

序号	日期	学习内容	复习周期 (复习后打钩)							
			5 分钟	30 分钟	12 小时	1 天	2 天	4 天	7 天	15 天
1	星期		1	1	1	-	-	-	-	-
2	星期		2	2	2	1	-	-	-	-
3	星期		3	3	3	2	1	-	-	-
4	星期		4	4	4	3	2	-	-	-
5	星期		5	5	5	4	3	1	-	-
6	星期		6	6	6	5	4	2	-	-
7	星期		7	7	7	6	5	3	-	-
8	星期		8	8	8	7	6	4	1	-
9	星期		9	9	9	8	7	5	2	-
10	星期		10	10	10	9	8	6	3	-
11	星期		11	11	11	10	9	7	4	-
12	星期		12	12	12	11	10	8	5	-
13	星期		13	13	13	12	11	9	6	-
14	星期		14	14	14	13	12	10	7	-
15	星期		15	15	15	14	13	11	8	-
16	星期		16	16	16	15	14	12	9	1
17	星期		17	17	17	16	15	13	10	2
18	星期		18	18	18	17	16	14	11	3
19	星期		19	19	19	18	17	15	12	4
20	星期		20	20	20	19	18	16	13	5
21	星期		21	21	21	20	19	17	14	6
22	星期		22	22	22	21	20	18	15	7
23	星期		23	23	23	22	21	19	16	8
24	星期		24	24	24	23	22	20	17	9
25	星期		25	25	25	24	23	21	18	10
26	星期		26	26	26	25	24	22	19	11
27	星期		27	27	27	26	25	23	20	12
28	星期		28	28	28	27	26	24	21	13
29	星期		29	29	29	28	27	25	22	14
30	星期		30	30	30	29	28	26	23	15