

高中生年度计划(优秀5篇)

计划是人们为了实现特定目标而制定的一系列行动步骤和时间安排。写计划的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？那么下面我就给大家讲一讲计划书怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

高中生年度计划篇一

语文是一门重要的工具学科，是人类语言的基础，所以学好语文是至关重要的。

要想学好语文最重要的是培养兴趣。同学们都认为语文是一门很枯燥的学科，灵活性差，知识太死。其实不然，语文的特点主要有三：一是开放性。语文的外延和生活相等，生活的任何内容都离不开语文，只要有意识地学习，在生活的任何场合都可以学到语文。因而语文具有最便于自学的突出特点。二是情感性。“文章不是无情物。”不仅文章，就连我们民族的文字也个个充满着感情色彩。教师带着感情教，才有可能教好；学生带着感情学，才有可能学好。离开了感情因素去单纯地学知识，是导致学生对语文厌学的重要原因之一。三是灵活性。语文学科的知识体系不像其他学科那样呈现线形或链条形排列，而是螺旋式上升。因而语文学习的循序渐进、由浅入深，不是很严格的，是相对而言的。学习语文不能搞自我封闭，机械死板的学。

那么，怎样才能更好的掌握语文这门学科呢？

一、学好课本知识。

课本知识是语文的基础，打好基础才能更好的学习它。有不少学生认为只要上课时专心听讲，勤记笔记，课后认真完成作业，再加上自觉复习，就能使成绩提高。其实，这还不够。

学习的最重要阶段是预习。也就是说在老师上课之前，你得自己学习一下课文，在预习中要尽量运用你已经获得的知识和方法去主动地解决自己能解决的问题，把不懂的问题记下来，在上课时跟老师、同学一起学习讨论。课本要反复阅读，直到把问题看的透彻了、明白了。为了巩固知识，你最好在课下做一些练习，知识才会掌握的更牢固。这样不仅学习效果好，而且培养了自己的学习能力。

二、注意课外积累。

知识就像海洋，课本里的知识只是海面上的一个浪花，是远远不能满足我们的需求的，所以适当的课外阅读是很有必要的。进入了紧张的学习阶段，我们不可能再有大量的课余时间进行阅读，因此，阅读时要有选择。我们应广泛浏览各种书籍和报纸杂志，从电视、广播、网络上获取信息，并有条理的做下笔记。要关心社会生活，了解社会动态，使自己的思想要不断进步。这样不仅能使我们积累更多知识，更能丰富我们的生活。

三、加强写作训练。

我们学习语文的一个重要目的就是写作。提高写作能力要从点点滴滴做起。课外积累是写作的基础，要学会对文章的细读，精彩的篇章最好能背诵。如果腹内空空，是写不出好文章的。除此之外，注意观察生活、感悟生活，坚持不懈的记日记，有感而发的写随笔，都是帮助我们写好作文的有效途径。写好的作文要反复修改，也可以请教老师、同学的意见，精益求精。

希望你能树立正确的学习目的，掌握基本的学习方法，从现在开始，长期坚持，以日积月累之功，收水到渠成之效。

下一页更多精彩“高中生的学习方法总结”

高中生年度计划篇二

一、每天保证8小时睡眠。晚上不要熬夜，定时就寝。中午坚持午睡。充足的睡眠、饱满的精神是提高效率的基本要求。

五、保持愉快的心情，和同学融洽相处。2020

六、注意整理。学习过程中，把各科课本、作业和资料有规律地放在一起。待用时，一看便知在哪。而有的学生查阅某本书时，东找西翻，不见踪影。七、不妨给自己定一些时间限制。

八、不要再学习的同时干其他事或想其他事。九、不要整个晚上都复习同一门课程。十、课堂上注意劳逸结合。

高中生年度计划篇三

孔子曰：“知之者不如好之者，好之者不如乐之者。”这句话是非常有道理的，它深刻地阐释了学习兴趣对于学习的作用。

之所以把兴趣放在首位，也是因为兴趣是十分重要的。兴趣能够调度人的更多的精力在某一方面。如果你把兴趣调整到学习上，那你就比别人多了许多精力，胜算也就大一些。

经常向一个学习很好的人学习，3年来，最大的发现也莫过于：她对任何一个科目都充满了兴趣。这种兴趣，使它比别人多了一份求知欲。这种求知欲，使他不会放过每一个从她身边划过的知识。这也使她有了别人都难以做到的对于学习的一种良劲，所以她能过做出许多别人做不出的难题，也使她可以把自己的基本功培养得十分强大。这足以体现兴趣的力量之大了。

培养兴趣也并非一件难事。在这里我只介绍两种方法。

可以利用人的条件反射，如果一个人总是疲劳时候读书学习，他一学习就想睡觉，长此以往，学习和睡觉建立了条件反射，学习的时候就总是无精打采的。这就是有些人上课总爱睡觉的缘故了。你可以在学习前做一些使自己身心愉悦的事情，学习的时候保持这种愉悦的心情。以后，愉快与学习就形成了条件反射，一学习就高兴，一高兴就学习。这样就做到了培养学习的兴趣。不过学习，其他方面也可以这样做。

兴趣需要别人的赞扬和鼓励。当你需要针对某一方面的兴趣时，你先硬着头皮做这种并不愿意做的事情，并投以很大的热情，争取做得好一点。得到别人的夸奖和鼓励，自然就更愿意做了，这样也可以培养兴趣。我初三的下半学期，有一个阶段政治很差，又没有什么兴趣。但我觉得必须提高政治的成绩了。于是我每天回家先写最难办的政治作业，经常主动地找政治老师探讨问题。就这两条措施，十天之内使我的成绩大有长进。

可以说：兴趣是学习中最活跃的因素，是影响学习成绩的主导因素，决定着学习中的一切其他方面。必须重视兴趣。

二、务学与求道

还是要引用孔子的一段话：“学而不思则罔；思而不学则殆。”这句话可不是随便说说，是有着深刻内涵的。它揭示了务学与求道的基本关系。

务学就是学知识学本领，掌握技能；而求道是通过学习进一步思考得来的有关事物一般规律的普遍真理（在这里可以认为是那些有实践意义的理论）。务学与求道又可以理解为理论和实践之间的关系。

务学与求道必须协调发展，保证二者同步实施，同步发展。

务学和求道结合的好处很多，如果你感兴趣，可以找出苏轼的

《日喻》来读读，那里已经叙述得很清楚了。

搞好务学与求道之间的关系，包括两方面的内容。一是在思考和实干结合上，二是在研究学习方法和实践学习方法上。

二是在研究学习方法和实践学习方法上。

思考和实干必须结合：在学习中应该善于思考，从学到的每一点经过思考能够扩展出许多知识，这样就丰富了你学习的内容。这里仅举一例。初二物理学习压强时涉及了连通器原理。书上是这样写的：“上端开口、下部连通的容器叫连通器，连通器里的水不流动时，各容器中的水面总保持相平。”（人教版物理第一册3月第一版156页）那么就可以这样思考上端不开口的是什么样子的（托利拆里管），思考下部不连通改为上部连通是什么（虹吸现象），思考连通器中不装水而装了两种不同的液体会怎样（液体压强的计算），思考连通器中的水如果流动会怎么样（液体流速对压强的影响），思考连通器有哪些应用（船闸的原理），思考在一个水面施加压力，另一个水面产生向上的压力是多少（帕斯卡定律，千斤顶的原理），思考如何证明水面会相平（平衡力）。一个定义，引出了7个思考。这样你的知识就大大地丰富了。

三、自信是成功的第一秘诀

爱迪生说过：“自信是成功的第一秘诀。”自信在学习中是十分重要的，而且自信是学习的过程中容易忽视的部分之一。

有时候学习成绩不好，人们往往归结于自己的不够努力，或者不够聪明，往往忽视心理上对学习成绩的巨大影响。可以说：心理上的调整是要重于学习方法、学习态度（努力与否）的。在学习中，心里安静，就能够踏下心来认真学习，做题；心理积极就能够不断地将压力转化为动力，促进自己的前进；同样的，心里信任自己，总并不盲目地认为自己是对的，就能够不胡乱猜忌自己已经做出来的答案。这点看似很小，但

起到了至关重要的作用，一是考试的时候，你会省下时间去检查那些自己确信正确的题目，一是考试以后你心里会变的有根。其实自信是一种生活态度，是一个成功者必备的素质。自信心不是无端地建立起来的，而是自己要有过硬的本领扎实的基础。这些会在下文中写到的。

做理科题应该能够做到：做完之后自己就知道正确与否。其实自信就是相信自己有能力解对题。它所起到的作用是将你已有的能力极大的发挥出来。他在你学习的过程中处处有所体现，所以它的作用的确是很大的可以说：我是自信造就的成功者，我的每一步成长都伴随着自信的更加成熟。

高中生年度计划篇四

作为一名高一新生，进入一个新的环境，紧张的高中生活可能会让你感到不太适应。首先希望大家能尽快适应新环境、新同学、新老师，尽快适应高中学习。接下来让我们一起探讨一下高中英语学习方法。高一英语在整个高中英语学习中有着举足轻重的地位。它具有承上启下的作用，既要巩固复习初中英语所学内容，也为接下来的高二高三的英语学习打下坚实的基础。作为高一新生，你需要有适应新环境的能力，同时应该有承受压力的能力。要学会调整自己，相信大家会以饱满的精神状态，充分的心理准备，顺利适应高中英语学习。达尔文曾说过“关于方法的知识是最重要的知识”，不管我们学习什么，掌握正确的方法是最重要的。

在多年的英语教学实践中，我们发现刚从初三升入高一的新同学中，有些人升学成绩并不差，但经过半学期或一个学期的学习，考试成绩明显退步，与别人的差距越来越大，不少人开始感到学习英语很费劲，渐渐失去了学习英语的兴趣，有的甚至萌发了厌学的念头。产生这种现象有以下几方面的原因：

- 1、教材内容不同。初中英语教材比较简单，句子较短，几乎

没有长句和较难理解、结构复杂的复合句，语言难点少，语法内容少，学生比较容易理解和记忆，因而学习不是太吃力。而高中英语教材篇幅长、信息量大，句子结构复杂不容易理解；语法多而碎，同义词，易混淆词难以区分辨别，不易理解和记忆。所以部分学生开始觉得学英语吃力，甚至掉队。

2、教学方法与学习方法不同。由于部分初中学校条件差，英语教师没有必要的教学设施(如多媒体、幻灯，甚至没有录音机、磁带等)，几乎或根本不进行听说训练，因而造成学生听力和口语极差，听不懂高中教师的英语授课，更怕老师在课堂上提问自己。再者，大部分初中教师和学生把教学目标定位于中考。由于过分强调应试，使得一些学校的教学陷入题海之中。在这种情况下，学生只需按老师说的去做，完成老师布置的练习量，中考便能考好。这使得学生的学习自主性较差，自学能力较弱。进入高中后，课本中出现了很多新词汇、新句法及惯用语，也就加大了学习量，同时读写的比重有了明显的增加。有些学生仍然沿用初中时的学习方法，教师说什么才做什么，缺乏有效的学习方法，就会导致英语成绩急剧下降。这就要求学生要善于学习，学会学习，要有一定的发现问题、分析问题、解决问题的自学能力。

如何使自己顺利地由初中英语学习到高中英语学习的过渡，是每一位高一新生都面临而且应重视的问题。我认为要搞好高中起始阶段的英语学习，阅读是关键。高中英语教学大纲对阅读提到了较高的层次。如何使初中初级阶段的阅读水平过渡到较高的层次是每一位高中起始阶段学生必须面对的一个重大问题。为此，高中起始阶段学生掌握如何进行阅读是十分必要的。中学生阅读能力的培养显得越来越重要。那么怎样才能做到这些呢？高一学生的学习习惯至关重要。高一学生对初中阶段学习习惯有继承性，但应更有发展性、完善性。我个人认为可以从以下几方面去努力，尽快适应高中英语学习：

1、提前预习，有的放矢。作为学生，在每次上课前，都要对

将要学的课文提前预习。首先在音标的帮助下试着拼读单词，也可以借助配套磁带反复听，对比一下，把握不准的要标出来，上课时注意老师的发音，还要记一下单词的汉语意思和词性。借助课文的注释或辅导材料，预习一遍课文，找出不明白的地方，做到心中有数，在教师讲课时注意听这些地方。预习的目的是熟悉要学的内容，找出不明白的地方，带着问题有针对性的听课，做到有的放矢。课堂上尽力去解决自己不懂的问题，如仍不懂，课后应马上问老师。预习既是学习方法问题，也是学习习惯的问题。

2、认真听课，积极配合。课堂是老师与学生一起学习、掌握、运用知识的主要场所。作为起主导作用的老师一方引导学生搞好课堂教学是很必要的，但也需要学习者的积极配合。上课要专心听讲、作好笔记、认真操练、积极思考。预习时出现的问题在课堂上教师没有讲到的，要向老师提出，把问题搞清楚，老师讲授的问题，先注意听，并快速记好笔记要点，下课后整理一下笔记，反复思考一下这些问题，抓住老师所讲的重点，难点和考点。上课时要做到耳听、眼观、嘴动、脑想，调动起多个感官来。听课是学习过程中最重要的环节，听课效率高的学生往往能够在课堂上掌握老师讲授的大部分内容。听课要做到：紧跟各个教学环节，如复习、导入、呈现、练习和巩固等；要集中精力，听懂教师的讲解，并做好笔记，积极参与课堂活动。

3、完成作业，找出问题。学完每一课，要认真完成课后作业。做作业时一定不要看参考书上题的答案，做完后再对答案，对于作业中所出现的不明白的问题，应该记下来，等下次上课时提出来。做作业是英语学习的很重要的环节，它是消化知识和巩固知识的过程，一定要认真完成规定的作业，笔头作业要动笔，口头作业要动嘴，提高听力要练耳，课文在听和读的基础上，最好背诵某些精彩段落。对语言学习来说，朗读、记忆、背诵等课后作业十分重要。要做大量的练习，英语是练出来的，一定不要偷懒。

4、及时复习，巩固知识。学会的东西随着时间的流逝会逐渐遗忘，但学语言有遗忘现象是正常的。更不必因为有遗忘现象而影响自己学好英语的信心与决心。问题在于如何来减轻遗忘的程度。这就要求大家要善于类比，总结知识，把新学的知识同过去学的有关的知识进行横向和纵向比较和联系。建立错误档案记录，也就是做好你的错题本，以加深印象，以避免再犯同样错误。我们大部分知识和技能是靠重复获得的，及时复习对于记忆非常必要，学英语就是要坚持不断的练习，不断地重复基本句型，常用词汇和基本语法等。学习英语的过程也是同遗忘做斗争的过程。作为一名高中生，你必须有笔记，精题本和错题本或者叫做纠错笔记。课后要进一步理解课上所学的内容，如整理笔记、复习重点和难点；熟读或背诵重要句子；通过归纳、分析和比较，使知识条理化；根据个人情况有针对性地进行复习，纠错。

5、自备一本词典。对于重点词汇或易混词要勤查词典，学会用简单的英语去解释生词，其目的在于培养你的自学能力，以便今后能正确使用英语词典等工具书，准确地理解词义。

6、抓阅读，赢高考。阅读能力是一切能力之本，也是高考要求的重中之重。在有了一定的听、说能力之后，培养阅读能力也是高一阶段的重要步骤。

阅读能力的培养要从兴趣入手，课外时间尽量多看些课外读物或英语报刊杂志，多读故事类、幽默笑话类材料，以便提高学习英语的兴趣。另外，可以积累一些英语谚语、警句等(如□*practicemakesperfect*.熟能生巧;*wherethereisawill,thereisaway*.有志者，事竟成)。这样在扩大自己知识面的同时激励自己发奋学习。阅读数量标准。每天应坚持阅读两篇文章，每篇300—500字。可集中时间读，也可利用零散时间读。精读、泛读相结合。精读是指认真处理生词、难句，对句子成份认真分析等，既学语言又学语法。泛读则是指重视了解文章大意，可采取略读、跳读等方法。不论是精读还是泛读都切忌边读边查字典，这样会打断阅读

的整体思路不利于语言能力的提高。

7、多说多背英语，培养语感。多写英语，锻炼自己的组词造句能力；课余时间要多与老师交流，解决遗留问题，坚持勤学好问。

根据语言学习的规律，预习和复习是良好的学习习惯中不可缺的环节。课前的预习是上好课的基本前提和必要准备；复习是进一步消化理解，巩固记忆，把所学的内容条理化、系统化的过程，复习应及时，复习的方式应多样化。有人认为多做题就能解决问题。人们常说：量的积累可达到质的飞跃。但是盲目地追求数量而忽视质量是不可取也是无效的。死扣语法不重视在一定的语境中体会、运用知识也是不正确的。

对于整个高中阶段的学习，英语始终占据着重要位置。很多人错误的认为高考是高三的事情，殊不知“冰冻三尺，非一日之寒；为山九仞，岂一日之功。”学习是一个循序渐进的过程，英语的学习更是如此。若想在起跑线上领先一步，最终赢得高考，就不能等到高三再准备高考，更不能等到高三再学习英语。

高中是英语学习的分水岭，是真正进行英语学习的关键时期。在初中阶段，同学们学习了英语语法的部分基本框架，同时积累了一定量的基本词汇。而进入高中后，则需要掌握英语语法的全部基本框架，同时需要从单纯的单词记忆转化为系统的语言学习。

为了能在开学后尽快适应高中阶段的英语学习，我们的英语学习可以规划为三个方面：

1、打牢学习基础——总结初中英语内容，了解和把握高中英语内容。步入高中后，同学们应该对高中所要学习的内容有大致地了解，若大家能在进入新的学习阶段之前对整个初中阶段所学的英语知识进行认真细致的梳理，同时对高中内容

做到提前知晓，无疑会对高中英语的学习起到事半功倍的效果。这就需要大家掌握一定数量的英语单词。对于学习者来说掌握英语词汇是一难关，学习单词要从单词的形、音、义这三方面去掌握，要注意单词的一词多义，一词多类的用法，要学会一些构词法的知识，来扩展词汇量。学习单词要在语言材料中去学，要结合词组，通过句子，阅读文章来活记单词，死记的单词是记不牢的。坚持在读、说前，先反复听，听的时候回想单词、句子的意思，想一下单词的拼法、句子结构。并要同学习语法规则有机结合起来进行。

同时还要掌握好基本语法。语法在学习英语中也是很重要的，它能帮助我们把握英语学习的基本规律，死的语法规则要记住，活的规则要通过做大量的练习掌握。学习英语要通过听、说、读、写来进行操练，不但要注意数量，更重要的是要注意质量，尤其是基本知识要掌握的准确，熟练。只有经过大量的实践，才能做到熟能生巧，运用自如。

2、保持学习兴趣——突破高中学习难点，建立英语学习自信。

“兴趣是最好的老师”，英语的学习更是如此。以单词为例，很多同学对于英语的兴趣是源于单词，同时也是毁于单词，“一边背一边忘”是很多同学的通病。高考英语考试大纲要求考生的词汇量达到3500个，因此进入高中后，单词的记忆便成为英语学习的难点。若能利用暑假突破这一难点(可以通过学习衔接教材进行)，定会使学生建立起英语学习的自信，同时保持学习兴趣。

3、培养学习习惯——是学会最为有效的英语学习方法。众所周知，英语的学习需要相对较长的过程去积累，如果不能养成良好的学习习惯，断断续续的学习难以有满意的成效。而学习习惯的养成很大程度上取决于学习方法是否行之有效。就英语而言，无论是语法的学习，还是单词的记忆，都是有法，且有良法的。如：合理地投入时间与精力；对各语法点进行有机地梳理与串联；掌握好的单词记忆方法等。英语学习最怕“三天打鱼，两天晒网”。高兴了学一阵儿，进步了就停下。

走走停停只能导致成绩的起伏不定，最终导致兴趣降低，自信心丧失，造成恶性循环。也有人只会做或者是只做老师要求做的事。进入高中阶段，走向成熟的表现在于学会自己学习，要学会安排自己的学习内容，要学会支配自己的学习时间。

总之，只要你能做到下定决心去学习，注意学习方法，在学习基础，学习兴趣以及学习习惯等三方面做好学习规划，踏踏实实的做好课前预习，认真听课，完成作业，及时复习这些环节，我相信你一定能在英语学习上有所突破，并最终赢得高考！

高中生年度计划篇五

华罗庚说我们要将书越读越薄，意思是只有抓住书中问题的主干和脉络，才能对全书内容有一个清晰的认识，才能统览全局，高屋建瓴地认识问题。经过高一、高二两年分章分节一点点的学习，同学们已经积累了很多的知识，但这些知识是零碎的，不成体系。高三复习的任务之一就是要将这些散乱的知识进行归纳整理，建立起各知识点之间的联系，形成知识体系和网络。

1、建立知识网络首先立足于章节?或单元知识?。各章节的知识有其自身的结构，同一章节的知识联系相对而言更紧密一些，具有一定程度的独立性。在第一轮复习中，同学们应在弄清各章节的基本概念、基本规律的基础上，掌握本章节的基本方法和基本技能，理解知识方法之间的内在联系，建立起本章节的知识网络。

2、在形成章节知识网络的基础上，形成跨越章节的内容之间的联系，建立学科内某些板块知识的网络结构。当我们复习了多个章节或第一轮复习结束的时候，就可以将书中多个章节整合为一个板块，这一板块可以以某个物理量，也可以以某一重要规律作为纽带进行联系。

3、从不同的角度建立贯穿全部内容的规律、技巧和方法上的联系。随着同学们对复习内容的深入理解，逐步掌握概念规律、方法和技巧之间的内在联系，我们就可以从不同角度梳理这些联系，形成学科思维，提高自己的科学素质。

三、注重基础，发展能力

1、注重基础知识的理解和掌握。基础知识是构建科学素质的砖瓦，脱离基础知识奢谈发展能力无异于无本之木，无源之水，因此在第一轮复习过程中，要扎扎实实地将基本概念、规律、方法、技巧落到实处，认真阅读教材，听老师的讲解，作好课堂笔记，结合复习资料，对基础知识加深理解，准确掌握知识的内涵和外延，融会贯通，力求做到基本概念、规律、方法和技巧“烂熟于心”，任何时候需要，都能快速准确地反映出来。

2、正确处理好教材与资料的关系。教材是《教学大纲》和《考试大纲》的具体体现，在总复习中的重要地位是其它任何资料无法替代的。复习的过程中，建议同学们按照复习的进度，认真阅读教材，全面准确地把握本章节的基本概念和基本规律，然后根据教师的讲解，结合复习资料，通过阅读和适当的练习，对概念规律进行深入了解，在练习的过程中遇到概念不清、规律理解困难的时候，要返回教材，认真阅读相关部分的叙述，反复揣摩，解决遇到的困难。

3、注意拓展延伸，培养学科思维能力。根据高考命题以“知识立意”向以“能力立意”转换的特点。在抓好基础知识的前提下，培养解决问题的能力就显得尤为重要了，各个学科考查的能力有共同的，也有这一学科特有的。例如高考物理主要考查理解能力、推理能力、分析综合能力、运用数学工具解决物理问题的能力、实验能力，这五个方面的能力中，前三种能力是各个学科所共有的，而后面两种能力则主要体现在物理学科上，不管是共有的还是特有的能力都会贯穿这个学科本身的特点。作为物理学科来讲，它更强调物理过程

和状态的分析，更强调物理状态存在和变化的原因，以及过程中研究对象遵从的物理规律。因此，复习中首先要对问题本身所涉及的研究对象做细致入微的分析，弄清初始状态以及发展演变的过程，同时判断研究对象在各个过程中的特点和遵从的规律。此外还要将问题拓展延伸，推广到与本问题知识点相似、思维特点相似或相反的问题，然后归纳总结解答这些相似或相反问题的基本途径和基本技能，从而培养起解决问题的学科思维。