中学生暑假的学习计划

作者：小六 来源：网友投稿

本文原地址：https://www.xiaorob.com/shujia/2268.html

ECMS帝国之家，为帝国cms加油！

中学生暑假的学习计划

时间过得可真快，从来都不等人，我们又将续写新的诗篇，展开新的旅程，现在的你想必不是在做计划，就是在准备做计划吧。拟起计划来就毫无头绪？下面是小编为大家收集的中学生暑假的学习计划，希望对大家有所帮助。

中学生暑假的学习计划1

一、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。”

二、暑假英语学习计划:

一、总则：

1、坚持每一天，充分利用一切可以利用的时间学英语。没有持之以恒的学习和大量的时将做保障，一切都是空谈。

2、每天听写一篇文章，以此文章为中心，展开一天的学习。

3、听说读写译五项都要练，以听说为主。

4、求质不求量，把听写的文章彻底搞懂足矣，不要好大喜功，贪大贪快。扎扎实实，按部就班，是学好英语的必经之路。

5、把零碎的时间充分利用起来学英语，不断地重复。

6、听写是个学习英语的好方法，要继续加强。

7、早睡早起学英语。

8、抓住一套教材足矣，不要盲目的更换教材。

9、每天学习英语必须要有详细可行的计划，必须坚决执行，没有任何借口。

10、相信自己，一定能够学好英语。

二、分则：

（一）听力：

1、早晚都随身带mp3，*一有空闲时间就反复听这篇短文，直到听烂为止。

2、周末看一部外国电影，复习就内容，检查一周来的学习计划执行情况。

3、重视精听，听无数遍。

（二）口语：

1、朗读并努力复述听写的短文。

2、每天坚持张嘴说，每周参加英语角。

3、注意在朗读过程中纠正发音。

（三）阅读：

1、每周阅读一份英语报纸。

2、每次整理笔记。

（四）写译：

1、争取把每天听写的短文都翻译，先英汉，再汉英。

2、注意整理笔记。

中学生暑假的学习计划2

我的暑假计划：

一、完成暑假作业

1. 7月1日至7月10日：完成语文、数学作业。

每天上午18面暑假之友或18面口算书；每天下午12面口算书和12次口算本或5页硬笔书法纸；每4天写一篇作文（暑假总结除外）

2. 7月11日至7月14日：完成英语作业。

每天上午抄5个模块第一单元第二部分句子和3个模块单词；每天下午做英语小报和背一个模块单词。

二、旅游

三、学习一种技能

1. 学习烧饭做菜

四、加强写作能力

1. 完成暑期作业的5篇作文

2. 阅读四大名著

你看，我的暑期生活丰富多彩，做到学习、娱乐两不误。我希望我能按暑假计划达到我所制定的目标。

暑假计划重在坚持并不是说一定很严格

简单的日程只要每天都做到就可以了

下面是为你制定的计划~呵呵不知道怎么样

6：30起床（夏天是最漂亮的季节，早上的空气也最新鲜，虽然六点半早了点，但是为了新鲜的生活值得付出，呵呵~）

6：40--7：30晨练（想减肥的话晨练是最重要的跑步也好打球也好一定要坚持~~）

8：00--9：30早读学习时间（我是英语专业的学生相信我如果想学好英语早读很重要会锻练你的语感发音口语等各方面从下面的计划可以看到我为你暑期安排的学习时间不多但这个如果坚持下来的话一定会收获不小）

9：30--12：30自由活动（毕竟是暑假时间主要还是放松自己嘛这段时间可以上上网见见朋友反正自己安排吧）

12：00--2：00睡觉（夏天最热的时间还是留下来睡觉一来避暑二来养神）

2：00--5：00自由安排（还是想做什么就做什么吧这段时间打打球看看电视上上网依你而定吧）

5：00--5：30晚饭（想减肥的话就要提前吃晚饭了）

6：00--8：00读书（这段时间感觉比较舒服好好利用一下读一些喜欢的书啊或者干脆就学学习不是很好吗）

8：00--9：00靠墙站立一小时（这是瑜伽的一种减肥很有效不过会很累坚持住啊～）

10：00睡觉

中学生暑假的学习计划3

作为初三的学生，应该也能算的上是准高中生了吧，在即将到来的暑假，为了保持住自己这种学习的积极性，也为了不荒废时间，我制定了一份详细的学习计划，涉及到了方方面面的知识梳理，我相信只要严格执行这份计划，那么等到开学的时候，我就能够以最好的状态来面对学习上的难题并将其一一解决。

一、晨读与晚听

在学校的时候，每天都会进行早自习，而早自习一般都是朗读课文，这样做是有着科学根据的。早上的学习状态是

最好的，可以说早上学习并进行晨读的话可以起到一个很好的记忆效果，这些都是不会轻易遗忘的。除此之外，晚上睡觉的时候进行英语听力训练，并在英语歌曲的陪伴下进行睡眠，这样做可以加深自己的记忆力，也能加强对英语的学习与训练，由于效果是潜移默化的，因此我觉得这样做比默写英语单词的效果要好些，毕竟单纯默写的话，如果不去反复记忆很容易忘记，这样做也能够最大程度将闲散的时间利用起来。

二、试卷练习

暑假的学习自然不能仅仅满足于暑假作业的完成，对于题型的练习，要做到每天都练习，因为考试出的题目不是一成不变的，尽管只是在我们所学知识的范围内出题，但我也不能够保证自己全部都弄懂了，一定还有自己不理解的地方，这个时候就要购买试卷进行练习，要争取每天做两张数学试卷，要在有限的时间内做得又快又好，这样在开学以后的月考之中我便能够享受暑假学习带来的成果了。

三、体育训练

新世纪的学生自然要德智体美劳全面发展，因此身体上的训练也不能落下，每天傍晚都要进行跑步训练，既能够有消化并吸收晚餐的营养，还能够起到锻炼的作用，我可是听说体育考试中有专门的考核呢，虽然不知道规定的时间是多少，但暑假的时候锻炼一下总是没错的。

四、补习班课程

暑假少不了的自然还有补习，既然学习上还有不足的地方，那么就去专门的补习班进行补课。我的化学成绩是比较差的，因此我应该重点学习这门科目，每天花费半天的时间进行学习，还有专门的题目训练，我觉得如何更有效的学习，补习老师肯定知道的比较多，因此有不会的地方就应该要多多请教。

以上便是我在暑假的学习计划，暑假的时间很长，这是个很好的学习机会，况且我听说很多学习成绩比较好的学生都制定好了属于自己的学习计划，那么我就更不能松懈了，比我优秀的同学比我更努力，那么我又有什么理由不去学习、不去努力呢？

中学生暑假的学习计划4

（1）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。可安排对功课的全面学习。

（2）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。

（3）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。

（4）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，以利于再学习。最好休息，也可听轻音乐。但午休切莫过长。

（5）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。

（6）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。

（7）晚饭后19点-22点：
应根据情况妥善安排。可分两三段来学习，语、数、外等交叉安排；也可作难易交替安排。

中学生暑假的学习计划5

中考已经落幕了，在暑假结束之后我就能够进入重点高中，成为一名高中生了，以前在学校经常听说高中的学习是多么苦、多么累，让我对将来的高一生活有了一个大概的认识。我想我得制定一份适合自己的学习计划，毕竟是在重点高中，一个不注意的话，很可能成绩赶不上大家的进度的，我可不能给班集体拖后腿，我得在刚进入高一的时候取得一个头彩！

首先，我听说高中入学的时候可是有军训的，这可让我没什么底气，之前的体育考核我都只是勉强过关而已，如果不在暑假的时候锻炼一番的话，或许入学的军训很难坚持下来，一次我应该每天抽出两个小时的时间跑步，坚持晨跑和傍晚跑步。另外我也应该做好预习之前的准备工作，高一的教材得托亲戚借到手，这样的话我就能够提前预习一番，这或许会对我后面的学习有着很大的好处，如果没能借到高一的教材的话，后面的学习计划可能很难展开吧，毕竟我得知道高一学生应该掌握哪些知识，然后我才能在这个基础上划重点，然后开始学习。

其次，我的学习计划里面不可缺少的一环就是补习班，我可不认为自己一个人的智慧能比得上大家的智慧，我连从哪方面开始学都不知道呢，作为学生，我应该要多向老师学习。然后就是根据自身的弱势进行补习了，初中阶段，我的英语和物理成绩是比较差的，应该要重点补习这一块，每天花上两个小时的默写英语单词，毕竟学好英语的关键在于提高词汇量，然后早上起来以后要大声朗读英语单词，物理方面应该要多做题目，多买些试卷，这样或许能提升自己弱势科目的成绩。

最后，我想我得调整一下自己的生物钟，因为高中生上课时间都是比较早的，从我平时上学的路上便可以看出，初中还没开始上早自习的时候，高中生已经开始做早操了，因此我应该要养成良好的作息时间，做到每一天都能够早起。然后初中的一些陋习也应该要改掉，要减少玩手机和看电视的时间，不然的话很可能会因此影响到自己高一的学习成绩，至少解决掉这些问题以后，我在执行自己的学习计划的时候就没有后顾之忧了。

其实我的学习计划是很简单的，至少在我看来没有什么难度，但是我知道写一份学习计划很容易，但是要做到每一天都坚持下去却比较难，我应该要提升自己的毅力，只有坚持下去，我才能够获得成长。

中学生暑假的学习计划6

暑假计划具体时间安排：

早上6：30起床，出去跑跑步。

7：30吃早饭，之前最好听英语、朗读，8：30开始学习学到11：00结束，然后看电视到1：30时开始学习到3:00左右结束开始看课外书到5：30结束看电视，之后吃饭，到6：30可能吃完出去锻炼。

7：30回来玩电脑到9：30。

暑假计划具体科目安排：

数学

1.看数学书，尽量把基础的知识懂透。暑假时间比较多，自主学习的时间较多，所以要好好把握。把平时没学懂的学懂，为下学期的学习做下铺垫。

2.学数学，不做题是不行的，数学讲究见多识广，很多题目看起来比较难，但是如果是你做过的，就很容易。

3.数学，假期补课可以适当安排，毕竟初一，不用太紧张，补课要有针对性，对自己不懂，或不是很懂的东西才补。

4.适当的预习也是有必要的，初二的重点应该是分式和三角形，可先对较基础的东西进行预习。当然，能力不同，要求不同。

语文

语文学起来应该比较轻松，主要是背诵下期的一些古文，这个很重要，为开学的学习打下号基础。

英语

记单词，尽量在开学前将课本上的单词记下来，还可以买跟教材配套的磁带进行跟读，这很有用。复习就是记学过的单词，尽量都会写。还有就是背课文，增强语感。

物理

物理是初二新增加的科目，虽然之前孩子们没有学习过，但是肯定接触过，所以孩子自己也是可以进行预习的，如果还是不放心，那么可以配备一本基础的课辅书籍。初二的物理不是很难，如果能够在暑假将课本预习一遍，开学后上课认真听讲应该问题不大。

中学生暑假的学习计划7

暑假来了，经历过一个学期的学习，孩子们终于迎来了不用早起、不用上课、不用熬夜赶作业的两个月。

但是，你知道吗？每一年的暑假，每个学校、每个班级，总是会有一些学生脱颖而出，让人有“士别三日，刮目相看”的感觉。所有的学霸都曾经提到：“初中每个学生的基础差距不太大，但假期一定是学生”偷偷“变优秀的好机会！”

1小升初：暑假做好心态调整

暑假过后，小升初的学生就开始进入初中阶段学习。面临新学校、新老师、新同学，准初中生将会产生不适应。

首先，小学与初中相比，学科知识跨度大，学习能力转化难度大；其次，很多学生都容易产生情绪上的波动或心理上的压力。以上的各种不适应，有可能导致学生生理与心理发展不均衡的严重后果。建议准初中生在暑期除了做好文化课铺垫之外，更要做好心态的调整。

2初升高：暑假“衔接”很重要

教育专家发现，一些本来在初中成绩优异的学生升入高中后，成绩却变得平平；相反，有些学生在初中成绩一般，到了高中后却一跃而成了优秀生。这到底是什么原因呢？经过长期研究，教育专家得出一个这样的结论——是“衔接”出现了问题。

初升高，实现从初中生到高中生的角色转变，在转型过程中，学生会出现很多不适应。高一九门功课同时学习，课程量的增多，致使学习压力增大，对知识点的衔接要求更高。高中阶段老师对学生的'关注相对于初中来说要少一些，致使学生心理衔接未能做好，这也是升入高中后成绩下滑的一个重要原因。

3准初二：顺利跨过“分水岭”

初二是初中阶段最关键的一年，这段时期处于初一的放松和初三的紧张中间，如果不能很好地处理好学习与玩的关系的话，无疑会对初三的学习造成不利的影响。在课程上，初二还新增了一门物理，对于学生来说，如果无法入门，对于以后物理课程的学习会形成很大的障碍。

初二是一个分水岭、一个跳板、一个承前启后的重要阶段，所以，准初二学生的暑期学习计划中，有一个很重要的目标就是巩固旧知识，提前预习新知识。

4准初三：暑假打好预备战

对于准初三的学生来说，这是初中阶段的最后一个暑假。学生更应该有效地进行安排并调整好自己，以便下学期开学能以最快的速度进入正式初三的学习状态。准初三的学生面对即将到来的中高考压力，暑假打好预备战最为重要。

在暑假这段时间里，要对以前所学的内容来一次全面扫描，归纳出自己含糊不清、一知半解的章节，并有针对性地进行巩固强化；提前了解、熟悉中考考纲，通过对考点的梳理来确定自己掌握不扎实的内容，制定针对性学习方案，抓住考点做针对性复习。

中学生暑假的学习计划8

一、时间计划

1、制定合理的作息时间表

起床：6：00

学习：6：30—7：30英语

早饭：7：30—8：00

学习：8：20—10：00数学化学(历史或地理)

休息：10：00—2：00

学习：2：00—4：00物理(政治)语文

休息：4：00—6：30

学习：7：30—9：00复习总结一天所学知识，写日记。

2、严格执行所制定的作息计划，决不因其他事情而不按计划行事。如果有特殊情况占用了学习时间，必须加倍弥补。

二、学习计划

1、预习下学期所学新课。制定严格的预习计划，然后坚决实行之。计划的落实以自学为主，要尽量地自己看懂;不会的要做出标记，等以后解决，或询问他人马上解决。预习新课要尽量多预习，争取预习下学期新课的三分之一以上。

2、复习旧课。对以前学过的旧知识必须时常复习，要用10天左右的时间来复习旧知识，复习时尽量采用目录回顾法，对不会的知识尽量摘录下来，留待以后在复习时作重点复习用。

3、自觉写2篇以上语文作文和英语作文，养成自觉修改文章的好习惯。

4、看一部中国古典名著，并做好笔记摘抄。

5、坚持练字。每天学习累了的时候，要仿照一本好的字帖去练字。

三、提高自己的综合素质

1、学习累了之后，要干力所能及的活，如：打扫卫生、抹玻璃、拖地板、打水、做饭、买菜、洗衣服、接待客人、社会劳动、为家长洗脚、社会调查等。

2、提高思想认知水平和道德素质，不断完善自己。

3、提高分析问题、解决问题的能力。培养自己形成一种思维全面、反应敏捷、运作正确、快速的学习机制;养成一种勤学、善思、好问、求实的学习习惯。

首先中学生应该为自己拟订一个时间表，并按照计划去做，生活才会井井有条。而且也可在这期间抓差补缺，集中大部分精力去认真检查一下自己在学习及课业上还有哪些科目比较弱。然后，我们应该好好反省及思考，针对性地进行查漏补缺。因此我们必须要充分利用假期时间，努力提高，以便在下一次的考试中能与同学们齐头并进，继续学习新的知识。同时，在学习当中也可温故知新。这是一个非常有效的学习过程，而且还可以梳理以及巩固我们的学业。学习新知识，预习新课程，为新学年的学习打下坚实的基础。

除了读书之外，一定的休闲时间是必要的。假期期间，也可以选择和自己的家人一起出去旅游，到一个向往已久或是名胜古迹、蜀山大川的地方旅游。一趟旅游下来，不仅可以欣赏到许多的风景名胜，放松心情，还可以通过旅游见闻吸收许多心得及课本以外的常识，还可扩大眼界。但外出旅游要根据各自的家庭经济条件量力而为。若家庭经济状况不允许，可以和家人一起去当地有特色的景点游玩一下，或是可以一起登山、野餐、露营等户外活动。这不但可以舒缓学习压力，调解心情，同时还可以增进与家人之间的感情。

不仅如此，我们也可以在家里学习做一个家庭小主人，培养自理能力。我们可以在家里提前做一些将来出社会一个人独立时的提前预习，帮父母做一些家务事，体验一下家务的繁琐。例如：争取在假期期间学会做饭，并且学会做几道比较拿手的菜。在假期中每天适当承担一些家务劳动，既能减轻家里的负担，又能把自己锻炼成为一个全面发展的人。更重要的是，从而懂得体贴父母，孝敬长辈，对于生活在农村的学生，要积极帮助农忙的父母干些力所能及的活，从中体会父母的艰辛，理解父母的不易。

接着，我们还可以出去外面打工，帮自己赚些零用钱花。同时，我们也可以帮忙补贴家用，减轻父母的负担。此外，在打工的同时，除了可以累积一些工作经验之外，我们还可以锻炼自己的能力，体验社会的现状和辛酸。而且还可激发努力学习奋进的激情。这不仅可以满足中学生对社会的好奇心，而且通过工作的付出，还可以使学生们了解到金钱的来之不易。同时也通过自己的劳力得到报酬，为今后自己的生活付出努力。培养自己的责任感和自制力，为新学期做好准备。

所以只要好好地计划假期的生活，我们将会真正的使自己的假期生活丰富起来，而且还可以过非常充实、精彩和有意义的假期。

中学生暑假的学习计划9

暑假的到来从来就是所有学生最开心的事情，但是放松之下若是荒废了学习，只会在开学的时候后悔莫及。所以要在暑假期间好好安排自己的学习，张弛有度，坚持学习的连贯性。

一、把握假期前几天

很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。

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。

二、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”。

三、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。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。

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。

中学生暑假的学习计划10

眼看着今年的暑假已经来临，在等到下个学期我再来到学校的时候，就已经是初三的学生了。本来还在慢慢悠悠的

过日子的我，也终于察觉到了——我们的时间不多了!初三只剩下短短的一年了，我们就要面对升学考试了!看着我今年的考试成绩，再看看我当初定下的目标。我深深的感觉自己不能在这样放松下去了。

在以往放假的时候，我总是处心积虑的想着怎么在补习过后有更多的时间去玩，但是今年显然是不行了。在老师们的提醒下，我们也都认识到了高三考试的重要性。虽然不及在高考时的重中之重，但是成绩也是我们上重点高中的唯一资本。

面对我现在有些微微偏科的情况，我决定要在这个暑假改善自己，这也是我在初中的最后一个可以利用的暑假了，机会不等人，我必须赶快抓紧!

为了在这个暑假能更加良好的规划自己，不让自己在有其他的杂念，我对自己在暑假中的生活作出了以下规划：

一、每日计划

这是我在整个暑假的时间都需要遵守的任务，知识在于一天天的积累，这是我从老师那学来的最实用的一句话之一。

1.在每天的早晨背读英语，联系自己的读音和单词的记忆。

2.在中午的时候要好好的午休，避免在下午打瞌睡。

3.晚上完成一天的补习作业、暑假作业、自我默写单词。

二、上午的任务

上午大部分的时间都是参加补习班，但是也有需要自己学习的地方。

1.认真的听完每一节课的知识点，记好学习笔记。

2.将昨晚找到的问题向老师提出，找出自己的知识盲点。

三、下午的任务

在家时是我最容易懈怠的时候，希望我能在这个暑假内管理好自己的行为，认真牢记自己的学习初心。

1.回家后先复习这一天的学习笔记，要抓紧记住知识，这样才不会遗忘。

2.复习之前的知识，在学习新知识的时候之前的也不能忘，如果出现了不清楚的地方，要及时的解决或询问老师。

3.预习，对明天甚至后天的知识进行预习。

在这样详细的安排下，相信我也不会在某个时间找不到事情可做。但是虽然是这么满的安排，但是留给我休息的时间也还是非常充足的，只要我在学习上更努力一点，更细心一点，快一些完成，那我在这个暑假还是有很长的时间的。如果我没在学习的时候还想着其他的事没能按时完成，那么没时间去休息也只能算是对我的惩罚。虽然在这个暑假里我不能过的轻松，但是如果我能考上自己想去的高中，那想必我一定不会后悔在这个暑假所付出的努力!

中学生暑假的学习计划11

1、重视学习习惯的培养

培养良好的学习习惯，不仅对学生必要，实际上对所有的学生都有着重要的意义。学习的计划性、目的性一定要强，不要搞突击战;听课要讲究效率，在课堂上无论会与否，都要紧跟着老师的节奏，与老师多交流，尤其是有不懂的地方要及时问。

老师要帮助学生做好成绩分析，这对提高每个同学的成绩是非常有效的，同学不妨学习一下，通过反复的成绩分析

，对自己的学习做到心中有数

在做成绩分析时一定要细致，哪里知识掌握不牢固，哪一部分考试经常丢分，然后适当练习弥补不足，并且给自己定下目标，避免今后再次丢分。

2、跟着老师走

首先，XX上学期，老师会讲新课，听课时一定要紧跟着老师，认真听讲，仔细做笔记，然后及时复习;到了下学期就会系统复习，在这一环节，迫于时间，有的地方不会讲得非常仔细，同学们在课后还需要自己看书，不要放过每一个知识点。

第二，到了XX，一个显著的变化就是要做大量的题，经历无数次考试，做错题肯定也不会少，其实这是很正常的，所谓“做得多，错得多”，但是有的同学可能会因为一次错题、一次考试而影响情绪，其实这大可不必，更不要因为做错题而怀疑自己。练习或者考试之后，看一下哪些不该丢分的地方失分了，将这些题抄到一个错题本上，将考查重点、易错点用不同颜色的笔勾画出来，反复思考、练习。

跟着老师的思路走，掌握有效的学习方法，扎实地复习，对XX学生来说，是大有裨益的。

中学生暑假的学习计划12

引入竞争机制。对于高层次听课活动、展示活动继续采用申报制，学校择优批准。凭听课反思、学习体会、上翻版课等报销外出活动的费用。

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。

在寒假的时候，正好利用空余时间，和孩子进行沟通，发现他的不足，有针对性地进行补习。例如孩子有某方面的天分，在校的普通课程又不能满足他的学习需求，不妨让他在寒假里多多学习，以启发兴趣和开创思维。如果有的孩子单科成绩不是很好，那就在他身心能负担得起的情况之下，利用寒假时间针对性地进行补习。

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。”

一是，对概念的理解只是停留在文字表面，对概念的特殊情况重视不够。例如，在单项式的概念(数字和字母积的代数式是单项式)中，很多同学忽略了“单个字母或数字也是单项式”。

1.看数学书，尽量把基础的知识懂透。暑假时间比较多，自主学习的时间久较多，所以药好好把握。把平时没学懂的学懂。为下学期的学习做下铺垫

2.学数学，不做题是不行的，数学讲究见多识广，有些别个见都没见过的题，你做过的，就很容易。

3.数学，假期补课可以适当安排，毕竟初一，不用太紧张，补课要有针对性，对自己不懂，或不是很懂的东西才补。

4.适当的预习也是有必要的，初二的重点应该是一次函数和四边形，可对较基础的东西进行预习。

当然，能力不同，要求不同

语文语文学起来应该比较轻松，主要是背诵下期的一些古文，这个很重要，为开学的学习打下号基础

英语记单词尽量不前250个单词记下来还可以买跟教材配套的磁带进行跟读，很有用。复习就是记学过的单词，尽量都会写。还有就是背课文，增强语感。很重要

要带着问题、开动脑子听。疑是一切学习的开始。带着问题听课，就能使听课有比较明确的目标和重点，提高课堂学习效率，还能及时理解和消化教学内容。

物理物理是初二新加的，有兴趣可以预习，物理我觉得很简单，只要老师上课认真听就OK了

以上的都需要持之以恒，才有用

如果你觉得有些枯燥的话

可以丰富你的日常生活，体育也是中考科目，要重视。平时早上起来跑一下步，游泳之类的

每周的休息日，在完成作业的情况下，要把一周学习的知识，全部总结一遍，再巩固一遍，并写出自己一周的学习心得。

中学生暑假的学习计划13

进入暑假，对于学生来说，这是最值得高兴的事情。在暑假的日子里，有着自己的自由时间，不需要在早早的被闹钟叫醒，而睡意朦胧的离开心爱的床，开始准备上学的一切。不需要再担心没有完成老师布置的作业。暑假来了，就要开始了自己的暑假生活，可以自由的玩耍，也可以结伴去旅游，去看看大自然，去欣赏美景，也可以选择读一本自己喜欢的书。

在暑假里，你的时间是自由的，你的生活也是自由的，而对于自由的暑假时间来说，能够好好的利用好暑假时间，那对于你的暑假生活也是非常有意义的，做一个暑假计划，按照计划来去做事，才不会让自己的生活很杂乱，也不会觉得，暑假只是匆匆而过，而对于暑假的记忆，更是无从说起。

中学生暑假的学习计划14

1、早上起床时间控制在6点至6点半左右，然后马上去做一下运动，大概持续到7点钟（适当的运动有助于大脑血液循环）。然后吃一下早餐等等的。

2、上午时间大可不必疯狂地做作业。你可以先看一些英文的书（课外的，但是适合初中生的），那样有助于培养语感、积累词汇；然后（大概10点）你可以看一些文学类的课外书（当然不是英文的了）。适当地让自己有一个闲适的生活状态。

再说一下，你可以有针对地看书，上午你也可以看一些自己较弱的学科的书

3、下面说说下午的任务（忘记说了，午饭之前你也可以去运动一下）。下午，人的一般注意力不太容易集中，那

么你可以做一些暑假作业，注重理解。因为下午背的东西，一般都不太容易记住。

4、晚上，你不必太紧张，如果稍微勤奋点的话，你可以再做做作业；但我觉得晚上大可以看一下课外书，看一些新闻，或许去散散步。到8、9点时就可以睡觉了

5、总的来说，你一天要有9-10小时的睡眠时间，劳逸结合，才可以有较好的状态去迎接初三。我们一起努力吧！加油！

中学生暑假的学习计划15

一、计划实施的目标：

1、提高自己在语文、数学等方面的学习能力。

2、加强运动，提高身体素质。

3、学会做简单的家常菜。

二、具体措施：

1、针对自己的薄弱学科的学习态度、学习方法、学习目标进行反思，调整。

如果方便，你可以多听一下CCTV英语频道的节目、不要求你能听懂、只要求你从句子中几个关键的能听懂的词推断他说的大意是什么、对培养你语感有很大帮助、

（1）要有甘做仆人的心态。人都习惯于以自我为中心，然而，当你面对客户的时候，你必须从自我为中心的位子上走下来，多一点仆人的意识，这是优质服务的前提。尤其是我们这些天之骄子，只有把自己的架子放下才能往上爬。当然这里的“仆人”是要做一位自信的仆人，而不是萎萎缩缩的感觉低人一等的传统仆人、

2、在家长的指导下，写好自己切实可行的暑假生活、学习计划。（安排好每天复习进度的明细内容）

3、把练习卷上做正确的题目进行整理，确认自己已经掌握了哪些知识，具备了哪些运用能力，树立自己对本学科的信心。

4、把练习卷上做错的题目进行整理、抄录，打开教科书，逐题进行分析，找到错误的关键之处，进行认真的订正后，再到教材上找到相关类型的题目，进行练习、强化。（尽可能用自己的力量解决问题）

5、遇到无法解决的困难，按教科书的学习顺序进行梳理罗列。了解自己学习问题的共性薄弱点，然后可以请老师一起帮助解决。

6、每周二次带着学科的不懂之处和老师一起分析、解决问题。回家后运用老师解决问题的方法进行自我强化练习，填补自己的学习漏洞。（这一点必须按照教材由浅入深的学习顺序，切不可东一榔头西一棒的无序）。

7、每次完成习题的订正，将错题订正的全过程，牢牢地记在脑海里（背出），渐渐地形成解题方法的量的积累。

8、一星期打两次球，游三次泳，增加运动，提高体能。（也可以听音乐等，做自己有兴趣的事）

9、一星期跟着父母学做两次家常菜，如炒茄子，蒸鱼之类，再做一些力所能及的家务。

复习旧课。对以前学过的旧知识必须时常复习，要用10天左右的时间来复习旧知识，复习时尽量采用目录回顾法，对不会的知识尽量摘录下来，留待以后在复习时作重点复习用。

一个星期至少一次到图书馆看小学生课外读物，或者自己家里有课外书的把它看完、最好看一些第三，每天要做适量的运动，不要因为天气寒冷躲。

三、时间安排：

1、一星期学习五天，上午2、5小时，下午2、5小时。按一小时一节课安排好课表。

安排表最主要的目的是让孩子养成良好的学习、生活习惯。对于一年级孩子来说，自控能力较差，因此，对于一段时间表现较好的，家长要多鼓励，甚至合适的奖励，包括外出游玩。让孩子自信地坚持下去。但不要在孩子没有完成自己的安排计划下，给与奖励。特别说明，奖励应该由家长在孩子表现较好的情况下，视情况而定（包括礼物、买衣服、外出进餐、郊游等）。不能由孩子自己随意提出要求，当然合理的可以参考。

2、每天的3点以后是运动或做家务的时间。（也可以安排一些合适的娱乐活动）

3、双休日去看一些有益的展览会，或参加一些有益的社会活动。

一个学期过的真快啊，不知不觉又到暑假了。暑假，要把实验室的项目做好，希望开学的时候，我的程序有很大的进展了，甚至于争取能有篇小论文出来。因为项目的需要，都拒绝了刘老师的帮助请求了，因此一定要把项目做好，要不然就太过意不去了。今年这个暑假除了做好实验室项目外，一定要好好来武装自己，很重要的一个暑假。好多的书想好好看一遍，php、算法导论、c++primer、stl源码解析、大话设计模式、javascript高级程序设计，呵呵，似乎我很贪婪，因此也经常是啥都没深入的学好。现在计划下暑假两个月的学习打算。

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。

四、家长督促：

把练习卷上做正确的题目进行整理，确认自己已经掌握了哪些知识，具备了哪些运用能力，树立自己对本学科的信心。

1、设计好每天的生活、学习评价表，对自己每天的生活、学习作好评价。

2、家长一周三次检查学生的暑期生活、学习计划执行的情况和进度，及时帮助解决执行中的困难。

3、家长在帮助学生执行计划时，也要尊重学生的要求，切不可急躁。要重视学生学习态度的调整和学习兴趣的提高。

由于某些因素，让我们在英语水平上与经济发达地区的孩子们有一定的差距，但我相信只要我肯努力，也能追上他们，并比他们做的更好。

感谢您的阅读，祝您生活愉快。

更多 暑假计划 请访问 https://www.xiaorob.com/shujia/

文章生成PDF付费下载功能，由ECMS帝国之家开发