

2024 年初一学生学习计划(15 篇)

初一学生学习计划 1

做什么都要有计划，学习更要有计划。寒假就要来临，同学们你们做好学习计划了吗，没做好，别着急，精锐教育帮你做了一份高效率的学习计划表。树立信心，努力坚持，别放弃，更不可半途而废。

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

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__，写日记或是读后感，或是精彩的摘抄

8、每天学习时间最少保持在 7-8 小时（上课时间包括在内）

9、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。

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总是赶不上变化的局面。

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再找补一下。

13、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。

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。

每日【具体】

7: 00 起床

7: 20 洗漱完毕

7: 20---7: 50: 锻炼

8: 00 吃早饭

8: 20---9: 05 做作业【第一节课】

9: 15---10: 00 做作业【第二节课】

10: 10---10: 55 复习【第一科】

11: 05--- 11: 50 阅读【包括语文课外必读篇目，优美散文，作文范文等】

12: 00 吃午饭

12: 30---13: 30 午休【午睡，实在睡不着的话休息会】

13: 40---14: 25 做作业【第三节课】

14: 35---15: 20 复习【第二科】

-----半小时自由时间【阅读，体育活动，或娱乐】

15: 50---16: 35 做题【做数学题，物理，化学题】（单周）【英语训练→完形填空，阅读理解等】（双周）

16: 45---吃晚饭自由时间【看报纸，电视→新闻、科普类等】（此段时间不固定）

吃完饭后---21. : 30 进行一天的总结，检查背诵、默写等签字类作业，并听录音，背单词或古诗古文等 10: 00 睡觉

注：每科做作业的时间为 45 分钟，应高效的完成该科作业，像考试一样，若为试卷类作业，则按照试卷规定时间完成。

初一学生学习计划 2

语文

1 小学语文与初中语文的差别

1. 课时安排不同。初中语文课时每天一节，容量大，重难点多。用于复习巩固的时间少，基本需要学生课后完成作业，总结思考。

2. 作业布置不同。语文与其他科目不同，要求培养孩子听、说、读、写的能
力，因此不仅有手写作业，还有背诵、阅读作业，每项作业都要求认真完成，都是中考考查的内容。

3. 记笔记方法不同：前一天要预习第二天所学习的内容，提出疑问，带着问题上课，老师讲解重、难点及时在书上或笔记本上自我记录（孩子问题不同，难点就不同，笔记也不同）。

4. 学习方式不同：学习关键课堂 45 分钟，要能跟上老师的节奏，就要改变学习方式，由被动学习要变为主动学习，逐步做到“三会” 会预习、会听课、会复习，学会自主、合作、探究的学习方式。

5. 学习成绩不同：与小学相比，初中语文不仅引导学生丰富语言积累，培养语感，更注重发展思维，养成良好阅读能力、写作能力、口语交际能力，促进学生和谐发展。内容广度深度较小学大很多。因此，成绩上不会像小学语文只扣几分，满分更不可能。家长要注重孩子的学习过程，改变对分数的单一认识。

2 初中语文学习要素

语文学习的成功=习惯+兴趣+技巧+毅力

1、用心写好每一个字；

2、养成上课专心听讲的好习惯；

3、坚持课外阅读；

4、认真对待每一次考试；

5、养成的好习惯；

6、对语言现象有足够的关注度与敏感度；

7、外出旅行能及时关注人文风貌并能撰写片段心得，摆脱幼年出游仅仅吃喝玩乐的习惯。

3 语文学科暑假作业

1、完成楷书钢笔字帖 10 页，字帖内容以中华优秀传统文化为主（如三字经、唐诗宋词、弟子规等）。

2、读书 5 到 8 本，精读、细读，古今中外，广泛涉猎。坚持每天阅读 3000 字以上。必读书目：《朝花夕拾》《骆驼祥子》《钢铁是怎样炼成的》，其余可

选读。可摘抄，可鉴赏，可感悟，可续写，也可在书上做旁批(3000字3条以上)，形式多样，为初中阶段语文学习中阅读与写作打基础。

3、每天坚持收看新闻联播，提升思想认识，关注国内国际大事，为做一名优秀的中学生进行思想上的铺垫。

数学

暑假是孩子养成好习惯的最佳时机，七大习惯——助力开启学霸模式。

1 习惯一：阅读习惯

建议：阅读数学相关书籍，提高数学的学习兴趣，从而提高读题，审题能力。

①《数学我爱你：大数学家的故事》(美)

②《我身边的数学：巧破谜案》(英)。

2 习惯二：预习习惯

预习，并不仅仅意味着假期报一个辅导班，提前学新学期的知识。养成主动预习的习惯，才是最重要的。

建议：1. 首先选择适合自己的预习方法。

2. 哪怕一开始做不到最好，重要的是要去做。

3. 预习效果怎么检测?①试着对你所预习的内容提几个问题。②试着复述。

3 习惯三：计划习惯

计划总是不能执行?没有了作业的压迫，如果假期的计划仍然不能执行的话，那么说明最大的问题就是自己的毅力。

建议：

1. 假期伊始，先来仔细想想，这个假期最想在哪方面有收获？选一个你最想要的目标，然后进行分解。

2. 遇到变动时，写下每天最重要的六件事。重要者先行。

4 习惯四：答题习惯

建议：可以练习一些书法，增强定力，有助于培养在课堂上的持久注意力，中学数学中对答题格式及书写过程要求很高，而小学生在这方面非常欠缺，因此，规范的书写不仅仅是文科的要求，在理科答卷中同样重要。

5 习惯五：复习习惯

复习，永远是学习中最重要的事情。

建议：

1. 复习要及时。不及时的复习等于重新学习。学任何一种新知识的当天晚上，一定要进行复习。

2. 复习切忌动眼不动脑。走马观花的浏览只能加深机械的记忆，更重要的是进行思考。

3. 复习和建立知识网络可结合起来。复习一节时就建立一节的知识网络，复习完一章，这章的网络自然也清晰了。

6 习惯六：计算习惯

常见问题：

1. 计算速度太慢。

2. 计算准确率过低。

3. 计算方法笨。

建议：

1. 巩固基本计算法则。

2. 善于自省，培养良好的计算习惯。

3. 熟练掌握计算规律和技巧。

4. 每天坚持练习计算半小时。

7 习惯七：高效习惯

建议：

1. 从半个小时开始练习，在这段时间内，只专心做一件事情，譬如做一篇数学卷子，或者看一本书。2. 把所有可能造成诱惑的东西收起来，或者干脆换个环境。

培养学生动手动脑动嘴的习惯

听一遍不如看一遍

看一遍不如做一遍

做一遍不如讲一遍

讲一遍不如辩一辩

数学学科暑假作业

1. 完成数学课外阅读

2. 制作七上数学六章内容的思维导图

3. 完成一本计算升级卡

英语

1 初中英语的新要求

听与说

能听懂正常语速的对话，独白，短文。

推测场景，人物关系，人物的情绪。

能在听的过程中会用自己的方法标记信息。

有跨文化意识和能力，并能进行合适情景的回话，具备常见话题的交际能力，沟通能力和处理问题的能力。

读

朗读——用正确的语音语调断句读材料。

词汇量——2500 词

速读——每分钟 80 词

能力——1. 读懂短文，了解大意。

2. 整合信息，复述。

3. 根据上下文推断词义。

4. 细节把握。

写

会用正确的时态描述人，地方，物，事件，场景。

会用简单，清楚，准确的语言表达自己的观点。

会对自己的生活，学习，活动等进行安排。

能做到上下文连贯，文理通顺，格式正确，正确使用大小写标点符号。

做优秀的学习者

学会使用思维导图、合理使用工具书、每日必读、每读必写、写必漂亮、

大胆地说、积跬步至千里、中英并重，自由切换

英语学科暑假作业：

1. 阅读五本书虫系列的书

2. 每日进行 50 字写作

3. 利用英语字帖进行练字

4. 熟练掌握小学的单词

5. 学习“色拉英语”

6. 准备最好最结实的笔记本

7. 准备一本好的汉英双解字典

8. 怀着美好的愿望，用坚毅和执着开始新阶段的学习

初一学生学习计划 3

1、计划要尽量全面

学习计划是指学习的具体安排。要想真正完成好学习计划，在考虑计划的时候，一定要对自己的学习生活做出全面的安排。应包括社会工作时间、为集体服务时间、锻炼时间、睡眠时间及娱乐活动时间等。这样，在学习时间内才可能精力充沛地学习。

2、安排好常规学习时间和自由学习时间

学习时间可以分为两部分：一是常规学习时间，主要用来完成老师布置的学习任务，消化当天所学的知识。二是自由学习时间，是指完成了老师布置的学习任务后所剩下的时间。这部分时间一般可以用来补课或提高深造。学习较差的同学，随着学习水平的提高，应经历常规学习时间逐渐减少，自由时间逐渐增加的过程。凡是体会到因为抓住了自由学习时间而给学习的全局带来好处的同学，就会努力去提高常规学习时间内的学习效率，以便增加自由学习时间，使学习的主动权越来越大。

3、长计划和短安排

长计划和短安排是指在一个比较长的时间内，应有个大致计划。由于实际的学习生活往往无法预测，所以，长计划不可能太具体，不可能把每天干什么都列出来。但是，在学习上计划要解决哪些问题，心中应当有数。应把一个在短期内无法完成的学习任务分到每周、每天去。这样，在每天学习时，就会明白今天的学习在学习全局中的地位。有了具体的短安排计划，长计划中的任务可以逐步得到实现；有了长计划，就可以在完成具体学习任务时具有明确的学习目的。

4、从实际出发来制订计划

在订计划的时候，不要脱离了学习的实际情况。主要指以下几方面：

(1) 自己知识和能力。

(2) 每个阶段的学习时间。

(3) 学习上的缺欠和漏洞。

(4) 老师教学的实际进度。

从实际出发还要注意的一点是不要平均使用力量，要抓住重点。

5、计划要留有余地

计划终归不是现实，而只是一种可能性。要想把计划完成现实，还要经过一段很长的努力过程，在这个过程中自己的思想会发生变化，学习的各种条件也会发生变化，计划订得再实际，也不免出现估计不到的情况。所以，为了保证计划的实现，订计划时就不要太满、太死、太紧，要留出机动时间。

6、提高时间的利用率

早晨和晚上，或者说一天学习的开头和结尾部分的时间，可以安排着重看记忆的科目，如外语等；当心情比较愉快，注意力比较集中，时间又比较长，这时候可安排比较枯燥，或自己又不太喜欢的科目；零星的时间，注意力不容易集中的时间，可以安排做习题或去学习自己最感兴趣的学科。除此以外，还要注意学习时间和体育活动要交替安排，文科和理科要交替安排，相近的学习内容不要集中在一起学习，等等。这样安排，在同样多的时间内，由于安排了合适的内容，就会收到较好的效果。

7、注重效果，不断调整

在计划执行到一个阶段之后，就应当检查一下效果如何，如效果不好，应找到原因，及时调整。

主要检查以下内容：计划提出的学习任务是否已经完成？自己是否基本按计划实施？学习效果如何？没有完成计划的原因？

通过检查，立即采取相应的措施，及时改变计划中的不合理部分。

初一学生学习计划 4

暑假是一个变化多端的万花筒。五彩缤纷的它给了我们无穷无尽的乐趣。漫长的暑假生活为同学们提供了广阔的展示自我的舞台。而计划运用暑假时间，成了我们当前首先该做的事。

一、科学合理地制定暑假活动计划

假期中任务繁多，想做的事情也很多。要把这些事情逐一筛选、调整，根据暑期时间合理安排，制定一份“暑假活动表”。一切活动应该严格按照“计划表”进行，但还是要注意劳逸结合。

二、认真复习，迎接奖学金考试

这个测试是暑假后初一下学期的一个总结，暑假中，要把初一下学期学习的所有内容认真复习一遍，还要制定一个“复习计划表”。争取测出好成绩。

三、培养自己的兴趣爱好，发展自己的特长

根据自己的兴趣爱好，积极参加学校组织的各种兴趣小组，如：绘画、书法、音乐、英语、信息技术，掌握一技之长，为将来的发展打下基础。初中暑假作文

四、勤奋读书，注意积累，善于写作，灵活运用

利用暑假充足的时间多阅读一些好书。如：世界名著、历史典故、优秀书(报)刊、寓言、童话故事等等，不断提高自己的阅读能力和写作水平，陶冶情操。

此外，暑假中还可以积极进行体育锻炼，帮助家长多干些家务，参见社会实践活动体验生活.....只有抓住机会，不断展示自我，拓展视野，才会健康成长。

初一学生暑假计划表为您介绍到这里，希望它对您有帮助。如果您喜欢这篇__，不妨分享给您的好友吧。更多丰富的范文尽在：[范文大全!](#)

初一学生学习计划 5

新初一学生如何制定学习计划

小升初后，接下来便是初中的学习。初一学习如何计划?初一学习计划如何制定?初一学习计划怎样安排?这便成了小升初学生及家长们的困惑。

一、初一学习如何计划：初中的学习规律。

一不分上下，初二两极分化，初三天上地下。好学生初一年的目标是：每次考试应在(百分制)数：98-100，外：95-98，语：88-94。

二、初一学习如何计划：初一学习谨记要点。

中考是考基础的，要求绝对不能偏科。到了初二以后就能看出，排名靠前的都是各科均恒的。真诚提醒初一年的学生及家长，绝对不能偏科。

三、初一学习如何计划：科学学习计划定制要领。

第一：要自信。很多的科学研究都证明，人的潜力是很大的，但大多数人并没有有效地开发这种潜力，这其中，人的自信力是很重要的一个方面。无论何时何地，你做任何事情，有了这种自信力，你就有了一种必胜的信念，而且能使你很快就摆脱失败的阴影。相反，一个人如果失掉了自信，那他就会一事无成，而且很容易陷入永远的自卑之中。

第二：有科学的学习方法就可以在学习上做到事半功倍。

提高效率方面：有学习环节，学习态度、学习方法。你只要从现在把学习转变了，学牢了，当然就简单了，成绩就会提高。每个人的基础不同，学习态度也不同，所以要采用的方法也就不同。要把学习学好就得找到适合自己的学习方法，要根据自己的特点选择适合的方法。就可以取得进步。学习的方法应该是“百家争鸣”“百花齐放”。

第三：考试关键是自己对学科的掌握情况。基础学科占60%，中档题主要考技能应用占25%，高档题占15%主要是综合能力、应用能力的考查，主要是区分高层学生。考试大家都紧张，其实不用害怕，不要紧张。

第四：初一最重要是不要太紧张。只要把分数看开点就可以了，否则太过于紧张的心情，是无法进行复习的。

1. 全面复习的基础知识。

2. 详细分析存在的问题，做好查缺补漏的复习。

3. 分版块复习。做到同中有异，异中有同。

4. 专题复习。综合能力的培养，拓展自己的应用能力。

四、初一学习如何计划：学习方法的把握。

1、“循序渐进”——就是学生按照学科的知识体系和自身的智能条件系统而有步骤地进行学习，它要求学生应注重基础，切忌好高骛远，急于求成。循序渐进的原则体现为：一要打好基础，二要由易到难，三要量力而行。要注重讲究实效，不搞形式，要统筹安排课前预习，通过初步阅读，先理解感知新课的内容(如概念、定义、公式、理论方法等)，为顺利听懂新课扫除障碍，预习时要看、思、做结合进行。

初一学生学习计划 6

这个学期，对我们来说是一个特殊的学期。因为一些特殊的原因，我们不能在学校中正常的开学授课。但是随着网络科技的发展，我们的对此的解决策略也出现了！那就是利用网络去完成上课学习的任务！

在过去的一段时间里，我已经在老师的网络授课中学习了不少的知识。网课给我的感受，真的很特别，尽管不如面对面的直接授课清楚，但是也有很多过去所没有的优势。为了能好好的利用老师努力为我们完成的授课，我在学习上也要努力的提升自己，让自己在这段特殊的授课中有更大的进步！以下是我的个人学习计划：

一、自我管理

随着上课的进行，我也发现了网络授课的最大问题。那就是我们学生对自己的管理真的很糟糕。我也知道，在家中的环境总是让自己忍不住放松。尽管我一直在努力的控制自己，但仍忍不住走神。这对我的学习真的很不利！为了改正自己的问题，我在此对自己做以下要求：

1. 在上课的时候必须严格的要求自己，不能开小差，更不能去想别的事情，要将自己的房间当做课堂！

2. 在学习的时候要积极的记录下自己的问题，课堂上不方便的，要在课后利用时间去和老师请教。

3. 积极地改正自己在上课时的错误习惯，努力的适应这种新的教学方式，提高自我的适应力！并在课后努力的完成作业，不能拖沓！

二、课外时间的利用

尽管在家里，可是我们其实已经是在学习了！面对每天众多的“课外时间”，我必须积极地利用起来！

首先是对自己的英语单词背诵，积极的改进自己的英语单词储备量的不足，这正是个好机会！其次，是对语文等课程的资料背诵。这些都能利用多出来的空闲时间来学习。家中的学习尽管有许多的不方便，但是对于自学来说，却是不可多得的“清净”。我要好好的利用这段时间，增加自己的知识储备！

三、结束语

这次的网络授课，既是一次考验，也是一次机会。我相信，只要有心学习，无论是在哪里，都一样可以提高自己的学习成绩！我不会因为学习中的麻烦而选择逃避，我一定能在这次的学习中，更加的精进自己！提升自己！期待在真正的开学后，我能有不一样的改变！也希望我们正式开学的那一天早些到来！

初一学生学习计划 7

学习计划要先制定好，进入初一，与小学就不一样了，所以先把学习计划理顺。以下是初一学习计划：

一、我的特点分析

我们每天都在学习，可能有的同学没有想过我是怎样学习的这个问题，因此制订计划前首先进行自我分析。

1、分析自己的学习特点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，有的动作快但经常错；有的动作慢却很仔细。如在学习中有有的理解力强、应用题学习好；有的善于进行口算，算得比较快，有的力好，公式定义记得比较牢；有的力丰富，善于在图形变换中找出规律。所以几何学习比较好……能够全面分析。

2、分析自己的学习现状，一是和全班同学比，确定看自己在班级中成绩的位置，还常用好、较好、中、较差、差来评价。二是和自己过去情况比，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。

二、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。当然还可思考一些社会因素家庭状况。

学习目标要适当、明确、具体。

适当：就是指中学生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。要根据自己的实际状况提出经过努力能够到达的目标。

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？如果改为：数学、语文课都要认真预习。数学成绩要在班级到达中上水平。这样就明确了，以后是否到达就能够检查了。

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误地记住等等。

三、科学安排时间

确定了学习目标之后，就要通过科学地安排，来实现学习目标。使用时间来达到这些寒假目标。要贴合全面、合理、高效的要求。

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

2、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，如学习一会语文，就做几道应用题，然后再复习英语。

3、高效安排学习时间，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课前预习，以充分做到见缝插针。

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/785141224141012004>