# 高二暑假学习计划(14篇)

来源：网络 作者：逝水流年 更新时间：2024-09-16

*时间流逝得如此之快，我们的工作又迈入新的阶段，请一起努力，写一份计划吧。相信许多人会觉得计划很难写？以下我给大家整理了一些优质的计划书范文，希望对大家能够有所帮助。高二暑假学习计划篇一第一，要有正确的学习目的。每个学生的学习计划，都是为了达...*

时间流逝得如此之快，我们的工作又迈入新的阶段，请一起努力，写一份计划吧。相信许多人会觉得计划很难写？以下我给大家整理了一些优质的计划书范文，希望对大家能够有所帮助。

**高二暑假学习计划篇一**

第一，要有正确的学习目的。每个学生的学习计划，都是为了达到他的学习目的服务的。正确的学习目的，是正确的学习动机的反映，它是推动学生主动积极学习和克服困难的内在动力。

第二，计划内容一般分五个部分:

①全学期学习的总的目的、要求和时间安排。

②分科学习的目的\'、要求和时间安排。优秀中学生的学习经验表明，学习要有重点，但不能偏废某些学科。

③系统自学的目的、要求和时间安排。

自学内容大致有三方面:

①自学缺漏知识，以便打好扎实的知识基础，使自己所掌握的知识能跟上和适应新教材的学习。

②为了配合新教材的学习而系统自学有关的某种读物。

③不受老师的教学进度的限制提前系统自学新教材。

④参加课外科技活动和其他学习活动以及阅读课外书籍的目的、内容、要地和时间安排。

⑤坚持身体锻炼的目的、要求和时间安排。

第三，要从实际出发。一个中学生要不断地提高自己的学习质量，取得优秀的学习成绩，上述五个部分的计划内容都是不可缺少的。但是由于每个中学生的实际情况不一样，因而在订计划时，每个人的计划重点和要求也是不同的，并不是每个中学生在任何情况下制定学习计划都必须包括以上五个部分。有的中学生的学习基础很差，就不必急于去系统自学课外读物，而应该把主要精力放在自学缺漏知识和弄懂课本内容上。总之，要制定一个对学习有指导意义的计划，必须从实际出发，也就是要实事求是地摸清自己的学习情况，从自己实际掌握的知识程度出发。

第四，在执行总的学习计划过程中，还要制定月计划和周计划，以高度的学习热情和顽强的学习意志保证总意志的完成。有的优秀中学生每天还有一个学习小计划，严格要求自己，一步一个脚印地前进。

课前自学是学生学好新课，取得高效率的学习成果的基础。如果不搞好课前自学，上新课时就会心中无数，不得要领。老师灌，自己吞，消极被动，食而不化。反之，如果做好了课前自学，不仅可以培养自学能力(主要是独立思考问题的能力)，而且可以提高学习新课的兴趣，掌握学习的主动权。知道自己有哪些问题弄不懂，主要精力应集中在解决哪个或哪几个问题上。对新教材有个初步的了解，就可以集中精力对付新课的重点和自己理不懂的难点，配合老师授课，及时消化新知识和掌握新技能。

第一，根据老师的教学进度，教材本身的内在联系和难易程度，确定课前自学的内容和时间。

第二，课前自学不要走过场，要讲究质量，不要有依赖老师的思想，要力争在老师讲课以前把教材弄懂。

第三，反复阅读新教材，运用已知的知识和经验，以及有关的参考资料(包括工具书)，进行积极的独立思考。

第四，将新教材中自己弄不懂的问题和词语用笔记下来或在课本上做上记号，积极思考，为接受新知识作好思想上的准备。

第五，不懂的问题，经过独立思考(包括运用参考资料)后，仍然得不到解决时，可以请教老师、家长、同学或其他人。

第六，结合课前自学，做一些自选的练习题，或进行一些必要而又可能做到的某种实际操作、现场观察、调查研究等，以丰富感性知识，加深对新教材的理解。

第七，新教材与学过的教材是连续的，新知识是建立在对旧知识的深透理解的基础上的，课前自学若发现与新课相关的旧知识掌握不牢时，一定要回过头去把有关的旧课弄懂。

第八，做好自学笔记。

上课是学生理解和掌握基础知识和基本技能，并在此基础上发展认识能力的一个关键环节。按上面要求做好课前自学，学生就能更专心地上课。“学然后知不足”，往往这时学生的注意力高度集中，大脑处于优势兴奋状态，能更为主动和灵活地接受老师授课。

**高二暑假学习计划篇二**

由于每位高中生都是独一无二的，而且对自己的学习情况，最了解的还是你自己，所以高中暑假学习计划安排还是应该有同学们自己来定，这里只是给大家一些建议。

高中暑假学习计划应该包括：某科补课计划、假期自学计划、考前复习计划、课外阅读计划、社会调查计划、每天活动计划等等。有了这些计划，不仅有利于促进学习目标的实现，也有利于在实施学习计划的过程中磨炼自己的意志，养成良好的学习习惯。

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。

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。

附：暑假每日学习作息时间表（可以根据个人的情况调整）

7：21起床

7：40洗漱完毕

7：40--8：00听一篇英语听力

8：00吃早饭

8：20---9：05做作业【第一节课】

9：15—10：00做作业【第二节课】（可以利用第一、二节课时间上家教课）

10：10---10：55复习【第一科】

11：05---11：50阅读【包括语文课外必读篇目，优美散文，作文范文等】

12：00吃午饭

12：30---13：30午休【午睡，实在睡不着的话休息会】

13：40—14：25做作业【第三节课】

14：35---15：20复习【第二科】

半小时自由时间【阅读，体育活动，或娱乐】

15：50---16：35做题【做数学题，物理，化学题】（单周）【英语训练→完形填空，阅读理解等】（双周）

16：45---吃晚饭自由时间【看报纸，电视→新闻、科普类等】（此段时间不固定）

晚饭后---21.：30进行一天的总结，检查背诵、默写等签字类作业，并听录音，背单词或古诗古文等

10：00睡觉

**高二暑假学习计划篇三**

这个暑假怎样才能让孩子们过得快乐而又充实?孩子暑假生活过得不好，主要的原因是在家长，专家们认为，暑假和寒假是学校教育的空档期，但也是提高孩子素质、增加暑假见闻、亲子交流和充实暑假作业的黄金时期，不容错失。为您准备了暑假学习计划、暑假旅游计划，希望能给家长们一些启示，让孩子们过一个快乐而又有意义的假期。

高中暑假学习计划时间安排：

一：早上6：30必须起床，晚上11：30必须睡觉，中午休息一个小时。

二：起床后读一个小时英语，睡觉前花半个小时复习英语单词。

三：8：20左右开始上午的学习12：00结束，下午2：00至2：30半开始，6：30结束，晚上最好看一下新闻联播，然后开始晚自习。

这是学习时间安排，对自己要狠一点，我已给你留下了足够的休息时间，和不多的娱乐时间，一定不要占用休息时间，另外在家里生活可以搞好点，身体是本钱，要好好保护!

高中暑假学习计划学习安排：

学习讲究专业调和，就是不要用一个时期专攻一门课程，要协调发展。尽量做到以半天为一个学习单位制定学习计划，要注意以下几条：

一：英语必须每天抓，这个有了早晚的时间分配，不能变动。再一个星期分二到三个学习单位就可以了，如果你英语基础相对不是很好也可以多花一点时间。

二：数理化生都是理科，除数学要多花一点时间处，其他可以平均分配。当然你也可以因自己情况而定，\"取长补短\"。

三：语文，这个难得计划，分配一些时间阅读课本，把课本后面的词汇背一下，你如果还有计划的话可以另分时间。

高中暑假学习计划学习方法：

一：在白天正常的学习单位里，做两件事：1认真学习课本，把课本上的每一个习题都做完。2完成这些后就做一些课处习题。

二：是晚上的时间不要做其它习题，做一份试卷，一个星期为一个周期六门课顺着做，你最终是要参加高考的，不能放松对考试的训练。

三：定期对自己的学习情况做一下总结，跟学校进程做一下比较，做出适当的调整。

小编最后的一点建议：

一：如果你自制力好的话，在家里自学完全可以事半功倍，但如自制力不行，那么我个人觉得学校才是你最应该待的地方，你要想清楚了。

二：学习可以很有乐趣也可以很枯燥无味，就看你用什么样的心态来学习，重复的做习题是很烦，我有体会，但你如果明确要参加高考，那么不要多说做吧!

三：对于电脑我要说的是，你现在的学习不要过多的使用，对我们这一代人来说，使用纸制阅读已经非常习惯了，电子阅读永远没有书本阅读亲切!

**高二暑假学习计划篇四**

（壹）新高一同学的建议

由于接下来要进入新的阶段，很多同学会不知所措，这里就从各学科给同学们一个建议，相信按照下面的去做，开学后会很快适应高中生活！

语文

1.听：听听新闻，尽可能多的积累新闻标题；文史不分家，尽可能多的积累哲思名句。提高自己的表达能力，丰富自己的人生阅历。

2.说：每天跟家长做好沟通交流，把每天听到的、看到的、感受到的用语言流畅、生动、自然地表达出来。

3.读：读书充电。推荐书目：《读者》、《青年文摘》、《杂文》、余秋雨的《千年一叹》、易中天的《中国智慧》等。摘抄、打印或粘贴好的语句文段，整理成精美丰富的素材本，以备开学作文使用。

4.写：每天坚持写一篇钢笔字，一笔一划，认真练习，力求整齐、干净、美观、漂亮、大气，整理成习字本，高考胜算之先决条件。

5.背：背诵初中所有要求背诵的基本篇目（高考必备篇64篇中，初中占50篇）。

6.练：可以提前把语文高考卷和20xx年语文新课标全国卷试题练一练。初高中训练题型不一样，请同学们提前了解训练题型。

7.★必备书：《古代汉语词典》（商务出版社），《现代汉语词典》（商务出版社，第六版），《成语大辞典》，《语文知识手册》（高中最新版），司马彦临摹字帖一本，（以古诗词为主）。

数学

1.独立思考初中阶段感兴趣的数学难题，回顾初中老师扩展的数学知识，在没有任何压力的情况下享受攻难克艰的乐趣，感受数学的魅力。

2.强化运算能力。

高中数学在运算速度、准确度、精细度方面的要求都要远远高于初中，也是高考重点考察的一种能力，要通过强化训练提升运算能力。

3.高中学习中的常用知识，如分解因式、二次函数、一元二次方程、平面几何等，力求在数学知识、方法、思想方面恰当进行初中和高中的衔接（都可以在书上或网上找到），同学们要自主学习和思考，做一做相关练习题，打好基础，可以让你赢在高中的起点。

4.关注数学思想方法的进一步学习，数学思想方法是数学的灵魂。

比如：

类比法——引导我们探求新知；

归纳猜想——我们创新的基石；

分类讨论——化难为易的突破口；

等价转化——解决问题的桥梁。

如果在这方面做得好的话，那么从一开始你就走在了前面。成功更是成功之母，如果你比其他同学适应得快，那么无疑你的进步会比别人快，从而形成一个增长的良性循环。

5.认真阅读高一数学课本。

从整体上把握教材内容，仔细揣摩教材字里行间所蕴含的玄机，完成课后练习，争取带着疑问入校，激发入校后的求知欲，尽快地让数学成为你的知心朋友。

初高中学习方式的区别在于自主学习的能力，提前适应自主学习能够更快的适应高中的学习生活。

6.拓宽知识面，培养对数学的兴趣。

在此，提醒对数学尤其对数学竞赛感兴趣的同学，充分利用开学前这段时间，多研究一些有关竞赛的相关书籍，多积累一些竞赛基础知识，为高中数学竞赛学习打下良好的基础。

英语

一、建议：假期是一个自我提高的大好机会，要养成几个学习语言的好习惯：

1）积极阅读的习惯。

内容可以是教材、中学生英语周报、21世纪中学生英语报，英语简易读物、新概念英语等，同时作好读书笔记。

2）自我检测的习惯。

可以提前翻阅一些简单的高中练习题，对高中试题题型有所了解，作好初高中知识的衔接与过渡。

3）专题总结的习惯。

对初中知识以专题的形式总结复习，温故而知新。确保初中2182个单词的熟练掌握。

4）早起朗读的习惯。出声并大声地朗读，自我欣赏，自我陶醉。

5）听英语广播和英文歌曲的习惯。

6）随时用英语的习惯和用英语思考的习惯，如：坚持写英语日记、用英语与朋友交谈等。

二、任务：

1）赏析几部英文电影：《百万英镑》、《窈窕淑女》、《风语者》、《壮志凌云》、《threeidiots》、《阿甘正传》、《茜茜公主》、《飘》、《简爱》等，观看时多学习电影中的英文表达，少看汉语字幕。

2）读两本英语书虫。

3）背诵新概念英语第二册至少20篇文章。

4）每天练一篇英语书法，一手漂亮的书法是高考作文的门面。

5）学唱两首英文歌曲或讲两个英语笑话，以便在开学后的英语活动中一展风采。

6）学会用英语介绍自己喜欢的两所大学。

7）多练口语听力，以便尽快适应高中英语授课模式。

三、特别提醒：

请同学们假期熟练复习掌握相应的20xx词汇。语音语法基础不太扎实的注意查漏补缺。

请准备牛津第7版或朗文第4版英语词典，并使用词典练习查阅以下词汇：cut、come、get、go、look、make、put、pull、take、turn。

相信优秀的你经过一个假期的努力学习，会变得更加优秀！同学们，加油！

物理

1、借高中物理课本自主学习，并完成课后习题。

通过学习，对课本上的概念与公式有一个初步认识，对课本上的一些小实验，自己能动手做的可以试着做一下，从中你会感觉到物理的奥妙。

高一第一学期主要完成前四章的学习，这是物理入门的一个关键时期。

高中物理学习的内容在深度和广度上和初中有很大的不同，物理现象分析比较复杂，物理模型建立不太容易，要从多方面、多层次来探究问题，如受力分析等，所以务必做好预习工作。

2、按照课本和自己保留的初三物理复习资料，认真的把电路问题再重点复习一遍，特别指出的是电路问题中的串、并联电路的特点和电路的简化问题、电功、电功率等，必须把初三做过的此部分习题弄通弄精。因为这一部分内容高中不再重新讲，但经常用到，是高考必考内容。

3、把初中课本上的力学问题重点复习一下，力学是整个高中物理的重点内容，如果力学学得好，则为整个高中物理打下良好基础。

4、要借一本高中必修四数学课本，自主学习三角函数的相关知识，这部分知识在初中没有学，但是高中物理中第三章就要用到，它是学好高中物理的必备知识。

5、通过读书或上网查询，如生活与物理、物理学史等，你会发现物理和我们的生活竟是如此密切，物理世界是如此奥妙无穷，变化莫测，博大精深，精彩纷呈！

化学

有人说化学背背就行了，这样的认识是错误的，化学也是理科，有需要你理解的概念和理论，而概念和理论是学习具体物质的理论支撑，所以你要学会用你聪明的大脑去思考、理解化学。

为了更好的适应高中化学的学习，为自己赢得高中学习的高起点，我们给你一些建议：

一、初中知识的回顾总结

凡是初中课本上有的，不论中考考不考，高中一律不再作为新课讲授，而在高考中是可以考的，所以要牢固掌握初中的重要知识点，为学好高中化学做好铺垫。

具体建议：

1、上网搜索5套中考题，认真完成，总结初中所学的重点知识。

2、查资料，掌握h2、o2（三种方法）、co2的实验室制法及其化学性质。

3、熟练书写初中课本化学上、下册所有化学方程式。

4、熟记前20号元素的符号，及原子结构示意图。

5、熟记常见元素及其原子团的化合价，并能根据化合价书写化学式。

二、预习高中第一册化学课本

提前对高中知识有一个大致的了解，明确高中知识的提升点，充满信心地迎接高中的学习。

具体建议：

1、阅读课本，结合课本知识提出问题，能找到问题的预习才是有价值的。

2、完成课后练习，检验预习效果。

3、结合预习中的问题和作业中的错题，查阅资料解决它们，学会学习是高中生的必备素质之一啊！

4、化学实验充满了乐趣，时而还会给你意想不到的帮助，多动手完成一些家里能做的实验吧！

生物

生物是高考必考的科目之一，也是与生活联系最为紧密的学科。

在这里，我们将会和大家共同走进五彩缤纷的生物世界，引领大家走进细胞微观世界，了解前沿生物技术的新进展等；在这里，我们将会领略奥妙无穷的生命机理，了解“杂交水稻”、“克隆羊多利”、“神奇的太空蔬菜”、“人类基因组计划”、“超级小鼠”等生物学领域的优秀成果。

同学们，良好的开端是成功的一半，如果你要在开局时就占据有利位置，请接受高一生物学老师的建议：

1.熟悉一下初中课本中的有关知识，以利于与高中知识衔接：

①细胞的结构②显微镜的使用③光合作用④细胞呼吸

2.向上一届学生借阅生物第一册课本，简单地进行预习浏览

3.向学姐学哥们探讨学好生物的经验、好的方法。

4.上网查阅生物科技新进展

政治

金属货币、纸币、金银纪念币、纪念钞、纸币、电子货币、腾讯q币，必须分清；

价格有时高于价值，有时低于价值，消费者时而多买，时而少买，原因必须明白；

市场、国家、企业、消费者、劳动者、投资者，分清角色，弄清自己到底如何做；

存款、贷款、活期、定期、结算、网银、股票、债券、保险，你应亲自试一下；

经济制度、经济体制、经济目标、经济全球化、引进来、走出去、还要看看汇率；

在这里给大家提几点建议与要求：

1、借阅高中政治教材，了解高中政治与初中政治的不同点。

不同于简单的机械记忆，更注重理解基础上的运用；不同于单一的内容形式，更注重多领域的涉猎，全方位的发展。

2、学会从电视、互联网中获取有效信息，丰富自己的视野与头脑，把上边内容弄明白。

建议每天观看新闻联播等相关新闻栏目，查阅上半年的重要经济、政治、文化现象，写出自己的体会。

3、积极参与社会实践。

生活中，很多的经济、政治现象与我们学习的知识相关，你可以调查市场上不同商品价格的变动及其影响，了解不同群体的消费行为，也可以调查了解自己所在的社区居委会或村委会的一些活动、事件等。

4、你肯定在生活中会遇及一些相关的经济、政治等现象或问题，要积极思考，可以带着疑惑而来，我们一起解决！

历史

把握假期，为未来铺路。

1.务必通览一遍初中历史课本，要具备基本的历史常识，为高中阶段历史的学习打好坚实的基础。

2.熟练掌握中国古代的王朝更替，形成比较明确的时空定位。

3.浏览阅读一些史学界研究热点、考古新发现、历史古迹图片、中外历史趣闻等，增强对历史的了解，提高历史学习兴趣。

4.上网搜索和学习高中历史学习特点与方法，以便开学后尽快完成由初中到高中学习的过渡。

5.与在校的文科学生进行沟通和交流，提前了解高中历史的学习状况和学习经验，做好准备。

6.借阅教材，大体了解一下高中与初中教材结构的不同，体会专题学习的优点与弊端，简单熟悉一下教材中我们初中未接触过的章节（比如专题一的内容），为开学后的学习做好思想和知识上的双重准备！

地理

地呈千古文明，理蕴万世精华。大到世界，小到生活。爱地理，爱生活！在我们生活中很多事情都跟地理息息相关，在你进入高中之前应做好以下方面：

做好计划把初中地理四本书复习一遍，梳理知识框架，因为初中地理是高考内容的重要组成部分，也是学好高中地理的基础。

买一个小地球仪，注意观察世界重要国家所在位置以及重要经纬线。

每天注意收看中央电视台的天气预报。了解天气符号（如：晴天、阴天、多云、小雨、大雨、雷雨、风向以及风力大小等），并特别注意重要天气系统的发展变化（如台风）。

记录你暑假旅游走过的地点，了解祖国的名山大川，风土民情等。

画中国政区图并在图中标注省会、简称以及重要的事物，如：山脉、河流、城市等。

留心观察身边自然现象，如：一天中不同时刻日影的朝向、长短变化；一月内月相的形状、月面的朝向、不同日期昼夜长短变化等，并对以上观察做好记录。

可以做一次社会调查，了解你所在家乡的自然特征，如：地形、气候、河流、湖泊、生物、土壤以及在城市建设、生态环境、居民生活等方面的变化。

“雄关漫道真如铁，而今迈步从头越。”一个新的学习时代即将开始，在假期里做好充分的准备，充实自己、提高自己，为走向更大的成功加上最有力的砝码！

（贰）新高二：利用暑假跨越学习“分水岭”

新高二的暑假相比于迫近高考的新高三暑假和衔接初高中的新高一暑假，学生、家长普遍对新高二暑假重视不足。资深辅导老师建议新高二学生应该在暑假积极准备，做好高二新学期的打算。那么，高二新生如何在暑假做好复习和相应学习计划为高二新学期打好基础呢？

毕竟，学期中的学习大家都在学校进行，差别不太大，但是到了假期，学一个假期和玩一个假期直接影响学生对相关知识的掌握程度，必然对高考成绩产生影响。利用暑假不仅可以有时间调整作息，还有机会进行必须的复习和预习。要知道，对于一个希望在高考中有所作为的同学来说，高中的任何一个假期都是不应当浪费的。

更何况，高二是整个高中阶段知识容量的一年，高二学年知识总量占高考考核知识量的70%，也是决定高考取胜与否的关键性一年。可惜往往等到了高考复习的紧张阶段很多学长才察觉到这一点。为了以后不蹉跎这个黄金学习阶段，在新高二暑假，就应当进入高二学习的状态为高二的学习积累打好坚实的基础。

语文

暑期课程主要安排重在知识点积累和阅读能力的培养。

数学

高一主要的内容为函数，这也是高中最重要的一种解题思想：函数思想，高二上学期的内容主要为数列，向量，矩阵、行列式，算法。其中数列是主要内容，在高考中经常考压轴题，但是分析数列其中一种很重要的思想就是函数思想，因为数列的通项本身也是一个函数，所以可以从函数的性质进行分析。

所以暑期课程建议：前期巩固高一的函数内容，加大难度，增加学生对综合问题的分析能力，如何把复杂问题分解成简单问题。接着上数列内容，主要是等差等比数列的性质，然后对一些复杂的数列如何将其转化为等差等比数列。

建议：一方面把高一的内容打扎实，这样在分析一些综合问题的时候不会没有思路，另一方面学好数列，在开学的测试中考出好成绩，建立学好数学的自信。

英语

高一重点是词汇语法复习提高，高二的重难点是语法。

建议：一方面把高一的内容打扎实，并学着总结各种题型的解题技巧，切盲目题海。平时可以以不同形式多接触英语，电影，美剧，英剧，英文歌曲等等。背单词不要死记硬背，词根法，同义反义辨析法，形近法，以及在阅读中累计单词为佳。

物理

高一内容的复习补充及高二的电磁学

高一两个学期的主要内容为力学，这是整个高中物理的核心部分，所以针对力学的复习很有必要，此外，很多学校高一时未加的拓展课程，如力矩，曲线运动，动量等，由于其在高考和自主招生中均占较大比例，故在复习高一物理的同时会补充这些知识点。

新课程方面，高二物理的核心是电磁学，包含电场，电路，磁场和电磁感应四章，暑期会就这四个章节进行一些预习和训练，同学在开学之后的分科选择中不至于盲目。

建议：高二下学期多数同学面临加一科目选科问题（有的学校在高二上学期），而由于学校里的物理教学普遍以会考难度为主要参照，虽有一些好的学校有所拓展，但相比于高考也尚属不足，相比于自主招生的要求就更加不够，所以高二之前的这个暑假在物理上多花一些功夫，可以在开学后的测验和选择中更加从容顺利。高一复习补充以及高二预习的部分加起来在高考中所占比例约为80%。

（叁）新高三：如何合理利用黄金暑假

从近年全国高考试卷来看，新课标背景下更加注重考查学生的思维能力：即记忆、分析、判断、解读、空间想象、学科综合、知识衍生等能力。近年来新课改地区的题型更加灵活多变，需要学生的思路进一步拓宽。方法君提示：在进入高三之前，首先要提高两项能力：

一、学习课本的能力：会读书，将知识点形成知识体系；会学习，纷繁复杂的知识可以简化；会思考，可以透过现象抓本质。

二、题目的分析和应对能力：会读题，可以利用题目所给信息做题；会思维，可以利用必要性客观思维逻辑推理；会考试，了解标准化考试的命题原则。

在进入总复习之前，首先解决上述问题，让自己具备知识体系，拥有考试技术，科学迎战高考。高三学生尤其要在高三解决以下几项问题：

1、怎样合理复习高中三年的知识点？如何做好全年学习计划？如何落实每个计划？如何将全年计划落实到每个月、每一周、每一天？如何把控自己的复习进度？

2、怎样构建各个学科以及学科之间的知识体系？（学生即将面临的考试不再是阶段性知识点的考察了。而且也不是简单的知识掌握程度考察了，而是综合能力、尤其是思维能力、学习能力的考察。这个时候你该怎么办？）

3、每个学科的学习方法？

4、如何高效听课？

5、如何高效作业？

6、如何做题？

7、如何调整自己的情绪？

8、最关键的，是如何考试！也就是一定要具备考试技术。这样才能让我们的学生在进入大考前的一年里，用心准备、有的放矢、循序渐进地做好这一年的学习工作。我们说高考是一个大项目，我们参与其中的人必须全面考虑、精心准备、有策略有技术的应对。

新高三学生，如何解决上述八个核心问题？

对于高二年级学生来说，这个暑假实际上是高三的起点。下学期开学后，学生大多会在老师的引领下进行学习，很难有相互赶超的额外学习时间；而这个暑期，则为学生们提供了相互追赶、习练“弯道技术”的时间。

假期补习，新高三学生应从四方面入手。

第一，补状态。学生如果不在学习状态，费再多的时间、精力都是徒劳。学生首先要分析自己是否已经具备了冲刺高考的学习状态，是否能够自觉、主动的学习并且持之以恒。另外，好的学习状态表现为专注程度。“学生投入学习的绝对时间很重要，但更重要的是投入学习的专注时间。”高二学生沉迷于网络与交友是颇为普遍的现象，要及时调整自己的状态。

第二，补知识。新高三学生要利用这个假期好好整理以往学过的知识，分析自己所掌握的知识体系是否完备，知识的条理性、系统性、完整性是否足够。知识分为链条式和塔基式两种，链条式知识（比如语文课程）如果缺少一环，相对好办；而塔基式知识（外语、数学等）如缺少一部分，学生的知识体系就会处于“漂浮”状态。因此，新高三学生要及时将自己掌握的知识夯实、牢靠。

第三，补能力。高考不仅考知识，更重要的是考察学生的能力。学生要在这个假期思考自己的写作技能、运算技能、实验技能，特别是分析解决问题的能力如何，还有哪些不足，需要加强哪方面的训练等。

第四，补方法。“当状态和决心都具备了，方法也非常重要。”不同的学科、不同的时段，学生需要掌握的学习方法是不一样的。比如理科学习和文科学习的方法大不相同，而高三正常上课的方法与总复习阶段的方法也大相径庭。学生要利用这个假期反思和整理，找到适合自己的学习方法。

**高二暑假学习计划篇五**

由于接下来要进入新的阶段，很多同学会不知所措，这里就从各学科给同学们一个建议，相信按照下面的去做，开学后会很快适应高中生活!

语文

1.听：听听新闻，尽可能多的积累新闻标题;文史不分家，尽可能多的积累哲思名句。提高自己的表达能力，丰富自己的人生阅历。

2.说：每天跟家长做好沟通交流，把每天听到的、看到的、感受到的用语言流畅、生动、自然地表达出来。

3.读：读书充电。推荐书目：《读者》、《青年文摘》、《杂文》、余秋雨的《千年一叹》、易中天的《中国智慧》等。摘抄、打印或粘贴好的语句文段，整理成精美丰富的素材本，以备开学作文使用。

4.写：每天坚持写一篇钢笔字，一笔一划，认真练习，力求整齐、干净、美观、漂亮、大气，整理成习字本，高考胜算之先决条件。

5.背：背诵初中所有要求背诵的基本篇目(高考必备篇64篇中，初中占50篇)。

6.练：可以提前把语文高考卷和20--年语文新课标全国卷试题练一练。初高中训练题型不一样，请同学们提前了解训练题型。

7.★必备书：《古代汉语词典》(商务出版社)，《现代汉语词典》(商务出版社，第六版)，《成语大辞典》，《语文知识手册》(高中最新版)，司马彦临摹字帖一本，(以古诗词为主)。

数学

1.独立思考初中阶段感兴趣的数学难题，回顾初中老师扩展的数学知识，在没有任何压力的情况下享受攻难克艰的乐趣，感受数学的魅力。

2.强化运算能力。

高中数学在运算速度、准确度、精细度方面的要求都要远远高于初中，也是高考重点考察的一种能力，要通过强化训练提升运算能力。

3.高中学习中的常用知识，如分解因式、二次函数、一元二次方程、平面几何等，力求在数学知识、方法、思想方面恰当进行初中和高中的衔接(都可以在书上或网上找到)，同学们要自主学习和思考，做一做相关练习题，打好基础，可以让你赢在高中的起点。

4.关注数学思想方法的进一步学习，数学思想方法是数学的灵魂。

比如：

类比法——引导我们探求新知;

归纳猜想——我们创新的基石;

分类讨论——化难为易的突破口;

等价转化——解决问题的桥梁。

如果在这方面做得好的话，那么从一开始你就走在了前面。成功更是成功之母，如果你比其他同学适应得快，那么无疑你的进步会比别人快，从而形成一个增长的良性循环。

5.认真阅读高一数学课本。

从整体上把握教材内容，仔细揣摩教材字里行间所蕴含的玄机，完成课后练习，争取带着疑问入校，激发入校后的求知欲，尽快地让数学成为你的知心朋友。

初高中学习方式的区别在于自主学习的能力，提前适应自主学习能够更快的适应高中的学习生活。

6.拓宽知识面，培养对数学的兴趣。

在此，提醒对数学尤其对数学竞赛感兴趣的同学，充分利用开学前这段时间，多研究一些有关竞赛的相关书籍，多积累一些竞赛基础知识，为高中数学竞赛学习打下良好的基础。

英语

一、建议：假期是一个自我提高的大好机会，要养成几个学习语言的好习惯：

1)积极阅读的习惯。

内容可以是教材、中学生英语周报、21世纪中学生英语报，英语简易读物、新概念英语等，同时作好读书笔记。

2)自我检测的习惯。

可以提前翻阅一些简单的高中练习题，对高中试题题型有所了解，作好初高中知识的衔接与过渡。

3)专题总结的习惯。

对初中知识以专题的形式总结复习，温故而知新。确保初中2182个单词的熟练掌握。

4)早起朗读的习惯。出声并大声地朗读，自我欣赏，自我陶醉。

5)听英语广播和英文歌曲的习惯。

6)随时用英语的习惯和用英语思考的习惯，如：坚持写英语日记、用英语与朋友交谈等。

二、任务：

1)赏析几部英文电影：《百万英镑》、《窈窕淑女》、《风语者》、《壮志凌云》、《threeidiots》、《阿甘正传》、《茜茜公主》、《飘》、《简爱》等，观看时多学习电影中的英文表达，少看汉语字幕。

2)读两本英语书虫。

3)背诵新概念英语第二册至少20篇文章。

4)每天练一篇英语书法，一手漂亮的书法是高考作文的门面。

5)学唱两首英文歌曲或讲两个英语笑话，以便在开学后的英语活动中一展风采。

6)学会用英语介绍自己喜欢的两所大学。

7)多练口语听力，以便尽快适应高中英语授课模式。

三、特别提醒：

请同学们假期熟练复习掌握相应的20\_\_词汇。语音语法基础不太扎实的注意查漏补缺。

请准备牛津第7版或朗文第4版英语词典，并使用词典练习查阅以下词汇：cut、come、get、go、look、make、put、pull、take、turn。

相信优秀的你经过一个假期的努力学习，会变得更加优秀!同学们，加油!

物理

1、借高中物理课本自主学习，并完成课后习题。

通过学习，对课本上的概念与公式有一个初步认识，对课本上的一些小实验，自己能动手做的可以试着做一下，从中你会感觉到物理的奥妙。

高一第一学期主要完成前四章的学习，这是物理入门的一个关键时期。

高中物理学习的内容在深度和广度上和初中有很大的不同，物理现象分析比较复杂，物理模型建立不太容易，要从多方面、多层次来探究问题，如受力分析等，所以务必做好预习工作。

2、按照课本和自己保留的初三物理复习资料，认真的把电路问题再重点复习一遍，特别指出的是电路问题中的串、并联电路的特点和电路的简化问题、电功、电功率等，必须把初三做过的此部分习题弄通弄精。因为这一部分内容高中不再重新讲，但经常用到，是高考必考内容。

3、把初中课本上的力学问题重点复习一下，力学是整个高中物理的重点内容，如果力学学得好，则为整个高中物理打下良好基础。

4、要借一本高中必修四数学课本，自主学习三角函数的相关知识，这部分知识在初中没有学，但是高中物理中第三章就要用到，它是学好高中物理的必备知识。

5、通过读书或上网查询，如生活与物理、物理学史等，你会发现物理和我们的生活竟是如此密切，物理世界是如此奥妙无穷，变化莫测，博大精深，精彩纷呈!

化学

有人说化学背背就行了，这样的认识是错误的，化学也是理科，有需要你理解的概念和理论，而概念和理论是学习具体物质的理论支撑，所以你要学会用你聪明的大脑去思考、理解化学。

为了更好的适应高中化学的学习，为自己赢得高中学习的高起点，我们给你一些建议：

一、初中知识的回顾总结

凡是初中课本上有的，不论中考考不考，高中一律不再作为新课讲授，而在高考中是可以考的，所以要牢固掌握初中的重要知识点，为学好高中化学做好铺垫。

具体建议：

1、上网搜索5套中考题，认真完成，总结初中所学的重点知识。

2、查资料，掌握h2、o2(三种方法)、co2的实验室制法及其化学性质。

3、熟练书写初中课本化学上、下册所有化学方程式。

4、熟记前20号元素的符号，及原子结构示意图。

5、熟记常见元素及其原子团的化合价，并能根据化合价书写化学式。

二、预习高中第一册化学课本

提前对高中知识有一个大致的了解，明确高中知识的提升点，充满信心地迎接高中的学习。

具体建议：

1、阅读课本，结合课本知识提出问题，能找到问题的预习才是有价值的。

2、完成课后练习，检验预习效果。

3、结合预习中的问题和作业中的错题，查阅资料解决它们，学会学习是高中生的必备素质之一啊!

4、化学实验充满了乐趣，时而还会给你意想不到的帮助，多动手完成一些家里能做的实验吧!

生物

生物是高考必考的科目之一，也是与生活联系最为紧密的学科。

在这里，我们将会和大家共同走进五彩缤纷的生物世界，引领大家走进细胞微观世界，了解前沿生物技术的新进展等;在这里，我们将会领略奥妙无穷的生命机理，了解“杂交水稻”、“克隆羊多利”、“神奇的太空蔬菜”、“人类基因组计划”、“超级小鼠”等生物学领域的优秀成果。

同学们，良好的开端是成功的一半，如果你要在开局时就占据有利位置，请接受高一生物学老师的建议：

1.熟悉一下初中课本中的有关知识，以利于与高中知识衔接：

①细胞的结构②显微镜的使用③光合作用④细胞呼吸

2.向上一届学生借阅生物第一册课本，简单地进行预习浏览

3.向学姐学哥们探讨学好生物的经验、好的方法。

4.上网查阅生物科技新进展

政治

金属货币、纸币、金银纪念币、纪念钞、纸币、电子货币、腾讯q币，必须分清;

价格有时高于价值，有时低于价值，消费者时而多买，时而少买，原因必须明白;

市场、国家、企业、消费者、劳动者、投资者，分清角色，弄清自己到底如何做;

存款、贷款、活期、定期、结算、网银、股票、债券、保险，你应亲自试一下;

经济制度、经济体制、经济目标、经济全球化、引进来、走出去、还要看看汇率;

在这里给大家提几点建议与要求：

1、借阅高中政治教材，了解高中政治与初中政治的不同点。

不同于简单的机械记忆，更注重理解基础上的运用;不同于单一的内容形式，更注重多领域的涉猎，全方位的发展。

2、学会从电视、互联网中获取有效信息，丰富自己的视野与头脑，把上边内容弄明白。

建议每天观看新闻联播等相关新闻栏目，查阅上半年的重要经济、政治、文化现象，写出自己的体会。

3、积极参与社会实践。

生活中，很多的经济、政治现象与我们学习的知识相关，你可以调查市场上不同商品价格的变动及其影响，了解不同群体的消费行为，也可以调查了解自己所在的社区居委会或村委会的一些活动、事件等。

4、你肯定在生活中会遇及一些相关的经济、政治等现象或问题，要积极思考，可以带着疑惑而来，我们一起解决!

历史

把握假期，为未来铺路。

1.务必通览一遍初中历史课本，要具备基本的历史常识，为高中阶段历史的学习打好坚实的基础。

2.熟练掌握中国古代的王朝更替，形成比较明确的时空定位。

3.浏览阅读一些史学界研究热点、考古新发现、历史古迹图片、中外历史趣闻等，增强对历史的了解，提高历史学习兴趣。

4.上网搜索和学习高中历史学习特点与方法，以便开学后尽快完成由初中到高中学习的过渡。

5.与在校的文科学生进行沟通和交流，提前了解高中历史的学习状况和学习经验，做好准备。

6.借阅教材，大体了解一下高中与初中教材结构的不同，体会专题学习的优点与弊端，简单熟悉一下教材中我们初中未接触过的章节(比如专题一的内容)，为开学后的学习做好思想和知识上的双重准备!

地理

地呈千古文明，理蕴万世精华。大到世界，小到生活。爱地理，爱生活!在我们生活中很多事情都跟地理息息相关，在你进入高中之前应做好以下方面：

做好计划把初中地理四本书复习一遍，梳理知识框架，因为初中地理是高考内容的重要组成部分，也是学好高中地理的基础。

买一个小地球仪，注意观察世界重要国家所在位置以及重要经纬线。

每天注意收看中央电视台的天气预报。了解天气符号(如：晴天、阴天、多云、小雨、大雨、雷雨、风向以及风力大小等)，并特别注意重要天气系统的发展变化(如台风)。

记录你暑假旅游走过的地点，了解祖国的名山大川，风土民情等。

画中国政区图并在图中标注省会、简称以及重要的事物，如：山脉、河流、城市等。

留心观察身边自然现象，如：一天中不同时刻日影的朝向、长短变化;一月内月相的形状、月面的朝向、不同日期昼夜长短变化等，并对以上观察做好记录。

可以做一次社会调查，了解你所在家乡的自然特征，如：地形、气候、河流、湖泊、生物、土壤以及在城市建设、生态环境、居民生活等方面的变化。

“雄关漫道真如铁，而今迈步从头越。”一个新的学习时代即将开始，在假期里做好充分的准备，充实自己、提高自己，为走向更大的成功加上最有力的砝码!

(贰)新高二：利用暑假跨越学习“分水岭”

新高二的暑假相比于迫近高考的新高三暑假和衔接初高中的新高一暑假，学生、家长普遍对新高二暑假重视不足。资深辅导老师建议新高二学生应该在暑假积极准备，做好高二新学期的打算。那么，高二新生如何在暑假做好复习和相应学习计划为高二新学期打好基础呢?

毕竟，学期中的学习大家都在学校进行，差别不太大，但是到了假期，学一个假期和玩一个假期直接影响学生对相关知识的掌握程度，必然对高考成绩产生影响。利用暑假不仅可以有时间调整作息，还有机会进行必须的复习和预习。要知道，对于一个希望在高考中有所作为的同学来说，高中的任何一个假期都是不应当浪费的。

更何况，高二是整个高中阶段知识容量的一年，高二学年知识总量占高考考核知识量的70%，也是决定高考取胜与否的关键性一年。可惜往往等到了高考复习的紧张阶段很多学长才察觉到这一点。为了以后不蹉跎这个黄金学习阶段，在新高二暑假，就应当进入高二学习的状态为高二的学习积累打好坚实的基础。

语文

暑期课程主要安排重在知识点积累和阅读能力的培养。

数学

高一主要的内容为函数，这也是高中最重要的一种解题思想：函数思想，高二上学期的内容主要为数列，向量，矩阵、行列式，算法。其中数列是主要内容，在高考中经常考压轴题，但是分析数列其中一种很重要的思想就是函数思想，因为数列的通项本身也是一个函数，所以可以从函数的性质进行分析。

所以暑期课程建议：前期巩固高一的函数内容，加大难度，增加学生对综合问题的分析能力，如何把复杂问题分解成简单问题。接着上数列内容，主要是等差等比数列的性质，然后对一些复杂的数列如何将其转化为等差等比数列。

建议：一方面把高一的内容打扎实，这样在分析一些综合问题的时候不会没有思路，另一方面学好数列，在开学的测试中考出好成绩，建立学好数学的自信。

英语

高一重点是词汇语法复习提高，高二的重难点是语法。

建议：一方面把高一的内容打扎实，并学着总结各种题型的解题技巧，切盲目题海。平时可以以不同形式多接触英语，电影，美剧，英剧，英文歌曲等等。背单词不要死记硬背，词根法，同义反义辨析法，形近法，以及在阅读中累计单词为佳。

物理

高一内容的复习补充及高二的电磁学

高一两个学期的主要内容为力学，这是整个高中物理的核心部分，所以针对力学的复习很有必要，此外，很多学校高一时未加的拓展课程，如力矩，曲线运动，动量等，由于其在高考和自主招生中均占较大比例，故在复习高一物理的同时会补充这些知识点。

新课程方面，高二物理的核心是电磁学，包含电场，电路，磁场和电磁感应四章，暑期会就这四个章节进行一些预习和训练，同学在开学之后的分科选择中不至于盲目。

建议：高二下学期多数同学面临加一科目选科问题(有的学校在高二上学期)，而由于学校里的物理教学普遍以会考难度为主要参照，虽有一些好的学校有所拓展，但相比于高考也尚属不足，相比于自主招生的要求就更加不够，所以高二之前的这个暑假在物理上多花一些功夫，可以在开学后的测验和选择中更加从容顺利。高一复习补充以及高二预习的部分加起来在高考中所占比例约为80%。

(叁)新高三：如何合理利用黄金暑假

从近年全国高考试卷来看，新课标背景下更加注重考查学生的思维能力：即记忆、分析、判断、解读、空间想象、学科综合、知识衍生等能力。近年来新课改地区的题型更加灵活多变，需要学生的思路进一步拓宽。方法君提示：在进入高三之前，首先要提高两项能力：

一、学习课本的能力：会读书，将知识点形成知识体系;会学习，纷繁复杂的知识可以简化;会思考，可以透过现象抓本质。

二、题目的分析和应对能力：会读题，可以利用题目所给信息做题;会思维，可以利用必要性客观思维逻辑推理;会考试，了解标准化考试的命题原则。

在进入总复习之前，首先解决上述问题，让自己具备知识体系，拥有考试技术，科学迎战高考。高三学生尤其要在高三解决以下几项问题：

1、怎样合理复习高中三年的知识点?如何做好全年学习计划?如何落实每个计划?如何将全年计划落实到每个月、每一周、每一天?如何把控自己的复习进度?

2、怎样构建各个学科以及学科之间的知识体系?(学生即将面临的考试不再是阶段性知识点的考察了。而且也不是简单的知识掌握程度考察了，而是综合能力、尤其是思维能力、学习能力的考察。这个时候你该怎么办?)

3、每个学科的学习方法?

4、如何高效听课?

5、如何高效作业?

6、如何做题?

7、如何调整自己的情绪?

8、最关键的，是如何考试!也就是一定要具备考试技术。这样才能让我们的学生在进入大考前的一年里，用心准备、有的放矢、循序渐进地做好这一年的学习工作。我们说高考是一个大项目，我们参与其中的人必须全面考虑、精心准备、有策略有技术的应对。

新高三学生，如何解决上述八个核心问题?

对于高二年级学生来说，这个暑假实际上是高三的起点。下学期开学后，学生大多会在老师的引领下进行学习，很难有相互赶超的额外学习时间;而这个暑期，则为学生们提供了相互追赶、习练“弯道技术”的时间。

假期补习，新高三学生应从四方面入手。

第一，补状态。学生如果不在学习状态，费再多的时间、精力都是徒劳。学生首先要分析自己是否已经具备了冲刺高考的学习状态，是否能够自觉、主动的学习并且持之以恒。另外，好的学习状态表现为专注程度。“学生投入学习的绝对时间很重要，但更重要的是投入学习的专注时间。”高二学生沉迷于网络与交友是颇为普遍的现象，要及时调整自己的状态。

第二，补知识。新高三学生要利用这个假期好好整理以往学过的知识，分析自己所掌握的知识体系是否完备，知识的条理性、系统性、完整性是否足够。知识分为链条式和塔基式两种，链条式知识(比如语文课程)如果缺少一环，相对好办;而塔基式知识(外语、数学等)如缺少一部分，学生的知识体系就会处于“漂浮”状态。因此，新高三学生要及时将自己掌握的知识夯实、牢靠。

第三，补能力。高考不仅考知识，更重要的是考察学生的能力。学生要在这个假期思考自己的写作技能、运算技能、实验技能，特别是分析解决问题的能力如何，还有哪些不足，需要加强哪方面的训练等。

第四，补方法。“当状态和决心都具备了，方法也非常重要。”不同的学科、不同的时段，学生需要掌握的学习方法是不一样的。比如理科学习和文科学习的方法大不相同，而高三正常上课的方法与总复习阶段的方法也大相径庭。学生要利用这个假期反思和整理，找到适合自己的学习方法。

**高二暑假学习计划篇六**

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

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。

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。

**高二暑假学习计划篇七**

不同时段学法各异

对高二学生而言，这个假期是高中最后一个长假期，高中课程、内容已基本学完，为迎接高三的全面复习。可以自主学习、自己安排，如果把假期学习时间安排得太零散，感觉挺可惜。根据自己的实际情况，按时段安排学习内容。

早上精力比较充沛，学习效率，适合进行集中训练。利用整块的时间，主要进行套题训练(高考题)，要求所有科目都要在规定的时间内完成，不断熟悉高考状态。

长时间的学习容易疲劳，必须穿插一些调整和休息的时间。在这段零散的时间里，可以念念单词、看看基础知识，不必强迫记忆，熟悉熟悉即可。

晚上的学习，主要针对白天各科学习中遇到的问题，对照标准答案和笔记逐一解决、分析，适当总结梳理，写出高考试题特点，类型。

不同学科各有妙招

语文学科，建议大家要注意基础知识的储备整理，包括字音、字形、成语等，“要想得高分，高考语文试卷的前四道选择题是不能失分的”;文言文的18个虚词必须要熟练掌握，每个意思还应记住几个例句。假期做套题时，每个作文题目都要认真思考，可以简单列出提纲，从每个角度联想出相关的事例及名言。

英语学科，每天都要保证做2-3篇阅读，培养语感。复习前四册英语书的词汇，推荐一个好办法就是，先背一个单元单词，再听对应的课文，单词记得快而且听力也有提高。如果还有时间，建议大家多阅读或朗读课文。

理科学习，要重视平时出错的题目，往往能暴露出学习中的问题，要认真分析原因。如果是由于知识的遗忘或模糊，一定要把这一部分相关的知识重新复习一遍。一个不错的方法是，针对错题的相关概念进行归纳和小结。强化运算训练，要求必须有解题过程(并规范表达)。

**高二暑假学习计划篇八**

数学：

课本上讲的定理，你可以自己试着自己去推理。这样不但提高自己的证明能力，也加深对公式的理解。还有就是大量练习题目。基本上每课之后都要做课余练习的题目(不包括老师的作业)。数学成绩的提高，数学方法的掌握都和同学们良好的学习习惯分不开的，因此.良好的数学学习习惯包括：听讲、阅读、探究、作业.听讲：应抓住听课中的主要矛盾和问题，在听讲时尽可能与老师的讲解同步思考，必要时做好笔记.每堂课结束以后应深思一下进行归纳，做到一课一得.阅读：阅读时应仔细推敲，弄懂弄通每一个概念、定理和法则，对于例题应与同类参考书联系起来一同学习，博采众长，增长知识，发展思维.探究：要学会思考，在问题解决之后再探求一些新的方法，学会从不同角度去思考问题，甚至改变条件或结论去发现新问题，经过一段学习，应当将自己的思路整理一下，以形成自己的思维规律.作业：要先复习后作业，先思考再动笔，做会一类题领会一大片，作业要认真、书写要规范，只有这样脚踏实地，一步一个脚印，才能学好数学.总之，在学习数学的过程中，要认识到数学的重要性，充分发挥自己的主观能动性，从小的细节注意起，养成良好的数学学习习惯，进而培养思考问题、分析问题和解决问题的能力，最终把数学学好.

化学：

主要是记一些性质,写方程式类的。文字性的东西，看一看记一记可以。理论的东西，关键就是理解，理解了，你就会了，就能做到举一反三。例如化学方程式，要写出一个正确的化学方程式，首先你必须要写得出每一种反应物和生成物的化学式，要想写出正确的化学式，就必须要搞清楚化合价。如果光靠死记硬背，到考试的时候，还是容易忘记，理解才是最重要的。所以你就要去记,多练习题，如选择题，老师给出一些特殊的性质让你来选，所以多练习可以无形帮助你记忆。光记的效果是不好的。对于那些特殊物质的性质，你练习的多了，自然就记住了。大题是推理，写方程式，有了好的基础你就不怕了。

物理：

主要是对概念和公式的理解。对于概念，一定要好好把握，多做选择题对你对概念的理解把握有好处。但你做题时一定要认真对待每一题，弄懂每个选项。计算题就是准确的运用公式了。所以要对公式的意义特别了解。多练习，其中的题其实雷同很多。

语文：

学习实际上就是提高语文素质和语文能力的一个过程。那就是他们阅读量大、阅读范围广，而且一边读一边写，经常写读后感。

读，是提高阅读理解能力的一个有效途径。可以提高自己的阅读理解能力。也是一个积累语文基础知识和作文素材的手段。写出来的文章也不会空洞干巴，而是洋洋洒洒，言之有物了。

写，在作文方面。虽然说，文无定法，但是作文还是讲究一点“法”的。应试作文与平时写的文章是有区别的。平时写的文章，我们是去“品味”，而应试作文往往是浏览的。浏览与品味就有了质的区别。所以写应试作文非注意一点应试技巧不可。比如文章开头，单刀直入，开宗明义，一开篇先让读者明白你在写什么，这点很重要。否则，看了半天了，读者还云里雾里，不知道你要说什么。这怎么可以呢?文章主体部分一定要围绕中心去写，一定要言之有物，这些最起码的要求必须做到。到了结尾部分，对所要表达的主旨最后再强调一次，加深一下读者的印象。

这样，一篇文章也就大功告成了。

最后，再提一个建议：充分地利用课文。提高阅读理解能力的有效方法是“读”，只要广泛地阅读就可以了。但是，读课文有读课文的好处。第一，课文是你的无声的老师。我们在读文章的过程中，对“写了什么”考试技巧;怎么写的”，思考的正确与否呢?如果无人请教，我们将无法确定。可是如果我们去读课文，就不会存在这些问题。每篇课文都有阅读指导，课文之后还附有一些注释，它们可以给我们解疑答惑，帮助我们积累知识。综上所述，我想只要坚持了读和写，一定可以提高语文能力和素质。

**高二暑假学习计划篇九**

1.计划要有明确的目的。

或者说按照目的制定计划。例如某人数学基础较差，他就制定数学复习计划，目的就在于加强数学基础，提高教学成绩。某人英语单词记不牢，他就要制定一个目的在于掌握单词的复习默写计划。计划的目的是根据各人自己的学习情况确定的。

2.要有学习内容和完成时间，也就是自己规定自己在某段时间内要做哪些事情。

例如某人在自己的数学复习计划中，规定自己在暑期长假中，把必修一数学的知识点全面复习一遍，于是他就要把复习的内容排成序列，假期的时间也排成序列，然后再把这两个序列合成一张复习进度表。

3.要想订好计划，还应注意以下问题。

（1）个人学习计划应服从于学校、班级的大计划。

两个计划的目的是一致的，在时间安排上可能有矛盾，个人计划活动时间只能在集体活动以外的时间安排。

（2）坚决保证常规学习时间，充分利用自由时间。

常规学习时间主要用来完成老师当天布置的学习任务，“消化”当天所学的新知识，在这部分时的内，由于任务驱使，一般同学基本上是能保证完成任务的，自由学习时间是指完成了老师布置的学习任务后所剩下的归自己支配的学习时间。

在自由学习时间内，一般可以做两件事：补课和提高。补课，指弥补自己学习中的不足；提高，指深入钻研，发展自己学习的优势和特长。对学习较差的学生来讲，开始自由学习时间几乎没有或很少，以后随着学习水平的提高，常规学习时间会逐渐减少，自由学习时间会逐渐增加。

由于开始时自由学习时间比较少，同学们往往不容易抓住它，这也正是他们学习被动局面难以改变的原因。一旦抓住并体会到自由学习时间给学习带来的好处，他们就会努力提高常规学习时间的效率，来增加自由学习时间，使自己掌握学习的主动权。

（3）长计划和短安排。

由于实际的学习生活千变万化，往往不好预测，所以长远计划不能订得太具体，不可能这个月就把下个月每天干什么全都列出来。但是，下个月在学习上应解决哪几个主要问题，心中应当有数。而本月的第一个星期要解决什么问题，第一个星期每天干什么，就应当具体些。这样安排以后，在每天学习时，心中就会明白今天的学习任务在学习全局中的地位，有了具体的短安排，长远计划中的任务可以逐步得到实现；有了长远计划，又可以在完成具体学习任务时，具有明确的学习目的。

（4）制定计划要从实际出发。

在制定汁划时不要脱离学习的实际情况。不少学生在制定计划时满腔热情，往往忽略了实际情况，结果实行起来就感到紧张、困难。什么是学习的实际呢？首先是自己的知识基础。基础好，就要拓宽加深进一步提高，基础差，就要查漏补缺巩固基础。其次是自己的接受能力。能做到什么程度就订到什么程度，任务不能太多，要求不可太高，应做到量力而行。第三是时间的实际。每个阶段，能提供自由学习的时间有多少，应量时而订。第四还要结合老师的教学进度而订，很多学生个人学习计划的“破产”，就是因为不了解老师教学进度的实际，而使自己安排的学习任务不是过紧就是过松，还会出现自己安排的学习内容和老师的教学内容相脱节的现象。

（5）计划要留有余地。

计划的活动内容和时间安排往往与后来的实际不完全吻合。例如，某个阶段有的学科难度大，作业多，这样计划中的常规学习时间就会增加，而自由学习时间就会减少。计划中的学习任务就可能完不成。再如，有时集体活动比计划估计的多，占用了较多的时间，也会影响学习计划的落实等等。所以，为了保证计划的实现，在订计划时必须留有余地。否则，在实施过程中受到冲击时，会因没有办法调整而使计划落空。时间长了，就会对订计划的必要性产生怀疑而不订计划，成为无计划行事了。

（6）经常对照，及时调整。

计划订好之后，要贴在显眼的地方，经常对照，检查自己的执行情况。如果完成任务很轻松，余地较大，可以考虑进度加快一点。如果没有按计划完成任务，要分析是什么原因，对症下药，采取措施。必要时可调整计划，降低标准，减慢速度，使计划切实可行，为学习服务。

下面是所有的学习时间表都适用的一些总的原则：

1.消除无所事事的时间。

使每一小时都变成富有成效的时间单位，我们一生中有些最重要的功课往往是在不到一小时的时间内学到的。利用白天时间。研究结果证明，白天学习一个小时等于晚上学习一个半小时。

2.背诵型课程在课前要进行复习。

一门要求背诵或讨论的课程，在上课前复习会有很大的好处，这样做，可以使你对所学的材料记忆犹新。讲座型课程可在课后温习。对于一个讲座课来说，最后马上复习笔记，可以帮助你加深理解并记住讲课内容。

按事情的重要性排先后次序。把首要的事排在首位，你就肯定可以把最重要的事准时做好。

3.避免过多的细节。

在一周的时间表中排入过多的细节是浪费时间。这样说有两个理由：

第一，制订这样一个时间表所花的时间不如用来直接学习一个科目；

第二，你要想按这份时间表来工作学习是不大可能的。

4.弄清楚自己在什么时候需要睡眠。

我们每天都有困倦和清醒的周期。如果你的工作、课程和情况允许的话，在困倦的时候就睡觉，在自然清醒时就学习。

5.弄清楚自己应该学习多长时间。

你上一小时课，就应该复习两小时，这个粗略的统计至多只在大体上有指导意义。学习时间实际上要根据不同的课程和不同的学生而有所变动。但是你可以从上课一小时复习两小时开始，在你搞清楚做完每门作业需要多少时间后，再根据你的实际情况来调整时间。

6.要有足够的睡眠时间。

医学研究证实每人每天必须有八小时的睡眠。我们应该清楚这一点，即学习质量的好坏取决于是否有足够的睡眠。

7.要均衡进餐。

三餐要吃得从容，吃得好。一般来说，大部分时间吃油腻的或其它低蛋白质的食物，对身体和大脑都是没有好处的。饮食不足会导致烦躁、疲倦以致没有干劲。

8.加倍估计时间，费时的事要提前做。

大多数人都会低估工作所需的时间。为了避免你在交作业的前一天晚上终于发觉在三小时内赶不出一篇一千五百字的文章，你就应尽可能早地着手写作，这样冰就会有更多的时间。

9.别把你的时间安排得太紧。

计算时间要精确，但你也得为在最后一分钟冒出来的问题留下解决的时间。制订一份生活计划，而不仅仅制订一份学习计划。生活是多方面的，你必须认清它的多面性。

坏习惯是不太容易改掉的，而新的习惯如果不是“自然而来”的话，也难以养成。但还是可以做到。下面是三条可以遵循的主要规则：

1.要有坚定的决心

为了克服或形成一个习惯，你必须有决心要有足够的力量去克服困难的处境。你每天所取得的成功会使你计划的成功更有保证。

2.千万不要允许有“例外”

你必须经常控制自己和自己的生活，不要心甘情愿地败下阵来。

3.抓住每一个机会来实践你的好习惯

换句话说，就是你想习惯成自然就要经常实践这些好习惯。这些规则能教你如何将下面节省时间的好办法变成你的好习惯：随身携带一本袖珍手册。这样，当你在排队或在某些地方坐下休息时，

以及其它空闲的时候，便可以拿出来念念。现实地排定次序。“首要的事先做”，立刻开始做。你已经做完一件事，这会使你做更多的事。

4.不要往后看

忘记一切不愉快的往事，要下决心马上开始更好地工作。不要仓促地作出判断或迅速地作出决定。总之，不要为过去的事情而浪费时间。

5.利用潜意识

当大脑处于休息睡眠状态时，潜意识却开始了它的工作。如果在醒来时你想将这些想法或解决问题的办法记住，就必须立刻把它们写下来，否则就会忘记。具有创造才能的都懂得这一点，所以他们的床头都有纸和笔。

另外一种利用潜意识的好办法是在上床前把你感到困感的难题记在卡片上。当你的大脑进入睡眠状态时，你的潜意识会整夜地思考卡片上的内容。

6.消除困倦感

学习时，如果规定的上床时间还未到，你觉得困倦了，不要马上躺下小睡片刻，相反，你把课本拿起来，站起来在房间里走走，大声地将课文内容念起来。一会儿困倦感便会过去，你赢了这场战斗，而你晚上也会睡得更好。

7.利用珍贵的空余时间来思考

从教室里走出来时，你可以回忆一下你刚才听过的讲课的一切要点；你到教室去上课时，亦可以回忆一下上一堂课上老师讲的要点；别的时间（如散步等等），可以思考作文的题目和标题。

8.学习时要有短暂的休息时间

把一个长作业用休息的方式分隔开来更好一些，这是因为：

第一，小歇片刻能够使你避免疲倦和厌烦；

第二，在较短的时间内，你更易集中精力努力工作；

第三，五分钟的休息能激发你的学习热情；

第四，也是最重要的一点是你所学的东西在休息的时间内可能渗透到你脑子里去。

开始小歇片刻之前，先复习一下你划上线或草草记下的材料，这会有助于你把它们长久记住。或者在休息前将一个特别难的题目或段落重新读一遍，这样，当你人在休息时，脑子却会思考着这个问题。

合理安排每日时间，效率得提高复习效果尤为重要。以下每日学习计划安排，考生可以参考进行。

早上6点-8点：一日之计在于晨，对一般人来说，疲劳已消除，头脑最清醒，体力亦充沛，是学习的黄金时段。可安排对功课的全面复习。

早上8点-9点：据试验结果显示，此时人的耐力处于状态，正是接受各种“考验”的好时间。可安排难度大的攻坚内容。

上午9点-11点：试验表明这段时间短期记忆效果很好。对“抢记”和马上要考核的东西进行“突击”，可事半功倍。

正午13点-14点：饭后人易疲劳，夏季尤其如此。休息调整一下，养精蓄锐，以利再战。休息，也可听轻音乐。但午休切莫过长。

下午15点-16点：调整后精神又振，试验表明，此时长期记忆效果非常好。可合理安排那些需“永久记忆”的东西。

傍晚17点-18点：试验显示这是完成复杂计算和比较消耗脑力作业的好时间。这段时间适宜做复杂计算和费劲作业。

晚饭后：应根据各人情况妥善安排。可分两三段来学习，语、数、外等文理科交叉安排；也可作难易交替安排。

以下是一位高考优秀考生的每日作息时间表，可供参考：

每天6：00起床，6：30-7：30复习英语，7：40-9：40复习数学，9：50-11：50机动安排；

中午午休；

下午2：00-4：00复习化学，4：10-6：10复习物理；晚上2个小时复习语文；

其余时间机动。

在每一门课的复习中，不同阶段以不同内容为主，多看课本或多做习题，要掌握好。

**高二暑假学习计划篇十**

一年一度的暑假又快到了，如何合理的安排小学生的暑期生活?如何让孩子们过一个充实、愉快而有意义的假期呢?

一、学习计划

1.争取7月1日至7月20日完成语、数、外三门暑假作业。计划大概每天完成6面暑假作业。自然的深邃浩瀚是不可比拟的，没有人能真正看懂自然，了解自然。但我们可以从任何地方，在任何时候体验自然，面向大海，听海的声音，它每时每刻都在变化，都会让人有新的体会;澄蓝的天空如一块画布，点缀上几朵白云，虽然简单，但干净空灵;栽上一盆花，看小芽破土而出，慢慢长高，含苞欲放，直到花香扑鼻，不得不佩服自然的创造力。

2.预习语文六年级上册的古诗词，文言文，日积月累等等。并有重点的选择背诵。

3.预习六年级上册数学相关内容。

4.预习六年级上册英语的课程，默写有关单词，听磁带。

5.每天看课外书，报纸，还可以看看动画片，但时间不能太长。

6.写暑假日记一本，作文10篇，练好钢笔字。

二、生活计划

1.培养个人的生活能力，比如：做饭、洗衣服。帮父母干一些力所能及的家务活，扫扫地，给父母捶捶背，帮父母买点东西等等。

2. 要注意个人安全等方面问题，不私自下河游泳，不能私自外出 ，不做危险违法的事。

3.要每天锻炼身体，坚持跑步，每个星期天去爬一次山。每个星期六去游泳馆游泳一次。每天还要早起，不睡懒觉。如果父母不在家，不能给陌生人开门，不跟陌生人讲话.。见人要有礼貌。

这就是我的暑假计划，我相信只要认真执行这些计划我就一定能过一个美好，愉快的暑假!

**高二暑假学习计划篇十一**

为了我的学习着想，我决定定制暑假学习计划：

1.八点—八点半起床(中间洗脸刷牙等)

2.八点半—九点早餐时间

3.九点—九点半看书(因为早上读书看书对记忆力有好处哦!)

4.九点半—十点写暑假作业

5.十点—十一点看课外书，辅导书，练琴

6.十一点—十一点半看电视(注意：要养成好习惯!距离哦)

7.十一点半到十二点半帮妈妈干活(包括吃中餐)

**高二暑假学习计划篇十二**

暑假接近尾声，新初三学生如果前段时间还在放松，那么这个时候应该逐渐把心收回来，调整好状态，列好初三学习计划，以便面对全新而紧张的初三生活，尤其应该提前做好各科准备。

【语文】

积累知识扩充知识储备

在语文的学习中，知识的积累很重要，即使到了初三，也要多看有益的课外书，读书不仅要用心，更要动手写、勤引用。新初三学生在暑假里可以将初一、初二背诵过的诗词、文章，复习、熟记。同时，要养成做读书笔记的好习惯，落在笔头的知识点更容易记住。笔记可包括诗词名句、名人名言、佳作美文及写作技巧、错别字、病句搜集、文学常识等多方面内容。

除书籍外，学生还要做一个勤奋的阅读者，充分利用课余时间，阅读健康的报纸杂志。学生要学会欣赏报纸杂志中的文章及标题，如《作文报》、《读者》等，养成剪报和摘抄的好习惯，扩充自己的知识储备。

【数学】

做题+总结最佳学习方法

在记者对几位优秀高三毕业生的采访中，他们都谈到学数学不能仅靠老师教，更要靠自己主动去理解、掌握。

学生要积极主动地发现问题，注重新旧知识间的内在联系，不满足于现成的思路和结论，经常进行一题多解、一题多变的练习。只看书不做题不行，只埋头做题不总结积累也不行。学生对课本知识既要能钻进去，又要能跳出来，结合自身特点，找到最佳学习方法。

不但语文要记笔记，数学也要记笔记。特别是对概念的理解和数学规律的总结，对教师课堂中拓展的课外知识也要记下来。同学们还要记录本章最有价值的思想方法或例题，以及自己存在的未解决问题，以便今后将其补上;把平时容易出错的知识或推理记下来，以防再犯，通过找错、改错达到最终防错的目的。

【英语】

重视阅读注意查缺补漏

阅读是英语考试的重要考查内容，它包含了词汇、语法等内容，对作文写作也有益处。选择材料时要根据自己的具体情况，不要选择难度太大的。如果满篇都是生词，读起来也没有兴趣。

学习基础较差的学生要注意查缺补漏，把学过的词汇、语法知识复习一遍，看看自己存在哪些漏洞，并及时弥补，不欠旧账;学习基础较好的学生可以提前预习一下新课程，做一些准备，如每天背背新词汇，看看新语法知识。

【物理】

根据具体情况对症下药

复习物理要根据自己初二的学习情况“对症下药”。物理学科在初三阶段的学习与复习非常重要，第一学期还要学习一些新课，第二学期开始复习。

对于初二物理成绩较好的学生来说，可以根据教材，把已经学过的一些零碎知识点利用暑假做巩固复习。比如力学和电学部分是重要考点。有能力的学生可以做一些力学、电学综合性的往年中考题。通过做试题，查缺补漏，看看自己还有哪些知识点没有掌握。

对于基础较弱的学生，最好把初二的笔记拿出来，重新复习一遍，这样在将来面对新的知识时就不会陌生。如果自主学习能力较差，盲目上辅导班也不一定有效，不如在假期根据自己的学习情况做一些练习题，或者从以前的错题中汲取经验，以求达到不留漏洞和提前预热的效果，以饱满的信心迎接新学期的到来。

【化学】

做好预习加强记忆理解

初三生在预习时要订好计划，可以分章节学习，比如熟悉化学元素周期表、了解化学仪器的使用要求或将同族元素分成板块，简单地了解元素性质、方程式等基础知识。先要将课本上的内容初步理解，提前背一些需要记忆的内容。

化学知识比较零散、抽象，但也有章法可循，初中化学知识并不难掌握。通过化学基本概念和理论的预习，初三生要找准哪些知识点对今后的学习有帮助，并加强记忆理解;选择一些有解题思路的指导书，根据自己的学习情况适当做一些习题，同时多理解题中公式的运用;通过做一些习题和练习可以发现学习中的问题，用笔记本把问题集中起来，这样可以使开学后的学习更有针对性。

凡事预则立，不预则废。一个好的初三学习计划，是面对全新而紧张的初三学习生活的关键。

**高二暑假学习计划篇十三**

一、时间表

8：00起床

8：00-8：30洗漱及早餐

8：30-9：30背20个英语单词和10个短语

9：30-9：45听写单词

9：45-12：00上课（每小时休息10分钟）

12：00-14：00吃饭、休息(可看电视，玩电脑，自由活动)

14：00-17：00上课（每小时休息10分钟）

17：00-17：30和老师户外活动，打羽毛球或乒乓球（若上课不认真听讲，此项活动取消）

17：30-18：30休息，吃晚饭

19：00-19：30背一篇古诗及看古文

21：30-22：00（周三、日任务）写作文、日记、反思等

22：30睡觉

二、科目安排：

数学

1.看数学书，尽量把基础的知识懂透。暑假时间比较多，自主学习的时间久较多，所以药好好把握。把平时没学懂的学懂。为下学期的学习做下铺垫

2.学数学，不做题是不行的，数学讲究见多识广，有些别个见都没见过的题，你做过的，就很容易。

3.数学，假期补课可以适当安排，毕竟初一，不用太紧张，补课要有针对性，对自己不懂，或不是很懂的东西才补。

4.适当的预习也是有必要的，初二的重点应该是一次函数和四边形，可对较基础的东西进行预习。

当然，能力不同，要求不同

语文

语文学起来应该比较轻松，主要是背诵下期的一些古文，这个很重要，为开学的学习打

下号基础

英语

记单词尽量不前250个单词记下来还可以买跟教材配套的磁带进行跟读，很有用。复习就是记学过的单词，尽量都会写。还有就是背课文，增强语感。

**高二暑假学习计划篇十四**

一、计划实施的目标：1.提高自己在英语、数学(物理)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

二、具体措施：

1.组织好学习小组，以三个人一组为好，进行合作性学习。(学习水平相当的同学组成小组比较合适)

2.按教材知识前后的顺序，整理上半学期的英语、数学(物理)练习卷和考试卷。(或者可以根据老师的推荐去买一两本合适提高学科能力的辅导材料)

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，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。

5.无论在订正试卷习题，还是在做辅导材料时，遇到困难，三人小组一起分析，或者到图书馆去找参考书，可以去找老师，也可以进行挑战性竞赛，看谁先解决问题。

6.把错题订正完成以后，就把错题订正的全过程背出来，进行接替方法的积累。

7.到办学质量比较好的社会业余学校去读英语口语训练班，提高自己的英语会话能力，和英语学习素质。

8.对于新--的学生，可以在暑期中参加一些竞赛辅导班，为新学年的各类竞赛打好基础。(也可以超前读一些新--的课本，提前了解--的学习内容)9.每周打两次球，游三次泳，增加运动，提高体能。

10.每天晚上，听音乐，上网浏览，看书读报，和同学聊天等，做自己有兴趣的事。

11.每周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。

三、时间安排：

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.每天下午3点以后是运动或做家务的时间。

3.晚上两个小时是发展兴趣的时间。

4.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。

四、督促自律：

1.设计好每天的生活学习评价表，对自己每天的生活、学习作好评价暑假学习计划作文800字工作计划。

2.合作学习小组的同学互相督促，执行暑期生活、学习计划有始有终。

1、重视学习习惯的培养

培养良好的学习习惯，不仅对学生必要，实际上对所有的学生都有着重要的意义。学习的计划性、目的性一定要强，不要搞突击战;听课要讲究效率，在课堂上无论会与否，都要紧跟着老师的节奏，与老师多交流，尤其是有不懂的地方要及时问。

老师要帮助学生做好成绩分析，这对提高每个同学的成绩是非常有效的，同学不妨学习一下，通过反复的成绩分析，对自己的学习做到心中有数

在做成绩分析时一定要细致，哪里知识掌握不牢固，哪一部分考试经常丢分，然后适当练习弥补不足，并且给自己定下目标，避免今后再次丢分。

2、跟着老师走

首先，--上学期，老师会讲新课，听课时一定要紧跟着老师，认真听讲，仔细做笔记，然后及时复习;到了下学期就会系统复习，在这一环节，迫于时间，有的地方不会讲得非常仔细，同学们在课后还需要自己看书，不要放过每一个知识点。

第二，到了--，一个显著的变化就是要做大量的题，经历无数次考试，做错题肯定也不会少，其实这是很正常的，所谓“做得多，错得多”，但是有的同学可能会因为一次错题、一次考试而影响情绪，其实这大可不必，更不要因为做错题而怀疑自己。练习或者考试之后，看一下哪些不该丢分的地方失分了，将这些题抄到一个错题本上，将考查重点、易错点用不同颜色的笔勾画出来，反复思考、练习。

跟着老师的思路走，掌握有效的学习方法，扎实地复习，对--学生来说，是大有裨益的。

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