# 寒假个人计划高中(11篇)

来源：网络 作者：独酌月影 更新时间：2024-07-20

*时间流逝得如此之快，前方等待着我们的是新的机遇和挑战，是时候开始写计划了。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的计划吗？下面是小编带来的优秀计划范文，希望大家能够喜欢!寒假个人计划高中篇一从一些中学了解到，有的初三生一到寒假就彻底放松，把学习...*

时间流逝得如此之快，前方等待着我们的是新的机遇和挑战，是时候开始写计划了。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的计划吗？下面是小编带来的优秀计划范文，希望大家能够喜欢!

**寒假个人计划高中篇一**

从一些中学了解到，有的初三生一到寒假就彻底放松，把学习完全忘到了脑后;有的则把学习安排得过于紧凑。这些都是不科学的。建议初三生做一个寒假计划表，用小本记下自己每天要做的事情，按照计划学习。

寒假里，初三生可自由安排学习时间，初三生利用记忆效果的时段复习会事半功倍。起床后半小时和睡前半小时是记忆效果的时段，初三生可以利用这段时间在脑海中过一遍当天复习的知识点，效果会更好。各学科的复习穿插进行，也利于提高效率。

合理制订复习计划

中考看的是考试总分，考生各科成绩均衡很重要。初三生可以利用这个寒假纠正自己的偏科习惯。沃建中认为，纠正偏科首先要解决心态问题。很多考生数学不好，主要是害怕数学，认为自己没有数学天赋，学不好。很多学生觉得化学分数低，学不好还不如放弃。同学们，这些思想要不得。其实只要努力，大部分学生的偏科现象都可以纠正过来。

根据期末考试结果，初三生要抽出时间认真总结教训，找出自己的强弱项，并强化强项，弥补弱项。弱项提高分数的空间很大，考生要认真分析自己弱项的问题所在，找到弥补的办法。除了在弱项上多花时间外，强项也不能放松。有的考生觉得自己平时数学不错，就很少花时间在数学上，结果到了中考时，数学成绩反而下降了。

别忘搜集作文素材

不少初三生对作文头疼的原因是觉得没东西可写。对此，提醒大家，寒假时间相对充裕，初三生要学会观察生活，积累作文素材。寒假中，初三生要有意识地思考一些问题，并注意积累，多看、多听、多想、多练习，提高观察、分析能力。

不少同学喜欢利用假期阅读课外书。建议初三生在阅读时可将一些有意义的素材记录在笔记本上，如一些名人名言、时事知识、历史人物故事及成语典故等。这对写好作文有帮助。

初三寒假复习指导

为了让大家利用好寒假，系统复习有效率，中小学一对一学习部初中教学组老师还为大家送来了学习礼包：初三寒假复习指导，帮助大家在欢度寒假之余，有条理和针对性地查漏补缺，也为下学期的学习打下良好的基础，为中考总复习争取更多的时间。

总之，我们要把初三学习新课和复习的内容利用这个寒假进行规划和实施，谁利用好初三这个最后的寒假，进行系统的提升，谁就能在中考中赢的更多，笑的更灿烂。

**寒假个人计划高中篇二**

复习：

1.语文的病句、成语类型题。语文的阅读题型。

2.数学必修一，给自己一点总结，花点时间弄回弄懂。

3.英语必修一二，单词词组自己总结。查找英语阅读与完形的答题方法。

4.物理方面，着重复习牛顿运动定律的一部分。

5.化学没什么注意的，要求熟记方程式，学会几种计算的方法。

6.文科注意复习的，但是不能忘了预习新的。(理解)

要求：把寒假作业本能做的做了，做点网上下载得题。

预习：

1.数学必修四第一章。(基本)

2.化学必修二第一二章。

要求：导学案，学案认真完成。

内容：制定每天的学习任务与生活任务。现当日完成。

**寒假个人计划高中篇三**

一、语文：

1、建议假期期间多看书和读物(养成做读书笔记的习惯)。

2、语文不适合盲目做题，可以背6册书的一些重难点的古诗词。看一下翻译。翻译不用全部都背，背一些重点、难点就可以。

3、可以写3到5篇寒假趣事类似的作文，可以上传到黄冈网校的写作天地，让我们黄冈老师给你评评。

二、数学：

1、做寒假作业的过程中发现自己的不足，及时到网校复习和巩固。另外不及格的同学把书本上的课后题重新做一下然后看网校知识强化和在线测试。学习可以的学生可以根据自己的学习情况对知识进行查漏补缺。

2、仔细的看一下以前的错题本。

3、把课本的公式概念过一次，很必要。因为你要记住了才能够运用。

三、英语：

1、对于阅读理解不是很好的学生，建议买几本适合自己水平的英文读物(不带汉语)

2、如果你想要提高听力，网校的听力教室很有用。

3、每天早上可以利用30分钟时间把你的英语笔记的语法和短语背一下，每天就记5个短语，2个语法，到中招考试时英语满分很有可能

四、政治：

1、要多关注实事

2、把课本的知识点归纳一下，主要讲的是什么样的事件等等，可以参考网校的知识强化。

3、也可以利用这个假期多看点这方面的书。

五、物理：

1、基本概念很重要，很多东西都是同类变式，万变不离其中。

2、物理可以参考数学的方法。

六、化学：

1、化学可以说是理科中的文科，化学是需要积累的，比如书本中的公式、反应的现象、药品的颜色、实验注意事项等等

2、做一些综合的实验题参考网校的中考解析题。

3、回归课本

强调：不管是哪一科，都不要离开课本。

**寒假个人计划高中篇四**

一、读书计划

寒假到来我把寒假时间做了一个简单的规划，比如读书，我们都知道读万卷书行万里路，读书的益处可想而知，对于读书我也有自己的规划。

1、每天读书两个小时

2、读书选择好书，比如中外名著，读好书树立正确的人生观价值观，让自己的人生道路更加宽广。

3、没读完一本书都要写一份读后感，把从书中学到的东西写下来，思考书中的哲理同时不断成长，让自己有更好的改变。

4、对于一些非常优美的句子摘抄下来用专门的笔记本记录下来为以后写作文做准备。

二、寒假作业

寒假到来，学校布置了寒假作业，一本寒假作业需要花费很长时间来写，为了让我有时间把时间规划出来。

1、每天花四个小时的时间来写寒假做也，把寒假作业在寒假结束之前完成让自己过上一个开心的寒假。

2、因为我们有多门课的作业，所以按照顺序，而每天个门课程花一个小时，完成作业。

3、做的不会的问题请教爸妈，或者打电话询问老师，直到把问题解决为止，而不是把问题一直留在那里。

三、温习功课

对于学过的知识需要温习，如果长时间不去温习，不去运用就会忘记，为了能够让我能够的提升成绩，记牢知识。

1、每天花费一小时的时间来复习课本上学过的知识，同时把这些知识在练习一遍。

2、温习过后好做好背诵和牢记的工作，因为有些东西已经开始忘记需要从新记忆需要从新开始。

3、循环复习，科学复习提升自己的效率减少时间浪费。

**寒假个人计划高中篇五**

一、时间计划

1、制定合理的作息时间表

起床：6：00晨练：6：20—7：00

学习：7：00—7：50英语

早饭：7：50—8：20

学习：8：30—10：30数学、物理、化学

休息：10：30—14：30(上网或看电视)

学习：14：30—16：30语文、英语(历史或地理、政治)休息：16：30—19：30(看小说)

学习：19：30—21：00复习总结一天所学知识，写日记。

星期日全天休息。

2、严格执行所制定的作息计划，决不因其他事情而不按计划行事。如果有特殊情况占用了学习时间，必须加倍弥补。

二、学习计划

1、预习下学期所学新课，制定严格的预习计划，然后坚决实行之。计划的落实以自学为主，需要尽量地自己看懂;不会的要做出标记，等之后解决，或询问他人马上解决。预习新课要尽量多预习，争取预习下学期新课的三分之一以上。

2、复习旧课，对以前学过的旧知识必须时常复习，要用10天左右的时间来复习旧知识，复习的时候尽量采用目录回顾法，对不会的知识尽量摘录下来，留待以后在复习时作重点复习用。

3、自觉写10篇以上语文作文和英语作文，养成自觉修改文章的好习惯。

4、看几部中国古典名著，并做好笔记摘抄。

5、加强英语口语及听力，看几部英文原版片。

6、坚持练字。每一天学习累了的时候，要仿照一本好的字帖去练字。

三、提高自己的综合素质

1、学习累了之后，要干力所能及的活，如：打扫卫生、抹玻璃、拖地板、打水、做饭、买菜、洗衣服、接待客人、社会劳动、完成家长交代的其它事情、社会调查等。

2、提高思想认知水平和道德素质，不断完善自己，读些励志的书籍。

3、提高分析问题、解决问题的能力。培养自己形成一种思维全面、反应敏捷、运作正确、快速的学习机制;养成一种勤学、善思、好问、求实的学习习惯。

4、制定几个旅游计划，体验大自然的美好和其它想探索的世界。

早上7：30起床之后，刷牙漱口洗脸吃早饭

早上8：00作寒假作业，先做数学〈由于早上头脑是最清醒的，数学逻辑思维比较强，因此先做数学的作业〉

早上九点半开始休息半个小时，〈学了一个半小时也该舒展舒展筋骨了，因此利用这半个小时的时间充分休息，也活动活动。早上10;00开始学习英语〈尽量大声地读英语单词课文〉中午12;00吃饭

中午午休1个小时

下午1：00开始学习语文学习语文的时间可以比较自由，依靠自己的劳逸程度，充分分配自己的时间。实在累了，可以阅读一些课外书籍，这样也可以扩充自己的知识面，为写作积累材料。

1、早晨合理安排30分钟读一读英语，你要知道，外语在初一是基础呀。

2、利用3节课的时间分别完成三份寒假作业，要记住，独立完成，切不可开小差。

3、中午适当午休，精力充沛才可以迎接下午的学习呀!

4、和早晨一样，利用3节课时间做三份寒假作业，但不可一下子贪多。要均衡、科学安排。

5、可以踢踢球、打打电脑了。但不可超过一小时。

6、晚上是你自由活动的时间，但要看看新闻。

**寒假个人计划高中篇六**

1.\"循序渐进\"——就是人们按照学科的知识体系和自身的智能条件，系统而有步骤地进行学习。它要求人们应注重基础，切忌好高骛远，急于求成。循序渐进的原则体现为：一要打好基础。二要由易到难。三要量力而行。

2.\"熟读精思\"——就是要根据记忆和理解的辩证关系，把记忆与理解紧密结合起来，两者不可偏废。我们知道记忆与理解是密切联系、相辅相成的。一方面，只有在记忆的基础上进行理解，理解才能透彻;另一方面，只有在理解的参与下进行记忆，记忆才会牢固，\"熟读\"，要做到\"三到\"：心到、眼到、口到。\"精思\"，要善于提出问题和解决问题，用\"自我诘难法\"和\"众说诘难法\"去质疑问难。

3.\"自求自得\"——就是要充分发挥学习的主动性和积极性，尽可能挖掘自我内在的学习潜力，培养和提高自学能力。自求自得的原则要求不要为读书而读书，应当把所学的知识加以消化吸收，变成自己的东西。

4.\"博约结合\"——就是要根据广搏和精研的辩证关系，把广博和精研结合起来，众所周知，博与约的关系是在博的基础上去约，在约的指导下去博，博约结合，相互促进。坚持博约结合，一是要广泛阅读。二是精读。

5.\"知行统一\"——就是要根据认识与实践的辩证关系，把学习和实践结合起来，切忌学而不用。\"知者行之始，行者知之成\"，以知为指导的行才能行之有效，脱离知的行则是盲动。同样，以行验证的知才是真知灼见，脱离行的知则是空知。因此，知行统一要注重实践：一是要善于在实践中学习，边实践、边学习、边积累。二是躬行实践，即把学习得来的知识，用在实际工作中，解决实际问题。

单词：毫无疑问是第一关。大纲标准是4500左右，但是这里面包括很多我们已经认识的词汇，所以真正需要背的只有大约20\_\_左右(当然，视个人情况而定，或许还会更少)。我个人比较喜欢被普通的单词书，一页一页地背比较有成就感，但是很多人觉得这种方法过于枯燥。我见过的比较好的用“方法”背单词的书是星火英语出的一本《15篇文章贯通四级单词》，这本书用比较少的篇幅囊括了大部分四级词汇，相对于《胡敏读故事记单词》来说，更容易。关于背单词我的建议就是尽快集中突破——用三天时间，每天读5篇。千万不要按照原来的习惯，一本书计划要一个月，那样肯定难以坚持，过两天就不愿意背了。一定要一鼓作气，拿出多一点的时间一次攻克。不要认为3天攻克四级单词是不可能的，其实这一点都不难——我是说，这一遍不要试图记住每一个单词的每一种意思，只要记住一个意思就可以了，以后你还会慢慢接触，但现在一定要快速突破一遍。

语法：语法就不要系统地学一遍了，一来没时间，二来也没必要。只要对照语法书把语法选择题进行句子成分的分析就行了，先找句子主干，再找出每一个修饰成分，它们之间的关系，分析几十个句子之后语法就基本上清楚了。

阅读：词汇量是基础，一定要做到第一步。

**寒假个人计划高中篇七**

对于学习来讲，除了要对一年以来高考复习的时间要统筹安排外，合理安排每日时间，效率得提高复习效果尤为重要。以下每日学习计划安排，考生可以参考进行。

早上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。

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

上午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。

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

下午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。

傍晚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。

以下是一位高考优秀考生的每日作息时间表，可供参考：

每天6：00起床，6：30-7：30复习英语，7：40-9：40复习数学，9：50-11：50机动安排;中午午休;下午2：00-4：00复习化学，4：10-6：10复习物理;晚上2个小时复习语文;其余时间机动。在每一门课的复习中，不同阶段以不同内容为主，多看课本或多做习题，要掌握好。

总之，在总体计划的基础上，注意小块的时间安排，既要抓紧时间，又该有张有弛，这样才能以一个较好、较正常的心态去参加高考，才能考好!

**寒假个人计划高中篇八**

一、每天日程安排：

9:00-10:30做《寒假乐园》语文和英语部分

10:30-11:00休息

11:00-11:30看课外书

11:30-13:00吃午饭、午休

13:00-14:30做《寒假乐园》数学部分

14:30-15:00户外活动

15:00-16:00看课外书

16:00-20:30自由活动的时间(包括看电视，上网等)

21:00睡觉

二、实现的目标：

1、帮家里做一些力所能及的家务劳动;

2、读几本好书，看几部好的电影;

3、试着克服几个自己曾经不敢做的事;

4、完成假期作业,并努力做到;

5、一个星期至少去一次到书店看课外读物;

6、每天要做适量的户外运动,不因为天气寒冷躲在家里;

7、天天看电视新闻报道,多知道点国内外大事;

8、注意安全，尤其是春节期间的安全。

在寒假里，我最要学会的就是合理安排学习、娱乐、休息的时间，要把每一点一滴宝贵的时间都充分利用好。

**寒假个人计划高中篇九**

一、激发学习斗志

斗志是一种积极的情绪，也是一种有待开发的潜能，一旦引爆，就表现为强劲的力量。邱吉尔在他生命中的最后一次演讲是在一所大学的毕业典礼上，在本来预计整个20分钟的演讲过程中，他只讲了一句话，而且这句话的内容还是重复的，那就是：“永不放弃……决不……决不……决不!”当时台下的学生们都被他这句简单而有力的话深深地震憾住了，在二战最惨烈的时候，如果不是凭借着这样一种精神去激励英国人民奋勇抗敌，大不列颠可能早已变成纳粹铁蹄下的一片焦土。邱吉尔对英国青年学生这番讲话，应该引起我们教育工作者的思考。

这就要求我们教育工作者要适时、适量的引爆学生的学习斗志。一位学生找到语文教师，说：“老师，你的课上我一点儿语文学习斗志都没有，怎么办?”这位语文老师的做法值得仿效，每每上课之前都让学生进行课前呼号，内容大致是：“做学的主人，做读的卓越者，我最踏实，我一定成功。”他将一个学生的心理转变放到集体中，让他在集体的热情中找到自己的积极情绪。这位教师说：“学生每每呼号时，群情激奋，斗志昂扬。我常常想，学生课课处在一种?我一定成功?的渴望中，怎么能学不好呢?”

一位学生期中考试考了班里倒数第一，班主任找他谈话，要求他写出三句最能感动自己的话，这位同学写出了这样三句：“我不是懒汉，我不是孬种，我要成功!”每天早上对着卧室墙壁大声呐喊。他说：“每当我呐喊时，我就想到了自己倒数第一时的痛苦，我就会热血沸腾，全身有用不完的劲!”在这种情绪状态下，他的潜能爆发出来了，期末成绩上升到班里前十名。家长在大年三十打电话给孩子的班主任，他说：“我很好感激你，你给了我孩子的斗志，也给了我的斗志!你知道么，当孩子对着墙壁呐喊的时候，连我全身都有用不完的干劲!”所以，处于亚学习状态的高中学生，不妨写几句激动人心的话，每天厉声朗读，把将自己带进良好的学习情境中。

二、实施计划学习

到了高中，学习行为要进行科学的管理，这种管理换一个名词就是计划学习。根据笔者的观察和研究，善于管理学习的同学常常表现为善于计划学习，为此笔者提出计划学习这个概念。

计划学习就是对整个学习过程和学习策略进行管理，从而实现对学习进行自主计划的学习方式。计划学习的实质是在学习中计划，在计划中学习，从而实现对学习实施有效的管理。从学习过程来看，一个完整无缺的学习过程，首先是从对学习进行计划开始的。所以，计划学习由这些环节构成：学习计划—学习目标—学习等待—课堂学习—计划笔记—巩固笔记—完成作业—深入研究—反思学习—学习调整—新的学习计划—学习目标……学生学会了计划学习，就学会自己控制自己，自己安排学习生活，就能够做到劳逸结合。

计划学习理论首先要求高中学生要学会制定计划，从而对自己学习实施管理。从时段上来说，高中学生的计划学习分为一天的计划学习、一周的计划学习、一个月的计划学习和计划复习迎考学习。对于一天的计划学习，休息和休闲的计划十分重要，高中学习的大部分压力就要在其中进行消散。所以，计划学习就要学会计划休息，计划休闲活动。实践表明，那些学得轻松，学得有效的高中学生，往往得益于自己的“会学”和“会玩”，也就是说，在计划学习时，他们已经将休闲和休息考虑进去了。处于亚学习状态的学生，在当初实施时，计划往往被老师打乱，或者感到时间不够，导致计划不能很好的实现。事实上，实施计划学习并不全都能做到十全十美，学习计划不能

实现或者实现的不满意，这是高中生经常发生的事情，但要记住，在一次计划完成或者破坏之后，要立刻产生新的学习计划。

三、学会积极等待

学习品质优秀的高中生，他们对教师的教学行为，常常处在一种积极等待的渴望状态。在教学开始之前，优秀的同学已经准备好学习用具和书本，巩固了上一节课学习的内容，预知道要学习内容的难度，心理上处于一种积极盼望、等待的心理状态。这时，学生不仅知道重点听什么、记什么，还知道哪些是比较难的，哪些是比较易的，能够较早的进行难度预案，预设课后进行的“消难”方案。具备了这种状态，就是时常所说的“我要学”的状态;具备这种学习心理状态，就能主动的和教师创设的教学平台自然的衔接，当教师进行新内容的讲练时，学生自觉的进入学习情境，和教师心理产生共振。这要比教师已经开讲，那些心还在课堂之外，迟迟的进不了教学情境，拿来不出书本用具，被动听课的同学来说，学习心理意识要积极的多。

**寒假个人计划高中篇十**

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!

**寒假个人计划高中篇十一**

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，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。

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