# 暑假生活计划作文(10篇)

来源：网络 作者：风月无边 更新时间：2025-05-03

*暑假生活计划作文一1.争取6月21日至7月10日完成语、数两门暑假作业。计划大概每天完成6面暑假作业。2.预习语文二年级上册，并有重点的选择背诵练习中的古诗、儿歌、成语等。3.每天练习写一面字。4.每天完成一面口算。5.每天读书两小时。6....*

**暑假生活计划作文一**

1.争取6月21日至7月10日完成语、数两门暑假作业。计划大概每天完成6面暑假作业。

2.预习语文二年级上册，并有重点的选择背诵练习中的古诗、儿歌、成语等。

3.每天练习写一面字。

4.每天完成一面口算。

5.每天读书两小时。

6.每天可以看看动画片，但时间不能太长。

7.完成写话，写写日记。

1.培养个人的生活能力，比如：自己洗澡、洗小件的衣服。帮父母干一些力所能及的家务活，扫扫地，给父母捶捶背，帮父母买点东西等等。

2. 要注意个人安全等方面问题，不私自下河游泳，不能私自外出 ，不做危险违法的事。

3.要每天锻炼身体，坚持跑步，每个星期天去爬一次山。每个星期六去游泳馆游泳一次。每天还要早起，不睡懒觉。如果父母不在家，不能给陌生人开门，不跟陌生人讲话。见人要有礼貌。

4、和父母去北京旅游。

这就是我的暑假计划，我相信只要认真执行这些计划我就一定能过一个美好，愉快的暑假！

**暑假生活计划作文二**

愉快的暑假到了，为了使自己的假期生活过的健康充实，欢乐而有意义，我特别为自己的暑假生活制定了具体的计划。我的`计划大概分为两个方面：学习计划、生活计划。

第一，学习计划，具体如下：2.预习语文六年级上册的古诗词，文言文，日积月累等等。并有重点的选择背诵。

3.预习六年级上册数学相关内容。

4.预习六年级上册英语的课程，默写有关单词，听磁带。

5.每天看课外书，报纸，还可以看看动画片，但时间不能太长。

6.写暑假日记一本，作文10篇，练好钢笔字。

第二，生活计划具体如下：

1.培养个人的生活能力，比如：做饭、洗衣服。帮父母干一些力所能及的家务活，扫扫地，给父母捶捶背，帮父母买点东西等等。

2. 要注意个人安全等方面问题，不私自下河游泳，不能私自外出 ，不做危险违法的事。 第㈠范 文网整理该文章。

3.要每天锻炼身体，坚持跑步，每个星期天去爬一次山。每个星期六去游泳馆游泳一次。每天还要早起，不睡懒觉。如果父母不在家，不能给陌生人开门，不跟陌生人讲话.。见人要有礼貌。

这就是我的暑假计划，我相信只要认真执行这些计划我就一定能过一个美好，愉快的暑假！

**暑假生活计划作文三**

每个星期六，整天玩，小区里玩，公园里玩，游乐场里玩。同时要在玩耍中学习摄影。

每日上午具体安排

第一，语文暑假作业两页；

第二，数学暑假作业两页；

第三，小区院里玩两小时；

第四，专心读一小时故事书；

第五，摘抄好词好句，记录在自己的摘抄本上。

每日下午具体安排

第一，注音、组词，并造五个句子；

第二，读一小时漫画书或科普书；

第三，写一篇博文，并告诉爸爸快修改，以免“丢丑”；

第四，用qq和爸爸聊天，探讨博文得失和当日学习情况；

第五，细心做爸爸精选或针对性出的十道数学题，并先要自己判对错，再和他一起研究破题、审题、解题、纠错、举一反三的方法。

这就是我给自己这个假期定的生活学习计划，生活学习两不误，当然这是指一般情况。期间，我还的`回奶奶家、姥姥家各一趟，去看看他们老人家。爸爸说这也是任务。那几天，估计我的计划就不能正常执行了。

又一个愉快的暑假来到了，这段宝贵的时间，我不能白白浪费。我不但要玩好，还要把学习提高一些，因为端午节放假期间我把左肩膀摔骨折了，没能参加学校的期末考试，因此要把落下的功课补上来，所以我制定了一个学习计划。

1、计算能手，一天三页。

2、试卷，一天一张。

3、暑假大本，一天四页。

4、读书，十天一本，完成读书手抄报。

5、写作文。

1、早睡早起。

2、帮父母做一些小事。

3、配合医生做康复治疗，每天锻炼。

这就是我制定的有意义的暑假生活及学习计划。

**暑假生活计划作文四**

为使我镇学生度过一个愉快而有意义的暑假，镇中心校决定组织开展“悦享暑假，献礼20xx教师节”系列实践活动，现将活动内容安排如下。

1、一年级新生实践活动。一年级学生在家长的指导和帮助下完成下列活动。

①唱熟国歌、学会校歌。

②了解掌握小学生日常行为规范，能用小学生的标准要求自己。

③训练阅读和表达能力，暑假期间至少阅读一本绘本，将绘本内容编成故事讲出来，家长负责录制成视频，开学后交给老师。

④背诵推荐古诗前15首。

2、二至三年级学生实践活动。

①能够在家长的指导下做力所能及的家务，家长帮助学生填写社会实践活动记录卡。

②依照学校提供的古诗文背诵篇目，二年级熟练背诵推荐古诗前30篇，三年级熟练背诵推荐古诗前45篇。

③假期中坚持读1―2本课外读物，记住作者姓名，能够把感兴趣的`情节说给家长听。

3、四至六年级学生实践活动。

①制定暑假生活、学习计划，能够坚持执行计划。

②在家长的指导下学会至少一道菜品的制作，并把最得意的菜品拍成照片，写出制作过程。

③有条件外出旅游的同学记录旅游的过程，用手机制作成美篇，开学后讲给同学听。

④假期中坚持读1―2本课外读物，写出心得体会，摘录好词佳句。每个学生单独准备一个笔记本，记录好词佳句，书写新的体会。

⑤依照学校提供的古诗文背诵篇目，四年级熟练背诵前60首，五、六年级熟练背诵75首。

4、特色活动的开展

xx、宋家庄、崔家庄小学的多米诺骨牌活动，鸣鸡小学的手工烙画葫芦活动，由学校将活动用具发给学生，其他学校安排学生进行手工制作，所有作品均以庆祝教师节为主题，开学后展示活动成果。

5、各校图书室暑假期前向学生开放借阅，让学生借阅自己喜欢的图书在暑假中阅读，图书管理员做好图书借阅登记。

**暑假生活计划作文五**

暑假，应该是孩子们最最喜欢的字眼了。在小刘昶的眼里，暑假就是放大假啊，可以整天地疯玩，想做什么就做什么，所以，初放假的几天，他真是很high啊：晚上10点不睡觉，早上9点没起床；看起书来没个够，不看书就几天也不翻；看起电视也没有节制，整个一个乐不思蜀。

在妈妈看来，暑假是休息，更是休整。暑假要过得开心，也要过得有意义。作为家长，恰当地引导孩子，合理安排时间，使孩子既放松又有收获，何乐而不为？

于是，我和孩子再三商量，再三讨论，定下了暑期生活百分制表格如下。

日期

读书（20分）

技能（20分）

卫生（20分）

运动（20分）

劳动（20分）

一、读书

每天读书时间不做限定，只要能做到每天阅读，养成阅读的习惯，就能得到20分。如果摘抄好词佳句，当然更好。

二、技能

暑期时间荒废了很可惜，我让他自己确定想要学习的技能。刚开始，小家伙想偷懒，决定学习洗碗、洗衣服的技能，后来改变主意，想要学习游泳或者围棋。我完全尊重他的想法。因为时间上有冲突，他再三斟酌，决定学习围棋。每周一至周五的上午，都是刘昶学习围棋技艺的`时间。到了周末，他还会缠着家里人，陪他下棋。技能这一项的20分就轻松拿到了。学到了自己感兴趣的东西，刘昶也很开心。

三、卫生

卫生这一项的20分更容易了，只要每晚睡前洗澡，早晚刷牙即可。

四、运动

刘昶属于瘦瘦小小的类型，但是暑假竟然也会慢慢胖起来。我想，应该是运动量变小的原因。每天跳绳200下即可得到20分，如果和小朋友们到处跑也可以得分。谁说不能边玩边得分呢？

五、劳动

我爱劳动我光荣。刘昶只要每天洗碗或者洗衣服或者扫地，就能得到20分。到目前为止，刘昶这一项得分很少，家长还需正确引导。

表格做好了，刘昶跃跃欲试。刚开始的100分，后来最低的40分，都在提示孩子暑假应该怎么过。当然，家长在打分的时候要做到“铁面无私”，不能给孩子放水，尽量实事求是才可以。

暑假已经过去三分之一，刘昶的暑假收获还算不错。我始终觉得，我们家长更应该关注的不是孩子的成绩，而是成绩之外的其他，孩子的性格，孩子的习惯，孩子的人际交往等等。这个暑期生活百分制，更类似一个形成性评价，希望可以引导孩子的暑假快乐并收获着！

**暑假生活计划作文六**

还有一年即将高考，面对高考，同学们都有自己独特的看法，虽然期末考试还没结束，但已有正准备高二升高三的同学制定了暑期生活计划表，下面是一个同学的暑期计划，也希望其他即将高考的学生也能够像他这样，为第二年的.高考做好准备。

考试结束7月8日：完成语文、数学暑假作业，除作文和不会做的题之外。

7月9日7月18日：参加课外辅导，野外拓展训练。

7月19日：休息

7月20日7月26日：完成理综暑假作业，并开始抽空按着精品班里名师们讲授各科高效学习方法预习高三课程。

7月27日8月5日：完成英语暑假作业。

8月6日8月10日：学习运用用精品班里学到的万能解题公式补完暑假作业中未完成的部分。

8月11日8月29日：预习高三课程，并完成买回的四大本练习册。

8月30日8月31日：休息，调整心态，准备开学。

希望自己再接再厉，坚持下来，突破自己，考出一个好成绩。

**暑假生活计划作文七**

以往的假期，学校放假了，我也就不热爱学习了，整天玩得像个疯子一样，把大好的时光都白白的浪费掉了。今年的.这个暑假，为了不虚度光阴，有必要给自己订了一个学习计划。

1，时间要安排好。每天学习不得少于三个小时，两个小时看电视，其余时间做做家务，和同学一起玩都行，真的太开心了!

2，多看几本名著。我买了三本：《格列佛游记》，《朝花夕拾》，《钢铁是怎样炼成的》，我决定暑假里要把这三本书看完。

3，不能一直呆在家里，反正这个暑假除了前几天十分闷热，后来就比较凉快了，有空可以跟家人，朋友一起出去玩，呼吸一下新鲜的空气，领略一下美丽的风景，心情也就舒畅了。

4，不要光顾学习忘了运动。我买了一个呼啦圈，无聊时转转呼啦圈，踢踢毽子，晚上和家人一起在街道上散步，这样的话身体素质提高了，也不耽误学习。

5，学习时尽量要静下心来，不能很容易的被外面的事物干扰。

6， 读书学习，要善于利用零碎的时间。比如，吃饭走路时，要构思作文，不忘随身携带一本书，一有空闲就翻开书看上几页。

按说，假期不受时间限制了，应该有的时间读书学习了，其实不然。在学校，受外界干扰比较少，能静下心来看书。只要利用好课余时间，就能保证学习。而放假在家里，比较喜欢看电视，会友频繁，这都会占去一大部分时间，因此读书学习的时间不是多了而是少了，所以我更应该抓紧学习。

我相信这个暑假，读书学习可以使我的生活充实起来。

**暑假生活计划作文八**

x日，忙完了毕业班的最后一点事务，终于可以安安心心过我的暑假了。不过，也许是猛地从极忙步入了极闲，一时间竟有些不适应。每天看电视和睡觉成了主旋律，更要命的是昼夜颠倒极其严重，所以在家数日，似乎反而憔悴了些，看来，还是不健康生活方式惹的祸呀!

于是郑重决定，要给自己的暑假立一个健康生活计划，虽然我这个人实施没有外界压力的计划，通常以自制力不够而失败告终，不过这次在众多朋友的监督下，还是要努力努力再努力的`!

1、生活要有规律。每天早上可以睡到自然醒，不过晚上还是10：30以前睡觉比较好，毕竟不工作，没有熬夜的必要，只是有时哀叹，我这个人晚上头脑比较灵活，要想写写东西什么的，白天实在效率不高。三餐要定时，特别是早餐和午餐。

2、在上班期间养成的好习惯要坚持。首先就是喝水，在学校天天水杯不离手，在家里怎么就总记不起来要喝水呢?而且通常在家就嘴刁，还不喜欢喝白开水和茶，垃圾饮料灌了多少下肚，实在不应该!其次就是做事抓紧有计划，在学校每天都充实得很，在家反是闲了就什么都不好好抓紧了。

3、保持一定的运动。平时可以借口没时间，现在没借口了吧?可惜一看到沙发就两脚发软，非靠上去才舒服，浑身的赘肉就是这么被养出来的。前两天强迫自己半小时以内的路程都用走的，还走得挺舒服。以后要要求自己每天出去健走半小时以上，活动活动筋骨。朋友还要我陪她去练健身，原来我觉得是浪费钱，现在想想有“钱”督促，说不定我还自觉点儿呢。

4、多读书，多修身养性。在家电视成了主旋律，实在不好，还是要读书，书中的知识和电视网络是不一样的，我本是好书之人，不能作践了我们家五门书橱千余册书啊。另外，以前还喜欢书法和绘画，也是修身养性的好东东，亦可重拾起来。

5、给自己定些学习目标。今年，得给自己学个什么，既感兴趣又实用的。虽然暂时还没考虑周全，不过一定要不断本站，这样才能不为社会淘汰啊!其他方面也要有目标，人就是越闲越懒的。

目标先定这么多，每天要督促自己一定做到!

**暑假生活计划作文九**

愉快的暑假终于到来了，为了我暑假过得更有意义，我现

初订如下几点计划：

1、注意交通安全，不要在公路、铁路上玩耍，遵守交通规则。2、外出要征得爸爸妈妈的同意，不私自出街，不与不认识的人一起出门。3、注意饮食卫生。

1、去学习书法和美术。2.看30万字的\'课外书，读万卷书行万里路，多练《数学奥林匹克》。3、每天早上听一会儿英语磁带锻炼耳朵的听力4.每个晚上复习一门功课。 .

1、适当的玩耍，健康的游戏。2、不“死读书”，一会儿读书.一会儿锻炼身体，有益身心。

1、多帮爸爸妈妈做家务活

2、种一些花花草草的.通过劳动实践，对自己进行劳动技能的培养，增强自己的劳动 观念，明白劳动的内涵，加深对劳动人民的感情，提高动手能

力，培养独立自主、勤劳俭朴、吃苦耐劳的品德

暑假减肥计划，大家来帮帮我，我是个六年级小学生

最佳答案：每天早晨一杯白开水，两个苹果，再出去跑两圈。

中午吃小半碗饭，尽量吃素菜，少荤腥，最好再喝一碗汤。

晚饭吃三成饱就行了。

一天中最好别吃高热量的零食，如巧克力之类，冰淇凌尽量也要少吃吧。没事多走动，散步也是很好的运动，不剧烈也不伤身体。如果觉得饿就喝蜂蜜水，蜂蜜的热量非常少，每天的四五杯才相当于正常人一天卡路里的摄入量。

**暑假生活计划作文篇十**

1、语文：完成语文暑假作业;把以前没做完的语文卷子写一写;预习三年级的语文书。

2、数学：完成数学暑假作业;把以前没做完的`数学卷子写一写;预习三年级的数学书。

3、英语：预习三年级的英语书;背一背新剑奥英语作业、单词，并听磁带。

4、阅读：从《书香宝贝》借书35―40本，然后读其它的课外书。

5、书法：每天练字2―3页，为自己的钢笔字打个基础。

6、电子琴：每天弹电子琴10―20分钟，准备8月11日的电子琴考级。

7、锻炼身体：每天7:00―8:00锻炼身体。

8、做家务：利用业余时间帮爸爸妈妈拖地、扫地，刷碗，收拾桌子，洗衣服。

9、看电视：每天看电视1个小时，每周看1―2部电影。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！