

2023年初一学习计划(大全7篇)

计划是指为了实现特定目标而制定的一系列有条理的行动步骤。计划可以帮助我们明确目标，分析现状，确定行动步骤，并制定相应的时间表和资源配置。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。

初一学习计划篇一

1、抓住课堂四十五分钟，学会听课。听课也有不少学问。学会听课，对初中生的学习进步至关重要。课堂学习是学习的最主要环节，四十五分钟课堂学习效益的高低，某种程度上决定着学生学习成绩的好坏。也许有的家长和学生会想，每个人都有一双耳朵，听课谁不会呀。其实不然，听课也有不少学问呢。学会听课，对初中生的学习进步至关重要。

首先，要集中注意听。心理学研究表明：注意能够帮助我们从周围环境所提供的大量信息中，选择对当前活动最有意义的信息；同时，使心理活动维持在所选择的对象上，还能使心理活动根据当前活动的需要作适当的分配和调整。所以，注意对于学习尤为重要。集中注意、专心致志才能学有所得；心不在焉、心猿意马往往一无所获。

其次，要带着问题、开动脑子听。有些同学听课不善于开动脑子积极思维，看似目不转睛，但一堂课下来心中却不留痕迹。俗话说：疑是一切学习的开始。带着问题听课，有比较明确的目标和重点，增强听课的针对性，从而提高课堂学习效率；带着问题听课，还能促使自己积极动脑，紧跟老师的教学节奏，及时理解和消化教学内容。

再次，要积极举手发言，认真做好笔记。教与学应是双向交流、互相促进的。学生在课堂中，应该积极主动地参与教学。积极举手发言就是一种参与，它既能较好的促使自己专心听

课、动脑思维，还能锻炼语言表达能力。“不动笔墨不读书”、“好记性不如烂笔头”，都是说边学习边动笔的好处。笔记不仅是学习新知识的方法，也是复习旧知识的依据，同时我们还可以从笔记中发现新的问题。很多家长感到对孩子在学校里的学习无从了解和把握，其实，每天查看一下他们的课本和笔记，就是一种好方法。

2、合理安排时间，有计划地进行学习

时间是个常量，需要合理安排；学习是艰苦的劳动，也是有规律可循的。

(1)几个需要家长引导孩子处理好的关系玩与学的关系，主与次的关系，发展兴趣和打好基础的关系。

这里，家长必须帮助指导孩子处理好以下几个关系：

首先是处理好玩和学的关系。学习是初中学生的主要任务，主要的时间和精力自然应该花在学习上。但是，学习又不是初中学生生活的全部，初中学生精力充沛、兴趣广泛，适当做有益的活动(包括“玩”)也是他们生活的重要组成部分。有些家长只注重孩子的学习，把孩子的闲暇时间安排得严严实实，不让孩子有娱乐和活动的空间；有些家长却对孩子的课余活动放任自流，这都不利于学生的学习进步和全面发展。要指导学生学会劳逸结合，学习时专心致志、静得下心来；活动时生龙活虎、放得开来。学习和玩不仅是不矛盾的，而且可以相得益彰。

其次是处理好主和次的关系。初中阶段学习知识的密度大大增加、学习知识的广度也大大增加，这就需要学生能够处理好各种知识内容之间的主次关系。学科之间有差异，基础学科、工具学科是初中学习的重中之重，直接影响其他学科的学习，一定要学得扎实。学科内容本身也有主次，概念、原理及其形成是主，知识的灵活运用是主，自己学习的薄弱环节

节是主，在学习的过程中应该花更多的时间和精力。

再次是处理好发展兴趣和打好基础的关系。兴趣是学习动力产生的直接原因，孩子对哪一门功课感兴趣，这门学科也就往往能够取得比较好的成绩。但是，初中学生思想和心理还不够成熟，兴趣也往往不够稳定，有些孩子对兴趣的理解也比较片面。

表现在学习方面主要有以下情况：一会儿喜欢这，一会儿喜欢那，见异思迁，结果什么也没学好；光凭兴趣学习，自认为不感兴趣的就敬而远之，结果就成了“跛脚”。其实，初中的学习是整个人生学习的基础，首先要学好每一门功课，初中学习过了关，高中阶段就可能比较顺利；即便是通常被认为是“副课”的历史、地理、生物等学科，实际上都是将来社会生活中必不可少的。所以，培养兴趣必须以打好基础为前提。

(2) 遵循记忆规律安排学习

遗忘呈现出“先快后慢”的规律。这规律给我们指导孩子的学习提供了重要的依据最早用实验方法研究记忆规律的心理学家艾客浩斯发现，学习刚结束，遗忘就相伴开始了。第二天忘得最多最快，第二天需要复习的时间较长，如果第二天复习了，第三天就遗忘少了，需要复习的时间也较短；如果第三天复习了，第四天遗忘得就更少了。总之，遗忘呈现出“先快后慢”的规律。这规律给我们指导孩子的学习提供了重要的依据。

及时复习。

初中生学习存在一种普遍的倾向，就是随学随丢，做完教师布置的作业了事。到考试时，临时抱佛脚，从头开始复习。要改变这种前学后忘，到后面问题成堆的现象，关键要做到“及时”，特别是对于那些字母符号、公式、外语单词等意义性不强的学习材料，一定要做到趁热打铁，及时复习。

这好比在堤坝塌方之前，及时加固，要比垮了再修，付出更小的努力。分散学习。

“及时复习”固然重要，但也不能“一劳永逸”。学习的规律告诉我们，分散复习比集中复习效果更好。以学习外语单词为例，如果当天学习了20个单词，一位同学在当天晚上集中复习一小时，加以巩固；另一位同学当晚复习半小时，第二天再复习15分钟，第四天复习10分钟，一周后再复习5分钟。结果后者记忆的效率明显高于前者。利用分散学习的道理，家长可以指导孩子采用“卡片”复习的方法。例如复习英语单词，把卡片分为左右两边(或正反两面)，分别写上中文词义和英语单词，然后自制七个袋子(或信封)，每袋内放置一周中某一天应复习的卡片，复习时，用手遮住一面，回忆另一面的内容。当天复习以后就放入隔天的袋里，以此往复有规律地交替复习，效果十分明显。其他如数学公式等各种知识均可用卡片来进行复习。

过度学习。

我国著名科学家茅以升在83岁高龄时，仍能熟练背诵圆周率小数点后一百位，别人问他有什么好的记忆方法，他回答说：“说起来很简单：重复!重复!再重复!”在学习中，我们都有这样的体会，我们记忆某些内容，到刚能勉强背诵时就停止了学习，结果过了不久就不会准确回忆。如果能“一鼓作气”，再多学几遍，效果就大大提高;而且这样熟练的记忆，保持时间也特别长久，这就是“过度学习”。一般而言，过度学习保持在50%-100%范围内。举例子说，背诵一首唐诗，如果用十遍刚好能基本背出，那么最好能再读3-6遍，这样就能烂熟于心，倒背如流了。过度学习要与及时学习和分散学习有机结合起来。

初一学习计划篇二

1、粗读教材，找出这节与哪些旧知识有联系，并复习这些知

识;

- 2、列写出这节的内容提要;
- 3、找出这节的重点与难点;
- 4、找出课堂上应解决的重点问题。

- 1、要有明确的`学习目的;
- 2、听课要特别注重“理解”。

- 1、笔记要简明扼要;
- 2、课堂上做好笔记后，还要学会课后及时整理笔记。

- 2、认真审题，弄清题设条件和做题要求;
- 3、明确解题思路，确定解题方法步骤;
- 4、认真仔细做题，不可马虎从事，做完后还要认真检查;
- 5、及时总结经验教训，积累解题技巧，提高解题能力;

- 1、做当日所学的有关练习
- 2、预习物理、数学
- 3、默写文段、单词、诗词
- 4、复习其他科目
- 5、看课外书
- 6、作文、随笔

初一学习计划篇三

寒假生活结束了，我们又迎来了新学期，在每一个全新的起点，我们每个人都会有一种期盼：明天的'我要更精彩。因此，我一定在对美好未来的憧憬中，展现着自己迎接新学期的新气象。

今天的老师，同学们都把自己打理得漂漂亮亮，办公室。教室都打扫得干干净净，这样就营造了一种生机勃勃。祥和向上的新气象。相信在这种新气象的感染和鼓舞下。我一定要在新学期取得新进步。

加油吧！

初一学习计划篇四

时光如梭，转眼六年的时光就已经成为了过去，在小学刚刚毕业的那会我还没什么感觉，但是在即将开始初中的学习之后，我才真正的体会到，小学真的已经结束了。

来到全新的校园，与全新的老师和同学相遇，感受着周围陌生的感觉，我才真正理解到，我们的小学时光已经成为过去了。

面对一个崭新的学习阶段，我虽然还有些不适应，但是也要继续在这个新的学校中努力学习，交到更多的朋友！为此，我对初中最初的学期做了一个学习计划。我的初一上学期学习计划如下：

作为一名学生，自己在学习的各方面有什么样的不足我还是知道的。而对我来说最麻烦的，可能就是我这容易注意力不集中的毛病。这个坏习惯让我在上课的时候损失了很多的知识，在要补回上课的知识，就要在课余花上成倍的时间去弥补！不得不说这个毛病让我吃了很多的亏。

在新学期的首要目标就是，调整自己，让自己能在上课的四十五分钟内认真学习，好好的接受老师传授的知识。而且学会集中注意力，在我之后的自习、复习……各种各样的学习方法都有一个前提，那就是集中注意力的，认真的去学！

在过去的六年中，我们只有三门重要的主课，可是到了现在却暴涨到了七门！这不得不让我感到有些紧张。我借来了前辈的课本进行预习，对自己的学习方面做出了以下规划：

首先我自然要从熟悉的做起。首先是语文，作为从小学起的科目，我在语文方面还是略有信心，可是初中的科目和小学不同，我不能放松，要在语文的预习和练习上更下功夫。当然，对字迹的练习也是不能落下。

其次，就是英语。从小就在练习，虽然说不上优秀，但也能算是不错。可是初中的英语有了我太多不懂的知识点，我相信，要是我不努力的去学习，很快就会被甩开！在英语的学习上我要多多练习单词，和语法的记忆，不能让英语荒废。

至于最后，也是我最大的难题——数学，这是我最头疼的科目，在过去的六年中都没能有什么提升。在初中，我希望能通过自己的努力去追上大家的数学，在课堂上多学，在平常的时候，多练！

其他还有历史、地理、政治、生物。但是这些都是我全然没接触过的科目。我没法轻易的对它们做下计划，但是我依然会去努力的学习，让自己全心全意的去体验这四门新课，将这些课程都学好！

初一学习计划篇五

树立信心，努力坚持，别放弃，更不可半途而废。

1、早晨合理安排30分钟读一读英语，你要知道，外语在初一

是基础呀。

2、利用3节课的时间分别完成三份暑假作业，要记住，独立完成，切不可开小差。

3、中午适当午休，精力充沛才可以迎接下午的学习呀！

4、和早晨一样，利用3节课时间做三份暑假作业，但不可一下子贪多。要均衡、科学安排。

5、可以踢踢球、打打电脑了。但不可超过一小时。

6、晚上是你自由活动的时间，但要看看新闻。

7、读一篇好的小文章，写一份日记，不少于300字。

8、有可能的话，每天读一读《三国演义》每天读两回，写一写自己读后的感想，字数可多可少，但不能不写。

初一学习计划篇六

中考是考基础的，要求绝对不能偏科。到了初二以后就能看出，排名靠前的都是各科均恒的。真诚提醒初一年的学生及家长，绝对不能偏科。

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：有科学的学习方法就可以在学习上做到事半功倍。

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。

初一学习计划篇七

转眼间,我迈入了新的学习起点, ,拿着崭新的'课本,进入新的学习之旅。在这漫长的旅途中,也需要漫长的学习计划。

1. 看30分钟课外书。
2. 预习或复习30分钟的课
3. 早自修不讲废话,不做练习,专心朗读,声音响亮,发音正确。
4. 专心听讲,勤做笔记,积极思考。

5. 刻苦学习，勤读好书；多做好事，乐于贡献。
6. 认真复习，按时听课。
7. 生活有规律，按时作息，珍惜时间，合理安排课余生活，坚持锻炼身体。
8. 发现问题，敢于提出。
9. 积极参加讨论，勇于发表见解。
10. 不说谎，不骗人，不弄虚作假，知错就改。

崇高道德是一名学生的本分，想做有理想有远大的人就要付出代价。尽管这些对我来说有点困难，但我会努力完成这个艰巨的任务。