# 最新寒假计划高中生 高中生寒假学习计划 (实用9篇)

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。通过制定计划,我们可以更加有条理地进行工作和生活,提高效率和质量。下面是我给大家整理的计划范文,欢迎大家阅读分享借鉴,希望对大家能够有所帮助。

# 寒假计划高中生篇一

- 2、利用上午2节课的. 时间分别独立完成2科寒假作业
- 3、中午适当午休
- 4、和上午一样,利用下午的时间做些寒假作业,但不可一下 子贪多。要均衡、科学安排
- 5、自由时间可以干一些喜欢的事情,但要控制在半小时的时间里
- 6、晚饭之前是自由活动的时间,可以看电视等,但要看看新闻
- 8、每天学习时间最少保持在7-8小时(上课时间包括在内)
- 10、既不要睡懒觉,也不要开夜车

### 寒假计划高中生篇二

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。

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。

# 寒假计划高中生篇三

1. 制定合理的作息时间表

六点起床

学习:6:30; 七点半

早餐:7:30; 八点钟

学习:8:20; 十点钟

化学(历史或地理)

休息:10:10:00; 两点钟

学习:2:00; 紫茉莉

物理(政治)

休息:4:00; 六点半

学习:7:30; 九点钟

复习和总结白天所学的东西, 并记日记。

- 2. 严格执行作息计划,千万不要因为其他事情而不按计划执行。如果有占用学习时间的特殊情况,必须加倍。
- 1. 预习下学期所学的新课。制定严格的预习计划,然后坚决执行。计划的实施主要是以自学为主,要尽可能了解;如果没有,做好标记以后再解决,或者叫别人马上解决。尽可能

多的预习新课,争取下学期预习新课的三分之一以上。

- 2. 复习旧课。以前学过的旧知识需要时不时的复习,复习旧知识需要10天左右。复习的时候尽量用目录复习法,尽量把学不到的知识提炼出来,留给以后复习。
- 4. 读一本中国名著, 做笔记和摘录。
- 5. 坚持练习汉字。当你厌倦了每天的学习,你应该模仿一本好的字帖来练习书法。
- 1. 学习累了之后,要量力而行,比如打扫卫生、擦玻璃、拖地、打水、做饭、买菜、洗衣服、接待客人、社会劳动、给父母洗脚、社会调查等。
- 2、提高思想认知水平和道德素质,不断完善自我。
- 3. 提高分析问题和解决问题的能力。培养自己形成思维全面、反应迅速、操作正确、速度快的学习机制;养成勤奋、思考、求知、求实的学习习惯。

### 寒假计划高中生篇四

- 2、寒假期间至少做一件有意义的公益劳动;
- 3、学会一项家务技术或其他的小技术:
- 4、改掉一个学习上的坏毛病、缺点;
- 5、每周读一部好书,写出读后感;
- 6、每周看一部好的电影,试着写出英文观后感;
- 7、试着克服一个自己曾经不敢/会做的(好)事,并总结经验;

- 8、完成假期作业,并努力做到最好;
- 9、要注意完成学校布置的所有作业,不要漏做或偷工减料、字体要工整;
- 10、一个星期至少一次到图书馆看课外读物,或者自己家里有课外书的把它看完;
- 11、每天要做适量的运动,不要因为天气寒冷躲懒,身体素质很重要:
- 12、天天看电视新闻报道,多了解点国家大事,多知道点交通防范安全。

# 寒假计划高中生篇五

- 1、坚持每一天,充分利用一切可以利用的时间学英语。没有持之以恒的学习和大量的时将做保障,一切都是空谈。
- 2、每天听写一篇文章,以此文章为中心,展开一天的学习。
- 3、听说读写译五项都要练,以听说为主。
- 4、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,是学好英语的必经之路。
- 5、把零碎的时间充分利用起来学英语,不断地重复。
- 6、听写是个学习英语的好方法,要继续加强。
- 7、早睡早起学英语。
- 8、抓住一套教材足矣,不要盲目的更换教材。
- 9、每天学习英语必须要有详细可行的计划,必须坚决执行,

没有任何借口。

10、相信自己,一定能够学好英语。

### (一) 听力:

- 1、除周末外,每天晚上10:00——12:00听写一篇五分钟左右的短文。着重听力后的分析过程。
- 2、早晚都随身带mp3[]一有空闲时间就反复听这篇短文,直到听烂为止。
- 3、周末看一部外国电影,复习就内容,检查一周来的学习计划执行情况。
- 4、重视精听,听无数遍。

#### (二)口语:

- 1、朗读并努力复述听写的短文。
- 2、每天坚持张嘴说,每周参加英语角。
- 3、注意在朗读过程中纠正发音。

### (三)阅读:

- 1、每周阅读一份英语报纸。
- 2、每次整理笔记。

### 寒假计划高中生篇六

20\_\_年已经离去,新的一年向我们招手展望。回首过 去,20 度过了多么不平凡的一年,让我认识到世界的多姿 多彩,背着厚重的书包,踏着雪路,一起奔向学校的那一刻,奋斗便没有停止。

开学的第一个礼拜我们便学习完了x年级的全部课程,然后一起去买复习参考书。夜晚,宁静的城市里,仍然有我们喧闹的身影。一切的一切,化作了20\_\_年\_\_岁同龄人的回忆。时光不能停止,河水更是不能停止流动,假期来到了,年长一岁,便更多一份睿智。成绩只是上学期的,不必太在乎,假期里,踏踏实实,稳下心来,查漏补缺,不必停留在回忆的时光里,为了不浪费大好的时间:

特此制定以下寒假条例来约束自己:

- 1、假期里多增强自我修养,注重与人交往。
- 2、与家长好好相处,互相体谅,多帮父母做家务活,多体贴 父母。
- 3、注意自己身体,多进行锻炼。
- 4、安全文明上网,尽量将网络的'作用发挥到极致。
- 5、给自己一点压力,完成当日的学习任务。
- 6、适当进行课外阅读,扩展视野。

假期学习计划:

### 复习:

- 1、语文的病句、成语类型题。语文的阅读题型。
- 2、数学必修一,给自己一点总结,花点时间弄回弄懂。
- 3、英语必修一二,单词词组自己总结。查找英语阅读与完形

的答题方法。

- 4、物理方面,着重复习牛顿运动定律的一部分。
- 5、化学没什么注意的,要求熟记方程式,学会几种计算的方法。
- 6、文科注意复习的,但是不能忘了预习新的。(理解)

### 要求:

把寒假作业本能做的做了,做点网上下载得题。

#### 预习:

- 1、数学必修四第一章。(基本)
- 2、化学必修二第一二章。

#### 要求:

导学案,学案认真完成。

### 内容:

制定每天的学习任务与生活任务。现当日完成

# 寒假计划高中生篇七

转眼间,期待的假期不知不觉的就要到来了。作为一名高中生,我在学习中确实感受到了不小的压力。为了能面对这样的压力,我也做了不少的努力。在一学期的学习结束后,我们也终于即将迎来休息的时间。但是,作为高中生,我也不能让自己在休息中彻底的放松,这不仅会导致自己的学习进

度下降,甚至还会造成过去所学习的东西消失!为此,即使是寒假,我也要不断的温习过去所学,让自己的学习不至于下降。

经过对自己的反省和总结,我对自己的学习情况也有了更深的了解。现在,针对自己在这个学期的学习情况,我对自己的寒假计划安排如下:

即使做好计划,也要趁早做好充分的准备,这样才能让计划正确的实施。我明白自己在自我管理上能力比较弱,所以更要提前做好准备,不要让自己沉迷在假期的休息当中。

首先,在放假前做好对笔记资料的整理。收集老师在课堂上的笔记和重点标记,以此作为寒假复习的重点。

其次,在假期前将自己认为最难的题目提前去向老师请教, 防止在学习中出现卡关。

最后,有机会的话可以邀请其他的同学一起学习,加强在假期间的交流,提高我们的复习效率,也能在今后预习遇上困难的时候互相交流,提高学习进度。

我将假期的时间分为四个阶段,各个阶段进行不同的学习,让自己能有规律得到进行复习和学习。

首先,第一阶段,用于巩固。在这个阶段我要对放假前几周内所学习的知识进行复习和巩固,趁着学习的气氛没有消散,好好的巩固起来,确认自己都能好好的运用这些知识,并在今后也不时复习。

其次,第二阶段,用于累积。在这个阶段,对过去需要背诵和记忆的知识点和课文进行背诵。期间穿插一些练习加强锻炼。

再次,带伞阶段,用于预习。针对下个学期的知识和课文,利用上一阶段的累积进行自我分析和学习。在预习中务必用心,对于不会看不懂的地方,做好着重标记。

最后,第四阶段,用于复习。这是最后的寒假时间,也不会留太多的时间。先对第三阶段的学习进行复习巩固,之后对背诵的课文、知识点进行巩固。最后,复习上学期的知识,尤其是第一阶段的知识,确保自己能跟上老师的教学。

晚饭前1小时是作业时间,用于完成自己的作业,晚饭30分钟后是日记阶段,在这个阶段完成日记,提高自己的写作能力,也顺带复习这一天的所学。

计划起来非常的容易,但是想要实施计划,就需要我有足够的毅力和决心。我相信我现在已经准备好了,我一定会努力的完成学习计划,在下个学期,继续努力!

# 寒假计划高中生篇八

想要一个良好的学习习惯, 先给自己制定一个明确的目标, 这样学习就会有一个方向, 学起来不至于吃力, 还可以提高 我们的学习的效率。

高中生学习计划

- 1、早晨合理安排30分钟读一读英语
- 2、利用上午2节课的时间分别独立完成2科寒假作业
- 3、中午适当午休
- 4、和上午一样,利用下午的时间做些寒假作业,但不可一下子贪多。要均衡、科学安排。

- 5、自由时间可以干一些喜欢的事情,但要控制在半小时的时间里
- 6、晚饭之前是自由活动的时间,可以看电视等,但要看看新闻。
- 7、读一些好的小文章,写日记或是读后感,或是精彩的摘抄
- 8、每天学习时间最少保持在7-8小时(上课时间包括在内)
- 10、既不要睡懒觉,也不要开夜车。
- 11、制定学习计划,主要是以保证每科的学习时间为主。若在规定的时间内无法完成作业,应赶快根据计划更换到其他的学习科目。千万不要总出现计划总是赶不上变化的局面。
- 12、晚上学习的最后一个小时为机动,目的是把白天没有解决的问题或没有完成的任务再找补一下。
- 13、每天至少进行三科的复习,文理分开,擅长/喜欢和厌恶的科目交叉进行。不要前赶或后补作业。完成作业不是目的,根据作业查缺补漏,或翻书再复习一下薄弱环节才是根本。
- 14、若有自己解决不了的问题,千万不要死抠或置之不理,可以打电话请教一下老师或同学。

### 学习计划的原则

原则一: 计划不要脱离学习的实际,目标不能定得太高或太低需要考虑以下因素: (1)知识、能力的实际;(2)"缺欠"的实际;(3)时间的实际;(4)教学进度的实际。

原则二: 计划要突出重点,不要平均使用力量。一是指自己学习中的弱科或成绩不理想的课程或某些薄弱点。二是指知识体系中的重点内容。订计划时,一定要集中时间,集中精

力保证重点。

原则三:同学们应该安排好常规学习时间和假期作业时间, 学习和体育活动要交替安排。安排科目时,文科、理科的学 习要错开,相近的学习内容不要集中在一起学习。既不要睡 懒觉,也不要开夜车。若有自己解决不了的问题,千万不要 死抠或置之不理,可以打电话请教一下老师或同学。

原则四:检查计划是否按时完成也很重要。计划中的学习任务是否完成?是否基本按计划去做?学习效果如何?要总结得失,找出偏差,分析原因,以利改进。从而实现自我管理,自我控制,自我激励、自我调整。

# 寒假计划高中生篇九

- 1、预习的最重要的是能发展我们学生的自学能力,减少对老师的一些依赖,可以增强独立性; 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, 又是为听课"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、听课听老师讲课是为了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。
- 3、作业作业是提高思维能力,复习掌握知识,提高了解题速度的途径。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、复习及时和复习的优点在于可加深和巩固对学习内容的理

- 解。根据遗忘的曲线,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。
- 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、高三下半学期就是一个加速冲刺期。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"。