

2023年高二暑假计划表格文科(优秀5篇)

时间流逝得如此之快，我们的工作又迈入新的阶段，请一起努力，写一份计划吧。通过制定计划，我们可以更加有条理地进行工作和生活，提高效率和质量。这里给大家分享一些最新的计划书范文，方便大家学习。

高二暑假计划表格文科篇一

这个暑假是高中的最后一个暑假，对即将升高三的学生来讲，这五十多天可以说是时间宝贵，必须做好计划，找到最适合的学习方法提高成绩。为得到较好的高三复习效果，必须在放假之初就为自己精心制订详细的学习计划和作息安排。

不同时段学法各异

对高二学生而言，这个假期是高中最后一个长假期，高中课程、内容已基本学完，为迎接高三的全面复习。可以自主学习、自己安排，如果把假期学习时间安排得太零散，感觉挺可惜。根据自己的实际情况，按时段安排学习内容。

早上精力比较充沛，学习效率最高，适合进行集中训练。利用整块的时间，主要进行套题训练（高考题），要求所有科目都要在规定的时间内完成，不断熟悉高考状态。

长时间的学习容易疲劳，必须穿插一些调整和休息的时间。在这段零散的时间里，可以念念单词、看看基础知识，不必强迫记忆，熟悉熟悉即可。

晚上的学习，主要针对白天各科学习中遇到的问题，对照标准答案和笔记逐一解决、分析，适当总结梳理，写出高考试题特点，类型。

不同学科各有妙招

语文学科，建议大家要注意基础知识的储备整理，包括字音、字形、成语等，“要想得高分，高考语文试卷的前四道选择题是不能失分的”；文言文的18个虚词必须要熟练掌握，每个意思还应记住几个例句。假期做套题时，每个作文题目都要认真思考，可以简单列出提纲，从每个角度联想出相关的事例及名言。

英语学科，每天都要保证做2-3篇阅读，培养语感。复习前四册英语书的词汇，推荐一个好办法就是，先背一个单元单词，再听对应的课文，单词记得快而且听力也有提高。如果还有时间，建议大家多阅读或朗读课文。

理科学习，要重视平时出错的题目，往往能暴露出学习中的问题，要认真分析原因。如果是由于知识的遗忘或模糊，一定要把这一部分相关的知识重新复习一遍。一个不错的方法是，针对错题的相关概念进行归纳和小结。强化运算训练，要求必须有解题过程（并规范表达）。

假期学习计划和作息安排

早上6：30起床，6：40--8：40套题训练

23:00上床，听20分钟外语，然后休息。

高二暑假计划表格文科篇二

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，此时人的耐力处于最佳状态，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。最好休息，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。

高二暑假计划表格文科篇三

根据自己的身体状况，确定每天学习时间

看书，就要把能掌握的知识点搞清楚。

一、具体。例如，三天内浏览完某本书、每天语文写一篇作文、一个月内背完英语1000个单词、每天物理仔细读完20页课本、历史背完5章内容等。

二、合理。制定自己能够完成的计划，不要使自己闲着，也

不要使自己过于紧张。

三、循序渐进。隔一段时间，就要提高每天完成的学习任务的量和深度

转入正题，下面这些平时就可以开始练习了，到高三就一定要熟练了，还有平时就要注意考试心态的培养，哪也是一个得高分的关键！

关于理科的复习与练习，首先是公式，对公式要非常熟悉，公式中每个字母的含义，公式的推导，公式的使用对象，这些是很重要的，从现在开始，把各科所有公式分类并用一个本子整理一遍，做题的时候强化这些公式的记忆与使用，做到看到题目就知道要用到什么公式，以及清楚公式中字母对应的数字，在平时做练习题时，就要要求自己写出题目已知什么，未知什么，求什么，相关公式，这些都清楚了在解答。考试时当然不用写出来，但自己必须清楚。

关于化学：把整本书的所有化学方程式抄一遍到本子上，有时间就写一写，要能相当熟练的写出他们，记住并熟悉那几个特殊的，同时知道每个化学反应的现象，包括颜色，气味，形态等的变化，还有就是记住化学物的颜色，状态，气味，比如哪些物质是固体，白色沉淀有哪些..

关于数学：整理方程，公式，不是整理出来就可以，主要是熟知如何使用他们，熟悉函数图像，能准确的画出图像，并灵活运用图像，有时不会计算画个图就能知道答案。

关于物理：分类整理公式，熟悉并能运用，做题时要理解题目描述的过程。

高二暑假计划表格文科篇四

期末考试已经结束了，马上就要放暑假了。在成绩单出来之

前，我先做好我暑假的学习计划，等成绩单出来之后再进行修改。我做学习计划的目的是想在暑假的这两个月好好学习。暑假之后我就上高三了，若是这两个月利用得好，就相当于比别人多两个月的复习时间。但我是一个比较懒散的人，所以制定一个学习计划，并且严格执行是很重要的。现在已经到了高中三年最关键的时期，我也应该放下玩乐的心，努力学习。具体的学习计划如下：

在放暑假之前，学校进行了统一的学业水平考试的复习。因为学业水平考试比较的简单，所以复习的都是一些基础的东西，比较的简单。我的计划是在暑假把之前没有记住的一些基础知识都记住了，并且逐渐加大复习的难度，一步一步的把知识点掌握好。

需要复习的一共有六个科目，我的计划是周一复习语文，背诵之前两年学过的文言文、诗句和词语。每天背诵一篇文言文课文，记忆五个词语，积累一些作文素材，刷一套题，只刷选择题和阅读理解的题，作文不写。我认为积累作文素材才是提高写作水平的方法，多写作文并没有什么帮助，反而还浪费了时间。因为肚子里没有东西，写出来的都是一个水平。周二复习数学，刷一整套高考试卷模拟卷，有些没学的就先不做。或者刷专项训练题，每天掌握一个考点。周三复习英语，背单词、词组、记语法，还有听一套听力题目，提高听力水平。周四到周六复习其他三个科目，该背的就背，该做题的就做题，每天都做一套高考的题，锻炼手感。周日对这一周的学习进行回顾，把已经忘了的或者没学好的再复习一遍。

在复习和完成暑假作业的同时，对高三的知识进行预习。预习的方法为先看书，看完之后再做题，做完之后对答案，做错的再看一遍书，看完之后再做一遍。虽然现在出题的形式很多样，但都离不开书本，所以加深对课本的了解是很重要的。跟复习一样，每天安排一个课程，周日是总结。

完成假期作业也是复习的一个渠道，所以假期作业要认真的完成。每天做一个科目的作业，和复习计划与预习计划一样，这样就不会学得太过杂乱。

第一个月每天上午进行复习，下午写假期作业。第二个月每天上午预习，下午写假期作业。若假期作业完成了还有时间，则用来继续复习。两年的知识一个月是肯定复习不完的，复习多少是多少。

我一定会严格按照自己的学习计划进行学习，相信我一定能够在高三学习的'更好，我也会更加努力学习。

高二暑假计划表格文科篇五

这个暑假是高中的最后一个暑假，对即将升高三的学生来讲，这五十多天可以说是时间宝贵，必须做好计划，找到最适合的学习方法提高成绩。为得到较好的高三复习效果，必须在放假之初就为自己精心制订详细的学习计划和作息安排。

对高二学生而言，这个假期是高中最后一个长假期，高中课程、内容已基本学完，为迎接高三的全面复习。可以自主学习、自己安排，如果把假期学习时间安排得太零散，感觉挺可惜。根据自己的实际情况，按时段安排学习内容。

早上精力比较充沛，学习效率最高，适合进行集中训练。利用整块的时间，主要进行套题训练（高考题），要求所有科目都要在规定的时间内完成，不断熟悉高考状态。

长时间的学习容易疲劳，必须穿插一些调整和休息的时间。在这段零散的时间里，可以念念单词、看看基础知识，不必强迫记忆，熟悉熟悉即可。

晚上的学习，主要针对白天各科学习中遇到的问题，对照标准答案和笔记逐一解决、分析，适当总结梳理，写出高考试

题特点，类型。

语文学科，建议大家要注意基础知识的储备整理，包括字音、字形、成语等，“要想得高分，高考语文试卷的前四道选择题是不能失分的”；文言文的18个虚词必须要熟练掌握，每个意思还应记住几个例句。假期做套题时，每个作文题目都要认真思考，可以简单列出提纲，从每个角度联想出相关的事例及名言。

英语学科，每天都要保证做2—3篇阅读，培养语感。复习前四册英语书的词汇，推荐一个好办法就是，先背一个单元单词，再听对应的课文，单词记得快而且听力也有提高。如果还有时间，建议大家多阅读或朗读课文。

理科学习，要重视平时出错的题目，往往能暴露出学习中的问题，要认真分析原因。如果是由于知识的遗忘或模糊，一定要把这一部分相关的知识重新复习一遍。一个不错的方法是，针对错题的相关概念进行归纳和小结。强化运算训练，要求必须有解题过程（并规范表达）。

早上6：30起床，6：40——8：40套题训练

上午9：00—12：00学习数学和外语；中间休息半小时；

下午3：00—17：30学习语文和物理或化学；中间休息半小时

晚上19：30—22：30学习生物，整理这一天学习当中的问题、改错并归纳。

23：00上床，听20分钟外语，然后休息。

8。十二点半—一点四十分午睡

9。一点四十一—五点半学古筝（注意：五点五十前回家）

10. 五点半—六点帮妈妈做家务
11. 六点—六点半开餐了!
12. 六点半—七点看电脑（不玩久了，要学会控制自己）
13. 七点—八点练琴
14. 八点—八点半洗澡
15. 九点准时睡觉。