

最新寒假高三计划表 备战高考寒假学习生活计划书(汇总5篇)

计划是人们为了实现特定目标而制定的一系列行动步骤和时间安排。那关于计划格式是怎样的呢？而个人计划又该怎么写呢？这里给大家分享一些最新的计划书范文，方便大家学习。

寒假高三计划表篇一

对于学习来讲，除了要对一年以来高考复习的时间要统筹安排外，合理安排每日时间，最大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。

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。

总之，在总体计划的基础上，注意小块的时间安排，既要抓紧时间，又该有张有弛，这样才能以一个较好、较正常的心态去参加高考，才能考好！

寒假高三计划表篇二

1、每周二课时处理文综训练和模拟考试试题典型题目和学生容易出错的题目精讲，讲试题的过程中注重学生思维训练和答题方法技巧的训练。

2、3月11日至4月2日本学科内知识的综合运用分几个专题进行复习。

专题一：哲学主观题答题应用知识的规范、方法及材料的归类。

专题二：社会主义民主政治建设

专题三：转变政府职能，打造服务型政府

专题四：优化资源配置

专题五：经济增长方式转变

专题六：全面提高对外开放水平

3、4月3日至5月3日时政热点专题复习。

专题一：增强自主创新能力，转变经济增长方式

专题二：全面繁荣农村经济，建设社会主义新农村

专题三：把扩大就业放在更加突出的位置

专题四：建立健全社会信用制度

专题五：分配体制改革，完善社会保障体系，进快改善人民生活

专题六：科学发展观，构建和谐社会

专题七：联合国改革

专题八：维护世界和平，促进共同发展，独立自主的和平外交政策

专题九：科教兴国，人才强国

专题十：可持续发展战略。

专题十一□xx届五中全会和两会。

4、5月4日至5月底，考讲阶段。

5、6月1日至6日学生自由复习。

寒假高三计划表篇三

高考专家组分析，语文学习具备三个特点：一是开放性。语

文的外延和生活相等，生活的任何内容都离不开语文，只要有意识地学习，在生活的任何场合都可以学到语文。因而语文具有最便于自学的突出特点；二是情感性。“文章不是无情物。”不仅文章，就连我们民族的文字也个个充满着感情色彩。教师带着感情教，才有可能教好；学生带着感情学，才有可能学好。三是灵活性。语文学科的知识体系不像其他学科那样呈现线形或链条形排列，而是螺旋式上升。因而语文学习的循序渐进、由浅入深，不是很严格的。

学生可利用寒假加强课外阅读，并力所能及地做些读书笔记，书读得越多越好，通过读书积累知识，扩大知识面。写有意义的论文。练一练钢笔字，提高自己的写字水平。

1. 整理要点。逐一梳理第一段的学习内容，将“基础知识”、“语言运用”、“古文阅读”、“古诗鉴赏”、“现代文阅读”等条块的有关知识点、考查点连成“线”，形成“面”，构建牢固扎实的“知能”系统网络。
2. 补查缺漏。在全面系统复习的基础上，安排3-4次综合训练，对训练中出现失误较多的问题进行补缺，单项突破，为下一轮复习奠定坚实的基础。
3. 强化识记。每天确保有半小时的时间背诵课文，进一步强化记忆。将“新考纲”要求背诵的39篇古诗文分为若干条块，对于背诵难度较大的文章，如《逍遥游》、《离骚》、《氓》等，可分散在各个不同的条块里，做到篇篇过堂，并落实到笔头默写。已经熟读会背的同学，可适当识记一些课外的名言名句。
4. 坚持练笔。作文训练不能松懈，要认真写好学校布置的作文，侧重练写记叙文、议论文两类文体的文章。练写记叙文要进一步收集整理有关素材；练写议论文，要特别注意“阐释型”、“联系型”、“引申型”等类型的文章特点。

5. 拓展阅读。利用茶余饭后的时间拓展阅读，扩大知识面。尤其是选修历史科目的考生，要抓住寒假时间，熟悉“新考纲”规定考查的10部中外名著的内容，了解梗概，明确考查要点，掌握有关题型，弥补以往课外阅读的缺失。

寒假高三计划表篇四

学习需要讲究方法和技巧,用对方法做什么事情都会事半功倍。以下为大家分享的是高考物理寒假备考复习计划书，希望对大家有所帮助。如果想了解更多内容，敬请关注本站！

很多同学在放假后都有睡懒觉的习惯，当然这是人之常情，但却不应该是高考生之常情。身为一个高考生，应该明白现在的头等大事是什么。早上是复习效率最高的时间段，当然不能浪费在睡懒觉这种事情上。要想有条不紊的、充实的度过这个寒假，首先应该强迫自己保持跟平时一样的作息时间，相信各位同学在这个漫长的秋季学期中已经养成了生物钟，执行起来难度不大。总而言之，寒假复习规划的第一件事是你要有配得上这个规划的意志力，这个意志力首先体现在起床这件事上。

其次，应该为自己制定详细的复习规划，规划的内容应包括复习的时间(即每天学习的时间起止点)、科目、以及每个科目阶段性的复习目标。合理的计划一定是劳逸结合的，类似于我要在寒假每天学习15个小时或者我要在寒假前十天复习完物理的所有知识点都是不现实的。正确的规划应该类似是：今天9点到12点复习完物理中的伏安法测电阻的实验，一周之后复习完电学实验。每一天有具体的计划，每一个阶段有一个可实现的目标。

寒假共40天左右，按照6个科目的重要性及难度，物理分配到的复习时间在8天左右。在寒假结束之前，我们已经复习完力学和电学的部分，同学们已经初步建立起物理的知识体系，但是对于高考考察的题型和侧重点还不熟悉，对于高考综合

题的解答还有能力上的欠缺，这个能力需要更长时间的练习和培养。那么这8天适合复习什么内容呢?答案是实验。实验相对于其他题型来说对知识的要求更有针对性，而且根据高考中实验题的出题特点，实验题考查的内容并不经常变化，所以完全可以通过8天的反复练习来掌握。而且，这个复习的成果将直接体现在高考的成绩上，实在是一劳永逸的效果。

20xx年广东省高考考试科目发生重大变化,理科考生考“3+理科综合”，而“理科综合”中物理学科相应的高考考试时间和分值跟原来的x科中物理科相比将发生变化，因此物理考试内容、题型、题量、难度和高考备考要求都发生较大的变化。作为高三物理教师来说，这是一次挑战，也是一次考验。为了能在20xx年高考中，物理能取得好的成绩，我们制定了如下复习备考计划：

1□20xx年9月1日--20xx年3月中下旬，进行第一轮全面复习。

2□20xx年3月下旬--5月底，专题复习，综合考练，查漏补缺。

3□20xx年5月底--考前，回归课本、查漏补缺、心理调节。

1、紧扣新的《广东高考物理方案》要求，广泛收集相关高考新方案的有关信息，研究20xx年高考热点及命题趋势，选择合适的教辅资料(我校统一使用《名师大讲堂》)进行有效的复习。

2、根据本校学生实际和广东高考物理新方案的要求，复习侧重于必修1，必修2，选修3-1，选修3-2，重基础，成体系，抓规范，练技巧，使学生将分散的知识点理清，形成知识网络，融会贯通，抓住高考基础部分不失分。

3、二轮复习专题专练，精讲精练，拔高难度，培养解题能力，选题主抓新颖的信息题的综合训练，目的将学生能力提高到高于高考要求的标准。

4、从应试策略上分析，对于选修3-3，选修3-4，选修3-5部分知识点的复习要有偏重，根据学生实际情况，分层次、分难度训练，但不占太多时间，因其在现有的高考题型中分析，其难度较低，分值较小，应余大多时间放在前四部分(必修1、2，选修3-1、选修3-2)

5、根据实际的复习情况，适当时要有效地调整复习措施及教学方案。

寒假高三计划表篇五

考生在高三寒假的时候，基本上是没有时间用来玩的，同学们在寒假的时候要制定一份高三寒假学习计划，让自己充分利用寒假时间进行复习。以下是小编整理的关于备战高考寒假学习生活计划书范文。欢迎大家参考!

寒假时间比较长，但是备战高考的任务没有完成，同志们要继续加油，好好利用这难得的黄金时间。这段时间可以成就你，也可以毁灭你，就看你怎么把握了!希望大家好好利用这些时间查漏补缺，优化复习计划，为你六月的辉煌增添砝码!

1. 数学方面：重视课本，这是学好数学，也是提高数学成绩的第一位，要把数学书上的例题和课后练习题做会，一定要搞清出题的用意，最好准备一个改错本，在本上把错的典型题仔细分析一下，争取解决一道题相当于解决一类题。还有，要多问，上课一定要跟着老师走，老师要求干什么就干什么，作业方面，要学会挑着做，如果把书上的题，老师补充的内容理解了，数学方面最后会有一个好成绩，我是20xx年的文科毕业生，数学考了136，虽然不高但根据我高三一年的经验，上课一定要跟着老师走。

2. 英语方面：重视课本，最好把书本经典的课文或者好的段

落背诵下来，用在作文中是相当出彩的。词汇方面一定要背，毕竟这是基础，把考试说明中的词背会，并掌握简单应用就没问题；一定要重视阅读和完型，争取把简单的题都做对。

3. 语文方面：同样要重视基础，最好把课文中的文言实虚词记住，建议准备一个语文积累本，对各题型(如字音，字形，错别字，病句，近义词辨析，成语，古诗鉴赏，文言文实词虚词)进行积累，这是取得语文高分的关键，也是卷面前面的基础题，一定要重视。最好遇见一个就积累一个。

阅读方面要多利用往年真题，分析题型，摸出基本出题类型，这些老师在今后可能会给你们讲。

作文方面，建议各种文体都要会写，以防最后高考出一个你不熟悉的文体。多注意身边生活，多思考，不一定非要把事例(议论文)背得多多，可以从身边热点着手，找到一个比较有新意的立足点，这样容易得高分。

4. 文综方面：主要把教材的线条捋清，要把教材中的标题以及下面的小标题记住，在大脑里对这段知识形成一个部分，答题时要把要点列出。地理方面要多看图，政治多把时事和教材知识联系起来，历史要把时间段弄清，一些零碎的知识可以用图表方式总结。

5. 心态方面：不要管别人怎么看你，怎么想你，坚持自己的一套方法做到底，你一定会成功。不必和其他同学比成绩，只要了解自己是不是比上回进步就行了，精力要集中在怎样把学习搞上去，不到最后不要放弃，制定一个自己的计划，用好寒假，相信你成绩一定会有大幅提高。

6. 休息时间的安排：最好每天在十一点半前就寝，这样会保证第二天的复习质量。如果确实要熬夜，可以适量喝绿茶(不是饮料的那种)，但尽量不熬夜，容易伤身体，免疫力下降。

7. 安排时间：在校期间，上课一定要全神贯注，不能走神，下课建议你休息，不要为了赶时间不休息，光学习，这样会影响下节课的听课质量。晚上回家后最好休息一会儿，吃完晚饭可以在院里走会儿步，提神儿。在晚上7：45左右开始学习就可以。在学习期间不要干别的，比如吃东西，听音乐，这样都会降低效率。

8. 资料方面：一定要少而精，最重要的还是抓住课本，争取把一道题做会相当于把一类题做会的程度，这是需要慢慢练的，不要着急。

对于学习来讲，除了要对一年以来高考复习的时间要统筹安排外，合理安排每日时间，最大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。

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。

总之，在总体计划的基础上，注意小块的时间安排，既要抓紧时间，又该有张有弛，这样才能以一个较好、较正常的心态去参加高考，才能考好！