# 最新小学生自律时间管理计划表(17篇)

来源：网络 作者：深巷幽兰 更新时间：2024-08-23

*光阴的迅速，一眨眼就过去了，很快就要开展新的工作了，来为今后的学习制定一份计划。优秀的计划都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？以下是小编为大家收集的计划范文，仅供参考，大家一起来看看吧。小学生自律时间管理计划表篇一第一条：每天早上6：00起...*

光阴的迅速，一眨眼就过去了，很快就要开展新的工作了，来为今后的学习制定一份计划。优秀的计划都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？以下是小编为大家收集的计划范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**小学生自律时间管理计划表篇一**

第一条：每天早上6：00起床，晚上9：00睡觉。

第二条：起床跑半个小时的步，然后每天坚持户外活动两个小时。

第三条：每天背诵作文范文精彩片段2段;

第四条： 每周1篇命题作文;周记一周一篇，完成时间自选。

第五条：电脑中学习新概念英语第一册半小时/天;

第六条：每周一次跟爸爸妈妈出去活动，活动形式含逛商场，骑自行车郊游，爬山，游公园等;一周可选择性观看自己喜欢的电视节目2小时。

第七条：语文、数学的作业要同步进行。

第七条：每天写一篇小字，如果时间宽松，再练毛笔字每天一张。

另外，对于我的压岁钱，我要拿出20%作“流动资金” 时间管理，30%交学费。”50%捐给希望工程。如果以上我都完成得很好，那以后我就给自己做很多的计划，这样我就能成为一个很优秀的学生。

**小学生自律时间管理计划表篇二**

学习目标明确，科学安排学习时间，有些学生学习却毫无计划。“脚踩西瓜皮，滑到哪里算哪里”，这是很不好的。高尔基说：“不知明天该做什么的人是不幸的。”有的学生认为，学习有教育计划，老师有教学计划，跟着老师走，按照学校走就行了，何必自己在定计划。这种想法是不对的，学校和老师的计划是针对全体学生的，每个学生还应该按照老师要求针对自己的学习情况制定具体的个人学习计划你，特别是放学以后的自学部分，更要有自己的计划。

一、学习的目标明确，实现目标也有保证。

二、恰当安排各项学习任务，是学习有秩序的进行。

三、建立学习计划培养良好的学习习惯大有帮助。

由于学习计划有必要又大有好处，所以有计划的学习成为优秀学生的共同特点。学习好和学习不好的差别当中有一条就是有没有学习计划。这一点会慢慢显露出来的。

我的学习计划是：

一、进行自我分析：

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，因此首先要自我分析。

1、分析自己学习的特点，可以仔细回顾一下自己的学习情况，找出特点。

2、分析自己的学习现状，一是和大家比，二是和自己以前过去比。

二、确定学习目标：

1、每天每科各做10道练习题，并读书各15分钟。

三、科学安排时间：

1、早上6点起床并快速预习当天要讲的课;

2、回到学校在早、午读之前也要读书、看书、预习;

3、课间尽量复习上堂课老师讲的内容;

4、放学后要尽快回家，在吃晚饭前要尽量做适量的作业;

5、晚饭后一会儿必须重新开始学习;

6、睡觉前读一次数或背一次书。

**小学生自律时间管理计划表篇三**

六年级新二学期来临了，在这之际，新年的钟声也渐渐消逝，从过节的快乐中走出，投入紧张的学习。在这段过度期中，定制一个计划，也是对以后学习的一个目标。

首先，应该先纠正自己的学习态度。“态度决定一切!”心态是取得成功的一个非常关键的环节，拥有好的心态，就会拥有好的成绩!

在这学期里，要加强自己不擅长的科目初中作文 ，在语文上，除了把课文中的内容、知识掌握好以外，还应多读一些课外书，如名人名著等。还要再想些办法提高自己的阅读、写作能力，不能只想课内不观课外了。数学，不能只明白课本上的习题应怎么做就够了，如果要学好它，就必须在课外再花一些时间来钻研和多做一些试题等。

上课仔细听讲，弄懂每一个问题，作业即使完成，追求质量和速度，回家做好预、复习工作。在空余期间多看一本好书，适当做些娱乐。做到“少在电脑前一会儿，多看一两本好书”，扩展知识综合面，提高阅读以及协作能力。早晚多听读外语，多积累一些单词，提高英语各方面的水平。从良好的基础上向着更高的目标出发。

“好记性不如烂笔头。”记好每一次的笔记，认真对待每一次的口头作业，只有基础扎实了，才可以累计更多。

最后，也是最关键的一点，就是要科学安排时间，没有合理的安排，再好的计划也会付之东流。所以，在新学期里，最要学会的就是要合理安排学习、娱乐、休息的时间，要把每一点一滴宝贵的时间都抓紧。

新学期，新打算，也为新的目标努力。 我也一定会为每一天而做奋斗，做好自己的本分工作，认真学习，天天向上，不管怎样，我都要好好学习，做好每一天的作业任务，还要增强体质。

**小学生自律时间管理计划表篇四**

新的学期开始了，我从一级升到了二年级，为了更好地完成学习任务，我特制定学习计划如下：

1、课堂上，我要专心听讲，认真做好笔记，不开小差，多动脑筋思考问题，积极举手发言。

2、课余时间，认真完成老师布置的作业，多读一些有益的课外书，增长见识。

1、上学不迟到，遵守纪律，上课不东张西望，不做小动作。

2、下课后，不乱疯乱闹，不骂人，不打架，文明地做游戏。

1、我们要讲卫生，勤洗脸，勤洗手，按时刷牙，经常保持服装整洁。

2、不乱扔果皮、废纸等垃圾，发现地上有果皮或废纸，我要主动捡起并放回到果皮箱里。

以上几条就是我的计划，请同学们相信我，我下定会说到做到。

**小学生自律时间管理计划表篇五**

一、时间安排

1、每一天的四个“1小时保障”

每一天保障做一小时的语文或数学寒假作业;

每一天保障一小时的无负担课外阅读;

每一天保障一小时的英语自学;

每一天保障一小时的户外活动或运动。

2、计划与非计划

如无特殊状况，每一天务必完成以上计划;

每一天的计划在得到“保障”的前提下，可灵活自由安排;

如果因外出旅游、回乡下度假等意外安排，可临时不予执行;

能够偶尔睡懒觉，但不要影响当日计划的实施。

二、学习计划

1、不参加语文、数学的培优，不请家教，相关课程自己独立完成。

2、语文课程计划

7月份完成暑假作业，8月中旬前检查、改正，查漏补缺;

把自己的藏书系统再读一遍，重点读历史、百科知识大全、漫画、中外名着导读等丛书;

假期能够自己买三本自己喜欢的任何书籍;

把以前稍显薄弱的阅读题的规范回答、错别字系统复习。

3、数学课程计划

7月份完成暑假作业，8月中旬前检查、改正，查漏补缺;

假期完成五年级《奥数提高班》的自学，基本掌握其要领，有选取性挑选典型题目做。

自己注意计算细心化的纠正。

4、英语课程计划

英语学习潜力和成绩一般，要重点加强学习兴趣和潜力的培养;

把三年级和四年级的学校课本系统复习一遍，每一天坚持听剑桥英语的磁带，时间不限;

假期把以前记得的英语单词都记在小本子上，分类汇总;

若有兴趣、有机会，能够把语音和音标接触、巩固一下，尽量保证发音标准。

三、活动安排

1、随父母至少省内出去旅游一次，争取省外旅游去一次;

2、至少去乡下亲戚家2次，体验生活，其中爷爷家族亲戚去一次，外公家族亲戚去一次;

3、每一天保障一小时的户外活动或运动，散步、溜冰、找小朋友玩等，要注意安全;

4、每两天至少帮家里做一件家务事(10分钟以上)，洗衣服、择菜、简单做饭等;

5、一个人尝试独立在家呆1-2天;邀请同学或者小朋友在家玩若干次，并独立招待;

6、每周玩电脑2小时左右，重点加强打字潜力的提高;

7、尝试掌管家里经济和家务安排1-2天，当1-2天家长;

8、其他：根据具体状况，灵活安排。

附：另一份暑假学习计划，欢迎比较。

**小学生自律时间管理计划表篇六**

时光真快，暑假就这样不知不觉的过完了。

开学了，我由二年级变成了三年级的学生，我又长大了一岁，长大了一岁就就应更懂事，更爱学习，此刻我为自我制定一个学习计划。我要持之以恒的坚持下去。

日计划表：

一：在班里及时完成课堂作业

二：7:30至9:00写家庭作业。(保质保量按时完成老师布置的家庭作业。包括预习新课。中间休息10分钟。)

三：9:00至9:30是吃晚饭时光。饭后休息20分钟。

四：9:50至10：30打写日记。(每一天打一篇日记，不拘形式，不拘字数)之后休息10分钟。

五：10：40至11:00听写语文生字。(每一天听写一课语文生字)。

六：11:00至11:30为洗漱时光。11:30至12:00做一道数学拓展题。(每一天做一道数学拓展题)12:00准时上床睡觉。

七：每一天早晨7:40起床，20分钟洗漱时光，每一天早晨8:00至8:40读英语、背单词。

周计划表

一：每周手写一篇周记。星期六，星期天，每一天看半小时的书，(要求：坐在书桌前看，用笔做批注)累计每周看一本好书，并打写读后感。

二：每个星期六，做语文和数学的大卷子各一张。

三：星期六和星七天干一些力所能及的家务活。(例如：洗碗、擦桌子，扫地，拖地，洗自我的小衣服。)

**小学生自律时间管理计划表篇七**

短暂的寒假已经成为了我的过去，我的脚步早已悄悄的迈进了新学期为我打开的大门。新的学期就是一个良好的开端。在新的学期里，我有了新的打算，制定了新学期的新计划和新目标。

在新的学期里，我会把精力和时间都放在学习上，不把精力和时间投入‘玩’这个无底洞里。我要在新的学期里努力改正我的五大坏毛病。

我有一个坏毛病就是老师在上课的时候我会情不自禁的转过头去和同学讲话。或是没有认真的听老师上课，眼睛看着窗外的风景。这个坏习惯很不利于我的学习，所以，我要下决心一定要努力的去改正这个一大缺点。

我的第二个坏毛病就是脾气不好，每次遇到一点点的小挫折就垂头丧气，大发脾气。

我的第三个坏毛病就是不积极举手，每次，老师上课，我不论是会回答的问题还是不会回答的问题我都不举手，好像是手如同有万金那么重，重得让我举不起来似的。所以，我错过了很多锻炼口头表达能力机会。

我的第四个坏毛病就是字不好看，有时，我一心想着去玩，会把字写得‘龙飞凤舞’-----写潦草字。

我的第五个坏毛病就是做作业不认真，为了要看电视，作业敷衍了事。

我相信，如果我坚持改正以上五大缺点，我一定会成为一名出色的学生。

**小学生自律时间管理计划表篇八**

新的学期到了到了，我有新打算.

1、 上课认真听讲，不懂的就问老师，到学会为止。

2、坚持一个星期写2篇日记，还要多做一点课外作业，特别是数学课外作业。

3、因为我上个学期数学这门功课没掌握好，考试成绩不理想，所以要多练习。

4、另外，要继续参加拉丁舞学习，争取得金牌;画画也要争取被老师贴上墙，这几点都要争取做到。

这个学期，我一定要好好学习，天天向上，争取做一个全面发展的三好学生。

**小学生自律时间管理计划表篇九**

1：每天都不能松懈。对于知识不能马虎，有不会的问题，要经过一番思考，如果真的不会再去请教老师或同学。

2：每节课都要认真听讲，特别是老师分析题目的时候，更要仔细听，不能心不在焉。

3：上课认真听讲、认真记笔记、回家认真做作业。此外，要每天把当天所学了的课程都复习一遍，还要把第二天要学的课程预习一遍。

4：写作业是一个非常重要的环节，认真仔细完成作业能发现不足并且可以巩固知识。语文作业要字迹工整，仔细分析;数学作业，不能马虎，写完后认真检查并验算;英语作业，书写规范，字迹工整。

5：作为少先队员，不仅要尊老爱幼，尊敬师长，还要乐于帮助，别人时刻紧记遵守规则。

6：扬文明诚信美德，展同望学子风采。想要做一个合格的小学生，就要做到文明诚信美德。

一个学期是辛苦的，但我不能怕辛苦，别人能够做到，我相信自己也一定能做到。所谓“苦后甘来”，只要努力去做，肯定会获得回报。在这个学期里，不仅要好好学习，还要做到文明诚信美德。

**小学生自律时间管理计划表篇十**

一个愉快的暑假过去了，又盼来了一个新的学期。

一、做好预习。预习是学好各科的第一个环节，所以预习应做到：

1、粗读教材，找出这节与哪些旧知识有联系，并复习这些知识;

2、列写出这节的内容提要;

3、找出这节的重点与难点;

4、找出课堂上应解决的重点问题。

二、听课。学习每门功课，一个很重要的环节就听课，一些知识取决于听课，分析。

三、做课堂笔记。笔记每节课都要做，而且要简单明了。

四、做作业。做作业之前，对当天学习的知识进行整理还要认真审题，弄清楚要求认真仔细做题做完后还要认真检查。

五、课后复习计划复习课本、笔记和教辅资料一起运用可以提高复习质量。

这就是我的新学期目标，我会争取朝着这几个方向继续努力的。

在这个新的学期里一定要做个榜样。

**小学生自律时间管理计划表篇十一**

目标：

保持全优，进入前三名，争取第一名。

计划：

1.每天早上6：40起床，用20分钟朗读语文、英语，7：20从家出发。做到时时早，事事早，每天坚持写日记。

2.上课认真听讲，积极发言，做好笔记。

3.认真仔细写作业，做完后再对答案，认真对待每一门课。

4.写完作业后，复习当天的内容并预习第二天上课的内容。

5.对于语文、数学、英语，每学完一课后，要用心去做自己买的课外习题书，做的时候要做到不抄答案，不看书，凭借自己所学的去做。如果遇到不会的题，也不能马上看答案或看书，要等到全部做完后，再去找答案，并及时背诵。

每天学习安排：

星期一到星期五：上网不超过1小时，不打游戏，上学不迟到。

双休日：把作业做完后，复习上周学习的主要内容，帮爸爸妈妈做事。上网不能超过3小时。

注意事项：

课间调节实力。

遇到不懂的问题要及时问老师或问同学，弄明白。

对照答案，找出错误及时纠正。

口号：先学后玩，坚持就是胜利!

**小学生自律时间管理计划表篇十二**

1、上课注意听讲，不能和同学说话，不能看课外书。

2、做作业时不能分心、不能东张西望，不能一边看课外书一边做，做完作业要检查。

3、做作业时每做完一个作业能够休息10分钟，然后接下去再做。

4、如果作业8：30没完成，就不要做。

5、做作业时我想让爸爸妈妈别进来我的桌子边。

6、一个星期能不能玩电脑，要透过爸爸妈妈的“国际iso9002学习认证”才能够玩。

7、要听爸爸妈妈的话，不能顶嘴。

8、玩时也不能8：30还在玩。

最后说说我为三年级下学期订的学习目标吧!

1、我的数学必须要比上学期好。

2、语文作文要提高。

3、吹笛子我想过五级。(妈妈的目标是过三到四级)

4、我的自立潜力要提高。

**小学生自律时间管理计划表篇十三**

新学期开始了，我已经是一名三年级的小学生了，我要做一个德、智、体、美、劳全面发展的好学生：

1、不讲脏话，要懂礼貌、尊敬老师、爱护同学。

2、上课认真听讲，积极发言，做作业时不粗心，要细心。

3、多锻练身体，热爱体育运动。

4、不随地吐痰，见脏就捡，不乱扔垃圾，不偷懒，热爱劳动。

我一定会努力做到这几点，做一名优秀的小学生。

漫长的暑假结束了，新的学期又开始了，我给自己制定了一份开学计划。

第一：上课时要认真听老师讲课，不搞小动作，不和同学们交头接耳。

第二，认真完成老师布置的作业。

第三，放学回家，做完作业后要预习明天的功课，还要阅读课外书。

第四，星期天坚持上补习班，不断丰富自己的知识。

第五，积极参加各种体育项目，把自己的身体练得棒棒的，提高自己的身体素质。

第六，坚决改掉自己不爱干净不讲卫生的坏毛病。总之，在新的学期里我会更加努力，争取每一门功课都能取得好成绩，做一名出色的好学生。

**小学生自律时间管理计划表篇十四**

目标：

保持全优，进入前三名，争取第一名。

计划：

1.每天早上6：40起床，用20分钟朗读语文、英语，7：20从家出发。做到时时早，事事早，每天坚持写日记。

2.上课认真听讲，积极发言，做好笔记。

3.认真仔细写作业，做完后再对答案，认真对待每一门课。

4.写完作业后，复习当天的内容并预习第二天上课的内容。

5.对于语文、数学、英语，每学完一课后，要用心去做自己买的课外习题书，做的时候要做到不抄答案，不看书，凭借自己所学的去做。如果遇到不会的题，也不能马上看答案或看书，要等到全部做完后，再去找答案，并及时背诵。

每天学习安排：

星期一到星期五：上网不超过1小时，不打游戏，上学不迟到。

双休日：把作业做完后，复习上周学习的主要内容，帮爸爸妈妈做事。上网不能超过3小时。

注意事项：

课间调节实力。

遇到不懂的问题要及时问老师或问同学，弄明白。

对照答案，找出错误及时纠正。

口号：先学后玩，坚持就是胜利!

**小学生自律时间管理计划表篇十五**

新的学期即将到来，为了使下学期的学习成绩进步、各科成绩优异、不偏科，在此做新学期的打算，如下：

一、做好预习。预习是学好各科的第一个环节，所以预习应做到：

1、粗读教材，找出这节与哪些旧知识有联系，并复习这些知识;

2、列写出这节的内容提要;

3、找出这节的重点与难点;

4、找出课堂上应解决的重点问题。

二、听课。学习每门功课，一个很重要的环节就是要听好课，听课应做到：

1、要有明确的学习目的;

2、听课要特别注重“理解”。

三、做课堂笔记。做笔记对复习、作业有好处，做课堂笔记应：

1、笔记要简明扼要;

2、课堂上做好笔记后，还要学会课后及时整理笔记。

四、做作业。认真仔细做题，不可马虎从事，做完后还要认真检查;遇到不会做的题，不要急于问老师，更不能抄袭别人的作业，要在复习功课的基础上，要通过层层分析，步步推理，多方联系，理出头绪，要下决心独立完成作业。

五、课后复习。及时复习，提高复习质量。

**小学生自律时间管理计划表篇十六**

不知不觉，悠悠假期过去了，在这漫长的时间里，我又长高了、懂事了，也是一个小大人了，当然，我不仅要健康，还要好好学习，天天向上。

一、在校计划表

1、 上课老师没有让讨论的时候不能和同桌说悄悄话，打乱课堂秩序。

2、 在学校要有礼貌，见到老师时要问好，放学时要对老师说再见。

3、 下课的时候，可以在操场上玩耍或在教室里安静地看课外书，不能追逐打闹。

二、作业质量计划表

写作业时要用正确的握笔姿势，把字写得工工整整，不能毛毛糙糙的，写错三个字扣一面红旗，如果这个星期内被扣掉五面红旗的话，这个星期则不能玩电脑。

三、放学后计划表

1、中午放学后，回家读一小时课外书。

2、下午放学后，回家第一件事是写作业，写完作业后可以适当地出去放松一下。

四、作息时间计划表

1、每天晚上八点四十开始洗漱，九点准时上床睡觉。

2、早上六点五十起床，做一做简单的运动。

3、七点半骑自行车上学。

五、游戏时间计划表

1、星期一——星期四不能玩电脑。

2、星期五——星期日可以玩电脑四十分钟。

六、学习成绩计划表

1、语文考93分以上。

2、数学考95分以上 。

3、英语考97分以上。

这就是我的新学期计划，你们的呢?大家一起交流，让新学期充满惊喜，见证奇迹吧!

**小学生自律时间管理计划表篇十七**

现在放假了，所以我也制定了我的计划。

首先制做我的暑假作息时间表。

第一、每天早上5:30起床洗刷、穿衣服、吃饭。5:40去跑步。一直到8:00才开始看书、写作业。然后9:40―11:50去学英语。12:00去吃饭，12:30去睡午觉。14:30去游泳(锻炼身体嘛)

第二、18:30回家吃饭，吃完饭帮爸爸妈妈干家务。如扫地、拖地等等。19:00准时出去玩，20：00回家。从20:10开始复习预习、写作业、看书。直到22:10分睡觉。

其次从8月20日到8月30日回奶奶家帮着干活，体验一下农村生活。每天写一篇日志，写一篇读书笔记，写10页暑假生活。要是爸爸妈妈有时间的话，那就出去旅游，狂欢或happay一下。

这就是我制作的暑假计划，你认为我制作的合理吗?

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