

# 2023年高三物理一轮备考策略 高三物理教案(通用10篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 高三物理一轮备考策略篇一

1. 经历从许多与力相关的日常生活现象中，归纳出力的基本概念的过程，并了解力的概念。

2. 通过实验感受力作用的相互性。

3. 通过常见的事例和实验，认识力的作用效果。

1、让学生经历和体验归纳力的初步概念的过程。

2、力的初步概念。

利用力的作用是相互的道理，解释一些简单的力的现象。

### (一) 引入新课

请一位同学到教室前面表演举哑铃。(演示)

师：请这位同学谈谈肌肉有什么感觉？

生：我感到手臂上的肌肉十分紧张。

师：最初我们对力的认识，就是从肌肉的紧张的感觉而得来的。那么，在物理学中我们又是怎样来认识力的呢？今天，我

们就来研究这个问题。

## (二) 新课教学

### 1、力是什么

师：在日常生活中，人们在什么情况下会用力呢？

生：举重比赛时，人用手推杠铃。

生：拔河比赛时，人用力拉绳。

生：人用力压跷跷板。

生：人用力提水桶。

生：我看见过推土机推土。

生：我见过大吊车提货物。

生：我见过压路机压路。

生：我见过拖拉机拉犁。

(教师选好学生所举的例子，并做好板书)

师：同学们想一想黑板上的这些例子，有什么共性？

生：上面的例子中，不论是人还是物体，当他们对别的物体用力时，都与别的物体是相互接触的。

生：都发生了推、拉、压、提等动作。

生：我不同意。

师：为什么呢？你能举出一个发生力的时候，物体没有相互接触的例子吗？

生：我用钢笔与头发摩擦，然后将钢笔接近小纸屑，发现还没有接触，小纸屑就被钢笔吸引上了。

师：很好，这位同学所举的例子告诉我们，一个物体对别的物体施加力的时候，可以不直接接触。

师：再来看第二位同学讲的，有力发生时，物体之间总会发生推、拉、提、压等动作。在物理学中通常将物体之间的推、拉、提、压、排斥、吸引等叫做作用。

师：现在我们就可以归纳出力的概念。把上述例子中的具体物体的名称去掉，用“物体”代替，则力的概念就成为：力是物体对物体的作用。

师：我们通常将施加力的物体叫做施力物体，受到力的物体叫做受力物体。

从黑板的例子中找出施力物体和受力物体。（学生练习）

## 2、力的作用是相互的

生：用手拍桌子时，手对桌子施力，但手感到疼，这说明桌子也对手施了力。

生：两手互拍时，左手对右手施力，右手也对左手施力。

生：用手拉橡皮筋时，橡皮筋也在拉手。

生：手向上提书包，书包对手也在向下拉。

师：大量的事实说明，物体间力的作用是相互的。

(板书：物体间力的作用是相互的)

### 3、力的作用效果

请一位同学上台表演拉健身拉力器。(演示)

师：同学们注意观察，拉力器中弹簧的形状有什么变化？

生：在拉力的作用下，弹簧的长度伸长。

师：对，刚才拉橡皮筋时，橡皮筋的长度也伸长了。这些情况说明力可以使物体的形状发生改变(简称形变)。

(板书：力可以使物体发生形变)

师：在踢足球时，足球的状态是否发生了改变？怎样改变？

生：足球有时是静止的，但受力后就成为运动的。

生：足球有时是运动的，但被守门员接住后就成为静止的。

生：足球有时朝某一方向运动，但受力后却改变了方向，飞向另一个方向。

生：足球的运动快慢也有变化。

师：物体由静到动、由动到静，以及运动快慢和方向的改变，都被认为它的运动状态发生了改变。

## 高三物理一轮备考策略篇二

相对论指出，物体的能量( $e$ )和质量( $m$ )之间存在着密切的关系，即 $e=mc^2$ 式中 $c$ 为真空中的光速。爱因斯坦质能方程表明：物体所具有的能量跟它的'质量成正比。由于 $c^2$ 这个数值

十分巨大，因而物体的能量是十分可观的。

## 高三物理一轮备考策略篇三

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做好基础。

### 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。

## 高三物理一轮备考策略篇四

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、更好地解决困难的途径。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。

## 高三物理一轮备考策略篇五

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。

## 高三物理一轮备考策略篇六

带电物体在电场中的运动，是一个综合力和能量的力学问题，研究的方法与质点动力学相同（仅仅增加了电场力），它同样遵循运动的合成与分解、力的独立作用原理、牛顿运动定律、动能定理、功能原理等力学规律。研究时，主要可以按以下两条途径分析：

### (1) 力和运动的关系——牛顿第二定律

根据带电物体受到的电场力和其它力，用牛顿第二定律求出加速度，结合运动学公式确定带电物体的速度、位移等。这条线索通常适用于恒力作用下做匀变速运动的情况。

### (2) 功和能的关系——动能定理

根据电场力对带电物体所做的功，引起带电物体的能量发生变化，利用动能定理或从全过程中能量的转化，研究带电物体的速度变化，经历的位移等。这条线索同样也适用于不均匀的电场。

#### (1) 类比与等效

电场力和重力都是恒力，在电场力作用下的运动可与重力作用下的运动类比。例如，垂直射入平行板电场中的带电物体的运

动可类比于平抛, 带电单摆在竖直方向匀强电场中的运动可等效于重力场强度 $g$ 值的变化等.

## (2) 整体法(全过程法)

电荷间的相互作用是成对出现的, 把电荷系统的整体作为研究对象, 就可以不必考虑其间的'相互作用'.

## 高三物理一轮备考策略篇七

相对论指出, 物体的能量( $e$ )和质量( $m$ )之间存在着密切的关系, 即 $e=mc^2$ 式中 $c$ 为真空中的光速。爱因斯坦质能方程表明: 物体所具有的能量跟它的质量成正比。由于 $c^2$ 这个数值十分巨大, 因而物体的`能量是十分可观的。

## 高三物理一轮备考策略篇八

相对论指出, 物体的能量( $e$ )和质量( $m$ )之间存在着密切的`关系, 即 $e=mc^2$ 式中 $c$ 为真空中的光速。爱因斯坦质能方程表明: 物体所具有的能量跟它的质量成正比。由于 $c^2$ 这个数值十分巨大, 因而物体的能量是十分可观的。

## 高三物理一轮备考策略篇九

在我的高三物理备考阶段, 我有幸获得了一次免费的物理培训机会。这次培训给予了我很大的帮助, 使我对物理知识的理解更加深入, 同时也让我体会到了老师的用心教学和同学们的互相支持。下面我将从培训的安排、课堂氛围、学习方法、与同学的互动和对生活的影响五个方面, 分享我对这次培训的心得体会。

首先, 这次培训的安排非常合理, 内容丰富。每次培训都有针对性地讲解难点和易错题, 让我对重要知识点有了更深刻

的理解。另外，培训还设置了模拟考试，让我们在实践中查漏补缺，对自己的学习状况有了更准确的把握。通过这些有计划性的安排，我感受到了学习的指导性和针对性，从而更好地掌握了物理知识。

其次，培训班的课堂氛围非常好。老师讲解知识时，总能用通俗易懂的语言将抽象的物理公式与具体的事例相结合，让我们对物理问题有了立体式的认识。课堂上，同学们也都积极参与讨论，疑难问题能够得到及时解答。这种轻松而充满活力的课堂氛围让我感到学习物理并不枯燥，而是一种与他人互动、共同探索的乐趣。

第三，通过这次培训，我也学到了一些有效的学习方法。比如，在解题过程中，老师教会了我们分析问题的方法和技巧，让我们能够快速准确地找到解决问题的路径。同时，老师还推荐了一些优质的参考书和学习资料，供我们深入阅读和拓宽视野。这些学习方法的掌握，让我在备考中事半功倍，提高了效率和水平。

然后，这次培训还给我带来了与同学们的良好互动。在课堂上，我们相互交流和讨论，共同解决问题。这种互动不仅让我学到了更多的知识，还增强了我对物理的兴趣。而在休息时间，同学们也常常一起学习、交流心得，相互鼓励和支持，形成了一种互帮互助的氛围。这样的互动让我感到不孤单，也更有动力去面对考试的挑战。

最后，这次培训对我的生活产生了积极的影响。通过参加培训，我养成了良好的学习习惯和自律能力，每天能够合理安排时间并保持高效的学习状态。培训还加强了我的自信心，让我对自己的能力有了更深的认识。这些积极的影响不仅在物理学习中起到了作用，也将对我的未来学习和生活产生长远的影响。

总的来说，这次免费高三物理培训给予了我很大的帮助，不

仅提高了物理知识的掌握程度，还培养了我的学习能力和自信心。通过有计划的学习安排、良好的课堂氛围、有效的学习方法、积极的同学互动以及生活的积极影响，我在物理备考中取得了显著的进步。我相信，这次培训所带给我的收获将会在我的学习生活中产生持久的影响。

## 高三物理一轮备考策略篇十

高三是对于每个学生来说都非常重要的一年，尤其是对于理科生而言，物理成绩的提高直接关系到高考的成绩和未来的发展。为了提高自己的物理水平，我参加了一次免费的高三物理培训。在这次培训中，我不仅学到了扎实的物理知识，还领悟到了许多学习的方法和心得。下面我将结合实际经历，分享我对于这次培训的感受和体会。

### 第一段：对于物理知识的深入理解和掌握

这次高三物理培训的最大特点就是注重知识的深入理解和掌握。老师们对于每一个知识点都进行了详尽的解析和讲解，尤其是对于高考重点和难点的部分更是加强了针对性的教学。通过老师们的讲解和激发，我逐渐对于物理的各个方面有了更加深入的理解，对于解题的思路和方法也有了更清晰的认识。在课后的习题演练中，我发现自己能够运用所学的理论知识解决更复杂的题目，这让我对于自己的学习进步非常有信心。

### 第二段：学习方法和学习计划的完善

除了对物理知识的深入学习，这次培训还教会了我很多学习方法和学习计划的重要性。在每堂课结束后，老师们都会提醒我们进行知识总结和归纳，帮助我们建立起系统的知识体系。而在培训的过程中，老师们也强调了良好的学习习惯和高效的学习计划。他们教导我们制定每周的学习目标，并根据目标进行有效的时间规划。通过这些方法，我不仅更好地

掌握了物理知识，还学会了更好地管理和利用时间。

### 第三段：团队合作和交流的重要性

在这次培训中，我们的班级经常进行小组讨论和作业展示。这种团队合作和交流的方式，让我们能够更好地结合自己的思考和他人的意见，从而更全面地理解和应用知识。每当我们遇到困难时，可以借助小组合作的方式进行集思广益；当我们获得成绩时，也可以通过展示来分享和学习别人的方法。团队合作和交流不仅提高了我们的学习效果，还培养了我们的沟通和合作能力。

### 第四段：培养自主学习能力和解决问题的能力

这次高三物理培训的一个重要目标之一就是培养我们的自主学习能力和解决问题的能力。在课堂上，老师们鼓励我们积极思考问题，勇于提问和探索。而在课后的作业中，我们也需要自主独立地完成，并及时批改和总结。通过这样的过程，我逐渐学会了独立思考和解决问题的方法。同时，培训也提供了一些优秀学员的名师辅导，并进行了实践训练，帮助我们更好地应对高考中出现的难题。

### 第五段：积极参与讨论和互动的收获

这次培训让我懂得了积极参与讨论和互动的重要性。在课堂上，我经常与老师和同学们进行讨论和互动，通过交流和讨论，我不仅巩固了自己的知识，还从他人身上学到了更多的解题方法和思路。同时，在与同学们的互动中，我也感受到了集体的力量和激励，这让我更加坚定了学习的决心和信心。

总之，参加这次免费高三物理培训让我受益匪浅。通过对物理知识的深入理解和掌握，我不仅提高了自己的物理成绩，还培养了良好的学习方法和学习计划。与此同时，培训还培养了我们的团队合作和交流能力，培养了我们的自主学习能

力和解决问题的能力。最重要的是，这次培训让我认识到在学习中积极参与讨论和互动的重要性。我相信这些体会和经验将伴随我走向高考之路，并在未来的学习和工作中发挥重要的作用。