

# 2023年准高一暑假计划时间表(汇总5篇)

光阴的迅速，一眨眼就过去了，很快就要开展新的工作了，来为今后的学习制定一份计划。通过制定计划，我们可以更好地实现我们的目标，提高工作效率，使我们的生活更加有序和有意义。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。

## 准高一暑假计划时间表篇一

- 1、认真完成作业，课前预习，课后复习；
- 2、上课认真听讲，积极思考老师提出的问题；
- 3、每个科目一个准备错题本，每天作业里出现的错题要积累；
- 4、课堂没掌握的部分，课后要去问老师，今日事今日毕。

二

### 1、语文

- 1) 背诵书本里要求背诵的内容；
- 2) 每天阅读课外书不少于30分钟，看完之后写一篇读后感；
- 3) 每一周，记一次周记和积累；

### 2、数学

- 1) 熟记所学公式；
- 2) 每天一篇小题狂做，先打基础，再求提高；

3) 学完一章，做单元小结卷，检测学习情况；

4) 后期可以尝试做做稍微有点难度的题目；

### 3、英语

1) 听。每天听英语磁带不少于30分钟；

3) 读。通读全书不少于30分钟，包括单词表和课外的音标；

4) 写。一周写一篇不少于120词的英语小作文，听写课后单词并且默写音标；

### 4、文综

1) 多了解一些课外的相关知识来辅助政史地的学习；

2) 把每天学的知识都整理出来进行背诵，一天背一点点，期末的压力就不大了；

3) 课后也可以找些题目来做，巩固知识；

### 5、理综

1) 每天背诵并默写公式；

2) 找课外题目，完成自己当天所学的那一课的习题；

3) 认真做好每一个实验并记录，因为自己动手做过，记忆会更加深刻；

1、薄弱科目达到60分，其他科目都在原基础上提高10分；

2、养成良好的学习习惯，提高学习效率。

新学期里，我会严格按照此计划进行，必要的时候会根据实际情况稍作改动。但我相信，只要我坚持这条路不变，我下个学期的学业一定可以有个很大的提升！

## 准高一暑假计划时间表篇二

为培养学生的吃苦耐劳、提高班级团队精神，使学生逐步养成良好的行为习惯和自我素质的提高，激发出学生爱国、爱校、爱班集体的情怀，为此学校根据上级部门的要求，决定8月15日起对高一新生进行为期7天的军事训练。

训练时间：8月15日~8月22日

15日下午第四节课教官进入班级熟悉情况，2:50将教官接到学校，3:30-4:00与学生见面，提出要求。4:10-5:00内务训练。16日早上7:00~11:00进行军训动员大会和军事训练，下午进行学生行为习惯、一日常规、学习规范。班级通过对《学生手册》的学习制定出班级公约，同时进行爱校教育和文化课衔接，按上级(如上午下雨，改成内务和军事教育课)

(1) 学生军训的主要科目为：队列训练、跑操训练、内务训练三项，进行一次内务训练和评比；军训结束由教官评出每班5名优秀学员，最后进行会操表演。

(2) 在军训期间班主任要全程陪同，始终参与，协助教官做好管理工作，充分了解学生的身体状况，注意安全防范，做好防暑降温工作(全程由校医参与)，每日做好总结工作。

(3) 军训期间，每天早上7:00由教官负责将学生整队带出教室到大操场训练，训练结束后由教官整队将学生带入教室交予班主任。班主任与教官做好交接工作，以防学生无故旷课和缺席。

(1) 德育教育

## (2) 文化教育

由年级组统一安排，进行衔接教学和德育教育，进行急救培训。

军训结束后，学生处要对班级德育教育给以检查考核，军事训练由部队教官共同给出考核结果，文化教育由年级安排统一考核。根据要求给以一定学分。根据情况进行高一会操表演。

组 长： 曾ZZX

副组长： 周XX

组 员： 各高一班主任 李XX

XX中学学生处

## 准高一暑假计划时间表篇三

根据自己的身体状态，确定每天学习时间，看书，就要把能掌握的知识点搞清楚。

1、合理。制定自己能够完成的计划，不要使自己闲着，也不要使自己过于紧张。

2、循序渐进。隔一段时间，就要提高每天完成的学习任务的量和深度

转入正题，下面这些平时就可以开始练习了，到高三就一定要熟练了，还有平时就要注意考试心态的培养，哪也是一个得高分的关键！

关于理科的复习与练习，首先是公式，对公式要非常熟悉，

公式中每个字母的含义，公式的推导，公式的使用对象，这些是很重要的，从现在开始，把各科所有公式分类并用一个本子整理一遍，做题的时候强化这些公式的记忆与使用，做到看到题目就知道要用到什么公式，以及清楚公式中字母对应的数字，在平时做练习题时，就要要求自己写出题目已知什么，未知什么，求什么，相关公式，这些都清楚了在解答。考试时当然不用写出来，但自己必须清楚。

关于化学：把整本书的所有化学方程式抄一遍到本子上，有时间就写一写，要能相当熟练的写出他们，记住并熟悉那几个特殊的，同时知道每个化学反应的现象，包括颜色，气味，形态等的变化，还有就是记住化学物的颜色，状态，气味，比如哪些物质是固体，白色沉淀有哪些..

关于数学：整理方程，公式，不是整理出来就可以，主要是熟知如何使用他们，熟悉函数图像，能准确的画出图像，并灵活运用图像，有时不会计算画个图就能知道答案。

关于物理：分类整理公式，熟悉并能运用，做题时要理解题目描述的过程。

科学的、实际的个人学习计划。一定能提高学习成绩

## 准高一暑假计划时间表篇四

看书，就要把能掌握的知识点搞清楚。

2. 制定学习计划的基本原则：

二、合理。制定自己能够完成的计划，不要使自己闲着，也不要使自己过于紧张。

三、循序渐进。隔一段时间，就要提高每天完成的学习任务的量和深度

前提是：晚上10:30点睡，早上6:30起。必须保证充足的睡眠及良好的精神状态。刚进入高二不用太苛求自己，因为还有一些课程还没有学完，不用急于转入复习阶段，高二上学期要做的是把新学的东西学会学牢。另外就是巩固基础，有空就看看以前学过的东西，积少成多，并且在这一学期中，对自己进行一个查漏，看看自己在哪些知识点上是不牢靠的，自己心里要明白，复习与学习才有一个方向和方法，转入正题，下面这些平时就可以开始练习了，到高三就一定要熟练了，还有平时就要注意考试心态的培养，哪也是一个得高分的关键！

关于理科的复习与练习，首先是公式，对公式要非常熟悉，公式中每个字母的含义，公式的推导，公式的使用对象，这些是很重要的，从现在开始，把各科所有公式分类并用一个本子整理一遍，做题的时候强化这些公式的记忆与使用，做到看到题目就知道要用到什么公式，以及清楚公式中字母对应的数字，在平时做练习题时，就要要求自己写出题目已知什么，未知什么，求什么，相关公式，这些都清楚了在解答。考试时当然不用写出来，但自己必须清楚。

关于化学：把整本书的所有化学方程式抄一遍到本子上，有时间就写一写，要能相当熟练的写出他们，记住并熟悉那几个特殊的，同时知道每个化学反应的现象，包括颜色，气味，形态等的变化，还有就是记住化学物的颜色，状态，气味，比如哪些物质是固体，白色沉淀有哪些..

关于数学：整理方程，公式，不是整理出来就可以，主要是熟知如何使用他们，熟悉函数图像，能准确的画出图像，并灵活运用图像，有时不会计算画个图就能知道答案。

关于物理：分类整理公式，熟悉并能运用，做题时要理解题目描述的过程。

## 准高一暑假计划时间表篇五

转入正题，下面这些平时就可以开始练习了，到高三就一定要熟练了，还有平时就要注意考试心态的培养，哪也是一个得高分的关键！

关于理科的复习与练习，首先是公式，对公式要非常熟悉，公式中每个字母的含义，公式的推导，公式的使用对象，这些是很重要的，从现在开始，把各科所有公式分类并用一个本子整理一遍，做题的时候强化这些公式的记忆与使用，做到看到题目就知道要用到什么公式，以及清楚公式中字母对应的数字，在平时做练习题时，就要要求自己写出题目已知什么，未知什么，求什么，相关公式，这些都清楚了在解答。考试时当然不用写出来，但自己必须清楚。

关于化学：把整本书的所有化学方程式抄一遍到本子上，有时间就写一写，要能相当熟练的写出他们，记住并熟悉那几个特殊的，同时知道每个化学反应的现象，包括颜色，气味，形态等的变化，还有就是记住化学物的颜色，状态，气味，比如哪些物质是固体，白色沉淀有哪些..

关于数学：整理方程，公式，不是整理出来就可以，主要是熟知如何使用他们，熟悉函数图像，能准确的画出图像，并灵活运用图像，有时不会计算画个图就能知道答案。

关于物理：分类整理公式，熟悉并能运用，做题时要理解题目描述的过程。

科学的、实际的个人学习计划。一定能提高学习成绩