# 初中生暑假计划(大全17篇)

来源：网络 作者：落梅无痕 更新时间：2025-07-12

*在现实生活中，我们常常会面临各种变化和不确定性。计划可以帮助我们应对这些变化和不确定性，使我们能够更好地适应环境和情况的变化。计划书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇计划呢？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。初中生暑...*

在现实生活中，我们常常会面临各种变化和不确定性。计划可以帮助我们应对这些变化和不确定性，使我们能够更好地适应环境和情况的变化。计划书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇计划呢？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。

**初中生暑假计划篇一**

20xx暑假打算怎样才能让孩子们过得快乐而又充实?孩子暑假生活过得不好，主要的原因是在家长，专家们认为，暑假和寒假是学校教育的空档期，但也是提高孩子素质、增加暑假见闻、亲子交流和充实暑假作业的黄金时期，不容错失。fwdq为您准备了暑假学习计划、暑假旅游计划，希望能给家长们一些启示，让孩子们过一个快乐而又有意义的假期。

此类计划具有督促性，适合尚须家长督促、老师帮助的学生。此计划中，特别重视学生学习自信、兴趣及学习自制力的培养和家长、老师的帮助。

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。

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。

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。

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。

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。

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.合作学习小组的同学互相督促，执行暑期生活、学习计划有始有终。

1.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。

2.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。

**初中生暑假计划篇二**

初二的时光已经过去了，随着暑假的到来，我需要制定一个关于我学习、娱乐以及锻炼的暑假的计划。在暑假的这段时间，我会尽量的去完成它，增加自己的知识以及体质！

我一定要学习多一点数学，奶奶从中国带给我了碟，在这个暑假内，我要用它帮我学习，保持全班第一的成绩，要不然被人家追上了，那就不好了，要保持原有的成绩，还要尽量把奶奶给我的数学练习册给做完；我要尽量学会更多的英语，把英语成绩提高，更上一层楼，尽量读更多的英语书，就可以知道更多的知识了；我知道了我的英文老师的邮箱号，所以又不懂的尽量问她，这可以锻炼英语，有可解决困难，还要多和同学说话，这也可以锻炼英语，多背单词，练练口语，还有多读句子；在暑假里，我还要多看书，尽量把从国内带来的书都看完，增长更多的历史以及哲理知识；如果可以的话，就去教堂或补习班补习...

娱乐、锻炼的计划：

如果可以的话，我希望可以四处走走，到处看看；有时间的时候就到外面和朋友们玩玩，到外面去转转，认识更多的朋友，也可以锻炼锻炼；坚持每天都跑步十分钟以上，尽量跑远一些，跑的快一些，尽量每天跑一英里，那也就是一千六百零九米了，用20分钟足矣跑完1英里，所以尽量每天跑20分钟，这可以增强我的体质。

希望我可以做到这些，提高我的知识，增强我的体质。希望在这两个月多几天可以学到很多的东西，尤其希望在英语和数学方面我会有大大的增长，八年级的时候会有比今年更好的成绩！

**初中生暑假计划篇三**

1、每天的四个“1小时保障”

每天保障做一小时的语文或数学暑假作业；

每天保障一小时的无负担课外阅读；

每天保障一小时的英语自学。

每天保障一小时的户外活动或运动。

2、计划与非计划。

如无特殊情况，每天必须完成以上计划；

每天的计划在得到“保障”的前提下，可灵活自由安排；

如果因外出旅游、回乡下度假等意外安排，可临时不予执行；

可以偶尔睡懒觉，但不要影响当日计划的实施。

1、不参加语文、数学的培优，不请家教，相关课程自己独立完成。

2、语文课程计划。

7月份完成暑假作业，8月中旬前检查、改正，查漏补缺；

把自己的藏书系统再读一遍，重点读历史、百科知识大全、漫画、中外名著导读等丛书；

假期可以自己买三本自己喜欢的任何书籍；

把以前稍显薄弱的阅读题的规范回答、错别字系统复习。

3、数学课程计划。

7月份完成暑假作业，8月中旬前检查、改正，查漏补缺；

**初中生暑假计划篇四**

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。

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。

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)。

**初中生暑假计划篇五**

转眼间，又到了期末。昨天，已经结束了期末考试，这两天暂时还没有出成绩，但我这次考试考得怎么样我心里有数。以前每次放假我都玩得特别疯，到快要结束假期的时候才开始写作业。在开学的前一个月我也不会收心，没有投入到学习状态中。但现在我已经过完初一了，假期之后马上结束初二的学生了，不能再这样下去。趁着老师还没有布置作业，学校的暑期作业也还没有发，我做一个暑期的学习计划，让我能够在暑假有计划的学习，开学之后迅速的投入学习。

每天的上午都用来写作业，现在还不知道老师布置作业的情况，但是根据寒假的作业来看，也不会太少。在知道老师布置的作业之后，先把作业都按科目汇总到一起，再把作业分成几个部分，每天写相同的数量的.作业。作业有没有完成会影响到我报名，只有作业都写完了班主任老师才会让我们报名。

这个学期的作业一共是七个科目，我根据学校的作息时间，每周一到周五写作业，周六周日休息。所以我把七个科目的作业分到了五天完成。周一写语文，周二写数学，周三写英语，周四写生物和地理，周五写政治和历史。作业虽然看起来多，但都比较的简单，所以只需要每天花一个上午写就可以写完。

每天的下午都用来预习初二上学期的课本知识。我认为政治、历史这两门不需要预习，所以我只需要学习语文、数学、英语、生物、地理，还有新开的物理这六门课程。还是跟写作业的计划一样，每天预习一到两门。周一预习语文和英语，周二预习数学，周三预习生物，周四预习地理，周五预习物理。因为语文和英语的预习都比较的简单，就是记和背，所以我放到了一天预习。其他的科目就是先看书，再做题，加深记忆和理解。

我这两个月暑假的作息计划是跟学校上课的时间一样的，早上有早自习，当天学习什么科目就是什么科目的早自习。每天上午有四节课，都是用来写暑假作业，每隔四十五分钟就休息十分钟。下午也是四节课，跟上午一样，下午是预习时间。周末两天就是休息时间，让我每天都学习是不太可能的，所以我安排了两天休息。晚上睡觉时间和早上起床时间都和在学校里面的时候一样。

我一定会按着这个计划执行，我不会再像以前那样只想着玩了。我想，通过这两个月的学习，我在开学之后肯定会学习得更好。

**初中生暑假计划篇六**

暑假生活，多姿多彩。祝大家过一个愉快，充实，有意义的暑假!带给大家，希望大家认真阅读。

手里拿着成绩单，看着这分数心里真不是滋味。虽说考试前我生了场病，考这分数情有可原。但总的原因还是我没有认真学习，造成基础不牢固，无法用自己所学的知识去面对考试。

想着平日里父母为我的学习操碎了心，心里总有一种愧疚感。暑假来临，正好可以利用这段时间来弥补我学习上的不足。

我的暑假学习安排是这样的：

一、每天坚持听一个小时的英语。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。

三、多做理综题。只会一味的死记硬背公式是不会在理综上拿到高分的。理综注重的是灵活运用，只有多做题，题型见多了，遇到相似的题就知道该如何下笔。像我在那抓破脑袋想这题应用什么公式，好不容易公式想出了却不知道该如何解题，时间浪费了分也丢了。

四、整理笔记，回顾以前所学的知识。学过的知识只有不断回顾才能让它记忆深刻。像我总是把以前所学的知识全都堆积到考试前几天来复习，这种做法不仅没有效果还让我越复习越紧张。把笔记整理几遍可以发现哪些知识是重点，哪些知识自己还没吃透等等。

五、利用网络多和别人交流。网络是个很好的交流平台，我们可以在网上与他人互相交流学习经验，了解大学的招生信息等等。“所谓天才人物指的就是具有毅力的人，勤奋的人，入迷的人和忘我的人。”我会充分利用好这个暑假，以最好的状态去面对新学期的到来。

这就是我的暑假。

学习计划。

那么你的呢?

**初中生暑假计划篇七**

一年一度的暑假开始了，好开心啊，但我不能白白浪费掉，为此我为自己的暑假制定出一些计划。

首先，妈妈说我的身体不好，要我每天早上和晚上都绕着市场跑步，经常锻炼。身体是最主要的。

以前放暑假，我经常去一些补习班，但这次我不去了，我要自己在家学习。这样可以根据自己的情况学习。复习上学期的科目，也会试着学一下新学期的知识。在这个假期里，我还会积极做暑假作业，每天安排好时间，每天做一些。

我的语文不好，在这个暑假里，我要以学习语文为主，除了老师和学校留的作文外，我还要天天写日记，经常发一些文章，坚持练笔，提高我的写作水平。阅读也很主要，我要多做阅读，从各种书中挑选文章来看，并做后面的习题。我还要每天看哥哥送给我的《名著导读》，了解各大名著，增长知识。另外也要严格合理安排作息时间。根据自身生物钟以及对各学科的吸取程度，制订合理的作息计划。根据上下午时间段对文理科的接受情况进行科学安排；每一次的学习时间不宜过长，感到疲倦时就适当休息，不要打“疲劳战”。合理制订学习计划安排，进行必要的补课。根据自身情况和学习计划，对较为薄弱的学科进行及时的补缺补漏，以便迎头赶上。

学习之余，当然要休息，我也会在课余时间玩一会儿电脑。或者去亲戚家串门，或者去其他地方旅游。

我一定会过一个快乐的暑假！

文档为doc格式。

**初中生暑假计划篇八**

手里拿着成绩单，看着这分数心里真不是滋味。虽说考试前我生了场病，考这分数情有可原。但总的原因还是我没有认真学习，造成基础不牢固，无法用自己所学的知识去面对考试。

想着平日里父母为我的学习操碎了心，心里总有一种愧疚感。暑假来临，正好可以利用这段时间来弥补我学习上的不足。

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。

只会一味的死记硬背公式是不会在理综上拿到高分的。理综注重的是灵活运用，只有多做题，题型见多了，遇到相似的题就知道该如何下笔。像我在那抓破脑袋想这题应用什么公式，好不容易公式想出了却不知道该如何解题，时间浪费了分也丢了。

学过的知识只有不断回顾才能让它记忆深刻。像我总是把以前所学的知识全都堆积到考试前几天来复习，这种做法不仅没有效果还让我越复习越紧张。把笔记整理几遍可以发现哪些知识是重点，哪些知识自己还没吃透等等。

网络是个很好的交流平台，我们可以在网上与他人互相交流学习经验，了解大学的招生信息等等。

“所谓天才人物指的就是具有毅力的人，勤奋的人，入迷的人和忘我的人。”我会充分利用好这个暑假，以的状态去面对新学期的到来。

**初中生暑假计划篇九**

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。

暑期我的旅游有以下几个选择：

1、武夷山七日游。

2、黄山七日游。

3、北京七日游。

武夷山、黄山、北京各有特色。武夷山飞瀑悬垂、松竹青翠，其中以仙女峰、九曲最为，并且盛产武夷岩茶;黄山以奇松、怪石、云海、温泉四绝闻名于世，并有“五岳归来不看山，黄山归来不看岳，”的美誉。而悠久的历史与灿烂的文明给北京留下了大量的.文物古迹，其中以故宫、天坛、明十三陵、圆明园、天安门等最为闻名。但时间和财力有限，只能择其一。

1、学习烧饭做菜。

四、加强写作能力。

2、阅读四大名著。

**初中生暑假计划篇十**

正确的学习态度和科学的学习方法是学好数学的两大基石。这两大基石的形成又离不开平时的数学学习实践，下面就几个数学学习实践中的具体问题谈一谈如何学好数学。

运算是学好数学的基本功。初中阶段是培养数学运算能力的黄金时期，初中代数的主要内容都和运算有关，如有理数的运算、整式的运算、因式分解、分式的运算、根式的运算和解方程。初中运算能力不过关，会直接影响高中数学的学习：从目前的数学评价来说，运算准确还是一个很重要的方面，运算屡屡出错会打击同学学习数学的信心。

从个性品质上说，运算能力差的同学往往粗枝大叶、不求甚解、眼高手低，从而阻碍了数学思维的进一步发展。从学生试卷的自我分析上看，会做而做错的题不在少数，且出错之处大部分是运算错误，并且是一些极其简单的小运算，错误虽小，但决不可等闲视之，决不能让一句马虎掩盖了其背后的真正原因。认真分析运算出错的具体原因，是提高运算能力的有效手段之一。在面对复杂运算的时候，常常要注意以下两点：

1.情绪稳定，算理明确，过程合理，速度均匀，结果准确。

2.要自信，争取一次做对;慢一点，想清楚再写;少心算，少跳步，草稿纸上也要写清楚。

理解和记忆数学基础知识是学好数学的前提。同一个数学概念，在不同人的头脑中存在的形态是不一样的。

1.理解的标准：准确、简单和全面。

准确就是要抓住事物的本质。简单就是深入浅出、言简意赅。全面则是既见树木，又见森林，不重不漏。

对数学基础知识的理解可以分为两个层面：一是知识的形成过程和表述;二是知识的引申及其包含的数学思想方法和数学思维方法。

2.记忆是大脑对知识的识记、保持和再现，是知识的输入、编码、储存和提取。借助关键词或提示语尝试回忆的方法是一种比较有效的记忆方法，比如，看到一元一次方程六个字，你就会想到：它的定义是什么?最简方程是什么?它的解的概念，及解方程的一般步骤。不妨先写下所想到的内容，再去查找、对照，这样印象就会更加深刻。总之，分阶段地整理数学基础知识，并能在理解的基础上进行记忆，可以极大地促进数学的学习。

学数学没有捷径可走，保证做题的数量和质量是学好数学的必经之路。

1.如何保证数量。

(1)选准一本与教材同步的辅导书或练习册。

(2)做完一节的全部练习后，对照答案进行批改。

(3)选择有思考价值的题，与同学、老师交流，并把心得记在自习本上。

(4)每天保证1小时左右的练习时间。

2.如何保证质量。

(1)题不在多，而在于精。充分理解题意，注意对整个问题的转译，深化对题中某个条件的认识;看看与哪些数学基础知识相联系，有没有出现一些新的功能或用途。

(2)落实：不仅要落实思维过程，而且要落实解答过程。

(3)复习：温故而知新，把一些比较经典的题重做几遍，把做错的题当作一面镜子进行自我反思，也是一种高效率的、针对性较强的学习方法。

**初中生暑假计划篇十一**

九年级是初中学习的关键时期，学生认知水平、成绩参差不齐，教学任务非常艰巨。因此，要完成教学任务，必须紧扣教学大纲，根据教学内容和学生实际，把握好重点、难点，努力在完成本学期任务的同时，搞好中考备考复习。总复习教学时间紧，任务重，要求高，如何提高数学总复习的质量和效益，是每位毕业班数学教师必须面对的问题。下面结合本届九年级数学的实际情况，制定复习计划如下：

第一轮复习的形式（重基础，以章节、单元为单位，抓落实）。

第一轮复习的目的是要“过三关”：

（1）过记忆关。必须做到记牢记准所有的公式、定理等，没有准确无误的记忆，就不可能有好的结果。

（2）过基本方法关。如，待定系数法求二次函数解析式。

（3）过基本技能关。如，给你一个题，你找到了它的解题方法，也就是知道了用什么办法，这时就说具备了解这个题的技能。基本宗旨：知识系统化，练习专题化，专题规律化。在这一阶段的教学把书中的内容进行归纳整理、组块，使之形成结构，可将代数部分分为六个单元：实数、代数式、方程、不等式、函数、统计与概率等；将几何部分分为六个单元：相交线和平行线、三角形、四边形、相似三角形、解直角三角形、圆等。复习完每个单元进行一次单元测试，重视补缺工作。

（1）必须扎扎实实地夯实基础。今年中考试题按难：中：易=1：2：7的比例，基础分占总分（120分）的70%，因此使每个学生对初中数学知识都能达到“理解”和“掌握”的要求，在应用基础知识时能做到熟练、正确和迅速。

（2）中考有些基础题是课本上的原题或改造，必须深钻教材，绝不能脱离课本。

（3）不搞题海战术，精讲精练，举一反三、触类旁通。“大练习量”是相对而言的，它不是盲目的大，也不是盲目的练。而是有针对性的、典型性、层次性、切中要害的强化练习。

（4）注意气候。第一轮复习是春季是学习的黄金季节，五月份之后，天气酷热，会一定程度影响学习。

（5）定期检查学生完成的作业，及时反馈。教师对于作业、练习、测验中的问题，应采用集中讲授和个别辅导相结合，或将问题渗透在以后的教学过程中等办法进行反馈、矫正和强化，有利于大面积提高教学质量。

（6）从实际出发，面向全体学生，因材施教，即分层次开展教学工作，全面提高复习效率。课堂复习教学实行“低起点、多归纳、快反馈”的方法。

（7）注重思想教育，不断激发他们学好数学的自信心，并创造条件，让学困生体验成功。

（8）应注重对尖子的培养。在他们解题过程中，要求他们尽量走捷径、出奇招、有创意，注重逻辑关系，力求解题完整、完美，以提高中考优秀率。对于接受能力好的同学，课外适当开展兴趣小组，培养解题技巧，提高灵活度，使其冒“尖”。

第二轮复习的形式（抓查漏补缺，促提高，不放过每一个考点）。

内容上，特别是重点；注意数学思想的形成和数学方法的掌握，这就需要充分发挥教师的主导作用。可进行专题复习，如“方程型综合问题”、“应用性的函数题”、“不等式应用题”、“统计类的应用题”、“几何综合问题”，、“探索性应用题”、“开放题”、“阅读理解题”、“方案设计”、“动手操作”等问题以便学生熟悉、适应这类题型。

（1）第二轮复习不再以节、章、单元为单位，而是以专题为单位。

（2）专题的划分要合理。

（3）专题的选择要准、安排时间要合理。专题选的准不准，主要取决于对课程标准和中考题的研究。专题要有代表性，切忌面面俱到；专题要由针对性，围绕热点、难点、重点特别是中考必考内容选定专题；根据专题的特点安排时间，重要处要狠下功夫，不惜“浪费”时间，舍得投入精力。

（4）注重解题后的反思。

（5）以题代知识，由于第二轮复习的特殊性，学生在某种程度上远离了基础知识，会造成程度不同的知识遗忘现象，解决这个问题的`最好办法就是以题代知识。

（6）专题复习的适当拔高。专题复习要有一定的难度，这是第二轮复习的特点决定的，没有一定的难度，学生的能力是很难提高的，提高学生的能力，这是第二轮复习的任务。但要兼顾各种因素把握一个度。

（7）专题复习的重点是揭示思维过程。不能加大学生的练习量，更不能把学生推进题海；不能急于赶进度，在这里赶进度，是产生“糊涂阵”的主要原因。

（8）注重资源共享。

第三轮复习的形式（多思考，回头看，强化思维训练）。

第三轮复习的形式是模拟中考的综合拉练，查漏补缺，这好比是一个建筑工程的验收阶段，考前练兵。研究历年的中考题，训练答题技巧、考场心态、临场发挥的能力等。备用的练习《历届中考真题》、《中考模拟试题》。

（1）模拟题必须要有模拟的特点。时间的安排，题量的多少，低、中、高档题的比例，总体难度的控制等要切近中考题。

（2）模拟题的设计要有梯度，立足中考又要高于中考。

（3）批阅要及时，趁热打铁，切忌连考两份。

（4）评分要狠。可得可不得的分不得，答案错了的题尽量不得分，让苛刻的评分教育学生，既然会就不要失分。

（5）给特殊的题加批语。某几个题只有个别学生出错，这样的题不能再占用课堂上的时间，个别学生的问题，就在试卷上以批语的形式给与讲解。

（6）详细统计边缘生的失分情况。这是课堂讲评内容的主要依据。因为，边缘生的学习情况既有代表性，又是提高班级成绩的关键，课堂上应该讲的是边缘生出错较集中的题，统计就是关键的环节。

（7）归纳学生知识的遗漏点。为查漏补缺积累素材。

（8）处理好讲评与考试的关系。每份题一般是两节课时间考试，两节课时间讲评，也就是说，一份题一般需要4节课的时间。

（9）选准要讲的题，要少、要精、要有很强的针对性。选择的依据是边缘生的失分情况。一般有三分之一的边缘生出错的题课堂上才能讲。

讲透；二是要展开；三是要跟上足够量的跟踪练习题；四要以题代知识。切忌面面俱到式讲评。切忌蜻蜓点水式讲评，切忌就题论题式讲评。

（11）留给学生一定的纠错和消化时间。教师讲过的内容，学生要整理下来；教师没讲的自己解错的题要纠错；与之相关的基础知识要再记忆再巩固。教师要充分利用这段时间，解决个别学生的个别问题。

（12）适当的“解放”学生，特别是在时间安排上。经过一段时间的考、考、考，几乎所有的学生心身都会感到疲劳，如果把这种疲劳的状态带进中考考场，那肯定是个较差的结果。但要注意，解放不是放松，必须保证学生有个适度紧张的精神状态。实践证明，适度紧张是正常或者超常发挥的最佳状态。

**初中生暑假计划篇十二**

自律型英语、数学为相对弱项此类计划比较适合有一定自律能力，具备一定学习能力，特别是具有自学能力的学生使用。

1.提高自己在英语、数学、语文的学习能力；

2.加强运动，提高身体素质；

3.学会做简单的家常菜。

1.组织好学习小组，以三个人一组为好，进行合作性学习。

2.按教材知识前后的顺序，整理上半学期的英语、数学（语文）练习卷和考试卷。

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，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。

5.无论在订正试卷习题，还是在做辅导材料时，遇到困难，三人小组一起分析，或者到图书馆去找参考书，可以去找老师，也可以进行挑战性竞赛，看谁先解决问题。

6.把错题订正完成以后，就把错题订正的全过程背出来，进行接替方法的积累。

7.到办学质量比较好的社会业余学校去读英语口语训练班，提高自己的英语会话能力，和英语学习素质。

8.对于新初三的学生，可以在暑期中参加一些竞赛辅导班，为新学年的各类竞赛打好基础。

9.每周打两次球，游三次泳，增加运动，提高体能。

10.每周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。

1.一星期学习五天，上午2小时，下午2小时。按一小时一节课安排好课表。

2.每天下午3点以后是运动或做家务的时间。

3.晚上两个小时是发展兴趣的时间。

4.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。

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.合作学习小组的同学互相督促，执行暑期生活、学习计划有始有终。

3.学会做简单的家常菜。

**初中生暑假计划篇十三**

暑假到了，如何合理地安排学生假期的学习生活，让学生在假日之中得到一个成绩的跨越？这一定是家长和学生目前最为关注的问题。对于很多学生而言，暑假既是继续学习新知识的调整期，也是补缺补差的\"挽救期\"和巩固提高的\"非常时期\"。因此，在适度放松的同时，黄冈网校希望同学们必须安排好每天的学习，按时、按质、按量地完成暑假作业；认真查找平时学习中遗留的薄弱环节和知识点，之后进行\"集中轰炸\"，重点突破，争取为下学期的学习创造更高的起点。因此，针对初中生我们做了如下的建议：

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，找出最需要提高或最想做的事，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。既不要睡懒觉，也不要开夜车。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！

※呵呵，不要忘了，一定要预留出锻炼身体和休闲活动的时间。一旦制定就应该严格遵守。相信你的假期一定会有意想不到的收获。

今年的暑假假期较短，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。

利用黄冈网校的\'网络资源，有效进行复习巩固和预习提高。

1、利用网校现有资源进行复习：

·上学期在课堂里平时没有来得及听完的课程，或者没有弄懂的问题，可以利用假期结合“学习区”里面的“名师面授”重新学习一遍。最后实在还是没弄懂的可以到“名师答疑”里面提问{24个小时之后}我们的老师会给你回复。

·大家在网校上学习的时候一定要按我们教你们的“四步学习法”——知识强化，名师面授，智能测评，名师答疑来进行复习和预习。

·网络教材：初中网络教材全部更新为配套资源。含语文、英语、数学、物理、化学等各学科的内容，与教科书完全同步，学生可利用假期时间进行复习。

·“智能测评”的难题反复推敲，重在理解解题思路。对于由于知识点没弄懂而做错的题目及时的放入到“我的错题本”里面做一个归纳，方便你们以后的查阅和复习。

2、预习下学期课程：

·通过黄冈网校的网络教材，将下学期的课程提前预习一遍，掌握各科下期的重难点。

·预习的过程中碰到的不懂的问题要及时做记录，以方便大家下学期课堂的学习。

·在学习过程中遇到的疑问，可以通过“名师答疑”向老师请教。

真心的希望你们每个初中生都能将复习状态调整到最佳，高效率、高质量地完成自己的复习和预习计划！风雪再大，黄冈中学网校与你一起进步！

**初中生暑假计划篇十四**

3．阅读古文学常识书籍。

4．中国名著，文学若干本。

5．科学类书籍若干。

方式以自由学习为主，

1．下象棋，围棋，国际象棋。

2．笛子。

3．溜冰。

4．自行车。

5．散步。

养成每天锻炼的习惯。

1．钢笔字。

2．毛笔字。

3．英文。

4．画画。

5．打字第一(整理该文章。

四．摘抄美文一篇。

五．每天坚持写日记一篇。

六．整理房间和自己的学习用品。

目的是通过活动等各种学习方式培养孩子的学习兴趣，提高孩子自主学习的能力，并渗透良好生活习惯的养成，使孩子更热爱学习，热爱生活！

**初中生暑假计划篇十五**

a计划：自律型英语、数学为相对弱项此类计划比较适合有一定自律能力，具备一定学习能力，特别是具有自学能力的学生使用。

一、计划实施的目标：1.提高自己在英语、数学（物理）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.组织好学习小组，以三个人一组为好，进行合作性学习。（学习水平相当的同学组成小组比较合适）。

2.按教材知识前后的顺序，整理上半学期的英语、数学（物理）练习卷和。

考试卷。（或者可以根据老师的推荐去买一两本合适提高学科能力的辅导材料）。

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，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。5.无论在订正试卷习题，还是在做辅导材料时，遇到困难，三人小组一起分析，或者到图书馆去找参考书，可以去找老师，也可以进行挑战性竞赛，看谁先解决问题。

6.把错题订正完成以后，就把错题订正的全过程背出来，进行接替方法的积累。

7.到办学质量比较好的社会业余学校去读英语口语训练班，提高自己的英语会话能力，和英语学习素质。

8.对于新初三的学生，可以在暑期中参加一些竞赛辅导班，为新学年的各类竞赛打好基础。（也可以超前读一些新初三的课本，提前了解初三的学习内容）9.每周打两次球，游三次泳，增加运动，提高体能。

10.每天晚上，听音乐，上网浏览，看书读报，和同学聊天等，做自己有兴趣的事。

11.每周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。

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。

2.每天下午3点以后是运动或做家务的时间。3.晚上两个小时是发展兴趣的时间。

4.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。

四、督促自律：

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.合作学习小组的同学互相督促，执行暑期生活、学习计划有始有终。b计划：督促型语文、数学为弱项此类计划具有督促性，适合尚须家长督促、老师帮助的学生。b计划中，特别重视学生学习自信、兴趣及学习自制力的培养和家长、老师的帮助。

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。

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）。

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。

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。

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。

四、家长督促：

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。

**初中生暑假计划篇十六**

暑期到了，为了我的暑假生活变得充实，下面我将制定自己的`工作计划：

时间：现在到八月份上旬。

1.周一至周五排两个半天天时间学习初三数学，其中间隔一天。

(有条件找人辅导比较好，老师比较有经验，将基础打好。)。

2.周一至周五排一个半天天学习初三物理。

(买参考书、试题自学或者找老师。)。

3.周末排两个半天看文科书。

(集中在一天恐怕挺烦的，看些散文、传记等，把好的句子记下来，研究一下好作文的结构。其次背一下中考所要求名著的大概故事情节。)。

4.周末排一个半天看历史课本。

(因为初三学习忙，历史恐怕顾不上学了。)。

时间：结束第一部分计划至开学。

(1)准备参加竞赛：正常来说初三下学习要进行数理化三科的竞赛，你如果有考虑拿奖就选一两科学习，理化两科竞赛内容多选自高中，对高中学习有帮助。

准备参加其他比赛：自己找找看，看看能不能中考加分。

1.一周内排出两个半天学习相关课程。再排出两个半天自己练习。

(2)加强第一部分学习内容：初三上化学比较简单，初三下出现酸碱盐、溶液比较难些，因此暑假不用预习化学，寒假再预习也来得及。

此项同第一部分内容时间上不改变，在内容上做调整：

1.数学开始学习中难题。

2.学习物理的中难题或学习化学。

3.复习初一初二的语文(文言文、诗句)。

**初中生暑假计划篇十七**

很多同学都认为数学是一门讲究逻辑思维的学科，这也没说错，但是数学当中也有需要记忆力的时候。像有些数学成绩好的同学，他们可以运用自己的逻辑思维来推算数学公式，那就自然不需要记的，这种方法不适合我，所以对于数学相关的公式，我在不能理解的情况下，想要做出相关知识点的题目，只能靠死记硬背了。所以我计划在暑期的两个月，每天都要抽出半个小时到一个小时的时间来熟记数学相关的重点的公式。

二、勤做习题，举一反三。

当然想要提高数学成绩，最主要的还是要勤做习题，在做题目的同时，对数学的知识点熟能生巧。我计划每天花2—3个小时巩固和复习一个知识点，然后针对这个知识点，找到相应的习题靠自己对知识点的理解去解题（找的习题一定要有参考答案的），做完之后一定要对照参考答案看下自己的解题思路，一定要自己彻底弄懂之后才算，之后就举一反三的围绕这个知识点多做一些习题，巩固并熟练的运用这个知识点。

三、要善于归纳总结。

数学这门学科也是要归纳总结的。在学习了一段时间后，归纳总结之前学习的所有的知识点，将其串联起来，这样能够更好更方便的提高自己的数学方面的学习了。我计划每一个星期总结和归纳一次，每周日下午进行总结，将这周自己做的习题和熟记的公式总结整理到一起，将其串联起来，所有的知识点在脑子里过一遍，如果有不太记得的或者没有学到位的，就可以趁这个时间查漏补缺。

这就是自己针对数学的学习计划，我也会按照要求严格执行，每天坚持完成上面的计划，多花点时间放在自己薄弱的数学上面，希望两个月过后，自己的数学方面能够有所提高，那就必须从现在做起，从此刻做起，每天都要保证自己3—5个小时的学习时间，我相信皇天不负苦心人，只要我努力的了，一定可以看到收获的。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找