

高三物理教学反思(优秀7篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看看吧。

高三物理教学反思篇一

第二学期很快进入二轮复习，经过一段的复习，学生中暴露出很多的问题，反思近一段的教学，自己认为今后的复习还应从以下两个方面入手：

独立审题，独立地弄清物理情景、独立地提取信息，这是学生务必具备的基本的解题潜力，也是近几年高考命题所看重的热点问题。近几年信息题为高频考点，目的就是考查学生是否具备独立审题潜力、是否能够通过自己的阅读理解，从中筛选出有用信息，进行求解。因此，在复习中，在分析例题或者讲评试题的时候，教师要把审题的机会还给学生，让学生养成对具体物理过程作具体分析的好习惯，学会分析物理情境、建立物理模型的思维方法，从读题开始，独立完成解题全过程，以培养和提高学生独立审题、独立解决问题的潜力。

1、文字说明要清楚，说明研究的对象、研究对象、所处状态、所描述物理过程或物理情境要点，关键的条件作必要的分析决定，说明所列方程的依据及名称叙述应有较强的逻辑性、条理性，要简明、扼要，直奔主题。若计算结果有负号要说明负号的物理好处，说明矢量的方向。

3书写布局要规范，文字说明的字体要书写工整、版面布局合理整齐、详略得当、言简意赅、逻辑性强，就是要用最少的字符，最小的篇幅，表达出最完整的解答，使评卷老师能在

最短的时间内把握你的答题信息。

1、充分发挥小组的作用，。在物理课的教学上，我在把问题交给学生的时候，常常会提这样的要求：“这个问题等一下，我会找同学来说出它的解题思路(或答案)，前提是这个组的同学务必要认同他!如果答案不正确，所有成员要一起受罚。结果任务一布置下去，教室内立刻就用心讨论起来，结果往往都是他们能给在定的时间内得到统一的正确答案，这不但能够提高学生们的合作潜力，还能提高他们的思维潜力。

2、把课堂还给学生，让学生上台讲课，应对同一个问题时，学生的解决方式也会是独特的，往往是有很多种方法，这样既锻炼了学生的表达潜力，而且学生学会了更多解决物理问题的方法，同时也增强了学生学物理的兴趣。

高三物理教学反思篇二

今年高考已经结束，结合今年高考试题，并且为了能更好的进行今后的`教学我对自己的教学工作进行了深刻的反思。总体来看理综试卷既有适当难度，又有较好区分度。其中物理试题注重考查“双基”、注重考查潜力、注重考查各学科核心知识。试卷的整体结构稳定，与学生平时练习的知识结构没有太大差异。

回想一年的高三教学既有成功之处也有不足之处，令自己比较满意的是我透过用心参加各种教学活动，认真分析考试大纲，把握高考动向，认识到"3+x"物理教学体现的是中学教育性质是基础教育这一导向，立足这一点我想"3+x"的多数题目跟以往的考题相比无本质变化，复习基点应立足于基础知识，基本技能。因为基础的东西往往是最有价值的东西，最可能作为综合潜力的测试点。所以我在教学过程中反复强化的是学生对基础知识的理解和基本技能的训练。相信学生如果能踏踏实实的跟复习，认认真真的答卷，不犯眼高手低的毛病，在高考中即使不能把所有的试题答完，仅答好中低档题

成绩也会不错。

当然，高考复习中还有一个不可回避的问题就是：资料多，时间紧。由于我在教学中大部分时间都用来强化基础知识，基本潜力，所以对于综合潜力的提高及冷点知识的复习时间相对较少。这样不利于满足优秀学生的进一步提高。高考试题是选拔性考试，它务必有区分度，持续必须难度，因此对高考物理复习，不论什么层次的学生首先要强调他们重视理解。物理是一门不是*记忆、主要是在理解的基础上才能学好的学科。物理题利用不同的物理情景、不同的设问方式来考查对物理基本概念、规律、方法的掌握和应用状况。复习中只有重新深入理解概念、规律，力求对物理知识、方法的掌握和理解到达一个新的层次，构成较高的潜力，才能理解高考的选拔。

其次要做好归纳。复习中抓住主干知识，构筑起一条整个中学物理资料的主线，对中学课程中典型的物理模型及解决物理问题的方法、技巧、题型也要做好归纳。在做好归纳，条理清楚的基础上，还应带领学生复习边角知识，在有所侧重的基础上力求全面。

吸取了今年的经验教训后，为了提高以后的教学效果，我认为应做好以下几点：

一、抓住考纲、回归课本

1、紧紧抓住考纲逐一落实考点。考纲是考试出题的依据，所以在今后的复习中用考纲来检查学生对知识点的掌握状况，才能做到全面无遗漏。要对照考纲一个一个知识点落实，从考纲对知识点的要求的程度对照学生掌握的状况看是否达标。

2、重视课本，带着问题看书。今年高考中也体现了对课本知识的回归，例高考题中的第21题就是课本中的原实验。注重课本知识是务必的，关键是看你怎样去利用课本，只是通读

课本不会有太大的收获，如果带着问题看书和笔记，研读教材资料，使其看书和笔记有必须的目的性，便于弥补自己基础知识弱点，融会贯通教材的基础知识结构，使其回归课本目的性强，才能充分利用时间，真正到达查缺补漏的目的。

3、正确处理好“热点”与“冷点”。最后阶段复习中，不仅要注意考纲中的热点问题，在看书时要重视考纲中的重点资料，同时更要关心所谓的“冷点”。因为前一轮复习中在综合试卷里所谓的重点知识、热点知识出现的机会较多，通常都进行了反复的强化，恰恰在所谓的“冷点”的地方出题较少，重复的机会少，有的甚至没有考查过，所以在今后的教学中要有必要的给以加强。如：今年试卷上15题中的偏振现象和22题探索黑盒子中的电学元件实验都是平时练习较少的知识点，以后应注意在“冷点”上的复习，能够防止在高考当中出现一些知识上的死角。

二、联系实际培养潜力

纵观近年的高考卷，生活、生产、科学研究中的物理问题已成为高考中的热点。平常的物理教学强调理论的完整性，系统性，缺少与科学技术和生活实际的联系，在物理教学及有关问题训练时，往往是简化后的物理对象、场景，把所有物理问题变成了理想化、模型化，而实际生活问题则往往不同，它并不明显给出简化或理想化的对象及物理场景，例如今今年25题中电磁炮问题，因而需要培养学生学会抽取物理对象和物理场景的环节。而且今年的实验也不再是较常见的电学实验而是体现了新课标要求的探索性实验，这要求考生平时做好每一个实验，具备能灵活运用已学过的“物理理论、实验方法和实验仪器”处理问题的潜力。试题中还出现了决定雷电发生的位置的问题，对学生的估算潜力、分析潜力都有所考查。

三、做好归纳，注重综合

1、要善于归纳总结，不仅仅要构成比较完整的知识体系，而且对物理习题最好能构成自己熟悉的解题体系，从而在高考中应对陌生的试题能把握主动。

2、注重学科内知识的综合，不强调跨学科的综合，重点应放在力学、电磁学的综合，加强训练、归纳、总结，反思、提高分析综合及用数学处理物理问题的潜力。复习应以本学科知识为主，不必把过多的注意力放在跨学科综合试题上。

四、重视训练，注意答题的规范化

1、平时训练中要让学生抓住自己有困难的问题认真分析，针对性的训练。最后的阶段应避免难题、做少量的练习。要选取难度适中，自己“跳一跳够得着”的题目和一些基础题目来做，要保证质量和做题的效率及情绪和信心，透过做题持续良好的解题潜力。

2、规范答题。物理试题的解答比较重视物理过程和步骤，这就要求在教学过程中强化学生在解答物理题时要规范。解答计算题时注意以下几方面：要有必要的图示，要有必要的文字说明，要有方程式和必要的演算步骤，计算结果要思考有效数字和单位。让学生在练习时尤其在做高考题时要仔细看一看计算题就应怎样表述，答案的评分标准如何，力争做到能做对的题目就必须不丢分。

期望经过前一段工作的历练，经验的吸取及教学的反思，在校领导及老师的帮忙下，在自己的努力下我今后的工作潜力能逐步提高，教学效果能越来越好。

高三物理教学反思篇三

由于教育的发展、各高的纷纷扩招等各方面情况的变化，不得不承认我们的生源质量在下降，为了保证教学效果和现实的需要，我们必须及时调整我们的教学对策。

素质教育是面向全体学生，全面提高学生的思想道德、科学文化、劳动技能和身体及心理素质，促进学生主动、活泼、健康地发展。为了能培养出国家所需要的合格人才，确保教学质量，热爱学生是前提。

每一个学生都有着各自的特点。如智力有高低、身体有强弱、爱好有各异、特长有不同，作为每一个具有个性的人，他有自己的优缺点。而对于一个教师则没有理由偏爱或讨厌哪一个学生，教师必须有这样的职业道德：热爱每一个学生、不歧视任何一个学生。

过去的“应试教育”对学生的要求往往是“一刀切”，这是不符合学生的成长规律的，也是不符合学生的实际情况的。而现在新课程的理念是要创造适合每一个孩子的教育方法和途径，真正做到因材施教，即发展学生的个性、又能使学生提高整体素质。而要做到真正的因材施教，就必然要了解每一个学生，对学生一视同仁，这也必然以热爱学生为前提。

热爱学生必须充分尊重学生、信任学生。而尊重学生表现在：尊重学生的成长规律、尊重学生的心理需求、尊重学生的独立意识。一句话即尊重学生的人格，把自己放在与学生平等的地位，和学生交朋友，和学生交流。在我们的教学中，学生往往是先喜欢教师，再喜欢教师所提供的教育手段和教学方法，他们很注重对教师的整体感觉是“喜欢”还是“不喜欢”，然后再来决定对教师的教育是“接受”还是“不接受”。因为人是充满感情的，有着各自的需求和欲望，有着不同的兴趣和爱好，有着自己的独特心理空间。当学生喜欢一个教师后，对这个教师所给予的教育影响会产生很大的接纳感，会带着良好的情感来正面理解教师的语言，并主动接受教师的要求，以此可提高教学效果。

以前，我在这方面做的不够，今后一定要加强。教学效果要想好，必须让大家喜欢上这门课，让不学的学生先能学，再解决如何学会与会学的问题。

兴趣是个体积极探究某种事物或进行某种活动的倾向，学生的学习兴趣是推动学习活动的内部动力因素。个体一旦对学习产生了兴趣，就能提高学习活动的效率。孙子早在两千多年前就提出：“知之者不如好之者，好之者不如乐之者”，陶行知先生也说过：“学生有了兴味，就肯用全副精神去做事，学与乐不可分”。可见培养学生的学习兴趣，激发学生内部学习动机是至关重要的。

要让学生真正做到是学习的主人，就应该给他们有充分的选择。因为人只有干他所能干的、愿意干的、想干的事情时，才会表现出主动性和积极性。在教学中，教师是主导，学生是主体，强调课堂学习的协作环境，强调教师与学生之间、学生与学生之间的平等互助的协作关系；教师与学生不仅是师生关系，更是合作关系，教师与学生在人格上是平等的，这就有利于营造民主、和谐的课堂气氛，从而激发学生的积极情绪，促进学生的学习，使每一个学生在这个特殊的环境中发挥自己的潜能，同时使大家在气氛中受益，使每一个学生都能真正的参与进来。

高质量掌握基础知识就是深刻理解物理概念和规律，清楚其研究的对象，适应范围和条件等，从此入手解决具体问题，而不是凭感觉和经验。在此基础上构建知识体系，形成知识系统化、网络化、结构化。坚实的基础知识，清晰的知识网络，有利于联想记忆，有利于准确快速提取知识信息，有利于理解能力提高，为高考成功打下坚实的基础。

高中物理知识主要分力、电、光、热、原子物理五大部分。其中力学又可分为静力学、运动学、动力学。静力学的核心是质点平衡，只要选择恰当的物体，认真分析物体受力，再用合成或正交分解的方法来解决即可；运动学的核心是基本概念和几种特殊运动。基本概念中，要区分位移与路程，速度与速率，速度、速度变化与加速度。几种运动中，最简单的是匀变速直线运动，用匀变速直线运动的公式可直接解决；稍复杂的是匀变速曲线运动，只要将运动正交分解为两个匀变

速直线运动后，再运用匀变速公式即可。对于匀速圆周运动，要知道，它既不是匀速运动(速度方向不断改变)，也不是匀变速运动(加速度方向不断变化)，解决它要用圆周运动的基本公式。

力学中最为复杂的是动力学部分，但是只要清楚动力学的3对主要矛盾：力与加速度、冲量与动量变化和功与能量变化，并在解决问题时选择恰当途径，许多问题可比较快捷地解决。一般来说，某一时刻的问题，只能用牛顿第二定律(力与加速度的关系)来解决。对于一个过程而言，若涉及时间可用动量定理；若涉及位移可用功能关系；若这个过程中的力是恒力，那么还可用牛顿第二定律加匀变速直线运动的公式来解决。但是这种方法，要涉及过程中每一阶段的物理量，计算起来相对麻烦。如果能用动量定理或机械能守恒来解就会方便得多，因为这是两个守恒定律，如果只关心过程的初末状态，就不必求解过程中的各个细节。那么在什么情况下才能用上述两个定律呢？只要体系所受合外力为零(该条件可放宽为：外力的冲量远小于内力的冲量)时，体系总动量守恒；若体系在某一方向所受合外力为零，那么体系在这一方向上的动量守恒。

按照同样的方法，要让学生在复习中力争自己构建各部分的知识网络。

进入高三下学期，在时间安排上已经不可能做很多难度较大的题目、或是弄懂自己学的一塌糊涂的某部分知识，那就要放弃。一定要认清形势，一定要对自己有一个客观、实际的定位，只有找准自己的位置，才能成为胜利者。考场上也是这样，必须在有限的时间内拿到尽量多的分，特别是理综试卷，对我校大部分学生而言，要把全部的31道题做完似乎不太现实。那就应该根据平时做题的经验，准确把握自己会做的，争取不丢分；一些平时做起来就很吃力的问题，该放弃就放弃。

总之高三一年只有全面复习，主抓基础，狠抓落实，以不变应万变，不同层次的学生采用不同的措施、不同的要求，才能使每个学生高兴而来，满意而归。

高三物理教学反思篇四

回顾一年来高三物理复习教学经历，感触颇多。我是刚刚送走04届高三毕业生，又接手05届毕业生，不同的是，04届我手把手教了三年□a□b班各一个，结果出了个“理科状元”，考入清华。05届我只教了一年□b□c班各一个，成绩不如去年，预料之中。

我一向的观点是“三年磨一剑”。要想高三出成绩，须从高一抓起，教师要相对稳定。高中三年，或高三一年，教师换人，不得已而为之。

高中生源质量逐年滑坡，是大小环境造成的，已不是教师所左右得了的。而高三教师只有面对逐年滑坡的学生，在钻研教学，备考的同时，投入更多的精力去维持教学秩序，把不想学的学生所造成的消极影响降到最低程度，而使想学的学生在有限的时间内学有所得，这可是当今高三c班老师必备的教学技能。

当今的教师恐怕都有一个体会：当今的学生批评不得，尤其在c班，老师要是较“真”，这课就不能上。但是有一点，我有深刻体会，真正不学的只是少数，毛病多，学习有困难，有畏难情绪的学生，又不甘心放弃，还占多数，如何鼓励，激励他们，使他们即使落在后面，也不要停步不前。帮助、监督他们克服“惰”性，保留住一点点信心。事实也正是如此：我所教的b□c两个班高考理综平均分比一摸理综平均分都高出10分以上，说明基础再差的学生，只要自己不放弃，都会有进步，只不过幅度大小不同而已。

最后，理综成绩偏低，高三复习课时分配没严格按考分比例分配，是原因之一，亡羊补牢，为时过晚；其次，理综三科协调、统一抓的力度不够，时间过晚，也不容忽视。

高三物理教学反思篇五

课堂提问是优化课堂教学过程的必要手段之一，也是教师教学艺术的重要组成部分。恰如其分的提问不但可以活跃课堂气氛，激发学生学习兴趣，了解学生掌握知识情况，而且可以开启学生心灵，诱发学生思考，开发学生智能，调节学生思维节奏，与学生作情感的双向交流。通过提问，可以引导学生进行回忆、对比、分析、综合和概括，达到培养学生综合素质的目的。教学过程中的课堂提问还是体现课程理念、实现课程目标的一种创造过程。以下就物理教学中问题的设计与提出谈一些看法。

1. 提问是最好的反馈方式

通过提问所接收到的语言反馈信息，比其它形式的反馈信息具有准确性、具体性、即时性和简洁性。它可以使教师当堂了解学生对知识的理解和掌握程度，从而及时地调控教学程序，改变教学策略，使学生能更加积极主动地参与教学活动。

2. 提问可以提高学生听课的注意力

如果注意力集中，大脑中只有一个学习兴奋中心，听课效果就比较理想。学生在答问时精力集中，而在听讲时有时散漫。教师光靠静讲、维持课堂纪律来保证学生的注意力是达不到要求的，而应以授课的内容来吸引学生，用一个个由浅入深、循序渐进的“问号”来吸引学生的注意力，紧紧地把学生的思维钳住，激发学习兴趣，赋予学习动机，从而收到良好的教学效果。

3. 提问可以让学生发现不足

对于一些重要物理概念，一般水平的学生往往以为自己能复述就算懂了，其实不然。物理概念是反映物理现象和过程的本质属性的思维形式，所以教师在课堂上要针对概念提出一些题意明确清楚的实际问题，诱发学生思考，帮助学生克服盲目的自满情绪，这样对提高学习效率、突破教学难点很有用。特别是在学生一般认为理所当然的地方，可提出与常规看法相悖的问题，展开深入讨论，培养学生的思维灵活性、独特性和创新意识。同时引导学生对已解决的问题，进行深入的探索，或以题目的本身提出疑问或变换题目的条件，来拓宽学生的视野，诱发学生发散思维，增强学生的应变能力，培养思维的广阔性和深刻性。

4. 提问可以提高学生的语言表达能力和观察能力

学生思维能力的发展总是和语言分不开的，课堂提问便是培养学生正确地掌握学科语言表达能力的契机。如在教师做演示实验的过程中，采用边做边提问让学生回答的方法，培养学生的观察能力、想象能力和语言表达能力。

5. 提问学生和由学生发问，可以通过对话培养学生善于提出问题的良好习惯。发现问题、提出问题也是一种重要的能力，教师应鼓励学生大胆设疑，对学生提出的问题，要冷静考虑，合理处置。

6. 通过提问，教师可直接表达关心学生的思想情感。让学生体验学习的乐趣和发现的喜悦，有利于师生之间的相互沟通和信息交流。通过提问，能够发现作业、考试中的抄袭现象，以便在教学中及时解决。

有些教师在物理课堂教学中在提问方面可能存在这样一些误区：

(1) 整堂课只管自己讲，不提一个问题，“满堂灌”。

(2)什么都要问，低级的、重复的、漫无边际的、模模糊糊的问题。

(3)所提问题与课堂教学的重点、难点距离较远，偏离了主题。

(4)只提好学生，不提差生；专提一小部分学生，冷落了大多数学生；或对差生进行惩罚性提问，给学生难堪。

(5)提问没有层次性，难易问题无阶梯。

(6)提问表达不言简意赅，有时不知所云，学生无法回答。

(7)对学生的回答不置可否，对学生的提问不理不睬。

(8)提问随意，东拉西扯，越扯越远。

(9)不能灵活应变，针对课堂气氛、学生的回答和反应，追问下去，扩大战果，等等。

针对上述问题，我认为提问中应处理好这样四个关系：

(1)点与面的关系。教育应面向全体学生，课堂提问应有较大的辐射面。既要照顾点又要照顾面，以点带面，培养优生，转化差生，达到共同提高。

(2)难与易的关系。教学内容有难有易，提问应当符合学生的认知水平和接受能力，对于较难的问题应力求深入浅出、化难为易，切忌过深过难而造成冷场。

(3)曲与直的关系。提问题不能只问“是什么”、“对不对”，问题要富有启发性，否则学生会感到单调乏味。

(4)多与少的关系。授课时不在于多问，而在于善问、巧问。教师切不可为提问而提问。提问过多过滥，学生应接不暇，没有思考的余地，必然会影响他们对知识的理解和学习兴趣。

提问过少，难以发挥学生参与教学的主动性，势必造成学生厌倦反感，效果必然很差。

同一物理问题，可以从不同侧面提出，提问的角度不同，效果往往不一样。课堂上，教师若能根据具体的情况形成各种不同的问题情境，就可以使学生的注意力迅速集中到特定的事物、现象、专题或概念上来，从而达到优化课堂教学结构的目的。

度和广度发展。通过层层剖析、循序推进、最终到达解决问题的彼岸和释疑明理的高峰；“分割式”提问是指把整体性较强的内容分割成几个并列的或递进的小问题来提问的方法。作为一个问题提出来，范围太大，学生不容易回答完整，教师可以化整为零，各个击破的分割式提问，把一个个小问题解决了，整个问题自然也就解决了。“扩展式”提问是指把现在所学内容与相关内容联系在一起提问的方法，能够起到以新带旧、温故知新、融会贯通的作用。“直问”是指开门见山，直截了当地提出问题，以便直接寻找答案，可使学生迅速进入思考状态，使教师在发挥主导作用的同时，很好地发挥学生的主体作用。“曲问”是一种迂回设问的方法，问在此而意在彼，针对学生疏漏、模糊处，抓住关键词为突破口进行曲问，会使学生幡然醒悟，从而对正确的结论印象更深。

在物理课堂教学中，多数情况下提问后要停顿一会儿。有经验的教师常在提问后环顾全班，一些非语言的暗示也可告诉教师，学生对问题的反应：如学生举手则表明他想回答这个问题。每当一个学生准备回答问题时，他便会嘴微张，身体稍前倾，眼睛也睁得更大一些，或许会抬起头微笑，这表明他对回答这个问题比较有把握；而对听到问题后低头或躲避教师的目光者，则可能他对这一问题不会。因此，在教师提出问题后停顿期间，要寻找这些表现。当学生对问题不能正确回答时，提示与探询是必要手段。对学生答案中出现的错误或不确切的内容，或者思维方法上的不足，要及时给以提示。要善于运用探询的方法帮助学生更深入地思考，给出更

完整的答案，要运用追问、解释等帮助学生回答。最终达到满意的效果。

课堂提问应根据不同的教学目的和内容，采用不同的方法，在设计提问时要注意经常变换手法，切忌僵化采用一个固定的模式，即使是同一个内容，在不同的场合下进行提问，也要注意转换角度，让学生有一种新鲜感。要能使看到老师是如何提出问题的这对学生会自己提出问题能起到潜移默化的作用。

总之，教师的课堂提问是一门学问，又是一门艺术，没有固定的模式，只要不断实践，不断摸索，就会提高自己的教学水平，充分发挥提问的教学功能。

高三物理教学反思篇六

说就不能写出人家的水平。听别人说话，看别人文章，听懂看懂绝对没有问题，但要自己写出来变成自己的东西就不那么容易了。因而要由听懂变成会做，就要在听懂的基础上，多多练习，多多回顾总结，方能掌握其中的规律和奥妙，真正变成自己的东西，这也正是学习高中物理就应下功夫的地方。

要想学好物理，第一条就要好好学习，就是要敢于吃苦，就是要珍惜时间，就是要不屈不挠地去学习。树立信心，坚信自己能够学好任何课程，坚信“能量的转化和守恒定律”，坚信有几分付出，就应当有几分收获。第二条就是要做好回顾与反思，请看以下两条语录：

我决不相信，任何先天的或后天的才能，能够无需坚定的长期苦干的品质而得到成功的。——狄更斯（英国文学家）

物理学习的过程就仿佛种庄稼，做题的过程是耕耘，做题后的回顾与反思才是收获。——韩怀君（三中物理教师）

功夫如何下，在学习过程中就应到达哪些具体要求，就应注意哪些问题呢？

（一）记忆。在高中物理的学习中，应熟记基本概念，规律和一些最基本的结论，即所谓我们常提起的最基础的知识。同学们往往忽视这些基本概念的记忆，认为学习物理不用死记硬背这些文字性的东西，其结果在高三总复习中提问同学物理概念，能准确地说出来的同学很少，即使是补习班的同学也几乎如此。我不敢绝对说物理概念背不完整对你某一次考试或某一阶段的学习造成多大的影响，但能够肯定地说，这对你对物理问题的理解，对你整个物理系统知识的构成都有内在的不良影响，说不准哪一次考试的哪一道题就因为你概念不准而失分。因此，学习语文需要熟记名言警句、学习数学务必记忆基本公式，学习物理也务必熟记基本概念和规律，这是学好物理科的最先要条件，是学好物理的最基本要求，没有这一步，下面的学习无从谈起。

（二）独立做题。要独立地（指不依靠他人），保质保量地做一些题。题目要有必须的数量，不能太少，更要有必须的质量，就是说要有必须的难度。任何人学习物理不经过这一关是学不好的。独立解题，可能有时慢一些，有时要走弯路，有时甚至解不出来，但这些都是正常的，是任何一个初学者走向成功的必由之路。

（三）物理过程。要对物理过程一清二楚，物理过程弄不清必然存在解题的隐患。题目不论难易都要尽量画图，有的画草图就能够了，有的要画精确图，要动用圆规、三角板、量角器等，以显示几何关系。画图能够变抽象思维为形象思维，更精确地掌握物理过程。有了图就能作状态分析和动态分析，状态分析是固定的、死的、间断的，而动态分析是活的、连续的。

（四）上课。上课要认真听讲，不走神或尽量少走神。不要自以为是，要虚心向老师学习（虽然他只是山师大毕业的）。

不要以为老师讲得简单而放下听讲，如果真出现这种状况能够当成是复习、巩固。尽量与老师持续一致、同步，不能自搞一套，否则就等于是完全自学了（那你何苦到三中来受罪呢？）。物理学好了，有了必须的基础，则允许有一些自己的东西，学得越多，自己的东西越多。

（五）笔记本。上课以听讲为主，还要有一个笔记本，有些东西要记下来。知识结构，好的解题方法，好的例题，听不太懂的地方等等都要记下来。课后还要整理笔记，一方面是为了“消化好”，另一方面还要对笔记作好补充。笔记本不只是记上课老师讲的，还要作一些读书摘记，自己在作业中发现的好题、好的解法也要记在笔记本上，就是同学们常说的“好题本”。辛辛苦苦建立起来的笔记本要进行编号，以后要经常看，要能做到爱不释手，实在不行就贴上你的偶像的照片^_^。

（六）学习资料。学习资料要保存好，作好分类工作，还要作好记号。学习资料的分类包括练习题、试卷等等。作记号是指，比方说对练习题吧，一般题不作记号，好题、有价值的题、易错的题，分别作不同的记号，以备今后阅读，作记号能够节省不少时间。

（七）时间。时间是宝贵的，没有了时间就什么也来不及做了，所以要注意充分利用时间，而利用时间是一门十分高超的艺术。比方说，能够利用“回忆”的学习方法以节省时间，睡觉前、等车时、走在路上等这些时间，我们能够把当天讲的课一节一节地回忆，这样重复地再学一次，能到达强化的目的。物理题有的比较难，有的题可能是在散步时想到它的解法的。

（八）向别人学习。要虚心向别人学习，向同学们学习，向周围的人学习，看人家是怎样学习的，经常与他们进行“学术上”的交流，互教互学，共同提高，千万不能自以为是。也不能保守，有了好方法要告诉别人，这样别人有了好方法

也会告诉你。在学习方面要有几个好朋友。

（九）知识结构。要重视知识结构，要系统地掌握好知识结构，这样才能把零散的知识系统起来。大到整个物理的知识结构，小到力学的知识结构，甚至具体到章，如静力学的知识结构等等。

（十）真正做好回顾与反思，将物理知识真正变成自己的。

高三物理教学反思篇七

又一届高三带完了，经过新课改教学，尤其是高三一年的物理教学，反思一下，收获很大，现反思如下：

一份好的教学计划对我们的教学是很有帮助的，它能帮助我们明确教学方向，理清教学思路，了解教学进度，检查教学效果，使高三教学有序进行。一份好的教学计划应包括以下几项内容：

教学进度和教学内容一般情况下教学进度前松后紧是一个普遍现象，而比较合理的进度应该是前紧后松；教学内容的取舍往往影响到教学进度，所以在内容选取方面要做到“面广点准”，讲解时详略得当。

2. 测试的内容和形式

测试的内容一般与教学进度同步，涉及的知识点尽可能多，题量要适中，题型尽可能丰富，不一定是安高考的形式出题，可以是问答题、填空题、说理题、推导题、讨论题，等等。测试的形式也可以是多样化的，不一定是一月考一次这类的定时定点考试，可以是课堂小测、单元小测、甚至是某个思维方法和实验方法小测。

3. 教学反馈和对策

只要是测试变要反馈。这就要求对任何测试都要进行全批全改，只有这样才能获得有用的反馈信息。针对反馈回来的信息，面对全体学生的对策一般是讲评试卷，讲评试卷的要求是：批改要快，讲评要短。千万不要拖拖拉拉，否则学生没了兴趣。讲评不要面面俱到，应针对学生普遍存在的问题进行讲解。讲评不是为了完成教学任务而进行的，而是帮助学生解决实际问题而进行的一项教学活动。

4. 学生课外作业的布置与落实

作业的布置不能流行于形式，而应考虑到学生的学习实际、布置的作业有没有必要、布置的作业能否得到落实，得不到落实的作业不如不布置。

5. 后进生的发现与培养

后进生的培养对提高平均分是有一定贡献的，抓好后进生也是提高教学质量的一种体现。后进生培养的计划应包括：

- (1) 通过什么样的途径来了解哪些学生有潜力(落实到人)；
- (2) 从那些方面来提高他们(落实到内容)；
- (3) 怎样来提高他们(落实到方法)

6. 尖子生的发现与培养策略我们要善于发现尖子生，用心去培养。尖子生的培养不在于高难度的试题来训练，而在于系统性(知识结构的系统性、思维方法的系统性、解题规范和速度)

教学策略就是为了达到教学目标所采取的措施和方法，在具体的教学中，教学策略是很多的，但最基本的东西是相同的。

1. 教学的基本要求可以概括为以下几点：

教学目标要“明”——明确三维目标

教学程序要“清”——过程清晰明快

教学活动要“活”——课堂气氛活跃(指思维活跃，而不是形式活跃)

教学效果要“好”——促进学生发展

教学手段要“新”——评价过程创新

2. 对待学生的态度也是教学策略之一，在平时的教学中，要对学生多鼓励，少埋怨，

不要挖苦学生以老师的自信树立学生的自信。

3. 复习的方法。在新授课时，一般是就事论事，解决了某一个问題就算完成了教学任

务，达成了教学目标，但在复习课时，尤其是高三总复习就不能就事论事，应以点带面，可以是跨知识点，用归类的方法进行教学。例如，在复习“力与物体的平衡”这部分内容时，传统的复习方法，往往是斜面、质点、小球等一些纯力学问题。这样复习，知识体系不够完整，不利于学生联想、发散、综合、应用等能力的培养。为此可设计如下的问题来组讨论复习，即：一个物体放在粗糙的斜面上平衡时，问：(1)在高中物理学习过程中，学过类似这样的三力共点平衡吗？并举例(越多越好)。(2)这类问题如何来求解？在这基础上，学生分析、讨论、归纳得出这类问题的求解方法：作出闭合的矢量三角形，利用解直角三角形的知识进行求解。

类似地，在复习匀加速直线运动时可以联系带电粒子在电场中的加速；复习平抛运动时，可以联系带电粒子在电场中的偏转；复习圆周运动时，可以联系带电粒子在磁场中的偏转，

等等。分析他们运动的初始条件，研究他们的运动轨迹，归纳出这类试题的解题思路和方法。

教学实践证明，经过学生自己讨论得到的结论，即使是不够全面，也比老师察现成答案直接传授给学生的教学效果好多。

试题的编制是我们老师的一个基本技能，尤其高三老师更是如此。试题的编制的一个最基本要求是科学、严谨、不能出错。

1. 高三物理试题编制的依据：课程标准、教材(各种国家审定通过的教材)、考试大纲(国家)、考试说明(省)。

高考试题有导向作用，但不能作为高三复习的主要依据。以命题要求指导复习，不以个别试题指导复习。

2. 试题编制的两种惯用方式：改编和拼凑(组合)。

所谓问题解决的策略是指解决问题的人用来节他们自己的注意力、学习、回忆和思维的技能。

站在知识的码头，遥望能力的彼岸，方法就是连接两地的桥梁。物理题千变万化，不可能有一个统一的解答方法，但掌握了解题的基本思路，就如同要开启千变万化的“锁”时，找到了一把“万能的钥匙”。

仅从考试的角度考虑，是通过解题来体现你对高中物理知识的掌握程度和综合能力，那么怎样来解题呢？你有一点必须非常明白，那就是通过纸笔展现你的思维，向阅卷者要分数，所以解题时要尽可能简洁明了。

看见一道题目，首先不是想这道题是否做过，而应从以下几个方面来考虑：

1. 题目要求什么？

2. 题中提供了哪些已知条件？

3. 题目中描述了几个过程？有哪几个关键点？每一个过程遵循什么规律？过程与过程之间靠什么连起来？把复杂问题分解成几个相对简单的问题来处理。

4. 根据题目所描述的情境，画出草图。

5. 题中隐含什么条件（如匀速直线运动，意味着所受合外力为零；平抛运动，意味着水平方向的速度大小不变，竖直方向为版面上落体运动……）

编题要“拼凑”、“组合”，那么解题就要“拆分”、“卸装”。分析物理过程要抓住三点：

1. 阶段性——弄清一个物理过程分为哪几个阶段

2. 联系性——找出几个阶段之间是由什么物理量联系起来的

3. 规律性——明确每个阶段应遵循什么物理规律。