

2026 年 10 月个人行动计划

考研准备与专业技能建设

执行时间 2026 年 10 月 11 日至 31 日

我会按下面的日期主动发成果。这个月主要看我交出了什么。

数学 使用武忠祥《高等数学基础篇》，推进到导数应用的基础部分；12 月 31 日前完成高数第一轮。

技能 学习让人工智能程序更适合在普通设备上运行的方法。本月完成课程实验一、第 5 和第 6 讲，并继续做实验二。

截止日期	数学交付	技能交付
10 月 13 日 11 至 13 日	极限概念与基本求法 交相应练习和错题订正。	补完实验一中的一个完整部分 交新增代码、运行结果和剩余题目。
10 月 16 日 14 至 16 日	求极限与无穷小比较 交配套练习及上轮错题重做。	完成课程实验一 交完整文件、结果截图和简短说明。
10 月 19 日 17 至 19 日	连续性与间断点 交基础练习，补齐极限部分遗漏。	完成课程第 5 讲并做对应例子 交自己做的例子，用几句话说明。
10 月 22 日 20 至 22 日	导数定义与基本求导 交配套练习和订正。	完成课程第 6 讲 交学习记录，写明实验二后两次交付的题目范围。
10 月 25 日 23 至 25 日	复合函数 隐函数求导与微分 交配套练习和订正。	完成实验二第一组约定题目 交题目、代码和运行结果。
10 月 28 日 26 至 28 日	中值定理与导数应用 交新学内容的基础题和订正。	完成实验二第二组约定题目 交新增代码和结果，说明比上次完成了什么。
10 月 31 日 29 至 31 日	继续导数应用并做阶段小测 交小测、订正和 11 月的学习重点。	继续实验二并整理本月成果 交最终文件、结果对照和简短说明，做 5 分钟展示。

任务在表中对应的几天内分段完成；提前交完就继续推进。数学每轮开始前写清书中小节和题目范围。

交付记录与监督约定

每次交付，我会说明原计划、实际结果、成果证据、未完成原因和下一步调整。你可以直接按第一页的日期问我要成果。

原截止日	数学	技能	证据位置或未完成事项
10月13日	待交	待交	
10月16日	待交	待交	
10月19日	待交	待交	
10月22日	待交	待交	
10月25日	待交	待交	
10月28日	待交	待交	
10月31日	待交	待交	

到期填写完成或未完成；部分完成的内容、原因和补交日期写在最后一栏。

怎样算完成

数学 相应题目实际做过，错题有订正；仍不会的题保留标记。看完视频后要有做题记录。

技能 约定题目已做，有可打开的文件和运行结果；我能用自己的话说明做了什么、结果怎样、哪里仍不懂。代码正确性由我对照实验要求检查。

实验二的两组题目按原实验小节划分，10月22日交付时写明范围。月底至少完成其中一个可独立运行、能解释结果的完整部分。

同时维持的学习

英语 每天约20至30分钟复习单词，每周完成两篇短阅读及订正；每次交付附阶段记录。

信号与系统 这是本学期新课，跟着学校进度完成当周作业，整理典型题与未解决的问题；每周并入一次交付。

执行约定

正常安排：数学多数天60至90分钟，技能每周约5小时。视频分几次消化，课多的日子少排任务，把连续时间留给实验。

低状态时：考研和技能各推进至少25分钟。考研不能连续2天完全不推进，技能不能连续3天完全不推进。最低行动不抵消原交付要求。

到期没交全，就标记未完成。保留原截止日，另记补交日期；调整后续计划时说明原因，不偷偷改日期。

不以“学了挺久”“很努力”“基本看完了”代替成果。月底根据做题、课程作业和实验结果，写清11月继续做什么。