

之后的计划 高考最后一个月学习计划(优秀10篇)

做任何工作都应改有个计划，以明确目的，避免盲目性，使工作循序渐进，有条不紊。计划可以帮助我们明确目标，分析现状，确定行动步骤，并制定相应的时间表和资源配置。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。

之后的计划篇一

高考备考最后的15天左右非常重要，就像中长跑的最后一圈、最后一公里或者最后100米，会发生很多的变化。

不管我们实现什么目标，计划第一重要，比计划还重要的是落实好已经制订的计划。没有计划的备考是低效和可怕的。

考生可以根据自己的实际情况，有时候可以参考老师的意见，制订具体的、对自己而言针对性强的计划。我们的计划涉及目标、学科、复习内容、形式和时间安排等要素。

2回归教材、重温基础

高考考查的主要内容包括“必备知识、关键能力、学科素养、核心价值”，高考试题具有“重基础、重应用、重生活”的特点。

学生经过第一轮的书本复习、第二轮的专题复习和第三轮模拟训练，加上月度的规范考试等，对学科的知识内容、学科知识结构以及应用学科知识解决问题的能力达到了一定的水平。这个阶段需要在这个基础上进一步提高，回归教材、重温基础是有效的策略。

3问题导向、精准备考

以问题为导向精准备考，是高效的复习备考策略。

我们可以在老师的指导下，结合每次大型考试成绩学科的排名，明确自己相对薄弱的学科并分析确定具体的问题。比如：语文或者外语学科方面，书写有待提高，那么现在开始用心练习书写会有效果；理科综合训练量不够，那么需要强化训练几套题，可以采取针对性的应对措施。

4保持节奏、有效训练

考前15天左右，各科老师会让学生每天保持适度的训练，维持相对稳定的训练节奏。考生要认识到此举的重要性和必要性，积极配合，保持实战状态。平时计算、阅读、写作不放手，使头脑始终处于被不断激活的状态，保证思维清晰、反应敏锐。切勿因为考试来临，只看不算，只读不写。

同时，考生要熟悉高考应考的各项流程和要求，做到心中有数。在最后阶段的模拟应试中，按实战要求熟练操作规定动作，准确把控各科答题节奏，从容应对各种情况，避免高考考场出现不必要的紧张和失误。

5及时归纳、强化记忆

考生要通过整理练习材料、摘抄笔记，有时可以把有价值的内容剪贴到笔记本上，及时归纳每天练习中的重要问题和收获。

考生还应该自主归纳某一个章节或者知识点的内容，建立完整的知识体系，明确记忆的内容和必备的能力，进行强化记忆。

6调适心态、调整状态

中等强度的动机、平和的心态是成功的关键。当考生拥有良好的心态，考试的时候才能表现出良好的状态。只要考生放下分数目标，将注意力集中在每一个具体问题的解决上、每一个环节的落实上，就会消除因过分考虑结果而出现的焦虑或紧张，以坦然的心态走向考场，正常发挥。

不要指望高考的时候会超水平发挥，能够正常发挥就够了。

心态和状态非常重要，而且是可以通过各种途径来调整的，考生要有管理自己情绪、调整自己状态的能力。

7适度运动、保持活力

高考前15天这段时间对所有的考生而言都是非常艰难、煎熬的一段时间。天气温度高、各学科作业量大、老师们指导意见多，加上并不是很懂教育和高考的父母的唠叨等，许多考生感受到了很大的压力。

越是临近高考，心理负担越重，学习效率越容易下降，甚至身体抵抗力严重下降。最简单、最有效的运动方式是跑步，运动量不能太大、消耗太多的时间和精力，也不能太小、不流汗，达不到放松身心的目的。

8适度倾诉、寻求指导

考前适度交流和倾诉非常有效。交流的对象包括老师、同学和父母等。交流的话题包括心理问题、情感问题、答题技巧、备考策略、具体学科问题等。

交流或倾诉可以帮助考生解决自己在生活、复习、备考、情绪、情感上的问题，考生可以从同学、老师和家长那里得到支持和指导，并且感受到被陪伴、被关心的愉悦。

大家要相互鼓励、相互提示，传播正能量，营造良好的、积

极向上的备考氛围。

9合理饮食、生活规律

考前切忌因希望增加营养而刻意改变平日饮食习惯，或为保持头脑清醒而大量饮用咖啡类饮品，更不主张开夜车导致次日精神不济。

科学备考的建议是：保持一贯饮食特点，以清淡可口为宜。少辛辣、忌生冷，保证脾胃肠道健康。另外遵照平常作息规律，保证充足的睡眠，按高考考试时间要求逐渐调整好生物钟。

10先易后难、规范答题

高考各科答题是有技巧的，也有规范性的要求。考生可以向有经验的老师，特别是有高考阅卷经验的老师咨询相关学科的答题技巧和规范，尽可能做到“颗粒归仓”。

“先易后难”是最基本的答题技巧。高考试题的难易存在一个坡度，每一个大题中的各小题也存在一定的坡度。答题的规范包括书写、表述等方面的要求。

考生要熟悉各科的“评分标准”，要熟悉高考应考的各项流程和要求，做到心中有数。

之后的计划篇二

还有一个月的时间就要考试了，从开学到现在我觉得还没有怎么调整好从暑假跳跃到上学的心情，每天感觉都过的浑浑噩噩的，不知所措，只觉得这个日子真的是很漫长，从白天到晚上需要多少小时，但是却不知不觉的过了将近三个月的日子。

看到还剩下一个月的時候，感觉这是最后一个月，你在这一年底到底学到了什么，突然发现自己的这一年到底是怎么度过的，我现在都还不清楚，感觉就是得过且过，我记得明明规划好要好好看书，早点复习，或者是在周末的时候学习一点技能，比如学会做饭啊！做一些小玩意啊！每天学五个单词，好像我只执行了几个星期然后就开始堕落了，给自己找借口，今天的没有背，明天在补上，现在搞得我好像每天要背八十多个单词才能够完成今年的英语任务，还有提高口语，好像没有什么变化，还是只能问你叫什么？你喜欢什么颜色，听力不进步而且还倒退了。

把上述全部的问题提出来以后，感觉自己好废，什么都没有弄好。

所以在最后的这一个月里尽量把时间和精力都放在学习上，在期末考试里取得好成绩。

之后的计划篇三

最后一个月里，学生调整好身体状态、心理状态非常重要。学生应结合学校安排，规划好自己的学习和生活，注重提高复习的针对性和有效性。针对学生，我有7条具体的建议。

建议一：思想纯粹。最后一个月要剔除一切不必要的外源信息，远离电子产品和消遣式娱乐方式，减少外界的干扰，思想更纯粹，目标更单一，作息更规律，休息更科学。

建议二：稳定情绪。稳定的情绪就是好的情绪。高三后期，考生容易因为压力大而导致较大的情绪波动。科学研究表明，人保持平稳冷静的情绪，更容易作出正确的决定，更容易将“会做”转化为“做对”，因此，在快节奏高强度的学习生活中，要调适好自己的情绪，让情绪处于平稳状态。学生要多与自己比，少与同学比，做一个“输得起”的人，拥有一颗强大的心脏。要做到这一点，一方面要懂得用健康的方

式释放压力，另一方面要根据个人身体状况，劳逸结合，不打疲劳战，保持良好的精神状态。

建议三：适度锻炼。很多学生因高三后期学业紧张，便整天待在教室，不愿参加体育锻炼，这是不可取的。体育锻炼有利于释放压力，提升学习效率。每名学生每天都应当坚持适度的锻炼，每天的锻炼要保持一定的强度，同时在锻炼中潜移默化地培养挑战困难、不轻易服输的意志品质。

建议四：激发潜能。高三后期，无论是有教师引领的课堂，还是学生自主安排的自习，都要将“方向与效率”摆在首要位置。高三后期有大量的自习时间，这些时间主要用于完成作业和自我复习。关于作业，我建议学生对各个学科均要进行定时训练，激发自己的高效潜能。关于自我复习，我建议学生：对优势学科，主要采取纵向突破的方式，努力构建学科知识框架体系并辅之以重点题型、易错警示等的复习；对劣势学科，主要采取横向突破的方式，选择高考的高频考点进行专题突破，要敢于且舍得用整块的时间去突破最紧要的专题；对中等学科，可将纵向突破与横向突破结合起来。

建议五：保持节奏。节奏感对于高三考生来说至关重要。学习节奏、考试节奏、运动节奏、睡眠节奏等都要尽可能保持科学性和规律性。以睡眠节奏为例：不能无底线地挤压睡眠时间用于学习，想要用延长学习时长来获得理想的学习成绩，这样只会导致第二天效率低下，因为效率低下，又只能进一步挤占休息时间来弥补，从而形成恶性循环。教师和学生及家长都要高度重视科学的睡眠对学业的正向促进作用，形成睡眠和高效学习的良性循环。

建议六：时刻细心。细心是一种长期形成的习惯和能力，需要渗透到平时学习生活中的方方面面。以考场答题为例，养成工整书写和规范答题的习惯，可以规避不必要的低级失误；养成分区域打草稿的习惯，可以提高检查的效率，也更容易查找出因粗心导致的错误。检查的习惯尤为重要，检查是对

抗失误最直接的方式，要将检查整合到考试过程之中，将检查当作考试不可分割的一部分，并学会在做题过程中将不太确定的题号标注，做了标注的题号进行优先检查。这些习惯都是细心的体现。

建议七：相信自己。迎战高考的路途注定是孤独而艰难的，一定要相信自己并坚持梦想。没有人会嘲笑你的目标有多高，人们只会嘲笑你的努力与目标不匹配。

高考从来都不是一个人的战斗，高考也绝不是一种短时瞬间的劳作。譬如长跑，百米冲刺才是决定最后名次的关键，教练的科学训练、观众的热情鼓励、选手的激情拼搏共同造就了荣耀时刻。雕塑自己的过程，必定伴随着疼痛与辛苦，一锤一凿的自我敲打，就是在塑造更好的自己。愿勤于思考、甘于付出的学子踏实走好每一步，遇见属于自己的美丽人生！

新高考填报志愿技巧

今年的填报分“专业(类)+院校”、“院校专业组”两类。

所谓“专业(类)+院校”，即采用“‘专业(类)+院校’模式”，也就是以“1个院校+1个专业(类)”为一个志愿单位进行填报，考生既可以选择同一所高校的不同专业；也可以选择不同高校的同专业；还可以选择不同专业下的不同高校。

所谓“院校专业组”，即一所院校可设置一个或多个院校专业组，每个院校专业组内可包含数量不等的专业。

同一院校专业组内各专业的科目选考要求必须相同。考生根据自己的意愿可以直接选择志愿为某个学校的某个专业组，专业调剂限于同一专业组内调剂。

这样一来，高校招生方式更加灵活，更有主动性，但对于考生而言，虽然可报考的专业大大增多了，但同时被动调剂的风

险也增高了。

如何调节高考焦虑

1. 不要对自己有过高的预期。不同时期给自己设定相应的目标是一个好的学习习惯，但考前要放弃这些念头。许多著名的运动员都有过这样的经验，比赛没有开始前，设定目标，努力锻炼，比赛一旦开始，运动员只关注比赛本身，并不会去分神考虑后果。考试也是一样，考前一定要善于宽慰自己，给自己设定一个容易实现的目标，可以在很大程度上降低焦虑的程度。

2. 纠正“过分消极化”的不合理信念。“上次考试考得好，这次就肯定不好”，“要是这次考试考砸了，这辈子就完了”，在调查问卷及与学生的交流中，经常会听到这样过分消极化的声音，要纠正这些不合理更不科学的信念。

首先，列出可能出现的最糟糕的局面，排出先后，然后逐条分析，你会发现最后的结果不至于“活不下去”。其次，准备一个“我太棒了”奖励公布栏。把所有的进步用便利贴粘在上面，哪怕是小的不能再小的点滴进步，公示出来，让自己看到。

3. 说出你的焦虑。不论是哪种负性情绪，“说出来”都是行之有效的好方法。性格内向的人往往容易封闭内心，活在自己的世界里，其实只要跨出一步，多和朋友，同学谈谈心，就很容易走出焦虑的阴霾。

4. 放弃不断自我谴责的想法，做自己喜欢做的事。无休止的抱怨、埋怨自己是没有用的，做件自己喜欢做的事，即使是很小的一件事。但要简单易行，且不用耗费太多的时间。不妨先让自己放松下来，这样就会留有幸福感，可以有效的缓解焦虑。

之后的计划篇四

建立一支有进取心、能力较强的班干部队伍，全体同学都能树立明确的学习目的，形成良好的学习风气；培养学生良好的行为规范，弘扬正气，逐步形成守纪、进取、勤奋的班风。

(一)加强班风建设

1、安排班级活动

活动主要以加强学生的思想教育、创新精神与实践能力的培养，面向全体学生，促进学生全面发展。活动之前要制定好计划，明确活动要求，设计好活动并扎扎实实地组织实施，力求取得主题教育的效应。如主题班会活动、校园文化活动、社会实践活动等。

2、营造向上氛围

根据中一阶段的特点，努力营造平等、团结、和谐、进取的班级氛围。

(1)制定班级公约、班风。

(2)布置教室环境。

(4)班级班干部是班主任的左右手。认真选拔班干部，同时要精心培养班干部。

(二)加强法制、安全教育，创建和谐校园

1、加强法制教育。法制教育紧抓不放，重点做好教育防范工作。增强法律意识和法制观念，使学生知法、懂法、守法，会用法律武器保护自己的合法权益，使学生知法、守法，增强学生的法制意识、安全意识和自我保护意识，切实落实学

校法制教育内容。

之后的计划篇五

语文

虽说语文考基础，短期冲刺不如长期积累有效。但所谓“临阵磨枪，不快也光”，只要复习策略运用得当，语文学科依然可以提分不少。

对照考纲说明，梳理板块框架

兵法有云：“知己知彼，百战不殆。”对于高考而言，这里的“彼”即指“考试内容”。所以要对照考纲，对已复习过的知识点全面铺开，毫无遗漏地构建框架结构图，做到心中有数、不留盲点。

另外，还要对照框架结构图回忆联想——围绕这些知识点考过哪些题型，每个考点又是怎样的出题方式、解题步骤和答题方法。要把零散的习题整合成类型，对其进行深入细致地探究。

建立习题档案，反复思考研读

到了复习后期，题海战术已经不管用啦。有的同学仍在盲目做题，结果虽然题目做得多，却总在同一个知识点或是同一类题型上失分，究其原因就是没有注重典型例题的总结，不会对错题进行归档整理，更没有对照自己的错题进行反思。

殊不知，失分点其实就是增分点。后期复习要注意运用不同颜色的笔对作业进行圈点批注，加强解题后的反思，对典型习题做好归档工作，并舍得花时间再次钻研历年高考试题，领会其命题风格和出题方式。

数学

最后一个月的复习是冲刺阶段，考生们面临最后冲刺训练，进行规范训练，掌握提分技巧，尽可能的得分。由于时间不多，时间要用在关键点上。

小题专练防超时

我们知道，数学试卷中选择题和填空题占据了“半壁江山”，能否在这两类题型上获取高分，对高考数学成绩影响重大。因此，在后期复习中，考生必须在选择题和填空题上加大训练力度，控制训练时间，避免“省时出错”“超时失分”现象的发生。

回归基础重梳理

纵观往届考生，相当一部分同学丢分不是丢在难题上，而是基础题丢分太多，导致最后的考试分数不理想。所以，在后期复习过程中，尽量回归基础，再现知识脉络和基本的数学方法。每天保证做一定量的基础题，让自己把这一部分基础题做对、做全，争取拿高分。

英语

最后一个月，对于英语学科，考生们要提高答题思维和习惯的规范性，提升答题的速度和准确度。当然，更要注重归纳和反思，提升考生的应试技能。

专项训练，系统归纳题型特点

对高考各试题类型进行专项训练，重在方法指导，系统归纳题目类型特点，提升解题得分能力，提高考生用英语获取信息、处理信息的能力，注重提高考生用英语进行思维和表达的能力。

再次梳理，把握知识重点

在后期备考中，要对词汇、语法等基础知识进行再次梳理，复习的重点是以词块为单位，关注语境和应用，带动考生阅读和写作能力的提升。对于语法，提炼常见考点和重点考点，帮助考生提升在语境中解题的能力，并针对上一轮复习中遗留的易错题，提高准确辨析考点的能力，发现陷阱，做出正确判断。

二. 高考30天攻略

合理分配时间

我就把生物和英语这两科的复习安排在晚上，如晚饭后先用30分钟时间来朗读和背诵英语文章，然后复习一个小时生物。通常复习完生物之后，我会休息10分钟左右，然后开始复习英语、默写单词。等到这两科的复习结束之后，我再做当天老师布置的理科作业。而每天中午吃过饭之后，我会先睡半个小时，然后起来复习语文。

其次是合理分配周末可以利用的时间。按照学校的安排，星期六和星期天上午我们都要到学校上课，因此我能够自行支配的时间就只有半天。通常这半天的时间，我会用来巩固这一周所复习的生物、英语和语文知识，同时坚持写一篇英语作文和语文作文。

保持心态平和

一定的心理暗示非常重要。因为我的成绩已经很差了，身边的人也不相信我能成功，没有人给我打气，我就给自己打气！于是每天早上，我睁开眼睛，我就会对自己说：“加油，新的一天开始了！”晚上睡觉时，我又自己鼓励自己：“看，今天的任务都完成了，你又离目标近了一步！”每当搞懂一个知识点时，我更是表扬自己：“你做得真棒！”

学会适当放弃

生物是我的强项，就是复习的重点。每天我都要抽出大量的时间来复习生物书和笔记；对于老师在课堂上讲到的知识点，每一个都力求理解透彻；除了完成老师布置的练习以外，我还买了一本生物的复习资料，周末就在家自己进行额外练习。我要尽量保证在这一科上失分较少，甚至是不失分。

数学和物理两科主动控制力很差，因此采取“跟着老师走”的策略，不再增加额外的练习。对于平时发下来的练习题，我选择能做的就尽量做，实在做不出来的就不做。但是自己做过的而又没有做对的题，在老师评讲的时候要听懂并认真地做笔记。同时按照物理老师给我的建议，把书上相关的定理、公式等都背一背，但不刻意要求自己记得很清楚。

高三攻略科目

之后的计划篇六

第三周：班干部选择；

第四周：主题班会《有志者事竟成》；

第五周：强调班级，宿舍卫生工作；

第六周：组织学生投篮大赛；

第七周：对学生的生活，习惯，性格等跟家长沟通和摸底；

第八周：期中考试动员工作，考风考纪教育；

第九周：期中考试

第十周：主题班会《谈期中考试的得与失》；

第十一周：开一次班干部会议；

第十二周：继续强调规章管理

第十三周：主题班会《谈理想和现实》

第十四周：对学生的心理进行引导；

第十五周：期末复习动员；

第十六周：如何提高复习效率？

第十七周：答题竞赛

第十八周：期末考试

之后的计划篇七

1、延续阶段(5月中旬以前)：延续以前的学习方法，充分利用时间！

对于即将高考的高三学生来说，调整作息不能心急，初期复习要争分夺秒！

一位高三老师建议“在早上可适当早起加强学习，但以保证第二天上课不太疲劳为前提，中午时间视自己的具体情况可以学习或休息。”

这样做一是适当加长了学习时间，掌握更多知识。更重要的是增强了孩子的自信心，避免担忧失败心理。

千万要记住，加班加点的时候要以不影响第二天上课为前提，如果会影响上课效率，宁愿不加！

2、调整阶段(5月中到6月初)：调整复习节奏切换考试模式

“答题时思路不清，精力总是不集中，烦躁苦闷。”很多人在这一时期会出现所谓的“答题高原期”。这是多数学生必然出现的情况，这时考生需要的是改变前期的学习模式，切换到“考试模式”，“浏览以前考过的模拟卷，真正进行查缺补漏工作，不要再过多地做练习了”。

如果“高原反应”特别强烈，可以“做练习时降低难度。因为考前的模拟题目往往安排不合理，不完全符合高考试卷要求，还有就是复习久了有点麻木，答题的警惕性降低。”

二. 高三最后一个月各个科目复习方法总结

1、语文：夯实基础，注重积累

虽说语文考基础，短期冲刺不如长期积累有效。但所谓“临阵磨枪，不快也光”，只要复习策略运用得当，语文学科依然可以提分不少。

2、数学：找好支点，抓住增分点，把握好重点，突破难点

最后一个月复习是冲刺阶段，考生们面临最后冲刺训练，进行规范训练，掌握提分技巧，尽可能的得分。由于时间不多，时间要用在关键点上。

3、英语：梳理把握知识重点，科学训练应试技能

最后一个月，对于英语学科，考生们要提高答题思维和习惯的规范性，提升答题的速度和准确度。当然，更要注重归纳和反思，提升考生的应试技能。

4、物理：根据自己的实力和目标定位来确定复习思路

对物理学科，高考要求考生掌握五种能力：理解能力、推理能力、分析综合能力、应用数学处理物理问题的能力、实验

能力。

5、化学：精练高考真题，摸清问题所在

在吃透考纲的前提下，化学复习还学要注意精练高考真题，明确方向；摸清问题所在，对症下药；切实回归基础，提高能力。

6、生物：专题复习，精练习题

高考中，生物学科既有对教材基础知识的考查，也越来越注重对学生分析问题解决问题的能力，以及生物学素养的考查。

一方面要“题海捞金、精选精练”，另一方面要按照考纲要求做到考点细化联系，防止遗漏相关的知识点。

7、心理上：高考最后一个月，考生必须调整好自己的心理状态，好的心态是成功的一半，不要有太大的压力，这样会发挥失常，所以适当的放松自己，多和家长沟通，说出自己的担忧和顾虑，这样才会有更好的状态。

8、生活作息：高考最后一个月要调整好自己的作息时间，以保证高考的时候经历充沛，同时不要吃太油腻的东西，夏天到了，吃点清淡的，考生习惯吃什么就吃什么，不用特意改变食谱，但是要注意饮食健康。

高三攻略方法

之后的计划篇八

高考最后一个月是考生们非常重要的一个阶段，所以必须安排好高考最后一个月复习计划，这样才能稳中求胜。。下面是本站小编收集整理关于高考最后一个月学习计划以供大

家参考学习，希望大家喜欢。

横向复习与纵向复习

就是把试卷上从第一题到最后一题彻底掌握透彻。因为语文题型基本固定，这就要求学生研究每道题知识点的范围。语文试卷题中，从纵向上说，哪个题是考哪个知识点，考生拿到手里就应一目了然。高考时，虽然题目本身没见过，但题型很熟悉，就会使你不至于太慌乱，静下心来，其实哪一道题都是我们复习过的类型。建议模拟试卷无论横向还是纵向，尤其是在你认为的难点上，应在考前多做几遍。

作文应力求语言生动、情节感人

语文试卷中，除了80分的基础题，就是70分的作文。从最近3年考试的要求看，作文分两个等级给分，一个是基础等级，占50分；一个是发展等级，占20分。当初制定此标准的目的是为了奖励作文水平高的学生。但发展等级也不是高不可攀，它一共要求12条，其中，内容3条、材料3条、结构3条、语言3条，只要符合其中一条，就可在发展等级上得分。比如有一条要求是词语丰富、句式灵活就可加分，那么，只要你在你的文章中有三四个使用恰当的成语，就可称为语言丰富；在学过的句式里，有长句、短句、设问句、反问句和感叹句等，在写文章时，不妨灵活运用，使文章读起来流畅通顺、脍炙人口；在修辞上也要善于运用，像比喻、对比、排比等，尤其排比句，用起来气势恢弘，容易渲染感情。这些都是能在发展等级里得分的地方。

学生们的作文修养并不是靠这30天就能明显提高的，但是怎样才能保证通过最后一个月的复习，使高考作文可以拿到不错的分数呢？这就要做到力求语言通顺、材料丰富。这个时期，相信每个学生都已经积累了不少的素材，但至少也要熟练掌握7、8个短小精悍的材料，一材多用，材料要生动、形象、感人。比如，宣武区的一模作文题大意为：材料一，目前，中小学

生、青少年中因各种原因造成自杀率增高。有一个学校的语文老师讲完《生命》后布置给同学们一道题：假如你身边的亲友去世了，请写一篇悼文。材料二，西方很重视对青少年进行“死亡教育”，经常假设他们的父母或朋友突然死亡，他们会怎么办。要求：请面对“死亡”写一篇文章。

各类学生复习重点 对基础不同的学生来说，最后时期的复习也要因人而异。对于成绩优异的学生，在考前的这段时期，应按不同类型做出至少20道大题，并针对自己稍弱的地方着重练习。如还有剩余时间，再做几套综合试卷以巩固基础。对于成绩较差的同学，在这段时间还要广泛做题，以做题代知识，做一套题补一片知识点。自己研究错题的原因，出现一个错题，就要从根本上消灭它，争取高考时再遇到相同题型能够不丢分。另外，这类学生在基础题上一定要认真对待，选择和填空题的正确率一定要保证。是最后一个月里复习的重点。对于大题，如果时间上能保证，就一定要会一个步骤答一个步骤，千万别全部放弃。每一个学生都有自己的长处，比如你在立体几何题上有特长，就尽量把它答完整、答正确。

各类学生复习重点

对基础不同的学生来说，最后时期的复习也要因人而异。对于成绩优异的学生，在考前的这段时期，应按不同类型做出至少20道大题，并针对自己稍弱的地方着重练习。如还有剩余时间，再做几套综合试卷以巩固基础。对于成绩较差的同学，在这段时间还要广泛做题，以做题代知识，做一套题补一片知识点。自己研究错题的原因，出现一个错题，就要从根本上消灭它，争取高考时再遇到相同题型能够不丢分。另外，这类学生在基础题上一定要认真对待，选择和填空题的正确率一定要保证。是最后一个月里复习的重点。对于大题，如果时间上能保证，就一定要会一个步骤答一个步骤，千万别全部放弃。每一个学生都有自己的长处，比如你在立体几何题上有特长，就尽量把它答完整、答正确。

一、认真研究《高考考试说明》《高考考纲》

《高考考试说明》和《高考考纲》是每位考生必须熟悉的最权威最准确的高考信息，通过研究应明确“考什么”、“考多难”、“怎样考”这三个问题。

命题通常注意试题背景，强调数学思想，注重数学应用；试题强调问题性、启发性，突出基础性；重视通性通法，淡化特殊技巧，凸显数学的问题思考；强化主干知识；关注知识点的衔接，考察创新意识。

《高考考纲》明确指出“创新意识是理性思维的高层次表现”。因此试题都比较新颖，活泼。所以复习中你就要加强对新题型的练习，揭示问题的本质，创造性地解决问题。

二、多从思维的高度审视知识结构

高考数学试题一直注重对思维方法的考查，数学思维和方法是数学知识在更高层次上的抽象和概括。知识是思维能力的载体，因此通过对知识的考察达到考察数学思维的目的。你要建立各部分内容的知识网络；全面、准确地把握概念，在理解的基础上加强记忆；加强对易错、易混知识的梳理；要多角度、多方位地去理解问题的实质；体会数学思想和解题的方法。

三、换个方式看例题拓展思维空间

那些看课本和课本例题一看就懂，一做题就懵的高三学生一定要看这条！不少高三学生看书和看例题，往往看一下就过去了，因为看时往往觉得什么都懂，其实自己并没有理解透彻。所以，高分高考小编提醒各位高三学生，在看例题时，把解答盖住，自己去做，做完或做不出时再去看，这时要想一想，自己做的哪里与解答不同，哪里没想到，该注意什么，哪一种方法更好，还有没有另外的解法。

经过上面的训练，自己的思维空间扩展了，看问题也全面了。如果把题目的来源搞清了，在题后加上几个批注，说明此题的“题眼”及巧妙之处，收益将更大。

四、精做试题探究出题的目的

数学能力的提高离不开做题，“熟能生巧”这个简单的道理大家都懂。但做题不是搞题海战术，要通过一题联想到很多题。你要着重研究解题的思维过程，弄清基本数学知识和基本数学思想在解题中的意义和作用，研究运用不同的思维方法解决同一数学问题的多条途径，在分析解决问题的过程中既构建知识的横向联系又养成多角度思考问题的习惯。

一节课与其抓紧时间大汗淋漓地做二、三十道考查思路重复的题，不如深入透彻地掌握一道典型题。例如深入理解一个概念的多种内涵，对一个典型题，尽力做到从多条思路用多种方法处理，即一题多解；对具有共性的问题要努力摸索规律，即多题一解；不断改变题目的条件，从各个侧面去检验自己的知识，即一题多变。

一道题的价值不在于做对、做会，而在于你明白了这题想考你什么。从这个角度去领悟题，不仅可以快速的找到解题的突破口，而且不容易进入出题老师设置的陷阱。

五、学会优化解题过程

解题上要抓好三个字：数，式，形；阅读、审题和表述上要实现数学的三种语言自如转化（文字语言、符号语言、图形语言）。要重视和加强选择题的训练和研究。不能仅仅满足于答案正确，还要学会优化解题过程，追求解题质量，少费时，多办事，以赢得足够的时间思考解答高档题。

要不断积累解选择题的经验，尽可能小题小做，除直接法外，还要灵活运用特殊值法、排除法、检验法、数形结合法、估

计法来解题。在做解答题时，书写要简明、扼要、规范，不要“小题大做”，只要写出“得分点”即可。

六、分析试卷总结经验

每次考试结束试卷发下来，要认真分析得失，总结经验教训。特别是将试卷中出现的错误进行分类。

(1) 遗憾之错。就是分明会做，反而做错了的题；

(2) 似非之错。记忆得不准确，理解得不够透彻，应用得不够自如；回答不严密、不完整等等。

(3) 无为之错。由于不会答错了或猜的，或者根本没有答，这是无思路、不理解，更谈不上应用的问题。原因找到后就消除遗憾、弄懂似非、力争有为。

切实解决“会而不对、对而不全”的老大难问题。

七、错一次反思一次

每次考试或多或少会发生些错误，这并不可怕，要紧的是避免类似的错误在今后的考试中重现。因此平时注意把错题记下来，做错题笔记包括三个方面：

(1) 记下错误是什么，最好用红笔划出。

(2) 错误原因是什么，从审题、题目归类、重现知识和找出答案四个环节来分析。

(3) 错误纠正方法及注意事项。根据错误原因的分析提出纠正方法并提醒自己下次碰到类似的情况应注意些什么。

你若能将每次考试或练习中出现的错误记录下来分析，并尽力保证在下次考试时不发生同样错误，那么在高考时发生错

误的概率就会大大减少。

八、把好的做法形成一种习惯

柏拉图说：“优秀是一种习惯”。好的习惯终生受益，不好的习惯终生后悔、吃亏。如“审题之错”是否出在急于求成？可采取“一慢一快”战术，即审题要慢，要看清楚，步骤要到位，动作要快，步步为营，稳中求快，立足于一次成功，不要养成唯恐做不完，匆匆忙忙抢着做，寄希望于检查的坏习惯。

另外将平常的考试看成是积累考试经验的重要途径，把平时考试当作高考，从各方面不断的调试，逐步适应。注意书写规范，重要步骤不能丢，丢步骤等于丢分。根据解答题评卷实行“分段评分”的特点，你不妨做个心理换位，根据自己的实际情况，从平时做作业“全做全对”的要求中，转移到“立足于完成部分题目或题目的部分”上来，不要在一道题上花费太多时间，有时放弃可能是最佳选择。

2、第二周：进入重点内容的复习和练习。重点内容还是放在最有把握拿分的基础题、中等题、重点题型以及一些创新题上。值得一提的是：越到后期各地的模拟试题就越多，所以不要随意做套题，更加不要轻易相信所谓的高考信息。

3、第三周：重点对付以往的错题或回炉题。错题回顾，旧题新做。备考的一个重要策略是减少失分。在考场上，只要少失分，就能多得分。

4、第四周：平稳过渡，适当保温，调整考试生物钟，把最佳状态调整到高考考试的时段。本周要防止走向两个极端：一是完全放松，二是加班加点。前者过分放松，后者又过度紧张，所以两者都不可取。正确的态度是适度紧张，每天在考试的相应时段进入状态，保留一定的考试感觉。平静当中有紧张，紧张之余会放松。

之后的计划篇九

- 1、总结暑假工作，提出新学期要求，做好新学期打算。
- 2、学习《小学生日常行为规范》和《学校管理条例》。
- 3、抓好学生常规，早日进入正常秩序。

第二周

- 1、组织好教师节主题班队会活动。
- 2、进行习惯养成教育，形成良好行为习惯。

第三周

- 1、继续抓好常规教育，进行常规训练
- 2、加强劳动观念教育，搞好个人和集体卫生。

第四周

- 1、进行手抄报比赛。
- 2、继续抓好常规教育，行为习惯养成教育。

第五周

- 1、庆“十一”，进行爱国主义教育。
- 2、进行班级朗诵比赛。

第六周

- 1、对学生进行安全教育。

2、培养学生的参与意识和集体主义精神。

第七周

1、继续抓好纪律和学习目的教育。

2、进行班级英语竞赛。

第八周1、继续抓好课堂常规教育。

2、进行尊敬父母的教育。

第九周1、进行数学竞赛。

2、培养学生正确的是非观念。

第十周1、准备期中考试。

2、继续抓好法制和安全教育。

第十一周1、向学生进行学习目的教育，抓好复习教育。

2、期中考试。

第十二周1、总结期中考试，吸取经验教训。

2、教育学生树立正确的学习目的教育和审美观念。

第十三周1、向学生进行爱国主义教育。

2、对学生进行安全教育、集体主义教育。

第十四周1、进行勤俭节约教育。

2、对学生进行爱护公物教育。

第十五周1、准备阅读比赛。

2、进行数学实践操作比赛。

第十六周1、培养学生的集体主义观念。

2、教育学生早睡早起，不能因天冷而贪眠。

第十七周1、再次进行学习目的的教育。

2、评选班级文明学生。

第十八周1、继续巩固上周活动内容。

2、举行班级庆元旦演出。

第十九周1、制定复习计划，鼓励学生努力学习。

2、学习三好学生评选条件，准备评比。

第二十周1、搞好各类评比，树立榜样。

2、加强安全教育，做好放假前的准备工作

之后的计划篇十

刚进高三时，李伟被分到了学校的重点班，班上高手如云。那时他的语文每次考试成绩总是在100到110分之间浮动，他意识到这样的成绩在高考中对他是很不利的。因此，在平时他就有意识地把语文放在优先地位，也为此制定了学习计划。

在实施计划过程中，李伟主要还是跟着老师的节奏走。第一轮复习主要是回顾课本，掌握基础知识。“这一阶段一定要做到扎实，老师布置的任务一定要不折不扣地完成，如果将任务拖到第二轮复习，那就麻烦了。”

除了跟上老师复习的进度，李伟自己还另有“独门诀窍”。他平时随身带有几个小笔记本，其中两个就用在语文方面。一个是专门的字、词集锦，将平时所见的容易误读的字和容易望文生义的词语(主要是成语)全部收录，然后利用晨读大声朗读以加强记忆；一个是文摘集锦，专门收集一些俗语或从报刊中摘录一些他认为比较好的文章、段落、句子等，如果摘录的东西太长，就把它裁剪下来粘贴到本子上，晚上睡觉时躺在床上拿出来翻翻，这样既可以记忆也可以催眠。

另外，李伟晚上躺在床上还要做一件事，在他的枕头边长期放了一本成语词典，每晚睡觉前他都要看4条成语。他说，不要认为每次看得少，一旦长期坚持下来，一年就会记住1000多条成语。

“直到后来我才发现这些积累对我有多重要。因为我在今年高考中，前三道考查语音、字、词、句的大题中，自己一分未失。”

2、文言文：硬骨头天天啃

说到文言文，它在语文试卷中虽然只占20分左右，却是一块难啃的硬骨头。很多考生一提到文言文就害怕三分，因为古代的语言习惯与现在有很大区别。而李伟对付文言文也有自己的方式。

他讲究的也是积累，按他的话说就是平时要多翻翻文言文字典。他认为，很多学生觉得文言文难，就是难在一些实词和虚词上。其实，对于文言实词和虚词的用法，没必要要求全，只要能掌握考试大纲规定的文言实词和虚词的用法以及一些特殊的例句即可。

李伟说，其实考试大纲中要求掌握的文言实词和虚词也不多，要求掌握的文言实词有100个左右，而文言虚词只有18个，如果再把把这些分摊到每天去学习的话，量就很小了。关键李伟

这样做了。

这样的坚持让李伟在平时考试中的出错率大大降低，在进入第三轮复习之后，文言文选择题部分他每次保持全对，就是在高考中文言文阅读的选择题部分也是一分都没溜走，并且整个文言文部分只丢掉了一分。

3、大语文：广摄取活应用

语文无处不在，生活的各个领域都离不开，所以李伟在语文的学习中很强调大语文观，他很注重广泛摄取，形成一定的积累，然后试着灵活应用。他说，大语文观要我们平时学会注意周围，其实周围有很多我们书本上学不到的东西，而这些往往就在于你经意与不经意之间。比如校园内张贴的一些名人名言、电视或广告牌上的广告词等，这些都可以去留意并形成积累，以备用时之需。

李伟平时的“留意”也没让他白费精力，就在高考前学校的一次模拟考试中，有一道题是要求考生给超市拟一副对联。如果李伟全靠自己去想去编的话，一是时间不允许他多想，二是自己想的未必就能得高分。当时李伟就想起了自己有一次在逛一家超市时看到过的一副对联，所以他就把那副对联给搬了上去，最后还得了个满分。

4、作文：凤头豹尾还求新

虽然李伟的语文取得了144分的优异成绩，但他还是有遗憾。他说作文本来就是他的强项，但遗憾的是他仅以一分之差未能获得满分。

对于作文，李伟自然也有“胜经”一套。他说，作文是语文考试的重头戏，也是很多同学不易得高分的部分。老师常常讲作文的注意事项，可别轻视这些事项，它们往往是作文制胜的法宝。

首先，要重视卷面，即要书写工整——书写潦草是作文的大忌，出现这种情况，阅卷老师在心中给你扣掉的印象分可能不止5分，甚至是一个档次的问题。其次，掌握好文章的两头——凤头，短小精悍；豹尾，刚劲有力。在平凡中力求创新，多运用一些名言名句，多运用一些修辞会令你的文章增色不少。最后，还要注意文章标题的制作，标题不可太俗气，这样会令人觉得你水平一般。平时多模仿一下报刊上的优秀标题，必要的时候采用拿来主义，也不失为一种好办法。