

家庭理财规划书(模板5篇)

计划是一种为了实现特定目标而制定的有条理的行动方案。我们该怎么拟定计划呢？下面是小编带来的优秀计划范文，希望大家能够喜欢！

学霸计划表篇一

高中学习不同于初中学习，在难度上，学习的范围上都是要比初中多。下面是关于高中学霸学习计划的内容，欢迎阅读！

6:25准时起床

首先是每天早上6:25准时起床，我用的电子表十分精确，起床以后煮上两个鸡蛋，洗脸漱口，再冲上一包麦片，把鸡蛋一吃。然后背着书包去上学，到了学校一般是7:00。然后拿出英语书来读，上完早自习到了7:30开始上正课。当然是认认真真听课，认认真真做好笔记。

上课课间时间

听完一节课干什么呢？趴在桌子上睡觉，我这个人不属于精力过人的那种，一天睡觉时间不能少于八个小时，不然就浑身没劲。并且在上大学以前没有熬过通宵。所以要抓紧时间补瞌睡，下节课才能保证集中注意力。有的时候从七点钟进教室到中午11点45放学就一直坐在座位上没有挪过地方。

上午下课

到了11:45的时候，老师一宣布下课，我就从书桌里抽出饭盒，冲向食堂，去抢饭。为什么叫“抢饭”？因为学校人多，你要是稍微迟钝一点就要排上长队等上半天。为了节约时间必须争分夺秒，一般我都是前一两位，打到饭以后怎么办呢？

我既不去饭厅，也不回教室，也不回住的地方，而是端着饭盒到阅报栏去看报纸，了解一下时事政治。

吃完午饭

吃完饭就回住的地方，回去以后，把上午的数学笔记拿出来看一下，一般是用手把老师的方法一盖，看看自己能不能做出来，做的方法是否和老师的一样，是我的方法好还是老师的方法好。为什么要看，因为这样才能记得牢。

卡耐基在他的《人性的弱点》里说“一样知识只有被运用过才能记得牢。”比如有的英文单词你死活记不住它是什么意思，但你要写一篇英语作文，往往是写一遍之后就再也忘不掉了。

这一点对数学尤其适用，老师在上面讲，你在下边听得头头是道。但过两天把老师讲的原题拿出来，很多人又不会做了。错题也是如此，听了老师讲解之后，你豁然开朗，隔几天让你重做一次，很可能你又错了，原因都是你没有下来自己做過一遍，也就是说没有把知识运用过，当然记不牢。

午休前

我每天中午把数学复习完之后，差不多到了一点，就上床睡觉。在整个高三，我一直坚持睡午觉。我不属于那种精力旺盛型的人才。不过在我到北京以后认识的十多位各省状元并跟他们交流学习经验以后，他们几乎都无一例外地告诉我他们从不熬夜，每天定时睡觉定时起床。

我们班原来有很多同学喜欢熬夜，或者中午不睡觉，结果上课没精神，老师的课听不好，但又不敢在课堂上睡觉，既使睡也睡不熟。所以一天到晚都没精打采的样子，成绩当然上不去。他想靠几晚上的突击来快速取得好成绩，却走了不知比别人多多少的弯路。

午休后

睡到14:15，我的电子闹表又会十分准时地把我从睡梦中惊醒。顺便说一句，我经常睡不着，因为脑子里特别紧张，老想着各种乱七八糟的东西，有时候越睡越清醒，后来想了一个办法，就是听英语磁盘，听着听着很快就睡着了。注意要找大部分能听得懂的，那种完全不懂的美国口语效果不好，不过说明一下，这个方法是用来催眠的，跟练听力没有多大关系。有的同学爱睡着听音乐，也可以，我也试过，不过效果不如英语磁带好。

下午上课

来到学校，上课。跟上午的一样，也是认真听课，认真做好笔记。到了5:40下课又端着饭盒冲出去抢饭，抢了饭到阅报栏看报纸，看完报纸回住的地方。这段时间会比较长，一般来说我会用它来复习英语，首先是把老师讲课的内容复习一遍，再拿一本资料书出来把相应的部分做了。我在做英语题的时候有个习惯，特别是单选题，拿不准的就在题号前打个勾，然后再把觉得最好的答案填上去。做完以后一对，实际上大部分拿不准的题都做对了的，但由于有记号，所以我知道这道题拿不准，所以还要再研究一番，我为什么做对了。

当然，做错的题就更需要研究了。错的题也要打上记号，并且要在题的后面注明错误的原因。所有做错的题我都保存下来，一有空我就拿出来重做一遍，专找有记号的，如果发现还不会，就再打一个记号，然后第三遍的时候就重点做有两个记号的，再不会就再加一个标记，如此往复。

晚自习

晚自习下课后

晚自习下课后就回家，在途中有一家小卖部，我会到那里买

一包方便面，方便面的牌子我现在都还记得，是面霸120，学校里面卖2元，那里只卖1.8元，要便宜两毛钱。回家之后把方便面一泡，吃完之后就开始了晚上的学习。这一段时间我主要复习政治历史。

高三冲刺时间表

简单来说，我的高三冲刺时间表如下：

6：25准时起床

7：30——11：45上课

11：45——12：15吃午饭、阅报

12：30——13：00复习数学笔记

13：00——14：15午休

14：30——17：40下午上课

17：40——18：10吃晚饭、阅报

18：10——19：20复习英语

19：30——21：30上晚自习

21：45——23：45复习政治历史

24：00上床睡觉

我严格按照这张作息时间表度过了我的高三下半期，几乎每天如此，偶尔小有微调。只用了一个半学期，我的学习成绩突飞猛进。

5: 15 起床，听英语听力，洗漱

5: 30 去集合跑操跑操前背单词或古诗文，每天抄写背诵一道政治

5: 45 早自习开始，复习昨天需要记忆的东西

6: 00 开始专门复习一科，集中记忆

6: 45 吃早饭

7: 00 回来，做昨天没有做完的题目

7: 40 上课

上午我们时五节课，有四个课间，争取利用课间做完一套文综选择。

9: 30大课间四十分钟，去办公室问老师不会的题，去外边走走。

11: 50 放学，继续在教室学习，一般做数学

12: 20买饭，吃饭。食堂没有去超市

12: 50 午休

13: 50 起床，去超市买食物

14: 00 教室放听力

下午我们也是五节课，可以利用课间最几篇英语阅读

18: 00放学，拿出食物，解决晚餐，和同学闲聊一会

18: 30。晚自习数学一定要保证时间

老师的作业写完自己查缺补漏找题

21: 30，下自习，不会的题目问老师问同学

21: 50离开教室

22: 30睡觉

白天如果计划好，晚上不用熬夜，功夫应该用在平时。

学霸计划表篇二

时间是箭，去来迅疾，成绩已属于过去，新一轮的学习生活即将来临，现在这个时候，你会有怎样的计划呢？估计许多人是想得很多，但不会写，以下是小编整理的清华学霸学习计划，希望能够帮助到大家。

计划是实现目标的蓝图

目标不是什么花瓶，你需要制定计划，脚踏实地、有步骤地去实现它。通过计划合理安排时间和任务，使自己达到目标，也使自己明确每一个任务的目的。

促使自己实行计划

学习生活是千变万化的，它总是在引诱你去偷懒。制定学习计划，可以促使你按照计划实行任务，排除困难和干扰。实行计划是意志力的体现。坚持实行计划可以磨练你的意志力，而意志力经过磨练，你的学习收获又会更进一步提升。这些进步只会使你更有自信心，取得更好的成功。

有利于学习习惯的形成

按照计划行事，能使自己的学习生活节奏分明。从而，该学习时能安心学习，玩的时候能开心地玩。久而久之，所有这些都会形成自觉行动，成为好的'学习习惯。提高学习效率，减少时间浪费。合理的计划安排使你更有效的利用时间。你会知道多玩一个小时就会有哪项任务不能完成，这会给你带来多大的影响。有了计划，每一步行动都很明确，也不要总是花费心思考虑等下该学什么。

如何制定编辑计划要考虑全面

学习计划不是除了学习，还是学习。学习有时，休憩有时，娱乐也有时，所有这些都要考虑到计划中。计划要兼顾多个方面，学习时不能废寝忘食，这对身体不好，这样的计划也是不科学的。

长远计划和短期安排

在一个比较长的时间内，比方说一个学期或一个学年，你应当有个大致计划。因为实际中学习生活变化很多，又往往无法预测，所有这个长远的计划不需要很具体。但是你应该对必须要做的事情心中有数。而更近一点，比如下一个星期的学习计划，就应该尽量具体些，把较大的任务分配到每周、每天去完成，使长远计划中的任务逐步得到解决。

有长远计划，却没有短期安排，目标是很难达到的。所以两者缺一不可，长远计划是明确学习目标和进行大致安排；而短期安排则是具体的行动计划。

安排好学习时间

常规学习时间指按学校规定的学习时间，主要用来完成老师布置的学习任务，消化当天所学的知识。而自由学习时间指

除常规学习时间外的归自己支配的时间，你可以用来弥补自己学习中欠缺的、或者提高自己对某一学科的优势和特长、或者深入钻研一件有意义的事情。

自由学习时间的安排是制定学习计划的重点。抓住了和合理利用的自由学习时间，对自己的学习和成长都会有极大的好处。所以我们应该提高常规学习时间的效率，增加和正确使用自由学习时间，掌握自己的学习主动权。

对重点突出学习

学习时间是有限的，你的精力也是有限的，所以学习要有重点。在这里，重点一是指你学习中的弱科，二是指知识体系中的重点内容。只有抓住重点，兼顾一般才能取得更好的学习效率。

从实际出发来制定计划

制定计划，不要脱离学习实际，要符合自己现在的学习压力和水平。有些同学制定计划时，满腔热情，计划得非常完美，可执行起来却寸步难行。这便是因为目标定得太高，计划定得太死，脱离实际的缘故。

学霸计划表篇三

本计划主要针对复习雅思考试并准备留学的同学们，这类同学们大多都通过多年的英语教育具备了一定的英语基础，这种英语基础一般已经可以在雅思考试中拿到5分以上的分数，但是申请大学的分数线多在6.5或7.0分，本计划的目的是告诉同学们如何从目前的基础上通过复习达到需要的分数。

四级通过会具备起码4000左右的词汇量，通过2-3个月左右的

努力(每天保证起码3小时以上的复习时间), 达到雅思6.5分是非常有希望的。

在这2-3个月内可直接切入主题, 先用一两套剑桥熟悉雅思考题的题型, 并估计一下自己的分数, 然后利用教材分项突破, 最后用剑桥真题模拟雅思考题, 并参考解析来寻找自己做题时存在的问题, 复习时口语要特别注意, 四级到雅思6.5的障碍多处在于口语上, 全面的准备是理想的解决方案。有条件的话可与外教交流几次以适应口语环境, 会有很大帮助。

*完成剑桥雅思真题5-8的模拟并进行试题分析(最好能配有剑桥解析书籍)

*巩固剑桥做题过程中出现的陌生词汇

*简单准备59个口语part1问题

*认真准备4类口语part2问题(人物、事件、地点、经历)

*按照口语书籍准备part3问题

六级通过会具备6000左右的词汇量, 通过3个月左右的复习(每天保证起码3小时以上的复习时间), 达到雅思7.0分是非常有希望的。

在这3个月内, 先通过一两套剑桥熟悉雅思考题的题型, 并估计一下自己的分数, 找到自己的短板。尤其在申请部分要求7.0分的学校也会要求各项成绩不低于6.0分, 即小分要求, 因此需要在复习的时候把更多的精力分配到短板项上。多数通过六级的同学阅读会相对得心应手, 听力通过一定量的训练达到6.0以上也不是问题, 很多同学的问题出在口语和写作上。雅思的写作和六级完全不同, 只要保证主题和结构是合理的, 并且在词汇和语法不出太多问题的情况下即可拿到6分甚至7分。千万不要在长难句上下太多功夫, 长难句非常容易

出错，要知道英语母语的阅卷官可不是六级阅卷的老师，任何错误都一览无余。口语方面需要全面准备，有条件的话可与外教交流几次以适应口语环境。

*完成剑桥雅思真题6-8的模拟并进行试题分析(最好能配有剑桥解析书籍)

*简单准备59个口语part1问题

*认真准备4类口语part2问题(人物、事件、地点、经历)

*按照口语书籍准备part3问题

四级需要拿到7.0分是个不小的挑战，一般需要5-6个月左右的复习才能达到所需的分数(每天保证起码3小时以上的复习时间)，而且要做好二次作战的准备。条件允许的话，最好能参加培训班进行系统提高。

如果完全自学，首先通过一两套剑桥熟悉雅思考试的题型，并估计一下自己的分数。紧接着需要有针对性的进行基础性的提高，比如词汇和语法都需要一定量的补习。写作多注意仿写简洁、明了的高分作文，口语方面需要做大量的基础准备工作，最好能够按照预测把每一个口语话题都过一遍，并不断修改完善。做好这些基础性的提高之后，可以尝试参加一次考试或再通过做一两套剑桥看看自己哪些地方提高了，哪些地方还有问题，继而有针对性地通过剑桥真题和解析的使用来进一步提高成绩。

*完成剑桥雅思真题4-8的模拟并进行试题分析(最好能配有剑桥解析书籍)

*巩固剑桥做题过程中出现的陌生词汇

*简单准备59个口语part1问题

*认真准备4类口语part2问题(人物、事件、地点、经历)

*按照口语书籍准备part3问题

对于已经考过一次雅思并取得6.0分以上的同学，提高1.0分一般需要3-6个月左右的复习(每天保证起码3小时以上的复习时间)。

对于6冲7的同学来说，可以直接跳过熟悉雅思题型这一步，直接从听说读写四类具体科目进行有针对性的训练即可。听力可以用已经做过的剑桥来练习反复地精听，写作注意从主体和结构上寻求突破，千万不要在长难句上下太多功夫。口语方面尤其注意对part2和part3的准备。

*完成剑桥雅思真题6-8的模拟并进行试题分析(最好能配有剑桥解析书籍)

*简单准备59个口语part1问题

*认真准备4类口语part2问题(人物、事件、地点、经历)

*按照口语书籍准备part3问题

已经考过一次雅思并取得5.0分以上的同学，提高到6.0分以上并不是困难的事情，通常需要1-3个月左右的复习(每天保证起码3小时以上的复习时间)。多数第一次考试取得5分的考生是由于不适应雅思考试，5分到6分可以直接从技巧提高，而不像6分到7分需要从基础开始进行实质性提高。

对于5冲6的同学可以直接跳过熟悉雅思题型这一步，通过一定量的做题同时通过教辅书籍找到解题的方法来进行提高。其中写作需要注意，仿写可以参考一些结构明细，但语法词汇简单的优秀范文，而不要追求一些炫技的高分作文。剑桥真题后边的8分范文就是非常好的范例。

*完成剑桥雅思真题5-8的模拟并进行试题分析(最好能配有剑桥解析书籍)

*巩固剑桥做题过程中出现的陌生词汇

*简单准备59个口语part1问题

*认真准备4类口语part2问题(人物、事件、地点、经历)

*按照口语书籍准备part3问题

四级没有通过但需要拿到6.5分，要通过半年左右的努力(每天保证起码3小时以上的复习时间)才能达到目的。与第一类同学相比，没通过四级的同学需要在基础上多花一些时间来补足，尤其是词汇。

推荐这类同学先用一两套剑桥熟悉雅思考试的题型，并估计一下自己的分数，然后通过有针对性的词汇、阅读和听力练习提高语感，之后可以参加一个提高班，并在自己感到合适的时机参加一次考试。如果没有达到理想的分数，则再利用教材分项突破，最后用剑桥真题模拟雅思考试，并参考解析来寻找自己做题时存在的问题。

复习计划：

*完成剑桥雅思真题5-8的模拟并进行试题分析(最好能配有剑桥解析书籍)

*通过雅思词汇书籍有计划地补充词汇量

*巩固剑桥做题过程中出现的陌生词汇

*简单准备59个口语part1问题

*认真准备4类口语part2问题(人物、事件、地点、经历)

*按照口语书籍准备part3问题

学霸计划表篇四

在学生生涯中，决定成绩好坏的根本在于课堂，特别是小学、中学阶段，老师的作用更重要。千万不要以为靠自学自学就能成绩很好，这绝对不太可能。要知道老师每节课都是经过精心准备的，而且不仅仅只讲本节课的新知识，还会把把有知识点串连在一起。课堂走神一小时，课后就需要花费数倍的时间才能弥补回来。同时课堂要记好笔记，这是以后复习的关键。

在高中，我们需要做大量的题目，有不少是自己会的或者重复题，这样的题目做再多也对提高成绩效果不大，我们核心要找的是自己不会做、做错的题目，这些错题才是对提高自己成绩最有价值的部分。对于错题要寻找错误原因，把错题整理到错题本上积累下来，错题要明白错误的原因，同时也注意总结，做一道题会一类题。错题要经常复习。

高中心态也是极重要的，好心态、积极的心态非常重要，不要害怕困难，我们遇到困难不能释怀的主要原因就是因为心里放不下，终于郁郁寡欢，精神恍惚做事不积极，影响我们的学习。困难是暂时的，方法永远比困难多。

学霸的主要学习技巧

学习能力

学习能力可分为八大学习环节，即学习管理八环节：计划管理、预习管理、听课管理、复习管理、作业管理、错题管理、难题管理、考试管理。

计划管理——规律

1、长计划，短安排。

在制定一个相对较长的目标同时，一定要制定一个短期学习目标，这个目标要切合自己的实际，通过努力是完全可以实现的。达到了一个目标后，再制定下一个目标，确保一个目标一个目标的实现。

2、挤时间，讲效率。

重要的是进行时间上的通盘计划，制定较为详细的时间安排计划表，下班后的时间要充分利用，合理安排，严格遵守，坚持下去，形成习惯。计划表要按照时间和内容顺序，把工作回家后自己的吃饭、休息、学习时间安排一下，学习时间以45分钟为一节，中间休息10分钟。

预习管理——主动

1、读：

每章节视篇幅大小用16分钟左右的时间通读（或默读）教材，把不理解的内容记录下来。

预习的目的是要形成问题，带着问题去听课件或者看规范/图示，当你的问题在脑中形成后，在听课件时就会集中精力听老师讲这个地方。所以，发现不明白之处要及时写在预习本上。

——建立预习本。

2、写：

预习时将模糊的、有障碍的、思维上的断点（不明白之处）书写下来。

——读写同步走。

3、练：

预习的最高层次是练习，预习要体现在练习上，就是做相关章节练习题，每章做题20道以上为佳。做题时若你会做了，说明你的自学能力在提高，若不会做，没关系，很正常，因为有的知识点教材中没有，可能需要查阅规范。

听课管理——效益

1、听课效益

听课时要跟着老师的思维走，不预习跟不上。跟老师的目的是抓重点，抓重要考点，如：工作原理、设计参数、设置要求……更重要的是抓自己个性化的重点，抓自己预习中不懂之处。

事实证明：不预习当堂懂的在50%—60%左右，而预习后懂的则能在80%—90%左右。当堂没听懂的知识当堂问懂、研究懂。

复习管理——方法

有效复习的核心是做到五个字：想、查、看、写、说。

1、想：

即回想，回忆，是闭着眼睛想，在大脑中放电影。课后最需要的就是是回想，如果能默写出思维导图更好。比如复习安全疏散时，要明白疏散参数中涉及到的宽度与距离，疏散的类型分为垂直疏散和水平疏散。考友应在每天晚上临睡前安排一定时间回想。

2、查：

最有效的复习方法，也是查漏补缺的最好方法。回想时，有些会非常清楚地想出来，有些则模糊，甚至一点也想不起来。能想起来的，说明你已经很好地复习了一遍。通过这样间隔性的2—3遍，几乎终生不忘。而模糊和完全想不起来的就是漏缺部分，需要从头再学。

3、看：

即看教材，看听课笔记。既要有面，更要有点。这个点，既包括课程内容上的重点，也包括回忆的时候没有想起来、较模糊的“漏缺”点。

4、写：

随时记下重难点、漏缺点。一定要在笔记中把它详细整理，并做上记号，以便总复习的时候，注意复习这部分内容。

5、说：

就是复述。如：每天都复述一下自己学过的知识，每周末复述一下自己一周内学过的知识。听明白不是真的明白，说明白才是真的明白。坚持2~3个月就会记忆力好，概括能力、领悟能力提高，表达能力增强。比如口述出防火间距不足时的处理措施。

作业管理——自律

1、不计时不做题：

限时做题，记录做题时间，与做题无关的事什么也不做。比如：简单的单选题□30s能正确作答；很难的多选题，2分钟内能正确作答。

2、不复习不做题：

先复习所学的内容，然后做题，不建议在没有看书的前提下做题，既影响效率，也不利于查漏补缺。

3、先易后难

遇到难题，百思不得，先放过，后攻坚。

4、不检查不做题：

做题后必须检查一遍，把错误的考题进行梳理。

5、不小结不做题：

做完习题后，总结自己学会了什么，得到了什么，去发现命题点在哪里，如果20xx年再考这个知识点的时候，会以什么形式出题。

错题管理——反思

错题本

有了错题本和难题本就叫会考试，目的是为以后复习使用。错题和难题反映着许多知识点的联结，掌握了错题和难题就等于把高分拿在手。

建立错题本和难题本可用16k的横格本，每页上下分五部分。

第一部分是原题；

第二部分是错因；

第三部分是改正确与举一反三：正确即写出正确答案，过了一个月复习时，看一遍还不会，就问自己：怎么还不会？就要进一步查找原因，这时举一反三，将与本题相关的知识点

或习题联系起来，写下来。

第四部分是归纳提醒：写错题错在什么地方，如：错在维护管理方面，则提醒自己这部分掌握不好，应着重记忆每月检查维护什么，每季度检查维护什么。

第五部分是复习次数：每隔一段时间要复习一次，怎么复习？盖住原题自己用脑子想。

难题管理———溯源

难题溯源

一般来说，难题之难多半在于题目所涉知识点众多，消防工程师知识点之间关系错综复杂，思维（及方法运用）跳跃性大、逻辑性强，因此，对于难题，建议用溯源的方法整理。

一是查清楚题目所需知识清单，同步辨清知识间的内在联系。

二是复原自己考试时的思维路径，查“堵”点、“歧”点。

三是借助参考答案探究自身存在的盲点疑点甚至是漏点。之后，同样需要每隔一段时间复习与检查一次。

考试管理———重点

重点

在备考过程中，各位考生要懂得考试重点，只有懂得考试重点，才能够节约复习时间，复习做到不盲目，不浪费时间。

最后告诉各位考生：没有人从一开始就是“学霸”，如果想要成为学霸，要记住：最笨的努力，就是没有效率的勤奋，你的目标应该是找对方法，富有成效。

学霸计划表篇五

*完成剑桥雅思真题5-8的模拟并进行试题分析(最好能配有剑桥解析书籍)

*巩固剑桥做题过程中出现的陌生词汇

*简单准备59个口语part1问题

*认真准备4类口语part2问题(人物、事件、地点、经历)

*按照口语书籍准备part3问题

六级通过会具备6000左右的词汇量，通过3个月左右的复习(每天保证起码3小时以上的复习时间)，达到雅思7.0分是非常有希望的。

在这3个月内，先通过一两套剑桥熟悉雅思考试的题型，并估计一下自己的分数，找到自己的短板。尤其在申请部分要求7.0分的学校也会要求各项成绩不低于6.0分，即小分要求，因此需要在复习的时候把更多的精力分配到短板项上。多数通过六级的同学阅读会相对得心应手，听力通过一定量的训练达到6.0以上也不是问题，很多同学的问题出在口语和写作上。雅思的写作和六级完全不同，只要保证主题和结构是合理的，并且在词汇和语法不出太多问题的情况下即可拿到6分甚至7分。千万不要在长难句上下太多功夫，长难句非常容易出错，要知道英语母语的阅卷官可不是六级阅卷的老师，任何错误都一览无余。口语方面需要全面准备，有条件的话可与外教交流几次以适应口语环境。

*完成剑桥雅思真题6-8的模拟并进行试题分析(最好能配有剑桥解析书籍)

*简单准备59个口语part1问题

*认真准备4类口语part2问题(人物、事件、地点、经历)

*按照口语书籍准备part3问题

四级需要拿到7.0分是个不小的挑战，一般需要5-6个月左右的复习才能达到所需的分数(每天保证起码3小时以上的复习时间)，而且要做好二次作战的准备。条件允许的话，最好能参加培训班进行系统提高。

如果完全自学，首先通过一两套剑桥熟悉雅思考试的题型，并估计一下自己的分数。紧接着需要有针对性的进行基础性的提高，比如词汇和语法都需要一定量的补习。写作多注意仿写简洁、明了的高分作文，口语方面需要做大量的基础准备工作，最好能够按照预测把每一个口语话题都过一遍，并不断修改完善。做好这些基础性的提高之后，可以尝试参加一次考试或再通过做一两套剑桥看看自己哪些地方提高了，哪些地方还有问题，继而有针对性地通过剑桥真题和解析的使用来进一步提高成绩。

学霸计划表篇六

1、长计划，短安排。在制定一个相对较长期目标的同时，一定要制定一个短期学习目标，这个目标要切合自己的实际，通过努力是完全可以实现的。达到了一个目标后，再制定下一个目标，确保一个目标一个目标的实现。

2、挤时间，讲效率。重要的是进行时间上的通盘计划，制定较为详细的课后时间安排计划表，课后时间要充分利用，合理安排，严格遵守，坚持下去，形成习惯。计划表要按照时间和内容顺序，把放学回家后自己的吃饭、休息、学习时间安排一下，学习时间以45分钟为一节，中间休息10分钟，下午第四节若为自习课也列入计划表内。

1、读：每科用10分钟左右的时间通读教材，对不理解的内容

记录下来，这是你明天上课要重点听的内容。预习的目的是要形成问题，带着问题听课，当你的问题在脑中形成后，第二天听课就会集中精力听教师讲这个地方。所以，发现不明白之处你要写在预习本上。——建立预习本。

2、写：预习时将模糊的、有障碍的、思维上的断点(不明白之处)书写下来。——读写同步走。

3、练：预习的最高层次是练习，预习要体现在练习上，就是做课后能体现双基要求的练习题1到2道。做题时若你会做了，说明你的自学能力在提高，若不会做，没关系，很正常，因为老师没讲。

有效复习的核心是做到五个字：想、查、看、写、说。

1、想：即回想，回忆，是闭着眼睛想，在大脑中放电影。学生课后最需要做的就是回想。此过程非常重要，几乎所有清华生、北大生、高考状元都是这样做的。学生应在每天晚上临睡前安排一定时间回想。

2、查：回想是目前联合国教科文组织承认的最有效的复习方法，也是查漏补缺的最好方法。回想时，有些会非常清楚地想出来，有些则模糊，甚至一点也想不起来。能想起来的，说明你已经很好地复习了一遍。通过这样间隔性的2-3遍，几乎终生不忘。而模糊和完全想不起来的就是漏缺部分，需要从头再学。

3、看：即看课本，看听课笔记。既要有面，更要有点。这个点，既包括课程内容上的重点，也包括回忆的时候没有想起来、较模糊的“漏缺”点。

5、说：就是复述。如：每天都复述一下自己学过的知识，每周末复述一下自己一周内学过的知识。听明白不是真的明白，说明白才是真的明白。坚持2~3个月就会记忆力好，概括能

力、领悟能力提高，表达能力增强，写作能力突飞猛进。一此法用于预习和复习。

2、不复习不作业：先复习所学的内容，然后作业。

3、遇到难题，百思不得，先放过，后攻坚。

4、不检查不作业：作业后必须检查一遍。

5、不小结不作业：写完作业后，告诉自己学会了什么，得到了什么，有什么体会。

6、独立作业忌抄袭。

有了错题本和难题本就叫会考试，目的是为以后复习使用。错题和难题反映着许多知识点的联结，掌握了错题和难题就等于把高分拿在手。

建立错题本和难题本可用16k的横格本，每页上下分五部分。第一部分是原题；第二部分是错因；第三部分是改正确与举一反三：正确即写出正确答案，过了一个月复习时，搭眼一看还不会，就问自己：怎么还不会？就要进一步查找原因，这时举一反三，将与本题相关的知识点或习题联系起来，写下来。第四部分是归纳提醒：写出错题错在什么地方，如：错在代数方面，则提醒自己这部分掌握不好，重新自学或请教老师和同学。第五部分是复习次数：每隔一段时间要复习一次，怎么复习？盖住原题自己用脑子想。此法比较适用于理科。

一般来说，难题之难多半在于题目所涉知识点众多，知识点之间关系错综复杂，思维(及方法运用)跳跃性大、逻辑性强，因此，对于难题，建议用溯源的方法整理。一是查清楚题目所需知识清单，同步辨清知识间的内在联系；二是复原自己考试时的思维路径，查“堵”点、“歧”点；三是借助参考答案探究自身存在的盲点疑点甚至是漏点。之后，同样需要每隔

一段时间复习与检查一次。

用一张丢分统计表管理。按科目分为填空、选择、计算、阅读……项目。错了、丢了多少分，用统计表说话，这样，就能明白哪些是审题出了偏差，哪些是运算出了错误，是什么知识点有问题，哪方面需改进和提高。用纸把错题抄下来，每隔20天再做一遍，尤其是在考试前可找出考点。——考前拿出专门时间做错题难题本上的题。

学霸计划表篇七

- 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。

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。

学霸计划表篇八

初中学霸学习计划

1. 尽快地适应新学期的学习生活，尽快让自己从假期的生物钟叫醒，以最佳状态投入到新的学习当中，学会克服开学焦虑症、厌学症等不良心理。学会自己主动地学习，调整自己的学习状态。认真完成老师和家长布置的每一个作业和任务。

2. 制定详细的学习计划，最好能够具体到每个小时需要完成的任务，让父母进行监督，按时完成每一项任务，这是个坚持的过程，。

3. 注重劳逸结合，合理地利用课外时间，增长课外知识。可以利用课余闲暇时间参加兴趣班，培养自己的兴趣爱好，拥有一技之长。同时加强体育锻炼，增强身体素质，才能在学

习生活中精力充沛，在课堂上集中注意力。还可以适当地利用课外书、网络、电视等媒体资源，让自己的知识视野更加广阔。

跟拖延症说拜拜

拖延是一种坏习惯，导致拖延症最主要的原因就是——惰性。这一坏习惯不仅影响学习，也直接体现解决问题的能力。

1. 调整好心态，不要总给自己某件事情自己不喜欢，所以不想做的暗示。
2. 制定合理的学习、生活事务计划表，按照计划表规定的时间内完成，按时完成打钩，每天减少拖延的事务项目数，长期坚持。当实现了在某段时间内都能按时完成任务，不拖延时间，不妨给自己一些小的鼓励。
3. 对于临时新增的需要完成的事情，可以规定自己马上或者当天完成，提高自己解决问题的速度，养成良好的行为习惯。

制定计划需注意的点

1. 黄金时间来记忆

同学们应该抓住记忆效果最佳的时间段来安排记忆，提高效率。一般而言，早上6：00—7：00头脑清醒，记忆效果比较好，上午、下午都有课程安排学习比较紧张，中午休息30—50分钟可以缓解疲劳，以便下午有充沛的精力学习。而每天如果不能保证7—8小时睡眠，记忆效果也会降低。

2. 尊重自己生物钟

由于生理条件和生活环境、习惯的不同，人们的生活节律和最佳感觉也往往不尽相同。有的人的学习最佳时间在上午，

有的人在下午，还有的同学感觉晚上学习效率最高。在了解自己的最佳学习时段之后，按照它来安排自己的学习和休息。将最重要的事情放在最佳感觉时间去做，就会取得事半功倍的效果。

3. 学习要有时间限制

为了提高效率，在制定计划时，要适当给自己“压力”，对每一科目的预习和复习要做到三限制：即限定时间、限定速度、限定准确率。这种目标明确，有压力的学习，可以使注意力高度集中，提高复习效率。同时，每学习完一部分时，都有一种轻松感、愉悦感，会更充满信心地复习下去。

4. 对照计划反省

计划一旦制定，就要雷打不动地完成，如有完不成的，也应立即在次日加倍补上。如：反省自己，当天的计划完成了没有，明天先干什么？再干什么？如果完成的好时可奖励自己一次；如果完成的不好时可惩罚自己一次。这样做，既有约束力又有可*作性，每天都会感到在进步。一段时间后，还应该根据自己的学习情况，对计划做出进一步完善，使其更好地促进学习。

5. 公开学习计划

少数高中生缺乏自我约束能力，这样的同学在制定学习计划后，最好向家长、老师或者同学宣布。这样做一方面会起到监督作用，也会起到一个强迫约束效果，当自己不能坚持时，马上就会想到：“是否别人会笑话自己意志薄弱”或者“太没出息了”，因此就能坚持到底，“无论如何，一定要坚持实行自己的计划”。

学霸计划表篇九

*完成剑桥雅思真题5-8的模拟并进行试题分析(最好能配有剑桥解析书籍)

*巩固剑桥做题过程中出现的陌生词汇

*简单准备59个口语part1问题

*认真准备4类口语part2问题(人物、事件、地点、经历)

*按照口语书籍准备part3问题

四级没有通过但需要拿到6.5分，要通过半年左右的努力(每天保证起码3小时以上的复习时间)才能达到目的。与第一类同学相比，没通过四级的同学需要在基础上多花一些时间来补足，尤其是词汇。

推荐这类同学先用一两套剑桥熟悉雅思考试的题型，并估计一下自己的分数，然后通过有针对性的词汇、阅读和听力练习提高语感，之后可以参加一个提高班，并在自己感到合适的时机参加一次考试。如果没有达到理想的分数，则再利用教材分项突破，最后用剑桥真题模拟雅思考试，并参考解析来寻找自己做题时存在的问题。

复习计划：

*完成剑桥雅思真题5-8的模拟并进行试题分析(最好能配有剑桥解析书籍)

*通过雅思词汇书籍有计划地补充词汇量

*巩固剑桥做题过程中出现的陌生词汇

*简单准备59个口语part1问题

*认真准备4类口语part2问题(人物、事件、地点、经历)

*按照口语书籍准备part3问题

学霸计划表篇十

暑期学校summerschool

暑假大家基本会回家，留在学校里上课的同学不多。上学期想选又没能选上的课，终于可以在暑期学校选上了。虽然每天得从早上8:00上到下午5:00，但为了自己喜欢的课，早出晚归也值了！

列书单

上学期老师课程推荐的书目还没有看完，趁暑假时间充裕，是该好好啃一啃这些专业书了。两个月的时间看5本专业书应该不算太多，关键是要理解其中的问题。还有一直想入手的那套哲学著作，也在这个假期好好读一读。还有好多想读的，先列在这里之后慢慢读吧！

参加课题组

平时上课大多数时候是同学自己做研究，参加老师牵头的课题小组说不定能学到更多。一周下来果然没让我失望，真是收获满满，不仅接触到了最新的研究热点，还学到了许多科学研究的实用小技能，干活虽然小辛苦，但得到的干货真是太值得了！老师人真的很好，下周一定要继续加油，不让老师失望！

报名英语考试

上一次因为是第一次考，发挥得不是特别好，需要再战！趁现在考位还比较宽松，赶紧报个名，趁暑假有空列个复习计划好好准备一下，争取下次考上更高的分数！

国外名校暑期交换

这个假期去交换的是英国的大学，和去年暑假去美国感觉有所不同，这里似乎更能让我静下心来好好学习和研究。在朋友圈po几张“别人家的图书馆”，能在这么美的地方学习真是人生乐事之一。只是我的几篇paper不知道什么时候能写完，还想去其他地方逛一逛呢！

名校周边游

终于把写了好几天才完成的暑期课程结业报告上交。两周的学习就这么结束，在这里的时间虽然短暂，但却非常有意义。和这里的教授、世界各地的小伙伴们合了影，说不定以后还能够在这里相聚。接下来的几天，我用不一样的视角感受了这座城市，真是一个十分有文化气息的地方，怪不得能走出那么多的影响世界的科学家和艺术家。

开始准备英语考试

距离下次考试还有两个月，趁着假期的最后两周先报一个冲刺班了解复习策略，再根据自己的节奏制定每天的训练计划吧。目前手里搜集到30套考试真题，但愿能赶在考试之前全部做一遍，为自己加油！

从容选课

要开始选下学期的课程啦，赶紧问问师兄师姐下学期有什么值得选的好课，最好是开课人数不要太多的，这样就可以同学老师好好交流。大家不要和我抢呀！

怎么学分这么快就选完了？还有好多想选的呢，只能去旁听了！

斗志满满

要开学啦，好期待！这个暑假过得意义满满，为自己点赞！
下学期还有好多事要做，继续加油！