# 2024年高中计划书(十三篇)

来源：网络 作者：夜幕降临 更新时间：2024-06-15

*光阴的迅速，一眨眼就过去了，成绩已属于过去，新一轮的工作即将来临，写好计划才不会让我们努力的时候迷失方向哦。优秀的计划都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？那么下面我就给大家讲一讲计划书怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。高中计划书篇一1、目...*

光阴的迅速，一眨眼就过去了，成绩已属于过去，新一轮的工作即将来临，写好计划才不会让我们努力的时候迷失方向哦。优秀的计划都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？那么下面我就给大家讲一讲计划书怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

**高中计划书篇一**

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。

提示同学们：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。暑假辅导老师建议同学们：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。暑假辅导老师指出：把计划定的太低了，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，让你的能力得到最好的发挥。

高中生的暑假计划中应该包括哪些内容?以上就是小编为同学们提出的建议。俗话说人生难有几回搏，此时不搏更待何时。每个高中生经过简单的休息调整就投入到紧张的战斗中去吧，等迈过去这道坎，收到理想学校录取通知书的时候，你将会发现这一切都是多么的美好，付出的一切都是值得的!

**高中计划书篇二**

和时间赛跑的人，往往会跑在时间的前面，因为人可以加速，而时间却永远是匀速的。我们正处在一个千帆竞发，百舸争流，群英辈出的时代，要想取得优异的成绩，就必须分秒必争，提高效率。

只有做到“会”学了，才能保证学“会”。高中阶段应注重培养学习自主管理能力，包括制定计划、合理安排时间、养成良好的学习习惯等。学习能力的培养不仅仅是针对书本知识，更多地来源于生活实践的积累。所以高一新生应该不断改进学习方法，提高学习效率，锻炼自己独立思考，独立解决问题的能力，毕竟学会学习比学会知识更为重要。那么如何做到“会学”呢？

其一，会质疑。“学贵有疑，小疑则小进，大疑则大进”。无论学习哪门学科，唯有开动动脑筋，提出问题，才能学得深刻，如果只是简单地模仿，就犹如“墙上芦苇，头重脚轻根底浅”。

其二，要会举一反三、触类旁通。要牢固而灵活地掌握所学，就要学会吐故纳新，消化吸收。继承传统，积极创新。

其三，要会积累。在课堂聆听的基础上学会主动地积累相关知识，整理学习笔记，使知识条理化，系统化，做到连点成线，纲举目张。

其四，要会总结。总结经验教训，及时调整改进学习方法，简而言之：“善学者，得鱼而忘筌；不善学者，犹如刻舟求剑。”

第五，要养成良好的学习习惯。

学习上一定要注意：先预习后上课，先复习后作业；上课专心听讲课后认真复习；定期整理听课笔记，不断提高自己的.自学能力。要科学安排好时间，选择最佳学习时间和方法，合理分配时间注意劳逸结合，交替用脑，做到科学性、计划性、合理性和严格性。其次，要养成专心致志的学习习惯，学习时集中了注意力，就能使神经细胞“全力以赴”，使学习的内容留下明显的痕迹，就能加深记忆。

还要养成自我整理知识的习惯，这是读书人的一项基本功。整理知识可以从横向角度，也可以从纵向角度，但基本的方法都是简化。简化的过程既是将所学的知识系统化、条理化的过程，又是对所学知识进行综合、提炼的过程，可以加深对知识的理解，巩固所学知识。要在预习、听课、作业、复习、记笔记，课外学习中通过各种途径提高自己的思维力、观察力、阅读力、记忆力、想象力和创造力等。特别是对每学一个知识后对自己的认知进行再认知，多问几个“为什么”，从而对所学知识了解更加深透。

第六是要保持乐观的心态。

我们不仅要拥有健康的身体，同时也要具有健康的心理和人格，在学习和生活中保持乐观向上的心态，相信太阳每一天都是新的！

**高中计划书篇三**

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，此时人的耐力处于最佳状态，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，最好休息，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。

茅以升学习方法：思考记熟学习法

茅以升是中国著名的桥梁专家。他自幼热爱学习，喜欢读书。那年夏天，他毕业于唐山路矿学堂。为了掌握建桥的专业知识，他到美国进修、实习，先后获得了硕士和博士学位。他回国后，在北洋大学任教。予1933 年秋，担任了杭州钱塘江大桥工程处处长。他和同事及建筑工人们共同努力，终于建成了由中国人自己设计建造的铁路、公路联合大桥。

茅以升的学习方法是把思考和背诵结合起来，在理解的基础上用背诵来增强记忆力。

少年时的茅以升，学习十分用功。为了锻炼记忆力，他每天清晨都到河边背诵古诗文。天长日久，他不但增加了知识，还有效地增强了记忆力，达到了过目成诵的境界，一次，爷爷抄写古文时，他在一旁默记。等爷爷放下笔时，他竟然把一篇《京都赋》一字不差地背诵出来。

茅以升不仅用背诵古诗文，还用背诵抽象的数字来锻炼记忆力。一次，他看到有篇文章把圆周率的近似值计算到小数点后面一百位。他想：背诵这些数字不也是一种锻炼吗?于是，他就一节一节地背记这一长串数字：14、15、92、65、35、89、79、32、48、46、26、43、38……这些数字尽管难记，但他凭着坚强的\'个性，还是全部背了下来。

良好的记忆力是成才的先决条件。茅以升的成才，与他采取正确的学习方法是密不可分的

**高中计划书篇四**

新的学期又到了，在这关键的时期里，我要认真，仔细地规划每一分钟。认真投入到学习中。曾经有一位老师对我说，态度决定一切，要以良好的态度去面对学习。挑战自己，相信自己，我个人认为，人一生的时间的有限的，时间不等人，，我不会放过从我身边中的每一份时间，挣取把握好身边的每分每秒。

环顾学习生涯，我觉得最薄弱的科目是语文，化学。强项是数学和物理。每次月考都有化学，语文拉分，我认为在这些方面我应该加强。我觉得首先应该做到的是应该认真听课，将老师课上所讲内容完全消化，让思维与老师同步。

一般先以课本为先，书上的内容是基础。在掌握的基础上，做专项训练，按层次补缺和提高。我还需要建立一本错题集，将在练习中做错的题目和尚未弄懂的题目及时记录下来，逐一解决，形成巩固。在复习中应该提倡务实精神，也应该重视规范化和格式化，要养成科学，严谨的态度。由于任何一次不规范的.答题都有可能造成失分。

1、由于我最薄弱的一项科目是语文，成绩处于中等水平，作文干巴巴的，不生动。空闲时间多看课外书，每天记1～2条好词佳句，按老师的指导进行写作练习。争取每次作文练习都在95分以上。

2、提前老师的讲解做考纲和全品的题目，前天晚上认真预习。多做深，精的题目，拓展思维。

3、每天坚持朗读外语作品，养成良好的语感。认真识记考纲后面的单词，严格避免中考因单词而失分。认真复习和预习全品的考点聚焦和附录，要求重点掌握语法，句型。注意活学活用。

4、循环复习和背诵常用原子质量表，元素化合价，酸、碱、盐溶解表，严格避免由于忘记它们而在中考中失分。认真识记和归纳老师给出的化学方程式，要求活学活用，知道反应条件，反应结果。

5、认真识记物理公式，物质常量，电学和光学是物理里我最薄弱的环节，我要跟随老师的总复习，认真，仔细的巩固电学和光学知识。根据考纲认真复习各点知识，按时完成作业，做笔记。

6、根据考纲认真复习历史知识点，在未来的2个多月里循环复习，加强记忆，认真记忆老师归纳的口诀，表格，利用它们能非常好的记忆知识点，关注今年发生的时事，联系时事与中学历史的联系。

7、根据考纲与全品上面的题目和知识点循环复习，背诵。不能死记硬背，要活学活用，认真参考其他地市的中考题目。

以上的学习计划要认真实施，成功在于行动，过一段时间要仔细分析检查现状，与制定的计划。

**高中计划书篇五**

1、自信，相信自己可以学的很好。

2、天天晚上确定15--20个生词(教材书上的和平时做题时遇见的重点词汇)，看一遍，大致有一个印象。

3、第二天早晨把前一天确定的词汇集中背(注意背单词不是一次两次就可以记牢的，一定要循环记忆，在一个星期内每天至少看一遍，以后越来越熟悉花费的时间就少了)

4、利用英语书和早读，上课老师讲的内容要详细做笔记(包括语言点和例句，易混知识点的\'对比，句式语法及常用搭配等)这是每次考前都必看的复习资料，非常好的(这是上课就应做的)

5、把平时做错的小题(选择填空等)积累下来，把错误原因及正确答案和解释都详细记录，这也是考前最好的复习资料，没必要考前大量题海战，看这些更能帮助自己提高，使自己不在同一地方摔跤两次 (这项工作是在每次做题后立即应完成的，不能拖延长时间)

6、英语课文要好好看，反复看(课间时间就可以看很多，加上早读就可以)

7、坚持做三篇阅读和一篇完形填空(上自习的时间)，注意做题的速度，体会技巧，找语感;每一周看(最好是背诵)一篇英语满分高考作文(主要理解吸收别人的写作技巧，行文方式，亮点句子和单词短语)

8、因为你还有别的功课要完成，不可能把所有精力都放在英语上，而英语语文这种语言类学科重在平时一点一滴的积累，不需要很连续的大段时间，只要充分利用好零散时间就可以提升很快的。

9、学习英语最重要的就是坚持!只要你持之以恒，包你很快就会看到自己的进步。

**高中计划书篇六**

经历了紧张的初三以后，我有幸进入了这所学校。我希望可以靠自己的勤奋努力，在三年后可以进入自己理想的大学，让自己不后悔。

我了解到高中的学习与初中会有很大差别，因此我必须要完善一些以前错误的学习方法，使我在高中学习中得到事半功倍的效果，并能取得好成绩来告慰家长与老师。

第一：我必须要做到专心听课，课后认真，仔细完成老师布置的回家作业，常作练习，要争取做到每个单元结束时，做一份自我分析。

第二：改变以往的学习方法，一但有一点不懂得问题就要马上去问老师。我还要激发出学习兴趣，改变以往的一看到难的题目就不想做的状态。除此之外我还要注意锻炼身体，每天坚持锻炼，每天的睡眠时间一定要保证。

第三：应该客观评价自己，及时补漏补缺。一旦发现各科目的成绩下滑，立刻在不影响其他科目的时间，利用课余时间补救，务必在2个星期内有所提高，又以2个星期的时间内逐步提高，创新新的学习方法，化被动为主动，以达到事半功倍的效果。

第四：保持乐观自信的心态，应该学会及时归类，对原有知识的强化、深化、拓展、应用。

第五：我绝对不会乱用零花钱，帮助父母节约好每一分钱，尽自己的微薄之力来减轻父母对我们的操心。

在接下来的三年中我也将协助老师、与同学友好相处。尽自己所能为班级、学校服务，做我自己力所能及的事情。并谨遵老师的教导、记住同学的善意提醒。积极参与学校组织的.活动与竞赛。

希望接下来的高中生活将成为我人生中印象最深刻的时光。

在谈到高考成功的原因时，一位考入北京大学的高考状元十分郑重地说：“很多人把高考成功的原因总结成‘勤奋’两个字，其实这并不准确。事实上，有一些十分勤奋的同学在高考时并没有取得好成绩。他们有的是因为在文理科选择上犯了错误：有的是因为不够重视某一门科目，结果拉了后腿；有的是因为高一高二不当回事儿，到了高三才知道要努力；有的是因为高考前过于紧张??可见，他们缺少的并不是勤奋，而是对高中三年学习的总体规划。”

的确，要想把三年的努力化作三天的成功喜悦，我们需要的不仅仅是刻苦勤奋，更需要步步为营、循序渐进，对高中三年的学习进行科学、合理的规划。高考的过来人都知道，高中每一阶段的学习重心、学习方法、复习节奏、学习强度、学习心态等，都会根据学习内容和进度的变化而有所不同。比如高一要把学习重心放在语数英等基础学科上面。这样就不至于到高三下半学期还在为记不住基础知识而头疼：高二面临分科时要根据自己的优势谨慎选择，否则到高三后悔也来不及；高三则应注意如何为自己合理安排几轮总复习，构建完整的知识体系，等等。很显然，只有把握好了这些学习上的关键点，顺利解决了这些问题，我们才能在通往高考的征途上少走弯路，顺利晋级。

同学们告别初中时代，迈进车中校门，人生的历程翻开了新的一页，人生的道路跨入了新的阶段。莘莘学子满怀希望和憧憬：人生理想将在这里确立，未来的发展将在这里奠基，美好生活将在这里开始。面对崭新的学习生活环境，同学们既会充满好奇和兴奋，也容易遇到不适和困难。尽快适应高中新生活，为今后的健康成长成才打下良好基础，是同学们面临的首要问题。

漫漫人生，唯有急流勇进，不畏艰险，奋力拼搏，方能中流击水，抵达光明的被岸。科学的目标，准确的大学定位，是当代高中生乘风破浪、搏击沧海的灯塔和动力之源。

**高中计划书篇七**

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。

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:

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！

**高中计划书篇八**

制定学习计划的作用：

1、计划是实现学习目标的蓝图;

2、制订计划是实行自我控制、自我管理的前提;

3、制订计划能减少时间的浪费，提高学习效率。

学习计划的科目：

一、数学

二、英语

三、语文

四、文综或理综

回顾整个假期学习情况，并指导后期的工作和学习。

学习计划时间：

1.早上7：30起床

2.7：40-8：00为吃早上饭时间。

3.8：00-10：00为写作业时间。

4.10：00-11：30为制作小玩具的时间。

5.11：30-12：30为吃中午饭时间。

6.12：30-14：30为上网时间。(包括写博文和上网时间，如果博文没写完可以延长时间)

7.14：30-15：30为读书时间。

8.15：30-16：30为体育时间。

9.16：30-18：30为自由活动时间(不能玩危险的游戏或作危险的动作)

10.18：30-19：30为吃完饭时间。

11.19：30-20：00为看电视时间。

12.20：00-21：00为看书时间。

学习技巧：

一、每日早读课，主要用来背语文、英语，有多余时间可用来背副科(包括生物、历史、政治、地理)。

二、每日中午主要学习副科(包括背诵、作业、资料)

三、下午放学后及晚上主要学习主科(包括作业、所有资料)。

四、根据学习需要可适当调整时间。

五、周末或平时有空闲，找爸讲主科的.教材全解和所做作业中的错题。

六、按时完成老师所布臵的作业;每学期要写好学习总结和心得体会。

**高中计划书篇九**

为了让自己的大学生活过的充实，更是为了自己能学有所成。使自已不要在毕业后从这里职业生涯规划范文走出而后悔。充分利用自已的时间过好人生最关键的三年，

让自己具备会计专业要求的所有技能，并熟悉广告设计与制作专业所需的全部基本技能与知识。

能够实现现就业应聘演讲稿代审美欣赏能力的.广告专业人才和广告设计师，要能熟练熟练的掌握各种广告设计软件与又能运用广告设计理论创作设计各种大众传播的广告的视觉艺术作品(大学学习计划书范文)

素描、色彩、设计概论、装竞选班干部演讲稿饰图案、字体设计、平面构成。色彩构成、标志设计、广告摄影、书籍装帧、广告设计、vi策划与设计、包装设计、图形创意、广告概高中二学习计划书范文论、报刊广告设计、报刊广告设计、展示设计、

辅助知识层：

photoshop和coreldraw。autocad和3dmax。制作技术主要是:掌握各设计及制作手段及广告制作与输出技术。学生毕业后可面向各类广告公司和企业广告部门、专业设计公司、网站媒体大学生就业与创业设计、报刊出版及杂志、印刷设计大学生就业现状论文公司、包装公司、从事专业设计制作及设计管理工作。

《中华人民共和国设计师职业资格证》和《高等学院毕业证》英语四级以上

采用课外学习除正常教学以外的内容

时间：\_\_\_\_年\_\_月\_\_日到\_\_年\_\_\_月\_\_\_日大学生就业创业ppt目标：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 学习内容：\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

学习的具体方案

具体计划：早上\_\_点\_\_\_分到\_\_\_点\_\_分学习\_\_\_\_\_\_\_\_\_

晚上\_\_点\_\_分到\_\_点\_\_分学习\_\_\_\_\_\_\_\_\_

计划检验与修整\_\_\_年\_\_月\_\_日对学习\_\_\_\_\_进行评估

aaa-大学生就业和创业评估结果：\_\_好\_\_良\_\_坏\_\_

**高中计划书篇十**

从听说读写四个方面全面，同时提高英语水平，最终使自己具备与人顺畅交流的能力，听懂新闻广播，演讲，报告，英文电影的能力，翻译以及写作的`能力。

1、 充分利用一切可以利用的时间学英语，把零碎的时间充分利用起来，不断地重复。

2、 听说读写译五项都要练，以听说为主。

3、 求质不求量，把听写的文章彻底搞懂足矣，不要好大喜功，贪大贪快。扎扎实实，按部就班。

4、 抓住一套教材足矣，不要盲目的更换教材

5、 每一天的计划，必须坚决执行，没有任何借口。

1、 听力

(1)重视精听。每天用一个小时的时间练习精听。要听懂每个单词，并将文章大意记下来，听数遍，直到把文章补全。之后的两天一有空闲时间就反复听这篇短文，直到听烂为止。

(2)周末看一部外国电影，放松的同时学习一些英语习惯用语，俚语等。

(3)复习就内容，检查一周来的学习计划执行情况。

(4)随身带着mp3，走路时，学习疲惫时听一些新闻，空中英语等短文章短对话。

2、口语

(1)每天练习精听后复述听写的短文。

(2)一定要每天坚持张嘴说，课余时间与同学用英语交流，与网友英语聊天，每周参加英语角。

(3)注意在朗读过程中纠正发音。

**高中计划书篇十一**

过一年高中生活适应与磨合，学生已经较好地融入到高中班级。高一一年有收获、有不足，也基本固定自己在班级、学校所扮演角色。而新学期刚开始，大多同学更有对新一学年展望。但是同时,部分高二学生对校园生活日渐熟悉也造成第二年学习生活倦怠。高二是积累、细水长流一年，还是应以厚积为主，以备高三薄发。

1、调整高一时定计划，使之更适合自己高二生活。

2、遵守学校行为规范，更好地在班级中发光发热。

3、积极参加学校各项活动，特别是高一时感兴趣却没能参加社团、志愿者服务等，在高三之前，完成自己目标。

4、有针对性地选好选修课，有必要结合自己选科志愿进行选择。

1、语文：讲解暑期练习卷、布置整一学期常规任务，完成部分新课文教学，要求背诵一定古文、现代文篇目。

1、理科（可一细化为某一门学科）以上新课为主，会有大量新概念、新知识需要学习，能弄清楚概念内涵，熟练运用公式解题。

2、外语：英语课以牛津英语书为主，配以新世纪版教。要求背诵课文，积累词汇，目是为以后写作服务。

3、其他学科：新增有地理、另外艺术、生物、治等会使这一阶段学习生活丰富多彩，要认真对待每一门学科。

4、本阶段十、十一月份会有语文周活动，内容包括名著伴我成长、优秀诗文朗诵、读书报告会、名家讲座等多个方面。

5、本阶段开始时会进行选修课选科，大约有50—60门各类课程可供选择，范围从艺术到文学，科学到运动，应有尽有。

1、 高二上学期有为期九天学农。学农是高中阶段历时最长集体实践活动，内容有学习农业生产知识，并亲自接触农田，体会农业劳动辛勤，校班也会根据实际情况组织学习任务、考察活动文艺汇演等。使同学们增进友情、班级强化凝聚力好时机。

2、 学期开始后，会有各个社团陆续进行招募。社团主要在周五下午活动，也有利用周末时间，可选择性参加一至二个社团，会有相应学分。有兴趣组建新社团同学也可向校社团部提出求，得到批准后，便可招募社员。

3、 每周各班都会有志愿者服务、爱心之旅、扬帆之旅等社会实践活动，每位同学分组轮流参加，一般会安排在周五下午或周末进行，有学分考核要求。

4、 每月5日、20日（双休日除外）为学雷锋日，各班选派同学打扫校园指定区域，有学分考核要求。

5、 在十月下旬我校将举行一年一度秋季运动会，要求各班事先进行入场式设计，时间控制在30秒左右，要能够体现出班级特色。

6、 开学后，各班选派要求上进、优秀学生参加控江中学青年业余党校培训，高二学年每班人数在2—3人。这是向党组织靠拢实质性第一步

1、 准备、用好各类归纳本、错题本，包括文言词、虚词归纳本，英语语法知识归纳本，理科习题解题方法归纳本等，这对以后学习极有帮助。

2、 多涉猎各类书籍，天文地理、人文学术等都广泛阅读，图书馆内藏书丰富，可利用中午时间阅读，为以后诸如高校学业水平测试打下知识基础。

3、 上好各科每节课，不过分偏科，选倾向也不要过于明显。高中所有学科都要进行会考，成绩将计入毕业生档案。

4、 积极参与社会实践活动，特别是高一一年还未涉猎，而自己兴趣所在更是要有所专攻，不仅仅因为学分要求，个人能力与素养正是在这其中锻炼、成长起来。

5. 选修课程一般周选三到四课时，要根据自己时间和兴趣安排，劳逸结合，尽量不要旷课，因为高二选修课特别是主科科目，老师教授内容渐渐有高三学习针对性，许多学习资料十分难得。

**高中计划书篇十二**

语文学习最重要的内容是读书。要学好语文，光读’几册教材是远远不够的，必须要大量地阅读课外书籍，从书中获取丰富的精神养料。勤奋读书，必须做到珍惜时间，抓紧分分秒秒。欧阳修善于利用“三上”的时间读书，即“马上、枕上、厕上”，郑板桥读书则利用“舟中、马上、被底”的零星时间读书背诵。古人勤奋读书的精神值得大家学习。

读书必须学会圈点勾画，学会做读书笔记，养成不动笔墨不读书的习惯。写读书笔记有助于培养勤于思考的习惯，提高思维的条理性和深刻性，有助于加深对读物的理解、记忆。做读书笔记有以下几种方法：1、摘抄、摘录，2、做卡片，3、提要钩玄，4、写读后感。

读书要养成勤查词典资料等工具书的.习惯。ˉ车具书的种类很多，除了字典、辞典外，还包括文献资料、索引等供查考使用的图书。最常用的工具书为字典、词典、辞典。如《新华字典》、《现代汉语词典》、《古汉语常用宇字典》、《唐诗鉴赏辞典》、《宋词鉴赏辞典》等。工具书不仅可以在碰到疑难问题时查阅，而且也可以作一般书籍一页一页地读下去，同样是大有收益的。

朗读背诵是我国传统的学习语文的重要方法，是积累语言、培养语感的重要途径。朗读要做到吐字清晰，音准气足，节奏停顿合理，要有抑扬顿挫的韵律美，准确地体现出作者的情感。朗读人物的对话，要力求模拟出人物的心情、口吻，使人物形象活生生地站立在听者面前。朗读诗歌要铿锵悦耳，语势错落有致，节奏抑扬回环，具有音乐美。通过琅琅地朗读，文章的内容、情感、文句的优美、汉语音的韵律，也都能体会出来了。背诵要下苦功夫。可以分层背诵；可以化整为零地背诵；可以先抓要点背诵，然后连贯地背诵。背出以后还要经常复习运用，这样就可以做到终生不忘。

**高中计划书篇十三**

同学们对地理这一门学科并不陌生，但高中地理学习对每位同学都是意义重大且极具挑战性的。说它意义重大是因为它所研究的空间范围可以大到全球，也可以小到一个点；研究的领域涵盖了自然和社会经济的各个方面。通过有效的学习，能极大地帮助我们充实常识、活跃思维、提高素质，是培养高素质现代公民的必修课。不同模块之间内容和学习方法上的差异很大，这给同学们学习地理带来了很大的挑战，因为如果学习方法不能及时转换会造成心理上的茫然和学习上的束手无策。为了帮助同学们有准备地走进地理课堂，这里我以模块为单位主要从学法和心态两个方面慢慢道来，其间多为个人实践所得，希望能够给同学们一些启发，帮助大家及时走出困境，顺利完成学业。

在正式学习高中地理内容之前，必须对学科及将来的各种考试有所了解，这样才能更好地进入学习状态。

1．地理学科特点

地理学科的特点表现为空间性、区域性和综合性，其突出的工具是地图和图像图表，其突出的规律、原理是地理事象的分布和地理变化过程，地理学研究的思想方法中突出品质是批判性和战略性。地理学不仅研究地理事物的空间分布和空间结构，而且阐明地理事物的空间差异和空间联系，并致力于揭示地理事物的空间运动、空间变化的规律，空间性是地理学的重要特色。空间性落实到具体的地区就是区域性。只有落实到具体的区域，地理研究的现实意义就更为突出，高考正是通过概括区域特征、比较区域差异、分析区域发展条件和解决区域问题来考查区域性的。

地理学是一门兼有自然科学性质与社会科学性质的综合性科学，地理试题的综合性主要表现在自然和人文的综合，自然地理要素和人文地理要素是相互影响、相互作用的。

地理学科的特点决定了地理学特色的学习方法。

2．高考会考对地理考查要点

地理高考和会考都努力体现地理学科特色，考查核心知识（主干知识），强调知识点间的联系和知识结构的质量，考查学生的能力，体现地理课程改革的思想，选材广泛，材料新颖，创设全新情境，体现公平，联系实际，解答现实问题，具有时代气息，关注热点问题，考查人文素养，重视培养人文精神。

地理试题所考查的主干知识既有基础性的知识，也包括了基本原理性的知识。基础知识是学生地理素养的表现，也是对书本知识的再现。地理高考坚持以“理”为主，重视核心的地理知识，强调理解基本的地理概念、规律和原理。强调运用地理知识分析、解决和评价实际问题的能力。突出基本的自然地理和人文地理原理，考查学生是否具备理解地理事物发展变化过程的能力。

能力考核目标是根据考生完成测试的思维过程制定的。即审题、发现和分析有效信息、联系背景知识、设计解决问题的路径、进行推理、判断、分析、综合、比较等，说明问题和表达结论。在上述四项能力中，尤其获取信息能力和表达能力值得格外注意。

考试力图体现地理课程标准强调“地理课程要提供给学生与其生活和周围世界密切相关的地理知识，侧重基础性的地理知识和技能，增强学生的生存能力。地理课程要反映全球变化形势，突出人口、资源、环境以及区域差异、国土整治、全球变化、可持续发展等内容。使所学内容不仅对学生现在的生活和学习有用，而且对他们的终身学习和发展有用。”新课程标准的课程目标是从“知识与技能”、“过程与方法”和“情感、态度与价值观”三个方面进行评价的。考试也非常关注这些方面。

在近年的文综高考中，第36题是地理学科内的综合题。非常典型地体现了地理高考的要求。该题一般都有一幅地图，考查区域地图和其他图像图表的阅读技能和获取信息的能力，进行空间定位，考查区域

基础知识，考查自然特征及其成因（地形、气候、水文、植被、土壤），考查人文特征及其条件（农业、工业、资源开发、人口、城市、交通），考查人地关系（人类活动带来的环境问题及解决）。

3．不同的地理内容，学习方法有不同的要求

地理学科是跨自然和人文的综合性学科，其中自然地理宜采用理科的学习方法。自然地理部分偏重原理、规律的\'运用，联系实际分析解决问题。人文地理强调宏观整体分析，人文地理部分偏重观点、方法的运用，结合实际进行评价与反思。区域地理重点是以图表为载体的学习方法。区域地理部分偏重地理事物的空间定位，地图和图像图表的判读技能，区域的分析方法。

地理高考越来越脱离教材本身，要求以教材为基本载体，重在进行地理思维方法、地理基本能力的训练与培养；学生基本的、宏观的知识结构的建立成为地理知识学习的主要目标；案例式的分析法成为流行的学习方法之一，培养自己的自主学习、探究能力已成为学习中要解决的问题。

空间性考查主要包括水平空间、垂直空间结构和立体空间关系。地理学根据空间的差异性，把空间划分为大陆、地区、地方和地点等不同尺度来研究。空间概念是十分重要的地理思维基础，如把握一地或某一地理现象的位置，明确半球、海陆、经纬等等位置。

许多同学地理学不好就是没有清晰空间概念。对时空变化不敏感，对具体位置和相互位置关系把握不清。学习中能把许多地理知识记忆得十分清楚，但是不能落实到具体的空间图上。没有落实到图上的知识就还是没有真正掌握的地理知识。

地理空间思维品质的培养不是空话，要具体落实在学习过程中。如对空间概念和物体空间运动的理性思维培养，就可做以下设计：第一步，选取个条重要纬线(赤道、南北回归线、南北极圈、本初子午线、180°经线、20°w、160°w、120°e)，让自己在脑海中形成网格状经纬仪，并想像其自转起来，线与线之间相互位置关系及晨昏线的动态关系；第二步，在了解大洲、大洋的基础上，让脑海中想像，十条线穿过的大洲、大洋，重要大地形、气候区等，此时，在脑海中形成的经纬仪就已经成为平面的地球仪；第三步，在学习高中系统地理和区域地理基础上，进一步丰富十条线穿过的地理事物，如工业区、农业区；重要国家、城市、港口、交通线、矿业基地、旅游点等，这时，脑海中的地球仪就已成为名副其实的地球了。

建立中国的空间概念，能够进行中国空间定位是很重要的。学习中要抓住我国四至点与主要经纬线，明确中国范围和位置；抓住界线地理事物，明确相对位置。如山脉界线（三大阶梯、主要界线山脉）；河流界线（例如，黄河、长江沿线等）以及其他一些主要界线：秦岭淮河一线、长城、季风区与非季风区、内流区与外流区、我国1月平均温0°c等温线、年降水800毫米、400毫米、200毫米等降水量线、中国人口线、京哈—京广线、陇海—兰新线铁路沿线等等。

中国的空间定位要求落实到两个层面上，一是落实到省级行政区地层面上，而是落实到地形区的层面上。通过学习，要求学生以中国政区图为基础，不断建构中国空间图。包括中国地形图、中国气候图、中国河湖图、中国资源能源图、中国农业图、中国工业图、中国人口城市图、中国交通图、中国分区图等。建立世界的空间概念要求落实到十三个地区的层面上。结合主要的经纬线，深入掌握世界政区图、世界气候图、世界自然带图、世界交通图、世界分区图等。

文字和地图、图表、图片等地理学表述的双重形式，构成了地理学的形象特征，地理高考会考突出考查了学生是否具备运用地理工具和方法分析和评价地理事象的思维品质。地理试题几乎是每一个题组都有一幅图（表），这些图表多数比较新颖，对学生读图（表）的能力要求较高。

地理技能主要包括地图基本技能；时间计算；等值线判读；地形剖面图绘制；曲线图、折线图、柱状图、圆形百分比图的阅读与绘制；自然要素和社会经济统计图表分析；原理示意图、景观图分析；分布图阅读与分析；资料阅读与信息提取、认定、判断及反思技能等等。

等值线图重点是等高线、等压线、等温线和等降水量线。等值线图的读图要求主要是五个方面：读数据；判断等值线疏密、走向和递变规律；判断弯曲特征及成因；判断极值区特征及其成因；绘制剖面图等绘图技能。

图表类型很多，包括经纬网图、等值线图、分布图、原理示意图、模式图、结构图、景观图、统计图表等等。统计图表三科综合的切入点之一。

统计图表类型多样，高考中常见的有曲线图、折线图、点状坐标图、圆（扇）形百分比图、柱状图、饼状图、统计表格等等。不同类型的统计图表特点和功能不同，高考中多在教材中原有图基础上作变式处理（统计图的转换）或考查新图。统计图表按要素多少可以分为单图（单一要素图）、叠加图（多要素图）和组图（多幅图组合）三种。叠加图和组图要会分解成单图，在阅读单图基础上，分析要素间相互关系和多幅图间的联系。

单图的阅读包括：（1）读出图名，明确图表内容；

（2）阅读坐标（横坐标、纵坐标；观察坐标设置是否严格）、明确单位、读出数据。

（3）抓住特征点与特征量（最大值、最小值、平均值和转折点），分析数据特点和变化趋势。

（4）提取已有知识信息，分析图中各要素间相互联系，发现隐含信息。

（5）注意整体和局部分析、宏观与微观分析

叠加图和组图的阅读要明确：不同单图的各自优点不同；组图扩大信息含量和读图难度；分解法和叠加法训练是平时训练的重要方法；要经常使用比较法。

我们通常把运用知识的能力理解为理论联系实际的能力，这里所说的理论既可能是某一个学科某一方面的理论，也可能是多学科多个方面的理论。理论联系重在强调理论的实践意义，强调理论在实践中的指导作用和在实践中对理论的科学发展，这反映了理论和实践的互动作用。它应该包含三个方面的内容：

①综合使用各种理论和原理分析实际问题。

②从实际问题中推导出理论和原理。

③根据理论和原理的要求，对实际问题进行综合性的描述或提出初步解决方案。

就中学而言，学生在课堂教学学到的主要是系统的、完整的、能够体现学科主要特点的基本知识、基本理论等等，我们称之为理论。在课堂教学中，学生的思维是正向的，既先学习一定的理论、知识和技能后，并能运用学到的东西解释实际问题，从而加深对所学知识、理论的认识。就综合能力考试而言，理论联系实际更多体现的是一种互动的关系。综合题往往由实际问题引出，结合现实生活和社会现象中具体问题设问，命题者既可以通过设置新的问题情景，要求考生在理解题目(了解实际)的基础上，考查考生能否做理论上的归纳、分析、解释。也可以给出一个或多个基本理论或原理，要求考生找出适用于该理论的实际问题。命题追求“学以致用”，不仅是对学习结果和学习思维过程的检测，也是对学习意义的深化。地理命题一贯以此为重要目标。

运用知识的能力水平可以分为几个层次。在中学地理学习中，运用知识的能力最低表现为用一般的原理来定性地解释地理现象和说明一些地理问题，高一层次是把多方面的主干知识联系起来说明问题的能力，更高层次是善于将原有的主干知识新获得的地理信息相结合加以分析运用的能力。该项能力在考试中尤其显得重要，也是考核学生独立运用知识能力的重要手段。

地理学源于人所生活的环境，反过来又指导人们如何更好地协调人与自然的关系，应该是与人类关系最密切的一门科学。应时时刻刻关注周围的生活，注意将生活现象引入到学习中来。如对沙尘暴、火山、

地震、台风、洪涝、城市绿化的现实解释，对我国能源、交通、农业、工业发展的具体分析等

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