

# 中学生寒假计划时间表 中学生寒假计划 周记(优质7篇)

时间就如同白驹过隙般的流逝，我们的工作与生活又进入新的阶段，为了今后更好的发展，写一份计划，为接下来的学习做准备吧！优秀的计划都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？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。

## 中学生寒假计划时间表篇一

周三，我做了一个小手术。

我们周二先至西安住下，第二天8：00，我们到儿童医院，到手术室门口排队。听妈妈说，做这个手术的人有十六个，我第一个。先是填写资料，每人发两盒药，然后就是做手术了。

我躺在床上，心里翻江倒海，担心会不会太疼；担心伤口会不会感染；担心伤口会化脓……先是看我要套多大的环，再就是打麻药，打麻药时，我感觉到一股揪心的痛，但我还是忍住了，因为我心里清楚，如果我连这点痛都忍受不了的话，生活的磨练迟早会把我打垮。麻药打完了，剩下的事情就好办多了。等麻药催发以后，就感觉不到一丝痛，手术顺利的进行。做完手术以后，就叫家长进来，将一些注意事项，如：要每天抹两次，环里外都要抹……然后就可以走了。

## 中学生寒假计划时间表篇二

上学的时候每个学生都会有自己的学习计划吧！那放假了其实也是需要一份学习计划的。那下面就详细介绍一下要如何安排寒假的学习计划。

寒假中学生学习计划

## 进行分析与定向，攻克薄弱环节

寒假毕竟不长，目标不宜太大、复习范围不宜太广。如果想真正有收获，一定不要贪多哟！适宜重点攻克薄弱学科、或某学科中的重点内容。重点夯实基础知识，查漏补缺，为考试打好坚实的基础！

在制定寒假复习计划之前要科学、准确地自我解剖、自我分析这一学年的学习状态即考试成绩，包括平时系列测试、期中考试成绩、期末考试成绩，其中以期末考试成绩为主，因为期末考试的信度比较高。

具体建议：没有舍弃就没收获！基础薄弱考生要记住：弱就弱在基础上！所以寒假的学习要抓基础知识、基本技能、基本方法。要抓非智力因素、信心、目标、意志、毅力、方法、心态。要多练，特别是中低档试题，要看、要想更要练。

## 合理规划时间，制定学习计划

放假后的第一件事，应该是整理出可利用的时间，做出时间安排表，以每一天为单位；接下来梳理自身学习情况，找出最需提高或最想做的事，合理分配复习和预习时间，有针对性地制定假期学习计划。

每天有效学习时间最好保持在5-6个小时。可以根据自己的情况合理的规划一下，例如：早上2个半小时，中午2个半小时，晚上1个小时。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。习惯比聪明更重要！只要你按照计划来，每天坚持，你的成绩不会没有进步的！相信你的假期一定会有意想不到的收获。下面是几个小tips供大家参考：

### 1、早晨合理安排30分钟读一读英语

- 2、利用上午2节课的时间分别独立完成2科寒假作业
- 3、中午适当午休，既不要睡懒觉，也不要开夜车。
- 4、和上午一样，利用下午的时间做些寒假作业，但不可一下子贪多。要均衡、科学安排。
- 5、自由时间可以干一些喜欢的事情，但要控制在半小时的时间里。
- 6、晚饭之前是自由活动的时间，可以看电视等，但要看看新闻。
- 7、读一些好的小文章，写日记或是读后感，或是精彩的摘抄
- 8、制定学习计划，主要是以保证每科的学习时间为主。若在规定的时间内无法完成作业，应赶快根据计划更换到其他的学习科目。千万不要总出现计划总是赶不上变化的局面。
- 9、晚上学习的最后一个小时为机动，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。
- 10、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。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。
- 11、一定要预留出锻炼身体和休闲活动的时间。
- 12、若有自己解决不了的问题，千万不要死抠或置之不理，可以打电话请教一下老师或同学。

## 学习计划的出发点

- 1、全面分析，正确认识自己。

准确找出自己的长处和短处，以便明确自己学习的特点、发展的方向，发现自己在学习中可以发挥的最佳才能。

## 2、结合实际，确定目标。

订计划时，不要脱离学习的实际，目标不能定得太高或过低，要依据：(1)知识、能力的实际；(2)“缺欠”的实际；(3)时间的实际；(4)教学进度的实际，确定目标，以通过自己的努力能达到为宜。

## 3、长计划，短安排。

要在时间上确定学习的远期目标、中期目标和近期目标。在内容上确定各门功课和各项学习活动的具体目标。学习目标可分为：(1)掌握知识目标；(2)培养能力目标；(3)掌握方法目标；(4)达到成绩(分数)目标。

长计划是指明确学习目标，确定学习的内容、专题，大致规划投入的时间；短安排是指具体的行动计划，即每周每天的具体安排和行动落实。

## 中学生寒假计划时间表篇三

由于学期结束时时间比较匆忙，加上回家心切，所以基本上无法静下心来对期末考甚至是整个学期的学习进行分析与反思。反思可以从几个方面来进行：1)对学科基础知识的反思：在所学的所有学科中，哪一科比较薄弱，薄弱的原因在哪里？2)对解题的综合能力进行反思：哪一科哪一方面的综合能力最薄弱(可以从不同的题型来思考)，原因何在？3)对答题策略与技巧进行反思；4)对答题的规范性进行反思。

### 第二阶段：查漏补缺期

在全面反思的基础上，必须进行及时的查缺补漏。对薄弱的

基础知识重新复习一遍，并适当做点巩固性的练习；对综合能力相对比较薄弱的学科要进行专题的强化练习，在实战中不断总结做题经验和提升综合能力。

第三阶段：调整过渡期；

经过一个寒假后，最好提前一周进入调整状态。一是调整心理状态，做好开学的准备；二是调好身体状态，注意保证足够的睡眠；三是调整学习状态，适当预习下学期第一周的学习内容，以便平稳过渡，为新学期做好充分的准备。

## 中学生寒假计划时间表篇四

首先，做为家长，我们要对自己的孩子有耐心，有恒心，这样，我们的坚持，才能变成孩子的成功，第二，做为家长，要对孩子的寒假做好合理的安排，其中有学习的时间，也有玩的时间，计划一旦定制好，不要因为一些外界的因素随便改动孩子的学习计划，因为家长的随意变动容易养成孩子自己随意改变计划的习惯，第三，做为家长，在寒假里我们也要充当孩子老师的角色，将学校老师对孩子学习的监督、督促以及复习计划代为负责，不能有任何的推卸。下面是为孩子的寒假做了一个初步的安排，但只是针对个案进行的定制，不是所有学员都适合。并且计划中也是以语文(苏教版) 语文(人教版)内容进行的规划。

寒假整体家庭辅导计划：对三年级上册内容进行复习巩固，对三年级下册内容进行初步的预习，但是以复习巩固为主。

语文(苏教版)：共24课，8个单元

计划：1、每天进行2课的复习，将这两课课文的生字会拼音会写字、课后的读读写写做到会写字会，家长要做听写，全部听写，听写一次后有错误，需要将错误让学员进行改正后，再进行抽查，音、字、词是基本功，将这些变成习惯可以带

动学员以后的语文学习，注意：进行完当天的听写抽查，还要对前一天的字词也做抽查。

2、每2天布置一片日记，日记的字数要在100字以上，家长要对日记要进行点评和修改，不需要多专业，只要通顺就好，这项可以和学员学校的作业结合起来进行。注意：字数要求一定不能马虎，最好能让学员在日记中将学过的词或者见过的其他习作上比较好的词语进行套用。

3、一周需要做3篇阅读理解，时间可以由家长自己进行安排，家长要对学员所做的题与答案比对，然后给学员解释错误的原因。注意：阅读理解分为课内阅读和课外阅读，资料家长要自己准备，可以在网上找资料，也可以用学员使用过的资料，但不管怎样，资料以正规的题目形式呈现给学员。

4、每单元结束一定要进行单元的测试，全课本结束要进行其中、期末的测试对学员进行检验。

语文(人教版)：共10单元

每单元使用复习时间的划分为：1单元(2t)2单元(1t)3单元(3t)4单元(2t)

计划：按照上面的计划对所学内容进行复习，要求以做题的形式进行检查，语文不同语文，所以，家长要做的是自己选择好三年级上册的练习册进行辅导，可以自己购买，也可使用学员已经用过的，最好是跟章节的那种，这样复习起来会更加的'细致。

看完了高中寒假作业计划是不是有了颇多感触呢？小编希望新的一年，大家都能步步高升，事业学业都会取得不菲的成绩！

## 中学生寒假计划时间表篇五

哦！放寒假了！我终于可以轻轻松松的玩了！可~是，我不能光这么玩啊。我决定了，我要为自己制定今年的'寒假计划，我经过了几分钟就把今年的寒假计划做完了（我的计划是每天的，分上半月、下半月哦！），我的计划如下：

上半月：1、每天7：00起床。

2、起床之后吃早餐，吃完早餐看一会儿电视。

3、每样作业做5页（语、数、英）

4、中午睡2个小时。

5、下午，看一会儿电视。

6、每样作业做3页。

7、出去跟小伙伴们玩一下。

8、晚上就玩电脑、看电视。

9、9：00上床睡觉。

过完上半月，差不多就就已经把寒假作业做完了。下半月就轻松了：

1、每天8：00起床。

2、上午，出去帮妈妈买一点东西，准备过年。

3、下午，自己玩。

4、去亲戚、朋友家拜年。

5、准备上学的东西。

6、高高兴兴的上学！

怎么样，我的寒假计划不错吧！？在这里，我祝全国人民：虎年吉祥、在新的一年里事业有成，更上一层楼、天天百事可乐、月月乐百事、年年娃哈哈、岁岁都平安、心情似雪碧！！！！

## 中学生寒假计划时间表篇六

王安石有诗言道：“爆竹声中一岁除，春风送暖入屠苏。千门万户曈曈日，总把新桃换旧符。”在新的`一年里，你要盘点一下自己的学习收获，你总该有新的学习打算和计划，你要以春风般的热情来迎接渴盼已久的寒假。把握好今天的机会，才能赢得明天的精彩。

书法是一门艺术。写好字体是你终身受益的事情，不仅现在能提高各门学科的成绩，将来还能得到同事和领导的赏识，说不定还能成为当代的王羲之。布置书法作业，是为了提高你的素养，是为你终身发展着想，不是语文老师的作业，而是你应该训练的任务。要求：每天练字一张，共30张。

日记是生活的再现。凡是有作为有成就的人，都有写日记的习惯。坚持写日记是一种良好的生活习惯，不仅能记录你每天的所见所闻所感，而且能倾吐自己的愤懑和不满，能传递自己的友好和真诚，能抒发自己的性情和心灵，有甚者能纠正你人生的航向。那就拿起你的笔，尽情地写吧！要求：写12篇日记，写写每天自己经历的事情，写写读书的感悟，写写看电视节目的感悟，300字以上，可以有少量的插图，反面要有家长的简单的评语。

摘抄是一种读书生活。英国哲学家弗兰西斯-培根说过读诗使人聪慧，读史使人明智，演算使人思维精密。大诗人杜甫诗



云读书破万卷下笔如有神。平时我们疲劳于课堂听课与作业，没有读书的时间，那就借寒假之际买点书读读，因为书籍是全世界的营养品。在读书过程中，肯定会遇到许多宝贵的知识，你应该把它记录下来。要求：做12页摘抄，并分分类，如精彩语段、名人名言、诗歌歌词、少量剪贴、历史故事、名著人物，可配少量的插图。

《寒假生活》是将知识生活化的最佳刊物。能指导你安全愉快的度过寒假，使你健康的成长；能引导你在生活实践中学习知识，给你学习的乐趣；能丰富你在课堂中学不到的东西，让你的心智得到开发。要求：完成里面的练习，掌握里面的知识，阅读里面的文章。

预习是课堂学习的前奏。假期中买一些教辅材料，可以自学新课，尽量落实在预习笔记上。尤其是外语差的同学，可以补习，多记单词，充分利用好你买的学习机，“既买之则用之”千万不要当做游戏的工具。要求：根据自己的能力和时间，自己来确定学习的任务。

寒假娱乐是寒假必须的调味品。既不能封闭自己，也不能放纵自己。可以看一些有意的电视节目，每天不要超过两个小时；玩一些正当的游戏，如下棋、打球或手工制作，以备来年竞赛；学唱一首歌，来激发自己生活的热情，增强自信；积极帮助家长做家务劳动，提高自己生活自立的能力。

怎样保证学习计划的完成呢？

首先，自己要有学习的热情——我学习，我快乐；我自信，我高兴。自己要学会暗示自己——玩物丧志。其次，学会合理安排时间，把作业分散在每天去做，千万不要在开学的那几天做作业，没有效果，也失去学习的本色。

## 中学生寒假计划时间表篇七

寒假生活开始了，中学生应该如何度过一个充实的寒假学习生活呢？我结合几年来对学生的辅导，就如何制定详细的学习计划谈一下几点意见：

合理安排时间。

学生平时在学校学习每天从早到晚，都围绕着老师和作业考试转，很少有自己自主化学习的时间。寒假了应该全部是自己的时间。学生要在放假后就制定一个寒假学习生活计划。

从时间来说，假期不像在校学习时那么紧张。但也要有条不紊。一天的时间安排从早上起床到中午再到晚上休息，都要有一个详细的规划。什么时间预习复习功课，预习复习哪门功课。什么时间休息，如听听音乐，唱唱歌。什么时间和家长或同学上街玩或做些有益的体育活动。要像在学校里一样有一个“日程表”，制定的计划要充分想到一些自己控制不了的时间，留有弹性余地。如和家长一起拜访亲友或亲友同学上门拜访，和同学一起自由活动等等。一般要7：00起床，中午休息半小时，晚上10：30最晚11：00休息。把复习功课、科目、玩、兴趣发展、逛街、访友的时间穿插开，做到劳役结合、井井有条。一般上午以理科为主，下午以文科为主，零散时间背背单词、积累。利用网校听名师面授、看知识强化，做在线测试，也可以单独拿出时间听英语外教听力、看作文天地里的写作指导和作品共享或着看在线答疑里的疑难问题，做到巩固强化所学知识。

- 1，从最差科目着手，例如，英语每天固定背单词，物理每天做习题，语文每天做阅读。
- 2，需要记忆的，记载小本子上，随身记。
- 3，多看辅导书，多做练习题【重要】

4, 错题一定要整理下来【重要】

5, 树立目标, 用尽全力