# 2024年国家公派留学研修计划(5篇)

来源：网络 作者：前尘往事 更新时间：2024-06-27

*时间过得真快，总在不经意间流逝，我们又将续写新的诗篇，展开新的旅程，该为自己下阶段的学习制定一个计划了。什么样的计划才是有效的呢？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。国家公派留学研修计划篇一硕士1年级第1学期入...*

时间过得真快，总在不经意间流逝，我们又将续写新的诗篇，展开新的旅程，该为自己下阶段的学习制定一个计划了。什么样的计划才是有效的呢？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。

**国家公派留学研修计划篇一**

硕士1年级

第1学期

入学后按计划填写《攻读硕士学位研究生课程计划》。本学年需完成学位课，部分必修课和选修课的学习，对部分跨专业的学生还应该补休现专业的部分专业基础课程。本学期的主要任务应该是学好上述课程，拿到硕士研究生所必须的部分学分。尽量多修，能把研二的课也修了最好，然后是学好英语，除此之外的时间就是多读书。

第2学期

完成剩余课程学习，专业课的学习以自学为主。你将逐步体会到，研究生的学习有越来越多的自由度。这既为你施展自己的才能提供了空间，同时也是对你学习能力的考验。

第1学年，除了以课程学习为主外，还应该积极阅读文献，并开始尝试写出1－2篇文献综述报告；同时，一些基本的硬件开发环境、软件开发平台、仿真工具、设计平台等工具也必须逐步学习、练习、熟悉，以便日后研究工作的需要时不至于还需要大量的时间去学习工具。第2学期，对于部分基础较好和能力突出的同学，可以考虑开始选择研究方向，并在该方向上开始部分跟踪型研究工作或为以后的研究课题奠定基础。条件具备的情况下，可以考虑跟着课题组参与导师的课题，逐步了解课题研究内容、研究方法，以便逐步适应研究工作。研一：学习+看书

研一的重点任务是读书与学习。这时的看书需要做到以下几点：

1.读书要搏而深

可在开始博览群书，在大体上形成一定的专业概念，之后开始系统地读书，可以根据专业的体系和结构去看书，补充以前所欠缺的知识，争取在知识结构上形成一个完整的专业知识体系。总体上形成一个“t”字形的知识结构，即在知识面上如t的横一般宽广，在专业深度上，则如t的竖一样深入。

2.学会提取知识

这是知识爆炸的世界，如何在纷繁的书海中准确有效地汲取营养，成为研究生读书的首要问题。可以通过两个途径来解决：一是读名著；二是区别对待不同种类的书，书分两种一种可以从中汲取大量的营养，这种书应该细细品味，要精读：另一种可以给你惊喜，这种你只需要略读找准其兴奋点即可。

3.学会在书中发现问题

孔子云“学而不思则惘，思而不学则殆”。因此，大家不能只为了读书而读书。而要在读书中善于思考。我们的思维在长期的“听话教育”中变得疲惫和倦

怠，然而批判思维却是研究生所必须具有的，所以在读书过程中我们不能一味的汲取，要带着批判的发现问题的态度去看书，最先可以通过不同书中对同一个问题的争论来启发思维。要在读书中善于总结和归纳，将“读”与“思”动态地结合。同时，注意做好读书笔记，笔记要尽量地详尽和深刻，以备将来写作和思考之需。

硕士2年级

采取定期学术研讨会的形式，学术研讨是训练科研和教学能力、训练表达能力的重要途径，对此要有正确和充分的认识，不应无故缺席或迟到。在研讨会上你会越来越明显地感受到研究生学习与本科生学习的本质区别，要有意识地尽快适应这种新的学习形式。别人报告时应认真听讲并积极提问，更要特别珍惜自己每次报告的机会。如果你的志向是硕士毕业后继续攻读博士学位，请抓紧时间认真读几本经典专著。华罗庚先生“由薄到厚，由厚到薄”的读书经验对现阶段的你是非常适合的。如果你的志向是毕业后走向社会，至少现在就要开始积累和储备有关的知识和技能、养成严谨的工作作风和自己的工作思路。

这一年，你可能有了更多自由支配的时间，这是你感到轻松和愉快，这段时光因此稍纵即逝。你的主要学习任务是在导师指导下查阅本方向的新近文献，研读有关的论文。在此基础上，撰写1至2篇《文献阅读报告》，请导师审阅后在研讨会上报告。对于论文的选择，宜由易到难，切忌好高骛远。尽管如此，你仍可能觉得多数论文像“天书”般难读。此时也不要急躁，多半原因可能是你的知识储备还不足，请补学相关的知识后再来读这些论文。遇到读不懂的论文可在同学之间讨论讨论，不应过多地依赖与请教老师，因为你读的论文老师未必很认真地读过。要做出有创新的研究工作，你首先要在某个专题上超越自己的导师。

按照通常的要求，这一年你必须要开题，且由于第三学年要找工作、考虑就业等可能让你不能完全静下心来的事情，加之还要撰写论文，所以在本是您完成论文重要研究内容的一个关键阶段，切勿放松。同时，应该将研究成果（进展）写成paper，试着投稿。争取能够参加一些国内外的学术会议，认识和你从事相同或相关方向研究工作的研究生、学者、知名专家并与他们交流，这对开阔你的视野，改进你的研究思路非常有意义。当然，不是每个研究生都有机会，因此，你必须要做出让导师肯定的研究进展或成果，你必须要有好的 idea or innovation.开题前，确认你已修够了《研究生培养方案》中要求的学分，完成《学位论文开题报告》。大多导师提倡同学们发掘潜能自行选题，硕士阶段的研究可从模仿别人的工作开始，并逐步深入下去。也可以选择导师或本方向博士生研究中的某个子课题。这一年（或下一初），你还得接受中期检查，填写《研究生中

期检查表》。通过筛选的同学将正式继续论文阶段，未通过的同学将提前毕业(不授学位)。

研二：写作+看书

研二主要是多多参与项目，经过研一的理论沉淀，开展项目或研究，能够形成自己的想法，才能够有创意，顺便也可以对毕业论文有所准备；

看书将是研究生三年始终不弃的学习任务。只有不断地读和想，才能让思想深入，让见识广博，才能让研究有所针对性，有说服力，有最起码的根基。看书是一种知识的积累，交流是一种思维的提升，但个人的学习成果却是以写作来表达的。只有我们在看书交流中带有写作的意识才能真正提升自己的写作能力。文章是个人思维规范性的表达，是个人学习成果的表达方式之一，更是社会评价一个研究生的最快捷方式。众所周知，我们学校的研究生必须要发表一定数量的文章，才能有资格毕业。因此，写作是研究生二年级重中之重的任务，在这一时期，必须保证论文的发表。

首先要做的就是勤练笔，多看，多写。并且在写中发现不足，找出问题，再有针对性的看书。写作刚开始往往无法下笔，这就是写作经验欠缺而造成的，一方面，我们可以多写，先从小文章入手，以练笔为主。文章要注意有文采，即使是学术论文，一定的文采也是吸引编辑和读者眼球的优势，还要注意学术的严谨，论文格式的规范。另一方面，可以由模仿入手，多读大家的作品，从作者的角度去思考别人为什么这样写，这样写有什么好处。然后慢慢体会作者的写作技巧和文章逻辑性，再转到自己的写作之中去运用，将对我们的写作帮助极大，这样也容易发表。

在写作中看书，在看书中写作。不要给自己太大的压力，多练、多看，文章自然就会出来了。

硕士3年级

第1学期，工作重点应放在研究工作上，在选定得学位论文题目方向上，并取得相当的研究进展或成果，并发表论文。

第2学期初完成论文初稿。修改、润饰论文，并于6月中旬以前完成学位论文答辩。硕士学位论文的主要结果应尽可能达到公开发表的水平。

研三：考博+找工作

研三就是写毕业论文，实习，找工作了，有了前面的理论沉淀+实践演练，这些都是水到渠成的事情。这个时候就不适合再参与项目，和毕业论文及找工作无关的事情尽量少做或者不做，老老实实写论文、去实习。

研究生三年级的任务是基于研究生二年级的任务已完成的基础之上的。于是，三年级就重点着手于自己的人生目标——考博或找工作。

考博的同学应保证一点，从研究生一年级开始就为自己的学习根基打好基础，之后在三年级全力以赴地准备考博。另外，考博时的面试是影响你是否考得上的关键所在，不过，面试短短的时间也是你长久知识积淀的结果。考博不是能临时报佛脚，最好从研究生一年级开始定下目标，并且长久努力。此外，在研三中毕业论文成为另一件重要事务，毕业论文的选题和方向一般会影响到你的考博和就业的方向。如果对自身未来发展有一定目标的同学，一定要在这个方面下大力气，让自己的学位论文为自己的未来增加砝码。

总之，三年的研究生生活是我们提升自己的最佳时光，有计划地把握好这段光阴，将有利于我们今后人生的发展。给自己一个正确的定位与计划，然后有目标的出击。

**国家公派留学研修计划篇二**

联合培养计划／英文学习计划具体要求

联合培养博士研究生在申请时应提交英文联合培养计划（1000字以上），由中外双方导师签字。联合培养计划如为英语以外语种书写，需另提供经国内单位审核的中文翻译件（需加盖审核部门公章）。

攻读博士学位的研究生在申请时应提交英文学习计划（1000字以上），并由外方导师签字。如申请人拟在国外进行硕博连读，暂时无法确定导师，则只需国内推选单位审核并签字。学习计划如为英语以外语种书写，需另提供经国内推选单位审核的中文翻译件（需加盖审核部门公章）。

攻读硕士学位研究生申请时应提交外文学习计划（1000字以上），并由外方导师签字。如申请人暂时无法确定导师，则只需国内推选单位审核并签字。学习计划如为英语以外语种书写，需另行提供经国内推选单位审核的中文翻译件（需加盖审核部门公章）。

联合培养硕士研究生申请时应提交外文联合培养课程学习计划（1000字以上），并由中外双方导师签字。联合培养计划如为英语以外语种书写，需另提供经国内推选单位审核的中文翻译件（需加盖审核部门公章）。

学习计划应包括以下主要内容：

①博士研究课题名称；

②科研课题背景介绍；

③申请人国内科研准备工作概述；

④出国学习预期目标；

⑤科研方法；

⑥科研工作时间安排；

⑦回国后续工作介绍。

**国家公派留学研修计划篇三**

研究生学习计划

笛卡尔说过：“最有价值的知识是方法的知识。”

一、研究生期间我们应该做什么

建立合理的知识结构：尽量广泛地涉猎学科基本知识，尽量深地了解所研究领域的方方面面、过去和现在1）掌握独立研究的方法和技能：尽量多的学习各种研究方法，熟练掌握研究过程和步骤

2）学会写论文：写论文不仅是训练表达能力，更是训练思维的逻辑性，论文体例虽是八股，但却是整理思路、与他人沟通的有效结构，不可不尊重

二、对本专业研究生做研究的要求

1)人文与技术相结合2)理论与实践相结合3)渊博知识与独立思考相结合4)理想精神与务实态度相结合三、个人管理包括

1）个人时间管理（ptm）

2）个人知识管理（pkm）

3）个人心理管理（ppm）

个人时间管理（ptm）

1、目标

2、事先规划好的行动是成功的关键

3、分析的工作。将事情一一列出来。没有清单，所有遇到的事情都会改变你自己的运行方向。

4、设定优先次序。

5、专注力。

6、时间期限与奖励。做完一件事情给自己一点奖励。强迫自己设定期限。

7、工时记录。将时间分配和使用情形记录下来。

8、注意拖延的现象。重要的事情和紧急的事情，对自己说：“立刻去做！立刻去做！立刻去做！”

9、会议。a会议有目标；b有议程；c准时开始准时结束。

10、关键成果领域。导师或上级期待你完成什么？

11、分批作业。相同的事情累积起来一起做。

12、整洁。清理工作环境，面前只有你现在要处理的资料。

13、连续的工时。60分钟、90分钟的时间。一大早起床5点左右的时候可以连续工作几个小时，可以做一些创造性的工作，如写报告等。

14、利用零碎的时间。只要花出代价就总会有收获。额外的零散时间，比如上学的路上。

15、准时。

16、简化工作。a做久一点；b做快一点；c作重要的事情；d做自己拿手的事情；e少犯错；f发挥团队合作的力量。

17、学会说不。

18、平衡。真正重要的事情：身体健康、心灵年轻、人际关系良好。

个人知识管理（pkm）

其实质在于帮助个人提升工作效率，整合自己的信息资源，提升个人的竞争力。通过个人知识管理，让个人拥有的各种资料、随手可得的信息变成更多价值的知识，从而最终利于自己的工作、生活。

从个人的角度讲，需要管理的知识资源无外乎以下内容：

1、人际交往资源（如联系人的通讯录、每个人的特点与特长等）。

2、通讯管理（书信、电子邮件、传真等）。

3、个人时间管理工具（事务提醒、待办事宜、个人备忘录）。

4、网络资源管理（网站管理与连接）。

5、文档管理。

个人心理管理

就个人而言，个人心理管理就是经常自我心态调整。知足常乐、量力而行。1研究与娱乐要相结合。

2凡事都有它存在的理由，不要经常有抱怨。

3不要随随便便拿两个人来比，只看到他所得到的，却看不到他所失去的，这有什么意义？ 4正确面对困境，用辩证的眼光去看问题。

四、如何确定适合自己的研究领域？

（小故事）有一个草坪铺路的故事可以用来回答这个问题。保护草坪时很难的，因为草坪上的路往往并不是按人的方便性来修的。有一次一个设计师承接了一个项目，交付使用后在这个建筑物的周围全铺上了草坪，没有路，任何人去踩，几个月后，草坪上就分明出现了几条道：有粗有细，然后他就在次基础上修路，也有粗有细，结果可想而知。

昨天谈及研究生应当主动设计自己的学习，本文谈谈设计学习的具体做法。与任何其它设计工作一样，学习设计也分总体设计和细部设计两类。

所谓学习的总体设计，指的是设定研究生阶段的总体目标和基本要求。当你慢慢老去的时候，就会发现：研究生阶段是人生最美好的时期，应该充分利用这一弥足珍贵的时机，奠定一生事业的基础。除了严格修身之外，要在学业上夯实基础，最要紧的是学会如何做学问，如何发现问题，分析问题，归纳问题，解决问题，特别是要建立宏观大视野，在纷繁复杂的现象中把握事物的本质，抓住要害问题，迎战可能遇到的一切困难。

爱因斯坦说过，“方法比知识更重要。”因此，设定学习的总体目标时，应把掌握科学的方法论放到极其重要的位置。上课、听讲座报告、参加seminar、做作业、写论文等过程中，要随时总结从中学到的方法和诀窍，最好提高到科学方法论的高度来认识，随时检查自己的“方法论武器库”中是否不断在增添新品种，这些武器是否已应用于自己的学习、科研的实践中。研究生学习大致分为修读学位课程和做学位论文两个阶段，这两个阶段没有明确的界线，后一阶段开始得越早越好。不妨对两个阶段给出总的可以实现的目标。在课程学习阶段，在上文所说的调研分析的基础上，制定完善自身知识结构的设想，努力拾遗补缺；同时，尽可能博览群书，增加专业范围以外的知识；学位论文阶段，则视作科研实战的绝好机会，以提高自身科研能力（解决问题的能力）为主要目标，千万别单纯为了获得学位而做论文。这一阶段处置得当，就一辈子受用，不管你将来从事何种职业。

所谓学习的细部设计，就是要针对自己的实际情况，做一个细致入微、切实可行的计划。下面以我较为熟悉的数理力学专业为例展开阐述。

细部设计为实现自己的总体理想服务。其中又可细分为基础训练、专业知识学习、拓宽知识面学习和论文写作训练四个部分。

·基础训练 包括数学、物理学、计算机科学与实践、英语等等，除了完成培养计划中所列各项以外，还应列出各自的“拾遗补缺”专项。集中进行基础训练的时间大多只有一年，要

非常珍惜。除了纯数学的研究生，数学方面以学习应用数学基础为主，应涵盖与自己的专业所需的主要分支，我在乐乎博客里曾为理工科学子开过一个数学学习清单，待修改后会另写博文发布；除了物理学专业的研究生，在物理学方面，应该尽力把本科的普通物理的认识水平上升到理论物理学水平，至少在一个自己最常用的分支上有长进；同时兼顾理论分析、数值分析和实验技巧的训练；计算机科学方面，主要应学习最为实用的基础，然后在日常实践中提高应用能力；英语方面，应着重提高实用型英语的水平，不必再在语法之类的条条框框上兜圈子了。所有这四个方面，都应该制定具体的学习计划。

·专业知识 在导师指导下，学好与研究方向直接相关的2-3门专业基础课，掌握最有用的经典知识体系和近代发展，通读文献的阶段开始得越早越好。有必要熟读一两本经典专著；在大量略读的基础上，啃透两三篇最重要的文献。

·拓宽知识面 在研究生学习阶段，有必要学好与本专业相关的学科发展史，站在更高的高度上把握本学科的过去、现在和未来。应该读好几本有关方法论的著述，例如，《科学研究的艺术》、《发现的种子》等等（在以前的博文里曾多次谈及）。若有余暇，应该读一点文史哲方面的书籍。

·论文写作训练 除了通过反复实践的训练，提高自己的写作能力以外，不妨挤出一点时间，学习科技写作技巧的专著。

对以上各项应制定周密的学期学习计划以及月计划、周计划，使得细部设计得以逐步实现。对每天的学习时间要做出合理分配。一般来说，头脑清醒时学艰深的知识，精力稍差时学通俗易懂的知识；大段时间读长篇著述，零碎时间学外语，睡觉之前读“闲书”。如此等等，可以根据各自的实际情况加以妥善安排。当然，体育锻炼也是必不可少的。

我最近在大连开会，与一些研究生导师聊天时，大家感到时下研究生承受压力较大（例如要在学习阶段发表论文等），要他们沉下心来进行自主学习设计有一定的难度。我也有此感觉，而且不大同意规定研究生（特别是硕士生）在学习阶段定要发表论文，认为这好比让还在长羽毛的雏鸟下蛋一样，很不妥当；让博士生在学习阶段发表一篇普通论文，还算比较合理。在规定未改变之前，年青朋友们只有努力辛苦自己了。

**国家公派留学研修计划篇四**

研究生学习计划范文3篇

订立好的学习计划是学习获得成功的一半，本文是小编为大家整理的研究生的学习计划范文，仅供参考。

研究生学习计划范文篇一：

戴尔·卡耐基说过：“一个人不能没有生活，而生活的内容，也不能使它没有意义。做一件事，说一句话，无论事情的大小，说话的多少，你都得自己先有了计划，先问问自己做这件事、说这句话，有没有意义?你能这样做，就是奋斗基础的开始奠定。”由此可见计划的重要性。

经过接近一年的艰苦努力的奋斗，我们即将迎来的是一个崭新的开始。我们每个人的起点都将归零。三年后的我们会以什么样的姿态去面对这个竞争激烈的社会取决于我们这未来三年的努力以及奋斗情况。授之以鱼与授之以渔，虽然只差了一个字，但是结果却是有天壤之别的。我们深知研究生和本科生的学习完全不一样。我们不再是单调地学习书本上的知识，也不再是单单地被动接受老师教给我们的知识。在研究生阶段，我们更重要的是主动去学习，去开发未知的领域，去发掘自己的兴趣以及潜在的能力。

要想以一个自信的状态去迎接三年后的挑战，我想现在的我就应该认真细心地做好未来三年的计划了。

一、研究生期间我应该做什么?

研究生阶段我们主要是靠自己去学习去探索，不再一味的接受书本上的理论知识。老师也变成了辅助的作用，引导我们走向正确的研究方向，而不是单纯的教授知识。因此要做到以下几点：

(1)建立稳固的知识结构：尽量广地去学习学科的基础知识，尽量深地去了解所研究领域的方方面面。

这里就要求我去全方面的了解内燃机这门学科的各个方面。排放控制、噪声控制、结构优化、各种类型的内燃机都应该是我要了解的地方。不能因为我的兴趣仅仅是结构优化和有限元分析而忽略排放噪声控制等其他方面的学习。

要想对内燃机有一个更深层次的了解，内燃机学最基础最根本的知识应该是我所要掌握的。因此，内燃机学、汽车构造等几门专业基础课程的课本应该是我要翻透翻烂的。

(2)掌握独立研究的方法和技能：尽量多的学习各种研究方法，熟练掌握研究过程和步骤。

研究生，顾名思义，是以研究为主要目的的学生。我们选定一个课题之后就要对其进行分析研究。怎样研究，研究的方法就是我们应该在研究生期间所要着重学习和掌握的技能。

(3)学会写论文：写论文不仅是训练表达能力，更是训练思维的逻辑性，论文体虽然是八股，但却是整理思路、与他人沟通的有效结构，不可不尊重。

二、对本专业研究领域的兴趣

我们学校对内燃机研究的领域主要包括：内燃机排放控制、噪声控制、结构优化、有限元分析、电子控制以及小型汽油机等。而我主要的兴趣是结构优化以及有限元分析。不管未来选择哪个研究领域，我都不会单单研究一个领域。因为我认为要想对一个事物有深层次的了解，首先要对它有一个全面的了解。

结构优化与有限元分析是可以相互结合的，其他各个方面也都是可以相互结合的。因为内燃机是一个有机的整体。整体包含部分，部分组成整体。将部分与整体辩证结合，可以使我们对内燃机有一个更深层次的了解和认识，更可以使我们对事物的了解不再仅仅停留在表面，让我们的理性认识有了一个质的飞跃。例如：我们在研究排放控制的时候可以考虑内燃机的结构是不是会对排放造成一定的影响，内燃机的结构是不是又会对噪声控制产生一定的影响。结合各个方面的知识就可以使我们的研究更加趋于全面正确。

三、对本专业所感兴趣领域的认识与预达到的目标

我主要感兴趣的领域是结构优化和有限元分析。

因为当今社会是一个信息化的高速发展的社会，日益更新的工具为我们的生产和生活提供了极大的帮助。有限元分析的出现就是这些工具中的一个。

有限元的核心思想是结构的离散化，就是将实际结构假想地离散为有限数目的规则单元组合体，实际结构的物理性能可以通过对离散体进行分析，得出满足工程精度的近似结果来替代对实际结构的分析，这样可以解决很多实际工程需要解决而理论分析又无法解决的复杂问题。

近年来随着计算机技术的普及和计算速度的不断提高，有限元分析在工程设计和分析中得到了越来越广泛的重视，已经成为解决复杂的工程分析计算问题的有效途径，现在从汽车到航天飞机几乎所有的设计制造都已离不开有限元分析计算，其在机械制造、材料加工、航空航天、汽车、土木建筑、电子电器，国防军工，船舶，铁道，石化，能源，科学研究等各个领域的广泛使用已使设计水平发生了质的飞跃，主要表现在以下几个方面：

(1)增加产品和工程的可靠性;

(2)在产品的设计阶段发现潜在的问题

(3)经过分析计算，采用优化设计方案，降低原材料成本

(4)缩短产品投向市场的时间

(5)模拟试验方案，减少试验次数，从而减少试验经费

我的目标是在三年后能够熟练使用autocad、ug、pro/e等造型软件绘制内燃机各个部件造型，然后对其结构运用adams、ansys等分析软件进行分析优化。

研究方面，我希望自己能够独立思考研究，而不是走别人铺好的道路。我希望用自己的脚去走出属于自己独有的一片天空。

四、实现目标的途径和方法

专业课方面，我会将第一学期的基础课和专业课学好，利用课余时间看看最新的与内燃机方面相关的论文，让自己对本专业有一个及时的了解。

因为在学习的过程中会涉及到造型设计，我也会利用课余时间学习autocad、ug、pro/e等造型软件以及adams、ansys等分析软件。

当今社会是一个信息化的高速发展的国际化社会，没有一个良好的英语，我们便不能与国际接轨，也不能更快的了解国外内燃机的发展水平。英语方面，我将利用一切可以利用的时间去学习巩固自己的英语。多看英文论文，多学习英文，如果有可能我还会去认识国际友人，与他们锻炼口语。我的目标是能够通过中级口译。希望自己在三年后能够读懂国外最新的论文和期刊杂志。让自己能跟的上国际步伐。

五、个人管理与能力提升

时间管理：

按学期可细分为五个阶段：

(1)第一学期——学习学期

主要目标是学习好各门基础课程。因为不管以后是择业或者考博，都需要学习成绩和理论知识的支持。并且这一学期也是五个学期中学习劲头最浓的学期。

(2)第二学期——知识补充学期

经过第一学期基础课的学习和对周边环境的了解，应该知道自己所缺乏的知识，在这个学期就应该好好恶补一下。比如说外语，这是很令我头痛的科目。但如果外语口语流利，会使我在择业时增加一倍工资或获得更多机会。在这个时期学校也会组织一些活动，多参加这些活动不但可以充分了解自己，获取知识，也可以学习团队精神。

(3)第三学期——论文材料收集与开题写作学期

在这个时期，我将开始进入论文的写作阶段。这就需要收集资料和进行一定的试验。在这期间一定要抓紧时间多学习和收集资料，了解该领域的知识，定出好的论文框架。根据以往经验，这阶段就应该开始书写发表的小论文，并投寄出去，这样才能保证在毕业时能看到正式发表的论文。在书写论文时有一个小经验：一开始不用急着写整个论文，可以先就论文中的创新点书写发表的小论文，最后把这些小论文逻辑地串起来，这样毕业论文就完成了一大部分。

(4)第四学期——论文完稿和择业思考学期

这一学期，同学们的精力主要放在论文写作上面，书写好的论文可以锻炼我的组织和时间安排能力。另外一点就是要开始进行择业的思考。在以上几个阶段中，我一直在为择业做准备，这时应该对自己的性格和拥有知识的内容有了充分的了解。并且通过对各种工作录用标准的了解，可以为自己以后想进入什么城市和行业进行初步的估计。如果想要考博，这时候也需要开始了解各种信息，为下个学期的考试做好准备。

(5)第五学期——论文答辩和择业冲刺学期

这一学期是忙碌的学期。首先关键的问题是要对论文进行扫尾工作，顺利的答辩是非常必要的。其次最重要的问题是择业或考博士，我相信经过对以上几个阶段目标的逐个实现，这时的我一定胸有成竹。

能力提升：

(1)人被定义为能够使用语言、具有复杂的社会组织与科技发展的生物，尤其是能够建立团体与机构来达到互相支持与协助的目的。也就是说人是具有社会性的动物。所以我会首先搞好与老师、同学以及朋友的关系。学会更好的与人交往和相处。要注意的事项主要是：人际交往资源(如联系人的通讯录、每个人的特点与特长等)通讯管理(书信、电子信件、传真等)。

(2)做事有计划有条理：每天早上将今天所要做的事情按照时间列表，然后一一执行，到晚上进行总结，把做好的事情总结一下，看完成的情况如何，如果完成的不好，分析原因，想想以后该怎么做才能使其更好的完成。对没有完成的任务更要进行反思总结，总结失败的原因，找出解决方法。

(3)简化工作。a.做久一点;b.做快一点;c.做重要的事情;d.做自己拿手的事情;e.少犯错;f.发挥团队合作的力量

(4)学会说不。要学会自己独立思考，而不是简单的惟命是从。

以上的时间规划和目标不光光是纸上的文字，它更应该是我未来三年的行程表，我将对照着这份学业计划书，一步步的施行，然后一步步的走向自己树立的目标。针对每阶段目标我一定会专注，不受外界环境影响。不会像小猫钓鱼一样，三心二意。同时我也会经常进行反思，对一些不足的地方进行改进、调整，找到正确的路线。我相信，三年后的我一定会以一个自信满满地姿态迎接新一轮的挑战!

研究生学习计划范文篇二：

不觉中，已经开始步入了两年半的研究生生涯，总感觉在今后的学习和研究生活中，应该努力做点什么，努力思考点什么，应该做出点想自己能够满意的东西。

人家都说，好的开始时成功的一半，而针对自己的自身特点，兴趣爱好，制定一个符合自己的学习规划，又可以给我今后的前进道路指出有针对性的方向。

总的来说，在研究生的学习过程中，应该在学好基础课程和专业课程的基础上，多读书，勤思考，能够有自己观察事物独到的角度，理解问题独到的见解，能够在自己感兴趣和研究的领域有所突破。

1，在第一年的研究生学习过程中，以学院开设的各门基础课程和专业课程为主，在过老师的指导和帮助下，静下心来，认真读几本书。另外，要勤加学习英语，因为英语在设计学习的过程中对有非常大的帮助，我们可以借助英语，多了解国外先进的设计理念以及设计方法。

2，在第二年的研究生学习过程中，在过老师的指导下，开始逐步进入自己所要研究的领域，多读，多思，多做，通过阅读和研究的积累，不断丰富自己的见识和知识，从而由此展开论文的创作。在论文创作的同时，依然要积极阅读，善于思考，勇于探索，不断夯实自己的理论基础，丰富自己的思想内涵，培养自己爱读书，爱思考的优良习惯。

3，在最后的半年时间里，进一步丰富和完善自己的论文，争取以优异的成绩取得硕士学位。

在刚开学的这段时间里，我已经开始按照自己的计划开始学习，在英语课程学习的同时，网上浏览国外设计网站，在学习专业知识的同时，更能提高自己的英语水品。最近，写过《情感化设计》的donald 又新出了一本《未来产品的设计》，我正准备买来阅读。同时也在网上搜索有关建筑方面的专业书籍，希望能在学习产品的同时，扩大自己的兴趣，在这里也希望过老师能帮着推荐几本比较好的书籍，以便在日后的读书过程中做到不盲目，更有针对性和目的性。

希望自己能够认真执行自我设定的计划，更好的丰富自己研究生的生活。

研究生学习计划范文篇三：

虽然早知道自己已经被录取，但当我接到录取通知书的那一刻，还是忍不住的激动了一番。想想自己一年多的努力有了回报，还是蛮欣慰的。转眼间，我已经成为了一名真正的研究生，已经逐渐的适应了研究生的生活，大学四年转瞬即逝，研究生的三年也并没有大多数人想象的那么长，这个期间是我们人生和事业的关键期，有许多重要的任务需要我们在这个阶段完成或奠定一个好的基础。这就需要我制定一个研究生期间的整体生涯规划，给自己规定目标和任务，并在实践中不断的摸索并加以改进，尽可能的完成计划中得各项任务。希望在三年后我回首的时候，可以自豪的说，我是一名合格的硕士。

首先，在课程学习方面。研一时候开设的课程是为我们打基础的，只有基础牢固了，我们今后在科研的道路上才会走的稳，走的远。现在我们的课程分为学位课和公共课，学位课是与我们的专业有关的，是我们今后研究的理论基础，所以在研一的时候我要把每一门学位课学好，认真思考课程理论的现实意义，融会贯通，学有所用。公共课主要是政治内容的，以马克思主义为主。

马克思主义是我们学习、研究与工作的基本指导思想。要重视理论学习课，不要当成负担，也不要只当作拿学分的途径，而要真正地去学，学有所得，学有所用。给我们授课的老师大都是教授、副教授级别的，人生阅历、科研经历都很丰富，在其授课的过程中可能会教授一些自己总结的技巧和方法，这是我们在其他地方学不到的，是智慧与经验的结晶。并且，老师对某一领域的观点和看法往往与我们的角度和高度是不同的，如果我们用心去接受，会有不小得收获。

所以，在研一的期间我会上好每一堂课，以课程学习为主。此外，还应该积极阅读文献，并开始尝试写出1-2篇文献综述报告。同时，也要逐步的学习一些应用软件及实验操作，为自己日后的科研做好准备。

其次，在科研方面。研二以后我们会有自己的研究方向，这个时候需要自己制定科研计划，实施具体操作。之前的文献积累就很重要了，通过借鉴前人的思想，并结合自己的创新发挥，设计出一个现实可行的实验方案。在研究生阶段我主要把自己的科研课题做好，在本人研究的方向上有新的发现或看法，并能以论文的形式表达出来。另外培养自己的科研能力，对出现的问题进行探索，对新生的事物进行研究。

第三，在外语方面。外语是一种工具，与世界人们交流的工具。当下世界性的语言是英语，我们要想了解世界级的大师对我们所研究的领域有什么观点看法，就必须借助英语，阅读英文文献，查阅英文资料。很不幸的是，考研时我的外语语种是俄语，但阅读英文文献是必须得，所以，在研究生这三年里，我在保证俄语不退步的前提下，积极学习英语，争取可以自由的阅读撰写英文文章。

人生能有几个三年?青年时期的三年尤其宝贵，我要好好利用学校提供的资源环境，努力学习和培养自己。

**国家公派留学研修计划篇五**

中共00省委党校

2024级00学专业研究生班学员

学习计划

专业：00学

学习年限：在职学习三年

研究方向：政治社会学

计划适用人：0000

计划实施起始时间：2024年12月

计划内容：

一、学习目的：

在扎实、认真、全面、系统的学习专业基础课、专业方向课及专业选择课等规定课目的基础上，努力提高自己的思想觉悟和个人道德素养。严格要求自己坚持党的基本路线，学习马克思主义思想和系统的专业知识，从而使自己有较高的思想政治素质和党的修养。并且能够理论联系实际，把自己在书本上所学的知识，灵活运用到实际生活当中去。

二、学习任务：

认真学习并仔细研究每学期开设的专业课、专业选修课、专业方向课。把课本上的内容熟悉并掌握的同时，按时 1

完成个课目的学习任务。

1、有明确的学习目的和目标，并通过认真学习能掌握一定的社会学专业知识，除此之外，还应学习掌握分析社会、研究动态，并能够为社会发展做出自己的贡献。

2、在学习过程中采取的措施：

（1）认真研读每一本规定的学习书目之外，多看一些老师和书本上推荐的文献和书目。

（2）做好学习笔记，把老师讲的重点难点，还有同学的见解等值的学习的名言名句都记下来，以便在日后慢慢学习，慢慢消化。

（3）要按时撰写心得体会。把自己学到的，看到的，听到的，或者是想到的都写下来，同时也能提高自己的写作能力。

（4）要按时撰写论文。根据导师的要求，保质保量的完成论文的撰写与发表。

三、学习要求

1、合理安排时间，能够做到工作和学习不矛盾，不冲

突，力争学习和工作两手抓并且两手都要硬，互不耽误；

2、坚持自学和研究，研读经典原著和重要文献，注重

理论和实际想结合，并且能够解放思想，认真思考，不断进取，独立创新，把创新精神和创新能力很好的结合，贯

穿于整个学习过程中，并带到实际生活当中；

3、能够及时认真的完成授课老师布置的作业和每一

项学习任务；

4、认真思考，积极探索，在认真完成书本上的所有

课目的同时，能够多搜索和收集与专业相关的资料和信息。多学多看，拓宽自己的知识面、加深专业知识的理解；

5、端正学习态度，积极参与每次的课题讨论，并虚心听取他人的发言，自己要不断的努力，不断的提高，做到求同存异；

6、尊师重教。在整个学习过程中，尊敬师长，团结同学，对人有礼貌，始终严格遵守学校的各项规章制度，绝不做任何违反校纪校规的事；

7、热爱集体。能够积极参加班集体组织的每一次社会实践活动，充分发挥自己的主观能动性，为活动献言献策，为班级贡献自己的一点力量。

四、完成各课目作业时的具体要求和规定：

对于每学期阅读的主要书目，撰写读书笔记、心得体会和讨论大纲，都要做具体要求和规定

1、每学期初阅读学校设定的专业课目书外，另外阅读三到四本研究内容类似的书目；

2、阅读书目的同时撰写读书笔记，字数不限，心得体

会2篇，讨论提纲1篇；

3、按照是授课老师的要求保质保量的完成每门课程的课后作业，并在下一学期开课时呈交与老师。

五、确定科研方向及科研课题，明确每学期要完成的论文的篇数和发表的要求：

（一）、科研方向

以“政治社会学”为科研方向。

（二）科研课题

以“当代中国的分层”为科研课题展开课题研究。

（三）论文数量及发表要求

每学期按照专业方向课的研究内容撰写一篇，中心明确，突出观点，论证条理清晰，论据说明充分的高质量的论文，并请授课老师后向省级刊物投稿。如《甘肃农村工作》、《甘肃党建》等。

（四）毕业论文

有了这三年的学习和研究，在生活和学习当中有哪些收获做一总结，撰写一篇（有自己的一些独特看法和想法的，很有新意的）学术论文，时间年限为一年。

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