# 最新学霸的计划表高清晰高三 学霸的学习计划表的(精选10篇)

来源：网络 作者：水墨画意 更新时间：2024-08-25

*计划是人们在面对各种挑战和任务时，为了更好地组织和管理自己的时间、资源和能力而制定的一种指导性工具。计划书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇计划呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的计划书范文，我们一起来了解一下吧。学霸的计划表高清晰高三...*

计划是人们在面对各种挑战和任务时，为了更好地组织和管理自己的时间、资源和能力而制定的一种指导性工具。计划书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇计划呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的计划书范文，我们一起来了解一下吧。

**学霸的计划表高清晰高三篇一**

1、学习的目标明确，实现目标也有保证。学习计划就是规定在什么时候采取什么方法步骤达到什么学习目标。短时间内达到一个小目标。长时间达到一个大目标。在长短计划指导下，使学习一步步地由小目标走向大目标。

2、恰当安排各项学习任务，使学习有秩序地进行，有了计划可以把自己的学习管理好。到一定时候对照计划检查总结一下自己的学习，使学习不断进步。

3、对培养良好的学习习惯大有帮助。良好习惯养成以后，就能自然而然地按照一定的秩序去学习，达到规定的学习目标。

4、提高计划观念和计划能力，使自己成为能够有条理地安排学习，生活、工作的人。这种计划观念和计划能力，学生都应该学习和具备，这对一生都有好处。

06:30起床，开始背诵单词和语文课文

17:30放学后至晚饭前时间，完成家庭作业

20:00饭后开始学习

21:30洗澡，稍作休息

22:00完成剩余学习功课

22:30学习任务结束，进行适量的课外娱乐放松

23:10上床休息

周中学习方案

周末学习方案

**学霸的计划表高清晰高三篇二**

计划每天的工作只花费你大约10到12分钟时间，学霸的学习计划表是什么样子的呢?整理出一份高配实际的学习计划表，同学们看看吧!

学习计划表

1、早晨合理安排30分钟读一读英语

2、利用上午2节课的时间分别独立完成2科寒假作业

3、中午适当午休

4、和上午一样，利用下午的时间做些寒假作业，但不可一下子贪多。要均衡、科学安排。

5、自由时间可以干一些喜欢的事情，但要控制在半小时的时间里。

6、晚饭之前是自由活动的时间，可以看电视等，但要看看新闻。

7、读一些好的小文章，写日记或是读后感，或是精彩的摘抄。

8、每天学习时间最好保持在7-8小时(上课时间包括在内)

9、学习时间最好固定在：

10、既不要睡懒觉，也不要开夜车。

11、制定学习计划，主要是以保证每科的学习时间为主。若在规定的时间内无法完成作业，应赶快根据计划更换到其他的学习科目。千万不要总出现计划总是赶不上变化的局面。

12、晚上学习的最后一个小时为机动，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。

13、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。不要前赶或后补作业。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。

14、若有自己解决不了的问题，千万不要死抠或置之不理，可以打电话请教一下老师或同学。

制订计划注意事项

计划需包含完成计划的起止时间、任务量、甚至完成标准;拒绝又大、又空、又模糊，根本无从下手的学习计划。

比如：计划只写预习语文、复习数学。到底哪些内容，哪个时间段，怎么做，都没提前计划，至少要想好，否则计划落实起来就不太容易。

要从实际出发，讲究实效

比如：最近单词听写不过关，计划就要先把单词背诵列上;语文作文总下不了手，就要赶快做写作素材积累的学习计划等。

想要快速提升成绩，就须把注意力聚焦在薄弱科目上，聚焦在最首要的影响学习状态与成绩的棘手问题上。一旦把棘手紧要的问题解决了，不仅孩子的成绩提升很快，而且内心也会收获到满满的成就感。

**学霸的计划表高清晰高三篇三**

1、学霸高效的学习，要学会给自己定定目标(大、小、长、短)，这样学习会有一个方向；然后梳理自身的学习情况，找出自己掌握的薄弱环节、存在的问题、容易丢分的知识点；再者合理的分配时间，有针对性的制定学习任务，一一的去落实。

2、可以学习掌握速读记忆的能力，提高学习复习效率。速读记忆是一种高效的学习、复习方法，其训练原理就在于激活“脑、眼”潜能，培养形成眼脑直映式的阅读、学习方式。速读记忆的练习见《精英特全脑速读记忆训练》，用软件练习，每天一个多小时，一个月的时间，可以把阅读速度提高5、6倍，记忆力、理解力等也会得到相应的提高，最终提高学习、复习效率，取得好成绩。如果你的阅读、学习效率低的话，可以好好的去练习一下。

3、要学会整合知识点。把需要学习的信息、掌握的知识分类，做成思维导图或知识点卡片，会让你的大脑、思维条理清醒，方便记忆、温习、掌握。同时，要学会把新知识和已学知识联系起来，不断糅合、完善你的知识体系。这样能够促进理解，加深记忆。

4、做题的时候要学会反思、归类、整理出对应的解题思路。遇到错的题(粗心做错也好、不会做也罢)，最好能把这些错题收集起来，每个科目都建立一个独立的错题集(错题集要归类)，当我们进行考前复习的时候，它们是重点复习对象，保证不再同样的问题上再出错、再丢分。

**学霸的计划表高清晰高三篇四**

一份好的学习计划大致包括三方面的内容：

1、进行自我分析我们每天都在学习，可能有的同学没有想过我是怎样学习的这个问题，因此制订计划前首先进行自我分析。

(1)分析自己的学习特点，同学们可以仔细回顾一下自己的学习情况，找出学习特点。

各人的学习特点不一样：有的记忆力强，学过知识不易忘记;有的理解力好，老师说一遍就能听懂;有的动作快但经常错;有的动作慢却很仔细。

如在数学学习中有的理解力强、应用题学习好;有的善于进行口算，算得比较快，有的记忆力好，公式定义记得比较牢;有的想象力丰富，善于在图形变换中找出规律。

所以几何学习比较好你可以全面分析。

(2)分析自己的学习现状，一是和全班同学比，确定看自己数学成绩在班级中的位置，还常用好、较好、中、较差、差来评价。

二是和自己数学成绩的过去情况比，看它的`发展趋势，通常用进步大、有进步、照常、有退步、退步大来评价。

2、确定学习目标

学习目标是学生学习的努力方向，正确的学习目标能催人奋进，从而产生为实现这一目标去奋斗的力量。

没有学习目标，就象漫步在街头不知走向何处的流浪汉一样，是对学习时光的极大浪费。

确定学习目标首先应体现学生德智体全面发展的教育方针，其次要按照学校的教育要求，此外还要根据自己的学习特点和现状。

当然还可考虑一些社会因素家庭情况。

学习目标要具有适当、明确、具体的特点。

适当：就是指目标不能定得过高或过低，过高了，最终无法实现，容易丧失信心，使计划成为一纸空文;过低了，无需努力就能达到，不利于进步。

要根据自己的实际情况提出经过努力能够达到的目标.

明确：就是指学习目标要便于对照和检查。

如：今后要努力学习，争取更大进步这一目标就不明确，怎样努力呢?哪些方面要有进步?如果必为：数学课语文课都要认真预习。

数学成绩要在班级达到中上水平。

这样就明确了，以后是否达到就可以检查了。

具体：就是目标要便于实现，如怎样才能达到数学中上水平这一目标呢?可以具体化为：每天做10道计算题，5道应用题，每个数学公式都要准确无疑地背出来，等等。

3、科学安排时间

确定了学习目标之后，就要通过科学地安排。

使用时间来达到这些目标。

要符合全面、合理、高效的要求。

全面：是在安排时间时，既要考虑学习，也要考虑休息和娱乐，既要考虑课内学习，还要考虑课外学习，还要考虑不同学科的时间搭配。

合理：是要找出每天学习的最佳时间，如有的同学早晨头脑清醒，最适合于记忆和思考;有的则晚上学习效果更好，要在最佳时间里完成较重要的学习任务，此外注意文理交叉安排，如复习一会语文，就做几道算术题，然后再复习自然常识外语等。

小学生学习计划表范文

小学学习计划表【1】

序号项目时间备注

1起床7：00洗脸、叠被子早饭1小时完成

2写铅笔字8：00一、三、五

3写毛笔字8：00二、四、六

4看课外书8：40每天要坚持

5口算训练10：00每天要坚持

6看电视10：30每天不能超过两个小时

7辅导画画1：00去画画

8辅导奥数3：40去学奥数

9拉丁舞3：30星期三、五下午少年宫

10游泳5：30每天

11看图说话机动三天一次可以说或写下来

12好词好句8：40每天要坚持

小学生学习计划表【2】

第一、每天早上5：30起床洗刷、穿衣服、吃饭。

5：40去跑步。

一直到8：00才开始看书、写作业。

然后9：4011：50去学英语。

12：00去吃饭，12：30去睡午觉。

14：30去游泳(锻炼身体嘛)

第二、18：30回家吃饭，吃完饭帮爸爸妈妈干家务。

如扫地、拖地等等。

19：00准时出去玩，20：00回家。

从20：10开始复习预习、写作业、看书。

直到22：10分睡觉。

其次从8月20日到8月30日回奶奶家帮着干活，体验一下农村生活。

每天写一篇日志，写一篇读书笔记，写10页暑假生活。

要是爸爸妈妈有时间的话，那就出去旅游，狂欢或happay一下。

第三，我想去海滩那边郊游，我要在海滩上捡贝壳。

第四，我要学做烧饭，帮妈妈做一点家务。

小学生学习计划表【3】

1、上课认真听讲，不搞小动作，不和同学讲话，上课做好笔记。

2、回家认真写作业，把字写端正、做完作业给妈妈检查。

3、每天在家预习新课15分钟，复习旧课15分钟，坚持每天读课外书15分钟、读英语20分钟。

一、锻炼好身体：

1、每天跳绳10分钟。

2、保持正确坐姿，保护好视力。

二、培养好习惯：

1、爱惜时间的习惯。

做事不磨蹭，吃饭在保证质量的前提下速战速决，半小时内吃完，及时就寝，9点上床，保证9个小时的睡眠时间，上课不迟到，每天作业一般一个半小时做完，最多两个小时内完成。

2、独立思考问题的习惯。

保持好奇心，要勇于发现问题，提出问题，敢于发表自己与众不同的见解。

3、勇于表现的习惯。

上课要积极主动发言，主动参加班级，学校的活动。

4、巧于学习的好习惯。

每门功课做到课前预习，课后复习，及时巩固;准备《错题难题本》，及时整理复习。

5、热爱劳动的习惯。

整理自己的房间，周末做些小家务。

三、培养好性格：

1、自信、做到相信自己能行，大胆尝试和接受挑战。

2、毅力、做到碰到困难不退缩，能想办法自己克服困难。

3、豁达、做到心胸开阔，乐观开朗，容得下别人的批评。

四、学习好知识：

(一)语文

1、每天朗诵课文、预习课文、复习课文。

2、每天坚持读课外书15分钟。

3、认真完成老师布置的作业。

(二)数学

1、算，每天口算训练一页。

2、每天认真完成老师布置的作业。

(三)英语

1、每天读英语20分钟。

2、每天读大山外语英语书20分钟。

(四)兴趣班每周六下午锡九美校2:304:30两个小时。

总而言之，在新的学期里，我要更加努力，争取获得更好的成绩。

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

**学霸的计划表高清晰高三篇五**

第一：要自信。很多的科学研究都证明，人的潜力是很大的，但大多数人并没有有效地开发这种潜力，这其中，人的自信力是很重要的一个方面。无论何时何地，你做任何事情，有了这种自信力，你就有了一种必胜的信念，而且能使你很快就摆脱失败的阴影。相反，一个人如果失掉了自信，那他就会一事无成，而且很容易陷入永远的自卑之中。

第二：掌握科学的学习方法就可以在学习上做到事半功倍。可以在学习的海洋中享受快乐！

提高效率方面：有学习环节，学习态度、学习方法。你只要从现在把学习转变了，学牢了，当然就简单了，成绩就会提高。每个人的基础不同，学习态度也不同，所以要采用的方法也就不同。要把学习学好就得找到适合自己的学习方法，要根据自己的特点选择适合的方法。就可以取得进步。学习的方法应该是百家争鸣百花齐放。

第三：考试关键是自己对学科的掌握情况。基础学科占60%，中档题主要考技能应用占25%，高档题占15%主要是综合能力、应用能力的考查，主要是区分高层学生。

考试，不要太紧张。只要把分数看开点就可以了，否则太过于紧张的心情，是无法进行复习的。考试大家都紧张，其实不用害怕，不要紧张。

1、全面复习的基础知识。

2、详细分析存在的问题，做好查缺补漏的复习。

3、分版块复习。做到同中有异，异中有同。

4、专题复习。综合能力的培养，拓展自己的应用能力。

**学霸的计划表高清晰高三篇六**

半个多月过去，大部分孩子也渐渐从假期的欢闹中恢复过来，重新开始新的学习。看看学霸是如何制定学习计划表的。

学霸学习计划表

1.进行自我分析

我们每天都在学习，可能有的同学没有想过我是怎样学习的这个问题，因此制订计划前首先进行自我分析。

分析自己的学习特点

同学们可以仔细回顾一下自己的学习情况，找出学习特点。各人的学习特点不一样：有的记忆力强，学过知识不易忘记;有的理解力好，老师说一遍就能听懂;有的动作快但经常错;有的动作慢却很仔细。

如在数学学习中有的理解力强、应用题学习好;有的善于进行口算，算得比较快，有的记忆力好，公式定义记得比较牢;有的想象力丰富，善于在图形变换中找出规律。所以几何学习比较好……你可以全面分析。

分析自己的学习现状

一是和全班同学比，确定看自己数学成绩在班级中的位置，还常用“好、较好、中、较差、差”来评价。二是和自己数学成绩的过去情况比，看它的发展趋势，通常用“进步大、有进步、照常、有退步、退步大”来评价。

2.确定学习目标

学习目标是学生学习的努力方向，正确的学习目标能催人奋进，从而产生为实现这一目标去奋斗的力量。没有学习目标，就象漫步在街头不知走向何处的流浪汉一样，是对学习时光的极大浪费。

确定学习目标首先应体现学生德智体全面发展的教育方针，其次要按照学校的教育要求，此外还要根据自己的学习特点和现状。当然还可考虑一些社会因素家庭情况。学习目标要具有适当、明确、具体的特点。

适当

就是指目标不能定得过高或过低，过高了，最终无法实现，容易丧失信心，使计划成为一纸空文;过低了，无需努力就能达到，不利于进步。要根据自己的实际情况提出经过努力能够达到的目标。

明确

如果必为：“数学课语文课都要认真预习。数学成绩要在班级达到中上水平。”这样就明确了，以后是否达到就可以检查了。

具体

就是目标要便于实现，如怎样才能达到“数学中上水平”这一目标呢?可以具体化为：每天做10道计算题，5道应用题，每个数学公式都要准确无疑地背出来，等等。

3.科学安排时间

确定了学习目标之后，就要通过科学地安排。使用时间来达到这些目标。要符合“全面、合理、高效”的要求。

全面

是在安排时间时，既要考虑学习，也要考虑休息和娱乐，既要考虑课内学习，还要考虑课外学习，还要考虑不同学科的时间搭配。

合理

是要找出每天学习的最佳时间，如有的同学早晨头脑清醒，最适合于记忆和思考;有的则晚上学习效果更好，要在最佳时间里完成较重要的学习任务。

此外，注意文理交叉安排，如复习一会语文，就做几道算术题，然后再复习自然常识外语等。

制订学习计划好处：

学习计划表可以帮助学生克服惰性和倦怠，尤其是当它配合一个自我奖励制度时会更加有效。

如果学生能按部就班、循序渐进地完成学习，那么学习便不会给学生带来太大的压力。

学习计划表可以确保学生不会浪费时间，使学生有时间做其他该做的事。

学习计划表可以使学生了解自己的学习进度，清楚地知道哪些事等着做;又可以帮助学生对先前的学习做个评价。

**学霸的计划表高清晰高三篇七**

我在高中时最不喜欢政治、历史和地理，因为这几科高考不考，并且可能我一辈子也用不上。可能也有同学讨厌物理、化学和数学吧？还有的同学只喜欢某一科，不去好好学其它的主科。

但是“白痴”教育部为什么要让我们学这些我们一辈子都可能用不到的东西呢？大家应该知道一个事实，我们现在学习的知识可能以后永远都用不到，但是你在学习各种不同的科目时总结的各种各样的学习方法、思维视角等都会伴随你一生。

在你遇到新问题的时候，你可以利用以前的经验很快总结出解决新问题的方法。所以，我现在负责任地告诉大家：千万不要偏科，任何科目对你都是至关重要的。

二、永远不要说已经尽力了

于是每天晚上10：30，我们的自习教室关门，操场上的人就多起来了。跑半个小时再回寝室继续学习，练了一个学期，我瘦了40斤，最后考试的时候我仅用了12分56秒就跑下了3000米，我们班最胖的人也在15分钟以内跑完了。

清华校训“自强不息”给我的影响非常大。所以永远不要说自己已经尽力了。什么叫成功？人们死活不相信你能做到的事情，你做到了，这就叫成功。

三、怎么学好高中的课程

接着上一个问题，永远不要说自己已经尽力了，那么我们应该怎么努力呢？直到大学我才真正明白怎样才能把知识学好。我们班有一个山东省高考状元，得了713分(750满分)。

我问他，你到底是怎么学成这么“牛”的？他说：我高中的时候只要市场上能买到的习题集我都做过。

如果大家觉得省状元离我们太远的话，我再举一个河南省高考第76名的同学的例子，看看他是怎样做题的。他的智商不会很高，因为他在清华电子系学习非常吃力。他说他高考6个主科的经典题他至少做了五遍。学习更多精彩资讯请加老师个人微信号：cfds88，每日分享更多顶尖智慧精髓！

所以我觉得题海战术绝对是学好高中课程的好方法。大家可能觉得大学生就很少做题了，我不知道其它大学的情况，但我可以毫不夸张的说，我在清华每年做的题肯定比我高三的时候做的多。

现在同学们一定会说，想题海战很容易啊，但是哪有时间啊？这就引出我下面的问题。

四、怎么挤时间

大家如果到了清华可以看到，所有的学生骑车都是飞车，走路几乎都是小跑。你很快从校门走进教室就可以比别人多看一会书，多做一道题。时间久了，日积月累，你就会在时间上占有绝对的优势。

**学霸的计划表高清晰高三篇八**

一个人的生命纪录是被不断更新的。也就是说在一个人的一生中有许多次开始和结束。每年是一个新的开始，每一天是一个新的开始，甚至每一分、每一秒都是新的开始。面对这瞬息万变的世界，我们注定要用新的面貌来适应它。

我也迎来了我新的开始，因为新学期即将开始。

我必须调整好精神状态，绝不能用假期的散漫习惯对待学习，要积极调动学习的热情，兴趣，全身心地投入到学习中去。

要珍惜时间，集中精力搞好学习。任何人的成功都离不开勤奋，因此我要上好每一节课，积极思维，大胆发言，善于发现问题，解决问题，当天的学习任务当天完成，决不拖到明天，只有这样才能成功。关注新闻，关注国家大事，这样才能了解更多知识。

其次，每周做周小结，把一周学习的内容进行复习，巩固。

新学期开始了，生命纪录再度更新。一切已成过往，何必再去记挂呢？它们只不过是旧档案而已。在新学期伊始，以一个全新的面貌来面对即将开始的一切，不留遗憾，向旧纪录挑战是我们应该做，也是将要做的。来吧，让我们一起展现一个新的自我！

离初三中考已经不远了，要加油，要努力，创造属于我的好成绩！

**学霸的计划表高清晰高三篇九**

上午：

6：00——6：30起床，整理床铺、房间，洗漱，早饭

6：30--6：50上学路上，思考全天自习安排和背英语单词

6：50--7：30早自习

7：40--12：00上课，做广播体操、眼保健操等

12：00--12：20午饭

下午：

12：20--1：35睡午觉

1：40--2：00上学路上

2：30--6：05上课

6：05--6：30放学路上

晚上：

23:00—6:00休息

**学霸的计划表高清晰高三篇十**

1.田甜：你的名字如你甜甜的歌声，你的歌声又打动了班上的每一个孩子，给大家耳目一新的感觉。一个人有了这样一个特长是多么了不起啊，但有更优异的成绩那才是锦上添花。期待你来年不断进步!

2.人缘好，很好胜的阳光男孩。学习上认真与执著的你给老师留下深刻的印象;劳动中埋头苦干的你令老师很欣赏。如果你能一如既往的走下去，将会是老师、家人、同学的骄傲!要知道，命运的纤绳将永远掌握在自己手中!

3.你平时能积极参加体育锻炼和有益的文娱活动。但对待生活，对待学习，对自己都不够严格要求，因此造成了你的学习成绩总是居于中下水平记住，做事情不能抱着应付了事的态度，不论学什么，都要脚踏实地去掌握。

4.我想你应该是个很懂事，也想进步的同学。你想让别人刮目相看吗?那么你愿意从现在开始有所改变吗?只要你严格要求自己，不断完善自己，总有一天会梦想成真的!

5.你性格活泼开朗，总是带着甜甜的笑容，但你偶尔会犯一些小错误。有时上课不够留心，还有些小动作，你能想办法控制自己吗?希望能从根本上认识到自己学习上的不足，在课堂上能认真听讲，开动脑筋，努力提高学习成绩。

6.你待人友善，对待同学热情大方，从你的笑容中可以看出你心灵的善良，希望你今后在学习上多问、多练、多探索。相信你定能成为更优秀的学生。

7.你是个文静秀气漂亮的小女生，你能脚踏实地学习，但是你也要知道学习还要讲究方法、技巧。学习上有不懂的问题，不要羞于开口，要多问，多思考，多练习。老师相信、只要你努力不懈，终有一天会到达成功的彼岸!

8.你是个聪明、可爱的孩子，关心集体，兴趣广泛，善于与同学交往，人缘好。学习成绩比较稳定。希望你今后在学习上能充分发挥自己的聪明才智，努力把自己塑造成德智体全面发展的好学生。

9.你是一个上进心强，自尊心也很强，聪明而且心地善良的女孩。你有一颗纯真的心，能与同学友爱相处。但有时在你遇到挫折时候，缺乏克服困难的信心，只能付之眼泪。你要知道在通往知识的顶峰的路上长满了荆棘，望你克服困难，勇往直前!

10.该同学具有优秀的品质，遵守纪律，热爱集体，爱好学习，讲究卫生，他认真做好每一节课的笔记，课堂上那专注的神情，让老师感到该同学对知识的渴望，该同学那双求知的大眼睛总能把老师深深地感动!学习成绩有较大的进步。思维严谨，考虑问题周密是他的优点，数理化竞赛中屡次获奖。继续努力吧!一定会成功地到达彼岸!

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