

高三理想目标计划书(优秀5篇)

计划可以帮助我们明确目标、分析现状、确定行动步骤，并在面对变化和不确定性时进行调整和修正。通过制定计划，我们可以更好地实现我们的目标，提高工作效率，使我们的生活更加有序和有意义。下面是小编整理的个人今后的计划范文，欢迎阅读分享，希望对大家有所帮助。

高三理想目标计划书篇一

做学习计划从来就不是一件十分容易的事情。没有计划，学习效率肯定不够好。由于每个学校的教学方法不同，学生的水平不同，学习习惯不同，学习能力强弱不同，身体好坏不同，做出的学习计划也就不一样了。

任何计划能否实现都基于计划执行人是否努力去完成。不努力，再好的计划也是没有用的。。有一个计划监督者，有利于计划的完成。这个监督者就是我们家长。

1. 计划的时间不能定的太紧，否则有些意外就不能完成了。比如说，周一晚8：00-10：00学习英语；10：00-11：00学习语文；11：00-11：30准备睡觉，不如改成8：00-9：30学习英语，这样如果有些内容到9：30没有完成，可以延长15分钟。

2. 为意外留出时间。每周的计划要为意外留出时间。比如周二晚上学校占用了，需要安排出时间来补这一天的计划。本来这个月的计划已经做好，考试的时候又发现新的内容，更基础的问题，需要时间补。这些都是需要预留时间的。

4. 计划要具体。比如我们确定了这个月重点补习的科目是历史，那么每周完成哪些部分，必须明确。不要让学生花时间去想“今天晚上学什么”。

1. 做到一科，二科功课考前不用复习。要认识到，到了实际

高考的时候，你是没有时间去复习每一门功课的。坚持做到有一到两门课程每次考试前不复习，如果每次考试成绩都不错，考生在高考的时候就会非常有信心。

2. 没有特别弱的课程，也就是没有落分的课程。

首先，我们把学生目前的水平做一个判断，我暂且分了四档：

1. 入门-不能够完成老师作业的；

2. 初级-刚刚能够完成老师作业的；

3. 中级-能够完成老师作业的，有一定的自由时间；

4. 高级-大部分作业比较容易，多数难题能够解决。

这里讲的是学生总体水平，暂时不要和别的学校的学生比，只考虑你在本校的学习情况。

要把课程也分类：

1. 班里成绩比较好的，能够进入前十名的科目。这些科目考生比较有信心，学习起来也比较有兴趣，也可以从完成作业的时间看。作业能较快做完的，也是学的比较好的。我们称为a类课程。

2. 成绩中等的，作业基本能够完成。这些学科考生认为多花些时间就可以提高。我们称为b类课程。

3. 成绩靠后。这些学科考生可能缺乏信心，不爱学习这些学科，完成作业也有困难，我们称为c类课程。

当然，是否有信心也不完全取决于学习成绩。

如果你愿意，可以把一科功课中的内容细分。比如物理的光学，力学，电磁学，也可以分为掌握较好，中等，较差。但是，我觉得过于细了。

高三理想目标计划书篇二

1、每星期日以书面形式列出下一星期的具体周计划，总结上一周学习状况。

2、严格按照周计划进行学习，周计划优先，其它事让行。

3、每科2本：笔记本(课堂理论笔记)，类题本(总结各类题型及方法，错过一道，整理一类，双色)。

4、上课不看课外书，不听歌，不玩游戏及其他老师认为不适宜的事情。

5、杜绝任何形式的考试作弊。

6、目标成绩，以标准高考难度题目为准：语文110/150;数学140/150;英语95/150;物理70/100;化学80/100;生物85/100;总580/750。底限为每科下调5分：总分550。上学期结束后参考期末及实际状况调整本条，以总分标准不变为原则，各科修改为：语文xx/150;数学xx/150;英语xx/150;物理xx/100;化学xx/100;生物xx/100

7、每次月考以上级别的考试后进行考试总结分析。

8、本篇自xxx年x月x日x点起实行。

1、规律用餐，每日饮食上消费上限xx元(含)。

2、节约rmb不进行不必要的消费，原则性每周生活费节约出x元，底限(特殊状况除外)为每月xx元，为有利于节控，每

周开始直接存xx元到银行卡上，若需要再取。

3、保证每一天的夜间睡眠时间x小时。

4、不与家长吵架，言谈不合x句内务必主动让步，能够选取沉默。

5、本篇自xxxx年xx月x日x点起实行。

1、每星期上网时间原则上不超过x个小时，底限(突发事件下)每星期不超过x个小时。

2、上网只限于写博客、管理贴吧等，禁止玩一切游戏，高考之后有的是时间。

3、不通宵上网、喝酒和其他一切娱乐活动。

4、本篇自xxxx年xx月xx日xx点起实行。

1、不谈恋爱，不与女生密切接触。

2、不看诸如《花火》等青春文学类的书籍，以及言情类文章，摘抄本不再摘抄描述或影射感情的文字，以避免思想波动为宗旨。

3、不主动与女生说非必要的话。

4、本篇自xxxx年xx月xx日xx点起实行。

高三理想目标计划书篇三

上东南大学便是我最大的`梦想。也许在别人看来，以我的成绩去考东南大学，简直是痴人说梦，“考不上”才是毫无悬念的。不过，我想说，我想努力一下，我会努力一下。

也许我不是最好的。不，我确实不是最好的。但我正在努力，将自己变得“更好”。为了自己的目标，我会在接下来的九个月，不到280天的时间里，好好努力，珍惜每一分、每一秒，踏踏实实地学习、生活。

上课一定不能开小差，打瞌睡的。万一没控制好自己，不小心走了神或瞌睡过去了，我会让朋友们对我进行恶狠狠的、毫不留情面的体罚。

作业要在自习课上写完，回家后对当天的学习知识进行整理、巩固，并写一些资料进行强化。当天的任务当天完成，决不会对心疼自己，放自己一马。我知道，九个月后，大学是不会放我一马的。

要坚持晨读，不能赖床，更不能迟到。若今天迟到了五分钟，那么明天就早到十分钟，决不含糊。这一方面，我会请妈妈帮忙，再不行就让爸爸出马，我就不信还会赖床。

学会在压力巨大的黑色高三快乐学习、健康生活，保持一个好心态，并坚守“不抛弃、不放弃”的理念，相信自己是有潜力大幅跨越的。上东南大学，念土木工程系！

东南，舍我其谁！

加油！加油！

高三理想目标计划书篇四

尽快了解高三英语的教学特点及学期教学计划——让自己的学习计划尽量与教学计划同步（尤其在学习内容与训练重点方面）。

努力按老师要求完成每日学习——尽量在第一周对每天的学习项目、学习环节、学习强度有个准确的体验（努力地按老师

的要求做，但同时要考虑结合自己特点。譬如：我每天的常规英语学习时间除了课堂还用课后的什么时间比较合适？老师规定的学习内容我能有效完成的有多少？需不需要考虑增或删点？老师的建议对于我而言有效果吗？），这样在后面做计划时才能订出真正适合自己、有操作性的计划。

及时反馈——课堂内：说出你的想法；课堂外，又需要的话可以跟老师约谈。

制定个人的日-周-月学习计划——在执行过程中评估计划的可操作性及其效果

紧凑的安排，但不着急的心态——每天的安排应紧张有序，可以当天解决的问题就当天解决；但需意识到再努力也不可能解决完所有问题，因而要学会暂时与一些目前未能解决的问题相处，不要太着急。

高三理想目标计划书篇五

首先，是要有好的身体，不要熬夜，每一天至少保证6个小时的睡眠；其次，发现每科的兴趣所在，兴趣是最重要的，也是学好此科目的第一步：

- 1、用彩笔把教科书或者参考书上重点部分都画上，五彩斑斓的能够增加你看书的兴趣，并且在涂颜色的过程中也无形中把书看了一遍。
- 2、在做题的时候能够和自己成绩相差不大的同学比着做。
- 3、找老师谈谈，哪怕只有一次，你也会受益匪浅，不信你试试吧！
- 4、复习的时候能够讲给爸爸，妈妈或其他人听。

5、每一天上课时明白的新奇的东西回家给爸爸妈妈讲。

最后，就是要养成好的学习习惯：

1、每堂课的笔记必须要记好，回家再看一遍，你会发现一些老师没有讲到的，然后问老师，不信试试！

3、背的东西，要当天背熟，不要等到考试时才背

学习方法有：

1、珍惜时间，合理安排学习时间。

2、独立思考，自主学习。

3、兼顾全面基础与学科特长。

4、从社会生活和社会实践中学习。

5、适合自几的方法就是最好的方法

在那里强调一点：学习不是苦差事，做好学习中的每一件事，你就会发现“学习，是一块馍，你能嚼出它的香味来。”（此句引自肖复兴肖铁的《我教儿子学作文》1996年4月第一版211页）

这一切都是我个人的一些想法、经验。我的思想也许比较独特。合理的能够自己试试，偏激的干脆掠过不读。我会从以下几个方面进行阐述。

1、学习未动，兴趣先行

2、务学与求道

3、自信是成功的第一秘诀

- 4、态度决定一切
- 5、不强调进步
- 6、练就过硬的本领是学习的根本目的
- 7、会玩、会偷懒、然后会学
- 8、考试、分析考试结果、做出下一步计划、调整自己
- 9、学习别人