# 高三学生寒假计划(17篇)

来源：网络 作者：紫竹清香 更新时间：2024-07-23

*制定计划前，要分析研究工作现状，充分了解下一步工作是在什么基础上进行的，是依据什么来制定这个计划的。相信许多人会觉得计划很难写？下面是小编带来的优秀计划范文，希望大家能够喜欢!高三学生寒假计划篇一高三从暑期开始的第一轮复习是以复习高一至高三...*

制定计划前，要分析研究工作现状，充分了解下一步工作是在什么基础上进行的，是依据什么来制定这个计划的。相信许多人会觉得计划很难写？下面是小编带来的优秀计划范文，希望大家能够喜欢!

**高三学生寒假计划篇一**

高三从暑期开始的第一轮复习是以复习高一至高三课本词汇为主，大多数老师采取的做法是每个单元听写，这种地毯式的复习策略对于词汇的识记能力很有效果。过去高一高二背诵的词汇，可能早忘记了，导致阅读、完形、单选题看不懂，文章看不懂。但是，根据 老师多年的高考研究，第二轮复习的词汇部分应该是以高考命题角度去复习重点词汇。比如：很多同学初中就学过\"meet\"翻译为遇见，但高考完形曾考察过\"meettheneeds\"这个短语，意为\"满足需要\"。这就是熟词生意的考察。同样的\"suggestion\"学生经常了解的含义是\"建议、暗示\"，某一年完形中考到\"thereisnosuggestionofcars\"意为\"没有车的迹象\"。

词汇复习建议

如果想要掌握熟词生意，必须要把高考常见完形词汇加以总结，然后有意识的背诵这类高考常考词。最好有一个词汇总结本，每做完一篇完形，都把这类的词记录下来。我们的寒假课程中将会有词汇附录：高考重点词汇附录、高考必考词组附录、高考完形词汇分类附录，老师将会给学生重点讲解。

二、语法复习

第二轮语法复习，应该做到做一道题会一类题的境界。比如，如果学生做一套高考试卷单选(15道题)，发现错题集中在非谓语动词的题型方面，就应该把语法书上相关章节复习一遍，融会贯通，然后再专练这一部分的高考真题。这种步步为营、稳扎稳打的方式看似缓慢，但对于提高分数来说是有效的。

高考研究中心，做了高考英语过去 高考试卷的分析，总结高考语法知识点的分布。语法部分考察基本集中在时态语态(3道题)、6大从句(4-5道题)、非谓语动词(2-3道题)、冠词(1道)、介词(1道)、情态动词(1道)、虚拟语气(1道)。这些内容将会是 寒假语法部分的主要内容。

三、写作复习

写作是高考英语拉开差距的题目，很多同学阅读听力都做的很好，但写作分数一直不高。英语高考一直流行一句话，得听力阅读者得天下，写作能力高者得高分，从高考每年学生失分比率看，上面的总结并不是空穴来风。

高考写作分为两篇，开放式和情景式，形式是图片作文。对学生审题、语法、分析社会现象的能力都有很高的要求。想要做好这部分的复习，背诵比较好的高考范文是不错的范文。好的范文能给出很好的文章结构和语言，背诵记忆的话会对提升语感，非常有帮助。

**高三学生寒假计划篇二**

在寒假中各校会留些作业，同学们在做题的过程中，一旦理解题意后，应立即思考问题属于数学哪一章节中的问题，与这一章节的哪个类型的题目比较接近?解决这个类型的题目的方法有哪些?哪个方法可以首先拿来试用?如果把题目的来源搞清了，在题后加上几个批注，说明此题的“题眼”及巧妙之处，收益将更大。

看书：探寻高考命题影子

高考命题“源于教材，高于教材”，一定要抓住“课本”这个根本。建议同学们利用好寒假仔细梳理课本，重视教材中的基础知识和基本方法，然后加以引申、变化，做到举一反三。教科书上的例题不能看一下就过去了，因为看时往往觉得什么都懂，其实自己并没有理解透彻。所以，在看例题时，可以先把后面的解答内容盖住，自己去做，做完或做不出时再去看，这时要想一想，自己做的哪里与解答不同，哪里没想到，该注意什么，哪一种方法更好，还有没有另外的解法。经过上面的训练，自己的思维空间扩展了，看问题也全面了。

归纳：重归纳不搞“题海战”

进入高三以来作业多，训练量大。同学们若只局限于做完题，结果就是花费了大量时间、精力却得不到好效果。建议同学们学会放松式做题，即把做过的题目拿出来分解，分解题目中所包含的数学思想和方法，分解题中所包含的知识点，掌握经典题的解题步骤和思路，从中总结出解决一类数学问题的规律。着重研究解题的思维过程，弄清基本数学知识和基本数学思想在解题中的意义和作用，研究运用不同的思维方法解决同一数学问题的多条途径，在分析解决问题的过程中既构建知识的横向联系又养成多角度思考问题的习惯。

所以我认为，只要保证把做过的作业、随堂训练、大小考试的题目吃透，使前面自己出现过的错误不再重现，高考成功就有了保证。而这需要同学们积累错题，建立错题集，并及时翻阅复习。在这个过程中，要注意复习时不是随便翻翻看看答案就行了，而是对做过的好题、难题重新分析，揣摩知识点，再现解题过程，从中领悟出试题的命题特征及命题趋势。这些工作，如果前一段时间没有做，寒假一定要补上。建立错题集要做到：(1)记下错误是什么，最好用红笔画出。(2)错误原因是什么，从审题、题目归类、重现知识和找出答案四个环节来分析。(3)错误纠正方法及注意事项。根据错误原因的分析提出纠正方法并提醒自己下次碰到类似的情况应注意些什么。纵观数学错误，主要集中在三个方面，有的是分明会做，反而做错了的题;有的是记忆得不准确，理解得不够透彻，应用得不够自如，或者是回答不严密、不完整等等;还有的由于不会答错了或猜的，或者根本没有答，这是无思路、不理解，更谈不上应用的问题。已经有错题集的同学，假期中更要拿出来仔细研究。

高三寒假英语复习计划

相信每个同学都会意识到寒假英语复习的重要性，但可能不是每一个同学都清楚应该如何最大限度利用寒假来复习，而事实上也没有一个放之四海而皆准的复习方法。在这里，我提出几句口诀，供同学们参考。口诀是：确立目标，制定战略，精确计划，勤于复习，树立信心，严格执行。

确立目标

首先，同学们需要对自己各门功课的水平作个比较实际的估量，同时确立自己高考时希望考到的分数。比如，想考某类水平的院校，就需要根据历史情况估量应该得到的总分。确立目标有两方面需要特别注意：一，必须有挑战性。要最大限度地发挥自己的潜能，争取考进自己理想的学校。二，必须要现实。如果你现在四门课模拟考试总分是400分左右，希望通过今后的4个月的复习达到550，大概是不现实的。制定这样的目标只会误导自己，最后丧失信心。

制定战略

所谓制定战略，是了解自己目前水平和自己希望分数的差距后制定怎样填平这个差距的计划。如果你希望总分可以提高40分，并不是说你每门功课都应该提高10分。你必须要了解自己每门功课的实际水平和潜能。在这里我们特别应该重视投入产出比。4个月时间，大概有120天，大致估算从寒假开始到高考大概每人有1090小时的复习时间。这对每个人大致都是公平的。在有限的时间里要获得最大的产出，就需要确定每门功课复习的时间。

一般而言，成绩相对越差的一门课，提高的可能性越高。从90分提高到100分的难度要远低于从140分提高到145分。所以同学们应该着重复习自己比较差的一门课，投入产出比较划算。其次，背诵类型的课程比较容易提高。比如英语词汇。

你打算每门课提高多少分?你应该在每门课上花多少小时?作为英语老师，我觉得在英语上花时间的投入产出比往往很高。

精确计划

经过我对四门课的评估后，我希望英语分数可以从100分提高到120分。我决定在我的1090小时的复习时间里抽出280个小时复习英语。寒假总共有20天，每天复习12个小时，共有240个小时。我决定花70个小时在英语上，平均每天3.5个小时。我会记录，每天计划花多少时间，实际花了多少时间，如果有差额必须补足。

在英语方面，我要了解一下在词汇、语法、惯用法这三个方面我的最差的地方在哪里，在最差的地方多下工夫。

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。

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。

我会找一本词汇手册，制定一个背诵计划。同时我会找一本比较可信的习题集，估计一下需要多少时间可以做完，每天应该花多少时间做题目。比如，我可以初步决定每天花半个小时背诵单词，1个小时做题目，1个小时对答案，研究答案。研究答案后特别注重自己做错的地方。我会找一本厚本子，写下今天的日期，把错题抄在一本错题集上，并写下自己的想法，为什么错了，这个错误证明我的哪个知识点比较薄弱，我应该注重哪方面的复习。还有1个小时首先应该花半个小时去看看相关的知识，巩固一下，剩下的半个小时则翻阅前几天的错题集，复习一下。如此循环往复。

在语法知识中，需要着重非谓语动词的用法和各类从句。对于惯用法，要多背常见的句型，这些对于阅读、完形填空以及翻译都很有用。平时要多做完形填空和阅读练习。

勤于复习

复习是巩固知识的不二法门。每天结束复习后，看一看自己当天抄了多少个错题，马上做个复习计划。比如今天是2月1日，我会在今天错题集的日期旁边写下如下一串：1h，2/2，2/6，3/2，4/2，5/2。意思是，过一个小时的时间我会看看今天做的错题及心得，一天后(2/2)我会再复习一遍，一个月后，二个月后，三个月后(当然在高考前)我会再看一遍。这是符合遗忘曲线的复习方法。同时我也会用同样的方法复习单词。每个单词至少背一遍，复习六遍。

树立信心

英语学习其实是个“体力活”，不需要有很高的智力水平。你可曾发现自己有什么语言障碍?如果没有，那么就应该有充分的信心学好英语，至少在英语高考中获得好成绩。在本文中我没有提到应该怎样复习语法、听力、写作等等，我相信大家在看报，或者上网查询时可以看到很多宝贵的经验。但是我相信一个总体的战略和方法是一切高效率学习的前提。

严格执行

所谓知易行难，要相信自己的复习方法是有效的，同时严格遵守计划。如果有偏差必须及时补救，严格保证时间和精力的投入。相信经过寒假的强化训练后，再回过头来看看自己的进步和差距，根据实际情况重新修订一下自己的复习计划，一定会有很大的提高。

**高三学生寒假计划篇三**

寒假来了，说明高考的脚步越来越近了，所以考生在高三寒假的时候，基本上是没有什么时间用来玩的，同学们在寒假的时候要制定一份高三寒假学习计划，让自己充分利用寒假时间进行复习。下面小编为大家提供高三寒假学习计划，供大家参考。

期末考试结束了，当同学们还来不及喜或悲的时候，寒假就要来临了。经过一个学期的努力，有些同学觉得很有收获，对于高考充满信心;也有同学会觉得对与上学期所学的知识还有欠缺，对于高考会有些许畏惧。

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。我们并不孤独，在这关键时刻，你有梦想，有和你并肩作战的同学，还有老师和家长的关心更有我们学习方法网的鼓励和陪伴。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，希望大家能够以愉快的心情迎接寒假的到来!

另外，为了让大家的寒假过得充实而有意义，给大家提几点建议，制定寒假学习计划：

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、每天学习时间最少保持在7-8小时(上课时间包括在内)

9、学习时间最好固定在：上午8：30-11：30，下午14：30-17：30;晚上 19：30-21：30。

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。

附：寒假每日学习时间表 (可以根据个人的情况调整)

7：21 起床

7：40 洗漱完毕

7：40——8：00 听一篇英语听力

8：00 吃早饭

8：20——9：05 做作业【第一节课】

9：15——10：00做作业【第二节课】(可以利用第一、二节课时间上家教课)

10：10——10：55 复习【第一科】

11：05—— 11：50阅读 【包括语文课外必读篇目，优美散文，作文范文等】

12：00 吃午饭

12：30——13：30 午休 【午睡，实在睡不着的话休息会】

13：40——14：25做作业【第三节课】

14：35——15：20复习【第二科】

半小时自由时间【阅读，体育活动，或娱乐】

15：50——16：35做题【做数学题，物理，化学题】(单周)【英语训练→完形填空，阅读理解等】(双周)

16：45——吃晚饭 自由时间【看报纸，电视→新闻、科普类等】(此段时间不固定)

吃完饭后——21.：30进行一天的总结，检查背诵、默写等签字类作业，并听录音，背单词或古诗古文等

10：00 睡觉

注：每科做作业的时间为45分钟，应高效的完成该科作业，像考试一样，若为试卷类作业，则按照试卷规定时间完成。

上面的高三寒假学习计划，对于广大高三学生的寒假复习非常有帮助，希望大家好好利用。业【第一节课】

9：15——10：00做作业【第二节课】(可以利用第一、二节课时间上家教课)

10：10——10：55 复习【第一科】

11：05—— 11：50阅读 【包括语文课外必读篇目，优美散文，作文范文等】

12：00 吃午饭

12：30——13：30 午休 【午睡，实在睡不着的话休息会】

13：40——14：25做作业【第三节课】

14：35——15：20复习【第二科】

半小时自由时间【阅读，体育活动，或娱乐】

15：50——16：35做题【做数学题，物理，化学题】(单周)【英语训练→完形填空，阅读理解等】(双周)

16：45——吃晚饭 自由时间【看报纸，电视→新闻、科普类等】(此段时间不固定)

吃完饭后——21.：30进行一天的总结，检查背诵、默写等签字类作业，并听录音，背单词或古诗古文等

10：00 睡觉

注：每科做作业的时间为45分钟，应高效的完成该科作业，像考试一样，若为试卷类作业，则按照试卷规定时间完成。

**高三学生寒假计划篇四**

(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瓿几个为什么，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……鼠年到了，和谐规划，学习进步，一定要有过年的感觉哦，来年必然虎势巍巍，虎虎生风。

**高三学生寒假计划篇五**

抓“概念”重“消化”

复习时，要十分重视概念，要对所有的地理概念一一理解、消化、吸收，不留夹生饭。只有概念清楚了，判断、推理问题时才能正确无误。要把那些特别容易混淆的概念罗列出来，一一对比其差异。

抓“原理”重“理解”

从基础知识抓起，扎扎实实，一步一个脚印地过“地理原理”关。掌握了这些原理、法则，分析事物就有了说服力。

抓“归纳”求“规律”

从特殊性的地理事物中，归纳出普遍性的规律。

抓“综合”重“联系”

综合性即地理环境各要素之间的内在联系及其相互影响、相互制约的关系。在多角度、多层次、全方位、综合性分析问题上，要作如下努力：(1)有计划地做一批综合性典型训练题，学习从自然因素到经济因素全面考虑问题的方法。(2)地理环境是一个整体，各要素之间有密切的内在联系。往往一个环节出问题，就会引起连锁反应.破坏生态环境。

抓“一般”推“特殊”

摸透了地理事象变化、发展的一般规律后，就可推知个别的、特殊性地理事物的特征。

抓“共性”重“个性”

地理事物既有共性，更具个性。每一区、一地都有自己的鲜明特色，就是同一区域内部也不会一模一样。

抓“运算”促“智能”

为了提高地理运算能力，要作以下分类练习：(1)比例尺与图距、实距换算。(2)地方时与区时的计算。(3)绝对高度、相对高度与等高线的计算。(4)垂直气温的计算。(5)太阳高度角的计算。(6)恒星日与太阳日的换算。(7)昼夜短的计算。(8)人口密度与人口自然增长率的计算。(9)各种百分比的计算。

抓“对比”找“异同”

比较的范围可大可小，比较的内容可多可少。既可综合比较，也可单项比较;既可从自然条件方面比较，也可从经济条件方面比较;既可进行纵向比较，又可进行横向比较;既可对同类事象比较，又可对相关而不同的事象比较。通过比较找出它们的异同点。

抓“读图”明“空间”

要求：(1)书上的图必须一一理解，学会分析、应用。(2)充分利用填图册，按要求和规格填写地理事物。(3)无论是平面图、立体图，还是示意图、景观图，要会勾画轮廓。

抓“新知”拓“视野”

每年高考都要涉及一些教材以外的新知识，对报刊上的“新闻”不可不留神。如：(1)国内外发生的重大事件。(2)国内外重大经济建设项目的开工和竣工。(3)国内外严重的自然灾害。(4)国内外新开辟的自然保护区和旅游胜地。(5)地学新理论、新探索。(6)人类面临的问题。

**高三学生寒假计划篇六**

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。

**高三学生寒假计划篇七**

1、结合实际，确定目标。

计划不要脱离学习的实际，目标不能定得太高或太低

(1)知识、能力的实际;

(2)“缺欠”的实际;

(3)时间的实际;

(4)教学进度的实际。

2、突出重点，不要平均使用力量。

所谓重点：一是指自己学习中的弱科或成绩不理想的课程或某些薄弱点;二是指知识体系中的重点内容。订计划时，一定要集中时间，集中精力保证重点。

3、安排好常规学习时间和假期作业时间。

4、劳逸结合，合理安排学习和休息。

(1)学习和体育活动要交替安排。

(2)安排科目时，文科、理科的学习要错开，相近的学习内容不要集中在一起学习

5、注意效果，定期检查，及时调整。

检查内容：

(1)计划中的学习任务是否完成?

(2)是否基本按计划去做?

(3)学习效果如何?

(4)总结得失，找出偏差，分析原因，以利改进。从而实现自我管理，自我控制，自我激励、自我调整。

寒假作息时间安排指导

为了让同学们过一个充实而有意义的寒假，老师就同学们寒假学习计划的制定提供如下建议：

1、早晨合理安排30分钟读一读英语(可以是词汇书、美文或是英语教材)

2、利用上午的时间完成2科寒假作业的部分习题

3、中午适当午休

4、和上午一样，下午可适当安排时间完成寒假作业的部分内容。

5、自由时间可以干一些自己感兴趣的事情(看看课外书，看看电视，上上网)，但要控制在一个小时以内。

6、晚饭之前是自由活动时间，可以看看国际国内新闻或是能拓宽自己视野的节目。

7、可以适当安排时间读一些好的文章，写写日记或是读后感，也可以摘抄一些精彩的句子或语段。

8、每天学习时间最少保证6小时

9、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.

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进行补充。

13、每天至少进行三科的学习，文理分开，优势科目和跛腿科目交叉进行。不要前赶或后补作业。完成作业不是目的，根据作业查漏补缺，突破薄弱环节才是根本。

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。

**高三学生寒假计划篇八**

同学们应该怎样度过这个寒假尤其重要。“凡事预则立，不预则废”，希望同学们科学地安排好每天的作息时间，有计划地度过寒假，适当的放弃一些玩乐也是为了更多的收获和进步!各个学科的老师都为你的假期学习提出了很好的建议，请你一定要认真执行，按时完成。

语文

1.“文如其人，字如其人。”一手好字是你迈向成功的重要一步。练字10张(纸张自备)

2. 买书、读书《海底两万里》《名人传》，也可以读其他一些文学作品、名人传记，很多都拍成了电影，可配合着看。读书的同时不要忘了写读书笔记，每个人建立一个专门的读书笔记本。

3. 课后附古诗词背诵十篇、八下25课古诗、八下30课古诗，开学就组织一次古诗词的小测验。

4.写作：完成随笔三篇，可以“春节”“寒假”“元宵节”为话题或为内容，也可抒写自己的心情或其它。字数严格控制在600—800字，并认真书写。数量少，但要求质量!

数学

1. 复习：第一、二、四、六、七章试卷各一张

2. 预习：八下第一、二章

英语

1. 做《金榜》所划题目

2. a组同学每人准备两篇美文/故事/新闻

b组同学每人准备两篇笑话/寓言/节日来历

3. 每人准备两个绕口令，自己先要说熟练。

4. 预习作业：预习八下前四单元

5. 上班级博客，下载配音的视频，准备开学初的英语配音比赛

物理

物理寒假生活：学习指导三份，一、二、四周各一份。

政治

1.收看有关学生时政的电视节目(经济与法、中国新闻等)

2. 一张试卷

历史

观看《甲午风云》《金陵十三钗》《大武生》《康熙王朝》《雍正王朝》等电影。

多欣赏《百家讲坛》《探索与发现》等电视节目。

地理

地理《学业水平考试应试指南》学习计划

第一周(1.10-1.15)作业：

①做专题1《地球和地图》的“地图导学”、自学“核心突破”、背诵掌握“归纳知识”

②做专题2《世界的自然环境》的“地图导学”、自学“核心突破”、背诵掌握“归纳知识”

第二周(1.16-1.22)作业：

①做专题3《世界人文环境》的“地图导学”、自学“核心突破”、背诵掌握“归纳知识”

②做专题4《认识世界区域》的“地图导学”、自学“核心突破”、背诵掌握“归纳知识”第三周(1.29-2.4)作业：

①做专题5《中国的疆域与人口》的“地图导学”、自学“核心突破”、背诵掌握“归纳知识”

②做专题6《中国的自然环境与自然资源》的“地图导学”、自学“核心突破”、背诵掌握“归纳知识”

第四周(2.4-2.11)作业：

①做专题7《中国的经济与文化》的“地图导学”、自学“核心突破”、背诵掌握“归纳知识”

②做专题8《中国的地理差异》的“地图导学”、自学“核心突破”、背诵掌握“归纳知识”

过完了充实的寒假生活，你对整个初中的地理知识掌握的怎么样了?开学不久我们就要进入复习阶段，所以记得开学初就要带着你的四册地理课本到学校噢!

**高三学生寒假计划篇九**

制定学习计划的作用：

1、计划是实现学习目标的蓝图;

2、制订计划是实行自我控制、自我管理的前提;

3、制订计划能减少时间的浪费，提高学习效率。

学习计划的科目：

一、数学

二、英语

三、语文

四、文综或理综

回顾整个假期学习情况，并指导后期的工作和学习。

学习计划时间：

1.早上7：30起床

2.7：40-8：00为吃早上饭时间。

3.8：00-10：00为写作业时间。

4.10：00-11：30为制作小玩具的时间。

5.11：30-12：30为吃中午饭时间。

6.12：30-14：30为上网时间。(包括写博文和上网时间，如果博文没写完可以延长时间)

7.14：30-15：30为读书时间。

8.15：30-16：30为体育时间。

9.16：30-18：30为自由活动时间(不能玩危险的游戏或作危险的动作)

10.18：30-19：30为吃完饭时间。

11.19：30-20：00为看电视时间。

12.20：00-21：00为看书时间。

学习技巧：

一、每日早读课，主要用来背语文、英语，有多余时间可用来背副科(包括生物、历史、政治、地理)。

二、每日中午主要学习副科(包括背诵、作业、资料)

三、下午放学后及晚上主要学习主科(包括作业、所有资料)。

四、根据学习需要可适当调整时间。

五、周末或平时有空闲，找爸讲主科的教材全解和所做作业中的错题。

六、按时完成老师所布臵的作业;每学期要写好学习总结和心得体会。

**高三学生寒假计划篇十**

又是一年寒冬来临，转眼间，高中生涯已经走过了半程。这个寒假是很重要的一个阶段，是放松自我也是给自己充电的阶段，面临着期盼已久的春节以及下学期要进行的毕业会考，我决定制定一个计划，好好把握这个时间，让这个冬天变得有趣又充实!

一、具体计划如下

(1) 坚持早睡早起。早上七点起床洗漱、整理内务，晚上十点准时上床睡觉，花费半个小时为家人做一顿可能不丰盛可口，但一定充满着爱意的早餐;

(2) 用过早餐，清理碗筷加休息花费十分钟，7：40拿出语文和英语课本大声朗读20分钟;(语文和英语轮流朗读)

(3) 8点开始，完成寒假作业本里其中一门课程的所有题目，计时一个半小时;

(4) 9：30到9：40，中途休息10分钟，喝喝水，看看远处的风景;

(5) 9：40开始，按顺序再完成一科的所有题目，计时一个半小时;

(6) 11：10帮助爸爸妈妈做午饭;

(7) 11：10—12：30这个时间段包括吃饭，洗碗;

(8) 12：30开始睡午觉，睡到13：50起床;

(9) 14：00开始定时完成一门试卷两张(根据本次期末考试，最差的几门科目买些辅导资料和试题做)

(10) 根据答案，自己更改试卷，在错题旁边写上错题分析，并准备纠错本，将错题的题目写上纠错本，盖上试卷和答案重新做一遍;

(11) 17：30帮助爸爸妈妈做晚饭;

(12) 17：30—19：00这个时间段内包括了吃饭，洗碗，休息;

(13) 晚上七点，花费一个半小时，写一篇日记(如果是周日就直接写周记)，积累一篇好文章;

(14) 20：30—21：30看1个小时的电视，或者打1个小时的电脑游戏;

(15) 21：30洗澡刷牙，22：00准时上床睡觉!

二、自罚

(1) 生活上的计划如果没有完成，取消当天娱乐的时间，罚抄一篇课文;

(2) 学习上的计划如果无法按时按量完成，取消当天娱乐时间，罚做俯卧撑15个;

(3) 特殊情况特殊对待，请爸爸妈妈监督;

新的一年就要有新的气象，新的面貌!我要严格执行上述计划，希望可以通过这个计划，用寒假的时间好好充实自己，也改改自己在生活方面的不良习惯，为我下个学期的学习和生活做准备!

**高三学生寒假计划篇十一**

某年寒假开始了，为了让自已过一个有意义的寒假，特制定如下生活学习计划。

转眼间，一个学期结束了，漫长的寒假即将开始。为了使本人能够度过一个充实而有意义的寒假，早日成为父母眼中的乘龙之才、社会的可造之才，特对自己的寒假生活作如下计划

1.坚持早睡早起。每晚10.30分准时熄灯上床，早上7.30前起床、叠被、洗漱，并且力争全部耗时控制在5分钟以内，决不因为回到家里而改变在学校长期养成的良好作息习惯。

2.继承中华民族尊老爱幼的传统美德。在家里，多陪爸爸看体育比赛聊天，多陪妈妈买菜逛街看电视剧。对待长辈要保持谦虚尊敬的态度，对待小朋友要让其感受到春天般的温暖。过年的时候主动给长辈们打电话或登门拜年。做到老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼。

3.以辛勤劳动为荣，以好逸恶劳为耻。主动帮父母做家务，保持卧室、书房、客厅的清洁卫生，饭后主动洗碗刷筷，保证油垢餐具不过夜。自己的衣物自己洗，且本着节约电能资源及洗衣粉等物资的原则尽量手洗拧干。

4.崇尚科学，坚持每天补充知识养料。每天坚持学习两个小时左右，假期初制定好学习计划，保证学习的科学性、效率性。力争利用这个假期学会一到两门小技能(例如网页制作等)，以备将来工作之需。有句话说：“活到老，学到老。”在年轻的时候，趁学习能力强，就更应该抓紧一切时间，努力学习，提高自己的知识储备量，为将来实现人生的厚积薄发而做好充分的准备。

5.娱乐休闲要适度，不可玩物丧志。每天上网看电视等时间累计不应超过四小时。出去和朋友们聚会时要注意时间、场所，避免去一些盈利性较强的娱乐场所，要时刻以一名合格大学生的标准严格要求自己。

6.计划在本次假期出行一次。读万卷书行万里路，多出去走走，才能多长见识。同时也要注意保证旅途安全，尽量避免春运的高峰期。且旅行时间不宜过长，以免影响下学期正常开学。

以上计划于某年1月15日起生效实施，如无特殊情况本人必须遵照执行。

**高三学生寒假计划篇十二**

时间飞逝，高中时光已经过去一半，经过高一学习发现了自己的兴趣科目，同时准备备战高三，但在前期学习中自己有很多不足，导致出现严重的后果，在这个寒假期间要尽量将漏洞补上，下面是我制定的学习计划：

1.偏科现象

在前期学习中由于自身对文科类学科兴趣会相较于理科偏重一些，所以导致理科类学科的学习效果下降，优势项目并没有多大提高，反倒弱势项目一路下滑，针对这个偏科问题在寒假期间要将学习时间平均分配到各个学科，在计划之外将自己的弱势项目重点学习，另外喜欢的科目要做提高性训练，弱势科目上加强基础学习提高做题能力，尤其是在英语科目上要注重积累。

2.思维定势

在思维方面之前一直在很多科目上存在思维定势，把时间浪费在死记硬背上，为了巩固基础知识埋头苦背，没有去思考和理解，导致成绩止步不前，思考是可以帮助理解和提升记忆的，为了提升后期学习效果，寒假要进行思考类题目训练，培养自己思维的活跃度，打破思维定势，最好能在寒假学习中建立自己的知识框架，学会围绕核心内容把握主题，对物理、化学科目中要对一些公式进行理解记忆，正确把握各学科内容中出现的各名词，图像等表达的意义。

3.整合归纳

以为自身基础不错，就把大部分时间放在做题上，没有归纳总结，在寒假中要将自己前期的错题进行整合思考，对于题材新颖、不常见题目，重点知识进行分类归纳，方便自己整理思路，节省时间，加深记忆。

4.课外学习

只对课本进行熟知，在课外学习和社会实践上认知度少，在寒假中要利用课本学习之外的时间去看一些课外书籍，听一听让自己感兴趣的电台开阔自己的眼界，扩大阅读视野;然后去参加自己感兴趣的社团或者了解一下不所认知的群体。

以上就是我所制定的寒假学习计划，希望自己能够圆满完成，以供后期学习的顺利，备战高三。

**高三学生寒假计划篇十三**

时间飞逝，20xx年即将走完，20xx年正在悄悄走来，我也迎来了初三最全新的一年，在离中考还剩6个多月的时间里，初三学生要调整好状态，从智力、心力和体力三方面做好充足准备，迎接中考。

学习篇

新年开始，初三学生基本完成了新课的学习，进入总复习阶段。北京汇文中学老师李红艳提醒，初三学生新年要制订一个总的复习计划，对每一科有一个细致的安排。

偏科的初三学生要在新的一年及时纠偏，针对自己的强势和弱势合理安排时间。在这个寒假，初三学生可将课本按章节复习一遍，确定薄弱环节，以便制订复习计划。学有余力的考生还可尝试做几套模拟练习题。

复习时，不管考生学习成绩如何，都要强调基础，尤其是平时成绩较好的考生，更不能忽视基础知识。初三学生还要学会思考，对学习方法进行分析总结，每做一道题，要仔细思考解题过程，归纳解题方法，不要只顾埋头做题。

心理篇

期末考试后，寒假将至。在这段时间里，一些初三学生的心理、学习状态容易出现变化。对此，北京师范大学附属实验中学心理教师陈晨说，初三学生的心理状态和学习效果会互相影响，比如有没有学习的信心、恒心，能不能抵御玩的诱惑，承受学习压力，正确处理青春期问题等，这些都是心理方面的实际问题。

陈晨说，安排好学习计划和目标，有利于保持良好的心态。放假过年时，初三学生容易放松，开学后有些人会发现自己跟不上老师的进度，成绩下降、心情容易郁闷，若把这种状态持续到初三下学期的学习中，会形成压力更大、成绩不理想、挫败感加重的不良循环。因此，在寒假这个缓冲期里，考生要做好复习计划，从而保持良好的心理状态。

身体篇

5月，初三学生将迎来中考体育测试。从测试项目中可以看出，中考体育测试重点考查考生的耐力、速度和力量，这些都不是一朝一夕能练就的，需要考生长时间、有计划地坚持锻炼。

北京三中体育老师邓莹说，现在距体育测试不到半年时间了，各项测试水平较低的考生，要及时为自己安排一个短期有效的锻炼计划，找出体育成绩不好的原因。如果是因为平时锻炼少，就要加强练习。

除了体育锻炼外，中考生平时的饮食也很重要。备考期间，复习任务繁重，考生大脑处在高度紧张状态，身体能量消耗多，食欲往往不佳，再加上生活规律被打乱，身体抗病能力降低，很容易生病。因此，安排好这个阶段的饮食，对保证考生的身体健康和使大脑处于良好状态极为重要。

**高三学生寒假计划篇十四**

现在，趁着假期，我刚好能在这短暂的休息时间里好好的巩固过去的所学，让自己在下次开学时，以一个扎实的基础面对老师的教导。为此，我对自己的寒假规划如下：

一、寒假的前段

这次的假期里，我将自己假期分为了三个阶段，在这个第一个阶段里，我要先总结好自己在这个阶段的情况。

首先，在这个阶段我要总结一下自己的情况，了解自己在哪些科目，哪些地方有怎样的不足，要详细的了解自己，这样才能更深入的去改正自己。

其次，我要收集准备好复习的资料，准备在年前去书店或网上购买习题和参考书。还要规划好寒假作业的完成步骤。

最后，要确定好自己的日程，过年较忙，要将必须消耗的时间算进去。进行进一步规划。

二、中期阶段

中期阶段复习应该早已进入正轨，具体的安排大致如下：

早晨：阅读、记忆。增加自己的语文好词、好句的积累，以及增加英语的词汇量累积，同时复习过去的单词。

上午：趁着头脑清醒学习数学，对过去的难题、错题进行分析和练习，提高自己的应变能力。

中午：休息，整理上午的所学，并外出运动。

下午：学习语文、英语，等文科类题目。主要针对背诵的知识点，增加自己的知识量。并且在晚饭前解决今天量的作业和试题。

晚上：休息，缓解疲劳的同时复习今天的学习。

基本上第二阶段就是按照这样的流程度过，但如果有意外事情，就需要自己做出调整。

三、末期阶段

这时寒假已经快要结束，对我来说，最重要的已经不是在假期中学习更多的知识了。在这个阶段，我要加紧复习在上个学期末所学的知识，并对下学期的内容再次进行复习，做好在开学后的接轨工作，让自己能更好的与老师的教学接轨。

四、结束语

假期的时间非常的漫长，也非常的短暂，关键在于怎么去利用，以及自己的坚持。我相信我一定能在这次的假期里做好自己的工作，完成自己的学习计划!

**高三学生寒假计划篇十五**

小学生的寒假生活马上就要开始了，各位同学一定对自己的寒假生活有一些自己的想法和安排。很多同学都是在寒假刚开始时想法颇多，但是随着寒假的推进，寒假刚开始时的那些想法就逐渐在脑中消失了，寒假过成了每日吃喝玩乐、昏睡无度的日子，到了临近开学，才发现自己该做的事情没有做，想做的事情已经没有时间做了，自己都感觉这个寒假过得一无所获、无聊乏味。那么如何才能让自己的寒假生活过得轻松愉快又有意义呢?

一、制定寒假活动计划表

首先就是要把我们寒假刚开始的各种寒假安排的想法落实到纸面上，自己制定一个寒假生活安排计划表。这样，就能把我们头脑中一闪而过的好想法记录下来，而且也利于我们对寒假活动安排的条理性和次序性。

我们可以把自己这个寒假大概想做的几个主题活动写出来。比如，帮助家里多做些家务劳动;安排两个星期的外出旅游;看完两本伟人自传。我们可以把我们认为最重要的活动每天多分配一些时间。另一个需要注意的是每天的各项活动的内容和时间要合理搭配，因为我们都知道长时间做一个活动，容易身心疲劳。比如，你可以让自己每天练字半个小时，然后安排30分钟的观看自己喜欢的电视节目，接下来安排两小时的家务劳动或一些简单的体育健身活动。

你可以做每天的活动时间安排，你也可以做寒假活动的计划表，最后你可以在开学前对整个假期的生活做一个回顾和总结，这都由你自己来安排，但是我还是建议你能把你的生活安排计划或你的假期生活感想用文字记录下来，这样我们才能对自己的寒假生活安排感受得更真切一些。

二、安排好寒假的学习活动

寒假期间，老师要求同学们完成寒假作业，按章节复习课本知识。这是我们寒假里必须要完成的，我们要在活动计划时首先考虑进去，比如我们可以每天用一个小时完成学校要求的学习内容，保证完成这些学习活动所需的时间。有的学生把学校留的作业用一个星期不分白天黑夜的做完，期盼着寒假剩下的时间可以没有任何心理负担地疯玩。这是一种不科学的安排。学习是个持续的活动，刚开始几天的过度学习，知识来不及消化和理解，囫囵吞枣，我们学得一知半解，不够扎实。几天学完之后，就疯玩再不复习了，这样记忆的效果不好。根据艾宾浩斯遗忘规律，遗忘有先快后慢的规律特点，刚学过的新知识，遗忘最快，所以新知识需要及时复习，我们最好每天都留有一段学习的时间。

三、做一些自己想做的事情

每个同学都有一些自己的个人爱好和兴趣，也有很多同学想利用寒假时间学习一些新技能，比如学绘画、学游泳、学打球、学舞蹈等。所以，我们可以每天把学习这些内容的时间安排进去，这样就能保证每天能按照学习进度学习，保证学习的效果。当然还有一些同学想在寒假期间养些小动物，比如养小兔子。寒假应该是轻松愉快的，我们可以把平时学习的时候没有时间和精力来做的事情放到寒假里做，完成自己心中的愿望。

四、睡眠、运动和饮食

寒假期间，因为是自己自由在家，没有学校作息时间的约束，容易出现自己在家吃喝无度、睡眠过多、行为散漫的现象，所以寒假期间更要注意自己的健康生活习惯的养成。每天的睡眠时间不宜过多，一般每天不要超过10小时，有的同学觉得反正没什么事情可干，还不如睡觉，这是没有提前制定寒假生活计划的后果。另外提醒同学的一点是，不要觉得是寒假了，就可以熬夜或通宵不睡，等第二天白天补觉。发生这种现象的同学不在少数，这样长期的昼夜颠倒睡眠，会打乱身体固有的睡眠节律，严重的会导致精神不振、身体不适、身体抵抗力下降等。所以我们要养成早睡的习惯和午睡的习惯。

当然寒假期间还要给自己安排一些适当的体育运动时间，或者每天晚饭后外出散散步也好，总之，不要寒假整天待在家里不动，适当出门伸伸胳膊，活动一下腿脚，呼吸一下室外空气对身体有好处。

饮食也是我们要注意的，要按时吃饭。我们的同学由于自由在家，所以吃饭也不按时吃了，中午父母不回来吃饭，就干脆不吃，找点零食充饥。当然还有的同学在家里每天都把冰箱里的食物吃得干干净净，吃东西无所节制，这样也是不行的。开学的时候，我们会发现有的同学感觉一下子瘦了下来，有的同学感觉突然胖了一大圈，多半就是这个原因。

五、旅游外出

有的同学要在寒假期间安排旅游外出。其实旅游外出我们可以学到很多书本上学不到的东西，所以我们旅游外出的时候要做个有心人。由于是旅游，我们一般可以看到平时看不到的自然风貌，可以了解到中国甚至世界各国的文明和文化，了解到各地的风土民俗。在旅游的过程中，我们要细心观察，亲身感受。旅游回来后，也可以写写此行的感受，这同样可以锻炼自己的写作能力。很多同学总是写作文时不知道写什么，其实，这些写作的素材是源于我们的日常生活中，平时多想多写，积攒多了，就不会为无事无人可写而发愁了。

六、读读课外书

在寒假里读一两本好书确实是个不错的想法。选好你要看的书，精读，体会。书是人类最好的朋友，我们在读书中可以增长知识，开拓眼界，激发学习兴趣，促进思考，激昂斗志。另外，我们正是价值观和人生观形成的时期，读好书可以促进我们形成正确的世界观、价值观和人生观。所以，多读书，读好书的作用不可估量。

七、分担家务劳动

假期里父母仍然要上班，我们可以主动为父母分担一些家务，这不但能减轻父母的劳累，而且对于锻炼自我的劳动能力、自理能力都有好处，所以建议同学在寒假期间能多帮助父母分担一些家务劳动。

八、保持和同学、朋友的交流

寒假里，我们不要忘记我们的好朋友和同学们。大家可以通过网络、电话多加强沟通，当然如果方便，有些活动我们可以和同学、朋友一起完成。和同学、朋友在一起总是很愉快的，所以我们寒假快乐的一个源泉是来自我们和他人的交流和共同活动。

**高三学生寒假计划篇十六**

一、寒假计划中应该体现以下内容

1、每天进行一小时以上的体育锻炼(最好是室外、能集体运动就更棒了);

2、要关心时事新闻，关心社会生活(可通过电视或报刊);

3、每天做一些力所能及的家务，帮助父母、锻炼自己(比如洗碗、取报、整理房间等);

4、每天和父母做必要的交流(可在餐桌上和一起看电视时);

5、读一本名著，古今中外皆可;

6、每天保质保量地完成寒假作业。

二、寒假计划时间表安排可参考如下

7：00 起床

8：00 做寒假作业或复习上学期

11：00 吃饭

11：30 娱乐

13：00 做寒假作业或预习

15：00 看课外书

16：30 休息

17：00 吃饭

18：00 预习新课

20：30 娱乐

21：30 睡觉

三、在完成寒假作业的同时再去完成以下的学习内容：

1、数学 自学下册前3章，做相应习题;做下册学习笔记，习题册一本;

2、科学 自学下册前3章，做相应习题;做上册实验报告，下册的学习笔记;

3、英语 记背下册英语单词，复习上册单词词组;

4、语文 记背下册诗词、文言文，抄写一遍诗词、文言文，书下注解也要抄写一遍，练习册一本，作文完成3篇，读书笔记完成2篇，小论文完成1篇。

**高三学生寒假计划篇十七**

6：30起床，之后背英语上册课本30分钟，课文、单词全部包括。

7：30正式读完，然后花1个小时的时间去写作业(语文、数学、英语)

8 ：00开始吃早饭，8：15分吃完，之后做45分钟的作业。

9：00开始复习史地生政文数英。大声朗读并背诵30分钟

9：30完毕，30分钟学习时间为做作业时间。

1 0：00看电视30分钟，

10：30我要负责家中卫生情况，洗衣服或打扫或整理，一直到11：10分，放松20分钟。

11：30分开始听英语，听30分钟(自己读30分钟英语)。

12：00正式开始吃饭，午饭时间为15分钟，12：15分钟后45分钟为看电视时间。

下午1：00到2：00为做作业时间，2：00后复习语文、数学、英语、历史、地理、生物、政治30分钟。

2：30分做完手写任务，接着开始进去午觉，自然醒后便可放松，一直至6：00时吃饭，15分钟后，晚饭完毕。

6：15分，读数学定律15分钟，6：30分后，至7：00为运动时间。

7：00整打开电视看新闻，直至7：30后可自己自由活动。

9：00上床睡觉。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找