

# 高三毕业暑假学习计划

作者：小六 来源：网友投稿

本文原地址：<https://xiaorob.com/shujia/553.html>

ECMS帝国之家，为帝国cms加油！

## 高三毕业暑假学习计划

时间的脚步是无声的，它在不经意间流逝，我们又将接触新的知识，学习新的技能，积累新的经验，现在就让我们好好地规划一下吧。我们该怎么拟定计划呢？下面是小编收集整理的高三毕业暑假学习计划，欢迎阅读与收藏。

## 高三毕业暑假学习计划1

### 一、学习目标

这是高中阶段的最后一个暑假，暑假假期是最能拉大学生之间差距的时期，是玩的好时机，更是提升自己、查漏补缺的最佳时机，高三是否要一个突飞猛进的我，全看50多天的假期生活。要赢高三必须首先赢暑假。充分利用高三假期提高学习能力和水平，重点突破英语增加对单词的记忆，增加语文阅读，提高数学解题能力。

### 二、作息时间：

上午：7：00起床8：00~8:30早读英语

8：40~10：00做作业，看书10：15~12：00做作业，看书

中午12：00~1：30休息、午睡1节课时间下午1：30~3：00做作业，看书3：15~4：30做作业，看书

4：30~6：45看电视（每天看电视控制在两小时之内）晚上6：45~9：00骑车、看书、游泳、

9：00~10：00看书、做作业，中间跑步半小时晚上11点入睡

### 三、具体安排和执行情况（7月）

1

### 三、8月具体安排和执行情况

2

## 篇四：20xx高考备战：高三学生暑假学习计划

期末考试结束了，当我们还来不及喜或悲的时候，暑假假就来临了。如果把高三备考比作是一场马拉松比赛，可以说赛事已经开始。想想在你长跑时既看不到终点，又已经筋疲力尽时，你是什么心情？所以你现在的紧张、彷徨、

忧虑是很正常的心理状态，千万别觉得天塌下来了。暑假假了，还是赶紧为自己订个详细的复习计划吧。

#### A给高三学生的八点复习建议

人的一生中有很多事情是我们依靠本人的力量不能实现的，我们也不可能改变所有的事，但高考的成败确是真真切切地把握在你手中。那就是努力就一定有收获。这是多么好的一件事呀。在18岁的时候，我们终于可以做自己的主，选择自己的生活了。

还有，我们并不孤独。和同学三年同窗，甚至更久，在这关键时刻，我们有同样的奋斗目标，还有关心我们的老师和家长的陪伴。这种感觉是无比幸福的，所以真的应该好好珍惜。

说了这么多，希望高三学生能够以愉快的心情迎接寒假的到来。另外，给大家提几点复习建议。

- 1.每天学习时间最少保持在7-8小时（上课时间包括在内）；2.学习时间最好固定在：上午8：30-11：30，下午14：30-17：30；晚上19：30-21：30。既不要睡懒觉，也不要开夜车。
- 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！

#### B三类高三考生备考指南

##### 分析与定向

在制定寒假复习计划之前，要科学、准确地自我解剖、自我分析高三第一学期的学习状态、状况，包括平时测试、期中考试成绩、期末考试成绩，其中以期末考试成绩为主，因为期末考试的可信度比较高。

自我分析的目标包括两个方面，一是定位，二是定向。所谓定位，就是说期末考试后，每个学生都可以知道自己总分的位置，你处在一个什么位置上？心里要十分清楚，这基本反映了你的实力。定位不必过细，一般分为上、中、下三个等级。“上”指的是成绩优秀的考生，“中”指的是成绩一般的考生；“下”指的是基础薄弱考生，这是定位。所谓定向，就是说你的优势学科是什么？你的弱势学科是什么？薄弱环节在哪儿？优势学科的优势原因是什么？

##### 三类考生具体复习建议

###### 优秀考生

认真反思每一学科的失分点，如果是中低档题失分过多，一定要引起考生的警惕，这是优秀生高考大忌！

对于难题也要认真分析，高考试题中的难题是给优秀考生预备的，你们不但要会做，而且还要做对。对于不会做、做错了的难题要认真分析。

优秀考生的各科成绩要均衡，原则上不能出现薄弱学科，考生思想上不应该出现“以强补弱”的思想倾向，要科科抓紧，均衡发展，突出强项学科。

优秀学生要学会反思，做对了的题要反思，进一步掌握解题方法、解题规律，不会做、做错了的题更要反思，从思维方法上、方式上寻找原因。

适度的难题训练是十分必要的，“少做、做精”，边做边思考过程、方法、规律，在一定量的基础上，以质求胜。

#### 一般考生

“不是每一道题都是给每一个考生预备的！真正拉开考生差距的是中低档试题！”这是规律，这是经验，一般考生一定要明白这个道理。

道理明白了，方向也就清楚了——抓住中低档试题。高考命题以中低档试题为主，一般

占全卷的80%，也就是说750分中有600分的中低档试题，对于一般考生来讲，抓住中低档试题就意味着抓住了成功的钥匙。

一般考生要认真抓好薄弱学科，这个空间升值的可能性更大、更容易、更迅速。失分原因要分析透，这是“病因”，只有查出“病因”才能“对症下药”。

#### 基础薄弱考生

上述一般考生的复习原则也适用于基础薄弱考生。基础薄弱考生要记住：没有舍弃就没收获！基础薄弱考生要记住：弱就弱在基础上！要抓基础知识、基本技能、基本方法。要抓非智力因素：信心、目标、意志、毅力、方法、心态。要多练，特别是中低档试题，要看、要想更要练。

#### 对三类考生综合建议

“知识与技能，过程与方法，情感与价值观”——新课程目标。

收集、整理、分析、改正错误——错误也是资源。

学会反思，通过反思达到升华、升值。

看清楚不如想清楚，想清楚不如练清楚，一定要动笔，动笔才是思维的开始。

调整心态，考生心理是高考的基础。

#### C各类学科复习攻略

##### 英语得高分10建议

- 1.练习解题时，揣摩出题者意图，仔细阅读在考试结束后另做。比如查重点单词、词组的确切含义等工作。
- 2.文法、语法只做有必要的。
- 3.做泛读时不要出声念。
- 4.不要执著于中文解释，重要的是能理解大意。
- 5.不要一叶遮目。重要的是阅读整段文章后把握要表达的东西。
- 6.坚持扩大词汇量是提高综合能力的关键，但要在语境中记词，才能印象深刻。
- 7.每日摘录、背诵范文中的好句型，为积累写作基本功打下必要的基础。
- 8.做个整理本，整理自己做错的题、常翻看，扫除漏洞；整理阅读、完形、乃至听力中的固定搭配，多了解语言中

的固定搭配现象。

9.每日坚持听力练习，听的题材要广泛，要多练习各种口音的听力材料，增强高考听力时的适应能力。

10.要对自己有信心，就能比别人掌握更多知识。

理科学习战略

重视与时事密切结合的题型和生活结合的题型：节能、环保、奥运、航天……

1、基本概念要重视

理科不是多做题就能分数上去的科目，基本概念掌握牢固最重要。

2、解题先质后量

大量解题可以放到寒假以后。就算解一道题也要把问题的全部概念理解清楚，彻底解决。最后阶段每道题都能把握出题者的意图才能达到高分境界。

3、把听课和自习适当结合

为提高概念学习和解题的效率听一些名师讲课是必要的。要选择适合自己水平和进度的课程。听课以后要配合适当的时间把听课内容消化总结。

4、完成寒假学习目标的综合对策。

D各种能力的培养方法

1.计算能力：考计算能力是通过基本概念和公式的单纯题，所以只要细心就能得分。这类题失分是因为公式不熟悉或计算失误造成的。所以平时多练习速度和正确率，从这部分考查中争取时间。严肃对待平时考试中的失误，争取不犯计算错误。

2.理解能力：平时学习时多思考概念和公式是如何推导出来的，特别是教科书中的公式、概念推导过程都要自己独立做一遍。多做一些类似题，并在解题时思考所包含的概念是什么？

出题者想考察知识点是什么？对错题分析时要标记错在概念的哪个部分。

3.推理能力：正确分析已知条件，及其所包含的衍生条件，明确所要求证的问题与已知之间的相互联系，既可由因寻果，亦可执果求因，注意做完题目后的'总结。

## 高三毕业暑假学习计划2

作为一个新高三生，如何使自己从高中前两年相对轻松的学习状态，转到高三的临战状态呢?这其中既包括学习规划、心理调节，也包括饮食起居的细节。建议新高三生从现在起就要做好相关准备，制定高三学习和生活计划，尽快适应高三的学习生活。

高三的学习一定要抓基础，并把知识网络化、系统化，在此基础上学以致用，应用到实际生活中。因为现在的高考正由知识型向能力型转化。

1、把高一、高二的期中、期末试卷以及其他重要试卷进行汇总、分析了解自己的长处，找出欠缺或不足，这样，实施下一步学习计划才会“有的放矢”。

2、利用暑假补缺、补漏。先补容易补的知识，后补有难度的知识。只有循序渐进、由浅入深，才会做到“事半功倍”。

3、制订长期有效的暑期、高三学习计划。根据自身实际知识和智力水平以及身体条件，制订长期、合理的学习计划，并且要持之以恒，避免“三天打鱼，两天晒网”。

4、将学科知识“类化、细化、系统化”，作全面复习安排。要高屋建瓴，将各科知识分门别类；先宏观调控，再精耕细作；对各科知识如此梳理，学习才会有章法，解题思路才会更为清晰。切忌“眉毛胡子一把抓”。

5、严格合理安排作息时间。根据自身生物钟以及对各学科的吸取程度，制订合理的作息计划。根据上下午时间段对文理科的接受情况进行科学安排；每一次的学习时间不宜过长，感到疲倦时就适当休息，不要打“疲劳战”。

6、劳逸结合，适当放松，注意体育锻炼。要注重学习效率，学会学习，把主要精力用在刀刃上。因此，要学会放松，适当进行体育锻炼，以增强体质，保证长时、高效的学习。

### 了解高考变化

提醒道，对于准新高三生可利用暑假最后一个月的时间，了解以往考试的基本情况，如试卷结构、试题特点等，对高考有一个基本的认识，还要了解一下今年的考试变化，包括题型、内容、题量、分值等，把握高考趋势，明确复习重点，只有对高考有较全面的了解，复习时才能做到心中有数。

心理调节方面：鼓励“立长志”避免“常立志”每个新高三学生在进入最后一年冲刺阶段前，要冷静、认真地思考一下自己的奋斗目标。当然，这不是说凭借自己心头一热，有感而发的所谓“豪言壮语”。志向要有根有据。所谓有“根”是指志向所涉及的发展方向有自己的兴趣、特长作支撑，确立的目标以自己的实际能力和爱好为根本。所谓有“据”是指自己确立的目标符合社会的需要，具有社会价值，而不仅仅是自己的主观遐想。这是考生确立志向时需要认真思考的问题。既要做好“长打算”又要做好“短安排”

饭要一口一口地吃，事要一件一件地做。新高三学生面对将近10个月的应试准备，既要做好切实可行的周密计划，又要做好及时调整自己复习策略的准备。这样才能以最佳的方法获取最佳效果。

## 高三毕业暑假学习计划3

1.有计划地把课本复习三至五遍。最好的资料是课本。课本内容连贯，知识的重复率高，这对英语学习非常重要。记住课本上的单词，认真研读句型和习题，做到见疑就查，见疑就问，并对课本知识的复习做到合理计划。

2.看一本高质量的高中语法书。语法是英语学习的骨架，是英语学习的体系，所以不能过于淡化。现在课本上的语法总结较为零碎，学生最好选择一本书，如Spark英语所出版的“高中英语语法全解”一书就比较好。

3.选择一份较好的英语报纸，通过阅读提高英语学习效果。《21世纪学生英文报》、《学生双语报》等既适合学生拓展阅读，也利于学生巩固基础知识。课外阅读是课本内容的延伸和强化，强化阅读，潜移默化中会使英语水平有长足进展。

4.准备一本《牛津/朗文高阶英汉双解词典》。常翻常看，因为近年的高考题，不少都是从词典里的句子“变异”出来的。

5.做高考题，积累词汇、短语及句型，加强知识的总结。最好的模拟题是高考题。学习贵在积累，特别是词汇、短语和句型，如能通过做高考试题和平时的学习结合起来，效果会更好。

6.每天进行三十分钟的大声朗读。不仅能增强语感，培养英语学习的积极性，而且还能强化巩固基础知识。

7.每天坚持听力训练十五——二十分钟。内容不需要多，二百到五百词的短文或对话均可。要反复听上五至十几遍，做到能默写。

8.学会做笔记。在做笔记中感悟学习的快乐，体验到获取知识的方法。会做笔记的人就是一个会思考的人。

9.持之以恒。

作为一个新高三生，如何使自己从高中前两年相对轻松的学习状态，转到高三的临战状态呢？这其中既包括学习规划

、心理调节，也包括饮食起居的细节。建议新高三生从现在起就要做好相关准备，制定高三学习和生活计划，尽快适应高三的学习生活。

高三的学习一定要抓基础，并把知识网络化、系统化，在此基础上学以致用，应用到实际生活中。因为现在的高考正由知识型向能力型转化。

## 高三毕业暑假学习计划4

作为一个新高三生，如何使自己从高中前两年相对轻松的学习状态，转到高三的临战状态呢？这其中既包括学习规划、心理调节，也包括饮食起居的细节。我建议新高三生从现在起就要做好相关准备，制定高三学习和生活计划，尽快适应高三的学习生活。

### 学习方面：打好基础注重积累

高三的学习同高一高二有很大不同。高考的日益临近让每个人都感到无形的压力，而从前的学习方法、策略也不再适应高三快节奏、高效率的学习。新高三生应该针对高三学习的特点，修正学习方法和策略。

高三的学习一定要抓基础，并把知识网络化、系统化，在此基础上学以致用，应用到实际生活中。因为现在的高考正由知识型向能力型转化。有的同学喜欢陷入题海战术，觉得自己做题越多越好，却忽视了最基本的课本知识。高考所考查的是学生对知识的整体把握和驾驭，所以有牢固的知识基础是非常必要的。对于高三学生来说，从现在开始就应该扎扎实实打牢基础，第一步就应从巩固课本知识做起。

### 了解高考变化

新高三生可利用暑假最后一个月的时间，了解以往考试的基本情况，如试卷结构、试题特点等，对高考有一个基本的认识，还要了解一下今年的考试变化，包括题型、内容、题量、分值等，把握高考趋势，明确复习重点，只有对高考有较全面的了解，复习时才能做到心中有数。

### 心理调节方面：鼓励"立长志"避免"常立志"

每个新高三生学生在进入最后一年冲刺阶段前，要冷静、认真地思考一下自己的奋斗目标。当然，这不是说凭借自己心头一热，有感而发的所谓"豪言壮语"。志向要有根有据。所谓有"根"是指志向所涉及的发展方向有自己的兴趣、特长作支撑，确立的目标以自己的实际能力和爱好为根本。所谓有"据"是指自己确立的目标符合社会的需要，具有社会价值，而不仅仅是自己的主观遐想。这是考生确立志向时需要认真思考的问题。

### 既要做好"长打算"又要做好"短安排"

饭要一口一口地吃，事要一件一件地做。新高三生学生面对将近10个月的应试准备，既要做好切实可行的周密计划，又要做好及时调整自己复习策略的准备。这样才能以最佳的方法获取最佳效果。

在高考复习中，每个考生都会有自己的打算，有的打算放弃某些短项学科，努力提高长项学科的成绩；也有的玩儿命补差科，抱着"硬骨头"死啃到底。殊不知，任何事情一旦走入极端便会导致偏颇。在自我感觉良好的时刻，高三生也要经常做一些"瞻前顾后"的事情。这时候最需要的就是用好身边的"高参"--各学科的任课老师。毕竟这些老师跟了你这么长的时间，对每个学生的情况知根知底。因此，在考生制订"长打算"时不妨征求一下老师的意见，及时进行调整，做一些个人计划与教师建议相融合的"短安排"，努力使复习效果达到最佳状态。

## 高三毕业暑假学习计划5

暑假来临，是高考备考的学生一次喘息之机，但是作为即将面临来年大考的莘莘学子来说，就应该现在就有危机的意识，好好的利用这个暑假，这样才能在未来一年的学习当中领先对手，自己的学习安排也可以游刃有余。在这里由高考名师给我们的建议：

1.把高一、高二的期中、期末试卷以及其他重要试卷进行汇总、分析了解自己的长处，找出欠缺或不足，这样，实施下一步学习计划才会"有的放矢"。

- 2.利用暑假补缺、补漏。先补容易补的知识，后补有难度的知识。只有循序渐进、由浅入深，才会做到"事半功倍"。
- 3.制订长期有效的暑期、高三学习计划。根据自身实际知识和智力水平以及身体条件，制订长期、合理的学习计划，并且要持之以恒，避免"三天打鱼，两天晒网"。
- 4.将学科知识"类化、细化、系统化"，作全面复习安排。要高屋建瓴，将各科知识分门别类；先宏观调控，再精耕细作；对各科知识如此梳理，学习才会有章法，解题思路才会更为清晰。切忌"眉毛胡子一把抓"。

更多 暑假计划 请访问 <https://xiaorob.com/shujia/>

文章生成PDF付费下载功能，由[ECMS帝国之家](#)开发