

高中物理弹力教学反思 高一物理教学反思 (精选5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？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

高中物理弹力教学反思篇一

物理老师们都感到新课容易上，而复习课难上。自从任教高一物理以来，复习课难上便时时困扰着我，每每上完复习课，总会呆呆地坐思考同一个问题：为什么一堂自我感觉很满意的复习课，却激不起学生的共鸣，得不到应有的收效？原因在哪里？经过反复的思考，我觉得主要在于以下两个方面：

1、在涉及“基本知识”的复习课中，我们往往都是通过归纳成条文或画图表概括的手段来罗列知识，梳理知识方法，这种做法，往往表现为老师津津乐道，学生感到枯燥乏味，漫不经心，没精打彩，无法激发学生的兴趣。但一当老师提出一些创设性的问题，则学生精神振奋，精力集中地思考问题，这就是明显反映了学生需要通过问题来复习“基础知识”的迫切要求。问题是物理的灵魂，把问题作为教学的出发点，就能激起学生的共鸣，因为这顺应学生的心理需要。

2、在涉及“物理技能、物理思想方法”的复习课中，以往教学往往是阐述一种“方法”后，立即出示一个或几个相应的例题或练习，学生只管按老师传授的“方法”套用即可，这样，学生就省略了“方法”的思考和被揭示的过程，即选择判断的过程，同时也限制了学生的思维，长此以往，也就形成了“学生上课听得懂，课后或考试不会思考、不会做题”的现象。在解答问题上，学生就会束手无策，无从下手，这就是当前物理复习课效果不理想的重要原因。

那么，怎样才能提高物理复习课的质量，使师生辛勤劳作，换得丰富的硕果？我认为，要想让学生听懂学会，就必须为学生创造和安排练习的机会。

例如在复习力的平衡问题时，可以根据解答平衡问题的几种方法，设计一组可将有关“方法”溶于其中的小题目，让学生做，这样就把主动权交给了学生，学生应用自己的知识和思维方法掌握物理、运用物理的知识，解决物理问题，使学生在分析问题、解决问题的探索过程中，回顾所学的“方法”并作出相应的选择判断，从而轻松愉快地实现知识复习与能力提高，最后老师可以进行归纳的总结。

因此，我认为用这种方法进行物理复习教学，是解决当前物理复习教学效率低，质量不高的有效方法之一。

课前针对复习课的教学目标，设计出几组题目，将有关物理基础知识，基本技能，基本方法与物理思想溶于其中，换言之，即以题目为骨架编拟课时教案，在具体教学中，以题目开路（先出现题目，再出现其它），然后引导学生对题目进行分析、讨论、研究和解答。教师借题发挥，画龙点睛，使学生在积极主动地探索研究中，在解答题目的过程中巩固所学的知识，发现规律性的东西，并使学生智力与能力得到训练与提高，变“讲练讲”为“练讲练”，变“一法一题”为“见题想法”。

1、选题时，各题组要紧紧围绕课时复习目标，使基础知识、基本技能、基本方法、基本思想、解题规律等重复出现，螺旋式递进，这符合学生的认知规律，有助于学生掌握问题的来龙去脉，加速从模仿到灵活运用过程，能深深印入到学生的脑海中。

2、题目的选编以考纲为纲，以教本为本，应具有典型性和代表性，能起到示范作用。

还有哪些解法（一题多解）？把后两个疑问交给学生，使他们不断地反思，在反思中巩固、深化、提高，使他们的知识由点到面，拉成线，织成网，形成合理的知识结构。

4、题目要能及时反馈教学信息，随时调节教学。因为能让学生当场了解解题过程，知道正误，及时反馈，教师由此也能立即获得学生方面的信息。纠正或强化，随时解决，不烧“夹生饭”，这样教与学的针对性都强，教师及时了解学生掌握了什么？还未掌握什么？哪些学生掌握了？哪些学生还未掌握？等等。

教学无定法，能引起学生共鸣便是好方法。教学内容变化很少，而教学的对象却一届比一届挑剔，要博得学生的欢迎，便要不断反思，不断更新观念，不断改进教法，使自己成为学生心目中的长青树。这次反思，让我获益匪浅。

高中物理弹力教学反思篇二

1、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，举一个例子。比如说速率。它有两个意思：一是表示速度的大小；二是表示路程与时间的比值（如在匀速圆周运动中），而速度是位移与时间的比值（指在匀速直线运动中）。关于基本规律，比如说平均速度的计算公式有两个经常用到 $v = s/t$ 和 $v = (v_0 + vt)/2$ 前者是定义式，适用于任何情况，后者是导出式，只适用于做匀变速直线运动的情况。再说一下基本方法，比如说研究中学问题是常采用的整体法和隔离法，就是一个典型的相辅形成的方法。最后再谈一个问题，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，“同一根绳上张力相等”；“加速度为零时速度最大”；等等。

2、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。

3、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。

4、上课。上课要认真听讲，不跑神或尽量少跑神。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。

5、笔记本（纠错本）。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，以后要经学看，要能做到爱不释手，终生保存。

高中物理弹力教学反思篇三

转眼间高一上学期已经结束了。回首一学期来的物理教学工作，可以说有成功、也有失败、有欣慰、也有困惑。高一物

理是高中物理学习的基础，但高一物理难学，这是人们的共识，高一物理难，难在梯度大，难在学生能力与高中物理教学要求的差距大。所以在物理教学中存在许多困难。

我本学期所带班级为高一（1）、（5）、（10）、（15）班，这四个班都是普通班，其中（1）、（10）是体艺班，学生初升高的基础比较差，即使老师进度放慢，他们也觉得比较吃力，慢慢就没有了学习兴趣，从我上课的状态来看，我感觉大部分同学没有对物理真正产生兴趣，虽然有一部分同学想学好物理，也很认真、很努力，然而由于基础薄弱、理解能力差，始终不能真正掌握学好物理的方法。

由于初中物理内容少，问题简单，养成教师讲什么，学生听什么，学生紧跟教师转的学习习惯。课前不预习，课后不复习，不会读书思考。而高中物理内容多，难度大，课堂密度高，各部分知识相关联，有的学生仍采用初中的那一套方法对待高中的物理学习，结果是学了一大堆公式，虽然背得很熟，但一用起来，就不知从何下手，不会灵活运用，还有学生因为没有养成预习的习惯，每次上物理课，都觉得听不大明白。由于每堂课容量很大，知识很多，而学生又没预习，因此上课时，学生只是光记笔记，不能跟着老师的思路走，不能及时地理解老师讲的内容。这样就使学生感到物理深奥难懂，从心理上造成对物理的恐惧。科目比较多，学生不知道分配时间，各科学习时间安排不当，导致学习效果不佳。

应用数学工具解决问题的教学要求上对高中学生也提出了相当高的要求，学生数学基础比较差，无论在掌握的数学知识量上，还是对已学数学知识应用的熟练程度上都达不到高中物理所需。例如：在运动学中用 $v-t$ 图象的斜率求加速度，而此时学生还没有学过斜率概念；在运动和力的合成与分解中要用到三角函数知识，而学生却只学过直角三角形的三角函数定义，导致见到三角函数就头疼，不会根据物理情景列出数学关系式。

根据以上问题，在以后教学过程中，应该从以下方面进行努力：

1、注重培养学生的学习兴趣

钻研教材，对教材的进行取舍，夯实基础为主要任务，让学生从简单的问题得到成就感，通过一点一点的`成就感来提高他们学习兴趣，提高他们的自信心，让他们积极参与到教学过程中来。

2、养成良好的学习习惯

培养学生良好的学习习惯，首先是要培养学生独立思考的习惯与能力。培养学生自学能力，能自主分配各科学习时间。培养学生养成先预习再听课，先复习再作业，及时归纳作总结的良好学习习惯。做到反复抓，抓反复，培养学生良好的学习习惯。

3、提高应用数学知识解答物理问题的能力

学生解题时的难点是不能把物理过程转化为抽象的数学问题，而是怎样建立各个物理量的数学关系式，教学中要帮助学生闯过这一难关。如在运动学中，应注意矢量正、负号的意义以及正确应用；讲解相遇或追击问题时，注意引导学生将物理现象用数学式表达出来；讲运动学图象时，结合运动过程示意图讲解，搞清图象的意义，进而学会用图象分析过程、解决问题。对正交分解时能熟练列出三角函数关系式。让学生亲自动手，亲自运算，并反复训练，把物理中的数学问题解决。

总之，一定要从学生的实际情况出发，顺应学生思维的发展规律，注重学生良好学习习惯的培养，坚持循序渐进的教学原则，方能顺利的完成高一物理教学任务。

20xx年1月8日

高中物理弹力教学反思篇四

高中的物理是一门很重要的学科，同时高校要求选考物理学科的专业占的比例相对较多固然是个有力条件，但是“物理难学”的印象可能会使不少学生望而却步。反思多年的高中物理教学，尤其高一的物理教学，感触颇深。

客观地分析，教学的起点过高，“一步到位”的教学思路是导致学生“物理难学”印象形成的重要原因之一。高一年级的物理教学首先是要正确的引导，让学生顺利跨上由初中物理到高中物理这个大的台阶，其次是要让学生建立一个良好的物理知识基础，然后根据学生的具体情况选择提高。

例如，关于“力的正交分解”这一基本方法的教学就是通过分期渗透，逐步提高的。这不仅是一个遵循认知规律的需要，其意义还在于不要因为抽象的模型、繁琐的数学运算冲淡物理学科的主题，通过降低台阶，减少障碍，真正能够把学生吸引过来，而不是把学生吓跑了，或者教师一味的强调物理如何如何重要，学生就硬着头皮学，学生处于被动学习的状态甚至变成了物理学习的“奴隶”。如果我们老师有意识地降低门槛，一旦学生顺利的跨上的这个台阶，形成了对物理学科的兴趣再提高并不晚。可是，一般新老师并没有很快领会这种意图，因而在实际教学中不注意充分利用图文并茂的课本，不注意加强实验教学，不注意知识的形成过程，只靠生硬的讲解，只重视告诉结论，讲解题目，这怎么能怪学生对物理产生畏难情绪呢？学生如果对物理失去兴趣，对基本概念搞不清楚、对知识掌握不牢也就不足为怪了！我们不妨再举一个例子，有的老师在教完“力的分解”后，马上就去讲解大量的静力学问题，甚至去讲动态平衡问题，试想这时学生对合力的几个效果尚难以完全理解，对平行四边形法则的应用还不够熟练，学生解决这类问题的困难就可想而知了，这种由于教师的引导方法不当，导致学生一开始就觉得物理如

此之难，怎么能怪学生认为物理难学呢？我们教师不应该把教学目标选择不当的责任推向学校的考试，推向市场上的参考书，这实际上是站不住脚的，应该多从自身的教学思想以及从对教材的把握上找原因。

如果我们作为引路者有意识的降低高中物理学习的门槛，先将学生引进门，哪怕先是让学生感觉到“物理好学”的假象，我们都是成功的。

首先，知识、能力、情意三类教学目标的全面落实。对基础知识的讲解要透彻，分析要细腻，否则直接导致学生的基础知识不扎实，并为以后的继续学习埋下祸根。譬如，教师在讲解“滑动摩擦力的方向与相对滑动的方向相反”时，如果对“相对”讲解的不透彻，例题训练不到位，学生在后来的学习中就经常出现滑动摩擦力的方向判断错误的现象；对学生能力的训练意识要加强，为了增加课堂容量，教师往往注重自己一个人总是在滔滔不绝的讲，留给学生的思考时间太少，学生的思维能力没有得到有效的引导训练，导致学生分析问题和解决问题能力的下降；还有一个就是要善于创设物理情景，做好各种演示实验和学生分组实验，发挥想象地空间。如果仅仅局限与对物理概念的生硬讲解，一方面让学生感觉到物理离生活很远，另一方面导致学生对物理学习能力的下降。课堂上要也给学生创设暴露思维过程的情境，使他们大胆地想、充分的问、多方位的交流，教师要在教学活动中从一个知识的传播者自觉转变为与学生一起发现问题、探讨问题、解决问题的组织者、引导者、合作者。所以教师要科学地、系统地、合理地组织物理教学，正确认识学生的内部条件，采用良好的教学方法，重视学生的观察，实验，思维等实践活动，实现知识与技能、过程和方法、情感态度与价值观的三维一体的课堂教学。

其次，对重点、难点要把握准确。教学重点、难点正确与否，决定着教学过程的意义。若不正确，教学过程就失去了意义；若不明确，教学过程就失去了方向。在物理教学活动开始之

前，首先要明确教学活动的方向和结果，即所要达到的质量标准。因此教学目标重点难点是教学活动的依据，是教学活动中所采取的教学方式方法的依据，也是教学活动的中心和方向。在教学目标中一节课的教学重点、难点如果已经非常明确，但具体落实到课堂教学中，往往出现对重点的知识没有重点的讲，或是误将仅仅是“难点”的知识当成了“重点”讲。这种失衡直接导致教学效率和学生的学习效率的下降。

最后，师生的达标意识要强，达成度要高。对一些知识，教师不要自以为很容易，或者是满以为自己讲解的清晰到位，没有随时观察学生的反映，从而一笔带过，但学生的认知是需要一个过程，并不是马上就接受。譬如，当初在讲“力的正交分解”，笔者花了不到5分钟的时间就“解决问题”，但后来发现学生老是在正交分解这部分出错，自己还埋怨学生学习不认真，后来在学生的物理学习总结里，我看到了不少学生说老师在此“惜墨如金”，他们没有真正的搞懂，此时自己才恍然醒悟。所以我们要随时获取学生反馈的信息，调整教学方式和思路，准确流畅地将知识传授给学生，达到共识。

第一，面向全体学生，兼顾两头。班级授课是面向全体学生的、能照顾到绝大多数同学的因“班”施教，课后还要因人施教，对学习能力强的同学要提优，对学习有困难的学生，加强课后辅导。记得有人曾经说过这样的一句话“教师对好学生的感情是不需要培养的”，在教学过程中，教师会有意无意地将太多的精力和荣誉给予成绩好的学生，教学的重心向成绩好的学生倾斜，将学习有困难的学生视为差生，对他们关注的太少，教师缺乏对他们的鼓励和帮助，好像他们就是来“陪读”的，从而使得好的学生昂首阔步，越学越好；有学习有困难的学生信心不足，越来越差，直接导致整体成绩两级分化，对后进生也是一种损失，所以教师要特别注意不要让所谓的差生成为被“遗忘的角落”。

第二，学生的参与意识强，主体作用明显，有充分的动手、动口、动脑的时间。注重学法指导。中学阶段形成物理概念，一是在大量的物理现象的基础上归纳、总结出来的；其次是在已有的概念、规律的基础上通过演绎推理得到的。学生只有在积极参与教学活动，给他们以充分的动手、动口、动脑的时间，充分经历观察、分析、推理、综合等过程，才能完整地理解概念的内涵及其外延，全面地掌握规律的实质，与此同时学生的思维才能得到真正的锻炼，体现其学习的主体角色。所以，在课堂教学中教师应该改变以往那种讲解知识为主的传授者的角色，应努力成为一个善于倾听学生想法的聆听者。而在教学过程中，要想改变以往那种以教师为中心的传统观念就必须加强学生在教学这一师生双边活动中的主体参与。

第三，教学方式形式多样，恰当运用现代化的教学手段，提高教学效率。科技的发展，为新时代的教育提供了现代化的教学平台，为“一支粉笔，一张嘴，一块黑板加墨水”的传统教学模式注入了新鲜的血液。老师除了采用对学生提问，分组讨论，要求学生查资料，写小论文等等传统的教学方式之外，还可以适当的运用电化教学手段，如网络、投影仪、录音录像、制作多媒体课件，特别是制作复杂物理过程的演示动画等视听设备和手段，它除了增强对学生的吸引力，增加课堂的趣味性和视觉上的冲击以外，更重要的是可以表现客观事物和各种物理现象，能在短时间内展示事物的运动和发展的全过程，为学生提供大量而丰富的感性材料，突破传统教学手段在时间、空间上的限制，能将传统教学手段不能表现的许多现象和过程进行形象而生动的模拟表现，它是传统教学手段的补充和延伸，两者协调配合，就能取得更好的教学效果，因而广泛地被广大的教育工作者采用。在新形势下，教师也要对自身提出更高的要求，提高教师的科学素养和教学技能，提高自己的计算机水平，特别是加强一些常用教学软件的学习和使用是十分必要的。

最后，在教学过程中应有意向学生渗透物理学的常用研究方

法。例如理想实验法(如伽利略的关于力和运动的理想实验),控制变量法(如牛顿第二定律、万有引力定律),数学归纳法(如牛顿第三定律)等等。学生如果对物理问题的研究方法有了一定的了解,将对物理知识领会的更加深刻,同时也学到了一些研究物理问题的思维方法,增强了学习物理的能力。

第一,解题要规范。物理是有着严密逻辑体系的学科。解题(特别是计算题)需要“写出必要的文字说明、方程式和重要演算步骤,只写出最后答案的不能得分,有数值计算的题,答案中必须明确写出数值和单位”,对高一的新生一开始就要特别强调并逐渐养成解题的规范性,其次再是正确率,规范性养成了,正确率自然就升高了。我们教师自己首先要做好表率,特别是课堂解题板书,要为学生做好示范,再让学生模仿,最后在作业中严格要求,久而久之就形成习惯。我在此仅重点说说列“方程式”和作图的规范。

首先,我们老师要做到规范解题,推理严密,过度自然,避免思维跳跃。

在高一学习摩擦力时,有这样一个题目:质量为 m 的物体在水平面上滑行,物块与地面间的动摩擦因数为 μ ,求物块受到地面的摩擦力的大小。

这个题目本身很容易,一看答案就是,老师往往忽略了严格的逻辑推导而直接给出结果,久而久之,学生就形成这样一个思维定势:只要物体在水平面上滑行,摩擦力就是 μmg ,显然这是要不得的。

究其原因,还是我们自己首先没有做到规范解题,以上就是小编为大家介绍的关于物理的教学反思啦!希望大家喜欢。

高中物理弹力教学反思篇五

紧张忙碌的高一结束了。回首一年来的物理教学工作,可以

说有欣慰，更有许多无奈。随着教育的发展、高中扩招等诸多问题使得我们的生源质量在下降，听课组老师说高中物理越来越难教了。科组里的老师给了我很多帮助，让我能够尽快的适应这里的工作，在此感谢所有帮助过我的老师。

我所任教的四个班每个班的特点不同。6班因为本人是班主任，很多同学有着不敢不学、不得不学的心理，因此在期末考试能够从倒数第一前进到名列第六名。从上课的状态来看，我感觉大部分同学没有对物理真正产生兴趣，也就不能真正学好物理。而且一部分同学虽然也想学好物理，也很认真、很努力，然而由于基础薄弱、理解能力差，始终不能真正掌握学好物理的方法。7班是四个班中上课的感觉最好的一个，有相当一部分学生对物理很感兴趣，也肯动脑思考，接受能力比较强；5班上课也很专心，只是课后的功夫不足，有的同学凭借小聪明课后从不看书看笔记复习，作业也要催着要才能交上来。

四个班的学生总体来讲都存在“懒”的特点，懒得动笔、懒得动脑懒得总结。针对这种情况，我尽量做到以下几点：

- 1、课堂纪律要求严格，决不允许任何人随意说话干扰他人。这一点虽然简单但我认为很重要，是老师能上好课、学生能听好课的前提，总的来说，这一点我做得还不错，几个“活跃分子”都反映物理老师厉害，不敢随便说话。
- 2、讲课时随时注意学生的反应，一旦发现学生有听不懂的，尽量及时停下来听听学生的反应。
- 3、尽量给学生最具条理性的笔记，便于那些学习能力较差的同学回去复习，有针对性的记忆。
- 4、注重“情景”教学。高中物理有很多典型情景，在教学中我不断强化它们，对于一些典型的复杂情景，我通常将其分解成简单情景，提前渗透，逐步加深。每节课我说得最多的

一个词就是“情景”，每讲一道题，我都会提醒学生“见过这样的情景吗？”“你能画出情景图吗？”“注意想象和理解这个情景”。

5、重视基本概念和基本规律的教学。首先重视概念和规律的建立过程，使学生知道它们的由来；对每一个概念要弄清它的来龙去脉。在讲授物理规律时不仅要让学生掌握物理规律的表达形式，而且更要明确公式中各物理量的意义和单位，规律的适用条件及注意事项。了解概念、规律之间的区别与联系，如：运动学中速度的变化量和变化率，力与速度、加速度的关系，动能定理和机械能守恒定律的关系，通过联系、对比，真正理解其中的道理。通过概念的形成、规律的得出、模型的建立，培养学生的思维能力以及科学的语言表达能力。

6、重视物理思想的建立与物理方法的训练。物理思想的建立与物理方法训练的重要途径是讲解物理习题。讲解习题时把重点放在物理过程的分析，并把物理过程图景化，让学生建立正确的物理模型，形成清晰的物理过程。物理习题做示意图是将抽象变形象、抽象变具体，建立物理模型的重要手段，从高一一开始就训练学生作示意图的能力，如：运动学习题要求学生画运动过程示意图，动力学习题要求学生画物体受力与运动过程示意图，并且要求学生审题时一边读题一边画图，养成习惯。解题过程中，要培养学生应用数学知识解答物理问题的能力。

这一学期来，也遇到很多困难。我反思在教学中存在的问题。首先，落实不到位。本来应该当时落实没能及时落实。再有就是教学过于死板，平时让学生参与的机会较少，总是满足于自己一言堂。不给学生机会出错，而学生从自己的错误中得到的认识会更加深刻。再者由于课时有限，没有足够的课堂练习时间，高中物理对学生的思维习惯和学习能力要求又比较高，很多时候物理课后没有作业或者作业很少，但是一些概念、规律及情景需要学生在课下加深理解，然而很多学生所欠缺的正是课下的功夫，导致很多学生反映“一听就懂，

一做就不会”。这一点是我教学中遇到的最大困难。因此，在今后的教学中，只有不断的充实自己提高自己，不断的向周围的人学习和请教，从学生的实际情况出发，顺应学生思维的发展规律，注重学生良好学习习惯的培养，坚持循序渐进的教学原则，方能顺利的完成高一物理教学任务。