子自我调整一下。我也在不断调整中。

暑假来到了，今年的暑假是二年级到三年级的过渡阶段。在暑假期间，我要暂时告别学校有规律、快节奏的生活。暂时离开敬爱的老师，亲爱的同学们。马上要上三年级了，我要面临更多的课题：钢琴、钢笔字、英语课及作文。因此，在这个假期我要积极进取，特制定《暑假计划》如下，使自己在暑假生活中更加充实。

一、

- 1: 按时作息，保持早睡早起的好习惯。
- 2: 锻炼身体，使自己更加健康的成长。
- 3: 发挥自己的特长，更上新台阶。

- 4: 帮家长做一些力所能及的家务，减轻家长的负担。
- 5: 学习上积极进取，提高自己的综合能力为下学期打好基础。
- 6: 参加一些实践活动，让自己能够在活动中快乐成长。

1: 锻炼身体，健康成长

每天早上6:30起床，跑步、跳绳、打篮球、踢足球。下午户外活动一小时，或与小伙伴做游戏。周末由父母陪同到郊外游玩或爬山。以此使自己的身体更加健康。报一个游泳学习班，学会游泳。

2: 认真读书，汲取更多的知识，丰富自己的写作内涵。

上午8:30—9:30 读书一小时，边读边写读书笔记，并摘抄好词好句，养成记笔记的好习惯。

3: 认真学习，使自己更上一层楼

上午10:00—11:00与下午3:30—4:30复习以前学过的知识，并按时完成老师布置的作业。写一张钢笔字，提高自己钢笔字的水平，钢琴一小时。

4: 丰富自己的内涵，练习特长

每天下午5:00—6:30外出活动，与小朋友互动娱乐。

5: 写日记，养成好习惯

准备一个日记本，每天晚上8:00—8:40写一篇日记，把当天的所见所闻所思记录下来。

6: 做家务，我是小大人

每天帮妈妈做力所能及的家务，分担妈妈的辛苦，使自己成为真正的小主人。

7：有节制的玩电脑游戏或看电视

每天玩游戏看电视时间一个小时，使自己在学习之余能有所放松。

8：参加实践活动，在实践中锻炼自己

暑假中到芜湖方特一次，香港玩5天度假，平时多去科学岛玩玩。

友好的接受父母的监督，认真遵守方案的各项计划，学会自我约束。

通过以上的这些活动，我一定会度过一个有意义的暑假。开心快乐每一天，健康成长每一天！

小学二年级的暑假计划表篇四

暑假就要来了，忙碌了一个学期终于可以放松一下了，但放松的同时千万不能丢下学习，应该为我的暑假制定一个周密的学习计划，这样我的暑假才会过的充实。

暑假学习计划应该包括：某科补课计划、假期自学计划、考前复习计划、课外阅读计划、社会访谈计划、每天活动计划等等。有了这些计划，不仅有利于促进学习目标的实现，也有利于在实施学习计划的过程中磨炼自己的意志，养成良好的学习习惯。

1. 目标

列计划的目的是无非是通过白纸黑字，使得自己对自己的学习

情况能够进行监督和检查。

应把重点放在课本上、课堂内。因为小考处处有课本的影子。

“课内知识课外考”的测试方式，就要求我们把课内知识学扎实，否则无法完满地解答课外考题。当然，重点放在课本上，并不是将视野局限于课本，仍应有大量课外阅读，在课外阅读中巩固，贯通课本知识，培养能力。

六年级是复习迎考的关键一年。六年级的计划是完善知识系统树，“牵一发而动全身”，做到由一个知识点可以拎起一串，提起一面。系统地掌握知识后，技巧也就“水到渠成”。

2. 知己

作战讲究“知己知彼，百战不殆”。学习也是一样。所以要制定出符合自己实际情况的学习计划，必须要“知己”。“知己”包括三层含义：明确学习奋斗的目标，了解自己的学习情况，明确地估计自己的能力。做到“知己”后，我们就可以制定计划了。

3. 要求

列计划本身并没有太多的要求，只要抓住两个字——“详、实”就足够了。

首先，要让自己知道，每天具体干些什么，知道每周、每月的安排等。我们应该去计划自己的学习和生活，做到自己对自己心中有数。一份计划上只出现时间和科目是不够的，最起码还要有具体的章节的安排，包括做哪些习题，看哪些笔记都应当有，这样才能真正地发挥计划的优势。

所谓“实”，就是一定要符合自己的实际情况，适当地高一些也可以，但绝不可过高或过低。太低了，计划的内容松松垮垮，反而不如没有计划；但大多数人可能更容易把计划列得

偏高，开始还能拼一拼坚持一下，但很快地就败下阵来。如果总是列这种过高过紧的计划，常常完不成，那么时间一久也就会对列计划失去信心了。一份好的计划绝不在于它的起点有多高，而在于它是不是能帮你更好地完成学习任务，让你的能力得到较好的发挥。

4. 注意

(1) 必须强调的是，制订计划必须按自己的特点自己制订，不能仿制别人的计划，别人告诉你的方法最多只能充当一个指路标的作用，是很难完全套用的。只有自己去试着做，摸索出自己的完整方法，才是最有用的。

(2) 列计划只是一种手段，绝不要为了列计划而去列计划，只要是能达到目的的计划都是好计划。不管什么时候，列计划都只是为了完成一定的学习任务。

(3) 刚开始列计划的同学，可能不太容易掌握好难易的尺度，列的计划过高过低都是自然的，只要不断调整，不断改进，很快就会适应这种方法。

(4) 任何学习计划刚执行起来都难免会遇到一些困难，但你应该知道为了执行这份计划而付出的努力是值得的。能够适应这份计划是保证你的远程学习以及未来事业成功的重要步骤。

(5) “坚持”是计划实施过程中最难的。由于缺乏毅力与恒心，很易虎头蛇尾。而学习是一个周期比较长的过程，今天的努力，并不能在明天就得到回报。它是量的积累引起质的飞跃。半途而废，最浪费时间与精力，并对人的自信心有很大的动摇。所以在实施计划时，一时看不到进步不要心焦，更不要气馁、不要轻言放弃。

坚持!坚持一定能产生奇迹。

小学二年级的暑假计划表篇五

为了我的学习着想，我决定定制暑假学习计划：

- 1、八点八点半起床（中间洗脸刷牙等）。
- 2、八点半九点早餐时间。
- 3、九点九点半看书（因为早上读书看书对记忆力有好处哦！）。
- 4、九点半十点写暑假作业。
- 5、十点十一点看课外书，辅导书，练琴。
- 6、十一点十一点半看电视（注意：要养成好习惯！距离哦）。
- 7、十一点半到十二点半帮妈妈干活（包括吃中餐）。

小学二年级的暑假计划表篇六

- 1、每天完成一张口算，记录好完成的日期和所用时间，提升运算能力。
- 2、自主梳理小学六年所学习的数学知识，包括数与代数，空间与图形，统计与可能性，综合运用等。为升入初中后大约在8月下旬进行的分班考试作好充分准备。
- 3、撰写一篇数学小论文，或调查报告，题目自拟。调查报告可以运用所学的统计知识，对家庭或社区相关信息进行调查统计，并提出你的想法。
- 4、制作一张复式折线统计图，相关统计信息自己在生活中寻找，可从股市，车流量，气温，油价等入手，并能根据所绘

的统计图进行相关分析，提出自己的见解！

5、收集整理有关数学家的生平简介、趣闻轶事，制作一张数学小报。

6、阅读一本数学方面的书籍，可从书店寻找，推荐《魔法数学》（现代出版社）、《加得纳趣味数学》（上海科技教育社）、《快乐数学》（海洋出版社）等。

7、预习建议：初一部分章节知识或是通览初中教材。教材虽改版，但凡事预则立，相信通过预习，能打好一定的基础。

小学二年级的暑假计划表篇七

1、 每天的四个“1小时保障”

每天保障做一小时的语文或数学寒假作业；

每天保障一小时的无负担课外阅读；

每天保障一小时的英语自学；

每天保障一小时的户外活动或运动。

2、 计划与非计划

如无特殊情况，每天必须完成以上计划；

每天的计划在得到“保障”的前提下，可灵活自由安排；

如果因外出旅游、回乡下度假等意外安排，可临时不予执行；

可以偶尔睡懒觉，但不要影响当日计划的实施。

1、 不参加语文、数学的培优，不请家教，相关课程自己独立完成。

2、 语文课程计划

7月份完成暑假作业，8月中旬前检查、改正，查漏补缺；

假期可以自己买三本自己喜欢的任何书籍；

把以前稍显薄弱的阅读题的规范回答、错别字系统复习。

3、 数学课程计划

7月份完成暑假作业，8月中旬前检查、改正，查漏补缺；

假期完成五年级《奥数提高班》的自学，基本掌握其要领，有选择性挑选典型题目做。

自己注意计算细心化的纠正。

4、 英语课程计划

英语学习能力和成绩一般，要重点加强学习兴趣和能力的培养；

把三年级和四年级的学校课本系统复习一遍，每天坚持听剑桥英语的磁带，时间不限；

假期把以前记得的英语单词都记在小本子上，分类汇总；

若有兴趣、有机会，可以把语音和音标接触、巩固一下，尽量保证发音标准。

1、 随父母至少省内出去旅游一次，争取省外旅游去一次；

- 3、 每天保障一小时的户外活动或运动，散步、溜冰、找小朋友玩等，注意安全；
- 6、 每周玩电脑2小时左右，重点加强打字能力的提高；
- 7、 尝试掌管家里经济和家务安排1-2天，当1-2天家长；
- 8、 其他：根据具体情况，灵活安排。