

# 最新班级提高成绩工作计划(模板5篇)

时间就如同白驹过隙般的流逝，我们的工作与生活又进入新的阶段，为了今后更好的发展，写一份计划，为接下来的学习做准备吧！我们在制定计划时需要考虑到各种因素的影响，并保持灵活性和适应性。以下是小编为大家收集的计划范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 班级提高成绩工作计划篇一

### 1、端正学习态度

高一学生想要学好物理，首先就要端正自己的学习态度。很多学生可能会想，反正物理太难了学不懂，还不如把学习物理的时间用来学习其他的科目，索性就直接放弃了物理的学习。这种心态是最要不得的，不管做什么事情，都不能因为难度而放弃，尤其是学习，越是难越要努力。

物理成绩不好学生，应该分析学不好物理的原因，看问题出在哪里，是上课听不懂，还是听懂了但是没有做题巩固，发现自己学习过程中的问题，然后解决问题，这才是正确的学习心态。

### 2、明确初中高中的差异，做好过渡

高中物理比初中物理在深度在广度上有明显的增加，学习内容比较复杂难懂，在学习的方式上也有所不同，因此高一学生应该搞清楚高中物理和初中物理的差异，做好过渡和改变。

### 3、主动学习

(1)养成课前预习的习惯。高一物理比初中的物理难度大，如果上课之前不做好预习工作的话，课上很难听明白。

(2) 课上主动思考。高一物理逻辑性比较强，听课的时候要主动的思考和析，才能提高听课效率，更深刻的理解和掌握课堂内容。

(3) 课后及时复习。每节物理课结束以后，高一的学生都应该对本节课的内容进行复习巩固，熟练的运用所学知识。

## 高一学好物理的学习习惯

一、勤于想象。一般需要经过联想，合理推想，大胆猜想。例如：联想“为什么“难以”感觉地球在运动？坐在火车或飞机上，闭着眼睛，感觉火车或飞机不再行驶或飞行，为什么？”；推想“描写物体的运动，需要参照物”；猜想“没有参照物，‘位置’或‘方向’等概念失去意义。”

二、咬文嚼字。学习物理概念、规律，须紧扣文字表述。比如“力是物体间的相互作用。”这里关键字有“物体”、“间”和“相互”。

三、瞻前顾后。物理成为一门学科，具有很强的逻辑系统性。前面接触的概念、规律或重要结论与后面新学习的概念、规律或重要结论总是相互联系的，绝不会相互“抵触”。所以学习中需要瞻前顾后，分析这种其中逻辑关系。

四、多作比较。比较可以“同中求异”，也可“异中求同”。例如“速度”和“加速度”之间比较，相同之处，都是比值定义法。不同之处，物理意义差别“巨大”。这里，可能需要一个较为长期的过程，才能较为彻底地理解。

## 做好高中物理学习的准备

1、端正自己的心态，正确的面对高中物理学习。

由于先入为主的障碍，许多学生还未入高中就对学习物理失

去信心。学生应该明确，高中物理内容与初中大体一样，还是力、热、电、光，只是比初中加深了一点，树立能学好物理的信心。

## 2、做好初高中物理知识的过渡。

高中物理学习的内容在深度和广度上比初中有了很大的增加，研究的物理现象比较复杂。分析物理问题时不仅要从实验出发，有时还要从建立物理模型出发，要从多方面、多层次来探究问题。在物理学习过程中抽象思维多于形象思维，动态思维多于静态思维，需要学生掌握归纳、类比推理和演绎推理方法，特别要具有科学想象能力。

## 3、做好课前预习。

高中物理的难度相对较大，提前预习可以对课堂学习有很大的帮助，也有助于心理稳定。故一定要做好课前预习准备工作。

## 4、课上要认真听讲，主动性思维。

高中物理课由于内容较多，逻辑性较强，因此要求学生必须积极参与到课堂中来，做到主动思维，提高课堂学习效率。

## 5、学会知识的对比、归纳和梳理。

如自由落体运动和抛体运动都可归结为匀变速运动，服从同样的基本规律，归纳和小结，可以使知识条理化、系统化，可以找出各部分知识间的内在联系。

## 6、上课记好笔记，每章进行归纳小结。

根据老师的要求，养成记录及整理笔记的习惯。

## 班级提高成绩工作计划篇二

### 一、看教材

首先、要将教材通读一遍，了解知识的来龙去脉，知道定理定律的适用条件，注意事项，这些都做到了之后，要把公式、概念背的滚瓜烂熟，这是解决一切问题的基础。如果记不准，那列方程求解就是错的。做一道题目错一道题目。背的时候眼看、口念、手抄，让各个感官都收到刺激，以多种方式作用于大脑，这样记得快、牢。考试时用错公式是最冤枉、最徒劳无益的，就象出差时坐错了火车，怎么开也到不了目的地。

### 二、公式理解记忆

学生在高中物理的学习中，会接触很多的高中物理公式，怎么才能记住这些公式呢！高中的物理公式比较多，而且很多的公式非常的相近，学生要想学好高中物理，想要提高自己的分数，就必须要对这些物理公式理解性的记忆。相同的符号可能代表不同的物理量，就需要这些学生把这些物理公式理解性的记忆之后，才能够灵活地应用于物理题目中。

### 三、大量练习物理题

有的物理知识点在老师讲解的过程中，学生基本上能够理解。但是要真正地应用到屋里体重，这些学生会感觉非常的困难。就是这些学生理解了公式的含义，理解了这些知识点的含义，但是没有办法真正的灵活应用到物理题目中，就需要这些学生大量的练习物理题。

### 四、错题记录

错题记录要记录三个方面：题目+答案+思路。请注意，如果时间不够用，可以直接复印一下，剪刀拿来剪下来贴上去。这里的错题并非全部的错题，还包括紧跟老师课堂上碰到的

典型题和容易犯错的好题。对于答案比较复杂(即物理图不好画等等),具体的答案也可以贴上去来节省时间;但是思路部分与错题原因,必须要自己用红笔在旁边写上去,提醒大家一定要用自己的话,要自己能看懂就可以。

## 五、实验

最后是物理实验,千万别觉得“就是玩”。要把器材、目的、原理、操作、计算、结论全记住,自己动手有助于记忆。老师强调的注意事项、常见错误原因及排除方法等等往往是考试热点,务必掌握牢靠。

### 高三物理复习策略五个要点

一、吃透说明、调整策略,节约备考时间和精力。

比如说删除了力矩,那么磁力矩还备不备考?当然不搞,力矩都删除了还谈什么磁力矩?再如热学中理想气体考试要点调整后,就只需掌握对体积、温度、压强的关系作定性分析。

二、强化基础知识和基本技能训练,不多钻难题、偏题和怪题。

从近两年,特别是去年理综试卷分析来看,理、化、生三科中物理难度偏高。为达到三科难度适中,今年物理难度将会有所降低。从考试说明的样题中就看到物理增加了两道选择题,而且最后的物理压轴题难度也将会有所下降。考试说明的调整也说明这一点,删除内容多为计算繁复的知识。对此,我们更应强化基础知识和基本技能的训练,不要将大量宝贵时间和精力浪费在做难题、偏题和怪题上。

三、理顺知识网络。

学科网络是解答各学科试题的通道。虽然有三科综合题,但

难度都不是十分大。综合能力考查主要还是以学科内综合为主，两年的理科综合试卷和考试说明样题，都基本如此。所以不要过分强调综合，而忽略了学科内主干知识的梳理、归纳。

#### 四、熟练掌握应试技巧。

高考是选拔人才的考试，试题就得有坡度，解析就应有层次。所以在试卷解析过程中应力求条理清晰，因果明了，有理有据有结果，充分展示其思维过程。这一点是我们学生最缺乏的，往往把计算论述题做成了填空题、选择题，以为有结果就会有高分。从历年阅卷情况看从来都是，分点、分步、分层给分，仅有正确结果肯定得不了高分，甚至不一定能得分。

#### 五、端正态度、从容应考。

这是最为重要的一点。高考从考理、化单科过度到考理科综合，由于题量的限制，知识面的覆盖必然大幅缩减。但是，绝不可因此而走猜题押宝的歧路。应全面掌握主干知识、不可疏漏任何一个小问题。千万不要听信一些类似江湖骗子之流的什么压轴卷、一密卷、高分宝典卷之类的蛊惑。

#### 高三物理提分技巧有哪些

遇到问题要及时攻克掉，千万不要积累问题

高中物理的知识点很多，很多知识点又很抽象，学习的节奏又很快，所以遇到问题的时候要及时解决，否则越积越多；物理知识的学习连贯性也很强，前面的知识没有弄懂，后面的知识自然也学不会。学习物理一定要把基础打牢，这样才会得高分！

#### 重视解题思维

很多同学在做物理基础题的时候感觉很容易，但是遇到稍微有一点难度的题就没有思路了，这就是分析能力的不足，平时我们做题的时候要勤于分析，仔细推敲，一旦分析能力提高了，你会发现很多题都是非常简单的。

课下做作业要注意步骤和书写的规范性

有很多同学在课下做物理习题的时候不注意步骤的规范性，等到考试的时候因为答题步骤不严谨而丢分，一道自己会的题，仅仅就是因为答题步骤不规范而被扣分是多么的不值得，所以我们在平时联系的时候就要养成规范的答题步骤。

提高解题速度

提高解题的速度是非常重要的，因为考试物理题量还是比较大的，很多同学明明会做的题，但是因为解题速度慢导致考试答不完卷，导致物理成绩上不来。会出现在这样的原因是因为我们平时在课下做题没有时间概念，养成了习惯，所以到了考场的时候答题速度很慢。

## 班级提高成绩工作计划篇三

“努力却无法提高成绩”，其实是一个比较普遍的现象，此现象形成的原因是多方面的，抛开无法改变的外在因素（家庭环境和条件影响、性格因素），其实，最主要的原因依然是内在的！

其实，成绩差的真正原因几乎都源自于以下两点：

第一：曾经的不认真导致基础差。（存在知识漏洞是这部分同学物理成绩平平的主要原因之一）

解决基础差的办法有两个：

1. 在假期和周末时间，全面无死角的重新复习初中物理基础知识！

2. 在非假期和周末时间的每个晚上，以及在校的自习课上，有重点、有选择的根据当天做题时碰到的问题，复习相关基础知识漏洞和方法漏洞！

第二：追赶过程中做的无用功过多，或者说没有找到适合自己的学习方法！

什么叫做无用功呢？

看起来学习非常努力，可是却每天都在重复的、非常耗费时间的进行低效率做题！

看起来很努力，其实并未真正用心，采用的都是最为低效率的学习习惯和方法！

“低效”是这部分同学的最突出表现！

低效的原因就来自于他们的“懒惰”！

这种懒惰被表面的“勤奋”所掩盖，以至于多数家长都觉得自己的孩子学习很努力，而其实那只是一种“假努力”。

这种懒惰就是——“思维的懒惰”！这就是我们家长朋友们最不愿意看到的事实，每天都在发生。

对于学习任何科目来说，没有比这种懒惰更可怕的了！

他们绝大部分每天埋头于做题中！多数是为了做题而做题，却不会分类研究归纳，不会深入思考做题规律和题目背后蕴藏的各种知识点、易错点、重难点、方法、技巧！

也很少先复习再做题，而是一到书桌上就开始做题，几乎没



有整理归纳错题的习惯；或者说虽然整理归纳错题了，但是只不过把错题从试卷上搬运到了自己的错题集上而已，并没有自己的思考结晶！

甚至，对于任何本应该整理的错题都缺少自己独立思考的结晶！

针对以上两大问题，从今天起可以采取快速提高物理成绩的方法如下：

一、通过研究“错题”、归纳“错题集”快速积累提分点！

绝不可轻易放过自己做过的每一道物理错题！要善于反思、归纳总结！改错是最有价值，提高物理成绩最快的方法！这是历届学霸们学好物理的一个百试不爽的最好用方法。

这里有两个研究归纳错题的途径。

一个途径是研究归纳自己每天的物理错题！另一个途径是借鉴研究历届学霸们的物理错题集！

二、通过总结归纳“核心知识、核心方法”提纲挈领化物理知识！

所谓的核心知识和方法，是指那些在中考中历年必考知识点、重难点和方法！可以通过研究近几年当地中考物理题迅速明白。

三、通过脑中建立“思维导图”系统化全部知识点！

此方法可以在每晚临睡前进行，也就是平时所说的“过电影”，把所学过的物理知识按照章节顺序、或者知识点、知识主干顺序进行回忆，从主干到细节进行回忆，回忆的越详细效果越好，如果想不出来，可以当时或者第二天醒来后再

重新复习一遍。通过此过程可以达到快速复习基础知识的目的。

四、重视平时做题中的“规范”！步骤要规范、思路要规范、解答要规范！

五、快速建立起自己的做物理题策略！

如果实在不知道怎么做，就去问老师，问学霸，他们都会提供多套解题策略，自己可以博采众长，形成一套真正属于自己的独立解答策略！

通过以上方法，初三的同学们一定可以快速提高物理成绩，并真正养成良好的学习习惯和方法！

## 班级提高成绩工作计划篇四

### 一、看教材

首先、要将教材通读一遍，了解知识的来龙去脉，知道定理定律的适用条件，注意事项，这些都做到了之后，要把公式、概念背的滚瓜烂熟，这是解决一切问题的基础。如果记不准，那列方程求解就是错的。做一道题目错一道题目。背的时候眼看、口念、手抄，让各个感官都收到刺激，以多种方式作用于大脑，这样记得快、牢。考试时用错公式是最冤枉、最徒劳无益的，就象出差时坐错了火车，怎么开也到不了目的地。

### 二、公式理解记忆

学生在高中物理的学习中，会接触很多的高中物理公式，怎么才能记住这些公式呢！高中的物理公式比较多，而且很多的公式非常的相近，学生要想学好高中物理，想要提高自己的分数，就必须要对这些物理公式理解性的记忆。相同的符号可能代表不同的物理量，就需要这些学生把这些物理公式

理解性的记忆之后，才能够灵活地应用于物理题目中。

### 三、大量练习物理题

有的物理知识点在老师讲解的过程中，学生基本上能够理解。但是要真正地应用到屋里体重，这些学生会感觉非常的困难。就是这些学生理解了公式的含义，理解了这些知识点的含义，但是没有办法真正的灵活应用到物理题目中，就需要这些学生大量的练习物理题。

现在学生要想学好高中物理，就必须练习大量的物理题目。除了每天老师发的一些物理题之外，学生也可以从一些书店或者是从网络中购买一些物理专题题目，这样对学生提高分数是有帮助的。学生通过专项的练习，能够提升这些学生的学习成绩。

### 高三物理怎么逆袭的方法

如果是高一高二没有学习物理的同学，在高三如果想要逆袭，其实并不是很容易，你要学好物理，首先必修从基础学起，也是也是需要花费很多时间的，但是如果你真的想要逆袭，首先把自己的心理状态调节好，要相信自己能够逆袭物理，只有自己先相信，在复习物理的时候，才会更加的有动力。

其次要拿出多一些的时间是做物理题，但是不能影响听课，做题的时候，多做基础的，不要做的难题，物理的基础题其实也不是很简单的，如果觉得这个章节自己差不多了，可以做一些综合题来锻炼自己的能力，其次物理当中的公式定理也都是很重要的，如果你连公式定理都不清楚，无论这道题有多么简单，可能你都不会，特别是物理题当中经常出现的物理公式和定理，一定要记清楚并且能够理解，在平时做题的时候也要多练习，这样我们物理才能够逆袭。

物理实验能够帮助我们更好的去理解物理公式和定理，而且

实验课也能够培养自己的对物理的兴趣，有了兴趣，我们会更愿意学习物理，也会更喜欢专研，有些知识点，我们在实验中就能够理解，这样记忆也会更加的深刻。

## 高三怎么学好高中物理

对于基础薄弱，在低年级时物理成绩就不理想的学生，具体困难是跟不上班级正常的复习进度，不能保质保量完成作业，上课下课都很吃力，没有反思学习的过程，学习效率低，学习热情不高。大多数学生在面对上述状况时，往往是消极防御，而正确的做法是主动出击。

第一，预习和完成作业的关系。这里说的预习是指在新一章复习之前，把这一章的基本概念和基本规律通过看书或笔记，最大限度地回忆起来，好处在于通过预习可以跟上正常的复习进度。这里的作业是指老师第二天要讲的习题，如果确保完成作业，第二天听课才更有针对性，才能有收获。如果时间确实来不及，可以有选择地放弃一部分作业，但预习无论如何不能少。

第二，当前知识和以前知识的关系。课上学当前的、课下补以前的，这样做往往效果不明显。这时一定要稳定心态，集中优势兵力打包围战，有利于提高学生的自信心。

由于基础差的学生起点较低，因此上升的空间很大，如果能够制订合理的短期目标，不贪多、不求全，在不知不觉中物理成绩就会向上走。

## 班级提高成绩工作计划篇五

浅谈如何全面提高学生的物理成绩,本站还有更多关于物理工作计划总结,物理工作计划总结大全相关的资料。

现初中教育由过去择优录取变为面对全部小学毕业生，学生

素质差异大，学习成绩差异也大。特别是我现在所在的公办学校，招收的学生大部分学生学习成绩都不是很理想，如何使这些学生在学习物理过程获得成绩上的全面提高，是每个物理教师需要探讨，解决的课题。现简单的谈下我在教学中的一些做法和体会。

## 1. 兴趣是最好的老师

动机是个体发动和维持其行动的一种心理状态，这种心理激发得越强烈，就越能使学生的学习活动表现出浓厚的兴趣、积极的态度、高度集中的注意力，从而最大限度地发挥个人的智能潜力。不言而喻，教师精确的设问，使学生处于情绪高涨、智力振奋的内部状态，从而有效地提高学生思辨的能力。例如：初二物理讲到“沸腾与蒸发”一节时，精心设问可按下述程序进行：教师在讲台上放一盏酒精灯，然后举起一张纸问：这张纸，放到点燃的酒精灯上，会燃烧吗？“会”。“那么，用纸折成一只盒子放在灯上会不会燃烧？”“当然会”。教师将纸盒里装满了水，放到点燃的酒精灯上，结果纸盒没有烧起来。学生说“这有啥稀奇，纸盒湿掉了当然不会烧起来。”教师问：“为什么纸盒湿掉了，就不会烧起来呢？”此时学生已处于想发言但又不知道怎么回答的状态，急切等待教师的解答，这时就激起了学生的浓厚的认识兴趣和强烈的学习动机，教师这时来讲授内容，教学效果必会大大提高。

## 2. 充分发挥学生的主观能动性

由于受到传统的旧教育思想影响和束缚，不少教师存在这样一个心理状态：总怕漏讲什么问题，怕学生考试考不出责怪教师，于是越讲越多，越讲越细，抱着学生满堂灌。而学生学习成绩的提高，智力和能力的发展，主要是靠学生的学习主动性和积极性，教师只是起到引导和教育的作用。教师靠“灌”是教不好，教不活的，学生靠“逼”也是学不好，掌握不了的。在教学中我的做法是：（1）改进教学方法，实

行引导和启发式相结合的教学。根据学生现有的知识水平，智力能力，情感等个性因素，精心设计教学过程，从感性到理性，由浅入深，逐渐引导和启发学生思考问题和提出问题，尽量为学生创造研究问题的情景，以及独立思考，独立活动的条件和场所，为学生创造触景生情，触景生智的气氛，调动学生学习的积极性，使学生经自己努力能学懂，学会。（2）培养学生认真阅读课文的能力。课本是学生掌握知识的基本工具，也是教师进行教学的依据。在讲评习题和试题时紧密结合课文内容，让学生在课文中找出解题的依据，使学生明白：习题和试题尽管千变万化，但都没有离开课本的基本知识，即“万变不离本”，只要认真阅读课文，弄懂、掌握好课文中的基本概念、基本规律和基本公式，学好物理是不难的。（3）培养学生独立能力，改变教师“满堂灌”的做法。凡教材中比较简单的问题，学生能通过自学掌握的知识，在课堂上让学生看书，讨论解决，演示实验，凡学生能操作的就让学生上讲台当“小老师”；学生提出的问题，凡能通过阅读教材解决的，就引导他们阅读课文有关内容自己解决。这样不仅调动学生学习主动性和积极性，也增强了学生学好物理的信心。教师虽然在课堂上讲课时间相对少了，但学生阅读、讨论，动手的时间却增加了。更重要的是学生往往喜欢看同龄人的演示操作，从而更能高度集中精力，把主要的知识掌握好。

### 3. 建立相互尊重，相互爱护的新型师生关系

良好的师生关系能使师生亲密合作，相互配合，情绪愉快，心情舒畅，这是调动教与学双方积极性的一种内驱力。它驱动教师满腔热情，专心致志地从事教学工作，千方百计为学生着想，为学生着急，为提高学生的学习成绩忘我工作。同时，也消除学生对老师恐惧、焦虑等心理负担，乐于接受教师的教育和影响，对教师所教的学科产生兴趣与爱好。良好的师生关系，很大程度上取决于教师对学生的态度。我的做法是：（1）给学生留下良好的第一印象。上第一节物理课，一定要给学生留下难忘的好印象。除了注意自己的衣着言行

及有礼貌地向学生介绍自己的姓名，住址等情况外，还推心置腹地向学生宣布：无论学习好坏，只要是勤学好问的学生我都喜欢，特别喜欢勇于向老师提问题和问问题的同学，无论什么时候，我都乐意回答同学们提的问题。使学生感到任课教师平易近人，和蔼可亲，为建立良好的师生关系打好基础

(2) 平等对待后进生，并对他们取得的进步及时给予肯定和好评。初中学生处于半成熟半幼稚时期，可塑性较大，比较天真，淘气，不稳定。教师都较喜欢成绩好的，听话的学生，对学习差，淘气学生往往比较反感，容易造成学习差，淘气学生的失落感。因此，对待他们一定不能“歧视”，“挖苦”，不能打击他们的上进心，而是相信他们，帮助他们，给他们一份爱心，积极主动地深入到他们之中，及时了解他们的知识水平和心理状况，从实际出发进行因材施教。(3) 严格要求学生，同时老师也要严以律己。从严要求学生 是教师具有良好职业道德的体现。“严师出高徒”，但必须严而有度，严而有方，要掌握教育分寸，不能随心所欲，感情用事。要求学生做到的，老师首先要做到，在学生中树立威信。有威信的教师教的课，说的话，提的要求，学生容易接受，效果就好。

#### 4. 加强对学生的学习方法指导，提高认识能力

此习题涉及哪几个知识点，而这些知识点在课本哪章节，哪一页，哪一行，跟以前做过的哪个习题类似，即注意前面知识的复习，从而使学生进一步掌握课本的基础内容，而不是死记课本。特别是抓住典型题目，巧设疑难，一题多变，增强学生洞察知识内涵的能力，达到举一反三，触类旁通。(3) 教学生看插图，从插图中实现“学会”物理到“会学”物理的转化。九年义务教育中物理教材增添了众多形式生动活泼，内容丰富有趣，可读性启发性很强的插图，引导学生借助插图理解和掌握物理概念和物理规律，以及物理实验和实验仪器的使用，是提高学和学习积极性，掌握和理解物理知识的重要手段。培养学生学会自己看图，自己提出问题，寻求解决问题途径的能力，达到从感性到理性，从“学会”物理变为

“会学”物理的飞跃。（4）每个章节结束后要求学生用图表做小结。图表具有直观，形象，一目了然的特点。利用图表进行小结，可使零乱的知识条理化，系统化，便于记忆，容易掌握相近但又不同的知识之间的联系和区别，有利于加深对这些知识的理解，有利于培养学生的概括能力。

## 5. 改革评价方式，进一步激发学生的学习激情

单从分数来评价一个学生，必然会影响大部分学生的学习积极性。如何用好评价这个杠杆呢？看分数不惟分数，用分数帮助学生认识自己的现状，确立奋斗的目标；在课堂上对中等生的问题、思想作出及时的评价，有时用放大镜给予鼓励和肯定，有时一个点头一个微笑，有时则当头棒喝；时常在中等生的单元试卷上、作业本上，写下一些激励的话语和对症下药的批注、圈点，作出一些发展性、进步性评价，来激发他们的学习热情。

总之要全面提高学生的物理成绩，确实是一项艰苦、细致和需要耐心的工作，还有许多问题需要在教学实践中进一步摸索，乃需师生共同努力奋斗才能实现这一目标。