

中学生暑假学习计划

篇1：中学生暑假学习计划

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）
- 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。

三、时间安排：

- 1、一星期学习五天，上午小时，下午小时。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。

篇2：中学生暑假学习计划

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。

篇3：中学生暑假学习计划

一、熟记相关的公式

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。

篇4：中学生暑假学习计划

不知不觉间，今年的暑假也悄然降临。到了下个学期我就是初二的学生了！这

样一想真是又激动又开心，但是只是年级成长的话那真是应了那句老话“只长个子不长知识”，我可不像变成这样。这个学期的成绩出来后，我也知道自己在许多地方有不少欠缺，要是就这样放任那些缺点的存在，总有一天它们会成为我成长道路上的绊脚石甚至是拦路虎！虽然暑假的假期极其诱人，但如果只是将之用于玩乐又太显浪费。长期的假期会消磨我们学习的意志，为了防止这样的事情，也为了能把自己的那些缺点消除或减小，我就我现在最大的学习问题——英语！这门科目可一直是我所头痛的问题。关于这次的暑假英语学习计划主要如下：

一、学习从基础开始

我的问题主要是英语的基础太差，没能好好的掌握英语基础，对语法运用的不熟练和单词累积太少。但是知道问题所在就好办了，我在假期的生活里要将早上的2个小时来巩固之前所学习的语法，晚饭后的3个小时作为记忆单词的时间。只有掌握好这些基础中的基础，才能在这些基础之上建立更高的成就。

二、阅读与写作

俗话说的好：“好记性不如烂笔头”。要学就要肯下苦功夫，在暑假的这段时间，除了给妈妈做做家务我就再没别的事了，我在中午有大把的时间可以阅读和学习那些英语课文和文章，而且在家里遇上不会的问题我也可以用网络的手段轻松查询。这样既可以提升我的口语又可以提升我对语法的认识。

之与下午，我刚好可以写我一天的学习日记，当然是用英语来写，期初我因该会有些不适应，但是当我能熟练的写好每天的日记的时候，我就再也不用怕在英语考试时的写作题目了，原本是阻碍的写作说不定会成为对我的简单送分题。

三、合理安排

我的学科不止英语，虽然是以英语为重但是不能光是偏向英语，再能完成每日任务的同时，我也得对自己的其他学科做出巩固和复习。

最后，希望我这次的暑假学习计划能够完美实行，希望我能在执行的时候能不忘写下这份计划的初心，在最后也别忘了给自己留几天玩乐的时间，调整好自己才能以最好的状况去迎接接下来的学习。