# 高三高考总结

来源：网络 作者：紫竹清香 更新时间：2025-04-23

*高三高考总结(通用7篇)高三高考总结要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的高三高考总结样本能让你事半功倍，下面分享【高三高考总结(通用7篇)】，供你选择借鉴。>高三高考总结篇1学习经验：背是学好生物的一个基础，但生物绝对...*

高三高考总结(通用7篇)

高三高考总结要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的高三高考总结样本能让你事半功倍，下面分享【高三高考总结(通用7篇)】，供你选择借鉴。

>高三高考总结篇1

学习经验：

背是学好生物的一个基础，但生物绝对不是“背多分”。

以我的个人理解，生物的学习除了熟悉教材的各个角落以外，还有很多事可以做。比如下下面这些~

A.错题集：错题是最适合你的复习资料，每一科都是如此。

有些同学不太重视生物的错题，因为感觉生物除了背还是背，没必要收集那么多题。但我觉得，我们做错的每一道生物题，总能或多或少反映出自己在知识框架或细节上的理解漏洞。而这种整理的过程本身，也会让我们对知识的理解更加深入和宏观。

B.熟习教材：生物相比于其他理科，有更多需要你在意的细节。

一种比较好的方法是先拎起骨架，再去看细节。另一方面，平时学习中遇到了什么问题，一定要多翻教材。翻教材相比只订正答案，印象会深刻很多。而且，翻教材的时候，你还可以同时看看相关的知识点，这会让你对知识有一个更全面的理解。

C.关于做题：生物要背要记，但也需要大量的练习。

因为现在的高考生物题总是很灵活，不管是选择题还是大题里总有很多让人眼花缭乱的新信息，同时又会出现一些让你感到莫名其妙的填空题，这些东西都需要我们在练习中慢慢“找感觉”。

D.时间分配

在理综考试里，我比较适应的生物答题时间是30分钟到35分钟。理综的时间分配每个人都不一样，但我们需要注意的是：分给生物的时间千万不能太少——因为审清并理解题干中的每一个细节很重要，而过于仓促的时间内很难你很难静下心来做到这一点。

考试技巧：

1.选择题尽量使用排除法确定答案，对于拿不准的选项，注意：

(1)相信第一印象;

(2)带绝对意思的选项一般不对。

2.非选择题答案：

(1)尽量使用专业术语;

(2)首选教材原文，次用题目原文，最后自编语言;

(3)语句通顺，条理清楚，意思完整;

(4)一般应注意根据所给横线长短确定答案字数;

(5)答案应写在指定位置;

(6)字迹清楚整齐，注意不要有错别字。

>高三高考总结篇2

各位领导、同志们：

今天我们在这里组织召开高考工作总结会，目的在于总结过去一年高考备考、应考工作，安排部署下一年高中毕业班工作。县委、政府主要领导及四大家分管联系领导在百忙中亲临会议，充分体现了对我县教育事业的高度重视，必将进一步激励广大教育工作者，为促进我县教育事业又好又快发展，努力拚搏，勇创佳绩。有关领导将作重要讲话，下面我先就今年高考和下步工作讲几点意见。

一、回顾过去，透过成绩总结发展经验

一年来，各高完中紧紧围绕高考这个中心，加大高中教学研究和复习备考指导力度，全力优化育人环境，加快学校标准化、现代化建设步伐，切实提高教育教学水平，高中教育工作取得了可喜成绩。概括起来，主要表现在以下五个方面：

1、高考成绩平稳发展。几年来，我县高考成绩一直名列--市前列。今年参考学生--人，普通本科上线--人，绝对人数居全市第五位，超县下达的任务--人，上线率为28.96%，由去年全市第四位上升到第三位。其中，文科本科上线率为19.1%，较去年下降了1.8个百分点，理科本科上线率比上年增长1.2个百分点，达到38.1%;应届本科上线率25.1%，比上年上升了1.9个百分点，往届本科上线率56.1%，比去年下降了3.2个百分点。营山中学普通本科上线1042人，超额完成县下达的升学目标1人，其中应届生上线--人，较去年净增--人;营山二中克服生源质量差的困难，取得了骄人的成绩，本科上线人数创历史新高达--人，居--市29所同级同类学校第一位，本科上线率为31.4%，比上年增长5个百分点;小桥中学本科上线--人(其中职教5人)，本科上线率为2.5%，比上年增长0.2个百分点，应届上线率较去年上升1.5个百分点，超县下达目标任务--人;双河中学本科上线--人，本一上线2人，超额完成县下达目标1人。窥一斑而知全豹，以上的举例充分证明我县高考质量是好的，我们得到的各方面的信息也表明近几年的高考成绩得到了领导和社会各界的充分认可。

2、管理制度更加完善。各高完中把体现人文理念，关注师生发展作为制度建设的核心，既突出严格管理，又体现人文关怀，不断提高管理的规范化、科学化水平。各高完中在“面向全体学生”办学思想的指导下，修订了学校考核评价办法，将高一入学学生分数作为考核各科教师和学校管理者的基准，调动了教师教书育人的积极性。 以“严”字当头，下决心规范师生的教学行为，学校面貌变化大，教学成绩提高快。

3、跟踪指导趋于精细。去年高考总结和高中教育工作会上，教育局提出了决战课堂、分层教学、因材施教等指导办法，并坚持教研督导“联合作战”，从办学思想、教学研究、学科培训、信息咨询等方面，指导高中教育管理科学化。教育局组织督导教研人员在各校巡回研讨，互相交流，取长补短，寻找良策。各高完中把高考任务细化到每一个学段、学科和学生，从每节课抓起，打“盯人”战术。立足抓差补偏、促临界生的转化，让学生设立纠错笔记等，加大教学过程管理和备考指导的针对性。

4、队伍素质明显提高。各高完中都把教师队伍建设作为加快高中教育发展的重要保证，开通渠道，加强培训，提高素质，高中教师队伍建设又上了一个新台阶。在县委、县政府的大力支持下，制定了吸引优秀人才的具体政策，主动到高等师范院校聘用了一大批优秀大学毕业生，有效缓解了高中教师紧缺的实际困难。以岗位培训为重点，用新理念、新方法引领教师向专业化方向发展。各学校克服经费少、人员紧等实际困难，组织教师赴省内外参加各种培训和研讨交流活动，更新了理念。

5、办学条件持续改善。各校继续把改善高完中办学条件，作为提高学校发展水平的基础工程，千方百计跑项目、争资金，加大基础设施建设力度，校舍紧缺的突出矛盾得到有效缓解。学校信息化程度进一步提高，微机室建设不断增加，校园网覆盖面逐步扩大。以学生宿舍、食堂为主要内容的服务设施建设成效明显，提升了学校的后勤服务功能。各校以绿化、美化、净化、亮化相结合，校园建设的教育性显著增强。

以上这些成绩的取得，是县委、政府领导的结果，是社会各界关心支持的结果，更是广大教师奋力拼搏的结果。在此，我谨代表县教育局向各级领导、社会各界和辛勤耕耘在高中教育教学第一线的全体老师表示衷心的感谢，并致以崇高的敬意!

二、客观分析，透过表象找准发展差距

面对全省推行新课改的任务，冷静地审视全县高中教育，也存在不少问题。主要表现在以下几个方面。

>高三高考总结篇3

同志们：

高考一直是全社会关注的热点和焦点。在刚结束的\_\_年高考中，我市广大教育工作者以高度的政治和社会责任感，团结一致，奋力拼搏，在全市人民的关心支持下，创造了新的辉煌;上重点线、上本科线、上省线雄居襄樊市第一，清华北大在我市双双开花，这些优异成绩的取得，是令人欣慰的，也是来之不易的。它是广大学校领导和教师辛勤耕耘、默默奉献的结晶;也是我们教育局立足基础抓管理，突出中心抓质量，求真务实抓备考的必然结果。我谨代表市四套班子领导和全市人民向你们，并通过你们向全市奋战在教育教学一线的教师致以崇高的敬意和深深的谢意。

今天我们在这召开高考总结会，一是总结我们20\_\_年高考取得成功的经验;二是找出\_\_年高考我们与兄弟县市的差距与不足，为我们20\_年高考再夺第一打下良好的基础。

一、\_\_\_\_年高考我市取得的成绩。

今年我市高考上省线7024人，比第二名襄阳5385多1639人;一类上线591人;比第二名宜城420人多170人;(去年宜城比我们多2人)本科上线3730人，比第二名襄阳2584人多1204人。上线万人比高达68再创新高。今年在全省重点线减少，襄樊市各县市重点线大滑坡的情况下，我市应届生上线比去年强劲增加33个，这是个了不起的成绩，更为可喜的是我市今年分别有学生考上清华北大，(襄樊市七县市唯一)取得了近十年少有的成绩。

一中上省线202\_人，上本科线1573人，上重点线人数337人，上省线人数上本科人数再次名列襄樊市第一，李玲同学以高分考入清华。

二中今年上省线1424人，本科上线922人，上重点线172人，在襄樊市上重点线人数均减少的情况下，二中应届生上重点线人数比去年增加30人，呈现良好的势头，二中上重点线人数首次超过河口一中，在县市学校里仅比枣一中，襄阳一中，宜城一中，南漳一中少，名列第五。孙风玲同学以全省文科第26名考入北大，创下知分填志愿二中最好成绩。

白水高中上省线人数1097人，上重点线人数30人，超额一倍完成重点线人数，上重点人数、上省线人数是襄樊市非城区学校最多的学校。

高级中学上省线1116人，上重点线48人(任务是13人超3倍完成任务)，已经跨入襄樊市升学大校行业。

鹿头高中、七中在生源都非常差的情况下，超额完成上省线任务。

补习学校上重点线3人，上省线279人，兴隆职高上本科线7人，上专科线101，几所民办学校也考得不错，光武高中各项指标名列襄樊市民办中学之首。

以上这些成绩的取得是我们学校领导一心扑在教学一线，我们广大教师尽心尽职、勤奋工作，克服了无数困难，在日益激烈的高考竞争中所取得的;这里面涌现了很多先进和感人事迹。像枣阳一中的理科综合备课组长彭军忍受父亲、岳父相继离去两位年迈母亲无人照顾的痛苦，带领枣阳一中理科备课组取得了襄樊市七县市第一的好成绩，枣阳二中欧阳克波老师老当益壮59岁仍当班主任，拼劲不亚于年轻人，所带小班学生邵成成取得枣阳理科状元桂冠;班主任江天刚、王朝东、熊大国、谢秀清、张劲松、曹金刚、余爱龙、武定兵等他们以身作则，爱生如子，善做学生思想工作，有的资助学生钱物，有的让学生在家吃饭，一心扑在学生和班级管理上，他们今年都完成超额完成高考任务。还有许多像鹿头高中数学组老师，科学备考，把中考数学几十分的学生，培养成高考数学达140分的老师，这里还有很多很多这样的`老师，我在这里因时间关系就不说了，总之，今年高考取得优异成绩，是我们广大教师努力拼搏所得到的。

二、今年高考存在的不足

我们前面说的是成绩，但我们今年高考还有预定目标没有实现，一些高考指标在襄樊市明显偏僻低。

(1)高考成绩600分以上的学生没有宜城多(宜城高考理科600分以上51人，我们40人)。

(2)宜城高考理科最高分683分，而我们最高分只有638分，还低于襄阳(658分)、河口(648分)、南漳(641分)。这说明我们还有很大潜力，存在非常大的提高空间。

(3)虽然一类线我们遥遥领先，但去年制定的一类线计划没有完成。

在这里我请我们领导和教师再多想想多思考，找找我们存在不足的主观和客观上的的原因。再想办法找措施，争取明年高考再上一层楼。

三、明确目标再加劲，\_\_\_高考再辉煌。

前面我们总结成绩，查不足，就是为了20\_\_年高考取得更好的成绩。20\_\_年，我市高考目标是：确保上省线6800人，重点线上线600人，清华北大至少上1人，万人比要超宜城，应届生上线率不低于襄樊市水平。

同志们，教师是人民群众最尊敬的职业，当前，人民群众对教育最大的期盼是自己的孩子能考入好的大学;社会对教育最大的期盼是所有的学校都办成高质量的学校。提高教育教学质量，提升高考整体水平，是当前我们教育紧迫而重要的工作，也是我们各校的任务。各学校要依据现代教育发展理念，制定适应高考改革形势的新举措，把学校办好做强，满足社会对我们的期盼。

我认为提高教育质量，提高高考升学率;

一是要紧紧抓住课堂教学这一中心环节，改革课堂教学模式，加强备课、上课、作业批改、教学反思等环节的改革，锻造精品课堂。

二是要加强科学管理，细化管理过程，突出质量监控和管理措施的有效落实，将管理要求逐步内化为广大教师的自觉行动。

三是要狠抓教学常规的落实，规范教学行为，大力加强教学工作过程性管理，严格实行“日清月结”制度，要盯住不落实的事，追究不落实的人;

四是要加强教学和高考研究。抓质量、促高考，不能靠死干、蛮干，我们要苦干不蛮干，拼搏加科学。要以科学的态度、科研的方法，研究解决影响本校教学质量、高考水平的实际问题。刚才有很多学校和老师在会上交流了许多好的经验、成功的做法，大家要相互学习借鉴，取长补短，共同提高。

五是要加强高考针对性研究，围绕高考开展教研活动，积极搜集信息、研究考纲，这里我们教研室要发挥更大作用。

六是要强化弱势学科研究，形成高考新的增长点，积极探索优秀生、特长生、边缘生培养和成长的规律，研究后进生转化的教育教学方法。

七是要借鉴外地好的经验好的方法。撷取其精华为我所用。

八是要正确处理“培优”和“普及提高”的关系。在整个高中教育阶段，我们要重视抓好“培优”工作，要使“优生”更优，努力使更多的考生考上“一本”，考上名牌重点大学;同时又要十分重视抓“普及提高”，要使每位学生包括成绩暂时落后的学生都能不断地获得进一步的提高，最终使更多的学生能进入“一本”和“二本”行列。

同志们，高考是衡量一所学校、一个地区教学质量的重要标尺，是学校素质教育成果的具体体现。我们的教育行政部门和学校领导，特别是一把手，要进一步提高对高考重要意义的认识，增强做好高考工作的责任感和使命感，重视高考、瞄准高考、研究高考，要把主要精力放在教学上，要想方设法加大对教学的投入，形成学校自己的办学特色，促进学校的可持续发展。

同志们，高考的竞争，是备考水平的竞争，更是学校管理水平的竞争。各校要健全、完善管理和激励机制，从严治校，以人为本，重在调动教师和学生的积极性，创造适合学生发展的教育，创造适合教师发展的管理。同时，高考的竞争，也是总结和反思水平的竞争，各学校对今年高考中的不足更要认真反思，痛下针砭，再定措施。

同志们，我们要坚定信心，乘着我们今年高考胜利的东风，以科学的策略从早抓实抓好明年高考备考工作，不负重托，努力实现明年高考新跨越，再夺明年高考新辉煌!谢谢大家。

>高三高考总结篇4

“韬光养晦”妙计包括两层含义。第一层含义是不耻“上”问。现在正是集中突破的时期，会遇到许多问题，此时一定要多问，而且要“打破砂锅问到底”，直到清楚明白。不论老师、同学，只要能帮你解决问题的都要谦虚请教，这样逐渐积累，暗中憋劲，必有效果。当年数学是我最头疼的学科，90分已是一大关，而我的前桌却是数学尖子，每次模拟考试几乎都在140分以上。我每有问题问他都能得到轻松解决。当年高考数学偏易，我小心谨慎，竟考了112分。

第二招，稳健低调。随时保持谦虚谨慎，保证自己会的题绝不丢分。临近高考的一个月，班里几乎都乱了，各自稳不住阵脚。聊天的，逃课的，回家自己复习的，人心惶惶，散漫背后表现的是紧张莫名。此时必须收拾心神，保持沉稳冷静，回顾以前做错的题，复习总结知识点。“任尔明日大军压境，近日我学习依旧如故。”若能和一个生性踏实稳健的同学为伴，效果益佳。

第三招，胸有成竹。我很早就做模拟卷子，且每次都自己考试，按时完成(若时间不充裕，可分两次完成，时间总和控制在高考时间之内)，然后自己判分，给出分数。再趁热打铁，回顾做错或蒙对的题(自我模考也该蒙则蒙)，钻研、询问、总结，力求不再犯同一错误。每周自考一至三次，如此一两本卷子下来对自己哪里薄弱、哪里没有问题都了然于胸，再有针对性的重点击破。同时也知道了自己的分数水平，底线是多少，在此基础上可以提高多少。再走进考场时早已胸有成竹，镇定自若。因为此时已经做到知己(实力水平)知彼(反正就是这些知识点，这些类型的题)，必可百战不殆。

相信各位同学看了高考复习心得之后，对于自己今后的复习也有一个更好的规划了。只要各位同学能够坚持不懈，努力复习，相信成绩一定会有提高的!

>高三高考总结篇5

01—时间安排

珍惜时间。高三的时间是有限的，我们的目标就是要用有限的时间，做出尽可能多的“有用工”。所以耗费时间的事情，一定要考虑清楚值不值得去做。

珍惜自己。时间无论怎样重要都是为人服务的，所以不要为了节约时间而做出伤害自己的事情。在此举出两个例子供大家参考：不吃早饭、晚上过度熬夜(超过12点)。

张弛有度。周末一定不要把时间安排得太紧，要给自己足够的休息时间，因为休息是为了更好地学习。

电视和电脑。完全拒绝电视和电脑也不太可能，虽然可以用，但是时间不能太长。另外切忌将看电视和用电脑规划进休息时间内，它们也是耗费人大(微博)量精力的事物。

时间表。最好有个时间表，虽然不是必需的(因为我自己掌控时间不太好，自己定的计划经常没执行)，但我深刻认识到，让自己保持一个规律的生活很重要。

02—学习的准备工作

心态调整(平静)，这一点是重中之重，可谓是高三最重要的几件事之一。学习前这一步是必需的，没有一个良好的心态意味着无法全身心投入到学习中，意味着效率的低下。关于心态调整每个人都有自己的方法，我这里只是想给出我自己的：专注地先去做一些题(一般是物理题，因为喜欢)，一旦进入到了自己的做题节奏中，心态就会自动地调整好。

还是心态调整(别分心)，上一条中说的是学习前的心态调整。事实上平常生活中也要注意心态调整，身边不要放太多让自己分心的东西，也不要做那些让自己分精力太多的事情，例如谈恋爱。

继续心态调整(树立目标)，这一条说的是对自己高三心态的。学习要明确自己的目的，也就是“我学习到底是为了什么”。明确了目的，学习自然就有了动力。

焦虑是高三学生的头号大敌，所以家长还是不要太逼迫孩子，学生自己则要为自己创造一个相对放松的心境，焦虑会导致紧张，紧张则直接引向失败，学生要保持对自己心态状况的关注，以便于随时调整。

03—学习方法宏观调控

学习策略。先提高一门课程的成绩，然后以点带面。我自己比较喜欢物理，所以我一上高三，目标就是把物理成绩先提上去。经过一个学期的努力，我的物理终于到达了年级第一的水平，有了这份自信和经验，再投入到其他科目的奋斗中，成绩自然而然就跟了上来。

家教与课外班。我个人认为，到了高三，在外面补课是需要的，因为有经验的老师会帮学生节省很多时间，少走很多弯路。一对一的家教针对性会更强。课外班会更系统。所以高三学生要早早想好，自己的哪一科需要什么样的课外辅助，这样才能事半功倍。

竞赛是提高学生能力的好机会，我是建议学有余力的学生去参加竞赛的。不过如果认为自己的基础还不太扎实，那还是不要去为竞赛花费太多的精力了。

成绩的提高需要一个过程，所以在这个过程中不要太着急给自己一个定位，而是要充满信心地去提高自己，充实自己。在高三的一年中，成绩大幅上升是完全可能的，所以不要害怕，要勇敢地去拼搏。

两段假期：还没上高三的暑假、两学期之间的寒假，这两段假期的利用是非常重要的，因为这是高三中为数 不多的可以自我掌控的大段连续的时间，我利用了寒假这段时间来弥补生物弱科，提升了自己的实力。但这对学生的自学能力要求高，如果不能掌控自己，也可以紧 跟老师复习，因为学校一般在假期都有补课。

04—学习中几个具体问题

关于粗心大意，很多人在犯了错误后会用粗心这样的理由来为自己开脱，我认为这种行为在高三是不可取的。因为在我看来，考试中所暴露出来的 问题，都是由于基础知识的不牢靠以及能力的缺乏造成的，所谓的粗心，其实只是基础的不扎实而已。我的物理学好了以后，考试基本上没有下过115，我的同学中，在自己拿手的科目上也是绝少失误。这都是对基础的重视换来的回报。所以在高三的学习中，一定要注重对基础的落实。

关于偏科，我个人的看法是这样的：偏科不可怕，偏科也可以转化为一种学习策略。在高三里，全面发展的好学生固然很多，但因为某一两科很好 而名列前茅的人也大有人在。虽然高考看的是总分，可是一科的优势，很有可能带来很大的心理优势，从而带动学习的积极性，也能提高总分。所以偏科不要紧，但 一定要让自己的强项更强，最好达到顶尖的水平，为自己巩固心理优势。

回归课本很重要。很多人反映说回归课本没什么用，其实那是错的。课本上有很多琐碎的知识点，而这些点是辅导书中很难概括的一些东西，回归课本是对基础的巩固，是很重要的一个过程。

学习中的反思。反思是学习必经的一个过程，反思有助于掌握知识和总结缺漏。要善于对自己的错题进行反思总结。

题目中是有一定的规律性存在的，对于这种规律，要主动地去试着把握。对于老师总结的一些规律，也要善于归纳总结。

每个人都有自己的学习方法，要自己摸索出适合自己的方法(高效、低耗)，要多尝试一些不同的方法。

对于作业，我是有选择地去做的，因为我是个不太爱做作业的孩子。能跟得上老师尽量跟，跟不上的就不要太拼命地去跟了，要有自己的节奏。老师的节奏体现在作业上，若只是为了完成作业而去写那些东西，还不如自己保持自己的节奏，完成自己的任务就好。

有些人反映说学到了后面就忘记了前面的东西，这点你放心，高三老师会带着你翻来覆去地去复习和整合知识。若真的还有这种情况，那说明你不适合跟着老师走，可以放慢脚步，进入自己的节奏，反正只要学到了东西就成。

05—生活细节

与家长的沟通。高三是学生承受巨大压力的一年，此时与家长的沟通显得尤为重要，同学们要主动地和家长沟通心情与学习状况，以便让家长们更好地成为同学们助力。

逆反。逆反是青春期的特点，但到了高三，最好让自己的逆反情绪先平静下来，因为这段时间是关键时刻，此时的逆反很有可能会造成严重的后果。家长们则尽量要顺着孩子，不要太干扰他们的学习生活。

课外书可以看，但要少看，尤其是小说，能不看就不看(太耗费精力)。

手机如果使用不当，会是学习成绩的“第一杀手”。所以平时最好不要将手机带在身上，太耗费精力了。

睡眠很重要，所以要注意平常的熬夜时间，别太晚，周末还可以补觉。

恋爱，我把这个问题搁到了最后，这是一件非常耗费精力的事情，对学习基本上是有害无利，所以建议高三这段时间还是不要谈恋爱的好。

>高三高考总结篇6

首先，大家必须明确的是：无论何时，只要不放弃，永远都可能成为成功者。本人在高中前两年都在谈恋爱，玩摇滚，跳街舞，可以说根本没有花心思学习，但在进入高三的第4个月由于一场突变我觉醒了，明白了自己如果不进入一所好大学前途将是如何，但这时我彷徨了，认为自己已经没救了，但我相信希望只在有希望的人心中才有价值，所以我努力了，最终也取得了自己都不敢相信的成果。

其次，学习的方法的重要性同样不言而喻。大家应该听老师说过不知道多少次，只有课本是最重要的，在这里我再给你说一次，只有课本是最重要的!其他的一些参考资料，例如英语周报上的广告，你在书店看到的各种形形色色的海报，我可以负责的告诉你，这些东西对你的成绩没有任何帮助，只能浪费你的时间，我亲自在英语周报上买过《V学习方案》，《高考英语必备》，《9套卷》等一类的书，用了一段时间没有任何成效，不得不放弃。英语周报是好东西，要好好用，但是他没有广告费也无法生存，我相信周报主编席玉虎也无法为他们打广告后再说他们不好吧...(但如53，天利这样的书，常年来受到众多考生热评的书自然有它的价值，虽然我没有亲自用过)

为什么说课本是最重要的呢?其实也并不像你们老师说的那么深奥，什么课本是高考的根基，是高考的灵魂。其实要我说，高考的出题者必须是悟透了课本，甚至有一部分就是课本的编写者。许许多多高考状元都说过他们在高考复习的最后关头每天都不忘把数学等科的教科书上的经典练习题挑出来练一练。

针对语文单科

总的来说，我希望你们不要把太多的精力浪费在语文上，语文这个东西，除非有名师点拨，不然提高是非常困难的，并且也只限作文，你平时看到你的语文时高时低，只不过是你做选择题的运气所带给你的假象而已。

对于客观题，即选择题，只要把文言文多练练，大概20篇左右，但必须一天一篇连续的做，你就能完全把住感觉，做到选择一道不错，翻译最多扣2-3分。说明文那9分的选择题看似有规律可循，平时按老师的方法做的也不错，但高考出题人也不是吃屎的，比如老师说的什么抠字眼，抓中心什么的，在我高考的时候完全不管用，我9分一分没有拿到，反而我们班许多学习不是很好的，大概一读凭感觉选的，全对，答案发现来我都蒙了，连老师都骂了。有些人做这个总是没有感觉，那就对了!这东西本身就没什么感觉，只要找到自己做着最顺手的那种状态就对了。

阅读我认为是最简单不过的题型了，因为他有着好像数学题一样的严格答题格式，只要你按格式答题，80%的分是一定会给你的，一点也不必担心，至于格式，每个老师都会详细的给你们讲的。

我想重点说一下的是作文，在我眼中，作文没有华丽与平淡之分，甚至没有好坏之分，只有是否符合命题要求的区别。为何这么说，我们那一年许多平时作文拿50多分的全栽了，为什么?因为题目要求写中国近年来发展的成就，只要实事求是的写便可以拿到及格分，但如果你不着边际的乱举例子，搞什么由浅入深之类的便会立刻被判为套作，打入二类文，所以作文一定要认真审题，要能感觉出来命题者希望你交出一篇什么样的文章来，是实实在在的议论文，还是需要一篇例子充实，论点有层次的文章，这才是作文所最需要的能力。

针对数学单科

有些人说数学太难了，学不懂，而我却认为数学是最简单，我也最喜欢的科目。对于数学，有五块最最核心的东西，立体几何，解析几何，函数，平面几何和数列，学数学完全可以把数学分为这5部分来一块一块有针对性的逐一攻破，如果是成绩不太好，学数学找不到感觉，成绩稳定在70分左右或更低的同学，我建议你从立体几何开始搞，这块是我认为最简单最独立，与其他三块关系最小的一块，即使是初中生学会了方法也能做题，只要你把其中某一块学好了，也就有信心了，有了信心什么都好学了，其他科目也会逐渐的好起来，我突击之前决定先弄数学，我现在都觉得当时的决定很明智。大家学立体几何一定要牢记向量法的步骤，严格的按照格式来，虽然不是每道题都能用向量法，但绝大部分题都能用，而且高考题一般可以用两种方法都能解的，在我看来，几何法比向量法起码要难3倍，何必舍近求远呢?

解析几何，这块只能是多做题，我没有其他的建议，把题做多了，看到题就能想起来以前做过的某道相似的题，那你这一块就算学扎实了，但我劝大家也不要强求，我在高考这道题只拿了3分，但我数学还是有118分，这一块如果难起来真的比函数的压轴还要难，既要学会坚持不懈的做题，也要学会果断的放弃。

函数，这是我觉得比较简单的一道题，因为我向来只是做前两问的，第三问我题都不看直接往下做的，想要做出第三位要求是非常高的，如果不是层次很好的同学请不要去考虑，但前两问是很简单的，只要你多做几道题，看懂了大致步骤基本就没什么问题了。

平面几何和数列的话，我希望你最好提前压一下题，看一下今年会考几何还是数列，翻照一些往年的卷子是否有规律可循，如果是一年几何一年数列的话，那推测一下今年会考哪个就把宝压在上面，这么推虽然不是一定准，但准的可能性很大，你想，如果你把时间平分在两块上，可能浪费时间还都没搞好。如果你按照我说的复习，重点复习的那块如果考了就拿满分，就算不考也不至于得零分，更重要的是这样节省了一大把时间啊。学平面几何要记住那几个关键的公式，比如扩角公式，降幂公式什么的，学数列也要熟悉那几种常用方法，列项，差项等，只要按照这个方向去复习，不到三个星期，就会有点眉目，有点感觉了，会做一部分题了。

如果你们学的是有选修题的新课标，希望你们能从三本书里面选出两本看，并且从两本中选出一本重点看，如果高考时你重点看的那本实在出的太难或太偏考到了你的软肋，也不至于剩下两道一点不会不知所措。选修题一般还是很简单的，是送分题，要认真的对待就没什么问题的。

关于英语

在我眼中，对于英语，单词是王道!这句话不管是你们高考还是我现在学的四六级，还是以后的什么考试，这句话都是管用的，只要在中国考，没有为什么，在单词面前，什么语法，什么语感都是浮云，或者说你没有单词，就算你有语法，语感，就好像你没有手，给你刀有什么用?买本按字母排序或者按单元排序的单词书，从头到尾过至少两遍，多多益善，做到让别人抽问10个，你起码得说的出9个才行，做到这样再去做题才有效果，不然看完型阅读的，一半的单词都不认识，那还做什么呢?

其次，从题型来说，阅读是重点，重中之重，应为它占了总分的40%，大部分省份是这样的，我高考完型错了10个，但分数总体来说还是让人满意的，是阅读一道没错给的我底气，可以说，只要阅读好，英语一定好!信我这句话，多做阅读题，多看课本上的课文，英语报的A1版。

对于完型，要学会一些小技巧，比如先看首尾段猜中心，联系上下文找答案等等，这样完型就会提高的。

至于单选，我想说一定不要在单选上浪费太多时间，一定不要，绝对不要，我也不明白为什么许多老师都对单选过分重视，只有15分啊!做的再好的人和做的不好的人之间最多也就差6,7分。千万别浪费太多时间，如果你们能拿出练单选时间的三分之二练阅读，你们的分数还会有一个巨大的提高，一定会。

作文我就不多说了，你们老师会好好讲的，原则是也不要浪费太多时间，作文的提升空间不会超过7分，别太执着了。

总之记住，单词是王道，阅读是重点，单选是垃圾。

理综总的来说，是最容易在短时间提高的，也是你们在这最后几个月里最佳的突破口，因为理综的170分到250分之间的距离其实并不远，只要你肯下工夫!你花同样的时间也许能在语文上提高10分，在英语上提高20分，在数学上提高30分，但你能在理综上提高80分!!!!这也是我成绩提高最大的地方。

对于物理，大家要明白高中物理是以力学为核心的，不管是电学，磁学，热学等，在做题时必须要和力学联系起来，不然便没有了难度，没有了水平，所以大家从现在开始就要认真的好好搞受力分析，相互作用等关系，对斜坡问题，撞墙问题，平面摩擦问题，弹簧问题，了如指掌才可以，才能去参加高考，因为大家知道物理在理综中占得分是最多的，但时间却可能是最少的，所以便要在平时打下牢固的基础，不能上了考场才想公式，想方法，想例题，要见到题经过简单的分析就知道怎么入手怎么一步步的做，需要哪些公式，这样才能在高考时在有限的时间内拿更多的分，为其他两科腾出更多的时间来。开始一轮复习时，大家一定要以力学和运动为核心中的核心，认认真真的多做些题，这样后面的复习会轻松许多的，对于其他电学，磁学等，最起码要把公式记牢，更深入的问题不会也没关系，像电路图故障判别，磁学仪器设计这样变态的问题，大部分人都不会，也别去较真的非要搞懂了。选修题策略跟数学一样，三选二，重点搞其一。

对于化学，就是背反应方程式，这是我认为提高化学最快的方法了，背会大概300个方程式，你一般的分就拿到了，再熟悉实验题的各种仪器，各种步骤，把元素的性质，周期表位置记牢就行了。至于化学常识，及其他一些非常琐碎的东西，尽量去记忆吧，实在背不会或时间不够用就舍弃吧，因为这些东西并不一定会考的。化学的选修题要选中一个好好看书，就是要做这一道，死也要做出来!要有这种精神，15分一分也不能丢!

对于生物，我认为就是背，思考的东西非常少，就算是分离定律，画遗传图，我也是背下来的，因为都差不多，换一下字母基本就可以套用，就算一点小区别，稍微想一下也是可以反应过来的，所以生物就是要来来回回的反复翻读课本，认真理解，等到书上的任何一个概念你都没有模糊不清的感觉了，那你在生物上就成功了，选修题的策略跟化学一样，但不能太固执，因为生物的选修会有那么一两空非常的变态，分就是不给你，也别非要想着拿了，大不了哥这两分不要了，到前面检查哥的物理去，是不是。

>高三高考总结篇7

1.学业实力水平

学业实力水平是指小学六年、初中三年、高中三年的知识素养积累。一个学生的“现在”已被“过去”决定或基本决定，这已为高考前的历次模拟测验成绩说明。学业实力水平一般者高考若能超长发挥则会获得较满意的成绩，但这样的现象极少;若失常发挥，将是“雪上加霜”。

2.学习态度

学习态度分自觉型、兴趣型、被动型、强迫型四种。前两种的基本表现为：主动、积极、认真、刻苦、喜欢、热情;后两种的基本表现为：被动、消极、应付、马虎、厌恶、冷漠。勤奋是学习态度端正的主要体现，勤奋是成就学习与事业的源泉。

3.思维能力

人有九种能力：言语能力、空间能力、数理逻辑能力、音乐能力、运动能力、人际能力、自知能力、自然感知能力、对精神和存在的思索能力。

每一种能力都是独立存在的，并与相应的脑区域联系。每个人都有不同的智力特点、不同的优势领域。呈现着明显的个性化特征。按照“多元智力理论”的描述，对于世界上的每一个人来说，不存在谁更聪明的问题，只存在不同的个体各自在哪些方面聪明以及把他的聪明是否实现的问题。

目前的学校教育主要突出、强调、培养了语言能力和数理逻辑能力，高考(主要是文化课考试)也基本局限于这两种能力的考察。

4.记忆能力

记忆能力极强的同学一般来说成绩不会很差，成绩很差的同学记忆能力不会很强，记忆能力强可以说是获取理想成绩的必要条件。

心理学家的研究表明，在某一学科中知道的越多，在该学科中的学习和记忆能力就会比较好，丰富的知识可以促进记忆成绩的提高。因为在大脑中信息存储的越完备(即拥有较大的知识库)，就越容易被激活或进入意识状态而快速直接的提取、应用。

5.自主学习能力

毫无疑问，一个高考优秀生的自主意识是非常重要的，包括自主计划、自主学习、自主探究、自主分析反思(包括阶段学后反思、练后反思和考后反思)、自主纠错、自主调控、自主查缺补漏等。

6.学习习惯

一个高中生学习成绩的好坏实质上是由习惯的好坏决定的，好的学习习惯没有养成，自主学习能力的培养便无从谈起。不愿及时复习、反思，学习无有效计划，边学边玩，依赖手机、网络，不会利用零星时间，懒散等，都属于没有养成良好学习习惯的表现。

高考优秀生不一定智商是的，但学习习惯和考试习惯一定是的。另外，重视细节往往也是多拿分的重要因素。聪明的学生，思维比较活跃，但往往忽视考试细节或者是粗心大意，结果在这方面丢分。另外，卷面整洁，书写美观也是多拿分的重要保证。可以肯定的一点是：这些高考优秀生的书写和卷面都是不错的。

7.学习计划

计划是确保学习任务的重要前提，落实是最重要的关键。科学、周密的学习计划，不但可以促使自己有效学习，更重要的是当你完成学习计划时，往往会给自己一种充实感和成就感。

8.学科平衡

他们在总结自己高考成功的经验时，都说自己其实并非特别聪明。但毫无疑问的是，基础知识往往比其他同学更加牢固，在基础题上基本上都是拿满分的，而这一点往往是一般的考生做不到的。学科平衡是另一个重要的保证，因为只有学科平衡，总分才能上去。

9.学校、班级的学习氛围

学校教育环境是影响学生高考成绩的重要因素。重点中学、生源较好的高中一般来说占据着优质的教育资源，教师水平普遍较高，教风正、学风浓，学生较容易考取比较高的分数。普通中学(特别是经济文化欠发达地区的)往往在学校管理上相对松弛，有时还会出现诸多管理漏洞，则很难提升考生的平均成绩。

10.教师教学指导

教师的专业素质、学养水平、教学艺术、指导方法、复习计划(备考方略)、经验、责任心等对考生成绩有直接影响。

在第一轮复习中，部分学生，尤其是一些自以为聪明、比较有个性的学生，往往喜欢自己搞一套，不听从老师的建议或安排，结果到后期才发现不对路，但已经积重难返，回头太难，后悔莫及。事实上，高三老师一般都是具备了多年备考经验的优秀老师，学生毕竟是第一次上高三，很多问题都是未知数，所以还是要尊重老师，同步推进为上。

11.人际关系

在复习、应考期间，考生能否处理好与教师、同学、朋友、家长四方面的人际关系意义重大。如果与他人发生人际关系纠纷与矛盾，如吵架甚至打架，这种恶性刺激将严重的破坏考前、考中的情绪稳定，酿成沮丧、愤怒、忧惧心态。

到了高三或临近高考，在与异性同学交往时要有礼有节、合乎规范，在这个问题上不想入非非，也不要企图以所谓的情感来“慰藉”彼此失望、空虚、无聊、压抑的心灵，否则将极大冲击考试应具备的专注心态。

12.心理压力

高考生的心理压力来自多个方面：学校、家庭、社会、自身。考生要对父母、教师的迫切心情、良好愿望正确理解、正确对待，在此基础上根据自身实际情况作出恰当的估计，客观评价自己，淡化竞争意识，定出切实可行的目标，或稍稍降低自己的“期望值”。

降低“期望值”则能降低过重的心理压力，反而有利于临场应试，考出好成绩，有了好成绩则不愁上不了自己心仪的大学(如果志愿填报无误的话)。

13.是否自信

一般来说，少自卑者多自信，不自信者多自卑。有信心者可以从绝望中寻找到希望，太自卑者往往把希望的火苗掐灭，很多学生的自卑感，多半是由一次次的考试失败造成。高考前夕，不太自信的学生需要回忆以往成功愉快的学习与考试体验，回忆以往做事成功的景象和心情，回忆因成功而受到表扬和奖励后的愉悦感受，这样就可以增强自信心，安然通过考试。

14.焦虑程度

高考生的焦虑主要来源于“四个担心”：

(1)担心考糟了他人对自己的评价低;

(2)担心自我形象受损;

(3)担心未来前途暗淡与人生发展设计无法实现;

(4)担心对考试准备不足。

心理学研究显示，过强或过弱的焦虑都会影响到考试成绩。

15.心理调节

研究表明，考试中的心态在高考中的作用名列第一位，考试前的心态在高考中的作用名列第二位，学习方法在高考中的作用名列第三，学习基础在高考中的作用名列第四。

由此可见，学会心理调节对一个考生来说是多么重要。

考前、考场良好的心态：乐观、豁达、平和、平常心、沉着、冷静、从容、集中注意、聚精会神、情绪饱满、细心。

不良心态：过度焦虑、烦躁、压抑、忧郁、苦闷、厌倦、散漫、不在乎、过于紧张、怀疑、恐惧、患得患失。

16.身体状态

身体是确保有效学习的关键，没有良好的身体素质，就没有一切。身体不好，就无法应付大容量、高密度的复习备考节奏。为此，必须保持正常的身体锻炼，每天至少腾出30分钟的时间来进行适度的身体锻炼，以便及时调整状态，平衡身心，始终以的状态投入到高考备考中。

17.家庭教育

勤奋、细心、毅力、意志、为人、情绪控制、心理稳定、吃苦精神，良好学习生活习惯等，这些都是家庭教育的首要内容与重心所在，家长不能忽视。

家庭教育与学校教育的协同性如何，是影响学生学业成绩的又一个非常重要的变量。家长需要限度地增强与学校教育的一致性、协调性。

18.没有不合理的理念

将错误的认知不断内化就会铸就“不合理的理念”，会长期处于不良的情绪状态之中，最终会导致情绪障碍及消极结果的产生。

常见的“不合理信念”有：

“高考失败是人生最彻底的失败”，这一不合理信念对高考生有恶劣影响，与之相对的，是社会上流行的“读书无用”这一极端错误的信念;

“只要学习努力，就一定能考出好成绩”，这是许多学生、家长、教师所共有的。但实际情况是：成功不一定属于努力者，但失败肯定属于不努力者;

“你不是读书的料!”这一理念若被自己的孩子接受领纳，就极有可能转化为孩子自己的另一种理念——“我本来就比别人笨，怎么努力也不行”;

“失败是成功之母”也是值得商讨的一个判断，它只有在“激励”“鼓舞”“鞭策”的层面上才具有一定的合理性，因为它是要一个人学会自我安慰、容忍挫折、悦纳自己、满怀信心、发奋图强、争取成功。若畏难而下、怯步而止，“失败也是失败之母”。

19.思想进步，品质优良，积极进取，关注社会

高考不光考查单纯的文化知识，同时也考学生的情感态度和价值观，这一点在语文作文、英语书面表达以及文综的考试中都会涉及到学生的人生观、价值观、世界观、如何认识自己，如何看待别人，如何看待社会、如何看待生态环境等方面的话题，所以要求学生平时要多关心时政，了解社会，走进真实的生活，关注国情等。

20.理想远大，胸怀广阔，目标清晰，动力十足

目标是动力，目标是导航。没有目标，就无法激发动力和保持持久而又稳定的学习热情。目标确定要早，更要符合个人的实际情况。起点不能过低，既有终级目标，更要有中期目标和近期目标。从近期目标开始，一步一个台阶，最终就有希望实现自己的终极理想目标。

考上重点大学是每个高中生多年奋斗的目标，也几乎是所有家长共同的期待。但背后影响学生高考成绩的因素是多方面的，有显性的、隐性的、知识的、能力的、单项的、综合的、主体的、主体外的、个性的、共性的等等。

学生的学业成绩、高考成绩是一个系统因素综合作用的必然结果。小编坚信，有一定的智力，有学习的兴趣，有强健的体魄，有过硬的心理素质，幸遇上好的老师，外界能提供一个良好的学习环境(经济的、家庭的、生活的)，理想的高考成绩是不难取得的。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！