# 202\_年高三上学期计划(6篇)

来源：网络 作者：夜色微凉 更新时间：2022-07-09

*人生天地之间，若白驹过隙，忽然而已，我们又将迎来新的喜悦、新的收获，一起对今后的学习做个计划吧。计划怎么写才能发挥它最大的作用呢？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。高三上学期计划篇一找一个安静的、舒适的地方学习...*

人生天地之间，若白驹过隙，忽然而已，我们又将迎来新的喜悦、新的收获，一起对今后的学习做个计划吧。计划怎么写才能发挥它最大的作用呢？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。

**高三上学期计划篇一**

找一个安静的、舒适的地方学习。图书馆，安静而没有干扰。开始学习时，应该全神贯注于功课，千万不能“身在曹营心在汉”。

养成良好的学习习惯。改掉以往学习的粗心、边看电视边写作业、边写边问、不独立思考等学习恶习。制定可行的学习计划并严格遵守。

严格按照学校的作息时间和安排自己的学习生活,除了上课时间外,晚自习时间做完各科作业,记5个英语单词,预习下一章的数学课本,复习本章内容,做适量习题,加以巩固.背诵所有科目必背的课文.

利用课外时间多阅读中外名著，加强写作，开阔视野。

上课前预习，找不懂的地方，出国留学网上课时学习，解决不懂的地方，上课后复习，温故而知新。

认真上每一节课。集中注意力，思考老师讲的每一个问题，没有听懂的地方课后向老师提问，做到当天的知识当天融会贯通。

学习态度端正，认真改正自身的不良学习习惯，对待大小考试的成绩要有正确的认识，深刻的自省，不骄不躁。

积极参加学校和班集体组织的各种活动，团结同学，乐于助人。以优异的成绩考上理想的中学。

这就是我的学习计划书,希望我按照计划书中的去做,期末考试可以取的优异的成绩.

【高三新学期学习计划三】[\_TAG\_h3]高三上学期计划篇二

文综：

1.把课本看熟，基础打牢。注意，是用心看熟，而不要死记硬背—这是强化提升的基础。

2. 为什么要背目录呢，因为无论是政治、历史还是地理，都是按观点给分，比如一道题目12分，要答4个观点，每个观点3分，可能你写了很长一段但只有一个观点，那么你只能拿到一个观点的分数也就是3分;但如果你短小精悍地写了4句话，每句话却都踩着一个点，那么你的分数肯定要比你只答一个观点更高。

3. 这个问题的解决就需要我们在平时多训练，在做一道主观题前，先不要看答案——假如你每做一道题都没有先思考过而是直接看答案的话，那你很难学会自己应对各类题目，你的思路会只局限在这一道题，这对文科来说弊端尤其明显——自己一点一点地回想目录，第一次、第二次也许会花费很长的时间，但如果坚持这么训练，你会发现在考场上你的速度会快很多，我解答一道政治大题回想目录的时间只需要十到十五秒钟，但回想完之后，我要答些什么，早已经成竹在胸了。

4.心中默念六个字：“教材、材料、热点” 。

教材——就是让你根据目录回想、发散;

材料——就是让你联系材料上的具体事例，一些观点甚至可以直接从材料搬下来用，这点

是很多同学都会忽略的，大家都会觉得，材料里怎么会有答案呢，事实上，很多答案都用的是材料里的语句;

热点——就是刚刚说过的，联系上几个热门词语，别小看了这些热门词语，别觉得它们已

经重复了千次万次，很可能高考里某一个三分就是你不愿意写的“科学发展观”

5.每科弄一个错题本，但并不是每个错题都记录，你认为你会的，但做错的，可以不改，不会的记录在上面。

备战三原则，三环节，备战法宝

●复习时切忌东抓一下地理，西抓一把历史、政治，结果是拆东墙补西墙，墙墙都漏。

●思维不活跃、能力不强是得不了高分的关键因素。

一是完整性原则，即每一天的复习、每一个时段的复习都要保证学科的完整性，按计划复习完一个学科再进行另外一个学科的复习，切忌东抓一下地理，西抓一下历史，结果是拆东墙补西墙，墙墙都漏;

二是同步性原则，即同学们的复习计划一定要和学校教师的复习安排同步进行，切不可另起炉灶;

三是适度原则，即练题要以过去几年高考试题为蓝本，不是越多越好。 注意事项：

第一，上课不要开小差，专心听老师讲课，认真记好笔记，毕竟记笔记可以集中注意力

第二，认真完成老师布置的作业，不要为了玩而抄袭他人的作业

第三，不要认为自己有多能，不要见到题不细看就认为自己会了，要真正的弄懂 第四，学习时要注意身体，反对挑灯夜战。

【高三新学期学习计划五】[\_TAG\_h3]高三上学期计划篇三

我是走读生，每天6：30起床。梳洗吃饭后，马上骑自行车去学校。学校7：20开始早读，我到的时间一般是7：10，有时候会更早。那时教室里的人还少，不出5个人。我静坐下来，复习前一天的笔记、英语短语、英语作文。

7：20，早读开始。因为已经学习一小段时间了，所以会比慢到的同学更快进入状态，读的效率就比较高。早读7：50结束。

上午有4节课，下午3节课。

上课我从来不打瞌睡。这和我的作息安排有关。认真听讲，作好笔记。

每一节课下课后，我通常会去找老师，请教前一天做练习遇到的问题或是上课时不明白的地方。有时老师有事，走得比较急，我就去请教同学。不管他能不能把问题讲明，我都会道声谢。有时实在没有什么问题，就先温习下一节课的内容。同学有时也会趁机问他们遇到的问题，我就尽力帮着解决，实在没办法就一起找老师。有时上厕所还讨论问题。这样反复发现问题，请教、解决，才不会使问题越积越多。

有人说从来没有问老师问题习惯，这是不好的。有人觉得错太多，问老师问题很没面子，其实是自己想得太多了。错的多说明问题大，更应该问了。并且从一开学就应该养成请教老师问题的习惯，不要待到最后想问都不好意思。课间有人选择踢毽子，我认为流一堆汗再平静需要过渡。有人选择睡觉，那会在上课时还晕晕的。两种都会影响听课效率。如果你实在需要休息，我建议到厕所洗个脸、在座位上喝杯水或者出去走廊看看校园风景。

中午放学回到家是12点左右。先回房间整理书包，等齐家人一起吃饭。我把早上各科的作业列出来，挑一些适合中午做的。吃完午饭再继续学习一会，然后午睡，大概躺下眯20分钟就起床。老师说午睡最好是30分钟，不可以超过一小时，超过一小时会越睡越累。我觉得他说的很有道理，但对于我来说，没必要睡30分钟，20分钟就足够了，但我会保证一定有午睡。我认为功课再紧也必须午睡眯一下，下午的课才有精神听。

午睡起床后先喝一杯水，再去学校。下午上课，我一般提前到，先看看书。有的人提前到，却趴在书桌上睡，我认为那不好，跟在课间睡觉是一个道理，另外在教室睡觉还有毁形象。

下午17：00放学，放学后要考试或统练。回到家大概18点，先去阳台养鱼。

然后写晚上的学习计划，把早上、下午各科的作业列出来。预计用的时间也标上，以督促自己提高效率。

一般我会把晚上学习时间控制在5小时左右，列出任务的好处就是你该做多少事一目了然。你会在15分钟后要去吃晚饭时，很清楚现在还可以读单词，而不是在那里空想今天还有多少事要做，会不会做不完。就不会把你该做的最重要的事落下。心中有数，只要自己按照计划，一步一步走，就能从容地完成学习任务。而且，你能选出完成任务的最佳时间，比如在20点到21点完成数学或英语，而不是在23点才想起数学没有写。等到学习任务都完成了，再去做你喜欢做的事情，看看作文集什么的。

8点半到9点会喝一杯咖啡。然后洗澡。这样接下来的学习，精神状态就有保障。

我一般在晚上12点就熄灯，有时会再学习15分钟。这15分钟用来整理一下晚上复习的科目中有问题的地方，把第二天的功课表看一看，看看美文，或者把当晚背诵的内容再背一遍。然后，安然入睡。

我只在寒假、二轮复习和三轮复习时列过长期计划。

寒假有12天，我买了一本英语练习《5年高考3年模拟》，厚厚的一本，每天做两章。买了一册数学的预测卷，共13卷。买了一册综合预测卷，共9卷。每天下午的3：00到5：00，我就拿起来做，一天做数学，一天做综合。每天做《语文月刊》的合订本里的3套文言文阅读和1套专项练习。每天起床后和睡觉前的15分钟用来专攻我最薄弱的化学。当然，还不止这些，那时我寒假每天学习14小时。那时用8开白纸列了一张表。纵为日期，横为科目的细目及备注，要在哪一天做、需要多少时间做写在格里，完成时就用其他颜色的笔做记号，遇到问题在备注里写。

拿到练习时，你就可以想一下自己需要怎样安排时间才能充分好利用它。你没有必要买太多练习，老师推荐的就去买。不要把时间浪费在书店，买太多又写不完。也不能凭着自己的喜好去写，高中没有所谓的扬长避短，有的只是查缺补漏。看准一本练习，地毯式地扫雷过关，是你最好的选择。

毫无疑问，我是一个资质平庸的普通人。我没有那些高考状元的非凡的能力。从另一方面讲，我所想出来的这种方法是一个适合大多数人的方法。学会合理安排时间，做好学习计划，可以使我们学习生活程序化。每天像时钟一样滴答滴答地摆动，成功的喜悦就会慢慢浸润我们的生命。

**高三上学期计划篇四**

1. 晚上一定要保证睡眠。

2.上课听好课(不要只顾着记笔记，听明白其实更重要)

3.哪不懂，这些就是今天自己要消化的东西。

4.晚上不用苦命的熬夜!

5.每个周末都要把这周的知识，哪怕是草草的，也要过一遍。

好的学习成绩，在于好的学习习惯。

要想分配好学习时间就要制定学习计划!!!!这是相当重要的!!!

①学习计划主要是计划对空余时间的利用。这个时间一般规定两件事：补课和提高。 ②列出具体任务，然后把学习任务具体分配到每一周、每一天去，再计算一下，每天可以有多少学习时间，每项内容大致需要花费多少时间。计划中一定要安排严格的、足够数量的基本功训练，力戒好高骛远。

③检查效果，及时调整：每个计划执行到结束或执行一个阶段后，就应当检查一下效果如何。如果效果不好，就要找原因，进行必要的调整。检查内容是：是不是基本按计划去做?计划任务是否完成?学习效果如何?没完成计划的原因是什么?什么地方安排太紧?哪些环节安排轻松?等等。通过检查后，再修订计划，改变不科学、不合理的地方。

④不要贪心，要注意留出空余时间。一张一弛，文武之道，计划制定时，也要考虑吃饭、睡觉、休息、娱乐、体育锻炼等活动时间。

⑤灵活调整学习计划：确定计划后，就应该严格执行，但在学习中，根据实际情况灵活安排，不可过于拘泥。注意和同学交流学习心得，向老师请教学习方法，及时充实调整学习计划。

【高三新学期学习计划七】[\_TAG\_h3]高三上学期计划篇五

把高三的复习计划分为三大阶段。每个阶段有不同的任务、不同的目标和不同的学习方法。

第一阶段，是整个高三第一学期时间。这个阶段时间大约五个月，约占整个高三复习的一半时间左右。这高三文科复习四忌

一忌抛开考纲，盲目复习。高考各科都有《考试说明》，学生首先应该依据《考试说明》，明确高考的考查范围和重点内容，再有针对性地进行复习。

二忌急于求成，忽视小题。有些学生认为文科需要背诵的知识点太多，而在高考中基础知识题的分值不高，所以索性就放弃了。他们不知道解决好基础知识，正是提高文科成绩的关键所在。

三忌支离破碎，缺乏系统。有些学生认为与理科相比，文科知识缺乏系统性和逻辑性，可以随意捡章节进行复习。其实文科复习应兼顾知识、能力、方法三个层次。

四忌浮光掠影，只重皮毛。有些学生只重视知识的背诵，缺乏专题性反思，不知道自己的涨分点在哪里。

第一个阶段可以称为基础复习阶段。学校里每一个科目都在逐册逐章节地进行复习，我们自己也应该和学校的教师步伐一致，进行各科的细致复习。我们要充分利用这五个月，把每一科在高考范围内的每个知识点都逐章逐节、逐篇逐段，甚至农字逐句地复习到，应做到毫无遗漏。这个阶段，复习中切忌急躁、浮躁，要知道“万丈高楼增地起”，只有这时候循序渐进、查缺被漏、巩固基础，才能在高考中取得好成绩;只有这时候把边边沿沿、枝枝杈杈的地方都复习到，才能在今后更多的时间去攻克一些综合性、高难度的题目。

这个阶段，还有一项重要任务，这就是高三第一学期的期末考试。这次考试十分重要，它既可以检验自己一学期来的复习效果，又可以查找自己急待解决的问题漏洞，还可以向你提出新的挑战。因此，我们把它戏称为一次“小高考”。这次考试还有一层特殊的涵义：它是高校招生中保送、推荐、评选市级三好学生的重要依据。我这里，特别提醒学习较好的高三同学，要格外重视这次考试。第二阶段从寒假至第一次模拟考试前，时间大约四个月。这个阶段是复习工作中的最宝贵的时期，堪称复习的“黄金期”。

之所以这样说，是因为这个时期复习任务最重，也最应该达到高效率的复习。也可以将这个阶段称为全面复习阶段。 我们的任务是把前一个阶段中较为零乱、繁杂的知识系统化、条理化，找到每科中的一条宏观的线索，提纲挈领，全面复习。这个阶段的复习，直接目的就是第一次模拟考试。第一次模拟教育是高考前最重要的一次学习检验和阅兵，是你选报志愿的重要依据。一模成功，可以使自己信心倍增，但不要沾沾自喜;一模受挫，也不要恢心丧气，妄自菲薄。应该为一模恰当定位，在战略上藐视它，在战术上重视它。

第三阶段从一模结束至高考前，时间大约两个月。这是高考前最后的一段复习时间，也可以称为综合复习阶段。随着高考的日益迫近，有些同学可能心理压力会越来越重。因此，这个时期应当以卸包袱为一个重要任务。要善于调节自己的学习和生活节奏，放松一下绷得紧紧的神经。

古人云：“文武之道，一张一弛”，在此时，第天不必复习得太晚，要赶快调整高三一年紧张复习中形成的不当的生物钟，以保证充沛的精力。另外，这个时期不必再做过多的过量的习题，更不应死抠难题和偏题，应该做少而精的练习。比如，花些工夫研究研究历年高考的题目，因为这些题目既是经过千锤百炼的精品，又是高考命题人意志的直接体现，可谓字字珠玑。在复习中，我们中做题应先易后难，选择题拿不准也不要放弃，选一个最可能的空填上等等。

以上我介绍的是我在高三时的复习计划和体会。我想，我们在复习中，更重要的是从一点一滴做起。“千里之行，始于足下”，我们也应该重视日常每天每周的复习安排。 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。

【高三新学期学习计划六】[\_TAG\_h3]高三上学期计划篇六

早上各时间段计划安排及计划原则：

计划安排：

6点-8点：一日之计在于晨，对一般人来说，疲劳已消除，头脑最清醒，体力亦充沛，是学习的黄金时段。可安排对功课的全面复习。

8点-9点：据试验结果显示，此时人的耐力处于最佳状态，正是接受各种\"考验\"的好时间。可安排难度大的攻坚内容。

计划原则：个人计划服从于班级、老师的计划，消除无所事宜的时间，充分利用好白天时间。

上午各时间段计划安排及计划原则：

计划安排：

9点-11点：试验表明这段时间短期记忆效果很好。对\"抢记\"和马上要考核的东西进行\"突击\"，可事半功倍。

计划原则：保证常规学习时间，充分利用自由时间，按事情的重要性充分合理安排时间，重要的放在首位，避免过多细节。

正午各时间段计划安排及计划原则：

计划安排：

正午13点-14点：饭后人易疲劳，夏季尤其如此。休息调整一下liuxue86，养精蓄锐，以利再战。最好休息，也可听轻音乐。但午休切莫过长。

计划原则：长计划，短安排，要有足够的睡眠时间，学习质量的好坏取决于是否有足够的睡眠。

下午各时间段计划安排及计划原则：

计划安排：

15点-16点：调整后精神又振，试验表明，此时长期记忆效果非常好。可合理安排那些需\"永久记忆\"的东西。

计划原则：计划要留有余地，避免因没有时间调整而使计划落空，加倍估计时间，费时事情要提前着手做。

傍晚各时间段计划安排及计划原则：

计划安排：

17点-18点：试验显示这是完成复杂计算和比较消耗脑力作业的好时间。这段时间适宜做复杂计算和费劲作业。

晚饭后：应根据各人情况妥善安排。可分两三段来学习，语、数、外等文理科交叉安排;也可作难易交替安排。

计划原则：计划制定表要贴在显眼的地方，经常检查，必要时可做适当的调整，但决不允许有\"例外\"情况，

不要三分钟热度，就很快败下阵来。

【高三新学期学习计划四】

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找