

最新高三学生寒假计划表 高三学生寒假 临考准备计划(实用8篇)

大学规划应该考虑自己的专业特长和兴趣爱好，并结合市场需求做出合理的选择。小编为大家整理了一些规划计划的案例，希望能给大家启示。

高三学生寒假计划表篇一

生物学离不开社会生产、生活实践，离不开自然环境。因此在复习过程中要注意结合自然现象、生产生活实际，运用所学知识对自然现象或社会事物进行系统的分析和多角度的描述，加强实践体验与创新思维的训练，促进学科知识的交叉与渗透，从而提高实践能力与创新能力。

实验复习时，学生关键要掌握的是实验思想和实验方法。注意科学思维能力的培养，科学思维能力是生物学实验达到预期实验目标的核心，是发挥学生实验能动性的关键环节。

学霸菌真心希望每个人都能将复习状态调整到最佳，高效率、高质量地完成自己的复习计划！

高三学生寒假计划表篇二

很多经历过高考的学生都有这样的感觉，那就是在高考的各个科目中，英语是比较容易在较短时间内提分的科目之一。因此，在高三寒假期间，很多学生非常重视英语的复习。对此，倍加中小学个性化教育和现代教育的老师建议说，高考之前英语的复习应重点打牢基础，并提高实际运用语言的能力。每个学生都要了解一下在词汇、语法、惯用法这三个方面，自己最差的地方在哪里，在最差的地方多下工夫。现代教育的高老师建议，首先必须充分认识词汇的重要性。词汇表里的词汇必须背得滚瓜烂熟，制定一个词汇的背诵和复习

计划。记单词是令很多学生头疼的问题，记忆过的单词过不久就会忘记，这是很正常的，但并不代表永远记不住，要多次重复记忆并联系相关问题记忆，可以将一个单词放到一句话中去记忆，既记忆了单词又潜移默化的对语法知识和写作有所帮助。

其次，重视实战。语法知识、惯用法当然很重要，可是如果抱着一本语法书研究，可能是效率最低的学习方法。不断做题目、对答案、抄下自己做错的题目、回过头来再研究语法和惯用法，可能是效率比较高的方法。在做题的同时要把知识系统化、网络化，并悟出特点、悟出规律、悟出方法，以达到熟能生巧、事半功倍的效果。可以联系教材和考试题型，梳理出易考题型和知识点。例如：词类对动词的考察占相当大比重，形容词、名词和副词也是学习的重点，语法角度讲，则仍然关于动词的有时态和语态，状语从句、定语从句和名词性从句、非谓语从句等要把握规律重点理解，而无论是语法知识考察还是完型填空及改错甚至写作，主谓一致、强调句型和倒装句都是易错点，有了这样的深入认识，在复习和答题时也可以时刻提醒自己注意。

阅读理解是高考中占分最高的题型，利用寒假的空暇时间，每天读一些题材不同而又符合自己程度的语篇，是备考中不可或缺的部分。可利用每天起床前的半小时，阅读几篇文章。务求读懂全文，切不可“浮光掠影”。对于较长较难的文章，可采用先读问题与选项，后读文章的办法。答完所有的题后，可以再快读一遍文章，逐一校对各题答案，查看答案是否前后照应，并在关键的地方结合上下文认真思考。

听力的提高是一个潜移默化的过程，是与学生的听力训练时间成正比。每天保持一定量的听力，训练并保持听觉的灵敏度才会有所提高。走亲访友或宴会吃饭的间隙，用mp3或者随身听练习听力，不仅方便也很可行。不过记住，听的时候要确保用心听，碰到听不懂或理解错的部分可以在事后对照答案和参考，切忌自以为听懂了大概却抓不住关键信息的做

法。

最新

高三学生寒假计划表篇三

首先我要做的就是规划好自己的时间，制定一个学习计划表，不要把这个寒假当做是在放假，而是要和学校有着一样的作息时间和学习的时间，这样才能够有一个好的学习计划，在开学的时候就能够很快的调整好自己的状态投入学习。我会严格的按照学校的作息来安排我的学习时间和休息的时间，就像是在家里上一整天的自习课一样，自己自觉的学习。把每天的时间都分为早中晚三个部分，每一个部分都有一个学习的重点。

这个寒假的时间是比较的短的，在完成了假期作业之后其实是没有很多的时间学习的，所以我就必须要认真的做我的假期作业，遇到不会的就知道自己有哪些知识点没有学好，抓紧时间去查漏补缺，尽量的找出自己所有没有学好的地方，努力的把所有的知识点都学会了。我的计划是上午是写寒假作业的时间，下午就是把在上午的时候遇到的一些问题和难题都解决掉，晚上就做自己买的习题，还有预习。上午复习，下午解决问题，晚上刷题。

虽然老师们在这个学期末已经教学了很多高三下学期的内容，但是因为时间的原因也只教学了一小部分，所以我决定在假期的时候自己先预习一下，这样在做题的时候遇到了相关的内容我也能够尝试着去做。我买的习题册都是高考的模拟卷或者高考的真题，我的想法是就算遇到没有学到的也要尝试着去做，这样自己在做的过程中就能够产生一些疑问，在将来老师教授这一部分的时候，我就能够有重点的去听，我也知道上课的时候是必须要认真的听的，但我的精力也是有限的，所以还是需要有一个重点。

我相信在假期的时候我如果能够按照自己制定的学习计划来学习的话，在新的学期开始的时候我一定会有进步的。当然在过年的时候我还是可以适当的休息一下的，也让自己稍微的放松一下。

高三学生寒假计划表篇四

时间过得飞快，成绩已属于过去，新一轮的学习生活即将来临，一起来学习写学习计划，为今后的学习制定一份计划吧。学习计划怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编精心整理的寒假高三学生备战高考学习计划，仅供参考，欢迎大家阅读。

这个寒假是高考前的最后一个假期，对高三毕业班的学生来讲，这二十多天可以说是时间宝贵，必须做好计划，找到最适合的学习方法提高成绩。为得到较好的复习效果，崔爽在放假之初就为自己精心制订了详细的`学习计划和作息安排。

不同时段学法各异

对高三学生而言，这个寒假是高考前最后一段较长的时间，可以自主学习、自己安排，崔爽说：“如果把寒假学习时间安排得太零散，感觉挺可惜。”她根据自己的实际情况，按时段安排学习内容。

白天精力比较充沛，学习效率最高，适合进行集中训练。她利用整块的时间，主要进行套题训练，要求所有科目都要在规定的时间内完成，不断熟悉高考状态。

长时间的学习容易疲劳，必须穿插一些调整和休息的时间。在这段零散的时间里，可以念念单词、看看基础知识，不必强迫记忆，熟悉熟悉即可。

晚上的学习，主要针对白天各科学习中遇到的问题，对照标准答案和笔记逐一解决，适当总结梳理。

不同学科各有妙招

语文学科，崔爽建议大家要注意基础知识的储备整理，包括字音、字形、成语等，“要想得高分，高考语文试卷的前四道选择题是不能失分的”；文言文的18个虚词必须要熟练掌握，每个意思还应记住几个例句。假期做套题时，每个作文题目都要认真思考，可以简单列出提纲，从每个角度联想出相关的事例及名言。

英语学科，每天都要保证做2-3篇阅读，培养语感。复习五册英语书的词汇，推荐一个好办法就是，先背一个单元单词，再听对应的课文，单词记得快而且听力也有提高。如果还有时间，建议大家多阅读或朗读课文。

理科学习，要重视平时出错的题目，往往能暴露出学习中的问题，要认真分析原因。如果是由于知识的遗忘或模糊，一定要把这一部分相关的知识重新复习一遍。一个不错的方法是，针对错题的相关概念进行归纳和小结。

寒假学习计划和作息安排

学习数学和外语；

中午休息半小时；

整理这一天学习当中的

问题、改错并归纳。

23:00上床，听20分钟

外语，然后休息。

高三学生寒假计划表篇五

时间的脚步是无声的，它在不经意间流逝，成绩已属于过去，新一轮的工作即将来临，来为以后的工作做一份计划吧。计划到底怎么拟定才合适呢？下面是小编精心整理的高三学生寒假自主复习行动计划，仅供参考，希望能够帮助到大家。

随着期末考试的结束，高三学生将度过一个短暂的寒假。由于高三备考的特殊性，再加上寒假结束后很快将迎来高三第一次模拟考，所以在适当放松减压的同时，请别忘了自己的特殊身份——未来的高考考生。为了过上一个充实而又富有意义的寒假，高三学生必须为自己制订一个切实有效的自主复习计划。

重点知识通常指主干知识、常考点、易错易混淆点、重点和难点。在复习资料中梳理出主干知识点；在各次的月考试题中找出常考点，列出易错和易混淆点，圈出重点和难点，梳理出自己到目前还比较薄弱的知识点。建议可在笔记本或几张八开的白纸上分类列表写出来，以便统揽全局，一目了然，心中有数。

把本学期出现在各次练习或月考试题中的错误进行一次全方位的分类和回顾。错题包括几个方面：一是知识性的错误；二是综合能力方面的缺失；三是答题方法和策略方面的失误；四是应试规范性方面的失误。这部分同样可以分类列出清单，作为今后应试的重要提醒。

基础知识必须通过基础练习来保温和巩固，每天坚持做一点基础练习有助于保持适当的做题感觉和保持一定的兴奋度。基础练习是一种保温型的练习，基础知识力求系统、全面、熟练和准确。对于前一阶段知识上的缺漏，要及时强化补救，基础练习与查缺补漏结合起来是一种行之有效的学习方式。

课外阅读一直是高三学生比较薄弱的地方，由于平时复习比

较紧张，所以根本没办法抽空进行课外阅读。寒假期间时间相对集中，所以可以在这方面适当强化。特别值得一提的是，从语文作文的角度来考虑，要多看一些时政方面的重要评论文章。一是把握时代的脉搏，二是了解一些重要的观点，三是积累一些鲜活的写作素材；从英语考试的角度来看，多看一些来自近期报刊不同话题的鲜活文章。一是为了积累一些背景知识，二是扩展词汇量，三是提高阅读速度。

假期复习是一种平衡性和调节性的自主复习，一方面要落实复习内容，另一方面要注意平衡与放松。所以每天必须坚持半小时以上的课外调节性活动，以便保持良好的学习状态和保证复习的效果。

根据以往的经验来看，每逢假期结束的时候就是学生最疲倦的时候。由于假期不注意合理调控，所以假后综合症特别明显，而且通常要几天才能恢复正常状态，所以在寒假快要结束的前几天进行一次自主测试是完全必要的。具体安排可以按照平时月考的时间安排：分别按四个时段安排四个学科的测试（自己把握时间：语数外理综）。

高三学生寒假计划表篇六

高考前的最后这个寒假怎么安排？对于寒假的高考复习很重要的一点还是心态，“态度决定一切”。最好的心态就是：严谨而放松。

严谨是迈入高考战场必不可少的品质，不妨反复告诉自己，这是高中生涯最后一个寒假，这是高考冲刺前最后一个自我主宰的时段，没有退路，当真正明白了这一点后，就能够严谨地安排好寒假，踏实并有条不紊地完成每一件事。

另外，严谨还体现在假期作息上面。假期可以少安排一些学习任务，但是作息方面，最好跟上学的时候一致，在学校几

点起床，几点睡觉，几点午休，午休多长时间，都应该严格执行。否则高三第二学期一开学又要重新调整生物钟，在调整生物钟的时间里，很有可能白天上课没精神想睡觉，晚上又睡不着，导致学习效率低下。

当然，行为上的严谨不代表着心理上的紧张。面对寒假，无须恐慌，要学会放松。寒假复习也并不是要完全隔绝娱乐休息，事实上劳逸结合，反而能够提高学习效率。每天规划好学习时间，把状态最好的时间用在学习上。

在把握好轻重缓急基础上，为自己合理减压。例如，可以在吃饭时看一些电视新闻节目；也可以在休息时阅读一些读物，与父母聊聊天也是减压的良方。

使用巧劲，有针对性突破

除了心态，方法也至关重要。针对高考，建议有三：

一、梳理知识，形成逻辑导图。

已经完成了一轮的复习，经历了一学期高强度的练习与考试，作为高三学生必须学会梳理好自己的知识框架，串联起每个科目中的知识点，抓住逻辑脉络。最好能够做到看着目录，能够将每个学科两年半以来所学的一切有条理地梳理下来，形成自身的逻辑导图。

二、查缺补漏，坚信基础为王。

经历过多次考试历练，其实不难发现，在学习上真正屹立不倒的往往是身边那些基础最扎实的同学。因此，抓紧时间对于自身缺漏进行针对性突破是相当重要的，尤其对于自身的弱势科目，夯实基础才是最佳的选择。

三、训练速度，提升学习效率。

越发临近高考，文理综扑面而来，很多人都会觉得时间不够答不完卷子，寒假正是解决这一问题的最佳时机。通过训练提升自身解题效率，寻找解决同类题型的一般性套路，多思考多总结答题技巧，对自身答题顺序进行适当摸索，合理安排以期达到答题效率最大化。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

高三学生寒假计划表篇七

健康的身体是紧张复习的基础，良好的精神状态是高效复习的保证。考生经过一个学期的紧张复习，深感身心疲惫。好不容易熬到了一个假期，确实该好好地休息一下，使心灵得到放松，精神得到调整。尽管高三学生大多都感到时间总是不够用，还有很多东西需要学，但人毕竟不是机器，即是机器也要定期进行保养，只有这样，才能开足马力高速运转。文武之道，有张有弛，劳逸结合，相得益彰。寒假是漫漫复习路上的驿站。在假期好好过把瞌睡瘾，睡它个天昏地暗；好好与亲朋好友团聚，尽享家庭亲情的温暖；抽空陪家人到公园、田野漫步……从而使紧张的心情放松、使疲惫的大脑得到缓冲。

当然，凡事都要有个度。对高三学生来说，虽是假期，也不可给自己彻底“放假”。不能天天躺在床上睡大觉，不能无休止地玩，更不可迷恋网络游戏、言情武打小说。因为你还有很多知识需要学习，别忘了高考这个大目标。生命之中最快乐的是拼搏，最痛苦的是懒散。学习要耐得住寂寞、抵御住诱惑，“业精于勤，荒于嬉”，我们应该用理性战胜惰性。如果你白白浪费了一个假期的时间，即使到了下学期开学也很难把浮躁的心很快收回。

二、制订复习计划

寒假虽只有半个月左右的时间，但对于分秒必争的高三复习来说，也算是一个不小的整块时间了。如果能把假期有效地利用好，从某种程度来说，可能会比在校正常复习效果还好。因为在校有统一的时间，课堂上有老师有计划的讲解。学生几乎没有自主学习的时间，很难根据自身的实际弥补学习的不足。假期就不一样了，时间完全由你支配，你可以根据自身的学习情况来安排复习。如果物理是拉后腿的学科，你就可以利用这个时间来系统弥补物理的不足；如果你的基本概念不牢，知识体系不完整，你就可以系统地对各科进行查漏补缺。假期在家复习还有一大好处：“静”。你听不到了那教室的喧闹，离开了同学之间的相互干扰，抛开了各种纪律约束，也没了考试、排名的烦恼。

“凡事预则立，不预则废。”要想提高复习效率，首先要制订一个符合自身实际的“假期复习计划”。不能跟着感觉走：想啥时候学啥时候学、学到哪儿算到哪儿。制订计划应分两部分：一部分是复习内容的计划。复习内容要有针对性，找准薄弱环节，分清轻重缓急；另一部分是时间的安排。时间的计划应分两方面：一是假期整体时间的安排，比如，大年初一休息和家人团聚，初二串亲访友，初三下午约同学去踢球，其他时间用来学习等；二是每天的时间也要有具体安排，比如，早晨几点起床，晚上几点休息，上下午时间怎样利用等。在这里我顺便提醒一点：早上晚起会儿，晚上多学会儿是可以

的，毕竟是假期嘛。但常见的现象是：相当一部分学生早晨不吃饭，睡到10点还不想起床，晚上到两三点还不休息。这样不好，人的生物钟是有规律的。一旦打乱，开学后很难适应正常的作息时间，这会直接影响下学期的复习。

三、落实计划是关键

计划好制订，落实是关键。请不要当计划的巨人，行动的矮子。为了使你的假期的复习任务落实到每天的学习之中，我建议同学们把你的学习计划及时间安排贴在书桌前。醒目的计划会时刻提醒你，当你有松懈的想法时，看看它就会驱逐你的惰性，唤醒你的激情。长计划，短安排，把握今天最重要。为了避免随意性，真正把学习任务落到实处，应把每天的学习任务、学习时间具体化。

下面是一个参考：早晨6：30起床，锻炼20分钟身体，随后背英语单词30分钟；吃完早饭，8：00~10：00，趁思维活跃，精力充沛，先完成假期的重点任务：补“瘸腿科”；10：00~10：30看30分钟体育节目，调节一下大脑；语文重在平时积累，作文更要多写多练，10：30~11：30完成一篇作文；11：30~12：00看一些英语的课外读物，以扩大知识面。午休40分钟。下午2：30~4：30完成由老师布置的数学模拟试卷，为开学后的模拟考试做准备；4：30~5：00听30分钟音乐，放松一下心情；5：00~6：00复习英语。晚饭后7：00~9：00对物理、化学、生物学科的基础知识、基本概念查漏补缺；9：00~9：30，看一些自己喜欢的课外书，比如《青年文摘》什么的，其实这既是消遣也是学习；9：30~11：00归类整理模拟试卷的错题档案；11：30休息。在学习时还要注意适时转换学习内容，大脑会有一个新鲜感，从而提高学习效率。想想看，当你按计划完成一天的学习任务时，伸伸懒腰，离开书桌时，会有一种成就感。

等假期结束，回头想来，虽然有些机械，但感觉会很充实。天道酬勤，你付出的辛勤与汗水收获的必定是喜悦与成功。

另附各科方法：

一、语文：每天阅读，语感“保鲜”

语文学习其实是一个品味和感悟的过程，每天都进行一定量的阅读，可以对语感进行保鲜。我是这样为高三学生设计寒假语文作业的：首先，每天自选一篇现当代作家的散文、杂文进行阅读。这既是让学生在假期能够有时间赏析美文，而且也能提高人文素养。其次，古诗文的背诵和默写也不是一日之功，所以同学们要充分利用寒假，来完成这些准备工作。因为熟背古文不仅可以提高自己的鉴赏能力，而且对文言文的语感也会提高。比如，我所在的学校就有选择地收录了一些明清散文，让同学每天选择其中的一两段进行翻译。最后，针对高考中的客观题，同学们需要进行错题的收集，这也是帮助同学们把知识点进行整理和积累。由于语文高考题中的主观题占分越来越多，所以同学们要通过训练来掌握一些答题的规范，在老师平时的讲解中，寻找到一种解答语文主观题的方法。根据学校的布置，我想每天完成上述三项作业的时间可以控制在一个半小时，这样的节奏可以让学生对语文学习有一种审美感受，对于古文和近现代文学都有一些感悟。

二、数学：做两件事：查漏、“晨跑”

从数学这门学科看，我认为高三同学可以利用寒假时间做两件事情。第一件事情是“查漏”。把上个学期复习过的内容进行整理，以自己做错的习题作为线索，来检查对基础知识和基本方法的掌握情况。可以专门准备一个笔记本，把经过查漏补缺找到的知识点，详细地记录下来，以便最后阶段复习时参考。我认为同学们一定要珍惜“错误”，弄清错误的原因。因为只有牢固掌握基础知识、基本方法，才能获得数学学习的通解和通法。而在明确解题思路的错误后，才能真正巩固所学的知识。第二件事情是“晨跑”。由于下个学期时间短，所以同学们在寒假里可以提前进行复习。而复习的方法和模式可以类比已经经历过的复习方法，这样的超前准

备类似于晨跑，可以带来一个稳定的心态。当新学期开始，复习进入紧张状态，还可以有能力来关注自己最容易犯的错误。对于学习能力较强的同学，可以通过做专题来提升对知识的综合能力。比如同学们可以结合寒假作业的每个大题，把整个章节的知识都进行融会贯通。我想，高三学生每天可以安排两个小时来复习数学，时间过长过短都不适合；而有的同学把家中整个写字台上都铺满课本、练习册，常常是做一题换一本书，这样的方法可并不利于循序渐进。我最后要提醒同学们，千万不要每晚弄到深更半夜，而第二天却一直睡到中午，结果精神萎靡不振。

三、英语：朗读，大声读出来

有限的寒假内我们能做什么？我想首先还是要制订一个学习计划，包括一个可实现的目标。我可以提供一个供参考的简单办法：每天学习英语一个半小时。

这一个半小时用来干三件事：

第一，多识字。词汇是英语的基础，新课改后，对学生英语的词汇量从1910个增加到20xx个，寒假中这些词汇至少得默写两遍吧。

第三，勤背诵。这个寒假能背诵3-5篇经典范文，每天再朗读20分钟。中国有句古语：熟读唐诗三百首，不能做诗也会吟。朗读和背诵可以增强语感。其实很多英语学得好的学生并不是做每一道题目都是按照老师说的语法一条条对照着做，大多时候他们能凭语感迅速找到要填写的词汇，或者能迅速抓到一篇文章的中心意思。

此外，放假时娱乐总是需要的，如果能适当看一些英语原版电影或cctv9的电视节目，那就更好了。这和朗读背诵英语课文的道理一样。

四、理综：领悟科学精神

1、物理：重视解题规范

首先在假期之初回顾一下在刚刚结束的这个学期中自己还有哪些事情没时间去完成，可以将它们一一列出，在假期中有计划地将它们完成。其次还可以整理一下这学期的练习和笔记，用活页夹的形式将自己平时容易错的问题重新归类，并把相关的一些问题都整合在一起，可以重新再做一做，并想清楚它们之间的相同点和不同点。不仅要知道这些问题怎么做，还要知道为什么这样做。另外可以整理一下自己的物理知识的框架结构。可以以章节为顺序，先在笔记本上画一下各个章节的知识、概念的框图，然后再看一看书本进行补充和完善，做到对高中的物理知识、概念了如指掌。最后还可以适当做一些练习，练习可以计时也可以不计时，通过练习可以了解自己的复习效果，并寻找新的问题。练习中要注意自己的解题规范，特别是作图、书写、计算中的规范要求，不要追求练习的数量，而要注重练习的质量，追求解题的正确率。

2、化学：重点突破模糊知识点

总体上说大纲仍然侧重对考生的基础知识、基本技能的掌握情况和考生应具有观察能力、实验能力、思维能力、自学能力等方面的测试，但就化学各部分知识内容的要求及其程度有一些变化，考生需要特别注意。经过高三第一个学期的学习，大部分学校的学生已经完成了章节内容的复习，接下去便是进行专题复习了。学生应自己将所学的知识作重点的整理，尤其是重点突破一些平时感觉比较模糊的知识点。在此基础上，可以尝试将一些相似、相异甚至相反的知识点对进行分析、归纳，逐步形成自己的知识网络。练习与试卷分析相结合。从应试的角度看，能有足够的时间进行大运动量的训练无疑能使考生取得好成绩，由于平时在校的整块训练时间不多，所以要充分利用好寒假的时间进行系统的模拟性训练。

3、生物：关心生物技术应用

生物学离不开社会生产、生活实践，离不开自然环境。因此在复习过程中要注意结合自然现象、生产生活实际，运用所学知识对自然现象或社会事物进行系统的分析和多角度的描述，加强实践体验与创新思维的训练，促进学科知识的交叉与渗透，从而提高实践能力与创新能力。实验复习时，学生关键要掌握的是实验思想和实验方法。注意科学思维能力的培养，科学思维能力是生物学实验达到预期实验目标的核心，是发挥学生实验能动性的关键环节。近几年，“理科综合能力测试”与当前社会热点，生物科学技术发展的最新动态、成果紧密联系。例如，克隆技术、转基因技术、基因组工作计划、生物技术的安全性和伦理问题、生态工程、现代农业□sars病毒、爱滋病□ppa□疯牛病、口蹄疫等。这就要求同学们注意从课本之外获取一些生物学信息。

高三学生寒假计划表篇八

高三是高中阶段最重要的一环，甚至可以说是读书生涯中最重要的一环，高三的寒假便显得尤其重要起来。身为高三党的学生们要好好计划自己的寒假时间，利用好时间做自己要做的事情，下面是小编为大家带来的有关2020高三学生寒假学习计划5篇随笔，希望大家喜欢。

作为一名文科生，我给自己制定一份寒假学习计划，具体的计划安排如下：

(一)主动回想，重温昔日。

主动回想，简单地说，就是独立地把老师课上所讲的内容回忆一遍。这样做实际上就是自己考自己，是逼上梁山着自己专心致志去动脑筋进行思考的一种方法。经过这样的回想，仿佛自己又上了课，重难点会清晰地印在脑中。

(二)细读课本，步步为营。

复习时若不认真钻研课本，则难以达到课本的基本要求，也难以系统地掌握中学阶段所学的知识，因为课本是教与学的唯一凭据。课本实际上是我们学习用书中最重要、最精粹的读物，千万不可掉以轻心。

(三)整理笔记，注重感悟。

整理笔记的任务有：

- 1、补。补上该记而没记的内容，使知识系统化。
- 2、正。更正课堂记录不太准确，用词不当，深度不够的地方。
- 3、添。添上个人学习的心得、见解、评价等。整理笔记的时候，还可顺带将自己的感悟写下来，这些感悟，是你最可宝贵的一笔财富。

(四)精心挑选，参考书籍。

市场上的参考书很多，所以大家一定要精心挑选，选择真正适合自己的。阅读参考书应注意的几点事项：

- 1、要围绕课本的内容和教师讲课的中心去阅读。
- 2、要千万仔细阅读课本内容，后看参考书。读时，心里要有个目的：要么加深理解；要么解疑；要么加宽知识面；要么了解知识间的联系。
- 3、读有所得，适当记录。在听课笔记的相应章节或记参考书的书名、页码，或记参考要点，或记个人的有关思路等。

(五)高质课堂，聆听名师。

听名师的讲解，会起到事半功倍的效果。北京四中网校的网络面授班课程是寒假很好的选择，需要注意的问题是：

1. 让自己的耳朵始终站立着。

最有效的一个学习方法就是要牢牢抓住课堂。力求通过提高课堂学习的效率来减轻课下的负担。因此，上课要做到全神贯注，全力以赴。相反，如果本末倒置，不是寄希望于课上解决问题，而是专靠课下加班加点，自然就很难做到集中注意，专心听讲了。

2、让自己的大脑始终飞跑着。

对教师所讲的知识要多甬几个为什么，要善于从不同的角度，不同的侧面去分析和理解，将问题进行加深和拓宽。只有这样，才能将知识真正把握，从而做到举一反三，触类旁通。对老师的提问要勇于回答，积极参加课堂讲座和争论，以阐明自己的见解和看法，以培养我们的思维能力和表达能力。

3. 让自己的思路始终欢畅流动着。

不要中断听讲而去死钻“牛角尖”，而应先将暂时不懂的问题记下来，留到课后去解决，以保持听课的连续性。否则，如果中断听讲而去死抠某个问题，就会使课堂的整体性遭到破坏。待到你从“牛角尖”中醒悟过来时，老师已经又讲到其它问题上去了。这样就会因一步掉队而步步被动，甚至造成整堂课都听不懂的严重后果。所以，上课时一定要紧跟老师的思路，不走神，不掉队，不钻“牛角尖”，始终保持思维的灵活性和听课的连续性。

4. 让自己的笔端不断飞扬着。

第一，做笔记时要记下老师的思维方法、思维过程和思维结果，以便课后复习和指导作业。

第二，笔记要尽量完整而简洁。重点、难点、疑点要记全，但不必照抄老师的原话，否则会因忙于笔记而顾不上听下面的内容。记录最好能用自己的话或“关键词”概括老师讲授内容。这样可迫使自己集中精力，边听边积极思考，抓住重点，重新归纳，既省时，又省力，还能提高听课效果。

第三，笔记不要写得太密，要留有空白，以便课后补充和修正。

假期还是一个亲近亲人的好时间，主动和父母聊聊心事，帮父母做点儿家务，去老家看看久违的亲人。

1. 每天学习时间最少保持在7-8小时(上课时间包括在内)；
3. 制定自己的学习计划，但主要是以保证每科的学习时间为主。例如：你数学定的是2个小时，但2小时过后任务还没有完成，建议你赶快根据计划更换到其他的复习科目。千万不要出现计划总是赶不上变化的局面。
4. 晚上学习的最后一个小时建议把安排设置为机动，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。
5. 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。
6. 不要前赶或后补作业。记住，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。
7. 有自己解决不了的问题，千万不要死抠或置之不理，打电话请教一下老师或同学吧！
8. 每天晚饭前后和父母散散步，既锻炼了身体，呼吸了新鲜空气，又增进了沟通。真心的希望每个人都能将复习状态调整到最佳，高效率、高质量地完成自己的复习计划！

1、针对自身的实际，全面落实考点，构建知识网络，掌握高考数学的知识体系，对没学好的章节内容各个击破，补全补牢不透彻的知识点；再就是学习好各种解题技能技巧，拓展解题思路，理清数学方法在解题中的应用。

2、立短期目标与长期目标，短期目标就是每天熟记5至10个常用公式，做5道例题，一套综合卷子等；长期目标则是双基考试、一模考试、二模考试、高考中能取得什么样的进步。

3、考数学科目中，占比的仍然是基础知识。函数、不等式、数列、三角、立体几何中的空间线面关系、解析几何中的曲线与方程是高中数学的主干知识，也是高考的重点，这些地方有明显漏洞必须首先弥补。强调理解知识的来源及其所蕴含的数学思想、数学方法，把握知识的横纵联系，在理解的基础上实现网络化并牢固熟练地记忆。抓基础离不开做题，要通过解题的思考过程(解题中模糊想法的澄清，不同想法的比较分析)并结合解题研读课本，深入理解基础知识。

4、近几年的真题进行分析研究，总结出一些解题的方法。总结学习的思维，做到快速解题，把所有的题目固定成一种思维，同时总结出变型的主要原则。以课本知识点理解为主，在做历年的真题时，结合课本看哪些方面是没有掌握的，根据题目把课本上涉及的知识点标出来。看看这些知识点在应用的时候有何先决条件，知识点如何反向应用，具体的解题过程中在何处卡壳。

5、抽出一点时间，将平时各类大大小小考试的卷子都拿出来，把错误的题目再订正一遍，把错题分类整理在一个错题本上。一定要珍惜“错误”，弄清错误的原因。只有牢固掌握基础知识、基本方法，才能获得数学学习的通解和通法。而在明确解题思路的错误后，才能真正巩固所学的知识。

如果把高三备考比作是一场马拉松比赛，可以说赛事已经进行了2/3。

因此，为了让自己的寒假过得充实而有意义，我给自己做了个寒假计划。

1、语文：每天阅读，语感保鲜。

语文学习是一个需要多加品味和感悟的过程，每天都进行一定量的阅读，可以对语感进行保鲜。

首先，每天自选一篇现当代作家的散文和杂文进行阅读，让自己在假期能够有时间赏析美文，而且也能够提高人文素养。其次，古诗文的背诵和默写也不是一日之功，同学们要充分利用寒假，有选择地读一些古代经典作品，并且每天选择其中一两段进行翻译。

由于语文高考题中的主观题占分越来越多，所以要通过训练来掌握一些答题的规范，在老师平时的讲解中，寻找到一种解答语文主观题的方法。

2、数学：“查漏”与“晨跑”。

从数学这门学科看，可以利用寒假时间做两件事情。

第一件事情是“查漏”。把上个学期复习过的内容进行整理，以自己做错的习题作为线索，来检查对基础知识和基本方法的掌握情况。可以专门准备一个笔记本，把经过查漏补缺找到的知识点，详细地记录下来，以便最后阶段复习时参考。

一定要珍惜“错误”，弄清错误的原因。因为只有牢固掌握基础知识、基本方法，才能获得数学学习的通解和通法。而在明确解题思路的错误后，才能真正巩固所学的知识。

第二件事情是“晨跑”。由于下个学期时间短，所以在寒假里可以提前进行复习。而复习的方法和模式可以类比已经经历过的复习方法，这样的超前准备类似于晨跑，可以带来一

个稳定的心态。当新学期开始，复习进入紧张状态，还可以有能力来关注自己最容易犯的错误。

通过做专题来提升对知识的综合能力。结合寒假作业的每个大题，把整个章节的知识都进行融会贯通。

每天安排一个小时来复习数学，时间过长过短都不适合；而有的同学把家中整个写字台上都铺满课本、练习册，常常是做一题换一本书，这样的方法可并不利于循序渐进。

3、英语：朗读，大声读出来。

每天学习英语一个半小时。

这一个半小时用来干三件事：

第一，多识字。词汇是英语的基础，词汇至少得默写两遍。

第三，勤背诵。这个寒假最好能背诵3-5篇经典范文，每天再朗读20分钟。中国有句古语：熟读唐诗三百首，不能做诗也会吟。朗读和背诵可以增强语感。

此外，放假时娱乐总是需要的，适当看一些英语原版电影或cctv9的电视节目。

4、物理：重视解题规范。

首先在假期之初回顾一下在刚刚结束的这个学期中自己还有哪些事情没时间去完成，将它们一一列出，在假期中有计划地将它们完成。

其次整理一下这学期的练习和笔记，用活页夹的形式将自己平时容易错的问题重新归类，并把相关的一些问题都整合在一起，可以重新再做一做，并想清楚它们之间的相同点和不

同点。不仅要知道这些问题怎么做，还要知道为什么这样做。

另外整理一下自己的物理知识的框架结构。可以以章节为顺序，先在笔记本上画一下各个章节的知识、概念的框图，然后再看一看书本进行补充和完善，做到对高中的物理知识、概念了如指掌。

最后适当做一些练习，练习可以计时也可以不计时，通过练习可以了解自己的复习效果，并寻找新的问题。练习中要注意自己的解题规范，特别是作图、书写、计算中的规范要求，不要追求练习的数量，而要注重练习的质量，追求解题的正确率。

5、化学：重点突破模糊知识点。

将所学的知识作重点的整理，尤其是重点突破一些平时感觉比较模糊的知识点。

在此基础上，尝试将一些相似、相异甚至相反的知识点进行分析、归纳，逐步形成自己的知识网络。

练习与试卷分析相结合。从应试的角度看，能有足够的时间进行大运动量的训练无疑能使考生取得好成绩，由于平时在校的整块训练时间不多，所以要充分利用好寒假的时间进行系统的模拟性训练。

6、生物：注重理论与生活实际的联系。

生物科学离不开社会生产、生活实践，离不开自然环境。因此在复习过程中要注意结合自然现象、生产生活实际，运用所学知识对自然现象或社会事物进行系统的分析和多角度的描述，加强实践体验与创新思维的训练，促进学科知识的交叉与渗透，从而提高实践能力与创新能力。

实验复习时，学生关键要掌握的是实验思想和实验方法。注意科学思维能力的培养，科学思维能力是生物学实验达到预期实验目标的核心，是发挥学生实验能动性的关键环节。

1、清晨起床，先用10分钟整理一下今天要做的事情。

2、制定时间计划表。

3、做事不拖拉。

4、集中精神做一件事。

5、预习让课堂变的更轻松。

6、放学后第一件事就是做作业。

7、学会利用零碎时间。

8、合理分配时间。

9、通过写日记，整理一天的生活。

10、在薄弱的科目上多花点时间。

11、玩电脑游戏时一定要约定时间。

12、看电视前先想好看什么。

13、学会使用备忘录。

14、根据状态分配时间。

15、不要把时间浪费在没有意义的事情上。

16、利用假期体验一种全新的生活。

17、多花5分钟，多得五分。

18、一定要守时。

19、不要成为时间的奴隶。

20、再忙也不能凑合。

坚持下去，肯定成功!