

最新初中周计划表 初中生学习计划表参考 (模板6篇)

制定计划前，要分析研究工作现状，充分了解下一步工作是在什么基础上进行的，是依据什么来制定这个计划的。计划为我们提供了一个清晰的方向，帮助我们更好地组织和管理时间、资源和任务。下面是小编带来的优秀计划范文，希望大家能够喜欢！

初中周计划表篇一

一、在学校做到认真听课，做好课堂笔记，课堂笔记记录方式二一格式，便于复习；用小记录本抄记英语单词和短语，做到时刻进行多背记英语单词。

星期一：认真完成作业，翻阅语数英的课堂记录笔记，做英语的课外阅读题，将错题记录下来，找出自己错的原因。完成这项以后，再做一些语文有特色的阅读理解题。

星期二：完成作业，把各科笔记看一遍，做英语题目，记录错题。再仔细复习数学，在完成课内知识的基础下了解一些课外的知识题。

星期三：将学过的英语课文读一遍，完成作业翻阅笔记，完成英语课外阅读，积累错题，并将所有题目翻阅一遍，遮住答案再做一遍，检查对错。

星期四：完成作业，将各科笔记看一遍，按例完成练习，并记录错题，将政治，历史，地理，生物，美术系统复习一遍。

星期五：先把一周的知识都看一遍，再完成作业。（由于周末作业较多，所以先复习，再用大量时间完成。

周末两天：阅读课本，翻看笔记，参加课外兴趣班。这就是初中的学习计划，希望今后能够按照计划严格的学习，使初中生活有规律的进行。

初中周计划表篇二

通过制定学习计划，努力将学生复习状态调整到最佳，高效率、高质量地完成自己的寒假学习！

比如：每天学习时间最少保持在7—8小时(上课时间包括在内)；学习时间最好固定在：上午8：30—11：30，下午14：30—17：30；晚上19：30—21：30。

既不要睡懒觉，也不要开夜车；制定自己的学习计划，但主要是以保xx每科的学习时间为主。例如：你数学定的是2个小时，但2小时过后任务还没有完成，建议你赶快根据计划更换到其他的复习科目。千万不要出现计划总是赶不上变化的局面。

晚上学习的最后一个小时建议把安排设置为机动，目的是把白天没有解决的问题或没有完成的任务再找补一下。

每天至少进行三科的复习，文理分开，擅长/喜欢和厌恶的科目交叉进行。不要前赶或后补作业。记住，完成作业不是目的，根据作业查缺补漏，或翻书再复习一下薄弱环节才是根本。

有自己解决不了的问题，千万不要钻“牛角尖”或置之不理，可以打电话请教一下老师或同学吧！

寒假中，要认真、客观地对期末考试进行分析。看看哪些题失了分，弄清失分原因。比如，是基本知识没掌握好，还是学习态度不端正，或者是学习方法、学习习惯不好。要进行全方位的剖析。同学们在分析“过去”、总结经验教训后，

为自己制定一套寒假学习计划，并坚持实施。

因为寒假时间有限，要坚持“把时间用在xx刃上”，所以，寒假学习中要多补习“瘸腿科目”，对薄弱环节进行加强分析看看哪科没考好，冷静分析丢分原因，判断该科是不是弱科。如果是，则要抓紧寒假时间，多补弱科基础知识，避免中考时“瘸腿科目”拉分。

成绩落后生要静下心来，加强概念、单词和公式的记忆，将初二初三教材上的概念、规律、公式等知识梳理一遍。首先可初步整理出各章节中的重点、难点、考点，找到基本概念之间的联系，使每块知识形成体系。其次要将易混淆的概念、规律加强对比、区分，配以适当的练习进行巩固。再次，把握重点难点以及课本中的知识点融汇在一起，理出线索，留在中考后期复习用。

对于语文学科，文科目中文言文有欠缺的同学，可以把初中三年的文言文通读一遍，掌握相关词语的用法，并在练习中巩固。

初中周计划表篇三

早上6点-8点：一日之计在于晨，对一般人来说，疲劳已消除，头脑最清醒，体力亦充沛，是学习的黄金时段。

早上8点-9点：据试验结果显示，此时人的耐力处于最佳状态，正是接受各种“考验”的好时间可安排难度大的攻坚内容。

上午9点-11点：试验表明这段时间短期记忆效果很好对“抢记”和马上要考核的东西进行“突击”，可事半功倍。

正午13点-14点：饭后人易疲劳，夏季尤其如此休息调整一下，养精蓄锐，以利再战最好休息，也可听轻音乐但午休切莫过长。

下午15点-16点：调整后精神又振，试验表明，此时长期记忆效果非常好可合理安排那些需“永久记忆”的东西。

傍晚17点-18点：试验显示这是完成复杂计算和比较消耗脑力作业的好时间这段时间适宜做复杂计算和费劲作业。

晚饭后：应根据各人情况妥善安排。

早晚背英语单词效果都很好哦，词汇量是英语的重点，可以结合有效的记忆法和工具达到事半功倍的效果。

初中周计划表篇四

许多中学生在刚放假后的前几天不能安心学习，给自己找个理由“学了半年了，放松几天总可以吧，七天后我再开始学习”。但是，往往一玩起来，就收不住心了，离开学还有几天的时候，发现作业还没做一半。更可怕的是，很多孩子在假期玩散了心后，开学后也很难进入状态，成绩下滑就成了假期学习的必然结果。家长不要阻止孩子“玩”，更不要放任孩子“玩”，重要的是让孩子科学的安排时间，真正做到“玩”与“学”的优质结合。所以，暑假期间，关键的是要给孩子制订一个有规律的“学、玩计划”，最好是每天都有玩和学的时间，即使需要拿出几天甚至十几天的时间去玩，最开始的几天也要严格按照固定的时间表先调整生物钟。

选择课外辅导机构要注意“对症下药”

针对许多孩子不会安排自己的学习，自学能力不强，以及有些偏科的情况，有些家长会选择给孩子请家教、报辅导班，或者报一些夏令营，提醒家长，课外辅导机构众多，鱼龙混杂，即使各方面都不错的辅导机构也有自己的特色，给孩子选课外辅导机构，一定要分析该机构的“特色”是否针对自己孩子的“特点”。专家建议家长，为孩子计划暑假的具体安排时，找一个孩子信任的人，并且有一定的学习或教学经

验，帮孩子制订暑假的学习计划，做孩子在选择课外辅导机构时候的“高参”。

学习以外的安排要给孩子一定的“自主权”

在一些孩子眼中，不管什么时候，只要自己玩，家长肯定不高兴。“虽然他们不说，我也知道他们不想让我玩”，一位同学向老师如此说。在暑假里，家长不应该让孩子一直笼罩在学习的压力之下。以至于孩子全天处于家长逼着学点就学点，偷空能玩就玩会的状态。一名初三的孩子与老师聊的时候谈到：“我看电视的时候，手一直拿着遥控器，门一响我就马上关掉，假装上厕所。”有这样一个故事，两个城市处理垃圾的政策不同□a城市到处贴着“此处不准倒垃圾”，结果市民经常偷偷地到处乱倒垃圾，搞得城市非常的脏乱;b城市在几个地方贴上“此处可倒垃圾”，市民们都把垃圾倒在允许倒垃圾的地方，城市的绝大多数地方都很干净整洁。聪明的家长们自然会从这个老掉牙的故事中得到如何对待孩子的启发。“最关键的是，家长一定要针对自己孩子的特点制定有针对性的策略。”

初中周计划表篇五

新学期开始了，我担任八年级（3）班的班主任工作，为了使学校各处室相关计划在班级得到更好的贯彻和落实，形成良好的教育环境，树立良好的班风和学风，提高学生的身心素质，特制定本学期班主任工作计划：

一、指导思想

以学校及相关处室提出教育教学及班级管理的各项工作要求，贯彻落实“以人为本”的科学发展观，从学校工作计划和学生思想实际出发，抓好班级管理工作，以提高学生道德素质，文化素质和身心素质为目的，以学校开展的各项活动为契机，

以树立良好班风和学风，增强班级凝聚力为主要任务，努力完成学校交给自己的工作任务，是全班学生在德、智、体、美、劳等各方面都得到发展。

二、工作目标：

1、按照德育处的工作要求：加强树德立品的教育和教务处提出的培养学生自主、探究、合作、创新的学习方式，努力把学生培养成有灵魂有灵气的阳光少年。

2、根据初二学生的心理和生理特点，加强学生心理健康教育，提高心理健康辅导水平。

3、加强学法指导，培养独立学习能力和抗挫能力，克服学生的厌学心理。

三、工作措施

1、言传身教，以诚取诚。

言传是身教的基本方式，身教是言传的有效手段。在我们耳边我们常常可以听到这样的话语“老师自己都做不到，还要求我做！”可见，我们的言行对学生有多大影响。所以，当我们要求学生做到时，我们自己应该首先做到。用我们的真诚去唤起学生思想上的共鸣。当然，我们作为班主任应该不断加强自我修养，不断汲取新知识，扩大知识面，注重自身良好品德的形成，以身作则，一视同仁，让学生信服，增强自己的亲和力，使自己的非权力性影响持久而深远。

2、尊重学生，关爱学生。

“爱”是教育的主旋律。爱学生，尊重学生人格、兴趣、爱好，了解学生习惯以及为人处世的态度、方式等，然后对症下药，帮助学生树立健全、完善的人格。努力做到能象一个

真正的朋友一样，重视、欣赏学生，学会倾听学生意见，接纳他们的感受，包容他们的缺点，分享他们的喜悦。被尊重是学生内心的需要，在日程工作中把自己的认识润物细无声的转化为学生的内在动力。

3、加强对后进生的教育工作。

对于班级的后进生采用“五导”的教育方式，即：情感上开导，心理上疏导，思想上引导，学习上辅导，行动上督导。树立为了学生的一切的责任感，把后进生视为自己的子女，视为期待雕凿的璞玉，渴望甘露的孱弱花朵，和风细雨精心培育，真心诚意地关心爱护，以自己满腔热情在后进生的心灵深处点燃起熊熊火焰，以自己诲人不倦的精神，把他们培养成为新世纪的有用人才。

4、开展各项常规检查评比活动。

继续开展各项常规检查评比活动，每天公布检查结果，班主任要切实从班级自身出发,加强宣传发动,指导训练,将各项常规工作抓细抓实,力争主动,科学,民主管理班级,切实抓好班风班貌建设。同时认真抓好班会、团会等,并经常开展形式多样,生动活泼的活动,使班主任工作的管理更合理化,规范化,艺术化。

5、家校联手，形成良好的教育合力。

平时，把学生在校的各方面的表现反馈给家长，及时与家长沟通，使家长对孩子在校情况作到心中有数，请家长协助鼓励或帮助学生，作好学生的思想工作，同时，向家长了解学生在家的表现，及时找到问题所在，对症下药。开好家长会，针对学生的现状，与家长共同探讨解决问题的方法，并对下一步工作做好安排，尽快形成家长、教师、学生三位一体的教育模式。

作为班主任，我们应该充分利用“两会”（班会、班务会）阵地，加强对学生的食品安全工作计划、交通安全工作计划、上下楼梯安全教育工作计划，加强对学生的防火防盗意识教育，加强突发事件处理方法和发现安全隐患及时报告的教育，坚决贯彻执行学校的安全首视责任制。

同时，本人作为班主任，应该注意不要体罚、心罚和变相体罚学生，注意在言语上尊重、理解我们的学生，注意对教学成绩的合情合理合法化处理，注意教育方式的文明化、科学化。

7、班干部培养工作计划

对班级干部进行大胆的使用和严格的管理，并作学生干部的坚强后盾。在日常工作中注意发挥学生干部的表率作用。该放手的一定要放手，从而历练能力，树立威信。与此同时，注意提高他们的自身素质和管理水平，定期召开班级干部管理会议组织学习。

8、开展班级特色活动。

（1）初二阶段的学生极易产生叛逆心理、盲目追求自由平等、易受外界影响、情绪情感偏激、易激动暴躁、情绪两极波动、凭感情行事的特征，但同时又具有可塑性大、主动尝试、追求独立等特点。根据初二年级学生的身心发展特点结合班级学生的实际情况开展特色活动，开展以“脱离低级趣味、培养高尚情趣”为主题的活动。

《初中班主任工作计划表》全文内容当前网页未完全显示，剩余内容请访问下一页查看。

初中周计划表篇六

一、指导思想

在学校正确领导下，以学校工作计划要点为指导，精诚办学，追求卓越，求真务实，开拓创新，坚持德育为先，开展创建优秀班级的活动，促进学校的进一步发展。

二、基本情况分析

本班共有学生65人，其中男生42人，女生23人。就全班而言，学习风气较好，有较多的学习积极分子，并起到了一定的带头作用；大多数学生有较强的班级荣誉感，部分学生兴趣爱好比较广泛，班风较正。有少数几个学生由于基础较差，对学习没有信心，没有完全将心思用到学习上，有畏难情绪；另有少数几个同学纪律涣散，有时不太服从老师的教育。但就整体而言，是一个积极向上的班级。

三、目标任务

1、以培养学生良好品德和健全人格为目标，以创建优秀班级为主线，形成“尚学笃行，止于至善”的班风和学风，进一步增强班务工作的主动性、针对性和实效性。

2、强化班级管理，特别是学生的自我管理，确保班级有良好的学习和生活环境。3、认真落实学校的各项规章制度，对学生进行深入细致的思想道德、心理素质和法制教育，促进优良班风的形成和学生素质的全面提高。

四、工作措施

(一)日常班务常抓不懈

1. 加强班风建设，强化一日常规管理，开展有益的活动，在

活动中促进班风的建设。2. 结合当前社会发展形势，举出身边的实际事例，对学生进行前途理想教育。3. 组织并培养好班干部，明确分工职责，调动工作积极性和主动性。

4. 组织学生交流学习心得，探讨学习方法，强学法指导，提高学习效率。5. 组织学生开展文体活动和各种比赛，促进学生团结合作。

6. 多与学生交谈，常下班了解情况，加强与科任教师的联系，发现问题及时处理。7. 纪律、卫生工作要常抓不懈，使之成为制度。

(二) 加强思想品德教育

基本内容有：热爱祖国，热爱人民，热爱班级的教育；艰苦奋斗，热爱劳动的教育；努力学习，热爱科学的教育；文明守纪，诚实守信的教育；意志坚强，战胜困难的教育；民主公平与安全法制的教育等等。

1、加强日常行为规范教育。以《中学生守则》和《日常行为规范》为标准，扎实抓好行为习惯养成教育。通过严格的训练和管理，使学生做到热爱劳动，讲究卫生，勤俭节约，爱护公物，仪表整洁，行为文明，维护公共秩序。

2、加强诚信教育。培养学生诚实待人、守时守信的优良品质。开展“诚信”教育，大力倡导诚信作业、诚信考试，坚决杜绝中学生考试作弊、抄袭作业等不诚信现象。3、加强法制安全教育。提高学生遵纪守法的意识和自我保护能力。4、开展心理健康教育。根据七年级学段学生身心发展规律，开展心理辅导与咨询活动，指导他们处理好在学习、成长、交友、生活等方面的矛盾和困惑，培养学生健全的人格和良好的心理品质，增强他们正确认知自我、调控自我、承受挫折、与人交往、适应环境的能力。5、继续加强“感恩”教育。开展感恩父母、感恩老师、感恩朋友、感恩社会的活动，培养学

生的人文情怀，增强社会责任感。

6、以“营造书香班级，陶冶学生情操”为主题开展读书活动，增强学生的读书积累，让读书成为学生精神成长的重要源泉，促进学生人格的升华和完善，为学生终身发展奠基。

(三)做好后进生的转化工作

后进生由于纪律涣散或学习成绩较差，长期在集体中处于后进，甚至受到冷淡与歧视，缺少理解与信任，久而久之丧失了进取的信心和勇气。不仅影响了个人进步，也影响了班级和学校教育教学质量提高。素质教育是面向全体学生，而不是面向少数学生。面向全体，是面向有差异的每一个个体，根据不同学生的实际，促进学生全体发展。因此，坚持面向全体学生，更应研究后进生，转化后进生。

1、注重多亲近学生，拉近师生距离，融洽师生感情，建立感情基础。

2、尊重，理解，信任后进生，逐步消除后进生的疑虑和自卑心理，善于捕捉闪光点，对后进生的每一点进步，都进行激励，使之发现自己的优点和长处，唤起自尊心，同时也为他们创造宽松的氛围。

3、动之以情，消除戒备心理。当学生体验到老师对自己的爱心和殷切期望时，他们就会变得“亲其师而信其道”。

4、晓之以理，坚持正面引导，增强后进生的分辨是非的能力。

5、导之以行，持之以恒，反复教育，巩固转化成果。

6、引导他们树立适当的目标，分层教育，使他们有事可做并获得成功的喜悦。

(四) 创建文明班级

- 1、坚持早自习和晚自习前的宣誓。
- 2、制订班规，检查评比，实施奖惩。
- 3、开展学习比、学、帮、超活动，人人热爱学习，自觉学习。
- 4、开展批评与自我批评，总结和表彰好人好事，弘扬班级正气。
- 5、完善卫生纪律管理，开展卫生评比，使我们的校园整洁美丽。
- 6、提倡“日行一善”的活动，让我们身边到处都有雷锋的身影。

下一页更多精彩“初中班主任计划”