自定义240天学习计划

|  |  |
| --- | --- |
| 计划时长 | 240 天 |
| 开始日期 | 2025-09-25 |
| 结束日期 | 2026-05-22 |
| 每日学习时间 | 15 分钟 |
| 学习模式 | 轻松学习 |
| 总学习时间 | 60.0 小时 |

# 学习内容统计

|  |  |
| --- | --- |
| 总词汇量 | 1200 个 |
| 总语法点 | 240 个 |
| 总练习题 | 2400 题 |
| 日均学习量 | 5词 + 1语法 + 10题 |

# 词汇分布

**小学词汇：** 300 个 (25.0%)

**初中词汇：** 900 个 (75.0%)

# 语法分布

**小学语法：** 160 个

* • be动词用法-基础用法
* • 一般现在时-基础用法
* • 名词单复数-基础规则
* • 形容词-基础用法
* • there\_be-基础用法
* • 现在进行时-基础用法
* • 过去时-基础用法
* • 形容词比较级-基础规则
* • 情态动词-基础用法

**初中语法：** 80 个

* • 现在完成时-基础用法
* • 被动语态-基础用法
* • 定语从句-基础用法
* • 条件句-基础用法
* • 过去进行时-基础用法
* • 间接引语-基础用法
* • 现在完成时-持续用法
* • 被动语态-时态变化
* • 定语从句-关系代词
* • 条件句-虚拟语气
* • 非谓语动词-基础用法
* • 倒装句-基础用法
* • 强调句-基础用法
* • 主谓一致-复杂情况
* • 虚拟语气-完整体系

# 每周学习安排

## 第1周

**学习天数：** 7 天 **| 词汇：** 29 个 **| 语法：** 7 个 **| 练习：** 60 题

## 第2周

**学习天数：** 7 天 **| 词汇：** 29 个 **| 语法：** 7 个 **| 练习：** 60 题

## 第3周

**学习天数：** 7 天 **| 词汇：** 29 个 **| 语法：** 7 个 **| 练习：** 60 题

## 第4周

**学习天数：** 7 天 **| 词汇：** 29 个 **| 语法：** 7 个 **| 练习：** 60 题

## 第5周

**学习天数：** 7 天 **| 词汇：** 29 个 **| 语法：** 7 个 **| 练习：** 60 题

## 第6周

**学习天数：** 7 天 **| 词汇：** 29 个 **| 语法：** 7 个 **| 练习：** 60 题

## 第7周

**学习天数：** 7 天 **| 词汇：** 29 个 **| 语法：** 7 个 **| 练习：** 60 题

## 第8周

**学习天数：** 7 天 **| 词汇：** 29 个 **| 语法：** 7 个 **| 练习：** 60 题

## 第9周

**学习天数：** 7 天 **| 词汇：** 29 个 **| 语法：** 7 个 **| 练习：** 60 题

## 第10周

**学习天数：** 7 天 **| 词汇：** 29 个 **| 语法：** 7 个 **| 练习：** 60 题

## 第11周

**学习天数：** 7 天 **| 词汇：** 29 个 **| 语法：** 7 个 **| 练习：** 60 题

## 第12周

**学习天数：** 7 天 **| 词汇：** 29 个 **| 语法：** 7 个 **| 练习：** 60 题

## 第13周

**学习天数：** 7 天 **| 词汇：** 29 个 **| 语法：** 7 个 **| 练习：** 60 题

## 第14周

**学习天数：** 7 天 **| 词汇：** 29 个 **| 语法：** 7 个 **| 练习：** 60 题

## 第15周

**学习天数：** 7 天 **| 词汇：** 29 个 **| 语法：** 7 个 **| 练习：** 60 题

## 第16周

**学习天数：** 7 天 **| 词汇：** 29 个 **| 语法：** 7 个 **| 练习：** 60 题

## 第17周

**学习天数：** 7 天 **| 词汇：** 29 个 **| 语法：** 7 个 **| 练习：** 60 题

## 第18周

**学习天数：** 7 天 **| 词汇：** 29 个 **| 语法：** 7 个 **| 练习：** 60 题

## 第19周

**学习天数：** 7 天 **| 词汇：** 29 个 **| 语法：** 7 个 **| 练习：** 60 题

## 第20周

**学习天数：** 7 天 **| 词汇：** 29 个 **| 语法：** 7 个 **| 练习：** 60 题

## 第21周

**学习天数：** 7 天 **| 词汇：** 29 个 **| 语法：** 7 个 **| 练习：** 60 题

## 第22周

**学习天数：** 7 天 **| 词汇：** 29 个 **| 语法：** 7 个 **| 练习：** 60 题

## 第23周

**学习天数：** 7 天 **| 词汇：** 29 个 **| 语法：** 7 个 **| 练习：** 60 题

## 第24周

**学习天数：** 7 天 **| 词汇：** 29 个 **| 语法：** 7 个 **| 练习：** 60 题

## 第25周

**学习天数：** 7 天 **| 词汇：** 29 个 **| 语法：** 7 个 **| 练习：** 60 题

## 第26周

**学习天数：** 7 天 **| 词汇：** 29 个 **| 语法：** 7 个 **| 练习：** 60 题

## 第27周

**学习天数：** 7 天 **| 词汇：** 29 个 **| 语法：** 7 个 **| 练习：** 60 题

## 第28周

**学习天数：** 7 天 **| 词汇：** 29 个 **| 语法：** 7 个 **| 练习：** 60 题

## 第29周

**学习天数：** 7 天 **| 词汇：** 29 个 **| 语法：** 7 个 **| 练习：** 60 题

## 第30周

**学习天数：** 7 天 **| 词汇：** 29 个 **| 语法：** 7 个 **| 练习：** 60 题

## 第31周

**学习天数：** 7 天 **| 词汇：** 29 个 **| 语法：** 7 个 **| 练习：** 60 题

## 第32周

**学习天数：** 7 天 **| 词汇：** 29 个 **| 语法：** 7 个 **| 练习：** 60 题

## 第33周

**学习天数：** 7 天 **| 词汇：** 29 个 **| 语法：** 7 个 **| 练习：** 60 题

## 第34周

**学习天数：** 7 天 **| 词汇：** 29 个 **| 语法：** 7 个 **| 练习：** 60 题

## 第35周

**学习天数：** 2 天 **| 词汇：** 10 个 **| 语法：** 2 个 **| 练习：** 20 题

# 学习建议

* 本计划采用轻松学习模式，适合轻松的学习节奏，适合时间有限的学习者
* 每天坚持学习15分钟，保持学习连续性
* 建议每天学习5个单词，1个语法点
* 完成10道练习题巩固所学内容
* 定期复习前面学过的内容，加强记忆效果
* 可以根据个人进度适当调整学习量
* 完成本计划后，您将掌握1200个单词和240个语法点