

16 篇)

时间过得太快，让人猝不及防，前方等待着我们的新的机遇和挑战，现在就让我们制定一份计划，好好地规划一下吧。那么计划怎么拟定才能发挥它最大的作用呢？下面是小编收集整理的物理学习计划，欢迎阅读，希望大家能够喜欢。

物理学习计划 篇 1

从本学期开始，八年级学生要增加一门新学科——物理。物理是一门自然科学，跟平时的实际生活比较接近，本着“生活中的物理”这一思想，让学生在形象生动中体会到物理的乐趣，也为以后的学习打下基础。特制定如下教学计划：

一、教学目标：

1、知识与技能：

a、初步认识声光电等自然界常见的现象，了解这些知识在生产生活中的应用。

b、具有初步的实验操作技能，会使用简单的实验仪器和测量工具，能测量一些基本的物理量。会记录实验数据，知道简单的数据处理方法，会写简单的实验报告，会用科学术语，简单图表等描述实验结果。

2、过程和方法：

a、经历观察物理现象的过程，能简单描述所观察的物理现象的主要特征。有初步的观察能力。能在观察物理现象或学习物理的过程中发现问题。

b、通过参与科学探究活动，学习拟订简单的科学探究计划和实验方案，能利用不同渠道收集信息，有初步的信息收集能力。

3、情感态度与价值观：

能保持对自然的好奇，初步领略自然现象中的美妙与和谐，对大自然有亲近，热爱和谐相处的情感。具有对科学的求知欲，乐于探索自然界和日常生活中的物理道理。

二、具体措施：

、注重学生兴趣的培养。让学生保持对自然界的好奇，发展对科学的探索兴趣，在了解和认识物质世界的过程中拥有满足感及兴奋感。

2、以自学探讨为主、讲授为辅的学习方式让学生掌握一定的物理基础知识，养成良好的思维习惯，在解决问题或作决定时能尝试运用科学原理和科学研究方法。

3、运用实验或实践让学生经历基本的科学探究过程，从而具有初步的科学探究能力。

篇 2

第一、查缺补漏

查缺补漏的有效方法是把平时练习、单元测验、期中考题等等练习中，自己曾经做过但是出了错的题抽出来，把太难的、力所不能及的先放一边，把其他的统统认真订正，做出标记，并定期再复习。分在哪儿丢的，就在哪儿补上。这些题目比外界流行的题目更适合自己，更有针对性，更能收到实际效果。这就是“对症下药”，可以消除死角，在短时间内有效地提高成绩。

有的同学认为，“就是要按高考要求复习”。还有的同学认为，“就是要多见新鲜题”。他们忽略了一点：大量的低、中档题同样是高考要求。高考中也是大量采用稍加变形的常见题。所以，越是到复习的最后阶段，越要强调“回到基础上来”。也不能到处搜集新题，一味求新、求异、求难，陷入题海，反而丢掉了根本，那样不会有好的结果。

曾经，我们有一个学生，每次考物理都不太好，经过与老师交流，他将自己所有出错的问题在一张纸上抄写下来，将纸叠成四竖道，然后在第一竖道里写一遍，过几天，再写第二遍，在考试前再做一遍，在大考再做一遍，基本上保证四遍，经过半个学期的努力，在高考中，他的物理成绩达到了全班的前五名！

第二、系统综合

把所掌握的知识和重要的方法加以浓缩，勾选提要，整理有序，在需要的时候能迅速提取，这本身就是一种能力。在考场上，这同样是一种用于竞争的实力。如果对学过的大量知识和作过的大量练习不

找到自己需要的东西。到了收获的季节，要争取颗粒归仓。要整理所学过的内容之间的横向、纵向的联系，把各种不同事情中共性的东西抽出来。系统综合就是能用自己的简练的语言概括、复述这些有关的内容。

系统综合的办法之一是做“备忘录”。对于每个学科，把最主要的概念和规律、公式及它们之间的联系，重要的方法，易混淆的问题，典型的例题和自己的主要经验教训，整理出来，用2张8开大小的白纸写下来。这样就把自己认为最要紧的事，最应时提醒自己注意的事，最容易忽视而出问题的地方，经过自己的加工，有了清晰的认识。加以浓缩、整理、记录，成为一个时时可以方便查阅的“备忘录”。要指出的是这个“备忘录”篇幅不能过大，应限制在8开纸2张之内甚至更少。越是到最后复习阶段，越要从一大堆书、一大堆笔记、一大堆篇子中解脱出来，必须完成由多到少的转变。这是提高应试能力的一个关键。特别是临考之前，稍微用一点时间认真地把“备忘录”看一遍，就相当于把这个学科的主要内容进行了一次较全面的复习，这是一个值得推荐的行之有效的办法。

篇3

进入初三的同学们已经学习了一年的物理，国庆长假期间，同学们可以反思过去一年的物理学习，有何感觉？物理难学吗？可能有的同学感到学习物理比较困难，究其原因，主要是过去的学习存在一些错误认识。为了迎接初中最后一年的升学冲刺，必须改正这些错误认识，以利再战。现将这些错误认识归纳如下：

轻视或淡化实验

有些同学在学习物理的过程中，往往只重视物理理论的学校，轻视物理实验；愿意花大量时间去做大量的练习题，而不愿意在实验操作、观察实验和实验分析上多花点时间；即使是在喜欢的学生分组实验中，也是敷衍应付，草率了事；对选做实验、课后小实验更是不屑一顾。由此，在运用理论解答具体问题时或是无从下手，或是一下笔就错，甚至对日常生活、生产中的简单常识性问题也没有方向，感到

原来强烈了。因此，要学好物理，不仅要掌握好物理理论，更必须重视实验，把物理理论的来龙去脉通过实验过程的探索搞清楚、理解透。

淡化过程分析

很多同学以为，对物理理论的学校，只要死记硬背、记住就行了，不必深入探究物理规律的建立过程，不必弄清物理概念的来龙去脉。这样做虽然能记住物理理论，但形成不了正确的物理思维，更体会不到物理的学科魅力，久而久之，就会使物理学习的难度增加。重视物理结论中的过程分析，不仅能提高应用理论的准确性，同时在过程分析会增强学习物理的信心，提高处理问题、解决问题的物理思维能力。

解题时凭感觉

有些同学在解答物理问题时，不是认真地分析题目中的物理过程，而是凭感觉去认定一个物理过程，甚至不辨真伪，靠瞎猜乱碰，这种解答自然是劳而无功、毫无意义的。在解答物理问题时要注意理解公式的意义、适用范围、解题思路、解题步骤等，以求掌握解题规律，以一贯十，以相对不变去应对万变。要注意通过课本以及老师布置的精选练习题，以针对性的练习为主，切忌盲目性。

忽视解后总结

很多同学可能都有这样的感觉，虽然已做了大量的习题，却收效甚微，再做原来做过或十分类似的题目时，竟和过去没有做过一样，甚至前错后忘记，第二次做对后，再做仍然和原来一样做错。究其原因是在解题后没有及时认真地进行总结反思。这正是花费了很多时间和精力，而物理成绩依然不理想的原因。所以，解题之后要进行及时总结、独立反思，这样做不仅可以使自己印象深刻，而且能在总结过程中懂得更多的物理过程，拓宽知识视野，进一步激发物理思维，培养创新能力和探究能力，这正是物理学习的必需。

篇 4

(一)三个基本。

基本概念要清楚，基本规律要熟悉，基本方法要熟练。关于基本概念、基本规律要熟悉它们是怎么来的？为什么要引入？它有什么用？它

?和那些其他物理量相似或类同?与谁有联系?怎样记忆它?等等。再谈一个问题,属于三个基本之外的问题。就是我们在学习物理的过程中,总结出一些简练易记实用的推论或论断,对帮助解题和学好物理是非常有用的。如,“沿着电场线的方向电势降低”;“同一根绳上张力相等”;“加速度为零时速度最大”;“洛仑兹力不做功”等等。

(二)独立做题。

要独立地(指不依赖他人),保质保量地做一些题。题目要有一定的数量,不能太少,更要有一定的质量,就是说要有一定的难度。任何人学习数理化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,有的画草图就可以了,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,不走思或尽量少走思。不要自以为是,要虚心向老师学习。不要以为老师讲得简单而放弃听讲,如果真出现这种情况可以当成是复习、巩固。尽量与老师保持一致、同步,不能自搞一套,否则就等于是完全自学了。入门以后,有了一定的基础,则允许有自己一定的活动空间,也就是说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

已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，以后要经学看，要能做到爱不释手，终生保存。

(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、实验报告等等。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，作记号可以节省不少时间。

(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，而利用时间是一门非常高超的艺术。比方说，可以利用“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，我们可以把当天讲的课一节一节地回忆，这样重复地再学一次，能达到强化的目的。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。学习物理的人脑子里会经常有几道做不出来的题贮存着，念念不忘，不知何时会有所突破，找到问题的答案。

(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)数学。

物理的计算要依靠数学，对学物理来说数学太重要了。没有数学这个计算工具物理学是步难行的。大学里物理系的数学课与物理课是并重的。要学好数学，利用好数学这个强有力的工具。

十一)体育活动。

健康的身体是学习好的保证，旺盛的精力是学习高效率的保证。要经常参加体育活动，要会一种、二种锻炼身体的方法，要终生参加体育活动，不能间断，仅由兴趣出发三天打鱼两天晒网地搞体育活动，对身体不会有太大好处。要自觉地有意识地去锻炼身体。要保证充足的睡眠，不能以减少睡觉的时间去增加学习的时间，这种办法不可取。不能以透支健康为代价去换取一点好成绩，不能动不动就讲所谓“冲刺”、“拼搏”，学习也要讲究规律性，也就是说总是努力。

总结：以上就是“高三物理学习计划及备考建议”的全部内容，请大家认真阅读，巩固学过的知识，小编祝愿同学们在努力的复习后取得优秀的成绩！

篇 5

一、学好物理的必要条件和关键环节是勤奋。

每个人都有一颗想偷懒的心，但是学习最怕学生懒惰，这是阻碍提高学习能力的绊脚石。希望同学们能够明白一个道理：一分耕耘一分收获。学生想要学习成绩好，必须狠得下心，坚持每天努力学习，凭借坚强的意志战胜懒惰思想，这样才能取得良好的学习成绩，学好物理这门学科。

二、学生要了解物理这门学科的学习特点。

初中物理学科的特点是：知识基础、知识量大、涉及到的地方多，学生想要学好物理，就必须了解物理学科的特点。面对知识量大的物理，学生要明确一个原因，就是“先掌握基础，再解答题目”的原则。学生必须牢固记忆物理概念、公式、定理和规律等基础知识，记不住这些知识就不能够灵活运用，记不住这些知识就无法解决物理题目。只有掌握了物理知识，学生才能逐渐提高自身分析问题的能力、解答问题的能力和动手做实验的能力，学生一定要在理解的基础上记忆物理知识。

三、学生要明确初三物理和初二物理的不同之处。

物理是学生到了初二才接触的学科，初二物理比较注重学习物理现象，学习特点以记忆为主，以此来引起学生的注意，提高学生物理

要内容也从物理现象逐渐转换为物理理论。因此，学生的学习方法也要随之改变。在学习物理的时候，学生应该以理解为主，牢固掌握基础知识，熟练运用知识解答题目，提高自身的物理能力。

篇 6

我有幸参加了“国培计划”初中物理学习。首先我要感谢这样一个难得的学习机会，与物理学科教师一起学习和交流，我非常珍惜这次难得的学习机会。

俗话说“玉不琢，不成器。人不学，不知义。”通过培训，使我对教育教学的内涵有了新的理解，领会到在新课改的形式下教育教学的新理念；通过观课、评课，领略到什么叫自主学习、探究性学习，领略到优秀教师是如何在课堂上创设情景，下面就我的心得体会谈以下几点：

一、不断进取，提升自身业务水平

通过观摩活动，学习和领略到许多教师教学风格，他们各有千秋，也受益很多。我感受最深的是，这些老师都有的共同特点：他们尊重学生的需求和发展特点，重视基础，为学生有个性发展提供空间。从学生出发，做到以人为本，为每个学生提供平等参与的机会，让学生在宽松、民主的环境中体验成功，健康成长。

各位老师用自己的自信、率真、真实、真诚和热情，向我们展示了一位又一位的风采。经过学习，再到磨课研课，我由初始的迷茫渐渐开朗，不仅要学习课程内容还要不断进取，提升自身的水平。

二、树立终身学习理念，努力成为优秀物理教师

在培训中，在和老师的交流中，开阔了视野，增进了见识，增长了知识，让我受益匪浅。回顾这学习培训，感觉既忙碌又充实，收获颇多。培训期间，经过评课老师的指导解决了我的许多问题；得到了许多的教学经验和教学技巧；在与其他教师交流时，结识了许多志同道合的优秀教师，特别是我听了四位名师的'教学示范课，他们灵活的教法，深厚的知识功底，把学生引入到胜景，把课堂引入到新境的高超水平都非常值得我学习。从这一过程中我接受了许多优秀的教学思想。这

些优秀的教学理念一定会在我今后的教学发展中，起到持续的指导作用。

虽然培训结束了，但思考没有结束，行动更是没有结束。我将带着收获、带着感悟、带着感恩、带着满腔热情，在今后的教学中，继续学习知识，反思自己的教学行为，让自己在教学实践中获得成长，使自己的教学水平和教学能力上一个台阶。在这里也感谢长春市第一五九中学为我们提供这么好的学习空间，感谢“国培计划”为我们提供这么难得的学习机会，促使我在教育生涯的轨道上大步前进。

篇 7

早上 6:30 起床，6:40--8:40 套题训练。

上午 9:00-12:00 学习数学和外语;中间休息半小时。

下午 3:00-17:30 学习语文和物理或化学;中间休息半小时。

晚上 19:30-22:30 学习生物，整理这一天学习当中的问题、改错并归纳。

23:00 上床，听 20 分钟外语，然后休息。

物理学习计划 篇 8

本学期期末考试为成都市调研考试，为了有好的效果，经过教研，特对试题进行了分析和对后期复习提出计划。

一、试题预测：

基本知识不会太难，重在知道、辨析，注意理解、应用；

基本作图简单容易，知晓原理，重在方向；

基本计算稍加训练，单位换算、解题格式，重在运用公式；

实验探究初次接触，知晓量具、增强探究意识，适当练习。

二、重点内容的梳理：

（一）各章的重点内容：

第一章：打开物理世界的大门——抓住本章的一些实验，什么是物理学？知道主要物理学家的史事，了解科学探究的基本要素。

第二章：运动的世界——运动静止的相对性，速度的计算，速度的测量。

声的途径方法，声速的有关计算。

第四章：多彩的光————光的直线传播，月食、日食、小孔成像等；光的反射现象的判别，反射定律的灵活运用；光的折射现象的判别，折射规律的灵活运用；光的色散现象；凸、凹透镜对光线的作用及作图；眼睛的原理，近视眼、远视眼的成因与矫正方法，一机一仪三镜的原理及基本应用。

第五章：熟悉而陌生的力————力的概念、力的作用效果、力的示意图、力的测量和弹簧测力计原理及使用；重力的大小、方向、作用点，重力示意图；增大与减小摩擦的方法。

第六章：力与运动————惯性现象及解释；同一直线上的力的合成的概念与简单计算；二力平衡的判断及计算。

（二）实验与探究的重点：

长度的测量；长度、时间等量的估测；声音的产生与传播；凸透镜成像规律及应用；探究摩擦力；

（三）作图与计算的重点：

光的反射、光的折射、凸、凹透镜对光线的作用，力的示意图（重力）；

速度计算（含声音速度）难度不宜太大，但这是重点；重力的计算。

（四）关注不定项选择：

设置必要的练习题，进行训练。

三、复习的基本要求：

1、梳理知识，形成结构————便于记忆；

2、重点内容，细讲多练————技能知识需要过手、过脑、过心；

3、注意纠错，规范习惯————易错点是难点，找出错误，分析原因，

规范格式，养成习惯。

4、综合练习，评讲拓展————练中记忆，练中巩固，练中知新，讲中纠错，讲中深化，讲中思维

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/885131213343011140>