第一阶段 (第1-4周)学习计划

|  |  |
| --- | --- |
| 阶段名称 | 第一阶段 (第1-4周) |
| 开始日期 | 2025-09-25 |
| 结束日期 | 2025-10-22 |
| 总天数 | 28 天 |
| 预期词汇量 | 192 个 |
| 练习题总数 | 356 题 |

# 阶段详情

**学习重点：** 基础建立

**阶段描述：** 基础语法和高频词汇

**语法主题：** 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

**词汇级别：** elementary

**每日单词：** 8 个

**每日练习：** 15 题

# 周计划详情

## 第1周 (2025-09-25 - 2025-10-01)

**本周单词：** 48 个 **| 本周练习：** 89 题

每日安排：

* 周一 (2025-09-25): be动词用法-基础用法 - 8词 + 15题
* 周二 (2025-09-26): 一般现在时-基础用法 - 8词 + 15题
* 周三 (2025-09-27): 名词单复数-基础规则 - 8词 + 15题
* 周四 (2025-09-28): 形容词-基础用法 - 8词 + 15题
* 周五 (2025-09-29): there\_be-基础用法 - 8词 + 15题
* 周六 (2025-09-30): be动词用法-基础用法 - 4词 + 7题
* 周日 (2025-10-01): 一般现在时-基础用法 - 4词 + 7题

## 第2周 (2025-10-02 - 2025-10-08)

**本周单词：** 48 个 **| 本周练习：** 89 题

每日安排：

* 周一 (2025-10-02): be动词用法-基础用法 - 8词 + 15题
* 周二 (2025-10-03): 一般现在时-基础用法 - 8词 + 15题
* 周三 (2025-10-04): 名词单复数-基础规则 - 8词 + 15题
* 周四 (2025-10-05): 形容词-基础用法 - 8词 + 15题
* 周五 (2025-10-06): there\_be-基础用法 - 8词 + 15题
* 周六 (2025-10-07): be动词用法-基础用法 - 4词 + 7题
* 周日 (2025-10-08): 一般现在时-基础用法 - 4词 + 7题

## 第3周 (2025-10-09 - 2025-10-15)

**本周单词：** 48 个 **| 本周练习：** 89 题

每日安排：

* 周一 (2025-10-09): be动词用法-基础用法 - 8词 + 15题
* 周二 (2025-10-10): 一般现在时-基础用法 - 8词 + 15题
* 周三 (2025-10-11): 名词单复数-基础规则 - 8词 + 15题
* 周四 (2025-10-12): 形容词-基础用法 - 8词 + 15题
* 周五 (2025-10-13): there\_be-基础用法 - 8词 + 15题
* 周六 (2025-10-14): be动词用法-基础用法 - 4词 + 7题
* 周日 (2025-10-15): 一般现在时-基础用法 - 4词 + 7题

## 第4周 (2025-10-16 - 2025-10-22)

**本周单词：** 48 个 **| 本周练习：** 89 题

每日安排：

* 周一 (2025-10-16): be动词用法-基础用法 - 8词 + 15题
* 周二 (2025-10-17): 一般现在时-基础用法 - 8词 + 15题
* 周三 (2025-10-18): 名词单复数-基础规则 - 8词 + 15题
* 周四 (2025-10-19): 形容词-基础用法 - 8词 + 15题
* 周五 (2025-10-20): there\_be-基础用法 - 8词 + 15题
* 周六 (2025-10-21): be动词用法-基础用法 - 4词 + 7题
* 周日 (2025-10-22): 一般现在时-基础用法 - 4词 + 7题

# 学习建议

* 本阶段重点学习基础建立
* 每天坚持学习8个单词
* 完成15道练习题
* 及时复习前面学过的语法点
* 注意词汇和语法的结合运用
* 可以根据个人进度适当调整学习量