# 2024年个人学习计划(十三篇)

来源：网络 作者：烟雨蒙蒙 更新时间：2024-07-03

*光阴的迅速，一眨眼就过去了，成绩已属于过去，新一轮的工作即将来临，写好计划才不会让我们努力的时候迷失方向哦。我们该怎么拟定计划呢？以下是小编收集整理的工作计划书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。个人学习计划篇一学习计划的设计包括价值意义的...*

光阴的迅速，一眨眼就过去了，成绩已属于过去，新一轮的工作即将来临，写好计划才不会让我们努力的时候迷失方向哦。我们该怎么拟定计划呢？以下是小编收集整理的工作计划书范文，仅供参考，希望能够帮助到大家。

**个人学习计划篇一**

学习计划的设计包括价值意义的认定、基本的设计方法和计划时间的安排三个方面的问题。

即：为什么要制定学习计划？有无学习计划对大学生的人生发展会有什么影响？

第一个问题的答案是：为了实现自身的人生价值——具有广泛意义的人生理想目标。无论古今中外，对于人生有一个共同的度量标准：时间！任何人的人生都是可以用分分秒秒的时间来计算的，这对于每一个人来说都是绝对公平的，而且具有不可回溯的特性。所以有人讲，人生的资本是时间，人生最短缺的资源也是时间。在智力正常的前提下，每个人的人生成就的大小，人生价值能否实现，在很大程度上取决于其时间观念，以及对于时间的支配能力。所以，古往今来许多仁人志士往往感叹人生苦短，终生勤勉有加，才成就了记载青史的人生伟业。

正是由于时间对于人生如此重要的价值意义，所以人们对于时间的哲理性思考才从未有停止过。如：“时间就是生命”，这是人生哲学的命题；“时间就是金钱”，这是经营哲学的命题；“时间决定着成败”，这是成功学和失败学的共同命题。有了第一个问题的答案，则第二个问题的答案也就涵盖于其中了。有无学习计划，能否严格地执行即定的学习计划，对于未来的人生发展显然具有决定性的影响。可以认为，确立正确的时间观念，掌握计划时间的基本方法，科学的利用和支配宝贵的时间，是我们必修的第一课！有一门新兴学科就叫做“时间学”，这必须认真地学习研读才是。

计划项是指我们需要时间耗费的学习、生活的内容确定与划分，可以概括为课业学习、课外阅读、课外活动和生活杂务等四项内容。课业是支撑未来人生职业发展最基本的基础性知识、技能体系，由一系列的课程所组成。课业学习是国家对大学生硬性规定的学习任务，有专业课与公共课之分，必修课与选修课之别。尽管课程的性质不同，对大学生的学习要求也有所不同，但课业学习是有规律可循的，即各门课程的学习均包括预习、听课、复习、练习和考试五个环节，学习计划设计的基本要求就是，要根据学习的进度，对每门课程的每个学习环节做出适合于自己的具体的时间分配，不得有遗漏。否则，就必然会出现一系列影响课业学习成效的问题，如偏科、学习效率低下、学习成绩不理想甚至不及格等等

课外阅读是现代高等院校重要的教育手段与途径，是知识经济时代基本的学习形式之一，在我们的素质养成过程中与课业学习具有同等重要的积极作用，对于掌握科学的学习方法，养成终生学习的良好习惯而言，其意义更大。课外阅读的计划项范围包括：专业核心读物、专业相关读物、新兴学科读物、兴趣爱好读物及完善知识、技能结构的其他学科读物等。阅读有一个“量”的问题，即读多少为好？理论上讲是开卷有益、多多益善。但受时间的限制，所以不可能是无限量的。我觉得每学期至少要精读40本书，即平均每周要读两本书，寒暑假要按一个学期的阅读量安排阅读计划，其中不包括报刊杂志的阅读量。如此算来，四年本科相当于16个学期，可阅读640本书，加上教材和其他读物，相当于1000本左右的读书量。这就是大学学习期间必须完成的最基本的知识积累。

当代大学生课外活动的形式是丰富多彩的，如各种社团活动，班级、系、院、团委、学生会组织的各类文体活动，还有自行安排的各种社会实践、兼职活动等，可以使我们学到许多从书本上和传统观念的课堂上学不到的丰富的知识技能，对于完善我们的知识结构和素质

技能结构，积累职业生涯的宝贵经验，具有不可替代的积极作用，教育界、学术界把课外活动称之为“第二课堂”，是很有见地的。所以，参加课外活动也应该列入学习的计划之中。如有有时间应积极参加院、系、班组织的各种集体活动；参加一两个影响较大或者自己非常感兴趣的社团组织，认真地参入其各项活动，努力争取对其决策产生某种影响，努力进入其决策层，这样就可以通过社团活动比较全面地锻炼自己的才能，充分展示自己的抱负。

此外，从二年级开始，从事些社会兼职活动，如做家教，这样可以通过自己的实际职业性劳动体会劳动者的酸甜苦乐，领悟父母兄妹师长等劳动者的艰辛，培育劳动者的情感和敬业精神；还可以通过社会兼职增加一些收入，改善自己的经济状况，缓解家庭的经济负担。课外活动可以为我们脱掉“学生装”成为“社会人”提供先期的磨练机会。进年来高等院校为大学生提供的此类相关服务越来越全面，但基本的生活技能是任何他人所不可替代的，是必须由个人学习掌握的。所以，学习必要的生活技能，处理好自己的生活事务，应在学习计划之中，认真对待，不可敷衍草率。否则，或影响个人的美好形象，或有害于个人的身体健康，都是父母师长乃至个人非常不愿意发生的结果。

第一、按计划项的重要程度分配时间的原则。重要的计划项多分配些时间，反之则相对少分配些时间。

第二、计划可支配的时间，忽略不可支配的时间。

第三、连续累计满30分钟的时间，把它纳入计划之中。

第四、不要忽视零碎的短小时间，可将某些学习内容安排在这些零碎时间中解决，如背咏外语单词，思考问题等。我国古代先哲们在时间的利用上总结的“三上”即鞍上、枕上和厕上的经验，值得借鉴。

第五、留有余地的原则，就是不要把所有的时间都计划的丝丝相扣，每天都应有适当的机动时间，每周留有一段机动的时间，以处理预想不到的某些事务，才能更有益于保证计划的实施。

**个人学习计划篇二**

一年之计在于春，一个学期之计在于开始，新学期初始，一切事物都充满了活力与生机。新生活意味着新开始，新开始象征着新的挑战。俗话说好的开始是成功的一半。新年、新春、新学期，我也该有新的打算。过去的一年在我的努力之下，学习部取得了一定的成绩，在本年的学习中我们将继承优点，改正不足，争取把学习做的更好。本学年工作计划如下：

一：主要学习目标

明确学习目标，打好一定的语言基础。争取获得优良成绩，能切实在大学里学到丰富的专业知识和基础常识。增加文化素养，提升自身能力，端正学习态度，培养积极勤奋的学风。做学习计划来自我敦促，自我勉励。反思自己有哪些方面做到不足，反思自己该如何改善、反思自己继续努力的方向方法，并且反思自己有哪些反面值得肯定，只有不断地反省，才能为未来的路指明方向。

二：具体安排

1.坚持预习，坚持在上课前先预习一遍课文，在上课之前对所上的内容有所了解，能提高听课效率。并且在老师上完一章的内容后，能够主动复习。温故而知新。

2.每天早起一个小时时间背诵英语课文。

3.每天坚持到自习室上晚自习两个小时。

4.对于课程知识，要多想多问，并且把其中有收货的部分记入笔记之中。

5.每个月进行一次学习清算，反思自己这个月是否达成了学习计划，有哪一些做得不足的地方，下个月要注意改进。

6.订阅英语辅导报，自学报纸上出现的一些英语单词，并且完成报纸上的练习题。

7.在这学期通过全国大学生英语四级考试，英语是我的专业，我系一直都比较重视英语的学习，抓好英语学习对我说也是很重要的，尤其大学英语四级考试关乎大家的毕业证书和学位证书。为进一步提我的英语成绩，能够更加自信、坦然地面对四级考试。

8.身为一个英语专业的学生，对于英文的写作能力是非常重要的，所以应该坚持在平时多写一些练笔。

9.争取利用周末时间多学一门外语。

10.培养良好的学习兴趣。俗话说：兴趣是最好的老师。我认为，关键是积极的学习、主动的学习。渐渐把自己带进书的海洋中，这样，才能潜移默化地使自己爱上学习。古人说：学为立世之本，学可以

立德，学可以增智，学可以致用。学习是成就事业的基础，是人生的出发点，也是人生的极致。在这世间，任何事都讲究公平，公平，人心就平，心平了就和，和谐安乐由之生焉。学习也是如此，你爱它，它也会回馈于你。

以上各项内容便是本学期的大体计划。如有不妥请老师同学指正。

**个人学习计划篇三**

经过高考，才感觉到自己身上的不足。为了日后能更好的在社会上立足，我要通过在大学期间的学习学到更多的本领，提高自己认识事物判断事物的能力。这就是我在大学期间的主要目的和任务。

大学的生活不比在家，在大学什么都要靠自己，这也就是在锻炼我的生存能力，我会把自己的生活作的井井有条，作的简单而充实，培养自己的生活习惯，锻炼自己的生活意志，提高自己的生活自理能力。 大学校园就是个大课堂，里面有来自各各省市的同学老师和各种性格的人，来到这我会尽可能的改去自己的缺点，用最短的时间与同学和老师们相处好，处理好自己的人际关系，要在寂寞之时耐得住寂寞，激情之时把握住分寸。

大学，就是我在进入社会前的最重要的一站，更好的适应这里也就是为更好的适应社会的前提，在这里不仅我要努力学习专业课同时也好学好文化课，例如英语，掌握英语就是现代人不可或缺的一项能力，它能够提高自身素养和语言能力同时也可以扩大交流范围，就是立足于社会的重要能力，虽然我英语差，但在大学期间我会努力提高自己的英语能力，力争顺利通过英语四六级考试，提高自己的口语能力，突破语言难关。这就是我大一最主要的任务。

大一除学好英语外，还要学好基础课，增加各种兴趣和爱好！积极参加各种活动。 专业就是我们日后谋生的重要手段，就是我们找到工作的重要技能，在今后的学习中我会加强与老师同学的交流，平日里认真研究练习，从各个渠道获取最新的技能知识，我要在大学这四年

的学习中学到一身好本领，我步入社会寻找工作增加自己的筹码。 关于考试我一定遵守学校的规定。还要做到需要考试的课程不可因参加活动和看课外书而放松，要力争每门功课都考到我所能达到的最高分数。关于考研，从大一做起,时刻把考研作为目标。大三时，放弃一切可以放弃的全力投入到考研的学习上。

在大学期间，我要做到爱自己，珍惜自己所做过的努力，充分发挥自己的长处，树立对自己的绝对的信心，同时也希望学院，老师，同学家长都会支持我，鼓励我，帮助我，但最关键的还就是要依靠我自身的努力，忘掉过去的遗憾，抖擞精神，从今迈步从头越。

学习就是个积累的过程，既不能放松，也不能急于求成。为了学习我会警惕各种事情的影响。始终坚持自己学习第一的原则。

**个人学习计划篇四**

无论是作为一位合格的公民，还是作为一名人民教师对德育的学习都是时时刻刻无时无刻不在的。师德的学习应该是自始而终，在各种场合都要学习，立足于“学高为师，身正为范”的要求。

作为一名实习中的教师，要把《义务教育法》和《教师法》作为指导，本着“以德修己，以德育人”的原则，以教师职业道德规范为标准，结合学校对于教师的德育要求，坚持教育与德育改革和发展的实际相结合，利用余时间努力学习《教育法》《未成年人保护法》《中小学教师职业道德规范》等，塑造自己成为有学识与人格魅力的优秀教师，以求真正提高自己的思想道德素质。

教师，尤其是我们实习老师，要真正的做好本职工作，教书育人。在教育活动中，要不断地完善自己，才能在堂与教学中提升自己。平时要备好，根据学生与自己的情况，做好组织活动，认真的上好。

教师工作是辛苦的，尤其是班主任的工作，要付出心力与体力，但在付出与辛劳之中，又能充实自己，让自己有着成就感与幸福感，我更要苦中作乐，乐于其中，爱岗敬业。

在堂上，要认真传授知识，做好学生在知识方面的引路人；在生活中，要从心底里关心学生，做好学生的良师益友，循循善诱，引导与教育他们走上正途，在平常热爱学生，了解学生，尊重他们，建立平等的师生关系，不体罚学生。

发现他们的优点与闪光点，相信学生，让每一位学生都能品尝到成功的喜悦。只有真正的爱他们，他们才会“亲其师”，进而“信其道”，在此过程中，教育才实现了它根本的职能。

我要时刻更新观念，不断地进步。跟上时代的步伐，做一名适应时代发展的老师，我觉得这也是师德发展的一部分。从以前的“教教材”，到现在强调要“用教材教”；从以前的教师“唱独角戏”，到现在要以学生的“学”为出发点，要启发与引导学生，堂要在教师的指导下获取新知、提高能力、努力思考以及做好思想情感的熏陶，让学生不再是“高分低能儿”，能够在生活中应用知识与学习知识。不能有懈怠的情绪，要及时排解压抑的情感，不断拼搏与进步。不仅要有知识与业务方面的进步，还要合理的安排好自己的生活，尽量做到工作与生活两不误。

“学高为师，身正为范”我不仅要有良好的知识去教书育人，我们还要做一位堂堂正正的人，要做一位有人格魅力的老师。为人师表是教师的美德，教师在教育人应该怎样做人之前，要先知道自己应该怎样做。教师有强烈的典范性，我会以身作则，感召学生，自己做到言行一致，才能培养出言行一致的学生。

爱国守法是每一位中国公民都应该做的，作为一名人民教师更应该爱国守法，从点滴小事做起，尤其是在我在实习过程中，更是应该做到这一点，这也是对师德做基本的要求。

在信息大爆炸的时代，知识易得但是我还是要不断地充实自己，从各个方面汲取营养，实习过程中多向一些经验丰富的教师学习，勤奋点，多去听，也多向我们实习的岗友学习，一些为人处世方面，要有“边学边干，边干边学，终身学习”的观念，紧跟时代发展的步伐。

在实习期间要多看书，丰富自己，多学习新的教学方法，多了解最新的教育动态，多写反思，加强自己理论与实际相结合的能力，多上努力与学生共同进步。

1、堂教学中

2、教育调研

3、与实习学校领导与老师

4、与学生家长交流过程中

在实习中后期，要定期做好对师德学习的检验与反思，及时的做好师德的反馈，不断地提升自己的思想道德素质。师德的学习与进步也不是一朝一夕的工作，就连教育也是如此，要长久以往的坚持下去，不断的进步，不断地学习，做好自己未的主人。

**个人学习计划篇五**

心得共享：100天全职考研英语学习计划

复习内容：

第一层次：大纲词汇两遍，以谢振元词汇和马德高星火式词汇为载体，选择两本不同的书主要是为了能多一点新鲜感，本来考研已经够枯燥的了，再老对着同一本书，不更愁吗。

第二层次：精细区分不同词汇及其用法，以朱泰祺复习指导中的词汇部分和新东方词汇课堂为载体进行复习；学习新概念2、3册，提高写作能力。

第三层次：以历年真题为中心，通过新东方flash讲解，系统掌握考点和解题方法；同时结合王长喜三轮过关的进度，完成非听力部分。

时间安排：

新概念：2—3小时/天，每天复习2课，先听一听新东方的讲座，他的课讲的挺慢的，不过对教材内容有所扩展，从基础的角度讲，对写作应该有比较好的帮助。x月中旬前底完成第二册，1月前完成第三册。如果能达到目标，应该可以达到考研作文的要求。

朱泰祺复习指导中的词汇部分，个人以为这部分是他的精华，其余的是垃圾，不要误会，垃圾也可以再利用的，只是我们时间不多，学就要学精华部分。

这部分很枯燥、综合性和难度比较高又容易遗忘，所以把他安排在两次记忆大纲词汇的中间，同时又处于第一次大纲词汇和新东方词汇课堂的中间。（表格传不上来，所以说的比较累，要是我没说明白或是你们没听明白，就再想想）。

如果第一遍大纲词汇背的顺利，朱泰祺词汇就从11月初开始，用30天每天1。5小时的时间完成一遍，如果其他的都复习顺利，就再背一遍，如果来不及就算了，老朱在他的\'讲座里说要背n遍。

历年真题是复习的核心内容，1.5小时/天，这部分具有综合性的作用，现在才开始复习，即使基础不好也应该放在最先。预计用30天的时间，如果需要可以再延长15天。

当然，真题复习一遍是不够的，11月份应该在第一遍的基础上再用1个月的时间再来一遍。

**个人学习计划篇六**

对于计划，我想了很多。我要在慢慢适应学习生活环境的过程中，明确远期发 展目标，从个人兴趣爱好、思维方式、知识结构、拼搏精神等多方面进行全面综合，制订并不断完善大学三年的学习规划，为四年后的新一轮挑战增加筹码。

大学的三年，几乎可以说是人一生的基础。自控力不好的放任的人在大学里简直是浪费金钱与消磨激情，自律好学的人视大学三年为一生中最宝贵的光阴。大学的路该如何走，又该何去何从呢?有人认为，大一为试探期，大二为定向期，大三为冲刺期;还有一种观点：大一是浪漫主义，大二是完美主义，大三是现实主义，大四是批判现实主义。这两种观点我都认可。

规划大体可以分为两部分，学习方面的和生活方面的。

学习方面，大一：打好专业基础，初步了解专业以后的职业方向，学会与人相处，适应环境，提高人际沟通能力，培养兴趣和自我的认识。

大一的我要学会自主学习、学会做事、学会共同生活、学会合作、学会生存、学会改变，学会向他人学习，学会利用网络学习。观念上将“要我学”变为“我要学”，脚踏实地学好基础课程，特别是英语和设计专业。在大规划下要做小计划，坚持每天记英语单词、练习 口语，并从大一开始就坚定不移地学下去。大一适当参加些社团和组织，担当一定的职务，可以提高自己的组织能力和交流技巧，锻炼与能力提升的机会是很多的，尽管有些东西我会看不惯，有些事我也无法去改变，但是我要去适应它。还要学会与各种人打交道，不管是喜欢的还是不喜欢的，要知道人际相容的重要性，个性强烈、鹤立鸡群并不是好事。我要学会让大部分人喜欢我，支持我，才算是真正意义上的成功交际，为毕业求职面试先练好兵。 目前，我是校团委实践部和学院文体部的干事，觉得是对自我能力的一种锻炼。在大学里要学会与人交际，扩大自己的交际圈，学会与人相处。自己一个人生活，面对的很多，要让自己坚强起来，学会如何独立生活，学会照顾自己。在专业学习方面，大一要打好基础，不要真的把作业当做任务去完成，而是能像做作品一样去对待每次作业。

大二，我想大二的学习会比较紧张。

在这一年里，既要稳 抓基础，又要做好由基础课向专业课过渡的准备，要把英语口语能力增强，还有计算机应用能力也要提高。并要把一些重要的高年级课程了解一下，以便向大三平稳过渡。可以适当选读其它专业的课程，使自己知识多元化。参加一些有益的社会实践，可以尝试到与自己专业相关的单位兼职，多体验不同层次 的生活，培养自己的吃苦精神和社会责任感。多了解一些关于我真正喜欢的东西，作为学习之余的消遣，心有所依，也能提高自己的文化素养和精神层次。

大三，是专业技能的巩固期。

主动加深专业课程的学习，并把大四的课程尽量挤入大三这一学 期，也要提高求职技能、进行模拟面试训练，了解各种工作信息渠道，要多向师兄师姐打听求职信息、面试技巧和 职场需求情况，请教写求职信、个人简历的经验，并在假期开始为自己心目中的职业进行实践。撰写专业学术文章，提出自己的见解。 参加和专业有关的暑期工作，和同学交流求职工作心得体会。

生活和为人方面：我给自己定了要求。时刻想着他人。集体生活中要相互照顾，相互体谅。尊重他人。宽容忍让。不要太过于计较，要学会宽容待人;互相帮助。凡事都有个度，学生的本职工作就是学习，首要大事就是照顾好自己。身体是革命的本钱。别因为管了闲事，把自己弄得手忙脚乱，那就本末倒置了。

交友方面，要交挚友、畏友、密友和学友。挚友是恳切、真诚以感情和原则为生的真心朋友。畏友就是朋友之间敢直言规谏，直陈人过，积极开展批语与自我批语的人。畏友可像一面明镜，照出对方脸上的尘土与污点，可使自己及时发现并予以改正。 密友。就是能\"缓急与共，生死可托\"。即指亲密无间，感情浓厚，能与自己同甘共苦的朋友。学友是指勤于学习或渊博的朋友。交学友可以增长知识，开阔视野，相互配合，取长补短，相互促进，互为鞭策。

规划大体如此，我还会准备一本备忘录，把近期的事项全部详细地写上，帮助自己记忆，当完成一件事的时候，就在后面勾掉。定制小目标，一个个地去完成，以便去完成大目标。

我也会在自己的博客里，写下属于自己的大学心理历程和生活中的点点滴滴，那代表的是真正的自己。我想到我毕业的时候，回顾自己的博客，那一定是件很有感触的事。

大学是高等教育的殿堂，也是寻求知识的场所。它需要我们积极主动地去挖掘知识，去研究学问，去培养分析问题、解决问题的能力。在大学三年里，从未对自己的未来关切过思索过，也从未计划过的人，对 未来必定茫然无措。只有随时准备出击，并付诸行动的人，成功才能垂青于他。总之，我希望并相信，不要轻易放弃，不要轻易言败。经过大学三年的成长，我不仅会拥有过硬的专业知识，也会掌握一些与人相处和社会工作的经验，并且，不会丢失我从小就一直执着追求的梦想。

成功只属于有准备的人。

对于计划，我想了很多。我要在慢慢适应学习生活环境的过程中，明确远期发 展目标，从个人兴趣爱好、思维方式、知识结构、拼搏精神等多方面进行全面综合，制订并不断完善大学三年的学习规划，为三年后的新一轮挑战增加筹码。

**个人学习计划篇七**

为了让自己的大学生活过的充实，更是为了自己能学有所成。使自已不要在毕业后从这里走出而后悔。充分利用自已的时间过好人生最关键的三年，

让自己具备会计专业要求的所有技能，并熟悉广告设计与制作专业所需的全部基本技能与知识。

能够实现现代审美欣赏能力的广告专业人才和广告设计师，要能熟练熟练的掌握各种广告设计软件与又能运用广告设计理论创作设计各种大众传播的广告的视觉艺术作品。

主体知识层：

素描、色彩、设计概论、装饰图案、字体设计、平面构成。色彩构成、标志设计、广告摄影、书籍装帧、广告设计、vi策划与设计、包装设计、图形创意、广告概论、报刊广告设计、报刊广告设计、展示设计。

辅助知识层：

photoshop和coreldraw，autocad和3dmax，制作技术主要是：掌握各设计及制作手段及广告制作与输出技术。学生毕业后可面向各类广告公司和企业广告部门、专业设计公司、网站媒体设计、报刊出版及杂志、印刷设计公司、包装公司、从事专业设计制作及设计管理工作。

**个人学习计划篇八**

经过大二一年的学习，我已经完全融入了软工班，对软工班的教学宗旨、目标和风格，人才培养模式有了比较深入的认识。我们软工班的宗旨就是要将大家培养成为石油和软件复合型人才。目标是经过两年的学校教学和一年的企业实训使我们在综合能力及素质上超出一般本科生，在英语、计算机、石油等方面达到优秀，综合能力达到其毕业工作至少两年的高度。风格就是采用课堂理论教学和课外综合提高的方式，多举办各种各样的活动，包括班级讲坛、茶话会、英语角(包括同生交流)、联谊球赛等等，提高大家组织策划的能力。经过这一年的锻造，我觉得自己不仅在学习上，还在课外能力都有所提高。

在这一年里我在学习上收获了很多，六级考得了全班第一的高分，“外研社”杯全国大学生英语竞赛获得三等奖(仍然是软工班，但是比大一的二等奖逊色了一些)，在计算机和石油课程上都比较优秀，并且通过了六级口语考试。在课外综合能力上，我也获得了一些成就，我担任了班级的组织委员和寝室长、顺利从中级干部培训班毕业、在自律会年末综合测评中位列部门第二(获得主席的褒奖)，在校级活动“读书会”中获得二等奖……大三我要再接再厉，在学习和综合能力上都要获得新突破。大二的学习注重基础理论课程学习，大三的学习更注重理论和实践的结合，在课程学习同时融入实践小组的学习内容，需要我们转变学习的思路和。因此我在如下几个方面作出学习规划：

虽然顺利通过了四六级，并且都获得了比较高的分数，但是我不能在英语学习上有丝毫松懈，我不仅要在只是积累上，更要在口语表达上加强(由于本学期有外教教学，要充分利用此有利条件)。我制订了一下目标：

1、报考英语六级和六级口语，刷新六级分数，更激励我全面。

2、每周至少同同留学生交和外教流两次，提高口语表达能力。

3、每天早晨记，朗诵英语文章(《心灵鸡汤》)，练习口语(《资料库》)，勤练口语发音(《李阳口语突破教程》《突破聋哑英语教程》)……

4、参加“外研社”杯全国大学生英语竞赛，虽然以及获得两个奖项，但是没有获得一等奖，因此，大三还要拼搏一次。

5、坚持看《老友记》、《越狱》等英语比较纯正的英语系列电视剧和电影，深入体验英语交流环境，奠定坚实的口语基础。

6、经常阅读英语报刊杂志(限于财力，主要是电子档)。

7、尽量多阅读英文科技文档，提高英语应用能力。

由于这个学期将开设以下计算机课程：软件工程管理、数据库原理及应用、常用软件开发工具、软件需求分析、原理、软件文档编写、面向对象程序设计java，针对开设课程和我自己的学业规划，作出了如下计划：

1、每天温习当天学过的内容和对第二天的课程进行预习，多思考、多。

2、广泛阅读和编写c#、c++和java程序，并且要逐渐应用数据库，开发比较大型的程序和软件。

3、在图形组的安排下，多同组员们一起开发实用的软件，增强合作开发软件的能力。

4、由于我是图形组的组员，《计算机图形学》对于我们有很大的意义，因此我将坚持每周三晚自习听本课程选修课。

5、多看、多编写软件文档。

6、熟悉常用软件开发工具。

7、对于操作系统原理，在虚拟机环境下模拟各种操作系统，比较各种系统的差异和优缺点，加强对课程的理解。

8、多看与课程有关的视频教程和视频讲座。

9、尽力参加计算机方面的竞赛，在竞赛中提高自己的能力。

本学期开设的石油课程有油藏工程基础、地球物理测井，课程虽然不多，但是任务很重。结合过去一年的，我作出了如下计划：

1、每天花时间复习当天学习的内容和简要的预习第二天要学习的内容，充分吸收本课程的知识。

2、对于已经学习过的地质和石油等课程要多花时间理解消化，形成和巩固石油知识体系。多在网上搜集相关视频，加强理解。

3、多关注与石油相关的政策和实事，对整个石油行业的发展要有自己的认识。

4、多听学校的石油讲座和报告。

**个人学习计划篇九**

我曾以为大学是学生的天堂，我们最后能够自由的安排自己的生活。然而真正跨入大学的殿堂才发现并不是那么会儿事：我们仍然有很多的知识要去学习，甚至不仅仅得学习专业知识，一些交际技巧，演讲口才等也都需要我们去学习。大学，非但不是我们学习生涯的结束，相反的，它更是一种开始，一段精彩人生的序幕！

我从小在大学校区周边长大，看过一届届的大学新生报到，老生离去。每当学期末，甚至有大学生们穿着学士服高兴地扔帽，然后又哭又笑。那时真是不能理解，即使是此刻也依然。但朦胧中也会感到“大学”，她所带来的喜悦与伤悲。而此刻，我正是在为着更多的喜悦，更少的伤悲悔恨而努力。

是的，没有规矩不成方圆。我并不是个喜欢依照计划按部就班的人，然而成功却又是需要一步一步实现的。“大学”这幅宏大的画卷，需要我们去为她挥洒激情努力的汗与泪。

大学里，人才从不缺少。在高中成绩还不错的我深深地体会到了“高手如云”的卑怯。各种“学霸”，英语狂，“社团之星”的学长学姐们以他们的完美自信触动了我。但也正因为如此，我更加期望能像学长学姐们一样成为“闪亮亮”的人物！

为此，我制定了以下大学阶段的学习计划。主要有五点：

1、学好专业知识。专业知识的是大学学习的奠基石，也是以后走上社会的基本要求。大多数的企业对员工的专业知识技能要求很高，这也促使我们要重视课本，回归课堂。

2、学习相关课程，如英语，计算机等。大学生数量的增加促使我们要更加熟练地掌握外语以及计算机等知识。平常多练多用，在未来的择业与生活中才更加能够处于有利地位。

1、早睡早起身体好，身体是革命的本钱，在赚取“革命的利润”之前，我们需要有一副好身板，这样才能在学习与生活上走得更远，走得更快，走得更好。

2、早起的鸟儿有虫吃。对大多数大学生，尤其是我来说，英语是一道横亘在面前的高山，难以仰止；即使早早地被闹钟闹起，也会若无其事地继续睡下去。是的，懒惰是一种很不好的习惯，它不能“惯”，一“惯”就坏。因此，我要痛下决心，痛定思痛，改掉这个坏毛病，将精力投入英语及其他重要的事务中去，也不枉费我大学四年的学习好时光。

1、认真对待每一次考试。考试是对我们每一阶段学校成效的检测，我们不能消极地视之为“洪水猛兽”，从而产生抵抗、畏惧的心理，这些心理都不利于我们正确的认识考试，更可能令我们考场失利。所以，用心备考的最高境界是要在平时就做好功课，完成学习任务，这样，再怎样考都不会怕了。当然，在这一方面也是我需要努力的。

2、树立正确的世界观、人生观、价值观。这个可能会很难，但事实上，用心的三观一旦建立，对我们构成乐观正直的性格是很有利的，甚至可能会影响到长远的未来。

1、用心参与社团与班级活动，在活动中积累经验。社团与班级活动不仅仅有利于我们学习到我们平常所不经常接触到的技能，还有利于我们与周围的人打成一片，建立良好的交际关系网，好处无限。当然，在活动中，正确解决问题与处理关系也是对我们潜力的极大考验。

2、参与一些比赛、兼职等有利于培养提升经验的活动，在竞争中积累经验。比赛中遇强愈强，刺激好胜心，从而提高潜力；兼职中，半融入社会，在实际操作方面的潜力会有很大程度的提高。

1、旅游是很多大学生会选取的娱乐方式，近郊、邻城等都是一时不错之选，这对于以后生活、工作环境的决定也有很多好处。更何况还有沿途的美丽风光与友好的人们。

2、学习文体活动，如球棋类，乐舞类。这些活动不仅仅能丰富我们的课余，在一些交际场合还有利于我们向公众“推销”自己对在校园里获得院校奖励，或是在公共场所吸引眼球、展现实力与魅力都有不可忽视的妙用。

总之，经验是需要去亲身体验的，习惯是需要用心培养的，学习是需要全身心投入的。万万不可马虎行事。

我们明白自己拥有什么才能善加利用，我们明白自己需要什么才能确立目标。只有这样才能使大学生活真正地丰富多姿！

由以上五点，我又提出了如下几条近期目标：

1、课前时间预习该课即将学习的课程，课后当天巩固，及时消化，防止考前临时抱佛脚。

2、每日背100个英语单词，听一则bbc/cnn新闻，阅读一篇英语美文，闲暇时听英语音乐或看英文字幕的原声电影。为英语四六级与期末考试做好充分的准备。

3、为考研做准备，各种证书的考试，英语四六级证书、计算机二级证书，甚至是各类专业证书。

4、多做运动，有空去跑步或打羽毛球，没空的话也要做15分钟/次的伸展运动。

5、选取对专业技能培养有利的社团与群众活动，避免盲目造成的时间浪费。

6、参加兼职但不能与课程冲突。一方面增加了必须的资金来源，另一方面培养了社会实践潜力。

7、旅游。看看周边甚至更远的地方，调剂情绪、扩大视野，同时也是实现一向以来的愿望。

大学是个很宽松自由的学习环境，她不再像高中那样只专注于学习书本上的知识，更多的是潜力上的锻炼。也正因为如此，学习就应更加地自主，甚至不得不分出心神与精力给各种这样或那样的活动。一旦处理不好便是学习、活动两头不讨好；而若成功，便又是享之不尽的硕果。

因此，我要一步步的坚持下去……坚持，就是胜利！

**个人学习计划篇十**

为了取得优异的成绩，我们可以在大学里学习丰富的专业知识和基本常识。增加文化修养，提高自身能力，端正学习态度，培养积极勤奋的学风。制定学习计划来自我的督促和自我鼓励。

1.坚持预习，课前预习课文，课前了解内容，可以提高听力效率。而且老师讲完一章后，他可以主动复习。从过去学习，向新的学习。

2.每周抽出一天早起背专业课文。

3.坚持每周在宿舍自学

4.坚持在学校图书馆借阅图书，坚持完成老师布置的作业，并做好读书笔记，不时复习。

5.对于课程知识，多思考，多提问，把收获记在笔记上，勤阅读。

6.每月进行一次学习清算，反思本月是否达到学习计划，下个月注意改进。

7.作为会计专业的学生，对数字敏感，会计算是非常重要的，所以平时要多练习，经常复习老师教的知识。

8.尽量在周末学英语。毕竟会计专业需要精通英语，英语流利。

很多人可能会说计划赶不上变化，尤其是因为时间上的一些冲突。因为大学里的课程问题，大学里的空闲时间还是很多的，所以我觉得应该反思以下几个关于如何安排时间的问题:

1.时间安排

(1)学习前是否难得定下明确的目标，比如有多少内容要在多少时间内完成。

(2)是否经常没有固定的学习时间。

(3)是否经常耽误时间，导致作业不能按时完成。

(4)学习计划是否总是只在前几天有效？

(5)每周学习时间是否少于10小时。

(6)是否把所有的时间和问题都花在学习上。

除了时间的问题，我们还要克服注意力和学习兴趣的问题。据说上课认真十分钟比课后复习一小时更有效。学习兴趣也直接或间接影响着学生的学习热情。至关重要的是学习方法，所谓:事半功倍。就这样。因此，这三点在计划中也是必不可少的。

2.注意力问题

(1)完全专注的状态是否只能维持10到15分钟。

(2)学习时，身边是否经常有小说、杂志等让我分心的东西？

(3)学习时是否经常有异想天开的经历？

(4)是否经常一边和人聊天一边学习。

3.学习兴趣

(1)是否一看到书头就涨。

(2)是否只喜欢自己喜欢的专业课，不喜欢其他课程。

(3)是否经常需要强迫自己学习。

(4)是否从未有意识地强化自己的学习行为。

4.学习方法

(1)海战是否经常用于提高解题能力。

(2)是否经常使用机械记忆法。

(3)你有没有问过学习好的学生的学习方法？

(4)你是否从未问过老师问题。

(5)你很少积极学习课外辅助读物吗？

这些都是我们需要克服的，但是因为学习要靠我们自己的自我意识，对于我们这些经历过高考的人来说，很多人可能会放纵自己，但是我们一定要坚信，如果我们在大学里没有养成良好的学习习惯，那么我们三年的大学生活就会白白浪费，这是人生的黄金时期，我们应该努力学习更多。所以，坚决执行这个计划，鼓励自己，学点东西！

莫泊桑说:“人们生活在希望中，当希望破灭或实现时，新的希望就会出现。”春节是新的期待，新的希望，新的征程，新的收获。新的学期，新的起点，新的面貌，让我们期待美好的明天，让我们再次踏上征程！

追求是丰富生活的必然途径。时间就像无情的流水，流走了我小学的五年。转眼，寒假将成为过去，新学期即将到来。仔细想想，这五年你都做了些什么？但是，什么也记不清了。这是真的吗？流向母校的是一片空白的记忆？不，我希望在我小学生活的最后六个月里，我能脚踏实地地做好每一件事。在这半年里，我一定要珍惜每一秒，尽量不让自己有虚度的时刻。

新学期即将到来，所以每个人都会有新的计划。我的计划是什么？其实我的计划和其他人一样，就是新学期好好学习，认真听老师讲课，上课积极发言。不仅如此，还要经常参加各种活动，这远远不够。我也希望我能在毕业考试中取得好成绩。我知道这很难做到，但只要你坚持下去，永不退让，就会变得很容易。

我觉得人的希望随时都会变，我们每个人在不同的时间，不同的情况下，会有不同的希望。新学期，我的希望是永远记住母校，因为这毕竟是我生活了六年的小学！同时，我也希望在这半年里为亲爱的母校做点什么，留下一些美好的东西。我想我会用实际行动去做。在生活中，不管他变成什么样，不管他是名人、伟人还是普通人，他都会永远记得自己的母校，对他有很深的感情，所以我想成为这样的人。

我知道每个人的想法都不一样，因为每个人都有自己的志向和不同的目标。现在我长大了，我的新目标不是成为伟人，也不是成为艺术家，更不是成为科学巨人。但是长大后，我会考上更好的大学，找到一份稳定的工作。在平凡的岗位上为国家和社会做不平凡的事情，贡献自己的力量，就足够了。

每个人在新学期都有新的计划。你一定和我一样！让我们在新的学期里携起手来，一起朝着我们的目标前进！

大学新学期个人学习计划:高中生活四年，带着梦想来到现在的学校。不是出于现在对知识的渴望，也不是想在这个领域发展，而是出于无奈，经历了一次高考之后，除了学习，我没有什么好害怕的。我不想让自己一批又一批送走，但我坚持了下来。

既然来了，我就要过自己满意的生活。所以我制定了一个学习计划，这样就不会被以前的同学落下。即使我没有进入理想的学校，我也不应该放弃。

1.大学四年一定不要谈恋爱，只有全身心投入学习才能无怨无悔。

大学是一个有不同人的小社会。他们的生活方式和爱好大不相同。从他们身上，我可以知道，适应自己很容易，但在别人开心的时候，让自己开心却很难。如果我们想在社会的大舞台上游刃有余，就必须处理好人际关系。所以我在大学想做的第一件事就是处理好人际关系，保持自由。

2.学习专业知识。

每个大学生学好专业知识是必要的。只有具备熟练的专业知识，我才能在未来激烈的竞争中获得一席之地。当今社会是一个人才济济的社会。如果我在大学里呆四年，我也可能会拿到文凭，但那样的话，我到了工作岗位还是一个落后者。如果你不想一辈子做一个落后的人，就要好好规划自己的未来。最低要求是不要饿死自己。

3.掌握实验技能。

对我们专业的学生来说，最重要的是实验。虽然我们现在学的东西比较简单，但是没有基础怎么有未来的发展？

4.抓住时间，充分利用时间。

俗话说“时间就是生命”。善用每一分钟，是生命的延续。你不能不停地学习，也不能一直做无用的事情。想休息的时候就应该休息，这样才有精神把其他事情做好。

**个人学习计划篇十一**

经过高考，才感觉到自己身上的不足。为了日后能更好的在社会上立足，我要通过在大学期间的学习学到更多的本领，提高自己认识事物判断事物的能力。这是我在大学期间的主要目的和任务。

大学的生活不比在家，在大学什么都要靠自己，这也是在锻炼我的生存能力，我会把自己的生活作的井井有条，作的简单而充实，培养自己的生活习惯，锻炼自己的生活意志，提高自己的生活自理能力。

大学校园是个大课堂，里面有来自各各省市的同学老师和各种性格的人，来到这我会尽可能的改去自己的缺点，用最短的时间与同学和老师们相处好，处理好自己的人际关系，要在寂寞之时耐得住寂寞，激情之时把握住分寸。

大学，是我在进入社会前的最重要的一站，更好的适应这里也是为更好的适应社会的前提，在这里不仅我要努力学习专业课同时也好学好文化课，例如英语，掌握英语是现代人不可或缺的一项能力，它能够提高自身素养和语言能力同时也可以扩大交流范围，是立足于社会的重要能力，虽然我英语差，但在大学期间我会努力提高自己的英语能力，力争顺利通过英语四六级考试，提高自己的口语能力，突破语言难关。这是我大一最主要的任务。

大一除学好英语外，还要学好基础课，增加各种兴趣和爱好!积极参加各种活动。专业是我们日后谋生的重要手段，是我们找到工作的重要技能，在今后的学习中我会加强与老师同学的交流，平日里认真研究练习，从各个渠道获取最新的技能知识，我要在大学这四年

的学习中学到一身好本领，我步入社会寻找工作增加自己的筹码。

关于考试我一定遵守学校的规定。还要做到需要考试的课程不可因参加活动和看课外书而放松，要力争每门功课都考到我所能达到的最高分数。关于考研，从大一做起,时刻把考研作为目标。大三时，放弃一切可以放弃的全力投入到考研的学习上。

在大学期间，我要做到爱自己，珍惜自己所做过的努力，充分发挥自己的长处，树立对自己的绝对的信心，同时也希望学院，老师，同学家长都会支持我，鼓励我，帮助我，但最关键的还是要依靠我自身的努力，忘掉过去的遗憾，抖擞精神，从今迈步从头越。

学习是个积累的过程，既不能放松，也不能急于求成。为了学习我会警惕各种事情的影响。始终坚持自己学习第一的原则。

我国的基础教育课程改革已有好几个年头了，几年来，经过教师们的刻苦努力，大胆实践，新课程的改革硕果累累。为将课程改革深入进行，对我们教师不断提出了更新更高的要求，要求教师有高尚的道德修养，有深厚的教育理论知识，有丰厚的文化底蕴，有扎实的教学基本功，能熟练地驾驭教材，深刻地理解教材，全面地了解学生。这就是说，过去提倡的“要给学生一杯水，教师就要有一桶水”的理念是远远不能适应新时代教师的要求了。我们现在的教师要必须具有源源不断地鲜活的长流水，要有不断学习，不断充实自己，不断提高自己的理念，要有敢于不断改革创新的意识，否则就不能胜任新时代的教学工作，满足学生的要求，适应教学的发展。新学期伊始，为了继续提高自己，进行课程改革，搞好本职工作，努力做一名合格的、胜任新时代教育教学工作的教师，特拟订以下本人提高计划。

师德是作为一名教师的根本。要想成为一名适应新时代要求的优秀的人民教师，首先要努力提高自身的道德修养。教师又尊称为是人类灵魂的工程师。因此，教师的一言一行，一举一动，都潜移默化地影响着学生。所以，我要以《中小学教师职业道德规范》严格要求自己，向优秀教师学习，学习他们那种把热爱学生当作教师天职的优秀品质。要处处以身作则，为人师表，关心学生，爱护学生，帮助学生，尊重学生，理解学生，能真正做到“以生为子”，要把关心学生的学习，关爱学生的生命健康，关注学生的持续发展的这些理念贯穿到我的教学工作的始终，渗透到我的课堂教学的每一个环节中。

古人云：活到老，学到老。本学期除了认真研读完几门剩余的大学课程，顺利通过毕业考试外，重点要利用课余时间阅读学习有关教育教学理论方面的书籍，丰富自身教育理论知识。因为，要想提高教育教学实践水平，就要有丰厚的教育理论知识作支撑。理论与实践相结合，是前辈伟人的至理名言，是优秀教学经验的总结。因此，我要利用课余时间学习苏霍姆林斯基的《给教师的建议》、魏书生的《教学工作漫谈》、《小学教学设计》、《小学数学教师》等刊物。学习时要认真阅读，结合自己的教学实践静思默想，反复理解，将一些理念，教学理论，抄记在积累本上，便于在今后的教学中运用，反复理解。

我们有了高尚的道德修养、广博的文学阅读、扎实的理论基础、深厚的鉴赏功底，还要有熟练的驾御课堂的能力，为此，我要从以下几方面努力提高自己的教学专业水平。

1、要认真全面的研究学生，深入刻苦的钻研教材，备好每一节课，上好每一堂课，要在课前、课中、课后进行深刻的反思，总结课堂教学的得与失，让学生在每一节课上都学的轻松，学的愉快，课课都有新收获，堂堂都能有进步。

2、积极要求参加上级组织的有关新课程改革的各类师资培训，深刻领会新课改的理念，吸取精华，改进教学中的不足，夯实自身的教学业务水平，彻底更新教育观念，改变教学方法，提高课堂教学效率。

3、认真参加本校组织的观摩课、公开课、示范课等活动，互相学习，互相帮助，吸取同行们的好的教学方法，共同提高，努力提高自己的课堂教学水平。

4、积极参加校本培训，认真听讲，详细记录，结合自身教学实践及时进行培训总结，深刻反思。

5、主动积极参加校本教研活动，在活动时能就平时教学中存在的问题大胆与同事交流研讨，敢于发表个人见解，同时也能认真倾听同行们的意见，不断提高自己的教育教学研究能力。

6、利用课余时间积极收看远程教育资源，认真研究有关数学教育专家们的课堂教学，吸收专家们的先进教学经验，结合自身教学实践，努力提高课堂教学效率。计划每天至少收看一节课的远程教育资源，并认真记录，写出心得体会、看后反思。

**个人学习计划篇十二**

第一层次：大纲词汇两遍，以谢振元词汇和马德高星火式词汇为载体，选择两本不同的书主要是为了能多一点新鲜感，本来考研已经够枯燥的了，再老对着同一本书，不更愁吗。

第二层次：精细区分不同词汇及其用法，以朱泰祺复习指导中的词汇部分和新东方词汇课堂为载体进行复习；学习新概念2、3册，提高写作能力。

第三层次：以历年真题为中心，通过新东方flash讲解，系统掌握考点和解题方法；同时结合王长喜三轮过关的进度，完成非听力部分。

新概念：2—3小时/天，每天复习2课，先听一听新东方的讲座，他的课讲的`挺慢的，不过对教材内容有所扩展，从基础的角度讲，对写作应该有比较好的帮助。11月中旬前底完成第二册，1月前完成第三册。如果能达到目标，应该可以达到考研作文的要求。

朱泰祺复习指导中的词汇部分，个人以为这部分是他的精华，其余的是垃圾，不要误会，垃圾也可以再利用的，只是我们时间不多，学就要学精华部分。

这部分很枯燥、综合性和难度比较高又容易遗忘，所以把他安排在两次记忆大纲词汇的中间，同时又处于第一次大纲词汇和新东方词汇课堂的中间。（表格传不上来，所以说的比较累，要是我没说明白或是你们没听明白，就再想想）。

如果第一遍大纲词汇背的顺利，朱泰祺词汇就从11月初开始，用30天每天1.5小时的时间完成一遍，如果其他的都复习顺利，就再背一遍，如果来不及就算了，老朱在他的讲座里说要背n遍。

历年真题是复习的核心内容，1.5小时/天，这部分具有综合性的作用，现在才开始复习，即使基础不好也应该放在最先。预计用30天的时间，如果需要可以再延长15天。

当然，真题复习一遍是不够的，x月份应该在第一遍的基础上再用1个月的时间再来一遍。

这学期的学习生活又即将到末尾了，马上就要迎来大学又一个暑假。以前的暑假都白费了，所以在这个暑假里，我会制定好暑假学习计划，把这个暑假过的更有意义些。暑假学习计划如下：

在新一个暑假里，我打算读一些课外书，看完书后写一篇读书笔记，把书中的优美句子或者段落摘抄下来，并写出自己读书的感受，这样不仅能丰富暑假的生活，还能积累一定的写作素材。写读书笔记还能锻炼自己的写作技能。一个暑假规定自己每天都要看书，不管多或少。课外书看得多了，对自己的学习也是有好处的。

暑假时间充裕，因此打算把以往几个学期的书本知识在看几遍，尤其是专业书，毕竟自己是个大学生了，专业知识越牢靠，对自己以后工作有很大的作用。假期里，重复温习书本上的知识点，对不懂的地方深研究，自己在不懂，就记下来，等到新学期开学，再去一个个的问，这样便能够让自己的学习进步。以前的暑假就是玩，这个暑假学习正好，毕竟也只有两年的时间，还是珍惜时间去学习的好。两年里也有很多的书了，特别是专业书，都必须进行二次学习才行，不然很容易就忘记了，所以要反复的看书，才能把书中重要的知识点记下来。

暑假时间正好，在校每天要上课，时间到没有那么充裕了，所以这个暑假，我就开始备考四级。每天早上起来背单词，晚上在记一遍单词，做些相关读的练习，从网上购买一套四级英语试卷，在家里做一下练习，这样不仅巩固了英语，也打发了漫长的暑假时间。在英语方面的学习，就是要多下点功夫，不然都无法克服艰难。

我吸取以往暑假的教训，在本学期休假之后，就进入到学习阶段，把自己用知识武装起来，假期不学习显得太过可惜了，从今年开始，就让自己去努力的学习，在这个大学里，不要让自己后悔没有努力。假期除了可以玩，还能学习，所以这个假期，我就要去坚定自己的学习，希望假期过完回到学校，不会让自己遗憾大学暑假过得没意义。我相信经过一个暑假的学习，我一定能让自己的学习跟上来的。

**个人学习计划篇十三**

20xx-20xx学年上学期学习计划为科学合理地安排学习时间，更好地完成学习任务，提高学习效率和效果，力争把自己培养成德、智、体全面发展的高素质人才，特制订以下计划：

认真学习理论，提高思想道德修养。各方面严格要求自已，提高政治思想水平，培养高尚的道德情操，做一名品质优秀的大学生：

1.参加党校学习，提高政治思想觉悟，加深对党的认识。

2.积极参加团支部民主生活会，做到积极参与，踊跃发言。

3.严格遵守校纪校规，尊敬老师，团结同学，言行文明，待人礼貌。

4.积极参加学雷锋做好事活动，热心帮助周围的人。

完成学习任务，掌握知识技能。学好本学期所开设的七门课程，争取期末考试各科成绩达到平均85分以上：

1.做好预习工作。在老师上课之前，先把相关内容预习一遍，找出重点、难点，划出不懂的地方，并把课后思考练习题做一遍，做好最充分的准备，为提高听课效果打好基础。

2.认真听好课。上课做到“五到”―眼到、耳到、口到、手到、脑到。认真听老师讲解，特别是自已预习不懂的地方；在听课过程中，要多问几个为什么，以加深对课本内容的理解。

3.运用“三二一复习方法”巩固知识。对学过的知识要多次复习，三天复习一遍，二周小结一遍，一个月再总复习一遍。

4.理论联系实际。在学习中做到理论联系实际，把课本内容与社会现实联系起来，并在现实生活中具体应用。

5.做好每一次实验实习。在实验实习中认真听老师讲解，严格按照操作规程去做，保证每一次实验的成功；并要多利用课余时间进行技能实践，真正提高自己的动手能力。

提高身体素质，培养体育特长。通过体育锻炼，使自己的身体素质得到明显提高，期末体育测试力争达到优秀，并要提高自己打篮球的技术，力争成为校篮球队的队员。

1.上好体育课。上体育课一定要认真观察老师的示范动作，掌握各种运动项目的方法技巧；严格按照老师的要求去训练，不偷懒，不打折扣，不怕苦不怕累，使自己的身体素质更强更壮。

2.刻苦训练篮球技术。

一是多向篮球技术高的同学学习，多请教；

二是参加学校举办的篮球兴趣班，多学习；

三是积极参加各种篮球比赛，多练习。

3.课余积极锻炼身体。早上跑步锻炼半个小时以上，下午在不影响学习的前提下积极参加球类运动。

此外，我还要积极参加学校举办的各种第二课堂活动，扩大自己的知识面，培养多方面的能力，使自己得到全面发展。计划是行动的纲领和指南，我一定要按照本计划内容严格要求自己。我相信，只要努力去做，我就一定能实现我的目标。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找