

高考完的计划 高考复读学习计划(大全8篇)

在现代社会中，人们面临着各种各样的任务和目标，如学习、工作、生活等。为了更好地实现这些目标，我们需要制定计划。通过制定计划，我们可以将时间、有限的资源分配给不同的任务，并设定合理的限制。这样，我们就能够提高工作效率。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的计划书范文，我们一起来看看吧。

高考完的计划篇一

八月底、九月初各个复读班陆续开始上课，复读生的学习和应届生的学习有着本质的不同。对于复读生在今后一年的学习中应该注意什么，是一个十分关键的问题，提几点建议如下。

所谓“零风险”是在骗人，可是复读生更要清楚，承担风险、付出一年青春时光目的是实现自身更高、更理想的人生目标。从改变人生的角度看，一年的青春时光是值得的，承担复读的风险也是值得的。复读生一定要有代价意识，一定要有风险意识，但另外一定要具备对自身人生目标的坚持、坚定的追求。化险为夷，一个非常重要的问题是要对自身有信心。复读生具有参加过高考，具备了一定知识量的积累等优势，这些都会为复读生增添了很多信心。

小聪明不如大聪明，小算盘打的再精也要吃亏，另起炉灶、另立门户、自以为是是复读的大忌。课上的45分钟是学生较好集中精力的45分钟，而且很多高三教师都是具有多年高考带班经验的教师，听教师话，跟着教师走是一个很好的选择。

学习没有捷径，考试更不能靠猜题。学习需要的是老老实实的态度和刻苦学习的精神。特别是复读，就意味着再吃一遍

苦。一定意义上说，选择复读就选择了吃苦，吃得苦中苦，方为人上人。

合作学习也是复读中一个关键的角色。这是一种学习氛围，有问题大伙一起讨论，有难题大伙一起解决，能够向同学学习，向教师提问，复读生的班级一旦形成了合作学习的氛围，就形成了一个很好的整体向上的氛围。

真正拉开考生分数差距的是基础知识！

真正拉开考生分数差距的是中低档试题！

答题一是科目语言，二是科目术语，三是语言的层次性，四是语言的逻辑性，在高考答题过程中要认真避免用“生活语言”干扰“科目语言”，复读学生一定要汲取这些教训。

高考完的计划篇二

随着新年脚步的临近，本学期的学习已接近尾声，同学们迎来了一个悠长的假期——寒假。那么，如何充实而快乐地过好每一天一定是大家非常关心的问题。下面就英语的复习给大家一些建议。总的来说，我们要做到：

语言和其他学科不同，是需要一个累积的过程。每个星期一次性突击学习3—4个小时远不如每天学习半小时的效果好。因此，大家要把英语的复习纳入到每天的计划中去。如果你给英语一个小时的话，你可以把它分成若干个小单元。比如15分钟算一个单元，然后安排不同的任务。词汇、语法、听说、读写交替进行。英语要想学好必须掌握两个功夫，那就是背诵和练习。而这往往需要投入大量的时间，并且不断反复的进行。

在此之前，同学们可以先来做一个试卷分析。结合本学期所有测验中的失分项目，总结失分的原因，有错题本的同学可

以再翻看一下。查出症结后，就要对症下药了。例如，有的学生语法不好，就应该把学过的语法项目重新学习一遍，并做一些针对性的训练。如果词汇量不够，就应该制定一个计划，每天背一定量的单词，并想方设法进行应用以稳固记忆。有的学生做题速度慢，尤其是在做阅读的时候，往往因为把限时阅读当成精读来做，那么除了需要改变阅读中一些不良习惯外，还应该在规定时间内进行训练。

当我们在学习时遇到困难的时候，最好的办法就是向他人求教。任何时候不要囤积问题。你可以问同学，也可以向老师求助。今年寒假北京四中网校的网络面授班的英语课将针对上学期知识的重难点，为学生做详尽的复习。在课堂上，既能够听到老师精辟的讲解，又可以借助对话框，音频，视频等实现时时互动。建议大家听课前先结合讲课内容做一个小小的热身训练，这样就能更好地提高课堂效率。

语言的学习绝不仅限于课本。听一首英文好歌时，留意它的歌词；看一部好的英文电影时，试图明白它的台词；读一本英文小说，尽力体会书中人物的或喜或悲。外出时，关注街道上的英文标识。功夫不负有心人，只要你心里想着英语，它就会给你丰厚的回报。

高考完的计划篇三

由整体推进到专题突破，重积累，重感悟，练思维，练规范，促升格。

二、训练构想

1、强化上格，规范为上

高三的作文复习应该首先在“格”上下功夫，“先死后活”：一是文体规范，写什么象什么。我们重点安排记叙文与议论文的基础等级的训练，然后再进行文体自选的写作练习，让

学生根据自己的写作长处，确定某一文体进行强化训练。二是行文规范，结构合理，思路清晰。然后再去考虑如何将文章写得精彩，有深度，有新意。

2、注重审题，提升立意

在审题立意过程中，将话题多做几种解说，然后从中选出最有分量的一条去写作。深入分析，寻求最佳立意。

3、大作、小作齐头并进

我们计划实行大作文、小作文齐头并进的方式强化高三的写作训练。

大作文侧重以文体、题型为序，从记叙文训练到议论文训练；从新命题作文到新材料作文的训练。大作文主要是在规范练习中训练，以多讲精练为原则。小作文意在让学生多练笔，同时可以配合大作文进行局部的强化训练，以寻求专项突破。小作每周一练，以多练精讲为原则。

4、力求训练序列化

次序 体裁 内容 训练点要求

1 记叙文 审题与立意 符合题意与文体要求，思想健康，中心明确。

(新命题作文、新材料作文、话题作文)

2 记叙文 构思与表达 学会选材并运用多种表达方式充实内容。

3 记叙文 几种实用技巧

(化大为小、化虚为实、化显为隐、化理为形、化情为物、化

平为奇)

4 记叙文 开头、结尾训练、作文提纲训练

5 议论文 审题与立意 符合题意与文体要求，思想健康，中心明确。

6 议论文 结构 掌握议论文的各种结构方式，使结构完整。

7 议论文 论证的方法 运用多种论证方法使议论文内容充实。

8 议论文 开头、结尾训练、作文提纲训练

9 (自选) 深刻透彻 学会透过现象看本质，写出文章的深度与内涵。

10 (自选) 生动形象、有文采 学会运用各种手法使形象生动、意境深远、文句有意蕴。

5、范文引路，升格训练

每次训练之后，都要将高分复印或作文打印出来，并注上详细的评析，或让学生自己写评析，教师再做点评。还要对中等作文进行提升训练，让学生真正明确“好作文”的标准到底是什么。较差的作文必须反复写。

6、注重积累，美句识记

高考完的计划篇四

我以前一直在农村幼儿园从事幼教工作，这次能够有幸到实验小学幼儿园跟岗学习，对于我来说非常难得，我将珍惜这次学习机会，服从教育局和实验小学幼儿园安排，积极向指导老师学习，努力克服自己的弱点，提高自身的专业水平和

教学能力。为保证这次跟岗学习效果，我根据《实验小学幼儿园跟岗教师培训工作方案》，为自己做了一份个人学习计划。

以听课的方式参与到指导老师的教学活动中，把听课过程的一些想法记录下来，认真总结指导老师的教学经验，汲取新思想、新做法，并反思自己教学过程中所用的方法，找出以前工作中的不足，主动地与指导老师沟通、交流，请指导老师帮忙分析以前学习和工作中遇到的问题和困惑，通过提炼吸收指导老师的经验、思想，提升自身的教学能力。

平时注意拓宽自己的知识面，了解教育的最新成就和发展趋势，努力提高理论水平和教育教学研究能力，就遇到的实际问题展开思考，通过积累平时跟岗学习的点滴感悟，达到一定程度后做书面整理，形成自己的见解，并在平时跟岗学习过程中加以实践考证，做到边学习、边实践、边交流、边总结。

利用平时听课观摩、参与班级管理的机会，研究指导老师工作的规律和方法，通过顶岗上课进行实践，在实践中不断积累经验，促使自己尽快地成长。

x年12月，听课8节，完成教学反思、读书笔记各2篇□x年1月，完成教学反思、读书笔记各2篇，上1节汇报课；我会以这次跟岗学习为契机，不断地抓住机遇，在实践中不断积累经验，努力成为高素质、高能力的幼儿教师！

高考完的计划篇五

短暂的寒假过后□20xx届考生即将进入高考最后冲刺的一百来天。在这最后的百余天时间里，如何针对自身情况进行高效的学习，是学生和家长最为关注的问题。北京新东方中小学一对一李萍老师针对不同层次的学生提出了几点建议，希望能给学生提供借鉴。

成绩优异类同学

首先：保持基础扎实稳定。此类同学基础都比较扎实，继续保持定时定量练习即可。重点积累传统文化常识！

其次：阅读与作文，结合自身分析自己的问题，寻求更大突破。阅读与作文对于程度好的学生来说不会存在太大的问题，但是只要丢分肯定会有这样那样的小问题，所以自己要拿做完的题进行分析，找出自己的主要问题，针对性解决。例如阅读，丢分原因是理解问题、审题问题、答题思路问题还是语言组织问题……具体问题具体解决。建议技巧欠缺的学生，可以对答题技巧进行总结梳理。对于作文，多关注热点事件，注意理性思考。

最后，保持良好心态，按部就班学习。

随着高考的临近，越来越多学生会慌乱，特别是每次大考后，容易出现两个极端。一是考好了，觉得自己什么都会了没必要花那么多时间在此学科了。二是没考好，忽然觉得自己还差好多，不知道该从何入手。无论怎样，切记保持平稳心态，按部就班根据计划学习。一天没到高考，一天不能放松；一天没到高考，一天不能灰心。高考是一场硬仗，越到最后越靠心理！

成绩中等类同学

此类学生一般都有一定的基础和理解能力，他们存在的几个较大问题：基础不扎实，得分忽高忽低；理解不到位，阅读得分不高；写作无新意，作文难突破。那么针对此类学生问题提出以下几点建议：

重点突破阅读与作文

此类学生自己觉得文章能读懂，偶尔会有读不懂的时候，其

实很多时候是因为理解不到位，导致答题出错。而答题最大的问题有两个：一是没思路，想到什么答什么，不全面。二是没词儿，理解意思但表达不出来。所以针对这几个问题有两个建议：第一、总结技巧。上面我们提到的阅读题，无论文本分析还是答题都有很强的技巧性，所以把题型分类总结每类题型的答题技巧是首要任务。第二，结合技巧做题与分析答案相结合。当学生去总结答题思路与技巧的时候就能感觉到每类题型有固定的答题用语，掌握这些的同时，每次做完题要自己核对答案并进行比对，分析自己的问题及用词的差别。

扎实基础，稳抓基础分数

此类学生一般都有一定的基础积累，问题在于不稳定，忽上忽下。所以需要的基础进行巩固，练习与复习相结合，扎实基础，保证不丢分。根据新的考察方式，我们需要注意：1、关注语境意，勿死记硬背。2、注意传统文化常识的积累。3、关注文言文阅读延伸题。

基础薄弱类同学

此类同学一般各个模块都会有较大问题，因为语文作为母语的特殊性，往往让一部分学生一直忽略对语文的学习，导致基础薄弱。那么针对此类同学提出以下学习建议：

注重基础积累与作文写作

对于基础薄弱的同学，基础与作文模块是较容易提分的部分。基础部分对理解能力要求较低，是学生自己力所能及积累的部分。所以此模块学生需要把近三年各城区的模拟题及期中期末题拿出来系统、扎实的练习。由于20xx年新题型的变化，对基础题要求更注重具体语境语义，所以不能只知其然而不知其所以然，要做到精细做题与系统复习相结合，扎扎实实把基础过一遍。特别注意新加入的传统文化常识的考察也要

列入复习范围内。另外文言文部分要做题与课本相结合，梳理课本中出现的常考实虚词、句式的同时通过练习巩固，并注意分析出题规律与答题技巧。建议给自己制定一个完善的计划，一直到高考每天拿出15--20分钟进行做题、总结错题、复习错题三项工作。

作文部分，此类同学在审题立意、写作素材、行文逻辑等方面都存在较大问题，一般处于及格甚至不到及格的分数。此类作文若想在分数上上一个等级，首先，审题立意是重中之重。所以注重审题立意技巧的把握是提升作文成绩的第一步。其次，素材。通过期中、期末考试我们不难看出，无论是大作文还是微写作都更加注重现实热点问题与理性思考。建议学生多关注实事热点事件，梳理近一年发生的时事热点事件，并对这些事件进行多角度分析。做到一材多用，写作有素材。不跑题不偏题、内容充实、逻辑较清楚，这是作文最基础等级。先掌握最基本写作思路，再进一步学习逻辑的梳理、语言的表达，让作文再上另一个等级。

掌握答题技巧，突破阅读题型

阅读题型包括：诗词、实用类文本、文学类文本三大模块，所以分值占比也很大。学生这部分主要的问题是：读不懂、不会答、无从下手、答的多得分少。往往都是盲目的读、盲目的做，这样只能浪费时间，收效甚微。其实此类题无论是从文本分析，还是从答题思路上都具有很强的技巧性。所以针对此，学生需要给阅读题型进行分类并总结各类题型答题技巧（例：一般问某句段的作用、好处、用意等的时候，此类题属于作用鉴赏题，需要答三个方面：结构、语言、内容，而三方面有具体的答题思路与语言表达方式），结合技巧进行练习，才能帮助准、快、全的答题。

基础较薄弱的同学，一般自主学习能力与分析总结能力较弱，所以对于作文审题、写作及阅读答题等技巧性知识的学习，建议多向老师及语文学科成绩优秀的学生请教。

高考完的计划篇六

不知不觉，转眼间20xx年过去了20xx年寒假又到来了，对于高三复习考生而言，这将是他们高中阶段最后一个假期。也许由于各种各样的学校补课，这个假期对于大多数考生而言都显得有点名存实亡，但或多或少总还会给考生们留一些自主学习的时间。这样算来，语文能够分到的时间实在是有限，如何利用有限的时间完成最高效的复习，当是所有考生都关心的问题。目前各种版本的复习建议层出不穷，大多是夯实基础、稳步提高之类的话。本文不在宏观上进行观念性的指导，而试图从技术层面给考生一些实用的建议。

一、语言基础

字音字形需要关注的是日常生活中容易读错、写错的词，如“褪色”、“舶来品”等。《咬文嚼字》曾经公布了最常写错的100个字，可以作为复习参考。其它的偏、难、怪字就不要理它们了。

近义词辨析词，建议做一道归纳一道。比如近义词辨析常见的有四种方法：去除同类项、分搭配对象、两字变四字、比较反义词——当然，同学也可以总结自己习惯的方法——那么每做一道题，就应该将相应的近义词纳入到方法系统中，这样的话，考前要做的并非海量巩固，而是以方法为维度贯穿常见近义词，工作量会大大降低。成语辨析和病句也可以照此办理，尤其是病句，相同语病类型的病句排在一起，症状一目了然。

文学常识和语义衔接，不建议在寒假花时间。如果沉浸在过分琐碎的文学史细节中，反而不利于考场应试。语义衔接的难度则不需要专门突击。

二、文言文

到了这个阶段，文言文只需要做两件事情：一个是巩固考纲内18个文言虚词，尤其是课内的例句，一定要熟，能够做到条件反射最好；然后就是熟悉文言实词、翻译、文意、断句题各自的答题技巧。如文言实词中，看见“肃”就是“严肃”，看见“德”就是“道德”，这种条件反射式的实词解释基本上都是错的；而把“表”解释成“给……上表请求”，一看就是词类活用这种文言文式的翻译方式，基本上都是对的。把握住命题思路，考场上就可以做到事半功倍。

三、诗歌鉴赏

同样，诗歌鉴赏也不必漫天撒网，两件事情也足够：一是熟悉术语系统，即诗歌鉴赏常考的艺术手法和对应例句，像病句题一样，对相应手法烂熟于心；二是练习诗歌翻译，因为大多数考查诗歌内容或主旨的题目中，如果考生实在不知道要答什么，把相应区间的诗句翻译一下，也能拿到绝大多数的分数。

四、现代文阅读

依然是两件事：一是阅读一下史铁生的散文集，挑一些篇目精读，花不了多少时间，要做的是就其中比较难理解的字句先试着结合上下文语境突破一下，也许在考场上会有意想不到的收获；二是就阅读延伸题加以集中突破，学会200字的经营布局方法。学而思高三语文在寒假会花6个课时对此加以详解，鉴于篇幅有限，这里不再赘述。

五、作文

在寒假，我们要做的，就是写好一篇文章。现在大多数同学手里应该已经拿到去年高考优秀作文集，其中都是20xx年高考语文的一类文。考生要做的，就是挑其中最对自己胃口的一篇，说得更明确一点，就是最容易模仿的一篇，换一个题目，逐句仿写一遍，把人家的事例换成自己的事例，论述语

句只做适当调整。仿写结束后，加以适当润色、修改。在寒假，我们要完成的任务就是写一篇高考一类文，务必在离高考还有最后一个学期的时候找到写一类文的感觉。如果考生基础过于薄弱，那建议找一篇过去的高考一类文，结构规整、层次清楚的那种，那类文章由于立意问题，现在只能拿到二类，但对于作文长期老大难的同学而言，极容易上手，作文提升10分以上并不是什么遥不可及的梦想。

综上，由于语文板块较多，所以总体看上去的话，复习任务并不轻松，但考生完全可以选取自己薄弱的版块加以集中突破，使得自己的语文应试水平(而非语文水平)在短时间内取得一个较大的飞跃。如果考生各个板块实力相对比较平均的话，建议考生将精力放在三块：一是阅读延伸题，需要注意的是不要忽略诗歌鉴赏后面的阅读延伸；二是文言虚词复习——这两块在寒假短时间内突击一下，应该会有比较好的效果，这也是学而思高三语文寒假课程设计的初衷。第三块就是作文。这三块在高考150分中至少占到83分；如果我们认为文言虚词关系到文言文能够彻底理解的问题，那么文言虚词占的比重将达到9分，总量将占到89分，如果这些地方能够有比较大的起色，那么高考语文的总体水平也就必然随之水涨船高。

高考完的计划篇七

在高三一年的复习中，我们应该注意合理安排每一天的复习时间。在紧张的复习过程中，每天可供我们自己利用的时间并不多，其中最长的一段时间大约就是每天晚饭后至睡觉前的三个多小时时间。能否利用好这段时间，是高三复习成败的关键。在这方面，我的体会是不要在一个晚上把五科全复习到，这样做只会不分主次、自找麻烦。试想，仅仅是不足四小时的短短的一段宝贵时间，怎么能经得起五科的轮番轰炸呢？因此，我建议大家在一个晚上专攻一门到两门，抓住重点，集中精力，以争取达到较高的学习效率。我在高三每天晚上复习时，周一定为数学日，周二定为英语日，周三定为物理日，周四定为语文日，周五定为化学日，每晚集中精力

复习一门功课，长期坚持，效果不错。

高三如何最大限度提高成绩

高三一年是冲刺的一年，要学习新内容、复习旧知识，要兼顾各科提高自己的能力，一年的时间显得十分的短暂而忙碌，如何在有限的时间内，尽可能多的提高自己的成绩？把最大部分的经历放在哪里能得到最高效的回报？大多数同学都会有自己的“强势科目”和“弱势科目”，相对来说，掌握偏弱的科目会有更大的提高空间，将同样的时间和经历花费在强、弱科目上，“弱势科目”提高的幅度和效果通常都会更大。

备考不能过分“聚焦”

竞争中经常是光想赢的不能赢，不怕输的反而赢了。从求知出发看高考，就会少点浮躁，少点急功近利。一些同学，从高一起就把矛头对准高考，非高考科目不下工夫，非课本参考书不感兴趣，好像这样就能“聚焦”，就能赢得高考。这样成功的可能性并不大。

从语篇中学外语。学英语，有的人专攻单词、语法和习题。这种高效率的办法并不一定适合你，相信，也不易达到好效果。喜欢看“杂书”，这兴趣也可迁移到了学外语上，兴趣恰恰是学习外语的最大动力。另外，对于课本：从语篇中学习一切知识点，这样既掌握了知识点，又能培养整体理解能力，还利于在写作中用上地道的句式和结构。

语文的复习，应分块归纳。按基础知识、阅读、写作分块，采用不同方法。基础知识，按老师的要求从参考书上挑出的十几页知识点复习，强调在快速多次重复阅读中加深记忆痕。对阅读，依自己较强的阅读功底，主要把注意力集中在熟悉技巧、适应题型上。

轻重分明，全力补弱

在高三复习中执行的方针是：轻重分明，全力补弱。即：要对自己一向学得较好又学得轻松的课给予充分信任，少花时间，节省出大部分时间和精力放在弱势科目上。例如语文、数学、外语基础较好，所以复习重点放在课堂上，自己不另外加班，只对其中自己较突出的弱点予以额外训练；对历史、政治则是课上努力，自己适当超前一点进度。这样，强科中的弱点和弱科，就是复习重点。

数学重点应放在研究综合题上，但不必过滥；由于平常学习总是按章节进行，综合运用数学工具的能力就会不足，所以应重点弥补；外语，坚持语境中掌握知识的观点，熟读已陌生的课文，再做一定量习题，注意总结过去的错误；历史，应该“书必常看，题要精做”，不能扎到历史科学的中，而应安守课本。看课本不要钻牛角尖，不要抠得过细，也不要见木不见林。所以千万要在记忆知识点的基础上，抓联系：课本段篇章之间的联系，人物之间、事件之间、人物与事件之间的联系，弄清这些联系之间的联系。

学习阶段虽长，却易被忽视。因为真正的直面高考，当属高三。高三常常被人们认为是可能创造奇迹的一年。我要说的是，高三的奋斗确实能使你的知识产生质的变化，但任何妄想以前瞎混、仅_高三苦拼的思想都是不现实的。如果你以前瞎混过，那就要付出比别人多若干倍的努力！跨入高三，也就意味着复习的开始。复习是在以前学习的基础上进行的，是站在全局高度上的一种综合。复习很讲究方法，下面就谈谈我的一些复习经验。

第一，复习要根据老师的进度制定相应的复习计划，最好稍稍超前一点。这样上复习课时重点、难点、弱点了然于胸，就能收到很好的效果了。要注意不光是对所学内容进行温习，还要对相近、相反、相关知识点进行比较和辨析。

第二，要找到一套适合自己的复习方法。每个人都有自己的特点，适用的方法也各不相同。比如我在复习时，常使

用“目录回忆法”，即根据目录来回忆章节的内容，遇到印象模糊或没有印象的，立刻翻到该页仔细阅读。对我来说，这个方法十分有效，既全面又省时，同学们不妨一试。

第三，复习阶段要进行查漏补缺工作。大家可以拿出以前的练习本、试卷，把不懂处、易错处、常错处、常考处一一归纳总结，使自己对自己的情况胸中有数，便于利用有限的时间弥补弱点。记得当时语文中的名言名句很令我头疼，内容多，分值低，要花大力气才能拿到。于是我把一些常见的名言警句都抄在一个小本子上，一有空就拿出来看。到后来就能倒背如流了，填空自然就不在话下了。我发现这个方法不错，就继续把一些自己常错的内容抄到了本子上，果然出错率就直线下降了。

第四，要注意锻炼培养良好的心理素质。心理素质的好坏直接影响到考场上水平能否正常发挥。高三期间有许多模拟考试，一是为了检查同学们的复习情况，二是为了模拟高考情景，锻炼考生的心理素质。同学们平时就要有意培养自己认真仔细、顽强坚韧的品格。有的同学题目难考不好，题目容易还是考不好，这就是心理素质不好的表现。面对难题，苦思冥想，不得其解，心慌烦躁，知难而退；面对易题，得意忘形，粗心大意，白白丢分，这是同学们最易犯的毛病。其实，若能想到我难人难，我易人易，沉着应战，就能取得理想的成绩。

第五，要勤动手，避免纸上谈兵的情况出现。复习的东西都是以前学过的，一般脑子里都是有印象的。我常常碰到有的同学，看到这个知识点，觉得真简单；看到那个知识点，认为已经掌握了。于是飞快地跳过去。殊不知许多东西，看似简单，真正运用起来就不是那么回事了。有很多细节问题都是你料想不及的，只有在实际做题过程中慢慢体会。而且，熟能生巧，为了达到“快、准、巧”的目标，做一定量的题目是十分必要的。

考前一个月，进入备战阶段。这时运用题海战术显然是不明智的，应该回归课本，把课本内容重新咀嚼一遍。因为高考题主要是围绕课本作文章，偏题、怪题不多。一味地花力气“啃硬骨头”是得不偿失的。这一期间还应放低高考调子，缓解紧张气氛。另外，还要提醒大家注意，不要忽视生理的调节。很多同学都习惯于夜间学习，甚至通宵奋战，所以晚上精神比较好，效率也比较高。但高考是在白天进行的，因此要有意识地调节生物钟，使兴奋点处于上、下午。这样，高考时才能处于最佳状态。这段时间，由于高考的临近，许多同学会因为复习内容多，时间短，产生急躁情绪。若有这种情况出现，一定要稳住情绪，增强自信，以平和的心态迎接高考。

考前的几天容易紧张，所以不宜多看书，应以调整心情为主，同时为考试做准备。如前往看考场，熟悉环境和交通路线，准备考试的各种证件、学习用具和防暑用品，以免考试时临时慌乱，影响情绪。由于每个人的条件不同，根据以上的经验，作为参考，结合你自身的条件来给自己制定一个合适的学习时间表，这样才会使自己充分的发挥自身潜能，在考试中获得成功！现在回想起那段难忘的高考时光，辛劳与苦涩已渐渐散去，萦绕在心头的是向着目标前进的执着和坚韧。衷心希望你都能脚踏实地，渐入佳境，稳稳地驾驭好自己的生命之舟！

除了以上所说，学习的方法与态度，以及考试的心态都是很重要的因素，很多人在考试时总考不出自己的实际水平，拿不到理想的分数，究其原因，就是心理素质不过硬，考试时过于紧张的缘故，还有就是把考试的分数看得太重，所以才会导致考试失利，你要学会换一种方式来考虑问题，你要学会调整自己的心态，人们常说，考试考得三分是水平，七分是心理，过于地追求往往就会失去，就是这个缘故；不要把分数看得太重，即把考试当成一般的作业，理清自己的思路，认真对付每一道题，你就一定会考出好成绩的；你要学会超越自我，这句话的意思就是，心里不要总想着分数、总想着名

次；只要我这次考试的成绩比我上一次考试的成绩有所提高，哪怕是只高一分，那我也是超越了自我；这也就是说，不与别人比成绩，就与自己比，这样你的心态就会平和许多，就会感到没有那么大的压力，学习与考试时就会感到轻松自如的；你试着按照这种方式来调整自己，你就会发现，在不经意中，你的成绩就会提高许多。

高考完的计划篇八

有几个字值得你记住：厚积薄发

应该自己平时就有写随笔的习惯，在考前两个月更是有针对性地做一些作文训练。和同学们常常找一些新闻、名人事迹类的材料，然后把大意写下来，自己提炼一些观点或者写写想法。

写好后，同学之间互相交换，在别人的材料后面补充一些自己的东西。

这样每一则材料既有比较鲜活的例子，又综合了各个同学的观点，思路开阔，丰富，有助于提高自己的作文水平。

你把重点放在基础题上吧，况且高考的数学有80%是基础题，能克服基础题的粗心毛病，把他做好也是不易的，但却是可以通过翌年的时间作好的。

聪明和敏捷对于数学学习来说固然重要，但良好的学习方法可以把学习效果提高几倍，这是先天因素不可比拟的。学好数学首先要过的是心理关。

任何事情都有一个由量变到质变的循序渐进的积累过程。