# 最新请替袁梦同学拟写一份高考计划书(优秀11篇)

来源：网络 作者：落梅无痕 更新时间：2024-07-29

*计划是一种为了实现特定目标而制定的有条理的行动方案。优秀的计划都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？这里给大家分享一些最新的计划书范文，方便大家学习。请替袁梦同学拟写一份高考计划书篇一考前要养精蓄锐，并不是说整天休息。相反，每日还是要做些题的...*

计划是一种为了实现特定目标而制定的有条理的行动方案。优秀的计划都具备一些什么特点呢？又该怎么写呢？这里给大家分享一些最新的计划书范文，方便大家学习。

**请替袁梦同学拟写一份高考计划书篇一**

考前要养精蓄锐，并不是说整天休息。相反，每日还是要做些题的，不要让自己手生，要让自己保持对问题的敏感，形成试题模式识别能力。

做题时要注意：

1.做题的数量不能多，难度不能大。

2.选择中档题，一次成功。一份试卷，若没能一次成功地解决几道题，就往往会因考试时间不够而造成“隐性失分”。

3.讲求规范。

要找几道有评分标准的考题，认真做完整，再对照评分标准，看看是否答题严密、规范、恰到好处。

4.限时训练。

可以找一组题争取限定一个时间完成。这样，主要是创设一种考试情境，检验自己在紧张状态下的思维水平。

5.学会总结。

练习题是做不完的，关键在于打好基础，学会总结，寻找规律，一通百通，大彻大悟。

回归基础

一般说来，考前不宜攻难题，既没有这么多的时间，也没有必要。要回到基础，把基础夯得扎扎实实的，这样在考试时才能做到基础分尽量不丢。

激活思维

可以找一些题，只想思路，第一步做什么，第二步做什么，不必具体详解，再对照解答，检验自己的思路。这样做，有利于在短时间里获得更多的具有策略意义的解题方向，训练思维品质。

相信自己，挖掘潜能

不管你现在情况怎样，你都要相信自己还有巨大的潜能。从开始复习到高考(课程)往前赶超50名的大有人在，赶超80名也是完全有可能的，人在关键时刻的进步是惊人的。严格地讲，高考其实就看谁笑到最后，你能坚持到最后，你就能笑到最后。而坚持到最后，就要求你必须具有坚定的意志。全力以赴，坚定你的意志知难而进，磨砺你的意志战胜惰性，提升你的意志苦中作乐，优化你的意志。

调整心态

高考不仅仅是知识和智力的竞争，更是心理的竞争。心态决定着你的成败，努力去寻找你最近的不良心态，并努力去改变，用积极的心态促使你考试成功。

调整心态时要注意把握自我。“我”如何适应老师的要求，如何根据自己的特点搞好最后阶段的复习，我如何在“合奏”的前提下灵活处理好“独奏”等。同时面对迎考复习的艰辛，面对解题的繁难，面对竞争的压力，面对多变的情绪，只有“战胜自我”，才能“天宽地阔”。

考试临近，切忌搞疲劳战术，过度疲劳容易引起心理上的不适感，不利于考试时水平的发挥。

**请替袁梦同学拟写一份高考计划书篇二**

寒假时间比较长，但是备战高考的任务没有完成，同志们要继续加油，好好利用这难得的黄金时间。这段时间可以成就你，也可以毁灭你，就看你怎么把握了！希望大家好好利用这些时间查漏补缺，优化复习计划，为你六月的辉煌增添砝码！

重视课本，这是学好数学，也是提高数学成绩的第一位，要把数学书上的例题和课后练习题做会，一定要搞清出题的用意，最好准备一个改错本，在本上把错的典型题仔细分析一下，争取解决一道题相当于解决一类题。还有，要多问，上课一定要跟着老师走，老师要求干什么就干什么，作业方面，要学会挑着做，如果把书上的题，老师补充的内容理解了，数学方面最后会有一个好成绩，我是20xx年的文科毕业生，数学考了136，虽然不高但根据我高三一年的经验，上课一定要跟着老师走。

重视课本，最好把书本经典的课文或者好的段落背诵下来，用在作文中是相当出彩的。词汇方面一定要背，毕竟这是基础，把考试说明中的词背会，并掌握简单应用就没问题；一定要重视阅读和完型，争取把简单的题都做对。

同样要重视基础，最好把课文中的文言实虚词记住，建议准备一个语文积累本，对各题型（如字音，字形，错别字，病句，近义词辨析，成语，古诗鉴赏，文言文实词虚词）进行积累，这是取得语文高分的关键，也是卷面前面的基础题，一定要重视。最好遇见一个就积累一个。

阅读方面要多利用往年真题，分析题型，摸出基本出题类型，这些老师在今后可能会给你们讲。

作文方面，建议各种文体都要会写，以防最后高考出一个你不熟悉的文体。多注意身边生活，多思考，不一定非要把事例（议论文）背得多多，可以从身边热点着手，找到一个比较有新意的立足点，这样容易得高分。

主要把教材的线条捋清，要把教材中的标题以及下面的小标题记住，在大脑里对这段知识形成一个部分，答题时要把要点列出。地理方面要多看图，政治多把时事和教材知识联系起来，历史要把时间段弄清，一些零碎的知识可以用图表方式总结。

不要管别人怎么看你，怎么想你，坚持自己的一套方法做到底，你一定会成功。不必和其他同学比成绩，只要了解自己是不是比上回进步就行了，精力要集中在怎样把学习搞上去，不到最后不要放弃，制定一个自己的计划，用好寒假，相信你成绩一定会有大幅提高。

最好每天在十一点半前就寝，这样会保证第二天的复习质量。如果确实要熬夜，可以适量喝绿茶（不是饮料的那种），但尽量不熬夜，容易伤身体，免疫力下降。

在校期间，上课一定要全神贯注，不能走神，下课建议你休息，不要为了赶时间不休息，光学习，这样会影响下节课的听课质量。晚上回家后最好休息一会儿，吃完晚饭可以在院里走会儿步，提神儿。在晚上7：45左右开始学习就可以。在学习期间不要干别的，比如吃东西，听音乐，这样都会降低效率。

一定要少而精，最重要的还是抓住课本，争取把一道题做会相当于把一类题做会的程度，这是需要慢慢练的，不要着急。

**请替袁梦同学拟写一份高考计划书篇三**

一、确定目标，制订计划。每个人的基础不同，对自己的期望值也不相同。但剩下的时间对于每个人都是相同的。当你把高三与自己一生的使命相联系时，你会发现每一天都有它特定的意义。所以明确自己的人生目标，对把握好高三这一年有直接的促进作用。相反，如果一切“顺其自然”，对自己的人生没有任何目标，是很难激发学习的动机与激情的。

所以每一位来到佰渡教育的学员，我们都会为他制定一套属于自己的学习计划，认识到自己的责任与使命，然后为之奋斗。一份切实可行的学习计划必不可少。所谓“凡事预则立，不预则废”。实际上制订学习计划是自己运筹帷幄能力的体现。要充分把握并有效利用自己的作息规律，做好时间安排。一般早晨和晚上是学习外语的最佳时间。早晨可做些背诵练习，晚上进行读写训练。关键是要有决心和毅力，它是对你的自制力和自觉性的挑战。相信持之以恒，终有收获。

二、认真听课，做好笔记。老师的每一节课都会经过精心的准备，有明确的目的性。因此要集中精力认真听课，积极思考，敢于质疑。例如，外语是实践性很强的学科，要充分利用每一个属于自己的机会，大胆陈述，不怕出错。还要做好课堂笔记，及时复习，并随时补充、修正。

三、学习更具系统性

耶鲁大学校长莱文教授表示，学生的三大任务是“质疑一切、努力学习、独立思考”。在总复习中，要努力培养自己独立思考问题、分析问题、解决问题的能力，要在老师的统一安排下，重视基础、重视课本，做好基本题，练好基本功，拿到基本分。重视归纳总结，对做错的题目要及时纠正。注意相近、相似、相关内容的区别，搞清它们之间的联系，系统地强化综合性的内容;做到做一个题目，学一种方法，会一类，通一片。强化专题训练，提高解题能力。要及时查缺补漏。突出“五练”，这“五练”是练规范、练速度、练重点、练能力、练技巧。要克服急于求成的思想倾向，一定要跟着老师的计划走，我们的老师都有着丰富的高考复习经验，一定不要自以为是，不要用自己的前途做赌博。

四、保持一个良好的心态

对自己说“我真行!”当你遇到挫折时请你暗示自己“不要紧!”当你精力不够充沛时请你握紧拳头鼓励自己“嗨，加把劲!”平常的考试要做到“不烦恼、不害怕、不着急、不骄傲”，为高考铺路架桥。此时，人的耐受力、坚韧度较比人的智力更重要、更伟大。有位哲学家说过，过去属于死神，未来属于自己。希望同学们以对自己一生负责的态度，自觉把握自己的每一天，无悔于自己的每一天。

我们师生是并肩作战的勇士，是生死与共的战友。在此，我代表佰渡教育高三所有教师郑重承诺：有你们的地方、有你们的时刻，定会有老师的身影，风雨中我们师生同行!你们深夜苦读，我们就是那支永不燃尽的蜡烛;你们迎风破浪，我们就是保驾护航的风帆;你们汲取知识的营养，我们就是知识的粮仓，我们高三的全体教师都将本着“一切为了学生、为了一切学生、为了学生的一切”的宗旨，以敬业务实的工作精神，在工作中想实招、动真情，多一点爱心，多一点奉献，努力地把自己的工作做得更好。同学们、老师们、众心成城、众口铄金。我想有我们的通力合作，有我们的相互支持，我们的面前将没有难题，我们的高考定将创造新的辉煌。同学们，你们也定会以钢铁般的意志，铸造自己辉煌的人生。“天道酬勤”，是至理古训。本学期正是百米冲刺的关键时刻，更要“勤”字当头，敢为人先。同时还要有高度的热情，百分之百或百分之二百的投入。以百倍的干劲和信心，迎难而上，以“百二秦关终属楚，三千越甲可吞吴”的豪迈气概，浇灌出属于自己人生的灿烂之花。

**请替袁梦同学拟写一份高考计划书篇四**

语文：不管以前基础咋样，从高三第一天开始，对待语文不可有丝毫马虎语文分为三块：基础+理解+文笔。

基础：拼音、成语、病句、文言文、默写

理解：诗歌鉴赏、文本阅读

文笔：句段、作文

第一步打好基础：拼音、成语、文字词

通假字：在平时练习中凡是有不会的就记在(语文专用的)笔记本上在早读课上拿起来反复读记，功在平时，基础打好了，基础知识那块得分就不成问题了。

第二步提升思维：针对诗歌阅读(说实在的这我也不在行)总之一句话，要学会联想，揣摩自己的答案与标准答案的落差，答题要规范，切记切记不可乱七八糟没有头绪。

第三步精炼文笔：这就要靠平时不时的积累了，平时遇到优美的句段就要记下，并且过段时间就要试着写写文章，作文的开头和结尾段很重要，可以背几个优美的开头段套用(以后老师也会发这类材料的)。

第二步要做的就是巩固，平时不会做的题或不熟练的题型也要用一本专门的本子记下来(不要怕麻烦，好多题型都是重复出现的，考到了就lucky了，我以前就记了整整2本呢)其中的解题过程要详细，字迹要清晰，自己看了也舒服啊。上学期间没时间的话，周末或节假日就是个好时机。把一周下来的作业、讲义上的错题、不熟练的题整理下来，这样就可以利用好部分时间，这些时间就不会因为不晓得做啥而白白浪费掉。

第三步培养静心能力，尤其是做小题时，千万不能分心，小题虽不难，，但其计算繁琐，考的知识点零碎，靠的就是熟练与细心(题海战就是为了熟练与正确率)至于压轴题，如果你不是要考10大名校的话，也就不要分心到那上去了，全省没多少人做得出来，自己看着办吧。

英语：我最菜鸟的一门，关于英语我没啥好的经验，但有一点是公认的，英语离不开单词、词组，每天花15~20分钟背上10个单词5个词组是非常非常有帮助的。还有就把所有做过的单选卷收集起来，用夹子夹好，不用记在错题本上了，但要准备一个本子来时刻记词组，每天翻看。

至于选修，我不知道你选啥，也就不说明了。

至于时间安排，在校几乎没时间来干自己的事，整理与复习就靠晚自习和周末节假日了，好好把握吧。

ps：1:至少准备3本像样的大的笔记本，三门主课各一本;

2:还未用05mm黑色水笔的，从高三下半学期开始一定要尝试着用了。3:参考书(尤其是数学，个人觉得没啥必要买，学校里发的够你做了，而且以后学校以后也会发的)。

在此衷心地祝愿你高三学有所成，将来考个好大学(一定要超越我哦)

**请替袁梦同学拟写一份高考计划书篇五**

高三，这个新的学年注定不会平凡。生活又踏上了新的起点，在任重道远的一年里，我们有着更多的憧憬和梦想。教师们将继续挥汗如雨，为我们共同的进步而茹苦含辛;同学们将以百倍的勤奋，努力追逐一生为之奋斗的目标。

一、确定目标，制订计划。每个人的基础不同，对自己的期望值也不相同。但剩下的时间对于每个人都是相同的。当你把高三与自己一生的使命相联系时，你会发现每一天都有它特定的意义。所以明确自己的人生目标，对把握好高三这一年有直接的促进作用。相反，如果一切顺其自然，对自己的人生没有任何目标，是很难激发学习的动机与激情的。

所以每一位来到佰渡教育的学员，我们都会为他制定一套属于自己的学习计划，认识到自己的责任与使命，然后为之奋斗。一份切实可行的学习计划必不可少。所谓凡事预则立，不预则废。实际上制订学习计划是自己运筹帷幄能力的体现。要充分把握并有效利用自己的作息规律，做好时间安排。一般早晨和晚上是学习外语的最佳时间。早晨可做些背诵练习，晚上进行读写训练。关键是要有决心和毅力，它是对你的自制力和自觉性的挑战。相信持之以恒，终有收获。

三、学习更具系统性

四、具体时间规划

五、保持一个良好的心态

**请替袁梦同学拟写一份高考计划书篇六**

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，把每一科在范围内的每个点都逐章逐节、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。这次十分重要，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”。这次还有一层特殊的涵义：它是招生中保送、推荐、评选市级三好的重要依据。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。

第二阶段从至第一次模拟考试前，时间大约四个月。这个阶段是复习中的最宝贵的时期，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，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。

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。我在高三每天晚上复习时，周一定为日，周二定为日，周三定为日，周四定为日，周五定为日，每晚集中精力复习一门功课，长期坚持，效果不错。

以下是一些注意事项：

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学习计划.每个周末都要把这周的知识，哪怕是草草的，也要过一遍。

**请替袁梦同学拟写一份高考计划书篇七**

1.计划的时间不能定的太紧，否则有些意外就不能完成了。比如说，周一晚8:00-10:00学习英语;10:00-11:00学习语文;11:00-11:30准备睡觉，不如改成8:00-9:30学习英语，这样如果有些内容到9:30没有完成，可以延长15分钟。

2.为意外留出时间。每周的计划要为意外留出时间。比如周二晚上学校占用了，需要安排出时间来补这一天的计划。本来这个月的计划已经做好，考试的时候又发现新的内容，更基础的问题，需要时间补。这些都是需要预留时间的。

4.计划要具体。比如我们确定了这个月重点补习的科目是历史，那么每周完成哪些部分，必须明确。不要让学生花时间去想“今天晚上学什么”。

1.做到一科，二科功课考前不用复习。要认识到，到了实际高考的时候，你是没有时间去复习每一门功课的。坚持做到有一到两门课程每次考试前不复习，如果每次考试成绩都不错，考生在高考的时候就会非常有信心。

2.没有特别弱的课程，也就是没有落分的课程。

首先，我们把学生目前的水平做一个判断，我暂且分了四档：

1.入门-不能够完成老师作业的;

2.初级-刚刚能够完成老师作业的;

3.中级-能够完成老师作业的，有一定的自由时间;

4.高级-大部分作业比较容易，多数难题能够解决。

这里讲的是学生总体水平，暂时不要和别的学校的学生比，只考虑你在本校的学习情况。

1.班里成绩比较好的，能够进入前十名的科目。这些科目考生比较有信心，学习起来也比较有兴趣，也可以从完成作业的时间看。作业能较快做完的，也是学的比较好的。我们称为a类课程。

2.成绩中等的，作业基本能够完成。这些学科考生认为多花些时间就可以提高。我们称为b类课程。

3.成绩靠后。这些学科考生可能缺乏信心，不爱学习这些学科，完成作业也有困难，我们称为c类课程。

当然，是否有信心也不完全取决于学习成绩。

如果你愿意，可以把一科功课中的内容细分。比如物理的光学，力学，电磁学，也可以分为掌握较好，中等，较差。但是，我觉得过于细了。

短期：力争每个月改变一门功课的状态。比如把一门功课(c类课程)从成绩靠后变成成绩中等(b类课程)。要想把一科功课学精，一个月是很难的。但是提高到一定程度，还是非常有可能的。这样，考生看见结果，也会有干劲。

长期：考生的目标院校应该有一个计划。目前的目标院校是什么?最终希望进入的目标院校是什么?可以把这个学校的过去几年的录取分数拿来。比如，考生目前成绩是450，总分是650分，按照100分计算，平均69分。目标院校的录取分数是580分，总分是750，按照100分计算，平均77分，也就是说你平均每科差8分。这个时候，课程能够达到77分的，算作合格课程，远远超过77分的，算作好的，低于77分的，算作需要努力的。这种计算不是十分科学的。但是比较简单，容易做。

是补弱项还是增加强项

通常说来说，弱项补起来成绩比较容易提高。因为从考试看，一定有考基础知识的，有比较容易的题，有很难的题。把基础学好，就可以拿到一定的分数。补习课程应按照高考中成绩最大值为标准。比如，两科课程，一科占分80分，一科占分120分，可以优先补120分的课程。这样，同样的学习时间可以帮助你得更多的分数。同样，可以把一科课程细分。比如，数学中统计部分比较难学，占分又少，就先放弃，去补占分多，又比较容易学的部分。

要根据学校的课程表来定计划

每天在学校里，老师不会把六科功课都复习。制定计划的时候，要根据白天上课的内容定。一种方法是白天学什么，晚上复习什么。还有一种办法是为了补一门功课，每天无论上什么课，都要花一些时间学习这门功课。也就是说，其他科目只要把作业做了，知识点复习了，就可以了;而这门功课则需要安排时间学习自己计划的内容。如果白天有大课，晚上可以考虑少复习一些(当然，作业还是应该尽量完成的)。同样，如果晚上某一门功课的作业很多，也可以少看，或不看这门功课。

要解决老师布置的作业和自己计划之间的矛盾。

每次家长会，老师强调学生要跟学校的安排走，这个原则是正确的。原因是老师比任何人都清楚高考。现在学校也花时间研究给学生留多少作业合适。但是，每一科任课的老师并不清楚别的`老师留了多少作业，有时就会出现今天作业多，明天作业少的情况。同时，由于一个班的学生的学业水平不同，同一份作业，对于好学生来说，完成可能很轻松。对于成绩差的学生，可以难以完成。对一个学生来说，有些科目的作业很容易完成，有些科目的作业要花费许多时间。如果每天晚上必须把所有的作业都完成，结果可能是按照老师的安排走了，但是，没有时间做自己任何的事情了。如果每天都在忙于完成学校的作业，学生已经没有任何自由支配的时间，也很难根据自己的情况来做更有效的学习了。

做作业前，花点时间想一想今天白天复习的知识点，作业的目的是帮助我们学习知识点。如果可能，让学生讲给家长听。能讲出来，可能就是学会了。我每次做讲座的时候讲的内容都记得比较清楚，也是经验之谈。

请家教，补习班

许多家长为学生学习比较差的科目请一个家教老师。对于自学能力不强的学生，有一个家教帮助掌握进度，讲习知识点，应该有帮助。更重要的是通过家教帮助考生提高信心。如果有家教，最好请家教安排学习计划，家教的作用不光是讲讲题。白天在学校上的课程已经听的挺多的了。我原来在美国上学的时候，我们学校明确表示，上课一个小时，课下需要三个小时。如果能够通过家教，参加补习班，让学生更有兴趣学，更有信心，这个家教就请对了。

改变学生的学习习惯

注意学生每天回来学习的习惯。他首先做什么?是玩一会，看会电视?睡会觉?还是直接做作业?是先把今天老师讲的东西搞明白，还是等作业做不出来时再去翻书?作业先做哪科?白天上课后，都会有作业。学生回来是先做强项的作业?还是先做弱项的作业?上面说过，学生对成绩比较好的科目会比较有信心，也比较愿意学。学生回家后，常常是喜欢先做自己有兴趣的;而且有时还会多花一些时间。等有兴趣的科目做完了，人也累了。再做成绩不好的科目，就更费劲了。结果强的越来越强，弱的越来越弱。是否和学生商量，改变一下习惯，不妨先做弱项，在做强项。

**请替袁梦同学拟写一份高考计划书篇八**

20xx年广东省高考考试科目发生重大变化,理科考生考“3+理科综合”，而“理科综合”中物理学科相应的高考考试时间和分值跟原来的x科中物理科相比将发生变化，因此物理考试内容、题型、题量、难度和高考备考要求都发生较大的变化。作为高三物理教师来说，这是一次挑战，也是一次考验。为了能在20xx年高考中，物理能取得好的成绩，我们制定了如下复习备考计划:

1、20xx年9月1日--20xx年3月中下旬，进行第一轮全面复习。

2、20xx年3月下旬--5月底，专题复习，综合考练，查漏补缺。

3、20xx年5月底--考前，回归课本、查漏补缺、心理调节。

1、紧扣新的《广东高考物理方案》要求，广泛收集相关高考新方案的有关信息，研究20xx年高考热点及命题趋势，选择合适的教辅资料(我校统一使用《名师大讲堂》)进行有效的复习。

2、根据本校学生实际和广东高考物理新方案的要求，复习侧重于必修1，必修2，选修3-1，选修3-2，重基础，成体系，抓规范，练技巧，使学生将分散的知识点理清，形成知识网络，融会贯通，抓住高考基础部分不失分。

3、二轮复习专题专练，精讲精练，拔高难度，培养解题能力，选题主抓新颖的信息题的综合训练，目的将学生能力提高到高于高考要求的标准。

4、从应试策略上分析，对于选修3-3，选修3-4，选修3-5部分知识点的复习要有偏重，根据学生实际情况，分层次、分难度训练，但不占太多时间，因其在现有的高考题型中分析，其难度较低，分值较小，应余大多时间放在前四部分(必修1、2，选修3-1、选修3-2)

5、根据实际的复习情况，适当时要有效地调整复习措施及教学方案。

**请替袁梦同学拟写一份高考计划书篇九**

1.学生心态调整。焦虑的情绪很正常，但是需要自我调节。越是这个时候，越是要稳定自己的情绪，把所有心思放在学习上，关键在坚守和夯实基础。学生波动大、起伏大都是正常的，但这些都是庸人自扰。只要埋头做事，查漏补缺，扎实行动，就会让自己觉得坦然。另一方面也多和家长，老师，同学沟通交流，通过交谈鼓励来缓解压力。

2.复习时间规划。虽然考生平时作业和复习任务多，但也需要调节作息，养成良好的作息习惯才能提高学习效率。建议考生现在开始每天晚上11点半左右睡觉，这样白天精神比较充足，复习的效率更高。

3.复习策略规划。

a.考试六成以上是基础题，不要一味攻难题。每年高考考的，就是那么些知识点。只要把这些知识点搞得很清楚并运用熟练就行。总结比做题更重要,细心是学习成功的必要条件，保证会的题不丢分，难题尽量得分。答题时合理分配时间。提前做完一定要认真检查。学好控制时间和分配时间;注意答题过程和步骤，琢磨答案标准;揣摩题目要考的知识点。试卷做的不在多，而在精。

b.大致把书本内容再看一遍,整合知识，搭建每章知识框架，能够较好的衍生每一章知识框架中涉及的相关题型以及解题方法。对知识点做到精细化，将状态调整到应试状态，将知识与题型融合。

d.突出重点式地学习，根据自己的实际情况作出复习调整。不需要将复习时间平均安排，强势学科不落下，薄弱学科需要不断加强。

总结：考生只有调整好心态，将作息时间合理安排，做好复习计划，每天都稳定踏实的执行，高考就有可能提高成绩。越是放平心态，越是沉稳细心，越能发挥的更好，做好基础做好准备，才能在最后冲刺突破。

**请替袁梦同学拟写一份高考计划书篇十**

针对性的学习永远比盲目的刷题要有效率。生物考察的.知识点很有限，将自己错过的习题重新做一遍，将知识点弄懂弄透。不要盲目的刷五三、王后雄等辅导资料，这样太浪费时间。

2、计时做历年高考真题

熟悉高考的出题方式，并且掌握好答题的节奏很重要。每一年，高考考察的知识点和方向会有一些相同之处，例如生物的29题一般就是一道实验设计题，而答题套路也比较相似。在高考之前，把北京市09年到13年历年的高考题，掐准时间，重新做一遍，练好自己答题的节奏非常必要，答不完卷子，而后面的题目又soeasy，这就让我们崩溃了。

3、再重新理解一遍生物的基础概念和核心过程

在现有北京的考试难度下，基础概念的熟练度和准确度非常重要。很多同学出现选择题二选一、大题答非所问，除了审题获取信息的问题外，知识点不熟练也很重要。以12年高考题为例，29题第一问就是必修三48页书上原话。而30题最后一问，甲状腺激素的3个功能不熟练，那么这道题很难答对。

**请替袁梦同学拟写一份高考计划书篇十一**

介入学生作文教学的维度很多，但必须具备可靠的突破口;我就个人的教学和命题经验，总结出两天有效应对考试的方式。首先，必须认清，考试作文材料或题目大致可以归纳为时事时评类和泛文化哲理类两大块。前者如今年的全国二由代引发的调查、北京卷对世乒赛中国包揽全部金牌的看法、新课标卷中国崛起的特点等;后者如上海卷“一切都会过去与一切都不会过去”、回到原点、这世界需要你、旧书等等。

就审题立意来说，特别是对那些时事时评类题目，在正面思维的基础上适当展开反向思维进行立意是考试取得高分一个行之有效的方式。精讲一道题目，如江苏卷的“拒绝平庸”，实际上，就完全可以在正面立意个性重要的基础上把论题进一步推向深入，“拒绝平庸”实际上仅仅是一个开放的主语，考试完全可以由此自问“拒绝平庸”一定是人生通向成功的通途么?“拒绝平庸”在另一层的维度可能是忽略生活中的平淡之美，因此完全可以在“拒绝平庸”一定是人生的正确选择吗，这样一个反思的维度深化自己的文章，在发展等级的深刻、新颖等角度切中给分点。

另外，一定在平时阅读和积累一些充满文气的、言说精美的片段记诵，语文作文问题说到底还是文学问题，从阅卷者的年龄构成、知识结构等方面看，那些充满文学气息的文章必然受到追捧，学生可以绕开常规例子如李白、苏轼、司马迁;充分在阅读的基础上选择如老舍、沈从文、柳永、米兰·昆德拉、海德格尔等文学、哲学家的故事润饰自己的文字，只要根据不同题目具体做些调整既能够得到高分。精讲一道湖北省的《旧书》，该省一名曾听过我亮剑高考的学生认真按照我的要求搜集材料并在和我的通信中经过我点拨，今年写出了这样的文字：

“今宵酒醒何处，杨柳岸晓风残月”，多少次在灯下展读柳三变的那些旧书，总是颇为感慨。学者大略愿意将其仕途不顺作为理解柳永的关键，而我更在意他对词调的贡献。人于痛苦时往往能够激发内心创造的强烈欲望，苦痛的柳永未尝不是这样。读前人的词，无论是温韦的花间派，还是欧阳修、范仲淹的那些写景之词，似都还未脱词刚刚兴起时的稚气，词调殊为平缓、短促。也许是因为内心过于的忧伤，柳永之词则全用长调，在那些娓娓道来的自然风物、人情世故中，我们读懂了一个时代。我赞赏很多学人将柳词的特点归结为“以身世之感打并入艳科”(胡仔：《苕溪渔隐丛话》)，在那些浮华背后，我见到的是一颗处处碰壁但决然不向命运妥协的高贵灵魂。人言“凡有井水处皆歌柳词”，我揣想，若不是生活中如斯的磨砺，如斯的苦痛，怎能最终成就柳词的创调呢?是啊，旧书虽旧，却给我以这样难忘的教益。

该考生能整段记诵并发送给我这段文字，得益于他平时对这些充满文气材料的谙熟，这不是要考生弄虚作假，考生平时按照老师要求整理经典作品，然后根据自己的体会写成几个不同的片段，并经过平时不断的润色，完全可以形成自己的精华材料，而这对日渐关注语文教学本质--文学本体的作文题目应该是非常有意义的。

四、结语

高三同学目前的当务之急是夯实基础，切勿盲目做题，特别是这些整体水平比较高的高考试题。实际上，解题技巧在高考前两个月左右接触即可，这时结合技巧再适当处理题目是比较恰当的，千万不宜过早。现在，着手将字音、字形、成语、病句、文言实词、虚词和课本中的古诗文等问题尽可能的铺开范围大量搜罗整理记诵，夯实基础，在以后的方法技巧训练中才能够保持非常好的后劲，这是历年考试辅导的经验。“一切回到事情本身”，避开那些假大空的趋势，关注考试题目变化中的不变，这是整篇文章希望传递给大家的理路。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn