# 高三复习计划(16篇)

来源：网络 作者：紫芸轻舞 更新时间：2024-08-02

*计划是提高工作与学习效率的一个前提。做好一个完整的工作计划,才能使工作与学习更加有效的快速的完成。写计划的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？这里给大家分享一些最新的计划书范文，方便大家学习。高三复习计划篇一1、提高自己在语文、数学等...*

计划是提高工作与学习效率的一个前提。做好一个完整的工作计划,才能使工作与学习更加有效的快速的完成。写计划的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？这里给大家分享一些最新的计划书范文，方便大家学习。

**高三复习计划篇一**

1、提高自己在语文、数学等方面的学习能力。

2、加强运动，提高身体素质。

3、学会做简单的家常菜。

1、针对自己的薄弱学科的学习态度、学习方法、学习目标进行反思，调整。

2、在家长的指导下，写好自己切实可行的寒假生活、学习计划。(安排好每天复习进度的明细内容)

3、把练习卷上做正确的题目进行整理，确认自己已经掌握了哪些知识，具备了哪些运用能力，树立自己对本学科的信心。

4、把练习卷上做错的题目进行整理、抄录，打开教科书，逐题进行分析，找到错误的关键之处，进行认真的订正后，再到教材上找到相关类型的题目，进行练习、强化。(尽可能用自己的力量解决问题)

5、遇到无法解决的困难，按教科书的学习顺序进行梳理罗列。了解自己学习问题的共性薄弱点，然后可以请老师一起帮助解决。

6、每周二次带着学科的不懂之处和老师一起分析、解决问题。回家后运用老师解决问题的方法进行自我强化练习，填补自己的学习漏洞。(这一点必须按照教材由浅入深的学习顺序，切不可东一榔头西一棒的无序)

7、每次完成习题的订正，将错题订正的全过程，牢牢地记在脑海里(背出)，渐渐地形成解题方法的量的积累

8、一星期打两次球，游三次泳，增加运动，提高体能。(也可以听音乐等，做自己有兴趣的事)

9、一星期跟着父母学做两次家常菜，如炒茄子，蒸鱼之类，再做一些力所能及的家务。

1、一星期学习五天，上午2.5小时，下午2.5小时。按一小时一节课安排好课表。

2、每天的3点以后是运动或做家务的时间。(也可以安排一些合适的娱乐活动)

3、双休日去看一些有益的展览会，或参加一些有益的社会活动。

1、设计好每天的生活、学习评价表，对自己每天的生活、学习作好评价。

2、家长一周三次检查学生的暑期生活、学习计划执行的情况和进度，及时帮助解决执行中的困难。

3、家长在帮助学生执行计划时，也要尊重学生的要求，切不可急躁。要重视学生学习态度的调整和学习兴趣的提高。

**高三复习计划篇二**

高中了，我想应该更加认真地投入学习中。于是就执笔写这个的计划，以提醒自己要好好学习。

首先，要真正地抛开电脑。电脑，不会是不用，但限制在学习之内。除非是必要，例如学习电脑课，否则不去主动玩电脑，也不去落入游戏的陷阱。

其次，限制读课外书。这个有点难度，不过我想可以通过修改时间规划来调整。在学校的时候，所有的时间安排都要以学习为先。只有晚饭后的时间和临睡前的时间可以不考虑学习的问题，此外，就要好好地在学习方面下功夫了。

睡觉时间定为晚上11点。早上起来要念英语。在学习上，复习、预习、做作业都要认真，竭尽全力。不偷懒。还有最重要地一点，扩展知识的范围，使自己可以成为有用之才要买多一点关于学习的书，尤其减少在非学习书籍上的投入。

提前学习。对于一些积累性的知识，例如单词的积累和阅读，每天都要抽点时间去背，去看。睡前的一个小时，最好用于课外文言的阅读上。

注意劳逸结合。在学习的时间中抽时间参加体育活动，不能在书桌前坐太久，避免打瞌睡。必要时饮用咖啡。

向级前一百进发。

如果在高一上期末(学段2)的考试中考到级前一百，希望父母奖励新的电脑。并放置在书房中。

保持每个月180元的零花钱有结余并存起来。

1.熟悉高中的学习环境，结识同学和老师们。

2.在每一个科目课堂上认真听讲，争取每一科都达到较好的水平。

3.超前学习数学、物理、化学等知识。

5.竞选班长或团支部书记，在高一多为班级做一些工作，多锻炼自己的能力。

6.参加学生会和团委的竞选，努力工作，争取为全校同学服务。

1.选科目时选择物理班，争取进入“尖尖班”。

2.经过一年多的准备，数学竞赛能在高二出成绩。兼顾一下物理竞赛。

3.在学习中多进行自主探究。

4.更热心于学生会的工作。

1.学习更加紧迫，可能会退出学生会和班里的工作，全力以赴学习。

2.数学竞赛争取更大的进步，争取进入奥林匹克冬令营。

3.如果能争取到保送名额，会自学一些大学知识，热心帮助同学。

4.如果争取不到，会全力以赴准备高考，为一中争光。我相信我自己的实力。

上课前一定要预习，上课专心听讲，课后认真做作业。老师讲的例题一定要过关，不能漏一题，此外最重要的是

认真，细心，错题更正本一定要看，讲完一节看一遍，笔记本也是。

上课前预习，上课专心认真，不懂的记在错题更正本上，早上找出来读一读，做作业一定要认真。多记些名人名言，拼音，诗词。

课前预习，上课快记，快听，细心，不管是什么，只要老师讲出口的我没听过的就记。课后一定要复习，此外，数学，语文也要复习。练习册一定要跟上去，时间紧，抽一抽就出来了。

背一定要细心，耐心，系统化。借高二下学期的书，早上6：30以前读。

上课认真听，课本要重中有重地读。早上还有10分钟读。

上课前一定要预习，上课要细心，多记，在早读读完后读10分钟或少点。

傍晚历史，政治，地理，自己调整。每一科都要预习和复习。理科也要多看，多做，上面的都只是一些学科方面。生活

上早上跑一圈步，傍晚隔两天去洗澡，中午做作业，课间背英语单词，和名人名言诗歌。成语词典也要在晚上下课后或有空的时候争取快些看完。吃完饭后看读5分钟生物。

**高三复习计划篇三**

一个学期就这样过去了，寒假又来了，在这漫长的寒假中，我不能虚度，要有意义，愉快中度过。就这样，我精心地制作了一个寒假计划表————

起床：7：00

洗刷：7：00——7：10

体操：7：10——7：30

早餐：7：30——8：00

听力：8：00——8：30

抄单词：8：40——9：00

读语文书：9：10——9：30

自由活动：9：30——10：00(不许玩，不许玩电脑)

做数学奥数：10：00——10：15

读英语：10：20——10：30

做寒假作业：10：40——11：30

做家务：11：30——12：00

吃午饭：12：00——12：30

自由活动：12：40——1：00(不能打电脑)

做语文阅读题：1：00——1：30

做英语阅读题：1：35——2：00(包括写英语作文的时间)

眼保健操：2：10——2：15

休息(午睡)：2：30——4：00

画画：4：10——5：00

写作文：5：00——6：00

练行书：6：10——7：00

晚饭：7：00——8：00

自由活动：8：00——9：00

英语练习题：9：10——9：30

寒假作业：9：30——10：00

看书：10：00——11：00

自由活动：剩余时间(不能打电脑)

**高三复习计划篇四**

1、目标

列计划的目的无非是通过白纸黑字，使得自己对自己的学习情况能够进行监督和检查。高一，高二学年，应把重点放在课本上、课堂内。因为高考虽强调淡化课本的考查，其实处处有课本的影子。“课内知识课外考”的测试方式，就要求我们把课内知识学扎实，否则无法完满地解答课外考题。当然，重点放在课本上，并不是将视野局限于课本，仍应有大量课外阅读，在课外阅读中巩固，贯通课本知识，培养能力。高三学年，既是中学时代的最后一年，也是复习迎考的关键一年。高三学年的计划是完善知识系统树，“牵一发而动全身”，做到由一个知识点可以拎起一串，提起一面。系统地掌握知识后，技巧也就“水到渠成

2、知己

作战讲究“知己知彼，百战不殆”。学习也是一样。所以要制定出符合自己实际情况的学习计划，必须要“知己”。“知己”包括三层含义：明确学习奋斗的目标，了解自己的学习情况，明确地估计自己的能力。做到“知己”后，我们就可以制定计划了。

3、要求

列计划本身并没有太多的要求，你只要抓住两个字——“详、实”就足够了。

首先，要让自己知道，每天你具体干些什么，知道每周、每月的安排等。我们应该去计划自己的学习和生活，做到自己对自己心中有谱。一份计划上只出现时间和科目是不够的，最起码还要有具体的章节的安排，包括做哪些习题，看哪些笔记都应当有，这样才能真正地发挥计划的优势。所谓“实”，就是一定要符合自己的实际情况，适当地高一些也可以，但绝不可过高或过低。太低了，计划的内容松松垮垮，反而不如没有计划;但大多数人可能更容易把计划列得偏高，开始还能拼一拼坚持一下，但很快地就败下阵来。如果总是列这种过高过紧的计划，常常完不成，那么时间一久也就会对列计划失去信心了。一份好的计划绝不在于它的起点有多高，而在于它是不是能帮你更好地完成学习任务，让你的能力得到的发挥。

其次，计划的安排应合理、科学，尽量不要让你的时间浪费。应该说明的是，不浪费时间并不是把所有时间都用来学习，也不是说打球、洗衣服等时间都是浪费。如六、日的时间，如果你的学习黄金时间在上午，而你却在整个上午做一些洗衣服、打扫房间等杂事，而中午、下午才来做作业的话，这就不能不说是一种浪费了。很多事不能不做，但要放在合适的时候做，黄金时间都应用来学习。

4、注意

①必须强调的是，制订计划必须按自己的特点自己制订，不能仿制别人的计划，别人告诉你的方法最多只能充当一个指路标的作用，是很难完全套用的。只有自己去试着做，摸索出自己的完整方法，才是最有用的。

②列计划只是一种手段，绝不要为了列计划才去列计划，只要是能达到目的的计划都是好计划。不管什么时候，列计划都只是为了完成一定的学习任务。。

③刚开始列计划的同学，可能不太容易掌握好难易的尺度，列的计划过高过低都是自然的，只要不断调整，不断改进，很快就会适应这种方法。

④任何学习计划刚执行起来都难免会遇到一些困难，但你应该知道为了执行这份计划而付出的努力是值得的。能够适应这份计划是保证你的远程学习以及未来事业成功的重要步骤。

⑤“坚持”是计划实施过程中最难的。由于缺乏毅力与恒心，很易虎头蛇尾。而学习是一个周期比较长的过程，今天的努力，并不能在明天就得到回报。它是量的积累引起质的飞跃。半途而废，最浪费时间与精力，并对人的自信心有很大的动摇。所以在实施计划时，一时看不到进步不要心焦，更不要气馁、不要轻言放弃。坚持!坚持一定能产生奇迹。

**高三复习计划篇五**

1.学科作业：复习并完成各学科作业，争取下学期各门功课成绩有所提高，名次力争进班级前八，级部前五十；

2.身体训练：达到身材健美标准。胸肌、背肌及腿部肌肉更合乎青年男性的最佳比例；有氧运动和无氧运动交叉，使体能更充沛，耐力更强，爆发力有所提高；

1. 早晨.跑山头公园5000米；

2. 上午：哑铃扩胸18个/组、俯卧撑36个/组、仰卧起坐60/组，上述训练每次各3组； （备注：其中“俯卧撑”不仅要纳入身体锻炼的项目，还要纳入政治思想的改造）

3. 下午：3点半以后和同学去大海畅游2小时。

1.语文：每天学习30分钟， 以做作业为主

2.数学：每天学习30分钟，以做作业为主

3.英语：每天学习30分钟， 以做作业为主；同时要上网观摩若干英文电影；

4.其它：每天学习20分钟；

5.上网收集学习资料，强烈督促自己每天 上网时间不少于180分钟；

6.课外阅读：属机动时间视情况决定；

7.作文每周一篇（网上完成）；

1.每天应抽出一定时间陪伴爷爷奶奶消遣，或者陪伴弟弟妹妹上网玩游戏。

机动备用

1.机动时间用来完成未尽的事项。

作息表

07：00—07：10 起床；

07：10—07：30 洗漱、便便；

07：30—08：30 跑山；

08：30—09：00 早餐、看新闻；

09：00—09：30 做语文作业，并 上网搜集相关资料；

09：30—09：40 撒尿、喝水、 锻炼身体；

09：40—10：10 做数学作业；有必要的话 上网搜搜数学课堂；

10：10—11：30 争取完成英语作业，看英文版大片训练听力提高口语；

11：30—13：30 午餐、午休、看当天专刊报纸；

13：30—14：30 上网放松

14：30—15：00 室内体育锻炼：俯卧撑、仰卧起坐等

15：00—15：20 写其它学科作业

15：30—18：00 吃水果零食，游泳；

18：00—18：30 享受晚餐同时对爸爸、奶奶的烹饪技艺进行 友好点评；

18：30—19：00 和爸爸 探讨人生；

19：00—19：30 看新闻联播或者上网浏览新闻（奥运会最新消息）；

19：30—20：10 看其他电视节目；

20：10—20：50 辅导 爷爷奶奶电脑知识并实践；

21：00 —21：10 简单室内运动，吃水果或喝酸奶，看电视或上网浏览；

21：10—22：30 上网玩游戏 ；

22：00—07：00 洗澡睡大觉做美梦 至次日。

**高三复习计划篇六**

斗志是一种积极的情绪，也是一种有待开发的潜能，一旦引爆，就表现为强劲的力量。邱吉尔在他生命中的最后一次演讲是在一所大学的毕业典礼上，在本来预计整个20分钟的演讲过程中，他只讲了一句话，而且这句话的内容还是重复的，那就是：“永不放弃决不决不决不!”当时台下的学生们都被他这句简单而有力的话深深地震憾住了，在二战最惨烈的时候，如果不是凭借着这样一种精神去激励英国人民奋勇抗敌，大不列颠可能早已变成纳粹铁蹄下的一片焦土。邱吉尔对英国青年学生这番讲话，应该引起我们教育工作者的思考。这就要求我们教育工作者要适时、适量的引爆学生的学习斗志。

到了高中，学习行为要进行科学的管理，这种管理换一个名词就是计划学习。根据笔者的观察和研究，善于管理学习的同学常常表现为善于计划学习，为此笔者提出计划学习这个概念。

计划学习就是对整个学习过程和学习策略进行管理，从而实现对学习进行自主计划的学习方式。计划学习的实质是在学习中计划，在计划中学习，从而实现对学习实施有效的管理。从学习过程来看，一个完整无缺的学习过程，首先是从对学习进行计划开始的。所以，计划学习由这些环节构成：学习计划—学习目标—学习等待—课堂学习—计划笔记—巩固笔记—完成作业—深入研究—反思学习—学习调整—新的学习计划—学习目标学生学会了计划学习，就学会自己控制自己，自己安排学习生活，就能够做到劳逸结合。

计划学习理论首先要求高中学生要学会制定计划，从而对自己学习实施管理。从时段上来说，高中学生的计划学习分为一天的计划学习、一周的计划学习、一个月的计划学习和计划复习迎考学习。对于一天的计划学习，休息和休闲的计划十分重要，高中学习的大部分压力就要在其中进行消散。所以，计划学习就要学会计划休息，计划休闲活动。实践表明，那些学得轻松，学得有效的高中学生，往往得益于自己的“会学”和“会玩”，也就是说，在计划学习时，他们已经将休闲和休息考虑进去了。处于亚学习状态的学生，在当初实施时，计划往往被老师打乱，或者感到时间不够，导致计划不能很好的实现。事实上，实施计划学习并不全都能做到十全十美，学习计划不能实现或者实现的不满意，这是高中生经常发生的事情，但要记住，在一次计划完成或者破坏之后，要立刻产生新的学习计划。

学习品质优秀的高中生，他们对教师的教学行为，常常处在一种积极等待的渴望状态。在教学开始之前，优秀的同学已经准备好学习用具和书本，巩固了上一节课学习的内容，预知道要学习内容的难度，心理上处于一种积极盼望、等待的心理状态。这时，学生不仅知道重点听什么、记什么，还知道哪些是比较难的，哪些是比较易的，能够较早的进行难度预案，预设课后进行的“消难”方案。具备了这种状态，就是时常所说的“我要学”的状态;具备这种学习心理状态，就能主动的和教师创设的教学平台自然的衔接，当教师进行新内容的讲练时，学生自觉的进入学习情境，和教师心理产生共振。这要比教师已经开讲，那些心还在课堂之外，迟迟的进不了教学情境，拿来不出书本用具，被动听课的同学来说，学习心理意识要积极的多。

积极等待是一种学习态度，也是一种学习方法。它要比传统的所谓预习内容要丰富的多。它最突出的特点就是学习心理启动快。一位优秀学生说：“老师教学开始的前几分钟往往十分重要，它揭示的是不仅仅是教学内容和教学重点，还有解决的思路和方法以及相关的学习联系，如果这时紧紧地跟随着教师，就能愉快一节课，轻松一整天。”事实上，课堂上学生不仅仅跟随教师学习知识，打造能力，更多的是从教师那里获得解决问题的思路和把握课堂重点难点的方法，课始几分钟的状态往往决定了一节课的学习质量。而课结束前的两分钟，教师做的事情是对这一节课师生活动的浓缩和总结，特别是学习重点难点的强化提示应该充分重视，而接下来的作业布置就是对这一节课的重点的巩固

高中生要学会学习反思。学习反思是高中学习系统中最为重要的策略。学习的好不好，方法对不对，怎么提高效率常常是通过反思来实现的。因此，会不会学习，就表现为会不会反思。现代学习理论中，学习反思占相当重要的地位。学生费尽心力学了，成绩不好，主要是因为不会及时反思，从而不能实现学习调整。可以这样说，高中学习反思伴随着整个高中

学习过程，它既是学习内容，也是学习策略。会学习的同学大家认为他们学得十分轻松，原因就是他们会通过计划反思来加快学习进程，提高学习质量。

我曾经在一所学校的墙壁上看到这样的一句话：“沐浴晨光而来，今天要学什么;踏着夕阳归去，今天你学到了什么。”这是学习反思的最好注解。可以这样说，没有反思，就没有高中学生学习的突飞猛进。有效的学习，往往是通过反思来进行学习计划调整和学习策略调整，包括学习动力和学习意志等。处于亚学习状态的同学，也知道学习的重要性，就如同倒一杯水，他们也知道提起水壶往杯子里倒，但倒多少不曾想，倒的是不是符合要求不反思，倒的不合要求应该如何补救不思考。而高中学习要求学生有高度的自觉意识，不断的对自己的学习进行反思，在求得更好的学习调整，但处于亚学习状态的同学，几乎没有这种习惯。现代学习心理学表明：及时反思是一种学习力，也是很重要的一个学习策略。高中学习讲究高效快捷，及时反思是高中生提高学习力的关键。这就要求学生不仅仅要有快速进入学习状态、敏捷的进行学习的学习力，同时，在学习过程中能快速讨论、快速阅读、快速反思。如果不能快自主反思，持续一段时间才发现自己已经十分落后，那么想追赶同学已经有相当多的来不及。事实上，具备了及时快速的计划反思心理意识，才能实现学习频率上的“学习、学习、再学习”。面对众多学科，大量的讲义、笔记、上本作业，如果没有快速高效的解决问题和处理作业的能力，没有快速高效的反思意识，怎么可以呢?因此，按计划进行学习过程、学习效率和质量的反思，既能加快学习进程，又能提高学习质量。高中学生学习水平下降往往在这方面表现为不自知。

**高三复习计划篇七**

不觉间我以踏上人生中的新的一段征程，从现在起，我要把全部精力都放在学习，认真学习，努力学习。所以，从现在起，我要有一份合理的学习计划来辅导我学习：

学习前先预习。在认真投入学习之前，先把要学习的内容快速浏览一遍，了解学习的大致内容及结构，以便能及时理解和消化学习内容。在重要的地方，稍微放慢学习进程。

充分利用课堂时间。课堂上要及时配合老师，做好笔记来帮助自己记住老师讲授的内容，尤其重要的是要积极地独立思考，跟得上老师的思维与节奏。

课堂上做的笔记要在课后及时复习，不仅要复习老师在课堂上讲授的重要内容，还要复习那些仍感模糊的认识。坚持定期复习笔记和课本，并做一些相关的题目。

找一个安静的、舒适的地方学习。图书馆，安静而没有干扰。开始学习时，应该全神贯注于功课，千万不能“身在曹营心在汉”。

养成良好的学习习惯。改掉以往学习的粗心、边看电视边写作业、边写边问、不独立思考等学习恶习。制定可行的学习计划并严格遵守。严格按照学校的作息时间和安排自己的学习生活，除了上课时间外，晚自习时间做完各科作业，记5个英语单词，预习下一章的数学课本，复习本章内容，做适量习题，加以巩固。背诵所有科目必背的课文。利用课外时间多阅读中外名著，加强写作，开阔视野。

上课前预习，找不懂的地方，上课时学习，解决不懂的地方，上课后复习，温故而知新。

认真上每一节课。集中注意力，思考老师讲的每一个问题，没有听懂的地方课后向老师提问，做到当天的知识当天融会贯通。

学习态度端正，认真改正自身的不良学习习惯，对待大小考试的成绩要有正确的认识，深刻的自省，不骄不躁。

积极参加学校和班集体组织的各种活动，团结同学，乐于助人。以优异的成绩考上理想的大学。

这就是我的学习计划书，希望我按照计划书中的去做，期末考试可以取的优异的成绩。

**高三复习计划篇八**

我现在是高一的新生，班主任要求我们每个人写一篇高中三年的学习计划书，我可花了些功夫，找资料，结合自我。不过终于写成了，写完后，感觉挺好，对高中有了些了解，蛮充实的，下面就给大家借鉴一下。但是如果你需要的话，也千万别copy哦，结合自我实际最重要嘛。

以前读初中的时候，会觉得比较轻松。因为初中学的知识都比较浅，除了偶尔对某些问题需要深入讨论之外，基本不会遇到很深的问题。但要知道，上了高中，我们面临的问题不再是那么简单和具体，高中是我们在思维上的一个飞跃，我们必须要抛弃以前的定向思维，而去学会从不同的角度认识和解决问题。起其根本所在就是：相对初中的学习，高中的学习跨越了知识和能力两大台阶。高中的知识内容与知识结构与初中相比出现了两个飞跃：从具体到抽象，从特殊到一般，在知识的广度和深度上都大大提高。在能力方面，高中的学习对同学们提出了更高的要求，如抽象概括思维能力、逻辑推理思维能力、分析综合能力、自学能力等等都要求有较大的发展和提高。

从初中阶段进入到高中阶段，在学习上要跨上一个较高的台阶。为了顺利地跨越这一台阶，要有足够的思想准备，要以新的、不同于初中的学习方法，学好高中的课程。一个人确立自己的理想并不难，难得是有一个为实现理想而攀登的规划和决心。为此，制定一个高中三年的规划是非常重要的。所以我写下了这份高中三年学习计划书。

为实现以下规划必须做到：树立信心，满怀激情，走好成功第一步。切忌盲目激情，要有计划分步骤的学习，养成踏实认真的学习态度。

1、高一上半学期是一个初中走入高中的过渡时期。这个时期最主要的目标是：积极适应各科老师的教学方法，迅速吸收新知识，同时稳住脚跟，一步一个脚印地进步。所以我这个学期的目标简单来说就是四个字：适应、稳定。

2、高一下半学期是一个适应后的寻求及养成期期。这个时期由于对自己的学习态度、方法、能力有了一个比较客观的认识，因此对各学科特点有了一定掌握。这个时期的主要目标是：重点培养良好学习习惯，形成适合自己的学习方法，做到循序渐进地、有规律地学习，全面发展，形成自己的优势学科。简单来说就是：养成、规律。

3、高二上半学期是一个定位起飞期。此时，高中生活早已适应，学习方法、习惯已经成熟，所以，这个时期就要开始有所突破。这个时期最主要的目标是：进入一本梯队。

4、高二下半学期是一个稳步发展期。有了高二上半学期的起飞和突破之后，又要开始稳住脚跟了，这时要全面地、客观地看待自我和他人，毕竟“知己知彼，百战不殆”。这个时期最主要的目标是：稳定自我水平，基本确定自己在年级的学习地位。

5、高三上半学期是一个扎实复习期。经过高二的认知后，自己的学习地位也稳定下来，不再轻易后退。就要完全静下心来稳扎稳打地复习。此时也要注意调整心态，摆正主观态度。时刻保持新鲜的自信心、坚韧的性格。不要受客观环境的影响，履行自己的计划，做到步步为营。

6、高三下半学期是一个加速冲刺期。可以适当地做些拔高。要全面解决自己所面临的问题，查缺补漏，扫除残敌，不留后患。还有此时心理素质也很重要。时刻摆正心态，注意情绪的变化，做到自我及时调整，自我鼓励和认定。就如爱迪生所说：“自行是成功的第一秘诀”。

1、预习预习最重要的是能发展我们学生的自学能力，减少对老师的依赖，增强独立性；预习可以加强记课堂笔记的针对性，改变学习的被动局面。要在测览教材的总体内容后再细读，充分发挥自己的自学能力，理清哪些内容已经了解，哪些内容有疑问或是看不明白（即找重点、难点）分别标出并记下来。同时适当地一些课前的习题练习，逐步了解知识点。这样既提高了自学能力，又为听课“铺”平了道路，形成期待老师解析的心理定势；这种需求心理定势必将调动起我的学习热情和高度集中的注意力。

2、听课听老师讲课是获取知识的最佳捷径，老师传授的是经验证的真理；是老师长期学习和教学实践的精华。我制定的听课方法包括以下几点：

a）做好课前准备，即预习。精神上的准备十分重要，保持课内精力旺盛，头脑清醒，以及对探求知识的极大兴趣，是学好知识的前提条件。

b）集中注意力。思想开小差会分心等一切都要靠理智强制自己专心听讲，靠意志来排除干扰。

c）认真观察、积极思考。不要做一个被动的信息接受者，作老师的合作者，学习的参与者，要充分调动自己的积极性，紧跟老师讲课的思路，对老师的讲解积极思考。结论由自己的观察分析和推理而得，会比先听现成结论的学习效果好。

d）在听取公式定理的同时充分理解、掌握老师的解题方法，学习思路。

e）抓住老师讲课的重点。即不能忽视老师讲课的开头和结尾，开头，往往寥寥数语。但却是全堂讲课的纲。只要抓住这个纲去听课，下面的内容才会眉目清楚。结尾的话虽也不多，但却是对一节课精要的提炼和复习提示。同时还要注意老师反复强调的部分。

f）做好课堂笔记。笔记记忆法，是强化记忆的最佳方法之一。笔记，一份永恒的笔录，可以克服大脑记忆方面的限制。俗语说，好记心不如烂笔头，因此为了充分理解和消化，我必须记笔记。同时做笔记充分调动耳、眼、手、脑等器官协同工作可帮助学习。有选择的记笔记，记录经典例题。

g）注意和老师的交流，听课要与老师有目光的交流，提问式交流，都可以促进学习。

3、作业作业是提高思维能力，复习掌握知识，提高解题速度的途径。通过审题，分析问题，解决问题可以达到巩固检验自己的目的。完成作业时，一定要做到独立完成，去形成自己的一个独立的思维习惯。

4、复习及时复习的优点在于可加深和巩固对学习内容的理解。根据遗忘曲线，识记后的两三天，遗忘速度最快，然后逐渐缓慢下来。学过即习，方为及时。俗话说“温故而知新”，就是说，复习过去的知识能得到很多新的收获。这个“新”主要指的是知识达到了系统化的水平，达到了融会贯通的新水平。我计划的复习要求是一下几点：

a）课后回忆，即在听课基础上把所学内容回忆一遍。

b）精读教材。对教材理解的越透，掌握得越牢，效率也就自然提高了。

c）整理笔记。对课堂笔记及时的完善，勾画出疑点，寻求同学老师的帮助。

d）看参考书。增加知识的深度和广度。提高应考能力。

e）单元复习的要求：

a）本单元（章）的知识网络；

b）本章的基本思想与方法（应以典型例题形式将其表达出来）；

c）自我体会：对本章内自己做错的典型问题应有记载，分析其原因及正确答案，应记录下来本章你觉得最有价值的思想方法或例题，以及你还存在的未解决的问题，以便今后将其补上。

高中三年是人生重要的三年，是人生成长重要的三年。在这充满挑战的三年间，我将在学习和做人两大方面做出努力，锻炼自身的意志品质。虽然这份规划书似乎有点泛泛而谈，但是，在写这份计划书的过程中我真的学到了许多，对高中有了一些认识，我产生了一份责任感，这份责任不是对父母负责，而是对自己负责。我相信这责任感将有助于我今后的学习，我个人认为高中的学习正是需要自主，正是需要这份对自己的责任感，才能在拼搏中成长。

**高三复习计划篇九**

古人说：凡事预则立，不预则废。兵法上讲：谋动而后行。意思是做事情要成功，必须要有计划性，否则就会失败。同学们，在你们树立了一个远大的高考目标后，接着就应该制定一份详实的计划来保证目标的实现。

下面我想谈几点意见供大家参考：

1、依据学校特别是高三年级组和本班的教学计划来制定。因为我们的学习不能独立于学校、年级和班级教学的工作之外。所以个人的计划必须考虑学校、年级、班上的安排。

2、根据个人的实际情况来制定。要考虑两个方面因素：一是现有的学习状况、身体状况、心理状况等，二是可能达到的发展状况，即心理学上所说的最近发展区。这样制定的计划就能避免不切实际，半途而废。

3、考虑客观存在的条件。如学习的环境条件、父母能够提供的帮助、教师的辅导机会、家庭的经济条件、可供自由支配的时间等等。

1、有学习目标。可分为总体目标和分科目标。

2、要采取的主要措施和办法。譬如如何预习、怎样听课、怎样做笔记、怎样完成作业、怎样安排复习、怎样做好错题集和典型题集、什么时间安排分析总结等等。

3、订一份学习时间表。以本班课表和学校作息时间表作依据，系统地、有重点地、巧妙地安排周一至周日甚至是每天的学习、休息、体锻和其它事务。

4、保证和监督措施。用什么作保证按计划行事，怎样监督计划的执行，没做到怎么办。

1、标题。写明时间和计划名称。2、引言。说明制定计划的缘由目的。

3、正文。可以将一学期按照月考时间做学段，分为四至五个学段，分别列出每一学段的目标、措施和办法；也可以把一期分为半期和期末两段，分别制定两段的目标、措施和办法，总之，要从计划中看出进步，看出提高，而且是循序渐进，逼近最后目标。4、监督和保证措施。

5、附表。计划后附一份精心研究制作的时间表。

1、要留有余地。俗话说，计划赶不上变化。制定计划时要充分估计可能出现的变化，要有应急措施，以免计划经常被打乱，无法正常执行。

2、安排上最好前紧后松。俗语云；一早三光，一迟三慌。抓得早抓得紧，往往会主动赢得时间，回旋余地大；抓得晚抓得松，常常处于被动，处处受掣，时间使用上会捉襟见肘。

3、张弛有度。计划安排上要讲文武之道，文理搭配，脑体兼顾，劳逸结合十分重要。

4、重视时间的边角余料。古人有利用“三余”学习的佳话，今人有“我从不忽视五分钟”的名言，都说明零碎的时间具有极大的利用价值。实践证明，大块时间的学习容易导致疲劳，而零碎时间的学习则能保持大脑的兴奋，两者的学习效果大不一样。

5、重视薄弱学科的时间倾斜。特别是高三上期和下期前半段时间，正是补“跛”和扶“弱”的大好机会，安排上实行倾斜政策不能不考虑。

制定好计划就要执行，否则就成了摆设，就是一纸空文。然而，实际生活中执行计划是很难的。要与懒惰作斗争，要与习惯作斗争，要与贪玩作斗争，要有毅力，要有坚强的意志，要耐得住寂寞，要淡泊宁静，才能严守规定，坚守时间，不为自己找借口，不允许例外。但是世界上的事情总是变化的，我们要根据变化了的情况和学习的需要调整自己的计划和策略，包括目标的调整，方法的调整，措施的充实完善等。所以在计划执行过程中，既要坚守不变，又要适时而变。

同学们，能够制订一份计划是一件了不起的事情，它会让你走向成功；而执行计划则是更加了不起的行动，它将使你获得成功。我祝愿大家制定出切实可行的计划，用行动实践计划，一步步走向成功的彼岸。高一优秀作文高一期中考试作文爱学习作文

**高三复习计划篇十**

6:25准时起床

首先是每天早上6：25准时起床，我用的电子表十分精确，起床以后煮上两个鸡蛋，洗脸漱口，再冲上一包麦片，把鸡蛋一吃。然后背着书包去上学，到了学校一般是7：00。然后拿出英语书来读，上完早自习到了7：30开始上正课。当然是认认真真听课，认认真真做好笔记。

上课课间时间

听完一节课干什么呢？趴在桌子上睡觉，我这个人不属于精力过人的那种，一天睡觉时间不能少于八个小时，不然就浑身没劲。并且在上大学以前没有熬过通宵。所以要抓紧时间补瞌睡，下节课才能保证集中注意力。有的时候从七点钟进教室到中午11点45放学就一直坐在座位上没有挪过地方。

上午下课

到了11：45的时候，老师一宣布下课，我就从书桌里抽出饭盒，冲向食堂，去抢饭。为什么叫“抢饭”？因为学校人多，你要是稍微迟钝一点就要排上长队等上半天。为了节约时间必须争分夺妙，一般我都是前一两位，打到饭以后怎么办呢？我既不去饭厅，也不回教室，也不回住的地方，而是端着饭盒到阅报栏去看报纸，了解一下时事政治。

吃完午饭

吃完饭就回住的地方，回去以后，把上午的数学笔记拿出来看一下，一般是用手把老师的方法一盖，看看自己能不能做出来，做的方法是否和老师的一样，是我的方法好还是老师的方法好。为什么要看，因为这样才能记得牢。

卡耐基在他的《人性的弱点》里说“一样知识只有被运用过才能记得牢。”比如有的英文单词你死活记不住它是什么意思，但你要写一篇英语作文，往往是写一遍之后就再也忘不掉了。

这一点对数学尤其适用，老师在上面讲，你在下边听得头头是道。但过两天把老师讲的原题拿出来，很多人又不会做了。错题也是如此，听了老师讲解之后，你豁然开朗，隔几天让你重做一次，很可能你又错了，原因都是你没有下来自己做过一遍，也就是说没有把知识运用过，当然记不牢。

午休前

我每天中午把数学复习完之后，差不多到了一点，就上床睡觉。在整个高三，我一直坚持睡午觉。我不属于那种精力旺盛型的人才。不过在我到北京以后认识的十多位各省状元并跟他们交流学习经验以后，他们几乎都无一例外地告诉我他们从不熬夜，每天定时睡觉定时起床。

我们班原来有很多同学喜欢熬夜，或者中午不睡觉，结果上课没精神，老师的课听不好，但又不敢在课堂上睡觉，既使睡也睡不熟。所以一天到晚都没精打采的样子，成绩当然上不去。他想靠几晚上的突击来快速取得好成绩，却走了不知比别人多多少的弯路。

午休后

睡到14：15，我的电子闹表又会十分准时地把我从睡梦中惊醒。顺便说一句，我经常睡不着，因为脑子里特别紧张，老想着各种乱七八糟的东西，有时候越睡越清醒，后来想了一个办法，就是听英语磁盘，听着听着很快就睡着了。注意要找大部分能听得懂的，那种完全不懂的美国口语效果不好，不过说明一下，这个方法是用来催眠的，跟练听力没有多大关系。有的同学爱睡着听音乐，也可以，我也试过，不过效果不如英语磁带好。

下午上课

来到学校，上课。跟上午的一样，也是认真听课，认真做好笔记。到了5：40下课又端着饭盒冲出去抢饭，抢了饭到阅报栏看报纸，看完报纸回住的地方。这段时间会比较长，一般来说我会用它来复习英语，首先是把老师讲课的内容复习一遍，再拿一本资料书出来把相应的部分做了。我在做英语题的时候有个习惯，特别是单选题，拿不准的就在题号前打个勾，然后再把觉得最好的答案填上去。做完以后一对，实际上大部分拿不准的题都做对了的，但由于有记号，所以我知道这道题拿不准，所以还要再研究一番，我为什么做对了。

当然，做错的题就更需要研究了。错的题也要打上记号，并且要在题的后面注明错误的原因。所有做错的题我都保存下来，一有空我就拿出来重做一遍，专找有记号的，如果发现还不会，就再打一个记号，然后第三遍的时候就重点做有两个记号的，再不会就再加一个标记，如此往复。

晚自习

英语看到19：20，然后就去上晚自习。晚自习首先要把老师布置的作业做完，不过一般作业我都早在晚自习之前就做完了，既使还剩下一些，也会很快搞定的。那么我晚自习做什么呢？做卷子，主要是数学卷子和英语卷子。从19：30到21：30两个小时，正好可以做一张，英语和数学轮着做，今天数学，明天英语，后天数学……

晚自习下课后

晚自习下课后就回家，在途中有一家小卖部，我会到那里买一包方便面，方便面的牌子我现在都还记得，是面霸120，学校里面卖2元，那里只卖1.8元，要便宜两毛钱。回家之后把方便面一泡，吃完之后就开始我晚上的学习。这一段时间我主要复习政治历史。

高三冲刺时间表

简单来说，我的高三冲刺时间表如下：

6：25准时起床

7：30——11：45上课

11：45——12：15吃午饭、阅报

12：30——13：00复习数学笔记

13：00——14：15午休

14：30——17：40下午上课

17：40——18：10吃晚饭、阅报

18：10——19：20复习英语

19：30——21：30上晚自习

21：45——23：45复习政治历史

24：00上床睡觉

我严格按照这张作息时间表度过了我的高三下半期，几乎每天如此，偶尔小有微调。只用了一个半学期，我的学习成绩突飞猛进。

**高三复习计划篇十一**

1、激发学习斗志

斗志是一种积极的情绪，也是一种有待开发的潜能，一旦引爆，就表现为强劲的力量。邱吉尔在他生命中的最后一次演讲是在一所大学的毕业典礼上，在本来预计整个20分钟的演讲过程中，他只讲了一句话，而且这句话的内容还是重复的，那就是：“永不放弃……决不……决不……决不!”当时台下的学生们都被他这句简单而有力的话深深地震憾住了，在二战最惨烈的时候，如果不是凭借着这样一种精神去激励英国人民奋勇抗敌，大不列颠可能早已变成纳粹铁蹄下的一片焦土。邱吉尔对英国青年学生这番讲话，应该引起我们教育工作者的思考。这就要求我们教育工作者要适时、适量的引爆学生的学习斗志。一位学生找到语文教师，说：“老师，你的课上我一点儿语文学习斗志都没有，怎么办?”这位语文老师的做法值得仿效，每每上课之前都让学生进行课前呼号，内容大致是：“做学的主人，做读的卓越者，我最踏实，我一定成功。”他将一个学生的心理转变放到集体中，让他在集体的热情中找到自己的积极情绪。这位教师说：“学生每每呼号时，群情激奋，斗志昂扬。我常常想，学生课课处在一种„我一定成功‟的渴望中，怎么能学不好呢?”

一位学生期中考试考了班里倒数第一，班主任找他谈话，要求他写出三句最能感动自己的话，这位同学写出了这样三句：“我不是懒汉，我不是孬种，我要成功!” 每天早上对着卧室墙壁大声呐喊。他说：“每当我呐喊时，我就想到了自己倒数第一时的痛苦，我就会热血沸腾，全身有用不完的劲!”在这种情绪状态下，他的潜能爆发出来了，期末成绩上升到班里前十名。家长在大年三十打电话给孩子的班主任，他说：“我很好感激你，你给了我孩子的斗志，也给了我的斗志!你知道么，当孩子对着墙壁呐喊的时候，连我全身都有用不完的干劲!”所以，处于亚学习状态的高中学生，不妨写几句激动人心的话，每天厉声朗读，把将自己带进良好的学习情境中。

2、实施计划学习

到了高中，学习行为要进行科学的管理，这种管理换一个名词就是计划学习。根据笔者的观察和研究，善于管理学习的同学常常表现为善于计划学习，为此笔者提出计划学习这个概念。

计划学习就是对整个学习过程和学习策略进行管理，从而实现对学习进行自主计划的学习方式。计划学习的实质是在学习中计划，在计划中学习，从而实现对学习实施有效的管理。从学习过程来看，一个完整无缺的学习过程，首先是从对学习进行计划开始的。所以，计划学习由这些环节构成：学习计划—学习目标—学习等待—课堂学习—计划笔记—巩固笔记—完成作业—深入研究—反思学习—学习调整—新的学习计划—学习目标……学生学会了计划学习，就学会自己控制自己，自己安排学习生活，就能够做到劳逸结合。

计划学习理论首先要求高中学生要学会制定计划，从而对自己学习实施管理。从时段上来说，高中学生的计划学习分为一天的计划学习、一周的计划学习、一个月的计划学习和计划复习迎考学习。对于一天的计划学习，休息和休闲的计划十分重要，高中学习的大部分压力就要在其中进行消散。所以，计划学习就要学会计划休息，计划休闲活动。实践表明，那些学得轻松，学得有效的高中学生，往往得益于自己的“会学”和“会玩”，也就是说，在计划学习时，他们已经将休闲和休息考虑进去了。处于亚学习状态的学生，在当初实施时，计划往往被老师打乱，或者感到时间不够，导致计划不能很好的实现。事实上，实施计划学习并不全都能做到十全十美，学习计划不能实现或者实现的不满意，这是高中生经常发生的事情，但要记住，在一次计划完成或者破坏之后，要立刻产生新的学习计划。

3、学会积极等待

学习品质优秀的高中生，他们对教师的教学行为，常常处在一种积极等待的渴望状态。在教学开始之前，优秀的同学已经准备好学习用具和书本，巩固了上一节课学习的内容，预知道要学习内容的难度，心理上处于一种积极盼望、等待的心理状态。这时，学生不仅知道重点听什么、记什么，还知道哪些是比较难的，哪些是比较易的，能够较早的进行难度预案，预设课后进行的“消难”方案。具备了这种状态，就是时常所说的“我要学”的状态;具备这种学习心理状态，就能主动的和教师创设的教学平台自然的衔接，当教师进行新内容的讲练时，学生自觉的进入学习情境，和教师心理产生共振。这要比教师已经开讲，那些心还在课堂之外，迟迟的进不了教学情境，拿来不出书本用具，被动听课的同学来说，学习心理意识要积极的多。

**高三复习计划篇十二**

1、认真预习的习惯

很多同学只重视课堂上认真听讲，课后完成作业，而忽视课前预习,有的同学根本没有预习，其中最主要的原因不是因为没有时间，而是因为没有认识到期预习的重要性。

那么预习有什么样好处呢?课前预习也是学习的重要环节，预习可以扫除课堂学习的知识障碍，提高听课效果;还能够复习、巩固已学的知识，最重要的是能发展学生的自学能力，减少对老师的依赖，增强独立性;预习可以加强记课堂笔记的针对性，改变学习的被动局面。在预习时，要做到：了解教材的大概内容与前面已学的知识框架;找出本章或本课内容与前面已学知识的联系，找出所需的旧知识，并补习此时的知识;找出本课的难点和重点(作为听课的重点);对重点问题和自己不理解的问题，用笔划或记入预习笔记。

2、专心听课的习惯

如果课前没有一个“必须当堂掌握”的决心，会直接影响到听讲的效果，如果在每节课前，学生都能自觉要求自己“必须当堂掌握”，那么上课的效率一定会大大提高。 实际上，有相当多的学生认为，上课听不懂没有关系，反正有书，课下可以看书。抱有这种想法的学生，听课时往往不求甚解，或者稍遇听课障碍，就不想听了，结果浪费了上课的宝贵时间，增加了课下的学习负担，这大概正是一部分学生学习负担的重要原因。

集中注意力听课是非常重要的，心理学告诉我们注意是心理活动对一定对象的指向和集中，它是心理过程的动力特征。注意的指向性，可使人的心理活动在每一瞬间都能有选择的反映事物;注意的集中性，可使事物在人脑中获得清晰和深刻的反映。正因为注意拥有指向性和集中性两个重要的特征，所以，注意具有选择、保持以及对活动的调节和监督的功能。思路就是思考问题的线索。上课听讲一定要理清思路。要把老师在讲课时运用的思维形式、思维规律和思维方法理解清楚。目的是向老师学习如何科学地思考问题，以便使自己思维能力的发展建立在科学的基础上，使知识的领会进入更高级的境界。分心是注意的反面，分心不是没有注意，只是没有把注意指向和集中在当前的学习任务上，心不在焉，必定“视而不见、听而不闻、食而不知其味”。

3、及时复习的习惯

及时复习的优点在于可加深和巩固对学习内容的理解，防止通常在学习后发生的急速遗忘。根据遗忘曲线，识记后的两三天，遗忘速度最快，然后逐渐缓慢下来。因此，对刚学过的知识，应及时复习。随着记忆巩固程度的提高，复习次数可以逐渐减少，间隔的时间可以逐渐加长。要及时“趁热打铁”，学过即习，方为及时。忌在学习之后很久才去复习。这样，所学知识会遗忘殆尽，就等于重新学习。

俗话说“温故而知新”，就是说，复习过去的知识能得到很多新的收获。这个“新”主要指的是知识达到了系统化的水平，达到了融会贯通的新水平。首先，知识的系统化，是指对知识的掌握达到了一个更高的境界，也就是从整体、全局或联系中去掌握具体的概念和原理,使所学的概念和原理回到知识系统中的应用位置上去。其次，知识的系统化,能把多而杂的知识变得少而精，从而完成书本知识由“厚”到“薄”的转化过程。系统化的知识，容量大,既好记又好用。最后，系统化的知识有利于记忆。道理很简单,孤立的事物容易忘记，而联系着的事物就不容易忘记。 想搞好知识的系统化，一要靠平时把概念和原理学好,为建造“知识大厦”备好料;二要肯于坚持艰苦的思考。思想懒汉,逃避艰苦思考的人,是不可能真正掌握好知识的;三要学会科学地思维。

4、独立完成作业的习惯

明确做作业是为了及时检查学习的效果，经过预习、上课、课后复习，知识究竟有没有领会，有没有记住，记到什么程度，知识能否应用，应用的能力有多强，这些学习效果问题，单凭自我感受是不准确的。的概念区别开来，对事物之间的关系了解得更清楚，公式的变换更灵活。可以说做作业促进了知识的“消化”过程，使知识的掌握进入到应用的高级阶段。做作业可以提高思维能力;面对作业中出现的问题，就会引起积极的思考，在分析和解决问题的过程中，不仅使新学的知识得到了应用，面且得到了“思维的锻炼”，使思维能力在解答作业问题的过程中，迅速得到提高。做作业可以为复习积累资料;作业题一般都是经过精选的，有很强的代表性、典型性。因此就是做过的习题也不应一扔了事，而应当定期进行分类整理，作为复习时的参考资料。

5、练后反思的习惯

在读书和学习过程中，尤其是复习备考过程中，每个同学都进行过强度较大的练习，但做完题目并非大功告成，重要的在于将知识引申、扩展、深化，因此，反思是解题之后的重要环节。一般说来，习题做完之后，要从五个层次反思：1、怎样做出来的?想解题采用的方法;2、为什么这样做?想解题依据的原理;3、为什么想到这种方法?想解题的思路;4、有无其它方法?哪种方法更好?想多种途径，培养求异思维;5、能否变通一下而变成另一习题?想一题多变，促使思维发散。当然，如果发生错解，更应进行反思：错解根源是什么?解答同类试题应注意哪些事项?如何克服常犯错误?“吃一堑，长一智”，不断完善自己。

应当培养的优良习惯还有许多，诸如有疑必问的习惯，有错必改的习惯，动手实验习惯，查找工具书的习惯，健康上网、积极探究的习惯等等。从课堂学习的过程看，还有认真预习、专心听课、及时复习、独立完成作业、积极应考等好习惯。

**高三复习计划篇十三**

为了应对未知的高中生活，保证自己在新的陌生环境中也能迅速的适应并且不影响自己的学习，我设法制定了如下的学习计划：

虽然高中生活我没有经历过不知道与初中会有多大的差别与变化，但是既然所学科目并没有差别的话，那么即使有差别也不会大到哪里去。因此我这个学期的目标就是在期中考试中取得班级前十名的成绩，虽然我知道能够考上这个学校的成绩都不会太差，在这样激烈的竞争下我也无法预料到自己能够考出如何的成绩。但是这样的目标也是对我的一个重要鞭策，只有心里有着这样一个目标才能让我在学习中拿出十倍的努力向着这个目标突进。

根据时间表安排，在这个学期里制定如下粗浅的时间表：

1、早晨六点起床完成洗漱以后背半个小时的英语单词，来到学校以后早自习里根据老师安排进行自习。

2、中午下课后吃完午饭后进行文学阅读，在午休时间腾出最后半个小时来午睡，保证在下午上课时的精神集中。

3、晚自习按照老师安排学习，放学回家后完成一篇数学练习单元，并至少解开一道大题。晚上睡前要求自己熟读甚至背诵下一首古诗词。

4、周末时间也不能够将其浪费，但是也不能够让生活过于紧绷，因此挑选上午来进行学习，下午与晚上可以进行一些户外活动，锻炼自己的身体，也能够保持对生活的积极兴趣。

我自小学以来就是一名让老师骄傲，让家长放心的好学生，一直不曾让别人与自己失望过，我也相信自己在这个新的环境里能够继续保持成绩上的领先，我要相信自己，但是在相信自己的同时也不能够放松自己，我应该随时有计划的调整自己的状态，为了让自己成为一个优秀的人而努力。高考距离我只有三年了，这三年也算是最后的冲刺阶段，不能因为三年看上去好像很遥远，事实上高考里的优势都是在这三年里逐步累积的，我越是重视高考，越是不浪费这三年时间，最后实现我愿景的可能就越大。

加油！在三年后给自己交出一个满意的答卷！

**高三复习计划篇十四**

1、早晚读要有计划。星期二晚读读语文词语手册上的内容，星期三早读和星期四晚读读文言文，星期五早读读读书笔记上的优美句子。

2、星期六晚上在博客上写一篇文章。

3、星期日早上做一套模拟题。

4、在老师上新的文言文课文之前，先自己做好翻译工作，先字词翻译，然后整段翻译。

1、在老师没上新课之前预习，先看课文，然后看重难点手册，遇到不会的先做记号，等到晚自习数学老师值班的时候再问问题。在看重难点的时候，遇到新的公式再把这些公式摘到笔记本上，做好归纳总结工作。

2、上课的时候不做笔记，除非老师要我们记的，思路要跟着老师，遇到老师所讲的那道题，自己会了的，在脑中想这道题的解题方法和思路，争取做这类题的时候提高做题速度。

3、在老师上完新课之后，认真独立的完成数学作业本。

4、抽一节晚自习的10分钟左右来温习今天数学新课上所学的知识点。

5、学完一章之后，抽一节晚自习再总的看下本章的内容。

1、充分利用早晚读时间。星期二早读和星期五晚读读背课文中的英语单词，星期三晚读读英语书本中的课文，星期四早读背新概念英语，星期六早读背课文单词。(附：如果觉得自己新单词和新课文掌握的不错了的话，就把读英语单词和新课文的时间用来背新概念英语，争取每天都背一篇新概念英语。)

2、利用中午就餐排队的时间背课外英语单词。

3、利用一节晚自习做阅读理解和完形填空。(每周2次)

4、星期六晚上入睡前和星期日早上睡醒后听自己喜欢的英文歌曲。

5、星期日早上在博客中写一篇英语作文。

1、在老师上新课之前预习，先看书本，然后看重难点手册，看重难点的时候把本节课新的化学方程式都摘到笔记本上，找规律，做好归纳总结工作。不懂的地方先做记号，等到老师上完新课之后再向同学请教。

2、在老师上完新课之后，先温习下这节课的化学方程式，然后再独立认真完成化学作业本。

3、抽一节晚自习的5分钟的时间看下今天新课上化学的知识点。

4、每章结束之后，再总的看下这章的知识点，温习下这张总的化学方程式，避免记混了。

1、在老师上新课之前预习，先看书本，然后再看重难点手册，遇到不懂的地方，先做好记号，等到老师上完新课之后再向同学请教。看重难点的时候把新的公式摘到笔记本上。

2、抽一节晚自习的10分钟左右温习今天物理新课上所学的知识点。

3、如果觉得时间还很富裕的话，再做下物理练习。

4、学完一章之后，抽一节晚自习再总的看下本章的内容。

1、在老师上新课之前，先自己预习，预习的时候要理解，难理解的地方反复看几遍。

2、在老师上完新课之后，再在当天背下本节课该背的知识点。

3、在做作业之前，先温习下这节课的内容后再做。

4、学完一章之后，抽一节晚自习再总的看下本章的内容。

1、预习，理解地理教科书。

2、多画图，以加深理解和巩固所学知识。

3、学习时要做到看书与看图相结合，将地理知识逐一在图上查找落实，熟记，平时要多看地图。左书右图，图文并茂。

4、地理当天的内容当天理解消化。

5、学完一章之后，抽一节晚自习再总的看下本章的内容。

**高三复习计划篇十五**

1、早晚读要有计划。星期二晚读读语文词语手册上的内容，星期三早读和星期四晚读读文言文，星期五早读读读书笔记上的优美句子。

2、星期六晚上在博客上写一篇文章。

3、星期日早上做一套模拟题。

4、在老师上新的文言文课文之前，先自己做好翻译工作，先字词翻译，然后整段翻译。

1、在老师没上新课之前预习，先看课文，然后看重难点手册，遇到不会的先做记号，等到晚自习数学老师值班的时候再问问题。在看重难点的时候，遇到新的公式再把这些公式摘到笔记本上，做好归纳总结工作。

2、上课的时候不做笔记，除非老师要我们记的，思路要跟着老师，遇到老师所讲的那道题，自己会了的，在脑中想这道题的解题方法和思路，争取做这类题的时候提高做题速度。

3、在老师上完新课之后，认真独立的完成数学作业本。

4、抽一节晚自习的10分钟左右来温习今天数学新课上所学的知识点。

5、学完一章之后，抽一节晚自习再总的看下本章的内容。

1、充分利用早晚读时间。星期二早读和星期五晚读读背课文中的英语单词，星期三晚读读英语书本中的课文，星期四早读背新概念英语，星期六早读背课文单词。(附：如果觉得自己新单词和新课文掌握的不错了的话，就把读英语单词和新课文的时间用来背新概念英语，争取每天都背一篇新概念英语。)

2、利用中午就餐排队的时间背课外英语单词。

3、利用一节晚自习做阅读理解和完形填空。(每周2次)

4、星期六晚上入睡前和星期日早上睡醒后听自己喜欢的英文歌曲。

5、星期日早上在博客中写一篇英语作文。

1、在老师上新课之前预习，先看书本，然后看重难点手册，看重难点的时候把本节课新的化学方程式都摘到笔记本上，找规律，做好归纳总结工作。不懂的地方先做记号，等到老师上完新课之后再向同学请教。

2、在老师上完新课之后，先温习下这节课的化学方程式，然后再独立认真完成化学作业本。

3、抽一节晚自习的5分钟的时间看下今天新课上化学的知识点。

4、每章结束之后，再总的看下这章的知识点，温习下这张总的化学方程式，避免记混了。

1、在老师上新课之前预习，先看书本，然后再看重难点手册，遇到不懂的地方，先做好记号，等到老师上完新课之后再向同学请教。看重难点的时候把新的公式摘到笔记本上。

2、抽一节晚自习的10分钟左右温习今天物理新课上所学的知识点。

3、如果觉得时间还很富裕的话，再做下物理练习。

4、学完一章之后，抽一节晚自习再总的看下本章的内容。

1、在老师上新课之前，先自己预习，预习的时候要理解，难理解的地方反复看几遍。

2、在老师上完新课之后，再在当天背下本节课该背的知识点。

3、在做作业之前，先温习下这节课的内容后再做。

4、学完一章之后，抽一节晚自习再总的看下本章的内容。

1、预习，理解地理教科书。

2、多画图，以加深理解和巩固所学知识。

3、学习时要做到看书与看图相结合，将地理知识逐一在图上查找落实，熟记，平时要多看地图。左书右图，图文并茂。

4、地理当天的内容当天理解消化。

5、学完一章之后，抽一节晚自习再总的看下本章的内容。

**高三复习计划篇十六**

我， 我现在是高一的新生，班主任要求我们每个人写一篇高中三年的学习计划书，我可花了些功夫，找资料，不过终于写成了，写完后，感觉挺好，对高中有了些了解，蛮充实的，下面就给大家借鉴一下。但是如果你需要的话，也千万别copy哦，结合自我实际最重要嘛。

以前读初中的时候，会觉得比较轻松。因为初中学的知识都比较浅，除了偶尔对某些问题需要深入讨论之外，基本不会遇到很深的问题。但要知道，上了高中，我们面临的问题不再是那么简单和具体，高中是我们在思维上的一个飞跃，我们必须要抛弃以前的定向思维，而去学会从不同的角度认识和解决问题。起其根本所在就是：相对初中的学习，高中的学习跨越了知识和能力两大台阶。高中的知识内容与知识结构与初中相比出现了两个飞跃：从具体到抽象，从特殊到一般，在知识的广度和深度上都大大提高。在能力方面，高中的学习对同学们提出了更高的要求，如抽象概括思维能力、逻辑推理思维能力、分析综合能力、自学能力等等都要求有较大的发展和提高。 从初中阶段进入到高中阶段，在学习上要跨上一个较高的台阶。为了顺利地跨越这一台阶，要有足够的思想准备，要以新的、不同于初中的学习方法，学好高中的课程。一个人确立自己的理想并不难，难得是有一个为实现理想而攀登的规划和决心。为此，制定一个高中三年的规划是非常重要的。所以我写下了这份高中三年学习计划书。

(一)高中六个学期的分析和自我目标

为实现以下规划必须做到：树立信心，满怀激情，走好成功第一步。切忌盲目激情，要有计划分步骤的学习，养成踏实认真的学习态度。

1、高一上半学期是一个初中走入高中的过渡时期。这个时期最主要的目标是：积极适应各科老师的教学方法，迅速吸收新知识，同时稳住脚跟，一步一个脚印地进步。所以我这个学期的目标简单来说就是四个字：适应、稳定。

2、高一下半学期是一个适应后的寻求及养成期期。这个时期由于对自己的学习态度、方法、能力有了一个比较客观的认识，因此对各学科特点有了一定掌握。这个时期的主要目标是：重点培养良好学习习惯，形成适合自己的学习方法，做到循序渐进地、有规律地学习，全面发展，形成自己的优势学科。简单来说就是：养成、规律。

3、高二上半学期是一个定位起飞期。此时，高中生活早已适应，学习方法、习惯已经成熟，所以，这个时期就要开始有所突破。这个时期最主要的目标是：进入一本梯队。

4、高二下半学期是一个稳步发展期。有了高二上半学期的起飞和突破之后，又要开始稳住脚跟了，这时要全面地、客观地看待自我和他人，毕竟“知己知彼，百战不殆”。这个时期最主要的目标是：稳定自我水平，基本确定自己在年级的学习地位。

5、高三上半学期是一个扎实复习期。经过高二的认知后，自己的学习地位也稳定下来，不再轻易后退。就要完全静下心来稳扎稳打地复习。此时也要注意调整心态，摆正主观态度。时刻保持新鲜的自信心、坚韧的性格。不要受客观环境的影响，履行自己的计划，做到步步为营。

6、高三下半学期是一个加速冲刺期。可以适当地做些拔高。要全面解决自己所面临的问题，查缺补漏，扫除残敌，不留后患。还有此时心理素质也很重要。时刻摆正心态，注意情绪的变化，做到自我及时调整，自我鼓励和认定。就如爱迪生所说：“自行是成功的第一秘诀”。

(二)我要掌握科学的学习方法。

1、预习 预习最重要的是能发展我们学生的自学能力，减少对老师的依赖，增强独立性;预习可以加强记课堂笔记的针对性，改变学习的被动局面。要在测览教材的总体内容后再细读，充分发挥自己的自学能力，理清哪些内容已经了解，哪些内容有疑问或是看不明白(即找重点、难点)分别标出并记下来。同时适当地一些课前的习题练习，逐步了解知识点。这样既提高了自学能力，又为听课“铺”平了道路，形成期待老师解析的心理定势;这种需求心理定势必将调动起我的学习热情和高度集中的注意力。

2、听课 听老师讲课是获取知识的最佳捷径，老师传授的是经验证的真理;是老师长期学习和教学实践的精华， 我制定的听课方法包括以下几点：

a) 做好课前准备，即预习。精神上的准备十分重要，保持课内精力旺盛，头脑清醒，以及对探求知识的极大兴趣，是学好知识的前提条件。

b) 集中注意力。思想开小差会分心等一切都要靠理智强制自己专心听讲，靠意志来排除干扰。

c) 认真观察、积极思考。不要做一个被动的信息接受者，作老师的合作者，学习的参与者，要充分调动自己的积极性，紧跟老师讲课的思路，对老师的讲解积极思考。结论由自己的观察分析和推理而得，会比先听现成结论的学习效果好。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找