

最新高三物理备考总结 高三物理复习备考计划(大全5篇)

写总结最重要的一点就是要把每一个要点写清楚，写明白，实事求是。那么，我们该怎么写总结呢？这里给大家分享一些最新的总结书范文，方便大家学习。

高三物理备考总结篇一

一、学情分析与阶段目标

大部分同学对物理学习有兴趣，学习也刻苦努力，但物理就是学不好，这部分同学显然没有掌握适合物理学科特点的科学的学习方法——不会学物理。高中物理的研究对象已经从“实物”上升到“模型”，过程从单一到复杂，一定的物理过程对应一定的分析。如在解题时，必须找出各种物理状态及其对应的物理量、临界状态及纽带作用的因素，分析关系，再解决问题。故物理思维和物理方法是凝结在物理知识后面的灵魂。物理概念和规律的建立和表达，本来就是一个科学方法的具体应用过程。如分析和解决物理问题的一般步骤是：“建立物理图景——建立模型——数学处理”其中每一个步骤，都是一种物理方法的具本应用。只有逐步掌握思维和方法，才能克服困难学好物理。调查中发现，有42.8%的同学没有良好的学习习惯。造成高中物理学习困难的主要原因，除了智力因素，基础的不足等，养成良好的物理学习习惯也是至关重要的。习惯是经过反复练习逐步养成的不需要去努力和监督的自动化行为模式。习惯有好坏之分。比如，学生把大量时间化在题海上机械重复，思维只停留在表层，缺乏深入思考，而物理恰需要深入思考，只有对概念规律贯通领会，才能举一反三。又如，有很多同学认为预复习是浪费时间，调查发现43%的同学仅凭兴致偶尔预习一下，至于课

后，很多人认为作业就是复习。调查还发现，很少有同学自觉在上课记笔记，老师强调则偶尔动一下笔。物理学习是在特定的物理情境中，通过物理知识的学习培养物理思维，掌握方法，进一步提高科学素养的一个过程。而物理思维和方法等，又是以物理知识为载体，隐藏在物理知识后面的，所以学习习惯的好坏将直接影响学习的效果。因此，第一轮复习要注意让学生多动手，多动脑，勤思考；老师要注意备教法，备学法，备学情，引导学生学会分析和解决物理问题的一般步骤：“建立物理图景——建立模型——数学处理”边审题边画草图的习惯。

二、复习策略

1. 教师尤其要注重加强学生对物理基本功的训练。这种基本功应包括：对物理概念和规律的熟练记忆和透彻的理解；对头脑里已形成的正确知识能够与习题有机地结合，即把握和运用知识的能力；严密的逻辑思维。而要做好这些，教师首先就要持一种稳扎稳打的态度，不能“急功近利”。学习是一项系统性的工程。

2. 注重培养学生的分析能力、对物理过程的条理性剖析能力，注意重在方法引导。把做习题的目的着眼于对知识的巩固、对方法的总结和分析能力的提高上。对学生做过的每一道习题，最后都应归结到：本题考查的是什么知识点，运用了什么样的物理思维方法。即注重还原物理知识和物理思维的本来面目。

3. 重视物理教学中数学思维的培养以及数学运算能力的训练。

简化为我们熟悉的一个或几个简单的模型，都可用我们掌握的基础知识一步一步解出来的。只要有足够的信心和扎实的基础知识，心平气和一步步分析，就一定能接近并达到最后结果。有了信心，学习才有动力，坚定信心，学习才能成功。

三、具体措施

1. 重视物理概念的学习：物理概念和物理规律是整个物理学的基础。“重规律、轻概念”是学物理的通病。不少同学认为概念是名词解释，学习概念就是背下定义，理解也仅留在字面上。他们常常忽视了概念学习在物理学习中的基石作用，忽视了包含于其中的科学思想和方法，更谈不上通过概念学习培养自己的能力。其实，物理概念是以事实为基础，通过观察和实验之后概括和抽象得出的。以物理概念为基础，结合观察、实验、想象和数学推理，用一定的语言逻辑和数学逻辑表达出物理概念之间的关系，从而形成规律。故物理概念既是构建知识的基础，又是物理思维的基础，更是物理规律的基础。物理学习困难生，在学习上出现的问题大多源于概念不清。概念掌握不好，就无法根据题意运用规律去解决问题。

《高三物理复习备考计划》全文内容当前网页未完全显示，
剩余内容请访问下一页查看。

2. 重视物理方法的提炼：学习物理，练习宜精不在多，关键在于明确做练习的目的。从练习中体会概念和规律的应用，明确物理问题的解题思路，掌握一些基本的分析方法。因此，在高中物理学习中要重视物理方法的提炼和运用。学生不仅要知道有哪些方法，关键是能够灵活运用这些方法。首先，在基本概念和基本规律的学习中渗透学习方法。要弄清楚概念的内涵外延、来龙去脉，掌握规律的表达形式，各物理量意义单位、规律的适用条件、概念规律的区别和联系，理清知识脉络，形成知识体系。其次，遇到物理问题，一定要先读懂问题中的物理状态、物理过程和情境，找出起主要作用的因素及有关条件，然后再根据所遵守物理规律进行处理。下面为一个分析物理问题的大致思路：在上面过程的处理方法中，学生对实物模型和运动状态模型的建立是关键的，为正确选择规律指明方向。

3. 重视物理思维的培养：学习高中物理一定要根据直观形象的物理情景，锻炼自己的思维能力。首先，注意在实验中锻炼自己的思维。实验直观、形象，体现物理规律，是突破教学难点的手段，是激发、启迪思维的良好载体。学生要认真做学生实验和课后小实验，促进形象思维向抽象思维过渡。其次，直观教学受生活常识、思维定势影响，会干扰学生对物理本质的认识，形成思维障碍。因此，学习新知识时，要尽力去经历知识的形成过程，强化知识对比，理解知识本质，掌握知识运用的条件和范围，在分析对比过程中体验、感悟并抽象概括。

4. 养成自主阅读教材的习惯：教材是学习物理的基本依据，是获取知识的重要途径之

一。物理教材中既有现象的描述，又有对现象定性定量的分析；既有作解释说明的文字语言，又有数字语言，还有插图、照片和图象构成的图象语言。正是由于教材的特殊性，故要求学生自主阅读教材。可以说，高中物理的所有问题，包括高考、竞赛，都可以在教材上找到现成的答案或相似的借鉴。阅读教材，不仅要看结论，还要看推导过程；不仅看例题解法，还要看解题提示和题后小结及拓展与延伸。方法上，可预习看；可先练后看，以练促看；可看、讲、练结合；可先听后看，减少、扫除看的障碍；可先议后看，提高兴致和效率。

烙下难以磨灭的印记，这也是动态生成的课堂。很多同学反映，参与学习过程的热烈讨论甚至激烈的争议，对知识和方法的记忆是最为深刻的，对问题进行讨论总结，也有助于培养终生探索的习惯和乐趣。

6. 养成反思学习的习惯：学习物理离不开解题。学生在解题中，碰到一道题，往往靠生活印象的直观去作答，首先想到的是这道题我是否做过，和我平时解的哪道题一样，也不管题有没有变，从而造成错误。就其原因，还是缺乏练习后的

反思的习惯。反思是对自己的思维过程、思维结果进行再认识的检验过程，是进一步深化、整理和提高的过程，也是一种再发现和再创造的过程。它是学习中不可缺少的重要环节。当代建构主义学说认为，学习不是被动的接受，不是单纯地复制与同化；它要求学生在活动中进行建构，要求学生对自己的活动过程不断地进行反省、抽象和概括。显然，学习中的反思如同生物体消化食物和吸收养分一样，是别人无法代替的。因此，在高中物理学习中，学生教师应该重视自己的反思学习，并积极创造反思条件，自觉反思。但是，目前，在物理教学实践中，反思学习这一环节比较薄弱。其中的主要原因是教师在教学中偏重于知识容量，很少要求学生反思学习过程，也不给学生以反思技能的指导和训练，学生也很少自觉地进行反思。这使得中学生反思学习能力的发展远远地落后于其它心理能力的发展。由于物理很多内容的抽象性和物理学习的计划性、逻辑性和程序性，反思学习能力水平的高低，将直接影响学生物理思维能力的发展和物理学习质量的提高。因此，把学生反思学习能力的培养放在一个重要的位置，充分发挥学生学习的主体作用，促使学生由被动反思转为主动反思，由不会反思变为善于反思，是学生物理学习的燃眉之急。

《高三物理复习备考计划》全文内容当前网页未完全显示，
剩余内容请访问下一页查看。

四、具体安排

时 间

2017 . 4 □ 23 -----30 □

2017 . 5 □ 1 ----- 6 □

2017 . 5 □ 7 -----14 □

2017 . 5 □15 -----22 □

2017 . 5 □23 -----30 □

2017 . 6 □ 1 -----5 □

2017 . 6 □ 6 -----13 □

2017 . 6 □14 ---24 □ 2017 . 7 □ 9 -----13 □

内 容

2017 . 7 □13 -----17 □

2017 . 7 □18 -----22 □

2017 . 7 □23 -----27 □

2017 . 8 □10 ----14 □ 2017 . 8 □15 -----19 □

2017 . 8 □20 -----24 □

2017 . 8 □25 -----29 □ 2017 . 9 □ 1 ---- 9 □ 2017 . 9 □10 -----
-17 □

2017 . 9 □18 -----25 □

2017 . 9 □26 -----30 □ 2017 . 10□ 1 -----3 □ 2017 . 10□ 4 ---
---11 □

2017 . 10□12 -----19 □

2017 . 10□20 -----27 □

2017 . 10□28 -----30 □ 2017 . 11□ 1 ----- 4 □ 2017 . 11□ 5 --
----12 □

2017 . 11□13 -----20 □

2017 . 11□21 ----24 □ 2017 . 11□25 -----28 □ 2017 . 11□29 -
-----30 □

第8讲 运动的合成与分解 第9讲 抛体运动 第10讲 圆周运动

第28讲 电磁感应中的图象和电路问题 专题9 电磁感应与力
学的综合

2017 . 12□ 1 ----- 7 □

2017 . 12□ 8 -----15 □ 2017 . 12□16 -----30 □ 2017 . 1□ 1 ---
---14 □

3节 3节 3节 12节 12节

一、学情分析与阶段目标

大部分同学对物理学习有兴趣，学习也刻苦努力，但物理就是学不好，这部分同学显然没有掌握适合物理学科特点的科学的学习方法——不会学物理。高中物理的‘研究对象已经从“实物”上升到“模型”，过程从单一到复杂，一定的物理过程对应一定的分析。如在解题时，必须找出各种物理状态及其对应的物理量、临界状态及纽带作用的因素，分析关系，再解决问题。故物理思维和物理方法是凝结在物理知识后面的灵魂。物理概念和规律的建立和表达，本来就是一个科学方法的具体应用过程。如分析和解决物理问题的一般步骤是：“建立物理图景——建立模型——数学处理”其中每一个步骤，都是一种物理方法的具本应用。只有逐步掌握思维和方法，才能克服困难学好物理。调查中发现，有42.8%的

同学没有良好的学习习惯。造成高中物理学习困难的主要原因，除了智力因素，基础的不足等，养成良好的物理学习习惯也是至关重要的。习惯是经过反复练习逐步养成的不需要去努力和监督的自动化行为模式。习惯有好坏之分。比如，学生把大量时间化在题海上机械重复，思维只停留在表层，缺乏深入思考，而物理恰需要深入思考，只有对概念规律贯通领会，才能举一反三。又如，有很多同学认为预复习是浪费时间，调查发现43%的同学仅凭兴致偶尔预习一下，至于课后，很多人认为作业就是复习。调查还发现，很少有同学自觉在上课记笔记，老师强调则偶尔动一下笔。物理学习是在特定的物理情境中，通过物理知识的学习培养物理思维，掌握方法，进一步提高科学素养的一个过程。而物理思维和方法等，又是以物理知识为载体，隐藏在物理知识后面的，所以学习习惯的好坏将直接影响学习的效果。因此，第一轮复习要注意让学生多动手，多动脑，勤思考；老师要注意备教法，备学法，备学情，引导学生学会分析和解决物理问题的一般步骤：“建立物理图景——建立模型——数学处理”边审题边画草图的习惯。

二、复习策略

1. 教师尤其要注重加强学生对物理基本功的训练。这种基本功应包括：对物理概念和规律的熟练记忆和透撤的理解；对头脑里已形成的正确知识能够与习题有机地结合，即把握和运用知识的能力；严密的逻辑思维。而要做好这些，教师首先就要持一种稳扎稳打的态度，不能“急功近利”。学习是一项系统性的工程。

2. 注重培养学生的分析能力、对物理过程的条理性剖析能力，注意重在方法引导。把做习题的目的着眼于对知识的巩固、对方法的总结和分析能力的提高上。对学生做过的每一道习题，最后都应归结到：本题考查的是什么知识点，运用了什么样的物理思维方法。即注重还原物理知识和物理思维的本来面目。

3. 重视物理教学中数学思维的培养以及数学运算能力的训练。

中积累正确的分析物理的方法，从较低层次开始，经多次反复，循序渐进地使知识扩展和加深，这样能力也得到提高。其次要树立信心。物理学习的目的是通过掌握知识来培养思维和研究方法，提高科学素养。物理学习过程，需要从分析单一的物理过程转向会分析复杂的过程，要将研究实实在在的物体转变为特定的物理情景中物理模型。这是复杂的过程，遇到困难是很正常的，关键是不能知难而退，应树立起克服困难的信心。任何深渊的题目，都可以简化为我们熟悉的一个或几个简单的模型，都可用我们掌握的基础知识一步一步解出来的。只要有足够的信心和扎实的基础知识，心平气和一步步分析，就一定能接近并达到最后结果。有了信心，学习才有动力，坚定信心，学习才能成功。

三、具体措施

1. 重视物理概念的学习：物理概念和物理规律是整个物理学的基础。“重规律、轻概念”是学物理的通病。不少同学认为概念是名词解释，学习概念就是背下定义，理解也仅留在字面上。他们常常忽视了概念学习在物理学习中的基石作用，忽视了包含于其中的科学思想和方法，更谈不上通过概念学习培养自己的能力。其实，物理概念是以事实为基础，通过观察和实验之后概括和抽象得出的。以物理概念为基础，结合观察、实验、想象和数学推理，用一定的语言逻辑和数学逻辑表达出物理概念之间的关系，从而形成规律。故物理概念既是构建知识的基础，又是物理思维的基础，更是物理规律的基础。物理学习困难生，在学习上出现的问题大多源于概念不清。概念掌握不好，就无法根据题意运用规律去解决问题。

2. 重视物理方法的提炼：学习物理，练习宜精不在多，关键在于明确做练习的目的。从练习中体会概念和规律的应用，明确物理问题的解题思路，掌握一些基本的分析方法。因此，

在高中物理学习中要重视物理方法的提炼和运用。学生不仅要知道有哪些方法，关键是能够灵活运用这些方法。首先，在基本概念和基本规律的学习中渗透学习方法。要弄清楚概念的内涵外延、来龙去脉，掌握规律的表达形式，各物理量意义单位、规律的适用条件、概念规律的区别和联系，理清知识脉络，形成知识体系。其次，遇到物理问题，一定要先读懂问题中的物理状态、物理过程和情境，找出起主要作用的因素及有关条件，然后再根据所遵守物理规律进行处理。下面为一个分析物理问题的大致思路：在上面过程的处理方法中，学生对实物模型和运动状态模型的建立是关键，为正确选择规律指明方向。

3. 重视物理思维的培养：学习高中物理一定要根据直观形象的物理情景，锻炼自己的思维能力。首先，注意在实验中锻炼自己的思维。实验直观、形象，体现物理规律，是突破教学难点的手段，是激发、启迪思维的良好载体。学生要认真做学生实验和课后小实验，促进形象思维向抽象思维过渡。其次，直观教学受生活常识、思维定势影响，会干扰学生对物理本质的认识，形成思维障碍。因此，学习新知识时，要尽力去经历知识的形成过程，强化知识对比，理解知识本质，掌握知识运用的条件和范围，在分析对比过程中体验、感悟并抽象概括。

4. 养成自主阅读教材的习惯：教材是学习物理的基本依据，是获取知识的重要途径之

又有数字语言，还有插图、照片和图象构成的图象语言。正是由于教材的特殊性，故要求学生自主阅读教材。可以说，高中物理的所有问题，包括高考、竞赛，都可以在教材上找到现成的答案或相似的借鉴。阅读教材，不仅要看结论，还要看推导过程；不仅看例题解法，还要看解题提示和题后小结及拓展与延伸。方法上，可预习看；可先练后看，以练促看；可看、讲、练结合；可先听后看，减少、扫除看的障碍；可先议后看，提高兴致和效率。

5. 养成有效参与教学探讨的习惯：物理学习过程是充满问题的过程。探讨解决问题是培养学生对物理学科兴趣、激发动机的有效手段，有利于发展学生的思维能力，培养良好的科学作风和科学态度。学生不是盛知识的容器，讲而听、读而记、做而看的被动局面，扼杀了学生的创造力，扼杀了学习的积极性和自主性。在新课程理念下，学生应参与一系列物理活动，在参与物理问题探究过程中，主动地感受到自己潜在的力量。在教师创设的宽松、愉快的教学情景下，学生大胆提问主动思考，从而实现了对教学内容的充分咀嚼，彻底剖析物理知识。只有这样的参与，亲自经历，尽情感受物理课的浓浓的探索味，这将在学生的脑海中烙下难以磨灭的印记，这也是动态生成的课堂。很多同学反映，参与学习过程的热烈讨论甚至激烈的争议，对知识和方法的记忆是最为深刻的，对问题进行讨论总结，也有助于培养终生探索的习惯和乐趣。

6. 养成反思学习的习惯：学习物理离不开解题。学生在解题中，碰到一道题，往往靠生活印象的直观去作答，首先想到的是这道题我是否做过，和我平时解的哪道题一样，也不管题有没有变，从而造成错误。就其原因，还是缺乏练习后的反思的习惯。反思是对自己的思维过程、思维结果进行再认识的检验过程，是进一步深化、整理和提高的过程，也是一种再发现和再创造的过程。它是学习中不可缺少的重要环节。当代建构主义学说认为，学习不是被动的接受，不是单纯地复制与同化；它要求学生在活动中进行建构，要求学生对自己的活动过程不断地进行反省、抽象和概括。显然，学习中的反思如同生物体消化食物和吸收养分一样，是别人无法代替的。因此，在高中物理学习中，学生教师应该重视自己的反思学习，并积极创造反思条件，自觉反思。但是，目前，在物理教学实践中，反思学习这一环节比较薄弱。其中的主要原因是教师在教学中偏重于知识容量，很少要求学生反思学习过程，也不给学生以反思技能的指导和训练，学生也很少自觉地进行反思。这使得中学生反思学习能力的发展远远地落后于其它心理能力的发展。由于物理很多内容的抽象性和物理学习的计划性、逻辑性和程序性，反思学习能力水平

的高低，将直接影响学生物理思维能力的发展和物理学习质量的提高。因此，把学生反思学习能力的培养放在一个重要的位置，充分发挥学生学习的主体作用，促使学生由被动反思转为主动反思，由不会反思变为善于反思，是学生物理学习的燃眉之急。

四、具体安排

时 间

2017 .8 □16 -----22□

2017 . 9 □1 -----6□

2017 . 9 □7 ----- 13□

2017 . 9 □ 14 -----20□

2017 . 9 □21-----27□

2017 . 10 □28 -----4□

2017 . 10 □19 ---25 □

2017 . 10 □ 26 -----1 □

2017 . 11 □2 -----8 □

2017 . 11 □9 -----15 □

2017 . 11 □16 -----22 □

2017 .11□23 ----29 □

2017 . 12□30-----6 □

2017 . 12□7 -----13 □

2017 . 12□14 -----20 □

2017 . 12 □ 21 ---- 27 □

2017 . 1 □28 -----3 □

2017 . 1 □4 -----10 □

2017 . 1 □11 -----17 □

2017 . 1 □18 -----24 □

2017 . 1 □24-----30 □

高三物理备考总结篇二

高三是每个学生走向大学敲定自己专业方向的关键时期，而物理则是众多理科专业的必修课程之一。在这个时期，随着高考的临近，对物理复习的要求也越来越高。掌握好物理知识，不仅能够在高考中获得更好的成绩，更重要的是可以在专业课程中赢得更多的机会。在这个复习备考的过程中，一个好的心态起着举足轻重的作用。

第二段：如何制定高效的复习计划

物理的考试往往需要考生有一定的逻辑能力和思维操作能力，因此我们在进行物理复习备考时，应该制定一个高效的复习计划。首先，我们需要按照自己的学习进度和能力，合理安排复习时间，有针对性地进行知识点的学习。其次，我们需

要通过多种渠道，如看书、看视频、做题等方式进行补充学习，尽量多方位深入了解所学知识点，提升自己的巩固能力。最后，我们可以利用集体学习的时间，与同学们一起互相学习、讨论并互相监督，达到共同进步的效果。

第三段：如何应对物理考试中出现的难点

物理学习难度较大，经常会出现一些较难的知识点和难题。在这个时候，我们需要有一些应对策略，以保证我们顺利应对物理考试。首先，我们应该在平时积极刷题，多做习题集上的难题，锻炼自己的思维能力。其次，我们应该积极与老师和同学交流，多获得他们的启发，有一个更快、更好地解决困难的路径。最后，我们应该注意深层次思考，在复习中做到思路清晰、步骤有序、逻辑严密，从而提高我们对难点的解题能力。

第四段：如何正确选择物理考试题型

在物理考试时，不同人有不同的特点和适应性，因此合适的选择题型也非常重要。首先，我们应该熟悉考试要求，了解自己的复习情况，选择适合自己的题型。其次，我们可以通过做题集或者模拟试卷来了解题型的大体分布、题目数量和难度，做好心理准备，更好地应对真实考试。最后，我们应该根据题型的特点，练习模拟考试，提高我们的解题速度和答题质量。

第五段：如何在考试中保持好的心态

在考试中，心态是至关重要的。一颗平静自如、大气稳定的心态，对于解题大有裨益。急躁、紧张、焦虑、烦躁等负面情绪，往往会干扰我们的注意力和思维，甚至会导致考试失利。因此，我们应该提前练习自我控制心情的能力，在考试前采取相应的调整，让自己保持好的心态。可以通过深呼吸、保持冷静、合理休息、坚信自己能够搞好考试等方式达到调

整自己心态的效果。

高三物理备考总结篇三

高三是人生中的一个重要的阶段，这个阶段的结束意味着我们要面临更加艰巨的挑战，以及更加庞大的责任。在这个阶段，我们需要面对严峻的考试，其中物理考试也是我们必须要备考的重要学科之一。

一、规划学习时间和方式

在备考高三物理时，首先要做的就是制定一个合理的学习计划，合理规划自己的时间和学习方式。我们可以通过建立一个详细的复习计划表，来让自己更好地掌握备考时间，同时也可以通过找到最适合自己的学习方式，来提高效率和质量。

二、抓紧时间集中复习

复习期间时间用来学习的机会是极为珍贵的，因此我们需要充分利用有限的复习时间来更好地准备考试。应该尽量避免无意义的浪费时间，而是要充分利用时间去复习和练习。例如，利用空余时间随时复习笔记或做练习题，避免时间的浪费。

三、重视基础知识

学习知识的深度和广度也是考试中的一个重要指标。因此，备考期间一定要耐心仔细地在基础知识上下功夫，掌握好基础。要练习数量众多，涵盖全面的习题，在重要的知识点上形成较强的应用能力和分析能力。

四、坚持不放弃

在高三备考中会遇到各种问题，例如：对某知识的掌握不到

位，做题方法不正确等等。但是，我们要知道没有一条路是一帆风顺的，因此，在遇到问题时，不要轻易放弃，要反复练习和思考这个问题，最终找到解决之法。

五、积极面对压力

高三备考期间的压力自然是非常大的。因此，我们要适应压力，并通过正确的调节方法减轻压力。学习沉着冷静，不要对自己过度的期望，要逐渐提升自己的自信心，同时可以寻求家人和老师的帮助和鼓励。

高三物理的备考，也是一个考验体力、智力及毅力的过程，希望同学们能够以上述的几点为基础，掌握备考的正确方法，从而在考试中取得更好的成绩，迈向更加美好的未来。

高三物理备考总结篇四

近几年的高考，集中体现了“稳中求变，变中求新，新中求活，活中求能”的特点，进一步深化能力立意，重基础，出活题，考素质，考能力的命题指导思想，因此，在第一轮复习中我们坚持贯彻落实“全面、系统、扎实、灵活、创新”的总体指导思想。

根据这个指导思想，第一轮重点是“三基”（基础知识、基本技能、基本方法）复习，目标是全面、扎实、系统、灵活。学生要掌握好复习课本重要例题所蕴含的物理思想方法。在第一轮复习中，学生学习的重心要放在“三基”，千万不要脱离这个目标；其次复习要求学生跟着老师或者略超前于老师的进度（成绩好的同学应该有两条复习路线，一条是跟着老师走，另外一条是自己制定的复习计划）。最后在复习中一定要提高效率即掌握好90%以上的知识点。

二、复习的原则

1. 夯实基础

物理中的基本概念、定义、公式及物理中一些隐含的知识点，基本的解题思想和方法，是第一轮复习的重点。近些年来，我们都看到了高考的改革方向和力度，那就是以基础知识为主，突出能力和素质的考查。因此，复习过程要严格按照考纲要求，对需要掌握的知识进行梳理和强化应用。

2. 立足教材

整合知识，夯实基础，应以课本为主，同时借助资料，要把各节知识点进行整理，各章知识点形成知识体系，充分利用图表，填空等形式，构建知识网络，形成几条线。

课本是高考试题的源头，基础知识是能力提高的根本。高考试题年年有变，但考题就来源于课本的原题或变式题，没有偏题、怪题，试题注重通性通法，淡化特殊技巧，体现了对基本知识和基本概念的考查。复习中我们重视教材的基础作用和示范作用，注意挖掘课本习题的复习功能，加强知识点覆盖的同时注意知识的综合，以《考试说明》为根本，弄清高考知识点及其对基础知识和基本能力的要求，重视基本方法的训练。通过一轮复习，做到基本概念、基本题型和基本方法熟练掌握。

3. 以学生为主

不重视物理的阅读理解 and 物理语言表达的规范性，这是很多学生的不良习惯。在第一轮复习中，我们老师要严格要求学生自主养成良好的学习习惯，例如，认真仔细阅读题目，规范解题格式，主动对知识、方法进行归纳、概括、总结等，力争培养出学生会做，能得满分的良好习惯。课上不仅要听懂更重要的要理解好，所谓理解就是听了老师的一段讲解，看了老师的一个解题过程，要把他提炼、升华成理性认识，在头脑中，应该存下老师讲解的这一段知识和解答的这道

题，他所体现出来的规律性的东西。当你遇到新问题、新试题的时候，你应该拿着这个规律去面对它，这样的话，你就可以把老师讲解的东西很自然地、流畅地用在你的解题里，这就是所谓通过理解，通过顿悟来学习物理。那么高中物理百分之六七十分的成分是要靠着这种方式进行学习的。

三、注重反思教学，逐步培养学生走向理性思维。

高中毕业班的学生，解的题目并不少，但是不少的学生实际水平的提高却较为缓慢，应变能力不强。究其原因：一方面，部分教师的解题教学仅仅停留在让学生知其然的地步，缺乏知其所以然的精辟分析和画龙点睛的点拨和总结，对学生在课堂上缺乏在方法上进行解题反思的指导；另一方面，多数学生课后解题是为了完成作业或追求量的积累，缺乏解题反思的习惯，因而对解题过程的认识仍处于感性阶段，没有促成质的转变。所以教师在课堂教学中应合理进行反思教学，把学生的思维从感性引向理性。

(1)反思一题多解，领会发散思想。由于每位学生思维的角度、方式、水平等方面的差异，因而学生的解答往往呈多样化，这时教师就必须充分挖掘利用，并通过反思加以提炼，以领悟各学科思想特点，培养学生思维的发散性。“一题多解”是培养思维多样性的一种重要途径，采用多种解题方法解决同一个实际问题的教学方法，它有利于培养学生辩证思维能力，加深对概念、规律的理解和应用，提高学生的应变能力，启迪学生的发散性思维。通过同种解法的展开、比较、反思，能促进知识迁移，并达到举一反三、触类旁通的效果。能提高学生思维的深刻性和广阔性，使各种层次的学生对该学科的思想方法有不同程度的领悟，从而提高了高三学生的复习效率和运用知识的能力。

(2)反思一题多变，培养学生探究能力。“一题多变”是从多角度、多方位对例题进行变化，引出一系列与本例题相关的题目，形成多变导向，使知识进一步精化的教学方法，一题

多变的提问主要在习题课中进行。在物理学科中通过模型内已知条件和未知条件之间的相互转换等变式，一题多变的系列提问，使学生的思维变得活跃、发散，达到一题多练的效果，还能将形似神不似的题目并列在一起比较，求同存异，还能培养学生条件转换，设问置疑、探究因果、主动参与、积极思考的好习惯，也能避免学生盲目做大量的练习而效果差的现象，减轻了学生的课业负担。

总之在高三第一轮复习中，既要注意构建巩固每个知识板块及他们的联系，同时也应该注处理好“源”与“本”的联系，例、习题的安排应源于课本并高于课本，由点串线，由线组面，形成知识网络结构。另一方面，在复习中应紧密和把基本知识和生活背景、社会现实，特别是将理论知识和生活实际结合起来加以运用，常用常新，提高复习的效率和知识的运用能力。

四、培养学生良好的学习习惯，努力转化后进生

(1) 帮助学生提高听课效率，要求学生全神贯注地投入课堂学习，做到耳到、眼到、心到、口到、手到。

(2) 做好复习和总结，要求学生做到：当天学的东西

做好及时的复习，学完一个单元后做好单元小结；对自己做错的典型问题应有记载，形成自己的错题库，分析错误原因并独立写出正确答案；对有价值的思想方法或例题，要重点复习，而对还存在的未解决的问题，要及时问同学或老师，直到弄懂为止，绝不欠债。

(3) 科学训练，引导学生“不以做题多少论英雄”。

重要的不在于做题多，而在于做题的效益要高，要在准确把握基本知识和方法的基础上，科学地做一定量的练习，把准确性放在第一位，通法放在第一位，而不是一味地去追求速

度或技巧.

(4) 实施分层教学，创造一个轻松活泼的教学氛围，与学生建立起新型和谐的师生关系.

教师不轻易否定学生的想法，鼓励学生对不同方法的进一步探索，完善认知结构，让学生知道他们的观点是有价值的，从而达到师生相互理解、相互配合、相互支持的目的.

(5) 培养学习兴趣

孔子说过：“知之者不如好之者，好之者不如乐之者.”可见，兴趣是最好的老师. 心理学实验证明，问题，特别是精巧的问题，能够吸引学生集中精力，积极思维，提高兴致. 因此课堂提问的设计不仅要以知识点的落实为依据，还要激发学生的好奇心和求知欲，使他们积极投身于学习活动中。

高三物理备考总结篇五

高三是学生们最为紧张的一年，因为这是他们决定自己未来大学专业的时刻。而作为其中一门必修课，物理的学习和备考让很多同学感到困难。在这篇文章中，我将分享我的高三物理复习备考心得体会，希望能帮助到正在为考试而努力的同学们。

第二段：建议先复习基本概念

物理是一门关于自然，天体，能量，质量和力量，运动和常态的科学领域。在高三学习物理时，我们往往需要从最基本的概念学起。因此，在复习阶段，建议同学们先花时间把基本概念复习一遍，以充分理解和掌握这些概念的定义和应用。这将为后续的学习和应试打好基础。

第三段：拓宽视野，多看相关实验

学习物理不仅需要理解概念，还需要大量的实验来证明概念的正确性和有效性。在高三复习阶段，我建议同学们多看一些与考试相关的实验视频和文献，以便更好地理解物理现象和应用概念。同时，多看实验视频也有助于提高学生们的实验能力，培养思维能力和创新能力。

第四段：形成良好的复习策略

有良好的复习策略，对于高三考生备战至关重要。复习策略可以根据个人情况进行调整和优化，以便更有效地利用时间和资源。建议同学们定期制定复习计划，合理安排时间，分配重点内容，注重实践和巩固，以确保学生的学习效果和水平。

第五段：积极心态，保持沟通

最后，我想强调一个重要的学习和应试因素：积极的学习心态和合适的社交支持。高三是学生们最忙碌和紧张的时期，但在此期间，积极的思维和沟通能力同样至关重要。建议同学们互相帮助，以便通过交流和讨论，加深对物理学习和备考的理解和把握。同时，积极的心态也有助于同学们保持良好的情绪和状态，避免焦虑和压力带来的不利影响。

总之，高三物理学习和备考需要同学们花费大量的时间和精力，但这也是他们为逐个心中梦想而奋斗的时刻。希望同学们能够根据自身情况，制定合适的复习策略，做好充分的准备，并保持积极心态和合适的社交支持，最终以优异的成绩迎接春天的到来。