

# 最新初中生计划书(汇总5篇)

计划是提高工作与学习效率的一个前提。做好一个完整的工作计划,才能使工作与学习更加有效的快速的完成。优秀的计划都具备一些什么特点呢?又该怎么写呢?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。

## 初中生计划书篇一

1、结合实际，确定目标。

计划不要脱离学习的实际，目标不能定得太高或太低

(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。

2、突出重点，不要平均使用力量。

所谓重点：一是指自己学习中的弱科或成绩不理想的课程或某些薄弱点;二是指知识体系中的重点内容。订计划时，一定要集中时间，集中精力保证重点。

3、安排好常规学习时间和假期作业时间。

4、劳逸结合，合理安排学习和休息。

(1)学习和体育活动要交替安排。

(2)安排科目时，文科、理科的学习要错开，相近的学习内容

不要集中在一起学习

5、注意效果，定期检查，及时调整。

检查内容：

(1) 计划中的学习任务是否完成？

(2) 是否基本按计划去做？

(3) 学习效果如何？

(4) 总结得失，找出偏差，分析原因，以利改进。从而实现自我管理，自我控制，自我激励、自我调整。

寒假作息时间安排指导

为了让同学们过一个充实而有意义的寒假，老师就同学们寒假学习计划的制定提供如下建议：

1、早晨合理安排30分钟读一读英语(可以是词汇书、美文或是英语教材)

2、利用上午的时间完成2科寒假作业的部分习题

3、中午适当午休

4、和上午一样，下午可适当安排时间完成寒假作业的部分内容。

5、自由时间可以干一些自己感兴趣的事情(看看课外书，看看电视，上上网)，但要控制在一个小时以内。

6、晚饭之前是自由活动时间，可以看看国际国内新闻或是能拓宽自己视野的节目。

7、可以适当安排时间读一些好的文章，写写日记或是读后感，也可以摘抄一些精彩的句子或语段。

8、每天学习时间最少保证6小时

10、既不要睡懒觉，也不要开夜车。

11、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赶不上变化的局面。

12、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进行补充。

13、每天至少进行三科的学习，文理分开，优势科目和跛腿科目交叉进行。不要前赶或后补作业。完成作业不是目的，根据作业查漏补缺，突破薄弱环节才是根本。

14、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。

## 初中生计划书篇二

为了更进一步加强我班的班风、学风建设，确保我班有一优良的育人环境，全面衡量一个班级，以促同学与同学之间的健康发展，构成良好的班风，从而促进我班的教育教学质量更上一台阶，本学期在全班继续深入开展建立礼貌班级活动。具体条件如下：

1. 经常组织时事学习和社会主义荣辱观的教育等。

2. 重大节日、纪念日能组织有效的教育活动，平时能用心开展丰富多彩，灵活多样文体活动，寓教育于活动之中。

3. 能根据实际开好每一次班会，帮忙学生树立正确世界观和人生观。

1. 学期初有班群众建设目标，工作计划，期末有总结，平时有工作记录。

2. 师生团结，关系和谐，班主任、班干部作风好，能以身作则，班干部工作潜力强，能发挥作用，班级自治自理潜力强。

3. 班级同学精神面貌良好，具有强烈的上进心和较强凝聚力。

4. 每学期期中、期末学习成绩良好，后进生有进步。

1. 教室环境布置好，教室黑板上方有名言警句或班训，左右壁有警句或画像，卫生角整洁，教室地面干净，玻璃窗明亮，桌椅排齐，奖状挂齐。

2. 有卫生制度：教室、清洁区能一天二小扫，一周一大扫，持续教室、走廊墙壁无污迹，地面无纸屑、痰迹、果壳、天花板无蛛丝网。

3. 班级同学卫生习惯好，无随地吐痰、扔纸屑、不在教室、走廊打球，而且能主动捡纸屑，具有持续清洁环境的良好意识。

4. 爱护公物、财产保管好，教室内无长明灯，能节约用水、用电、节约粮食。

1. 班级能经常组织学习《中学生守则》和《中学生日常行为规范》并能落到实处。

2. 班级同学具有良好行为习惯，学期《日常行为规范》总分在年级前列。

3. 一学期班级内无严重违规违纪现象(指受警告以上处分)。

4. 上公共课秩序井然，纪律好，无违纪现象。
  6. 具有“五认真”学风，认真预习，认真听课，认真复习、认真作业、认真考试。并有严肃的考风，考试中无作弊现象。
1. 班级同学能自觉穿好校服，并能每一天检查，记录；
  2. 班级中骑自行车的同学进出校门能自觉下车，进校自行车停放在指定位置；
  3. 见到老师(包括学校职工)主动问候或行礼(“老师早”、“老师好”)同学之间要互相问好。
  4. 班内开展“五讲四美”活动蔚然成风(讲礼貌、讲卫生、讲礼貌、讲秩序、讲道德;语言美、心灵美、环境美、行为美)。

## 【篇六】

初三年级是学生拼搏冲刺的阶段，为了创造更好的学习氛围，为了使我班学生学习更有用心性，因此我们制定一份班级工作计划，来规划我们的学习生活，使我们的学习能井然有序。我们制定工作计划的主旨是：配合并做好学校要求的各项工作，培养学生自主管理潜力，培养学生的好学风，为争创“优秀班级”而奋发努力。我们的班级计划划分为以下几点：

### 一、班级基本状况

本班共有51位同学，其中男生23人，\_28人。大部分学生的学习习惯和日常行为习惯较差，个性是一部分男生，大部分学生厌学，班级的学习状况处于年级的后位，在新学年中要不断努力，争取不断前进，树立良好的班风。

众所周知，这届学生初二时纪律较差。作为初三的学生理应

严格的要求自己。每个人都就应做个礼仪之士，懂得尊师重道，因此，树立起良好的班风是我们的当务之急。我们要树立起刻苦、勤奋、团结、拼搏的高尚班风，这不但有利于我们的学习，更为今后走好人生的漫漫长路铺下了基石。

子曰：“吾尝终日不食，终夜不寝，以思为无益，不如学也。”在班级中要渲染一种学习气氛，让求知熏陶同学的思想，使其能树立正确的人生观、价值观。以此为目的，我们班级打算搞一些读书交流活动。我们能够利用语文课、下午休息时间，请同学介绍一些他所阅读过的好的书籍，并谈谈他的体会。我们也能够组织一个征文活动，请同学们踊跃投稿，将优秀之作带给予出板报的同学，这样既能调动学生对语文的用心性，又能够从中挖掘人才，可谓一举两得。

#### 四、培养班干部的自主管理潜力

初中阶段是一个人生的转折点。一切事情都主张让同学能够尝试独立完成，这是培养学生潜力的一个有效途径。作为班干部就更就应学会如何自主管理。学生干部需要根据班级状况自主制定班级管理规划，自己完成发现问题、解决问题的步骤，不能够凡事都等待老师的处理。当然班干部更应做好老师与学生之间的桥梁工作，及时向老师反映同学们的推荐和想法，是师生之间能够得到及时的沟通，这有利于学生的学习和发展。作为班干部，就应将自己的群众看成一个大家庭，每个同学都是其中的一员，我们要让班级构成一种互相帮忙，共同前进的风气。我们会组织同学更好的进行学习经验交流，使同学能够对自己的学习方法进行反省和改善，从而提高学习成绩。总之，作为班级干部凡事要以身作则，时刻关心班级，使整个班级构成一种良好的自主管理模式。

1、进一步贯彻落实《中学生守则》、《中小学生日常行为规范》，强化学生的基础道德和日常行为规范的养成教育，把学生被动礼貌逐步转为主动礼貌。

2、继续加强对学生的行为养成教育，培养学生的自我管理潜力，采用形象化的教育形式、分层递进的激励机制，鼓励学生争做礼貌人、争创礼貌班。

3、加大力度围绕诚信意识、遵守公共秩序、爱护绿化、礼貌礼貌等道德行为开展系列教育活动，使学生在实践中自主自动地养成良好的道德习惯。

4、充分利用校内思想教育阵地，上好思想品德课与晨会课、班会等，用心探索现代信息技术与思品、社会课的整合，构成新的教育方法和教育模式，对学生作分项训练和指导，给学生带给实践的机会。

六、继续加强与家长的联系，构成教育的合力。适时家访，利用好学校安排的家长会。

## 初中生计划书篇三

寒假安全回家是很多大学生值得考虑的问题，毕竟爸妈都在家了盼着自己的孩子回家，所以安全尤为重要。不管你是坐汽车、火车还是其它的交通工具回家，买票是第一关，所以防止买到假票是第要解决的第一问题，许多骗子利用大家急切回家的心理行骗，所以一个注意这点，要到正规的售票点买票。遵守交通规则尤为重要，寒假出行一定要把安全放在第一位，保证自身的安全。寒假返家各位大学同学应提前做好买票的准备，每年的春运高峰期车票都很难买，买票要注意看是不是真的，不要和不认识的人说话，小心上当受骗，因为车站是很多骗子的场所，要学会保护自己，和几个同学一起去，互相照应。回家前先给家里打个电话，让家里人知道，手机要保持通畅，以备不时之需。还要照看好自己的行李和随身物件，注意被小偷扒窃。遇到紧急情况可以找警察帮忙。

### (二)合理规划寒假学习

寒假是个特殊的假期，因为它之间有着我们隆重是春节，所以不管是在哪的人们差不多都会回家过节，看望亲朋好友。所以肯定会有许多的应酬，聚会等，但在这开心之余也要注意合理的安排作息时间。那么我们合理规划我们的寒假学习生活就成为寒假学习的重点问题。

1. 坚持早睡早起。每晚23:00分准时熄灯上床，早上7:00前起床、叠被、洗漱，并且要坚持在学校时的作息时间，决不因为回到家里而改变在学校长期养成的良好作息习惯。

2. 主动帮父母做家务，保持卧室、书房、客厅的清洁卫生，饭后主动洗刷餐具。自己的衣物自己洗，做到以辛勤劳动为荣，以好逸恶劳为耻。

3. 每天坚持学习两个小时左右，假期初制定好学习计划，力争利用这个假期学习一些经常用到的东西。还有娱乐和休闲要有个度，每天上网看电视等时间累计不应超过四小时，并且要注意和朋友们去聚会时要注意选择合适的场所，不要去那些盈利高的场所，要想到你自己是个大学生，要严格要求自己。

4. 在家时应该多陪陪爸妈、家里的老人和弟妹们，以便更增加彼此间的感情，免得会出现一些小矛盾。

### (三) 寒假期间打工赚钱历练

对于现在的社会来说，有一定的工作经验是相当的有优势的，所以在寒假期间，找一个地方锻炼锻炼自己不乏一个好的建议。找工作时不必在意钱的多少，但一定要找一个能锻炼自己的地方，是跟自己所学的专业有关的，这样就可以让你将你在学校里学到的东西运用于工作上，让你以后在工作起来就得心应手了。还有每天的工作时间不宜过长，我们的目的不是为了赚钱，而是为了锻炼自己，所以在时间上要有个好的度。毕竟新年就要到了，在家多陪陪亲人才是最重要的。

## 初中生计划书篇四

每天早上7:30-8:00, 早读英语(单词、作文、词汇)星期一、三、五, 语文(诗词、作文、好词好句)星期二、四, 政治、历史、(提纲、错题)星期六日。

下午2:30-3:30, 数学(课本例题, 练习题), 4:00-5:30, 英语(作文、阅读)

星期六日, 除了早读和复习错题, 就不要做题了, 放松心情, 出去玩一下~

最重要的是每次复习发现的错题、不懂得知识点, 都要写在错题本, 复习就会方便。

每天给自己计划做多少片阅读、复习第几个单元, 一定要看自己实际情况而定, 不能太多, 睡眠要足够, 才有精神应对复习。

1、物理, 不知道现在的初中物理跟我当年初中时候学习的物理有多大差别, 个人意见, 初中物理还是有很多知识点要背诵的, 所以, 最好也是放到周一到周五的上午来学习物理。

3、晚上, 最好看多点中央新闻, 或者国际新闻, 或凤凰台, 我个人比较喜欢他的评论, 对政治分析题、语文作文都有很大帮助。

4、如果对历史比较有兴趣的话, 除了学习外, 介绍几本书吧《上下五千年》、《流血的仕途》、《明朝那些事儿》提高自己历史学识, 故事比较风趣, 很好看的。

5、地理, 买一些中国、世界、地形、气候地图, 每天晚上看看, 比较容易中国地图, 在地图上标记(地形、山脉、气候、河流、矿产、农作业、科技、自然灾害等)平时看多一些旅游

游记、《世界未解之谜》增加课外知识、理解世界各地文化，充实一下寒假假期吧。

上面是我平时积累的经验，希望对你有帮助，充实这个寒假假期，祝你节日愉快！

## 初中生计划书篇五

为了能够度过一个充实而有意义的寒假，特制定了初中寒假学习计划书。

1. 坚持早睡早起。每晚分准时熄灯上床，早上前起床、叠被、洗漱，并且力争全部耗时控制在5分钟以内，决不因为回到家里而改变在学校长期养成的良好作息习惯。
2. 继承中华民族尊老爱幼的传统美德。在家里，多陪爸爸看体育比赛，多陪妈妈买菜逛街看电视剧。对待长辈要保持谦虚尊敬的态度，对待小朋友要让其感受到春天般的温暖。过年的时候主动给长辈们打电话或登门拜年。做到老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼。
3. 以辛勤劳动为荣，以好逸恶劳为耻。主动帮父母做家务，保持卧室、书房、客厅的清洁卫生，饭后主动洗碗刷筷，保证油垢餐具不过夜。自己的衣物自己洗，且本着节约电能资源及洗衣粉等物资的原则尽量手洗拧干。
4. 崇尚科学，坚持每天补充知识养料。每天坚持学习两个小时左右，假期初制定好学习计划，保证学习的科学性、效率性。力争利用这个假期学会一到两门小技能(例如网页制作等)，以备将来工作之需。有句话说：“活到老，学到老。”在年轻的时候，趁学习能力强，就更应该抓紧一切时间，努力学习，提高自己的知识储备量，为将来实现人生的厚积薄发而做好充分的准备。

5. 娱乐休闲要适度，不可玩物丧志。每天上网看电视等时间累计不应超过四小时。出去和朋友们聚会时要注意时间、场所，避免去一些盈利性较强的娱乐场所，要时刻以一名合格大学生的标准严格要求自己。

6. 计划在本次假期出行一次。读万卷书行万里路，多出去走走，才能多长见识。同时也要注意保证旅途安全，尽量避免春运的高峰期。且旅行时间不宜过长，以免影响下学期正常开学。

## 进行自我分析

1、分析自己的学习特点，同学们可以仔细回顾一下自己的学习情况，找出学习特点。各人的学习特点不一样：有的记忆力强，学过知识不易忘记；有的理解力好，老师说一遍就能听懂；有的动作快但经常错；有的动作慢却很仔细。如在数学学习中有的理解力强、应用题学习好；有的善于进行口算，算得比较快，有的记忆力好，公式定义记得比较牢；有的想象力丰富，善于在图形变换中找出规律。所以几何学习比较好……你可以全面分析。

2、分析自己的学习现状，一是和全班同学比，确定看自己数学成绩在班级中的位置，还常用“好、较好、中、较差、差”来评价。二是和自己数学成绩的过去情况比，看它的发展趋势，通常用“进步大、有进步、照常、有退步、退步大”来评价。

## 确定学习目标

学习目标是学生学习的努力方向，正确的学习目标能催人奋进，从而产生为实现这一目标去奋斗的力量。没有学习目标，就象漫步在街头不知走向何处的流浪汉一样，是对学习时光的极大浪费。

确定学习目标首先应体现学生德智体全面发展的教育方针，其次要按照学校的教育要求，此外还要根据自己的学习特点和现状。当然还可考虑一些社会因素家庭情况。

学习目标要具有适当、明确、具体的特点。

**适当** 就是指目标不能定得过高或过低，过高了，最终无法实现，容易丧失信心，使计划成为一纸空文；过低了，无需努力就能达到，不利于进步。要根据自己的实际情况提出经过努力能够达到的目标。

**明确** 就是指学习目标要便于对照和检查。如：“今后要努力学习，争取更大进步”这一目标就不明确，怎样努力呢？哪些方面要有进步？如果必为：“数学课语文课都要认真预习。数学成绩要在班级达到中上水平。”这样就明确了，以后是否达到就可以检查了。

**具体** 就是目标要便于实现，如怎样才能达到“数学中上水平”这一目标呢？可以具体化为：每天做10道计算题，5道应用题，每个数学公式都要准确无疑地背出来，等等。

## 科学安排时间

确定了学习目标之后，就要通过科学地安排。使用时间来达到这些目标。要符合“全面、合理、高效”的要求。

**全面** 在安排时间时，既要考虑学习，也要考虑休息和娱乐，既要考虑课内学习，还要考虑课外学习，还要考虑不同学科的时间搭配。

**合理** 要找出每天学习的最佳时间，如有的同学早晨头脑清醒，最适合于记忆和思考；有的则晚上学习效果更好，要在最佳时间里完成较重要的学习任务，此外注意文理交叉安排，如复习一会语文，就做几道算术题，然后再复习自然常识外语待。

高效 要根据事情的轻重缓急来安排时间，一般来说，把重要的或困难的学习任务放在前面来完成，因为这时候精力充沛，思维活跃，而把比较容易的放稍后去做。此外，较小的任务可以放在零星时间去完成，以充分做到见缝插针。