

# 2023年我的计划的英文(大全5篇)

时间就如同白驹过隙般的流逝，我们又将迎来新的喜悦、新的收获，让我们一起来学习写计划吧。通过制定计划，我们可以更加有条理地进行工作和生活，提高效率和质量。下面是小编为大家带来的计划书优秀范文，希望大家可以喜欢。

## 我的计划的英文篇一

刚刚毕业那几天有点小小的忧愁，在没有简略的计划之前便踏上了走出大学的路！在自己兴趣使然的情况下选择了传统的中医按摩作为学习的第一站！

开始的那几天满脑子想的都是本行业属于一门技术在手便能吃遍天下的传统行业，在这个越来越注重养生的年代应该能有一个不错的发展！慢慢的，随着对环境的熟悉和对本行业真实发展状况和生存情况的了解，心里有了一点点的气馁！由于心里面不服气第一个学习计划这样搁浅，便咬咬牙坚持了下来！

如今已经留在这里十八天，半个月已经过去，该学习的基础知识和手法皆有所掌握，同事之间相处比较愉快，因为同事抱怨工资待遇较低，心里便多了很多想法！计划在这里接着学习半年，找一个按摩的圈子，认识一群有意思的人，天南海北！在技术可以的情况下，不攒钱的做一个全国旅游的计划，在出发之前先联系好目的地的朋友，到时候直接去他们店里打工一个月，拿着工资在那个城市去想去的城市，周而复始，一年下来便能走十一个城市！现在的我们还年轻应该多走走！在走的路上学着不同地方的技术，当三十而立之年，靠着这四五年的技术撑起一个家，越来越熟练且有进步的技术我坚信能撑起我想要的生活！

## 我的计划的英文篇二

据说把自己的计划告诉别人，有竖立flag的效果，所以新年第一天，我决定把自己的新年计划广而告之，望各位领导战友弟兄姐妹在我软弱的时候也可以监督提醒。

信仰生活

个人生命

工作提高

信仰生活方面，我20xx年希望自己可以养成敬拜神的好习惯。

我过去也是每天祷告，但是往往都是饭前睡前祷告，想到了事情祷告，也用祷告本，但也不是天天写下来。在2017年的末尾，我尝试了每天晨祷晚祷，发现效果特别好。

所以新一年，我理想的信仰生活是这样计划的：

1、早晨起来晨祷，读一小篇灵修文章；

——其实晨祷对我来说是很不容易的事情。因为我以前早晨起来第一件事情就是刷朋友圈。现在就一直在努力早晨起来先赞美神，也把今天一天交给祂，也为家人孩子祝福，也为昨天睡的一个好觉感恩。我发现这个祷告真的是能使我心里得平安，生活得祝福的。

2、中午读一章箴言；

——我觉得箴言真是很好的提醒，让我明辨是非也更有智慧，很值得反复读，甚至全部背下来。如果一天读一章，一个月正好一轮。

3、晚上十点开始祷告，每天都为今天遇见的有需要的人祷告；

——设置10点，主要是给自己一个时间点，到了时间就去做该做的事情。我不想因为各种事情一忙活就没时间祷告了。过去我并不是每天都为别人祷告。其实我每天都遇见很多需要祷告的人和事，但是当天不祷告，常常之后就忘记了。我是家里独生女，对人家的感情其实一直很淡漠，我希望借着这个习惯，让我可以越来越关注到别人的需要。

神在最近也借着很多事情鼓励我，比如就在前几个星期，我为一个姐妹祷告，她已经有三个儿子，肚子里的老四b超做出来又是儿子。她笑着和我说，虽然她想要一个女儿，但是她家弟兄也不觉得又是儿子有啥遗憾，但是我和她说：“我要为你祷告生个女儿。”然后我真的为她这样祷告了，因为她已经有3个儿子啦，我觉得她太辛苦了，老四还是生个小棉袄吧。她生孩子的当天，我还把我的祷告词写了下来发给她，结果她真的生了个女儿！哇，只听过女翻男，没听说过男翻女的！我当时就很感动。

4、每天晚上睡前预留30分钟读经时间；

——我其实是特别喜欢读圣经的，而且每次读圣经我都有很多感动。但是我过去常常还是不读，因为觉得晚上的时间难得清静，拿来读圣经好像“太浪费”了。我常常希望拿这些时间来看看书，甚至是学习英语，甚至是复习一些什么考试，我都觉得好像才更有意义。但是实际上道理我也都懂的，学习神的话比这些事情都重要。生活中美好的事情太多了，要分清主次关系，生活才能更有序。

5、睡前晚祷感恩，然后闭上眼睛，结束这一天；

——熟悉我的人都知道，我这晚睡的习惯真是太糟糕了。其实晚睡常常是因为贪心，因为“舍不得睡”。但是实际上这是很可悲的。因为过去的生活，常常是早晨无力开始一天，

晚上又没有勇气结束。过去睡前就是在刷朋友圈，要刷得累得不行才睡，我愿我20xx年睡前就是在祷告，感恩神给我今天丰富的生活，然后闭上眼睛，勇敢结束这一天。

个人生命方面□20xx年我对自己可谓是痛下决心。大家看《给姐姐因制定的20xx年计划》或许会觉得我对我女儿挺狠的，但是其实我对我自己更狠啊。个人生命的计划也有五个方面：

### 1、规律作息

——过去我也定计划，几点要上床什么的。但是效果不佳。今年为了实现规律作息，我的方法主要是2个。一个是10点我就开始祷告和读经了。通常我祷告和读经是不会不眠不休的。这样就能保证我11点左右就上床睡觉。另外一个是我定了一个计划表，每周周末适当的时候给自己预留足够的娱乐时间，那些时间我就痛快玩儿，这样我就不要总觉得平时工作日晚上好像没玩够，好像吃亏了一样。

### 2、说赞美的话

——我的计划是每天对家里每个人进行一次不短于一分钟的赞美活动。我这个人周围人要求挺高的，我很少赞美别人，好像只有人家做了真的很伟大的事情，我才会特别由衷地赞美。有时候我很想赞美一下我老公，但就觉得词穷。我觉得这是自己缺乏“赞美训练”的缘故。因为平时一直不说好话，想说好话都说不出来了。所以我给姐姐因设立了一个每周要赞美弟弟3分钟的任务，也是希望她从小可以有赞美别人的习惯，别像她妈妈我这么刻薄。

### 3、不发脾气

——我和杨先生说到我的这个决心的时候，杨先生大笑，说：“那你快点趁着这几天再发一发□20xx年马上就要到了。”听起来好像是不可能的任务，但是我觉得我肯定会生气，但是

我至少可以“不发脾气”——就是不要发作出来啊，自己已经生气了，就不要把这罪再污染给其他人啦。

杨先生说：“你忍得住的啊？”我说：“我打算我想要发作的时候，我就做这个动作。”我做了一个两只手大幅度在空中画圈镇压脾气的动作。杨先生被我这个滑稽的动作当场就笑得不行。我也笑了。我说你看到我这个动作，就知道我正在努力了。

这个绝对是对自己痛下狠手啊，效果如何，就要拭目以待了。

我觉得不生气估计是不可能的，我的肉体情欲天天与我搏斗。但是我把脾气发泄出来的时候真的很可怕。所以用这个动作代替发脾气，也让自己觉得蛮好笑的，快点回到基督里，就是我20xx年的目标。

#### 4、戒除手机

——我觉得自己对朋友圈已经没啥瘾了（详见《放下手机，拥抱世界》），现在也不打游戏了《聊一个好不容易终于从游戏成瘾里走出来的经历》，但是总觉得自己看手机的时候还是太多。特别是感觉累的时候，一陪孩子就想要看手机啊！天哪！希望20xx年巩固戒除手机的这个坏习惯，多陪孩子，放下手机，拥抱世界。

也是受kitty姐妹的启发，我决定在20xx年的2个时间段不看手机：

晚上6：00-8：00全家人吃饭以及陪伴孩子的时候不看手机；

#### 5、身体健康

——我的身体是真的不太好，体弱多病。杨先生总说我，给我吃好的穿好的，怎么把我的身体越养越差了呢？我也不迷

信养生。我觉得我能做的就是早睡早起生活节制多锻炼。鉴于我的事情确实很多，现在还在母乳喂养，估计也没空去健身房。我希望自己坚持每天晚上洗澡前做一些简单的运动就好了。要是各位有啥好的运动主意的分享，也请告诉我哈。

本来我一直在纠结要不要明年去考一个ca bar就是美国加州的律师证。因为考这个证只需要有律师证就好了，不需要去美国专门读书，我周围很多人都在考这个证。前几天我的朋友圈又被一篇文章刷屏了，说的是一个35岁的二宝妈妈，全职工作，一次性就把ca bar给考过了。——我当时就想，我是不是明年可以搞一个33岁3个娃，全职工作还过ca bar的奇迹。

但是把复习材料拿来一看，我评估下来这个考试的稳妥的复习时间应该在600-800个小时，我觉得我如果花一年时间去考这个，实在是太奢侈了……关键是，对我现在的工作几乎是全然无用。——人生要勇于争取，更要勇于取舍吧……ca bar暂时还是先放放。

所以明年给我自己定的工作提高任务就两条：

1、提高技能

2、拓展案源

关于提高技能，我在周计划里专门空了一些学习的时间。

## 我的计划的英文篇三

段落一：

我的逆袭小计划，是在我最低谷的时候，自我救赎的一份心路历程。在大学二年级的时候，我因为挂了一门重修课程，被学院通报批评并降低了奖学金等级，自信心一度跌入谷底。

往后的几个月，我半夜醒来，反反复复地想着这个问题。直到有一天，我终于下定决心，要从自身入手，制定一份逆袭小计划。

段落二：

在我的逆袭小计划中，我首先明确了自己的目标和方向。我需要提高自己的学习成绩，恢复奖学金等级，以此来提高自己的自信心和生活质量。在这个基础上，我设计了一份详细的计划，包括每日学习时间和复习方法、每周课外活动安排以及与同学的交流互助等。

段落三：

在我的逆袭小计划中，我也发现了自己的不足之处。我经常沉迷于电子游戏、熬夜等不良的生活方式，这些都会影响我的学习成绩和身体健康。因此，我也制定了一系列生活习惯上的调整，如规律作息、少玩手机、经常锻炼等。

段落四：

我的逆袭小计划并不是一帆风顺的，并且还有很多困难和挑战。有时候，我会感到疲惫和压力，有时候也会因为自信心不足而产生焦虑和担忧。但是，我不会被这些困难击倒。我会积极思考和平衡，找出问题根源和解决方案，也会给自己一些放松和调整的时间，以便更好地继续执行我的计划。

段落五：

总之，我的逆袭小计划让我重新认识和回归了自己。我在不断坚持和实践的过程中，不仅收获了更好的学习成绩和奖学金等级，也重新找到了对生活的热爱与信心。最重要的是，我发现只要有目标和计划，并且勇敢面对自己的问题和不足，逆袭就不是遥不可及的梦想。

## 我的计划的英文篇四

近年来，“逆袭”成为了一个非常流行的词汇，因为它饱含着一种积极向上、靠自己奋斗的力量。而作为一个普通人，我们也可以通过一些小的逆袭计划，来让自己的生活变得更好。本文将分享我的逆袭小计划心得体会。

### 第二段：制定计划

首先，要想逆袭成功，必须要制定一个逆袭小计划。我的计划是从身体健康、职业发展、个人修养和情感生活等几个方面入手，逐步提高自己的整体素质和竞争力。在制定计划的过程中，需要考虑到自己的实际情况和目标，采取可行的步骤和方式，将计划划分为几个阶段，每个阶段有具体、可量化的目标。

### 第三段：执行计划

制定计划只是一个开始，执行计划才是关键。在执行计划的过程中，需要坚持原则、自律和耐心。例如，在身体健康方面，我开始坚持每天早上起床后跑步锻炼；在职业发展方面，我开始学习新的技能和知识，提升自己的竞争力；在个人修养方面，我开始阅读更多的书籍，提高自己的知识水平和综合素质；在情感生活方面，我开始关注身边的朋友和家人，更多地分享自己的生活。

### 第四段：总结成果

几个月的实践下来，我的逆袭小计划已经开始取得了一些成果。不仅身体健康更好了，职业发展也更加顺利，个人修养和情感生活也更加充实，更重要的是，我变得更自信、更积极、更有决心了。这就是逆袭的魅力！

### 第五段：展望未来



虽然已经取得了一定的成果，但我深知“逆袭”是一个持续的过程，需要持之以恒、脚踏实地，才能取得最终的胜利。未来，我会继续坚持我的逆袭小计划，不断学习、探索、改进，达到更高的境界。同时，也希望更多的人能够加入逆袭计划的行列中来，展现出自己的魅力和实力！

## 我的计划的英文篇五

### 第一段：介绍主题

在我学习英语的过程中，我积累了许多宝贵的经验和感悟。这些经验和感悟不仅帮助我提高了英语水平，还让我更好地理解学习了学习的重要性。通过总结我的心得体会，我也得出了一些计划和目标，希望在今后的学习中能够更进一步。

### 第二段：提高听力与口语的方法

在学习英语中，听力和口语是我一直觉得较为薄弱的部分。通过不断的练习和尝试，我发现提高听力和口语的方法是多方面的。首先，积极参加英语角和听力训练班，培养自己的纯正发音和听力理解能力。其次，多听英语广播和英语歌曲，锻炼自己的听力和口语表达能力。最后，多与外国人交流，提高自己的沟通能力和语感，从而更好地掌握英语。

### 第三段：扩大词汇量的方法

词汇是语言的基础，对于学习英语来说尤为重要。在我的学习中，我发现扩大词汇量的方法是丰富多样的。首先，背诵经典的英语单词表，掌握一些常用的基本单词。其次，多阅读英语原版书籍和杂志，通过不断的阅读来积累词汇。此外，使用词汇学习App和参加词汇比赛也是提高词汇量的好方法。通过这些方法，我相信我的词汇量会不断地提高，我的英语水平也会有长足的进步。

#### 第四段：加强语法知识的学习

语法是学习一门外语不可或缺的一部分。在我的学习中，我发现加强语法知识的学习对于提高语言表达能力非常重要。首先要掌握基本的语法规则，如时态、语态和句型结构等。其次，通过大量的练习和阅读，熟悉并应用这些语法知识。最后，关注一些常见的错误用法，不断改正自己的语法错误。只有通过不断地学习和应用，我相信我的语法水平会逐渐提高，使我能够更准确地表达自己的意思。

#### 第五段：制定学习计划与目标

为了更好地提高英语水平，我制定了一个学习计划和目标。首先，我每天都要坚持学习英语，不断积累词汇、提高听力和口语能力。其次，我打算每周阅读一本英语原版书籍或杂志，并通过写日记等方式提高写作能力。最重要的是，我计划参加一些英语考试，如雅思或托福，为我的英语学习设定一个具体的目标和时间表。通过这些努力，我相信我能够取得更大的进步，最终实现我的英语梦想。

总结：通过总结我的心得体会，我意识到学习英语并不是一件容易的事情，需要付出很多努力和坚持。然而，只要我坚持不懈地努力学习，相信自己的能力，设定合理的学习计划和目标，我相信我能够提高我的英语水平，实现我的英语梦想。