# 帮孩子制订有效的学习计划

来源：网络 作者：繁花落寂 更新时间：2024-08-26

*帮孩子制订有效的学习计划“凡事预则立，不预则废。”一份理想的学习计划能帮助孩子明确学习目标、合理安排时间、增强学习的自觉性和积极性、提高学习效率……学习计划对孩子学业的重要性，其实家长们都知道!但是，有多少家长真正研究过孩子的学习计划呢？有...*

帮孩子制订有效的学习计划“凡事预则立，不预则废。”一份理想的学习计划能帮助孩子明确学习目标、合理安排时间、增强学习的自觉性和积极性、提高学习效率……学习计划对孩子学业的重要性，其实家长们都知道!

但是，有多少家长真正研究过孩子的学习计划呢？有多少家长根据孩子的学习计划给予孩子有效的监督和指导了呢？恐怕答案会很不理想。

大部分孩子受认知水平、思考问题的方式、表达能力、意志力等方面的局限性，所制订的学习计划几乎形同虚设，对完成学习任务、实现学习目标并没有产生直接的、实质性的作用，几乎形同虚设。老师要求孩子制订学习计划，很大程度上是期望借助制订计划这一形式让孩子了解计划的重要性，并养成制订计划、按计划行事的习惯。而孩子制订的学习计划是否合理可行，老师很难一一过问。于是，就出现了孩子的计划“白纸黑字”贴在墙上，但孩子依旧随心所欲的情况。因此，要想制订出一份理想的学习计划，家长应该发挥重要的引导作用，特别是对那些学习能力偏弱、自制力偏差的孩子，这一点尤为重要。千万不要把制订学习计划作为孩子和学校的事情，家长袖手旁观，这是对孩子不负责任的态度。

制订好学习计划的前提是准确给孩子定位。很多孩子的计划制订以后难以落实，主要症结就在于缺乏对自我的了解，不是根据实际情况来制订有针对性的计划。作为家长，要指导孩子分析自己的学习特点。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。有的在文、理科学习上也体现出不同的特点……帮助孩子全面分析，找准薄弱点，对薄弱学科或薄弱环节加重学习分量，这样才能有效的采取相应措施并写进计划。

计划应主要解决好孩子的自由学习时间。学习时间可以分常规学习时间和自由学习时间。常规学习时间，指的是用来完成老师当天布置的作业，“消化”当天所学知识的时间。而自由学习时间，指的是完成作业后，所剩下的由孩子自由支配的学习时间。自由学习时间内的学习效果，对改变学习现状有重大作用。对那些成绩较差的学生来，往往是因为忽略了自由学习时间中自我提高活动的安排，所以造成后进。一般说来说，个人的学习计划既包括常规学习活动，即完成当天老师布置的学习任务，消化当天所学的知识；又包括自己安排的学习活动，即根据自己的特点，或补课还债，或提高深造。个人的学习计划不宜离开教师的教学进度另搞一套。即使是自己安排的学习活动，最好也要和老师当时教的内容相关。这样才能消化旧知识，吸收新知识。一旦孩子抓住了自由学习时间，并且体会到抓住自由学习时间给学习带来的好处后，他就会努力去提高常规学习时间的效率，以增加自由学习时间，使自己掌握的学习主动权越来越大，一个生动活泼的学习局面就会逐渐到来。因此，家长在帮助孩子制订学习计划时，要特别注意摆布好学习与娱乐的关系，逐步减少孩子看电视、上网的时间，适当增加自主安排学习任务的时间，让孩子在学会安排自由学习时间的过程中，增强学习的自信。

计划的具体内容和实施步骤是在学习之前拟定的，是设想，毕竟还不是现实。要想把计划变成现实，还要经过一段时间的努力，在这个过程中，自己的思想可能会发生某些变化，而学习计划订得再实际，也难免会出现估计不到的情况。例如，某个阶段有的学科难度大，作业多，这样，计划中的学习任务就可能完不成。再如，有时集体活动比计划的多了，占用了较多的学习时间，这也会影响学习计划的实施。所以为了保持计划的实现，学习计划不要订得太满、太死、太紧，要留有机动时间。目标也不要订得太高，否则在实施过程中受到冲击时，会因为没有办法调整而使计划落空。时间长了，就会对订计划的必要性产生怀疑而不订计划了，成为无计划行事了。因此，制订学习计划不要过于“贪心”，要量力而行。计划订好之后，要贴在显眼的地方，并要求孩子对父母公布，以便于给孩子制造一种外在的约束力。父母要观察孩子，引导孩子经常对照、检查执行计划的情况。如果完成任务轻松，余地较大，可以考虑进度加快一点。如果没有按计划完成任务，要分析是什么原因，对症下药，采取措施。必要时可调整计划，降低标准，减慢速度，使计划切实可行，为学习服务。

计划通过实施才有意义和价值。在帮助孩子制订好学习计划后，家长还应经常督促孩子执行学习计划，定期检查孩子完成学习计划的情况并根据实际情况帮助孩子调整学习计划。有理由相信，一个不折不扣地执行着一份切实可行的学习计划的孩子，他的学习一定是卓有成效的，他的成绩一定是优良的，他的家长一定是轻松、快乐的!

学习计划是学习的蓝图，有效的计划加上有效的实施，不仅有利于提高学习成绩，而且对磨练孩子的意志，培养良好的生活和学习习惯，提高学习效率，都有非常大的意义。提高计划观念和计划能力，使孩子成为能够有条理地安排学习、生活、工作的人，对孩子的一生都有好处。

推荐与《帮孩子制订有效的学习计划》相关的内容：查看更多>> 教学工作计划

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