# 最新高中物理心得体会学生(汇总14篇)

来源：网络 作者：空山幽谷 更新时间：2025-03-15

*心得体会对个人的成长和发展具有重要意义，可以帮助个人更好地理解和领悟所经历的事物，发现自身的不足和问题，提高实践能力和解决问题的能力，促进与他人的交流和分享。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。以下是...*

心得体会对个人的成长和发展具有重要意义，可以帮助个人更好地理解和领悟所经历的事物，发现自身的不足和问题，提高实践能力和解决问题的能力，促进与他人的交流和分享。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

**高中物理心得体会学生篇一**

物理是一门探索世界本质的学科，在高中阶段，物理学已经成为了学生必修的科目。在学习物理的过程中，我得出了一些体会，包括物理知识的深度与广度、物理实验的重要性、物理思维的锻炼、物理哲学的启迪以及对物理学习的态度。

首先，物理知识的深度与广度让我认识到了物理的深厚内涵。从物理能量、动量、电磁学、光学等各个方向，物理涵盖的范围非常广。物理知识的深度和广度是其普适性、系统性和高度学科性的表现。在学习过程中，除了老师的讲授，自主学习也非常重要。通过阅读物理相关的书籍、期刊，拓宽自己的知识面并能够形成自己对物理学的认知体系。

其次，物理实验展现了物理知识的生动和真实性。通过实验，我能够深入理解物理概念和理论，并在实验过程中观察和验证这些理论。实验对物理学学习的重要性已经不言而喻，对于理论的学习更要贯穿实验，通过观察、测量和实验数据分析，更深入、生动的理解物理学理论。

第三，感受到了物理思维的独特之处。物理学是一门需要独立思考的学科，我学习了如何去提高自己的物理思维能力。物理挑战人类的直觉、经验和常识，要求学生能够构思和实现抽象的物理模型，从而解决具有挑战性的问题。这种能力不仅仅在物理学习中能得到充分锻炼，也能扩展到生活和其他领域。比如，我通过物理学习获得了提高解决问题的能力。

第四，物理学也对我启发了哲学上的思考。物理学中有很多重要的思想和理念贯穿其中，例如能量守恒、时间对称性、物理实在论等等。这些思想和理念引导我们思考的更为深刻，理解世界的本质。通过物理学的学习，我思考哲学更为广阔的思考空间。

最后，对于物理学习的态度也深入思考。在学习这个学科的过程中，并不仅仅是为了升学考试和成绩，还要让自己成为一个真正的物理学习者，拥有探索未知领域的好奇心和热情。一定要坚定自己学习的信念，拥有进一步挑战自己的勇气。

综上所述，通过高中物理学的学习，我认识到了物理学的深度和广度，深入理解了物理实验的重要性以及物理思维的锻炼，也对物理学习的态度有了深入的认识，这些都将对我人生的道路产生积极的影响。

**高中物理心得体会学生篇二**

物理作为一门基础学科，一直以来都是高中学生们最为头疼的科目之一。尤其是在解题时，很多同学频繁出现错误或者摸不着头脑的情况，难免让人感到困惑和苦恼。然而，通过不断的实践和经验总结，我逐渐找到了一些有效的方法和技巧，能够更好地应对物理题。在此分享一下我在高中做物理题方面的心得体会。

首先，学会理解题意。在解答物理题之前，首要的一步就是要仔细阅读并理解题目。物理题目往往会描述一种具体的情况和问题，而我们需要在题目中找到关键信息，并明确所给条件和要求。只有对题目有清晰的理解，才能有针对性地去思考和分析问题，从而找出正确的解题思路。

其次，掌握基本的物理知识和公式。做物理题是离不开基本物理知识和公式的应用的。只有掌握了这些基础，才能够在解答问题时快速而准确地运用。因此，我们在学习物理的时候要注重掌握这些基础知识，多做例题来加强记忆和理解，并牢记一些重要的公式和定理。只有在基础扎实的基础上，才能更好地应对复杂的解题过程。

第三，注重建立物理模型。在解决物理问题的过程中，建立合适的物理模型是至关重要的。物理模型是为了模拟和描述现实世界中的物理问题而建立的，它是一个适当的简化和近似。通过建立合适的物理模型，我们可以更好地理解和分析问题，并推导出合适的方程和公式。因此，在做物理题时，我们要注意将题目中的情境转化为合适的物理模型，以帮助我们更好地解答问题。

第四，善于利用数学工具。物理和数学是密不可分的，数学工具在解答物理题中发挥着重要的作用。善于利用数学工具，尤其是代数和几何的知识，可以帮助我们将复杂的物理问题转化为简单的数学问题，从而更容易解答和解析。因此，在解题过程中，我们要善于运用代数公式、几何图形和数学计算等方法，灵活地应用于物理问题的解决中。

最后，勤于总结和练习。物理题的解答需要不断的练习和实践来提高自己的解题能力。做题时，我们要注意总结每套题的解题思路和方法，找出解题的规律和特点，以便在遇到类似的题目时能够迅速解答。同时，我们要利用各种资源和机会，多做一些练习题和考试题，增加解题的经验和熟练度，进一步提高自己的物理水平。

综上所述，做物理题需要我们在理解题意、掌握基础知识、建立物理模型、利用数学工具和不断练习中不断完善自己的解题能力。只有通过不断的积累和实践，我们才能在高中物理中取得好的成绩。因此，在做物理题时，我们要保持积极的态度，坚持不懈地努力，相信自己的能力，并相信只要付出足够的努力，一定能够克服困难，取得成功。

**高中物理心得体会学生篇三**

各位老师：

大家好！

首先谢谢大家能在这里听取我们的述职报告。

我出生于20xx年1月，20xx年考入南昌大学物理系学习应用物理专业，20xx年毕业后来到桐乡任教，在这里我认识了很多良师益友，岁月的流逝中，我依然在成长，工作与学习中我收获了很多，也体味了很多。

初到桐乡一中任教，是因为认识了当时的谭炳法校长，与他的相识让我知道教育是国家的未来，是人生的希望，是一个个家庭美满与幸福的源泉。一名合格的教师可以用自己的力量为国家造就伟大的人才，为社会的和谐增添亮丽的色彩，为他人的幸福打开大门，因此我希望能站好一方讲台，流洒一片汗水，实现心中一梦想，自己不能成为伟人，那就让自己为别人的成材尽一点自己的力量。站的高，看的远，那的确是一片让人心仪的风景，但能做一个台阶，虽不能远瞰但也实在。教师，我觉的自己应该来做这么一份伟大的工作，平凡而又实在，物质的收获可能不多，可却能实现自己最大的人生价值。为了实现这个目标，我必须成为一个坚实的台阶，富有知识和爱心的台阶，所以我要更多的进行学习。

在桐乡一中任教期间，我有幸遇到了几位在教学业务上的精英，宋国强，赵惠松，崔碧原还有一中所有的物理组成员。初上讲台，我没有被自己大学时的优秀成绩而过于自豪，因为这是成为一名优秀教师的基本条件，为了上好每一节课，我的练习量是学生的好几倍，每次讲练习，我都要让自己能背下题目，能熟练的给学生分析不同的解题方法;为了上好每一节课，我要多向老教师学习，多听课，在前三年的教学中，每个学期我都要用掉两本以上的听课笔记本。在这样学习过程中，我慢慢有了自己的教学风格，学生们也喜欢上我的物理课了，学生的评教结果是优秀，学生的考试成绩也总能在平行班级中占据领先位置。20xx年在桐乡市优质课评比中，我获得了一等奖;在桐乡市青年教师基础能力测试中获一等奖。

20xx年6月，我带的三个一舟班会考全部通过，20xx年6月一舟高三的学生成功的走出高考的考场;20xx年9月，我又有了三个高一班级，三个班级的同学都很努力，择优班的物理成绩总能排在全校前列，重点班的同学更是在高一时创造了超过择优班成绩的佳绩。学生的学习的成功了，我也收获了心中的喜悦。今年8月，在上级领导的安排下，我来到了凤鸣高级中学，这里新的气息让我有了创造更高成绩的冲动，我想，我一定会更努力的工作，更努力的为实现学生们人生梦想而奋斗的。

教师，首先要能学，其后才能教。为了能更好的工作，能更有成效的教学，几年中，我不断的学习充电。20xx年毕业于非师范类院校的我参加了浙江省自学考试，取得了教育学，心理学考试合格证书，20xx年3月参加普通话测试，成绩达到二级乙等，20xx年7月参加浙江省教师计算机二级考试，成绩优秀，今年8月又参加了新三级考试，成绩合格。20xx年在校领导的同意下，报考浙江师范大学在职教育硕士，成绩213分，比录取线160分高出50多分而顺利录取。今年三月参加全国公共英语三级考试也取得了73分的好成绩。今年6月通过自学考试获得了浙江省中小学教师心理健康教育基础知识培训合格证书。

教育科研是教师的成长之路，在做好日常教学工作的`同时，我也积极投身教育科研，并获得了一定的成绩。20xx年至20xx年参加由省规划课题《在物理实验中培养学生的创新能力》并获省一等奖，20xx年负责桐乡市课题《物理教学中美育渗透的研究与实践》，并于20xx年9月结题。所撰写的论文从20xx年开始每年都获嘉兴市二等奖。20xx年获中国教育学会物理教学专业委员会立项课题《高中物理开放性校本课程的研究与开发》，现正在进行中。20xx年和20xx年参加嘉兴市物理竞赛命题，被评为优秀撰稿人。

播撒爱心，关爱学生，不仅要让课堂充满欢笑，让学生在每次考试中凯旋，更要体现在自己的对学生的德育过程中。工作后我主动承担班主任工作，当作为一名年轻班主任第一次站在家长面前时，我看到了家长眼中的一丝忧虑，可考试的成绩却给了家长很大的安慰，在这一年中，我班的成绩比平行班高出20来分，我自己任教的物理每次比平行班高出7到8分。在金秋时节，我带学生到乌镇游玩，跟学生一起准备文艺节目。学生对我的信任也让我感到了当班主任的幸福。20xx年因为工作需要，学校要加强一舟班的师资力量，我被安排到一舟高中任教，中途不得不放了下原本做的很好的班主任工作。20xx年，当我把一舟班级的学生胜利送进大学校门后，我又担任了高一(4)班的班主任工作。

在工作中，我把“信任、关爱、严格”作为自己处理班级事务的信条。相信学生，这样才能让学生表现出自己的能力，才能换来学生对老师的信任与依赖。班级里的事情，无论大小，能让学生自己完成的，我就不用亲自动手;让学生自己组织班级自律委员会，给予班干部更大的权力，这些都让我所带的班级各项工作都井井有条，学生能力得到更大的发展。对学生的信任当然也换来了学生对我的信任，有同学被男生追求，她会向我求救;有同学家里父母闹矛盾了，他们会向我倾诉;有同学学习压力太大了，他们会找到我谈心。这些都让我站到了学生中间。关爱学生，这是一个好老师的标志。守住一方讲台，我爱我的学生，当学生需要我的时候，我一定会出现在他们的身旁。

几年的班主任工作期间，学生要上医院，钱不够了，我会主动的把钱借给学生，我不在校的时候，他们会打电话给我，我也会把钱给他们送到医院。学生生病了，守护在他们的病床前，这是一名老师的责任，也是老师对学生的爱的表达。章鑫宇同学是个单亲家庭的孩子，一次生病期间对他的照顾，我觉得自己只是在做自己份内的事，可后来他家的亲戚却不断的过来学校向我表示感谢，因为章鑫宇跟家人说“罗老师对我的照顾让我很感动!”班主任工作只有信任和爱还是不够的，学生需要我们正确的引导，而这就要求我们严格要求，鼓励与批评对学生都是需要的。在我的班级里，我要求学生有竞争的意识，要在奋斗的观念，要有敢于接受批评的勇气，要有严格遵守规章的能力。有犯规者一定要追查到底。只有在强有力的规章执行力度下学生才能更好的进步。

**高中物理心得体会学生篇四**

20xx年8月21日25日，我参加了在华中科技大学举行的高中物理教师培训，虽然时间短，但是内容丰富，感受很深，收益匪浅。既有专家的讲座，得到理念的提升，又有中学同行的表演，感受新课改的精神，同时还有领导的鼓舞和鞭策，让我们一线教师得到理论与实践的充实。我从中受到深刻的思想教育，心灵上得到隆重的洗礼，大脑从繁忙的工作中得到解脱，细思回想导师、教授的精彩讲课，他们的声音、形象久久回荡在脑海，永不退却。教授的思想教育了我，导师的思想影响了我，使我充分认识到学习和掌握一种重要的思想，比学习和掌握一门学科知识更重要。

第一天是人教社周誉蔼琴教授的讲座。高屋建瓴地引领我们走进高中物理新课程。通过为什么需要改革课堂教学以及新课程新在哪里这两个主题。并结合一些很具体案例对新课程改革做了生动地、具体地介绍。我们听后有收获，也有思考。在将要新课程改革的前夜，我们怎么把新课程的理念一步一步地带进课堂。怎么在课堂中有机的整合三维目标。

第二天是北京海淀区教研员苏明义老师的讲座，让我感受到我们中学物理界的这些精英对教育教学的关心和教师职业的执着追求，他幽默、风趣的讲解让我们不知不觉就度过了一上午，既有理论知识，更有实战的经验。这种经验上升为他对教育的四条信念：信念一：教育强调和谐：健康第一，以德育人，开发智慧，贯穿审美（系统性）。信念二：教育追求有效：让师生们用较少时间，能得到较大收获（科学性）。信念三：教育需要激发：用榜样和实例去激励，用问题和交流去启发（艺术性）。信念四：教育要求行动：实践出真知，训练出技能，经验出智慧（技术性）。他把他在教学中总结出来的20条经验毫无保留地教与我们，难能可贵，可以领略其人格魅力。

许晓林、陈继明等其他几个专家的讲座给我们展示了新课改理念和新的教学模式。新课改给我们基础教育的老师带来了新的挑战和机遇，但无论多么好的课程理念，如果没有教师的教育思想的转变和教学方式方法的更新，都将无法得以落实。教学质量的好坏与我们自身的素质的高低有直接或者间接的关系，这必然要求我们既要加强理论素养的学习，可以是集中学习，更多的是自己学习，要有终身学习的思想和准备，以满足学生需求的不断增长和社会的不断发展，同时可以走出去看看别人的做法，听听别人的课堂，吸取他人之长，补自己之不足。在物理课中，怎么把新课改的理念和精神，把教学的“知识与技能、过程与方法、情感态度与价值观”很好运用在课堂中，把教和学有机的融合在一起，教师在教学过程中更多的是在导学。教比导容易，在教学过程中有效的把握教学的节奏和环节，除了有很好的掌握教材以为，更多的是有掌握学生，了解学生。教师的教不是演员在舞台上的表演，更不是电视屏幕上的节目，是师生之间的情感的交流，思想的沟通。

这样的学习机会是难得的，是很宝贵的，我希望通过这个培训班的培训，努力提高自己的修养和素质，使自己成为学习型和专家型的中学教师，“学以致用，研学并进”，充分利用这个平台“广泛交流，资源共享”。

在这几天学习过程中,我作为一名物理教师要时刻提醒自己要让自己的学生喜欢物理这门学科，可是在教学中我一直有这样的感觉，教书好象就是在教学生做题目，并且题目越难越好，越是能把学生考倒的题目就越是好题，对于每次都考不及格的学生来说能喜欢物理吗？同时与生活的联系也不紧，理论性比较强。我一直有一个感觉就是我们的学生是被教笨，当然这笨并不是指学生的智商而是指学生的各方面的能力。我觉得在教学过程中、我们应该注重以下几个方面的问题：

1、应深入研究教材。

能较恰当地预测有关探索对学生的知识、能力、素养、精神等达到怎样的效果。总之，只有教师对教材研究得深透，探索得深透，才有可能较好地引导学生探索。

2、要为学生的探索创设有利的情境。

为有利于学生进行探索性学习，教师应努力为学生创设良好的情境，这些情境包括时间、器材、组织、心理等各个方面。例如，要根据教学的需要，做好学具、教具、音像、课件等各方面的准备；要对学生进行合理的组织安排，保证每个学生都能得到探索的机会；要为探索留有较宽裕的时间，新教材大大减少了练习和习题的数量，这正是给学生留出探索的余地，教师在教学中要合理安排时间，计划性与灵活性相结合，保证“探索”的优先地位；要增强学生探索的兴趣，一方面，对教材中的内容，教师应努力搜集学生熟悉的生活素材与之结合，增强探索内容的趣味性；另一方面，根据探索的内容，应合理运用做游戏、讲故事、竞赛与表演等方法，增强探索形式的趣味性。

3、应对学生的探索给予引导和帮助。

所谓自主探索，含有两方面的意义：一方面，是指探索的主动性，表明学生是主动地学习，即“我要学”；另一方面，是指探索的独立性，表明学生是独立地学习，即“我能学”。但学生主动地、独立地探索不是生来就有的，而是在学习中逐步形成的，要经历由被动到主动、由依赖到独立的逐步转化的过程。而这种转化，主要靠教师的引导和帮助。所以，积极有效地引导、帮助学生进行探索性学习，是新课程教学的中心任务。

首先，对学生的探索要进行正确地导向。探索作为一种学习活动，也有有意义和无意义之分。教师应努力把学生引向有意义的探索，减少或避免无意义的探索。不宜信马由缰，放任自流。对学生进行探索的问题，教师应适当提示探索的方向，并当在不宜继续探索时相机予以提醒。

其次，对学生的学习情况应科学合理地予以评价。新课程对学生学习的评价不光要评结果，还要评过程；不光要评显性指标，还要评情感与精神等隐性指标。所以，在教学过程中，教师应注意运用科学合理的方法对学生的学习情况予以评价。通过评价，使学生尝试成功的喜悦，增强继续探索的信心；也使学生及时发现自己的不足，不断改进学习方法，提高学习效果。

把引导探索和教师讲授适当结合。当前，由于大力倡导“引导式”教学和相应的“探索性”学习，“讲授式”教学及相应的“接受性”学习似乎成了“祸水”，人们避之不及。实际上，这是一种误解。课程改革的本质不是教学和学习形式上的改变，而是使学生进行有价值的学习。而任何有价值的学习都属于“意义学习”。根据奥苏伯尔的“意义学习”理论，“意义学习”必须具备两个条件：一是要具有意义学习的意向，即学生具有把新学的知识与自己已有的知识建立起联系的倾向；二是学习的材料对学生具有潜在的意义，即学生将要学习的内容能够跟其原有的知识结构建立实质性的联系。教师的教学方式及学生的学习方式只要能对上述两个条件起促成作用，即能够促成有意义的学习方式，这种教学方式或学习方式就是适宜的，值得肯定的。讲授式教学、接受性学习可能造成“意义学习”，引导式教学、探索性学习也可能造成“机械学习”。总之，教学方式及学习方式并无定式，应由学习内容及学生的情况而决定。新课程教学重视探索，但并不排斥讲授。教师应根据教学内容和学生实际，把学生的探索与教师的讲授有机结合起来。尤其是对那些约定性的、常规性的、公理性的知识，更应以讲授为主。

文档为doc格式。

。

**高中物理心得体会学生篇五**

第一段：引言（200字）。

高中物理作为新课程体系中的一门重要学科，旨在培养学生的科学思维和实践能力，强调学生的主动学习和探究精神。这门课程与传统的物理课有所不同，更注重知识的实用性和对学生自主学习的培养。在学习新课程高中物理的过程中，我深感受益匪浅，收获良多。

第二段：理论融会贯通（200字）。

新课程高中物理注重理论与实践的结合，通过举一反三的学习方法使学生更好地理解和运用知识。在学习过程中，我学会了将物理原理应用于实际问题的解决中。例如，当学习光学的时候，我能将光的反射原理应用于实际生活中的反光问题的解决。这种培养学生应用物理知识解决实际问题的能力的教学方式，深受我喜爱，也使我对学习物理充满了动力。

第三段：实验与动手能力的培养（200字）。

在新课程高中物理的学习中，实验与动手能力的培养是非常重要的一环。通过进行实验，我们不仅可以更直观地理解物理现象，还能提高我们的动手能力。在实验课中，我学会了合理安排实验步骤，准确测量数据，并通过数据的分析得出结论。这些实际操作能力对于今后我们攻克物理难题、开展科学研究具有重要意义，也培养了我们的科学精神。

第四段：培养科学探究精神（200字）。

新课程高中物理强调学生的探究精神。在学习过程中，我们可以通过自主学习、合作探究等方式深化对物理现象的认识。我们被鼓励独立思考，提出问题，并通过阅读、实验等方法寻找答案，这培养了我们的科学精神和创造力。我曾经遇到的一道难题是关于力的平衡问题，通过自己的思考，结合教材和实验，最终找到了解决方法。这一过程让我懂得了自主学习和探究的重要性，也提高了我的解决问题的能力。

第五段：总结与收获（200字）。

通过学习新课程高中物理，我不仅巩固了基础知识，掌握了许多实用的物理原理和解题技巧，还培养了动手能力、科学精神和自主学习能力。这些都是我在现阶段学习物理所需要的，也将成为我未来选择理工科专业的基础。在新课程高中物理的学习中，老师的耐心指导和同学们的合作也给了我很多帮助。通过彼此的交流和合作，我们共同进步，共同探索物理的奥秘。我相信，通过继续努力，我一定能在物理学习的道路上越走越远，为实现科学梦想奠定坚实的基础。

**高中物理心得体会学生篇六**

学习物理重要，掌握学习物理的方法更重要。学好物理的“法宝”包括预习、听课、整理、应用(作业)、复习总结等。大量事实表明：做好课前预习是学好物理的前提;主动高效地听课是学好物理的关键;及时整理好学习笔记、做好练习是巩固、深化、活化物理概念的理解，将知识转化为解决实际问题的能力，从而形成技能技巧的重要途径;善于复习、归纳和总结，能使所学知识触类旁通;适当阅读科普读物和参加科技活动，是学好物理的有益补充;树立远大的目标，做好充分的思想准备，保持良好的学习心态，是学好物理的动力和保证。注意学习方法，提高学习能力，同学们可从以下几点做起。

一、课前认真预习。

预习是在课前，独立地阅读教材，自己去获取新知识的一个重要环节。

课前预习未讲授的新课，首先把新课的内容都要仔细地阅读一遍，通过阅读、分析、思考，了解教材的知识体系，重点、难点、范围和要求。对于物理概念和规律则要抓住其核心，以及与其它物理概念和规律的区别与联系，把教材中自己不懂的疑难问题记录下来。对已学过的知识，如果忘了，课前预习时可及时补上，这样，上课时就不会感到困难重重了。然后再纵观新课的内容，找出各知识点间的联系，掌握知识的脉络，绘出知识结构简图。同时还要阅读有关典型的例题并尝试解答，把解答书后习题作为阅读效果的检查，并从中总结出解题的一般思路和步骤。有能力的同学还可以适当阅读相关内容的课外书籍。

二、主动提高效率的听课。

带着预习的问题听课，可以提高听课的效率，能使听课的重点更加突出。课堂上，当老师讲到自己预习时的不懂之处时，就非常主动、格外注意听，力求当堂弄懂。同时可以对比老师的讲解以检查自己对教材理解的深度和广度，学习教师对疑难问题的分析过程和思维方法，也可以作进一步的质疑、析疑、提出自己的见解。这样听完课，不仅能掌握知识的重点，突破难点，抓住关键，而且能更好地掌握老师分析问题、解决问题的思路和方法，进一步提高自己的学习能力。

三、定期整理学习笔记。

在学习过程中，通过对所学知识的回顾、对照预习笔记、听课笔记、作业、达标检测、教科书和参考书等材料加以补充、归纳，使所学的知识达到系统、完整和高度概括的水平。学习笔记要简明、易看、一目了然，符合自己的特点。做到定期按知识本身的体系加以归类，整理出总结性的学习笔记，以求知识系统化。把这些思考的成果及时保存下来，以后再复习时，就能迅速地回到自己曾经达到的高度。在学习时如果轻信自己的记忆力，不做笔记，则往往会在该使用时却想不起来了，很可惜的!

四、及时做作业。

作业是学好物理知识必不可少的环节，是掌握知识熟练技能的基本方法。在平时的预习中，用书上的习题检查自己的预习效果，课后作业时多进行一题多解及分析最优解法练习。在章节复习中精选课外习题自我测验，及时反馈信息。因此，认真做好作业，可以加深对所学知识的理解，发现自己知识中的薄弱环节而去有意识地加强它，逐步培养自己的分析、解决问题的能力，逐步树立解决实际问题的信心。

要做好作业，首先要仔细审题，弄清题中叙述的物理过程，明确题中所给的条件和要求解决的问题;根据题中陈述的物理现象和过程对照所学物理知识选择解题所要用到的物理概念和规律;经过冷静的思考或分析推理，建立数学关系式;借助数学工具进行计算，求解时要将各物理量的单位统一到国际单位制中;最后还必须对答案进行验证讨论，以检查所用的规律是否正确，在运算中出现的各物理的单位是否一致，答案是否正确、符合实际，物理意义是否明确，运算进程是否严密，是否还有别的解法，通过验证答案、回顾解题过程，才能牢固地掌握知识，熟悉各种解题的思路和方法，提高解题能力。

五、复习总结提高。

对学过的知识，做过的练习，如果不及时复习，不会归纳总结，就容易出现知识之间的割裂而形成孤立地、呆板地学习物理知识的倾向。其结果必然是物理内容一大片，定律、公式一大堆，但对具体过程分析不清，对公式中的物理量间的关系理解不深，不会纵观全局，前后联贯，灵活运用物理概念和物理规律去解决具体问题。因此，课后要及时的复习、总结。课后的复习除了每节课后的整理笔记、完成作业外，还要进行章节的单元复习。要经常通过对比、鉴别，弄清事物的本质、内在联系以及变化发展过程，并及时归纳总结以形成系统的知识。通过分析对比，归纳总结，便可以使知识前后贯通，纵横联系，并从物理量间的因果联系和发展变化中加深对物理概念和规律的理解。这样既能不断巩固加深所学知识，又能提高归纳总结的能力。

六、做好思想准备，调整好学习心态。

在学习物理的第一节课时，老师都会讲物理难学，在未学习物理之前就从高年级同学那里听说物理教难学。因此大部分同学在学习物理时都带有一些不正常的学习心态，主要表现有以下几个方面：(1)紧张、畏惧心理。物理难学在他们的心灵里留下了深深的烙印，他们害怕上物理课，害怕做物理作业，害怕老师课堂提问，害怕老师的个别谈话，怕做实验、怕动手，千方百计地回避学习，胆怯的心弦一天到晚紧绷着，不能理论联系实际，不能在实践中运用学过的知识，久而久之，越怕越难学，越难越怕学。(2)“一口吃个胖子”的心理。想把成绩搞上去，但经过一段时间的努力，成绩仍没有什么大的起色，随即产生“反正学不好了”和“我不是学习的料”的错误心理。(3)消极心理。学习松松垮垮、马马虎虎，懒惰思想较重，学习缺乏主动性，处于被动应付状态，上课时经常“开小差”，盼望着“快下课”，老师提问大都说“不会。”

诚然，物理是难学，但绝非学不好，只要按物理学科的特点去学习，按照前面谈到的去做，理解注重思考物理过程，不死记硬背，常动手，常开动脑筋思考，不要一碰到问题就问同学或老师。在学习中要找出适合自己的学习方法，从学习中去寻找乐趣，就能培养自己学习物理的兴趣。比如一个学生在学习力的图示时就编了这样的顺口溜：“四定即定作用点、定方向、定标度、定长度，两标即标箭头、标数值和单位。”现代社会的发展，物理学起着不可估量的作用，同学们要以振兴中华为已任，以学好物理报效祖国为内部动力，要认识到自己学习的责任感和建设祖国的使命感，从而自发地、积极地、主动地学习，就一定能学好物理知识。

先把书本基础内容搞懂，要理解透彻。公式、定理都要滚瓜烂熟。还要把学过的知识点分类整理，做到心中有数。

看到题目时，首先分析考的是什么知识点，具体到什么公式，什么定理。然后根据已知和所求顺推、逆推求解。

还有，我的经验，改错本是一个很有用的东西哦!把自己的错题收集起来，改正，写明原因，心得，做了还需要经常看才会有效果。其实有时候也并不需要照搬照抄把整个题写下来，把知识点记下就行。还有重要的一点是要整理的有条理，避免重复劳动。

一、观察的几种方法。

1、顺序观察法：按一定的顺序进行观察。

2、特征观察法：根据现象的特征进行观察。

3、对比观察法：对前后几次实验现象或实验数据的观察进行比较。

4、全面观察法：对现象进行全面的观察，了解观察对象的全貌。

二、过程的分析方法。

1、化解过程层次：一般说来，复杂的物理过程都是由若干个简单的“子过程”构成的。因此，分析物理过程的最基本方法，就是把复杂的问题层次化，把它化解为多个相互关联的“子过程”来研究。

2、探明中间状态：有时阶段的划分并非易事，还必需探明决定物理现象从量变到质变的中间状态(或过程)正确分析物理过程的关键环节。

3、理顺制约关系：有些综合题所述物理现象的发生、发展和变化过程，是诸多因素互相依存，互相制约的“综合效应”。要正确分析，就要全方位、多角度的进行观察和分析，从内在联系上把握规律、理顺关系，寻求解决方法。

4、区分变化条件：物理现象都是在一定条件下发生发展的。条件变化了，物理过程也会随之而发生变化。在分析问题时，要特别注意区分由于条件变化而引起的物理过程的变化，避免把形同质异的问题混为一谈。

三、因果分析法。

1、分清因果地位：物理学中有许多物理量是通过比值来定义的。如r=u/r、e=f/q等。在这种定义方法中，物理量之间并非都互为比例关系的。但学生在运用物理公式处理物理习题和问题时，常常不理解公式中物理量本身意义，分不清哪些量之间有因果联系，哪些量之间没有因果联系。

2、注意因果对应：任何结果由一定的原因引起，一定的原因产生一定的结果。因果常是一一对应的，不能混淆。

3、循因导果，执果索因：在物理习题的训练中，从不同的方向用不同的思维方式去进行因果分析，有利于发展多向性思维。

四、原型启发法。

原型启发就是通过与假设的事物具有相似性的东西，来启发人们解决新问题的途径。能够起到启发作用的事物叫做原型。原型可来源于生活、生产和实验。如鱼的体型是创造船体的原型。原型启发能否实现取决于头脑中是否存在原型，原型又与头脑中的表象储备有关，增加原型主要有以下三种途径：1、注意观察生活中的各种现象，并争取用学到的知识予以初步解释;2、通过课外书、电视、科教电影的观看来得到;3、要重视实验。

五、概括法。

概括是一种由个别到一般的认识方法。它的基本特点是从同类的个别对象中发现它们的共同性，由特定的、较小范围的认识扩展到更普遍性的，较大范围的认识。从心理学的角度来说，概括有两种不同的形式：一种是高级形式的、科学的概括，这种概括的结果得到的往往是概念，这种概括称为概念概括;另一种是初级形式的、经验的概括，又叫相似特征的概括。

相似特征概括是根据事物的外部特征对不同事物进行比较，舍弃它们不相同的特征，而对它们共同的特征加以概括，这是知觉表象阶段的概括，结果往往是感性的，是初级的。要转化为高级形式的概括，必须要在经验概括的基础上，对各种事物和现象作深入的分析、综合，从中抽象出事物和现象的本质属性，舍弃非本质的属性。

**高中物理心得体会学生篇七**

作为高中物理状元，我在自己的学习道路中摸爬滚打、不断探索，积累了很多宝贵的经验和体会。在这里，我将分享一些对我的帮助很大的心得和体会，希望对广大学生们有所启示。

第一段：积极营造学习氛围。

学习物理需要一个好的学习环境，包括好的学习氛围。在学校学习物理的学生很多，大家应该互相帮助、相互学习，营造积极向上的学习氛围。在学习中要勤于思考，并且积极讨论问题，站在多个角度看问题，这样能够帮助我们更好地理解物理知识。

第二段：注重基础知识的打牢。

物理学习需要打好基础，掌握好基础知识。一些物理知识是紧密相连的，缺失其中的任何一环都会影响到后面的理解和学习。因此，我们应该在学习中注重基础知识的打牢，对这些知识时常巩固和复习。还可以通过做大量的习题来加深印象、加强记忆和理解。

第三段：针对性强的总结复习。

物理的学习需要灵活运用，是一个学习过程，而不是单纯的死记硬背。在学习和复习的过程中，我们可以积累知识，找到学习中常见的难点和易错点，针对性地进行总结和复习。

第四段：勤于拓展知识面。

在学习物理的过程中，我们不能仅仅局限于教科书中的内容，还需要查找更多的资料，拓展知识面。可以通过阅读物理方面的书籍、参加物理的竞赛、做一些物理实验来拓展视野，满足自己的好学心理。

第五段：正确的学习方法和态度。

在学习物理的过程中，最重要的是要有正确的学习方法和态度。首先，积极主动地学习，做到明确学习目的和计划，并保持持之以恒的学习状态。其次，我们需要善于思考、勇于创新、灵活运用物理知识，寻找出路，不断向前。同时，我们要坚定信心，相信自己一定能够成功。

总之，高中物理状元的成功之路并不是容易的，需要付出大量的时间和精力，不断摸索和探索。希望我的经验和体会能够对其他的学生有所帮助，通过这篇文章，能够让更多的学生在物理学习的道路上得到更多的启示和帮助。

**高中物理心得体会学生篇八**

近年来，新课程高中物理在我国的实施越来越受到重视。作为一名高中物理教师，我有幸参与了新课程高中物理的教学实践，从中获得了许多宝贵的经验和体会。在这篇文章中，我将分享我对新课程高中物理的心得体会。

首先，在新课程高中物理中，注重培养学生的科学素养和科学思维能力。在传统的物理教学中，往往只注重学生的理论知识掌握，而忽视了学生对科学的理解和思考。然而，科学素养和科学思维能力在现代社会中变得愈发重要。因此，新课程高中物理更加强调探究学习和实践应用。通过实践探索，学生将学会分析问题、提出假设、进行实验和观测、总结结论等一系列科学流程，培养了科学思维的能力。

其次，在新课程高中物理中，采用了多元评价的方式。传统的物理教学往往只注重考试分数和笔试成绩，忽视了学生的创新能力和实践能力的培养。而新课程高中物理则更加注重学生的综合能力的培养。学生会根据教学计划要求，进行小组探究或实验报告，并通过多种评价方式，如观察记录、实验报告和小组讨论等来评估学生的综合能力。这种多元评价的方式有利于发现学生的个性特点和潜能，并促使学生从被动接受知识的角色转变为主动学习的角色。

再次，新课程高中物理注重与社会发展的结合。传统的物理教学往往只停留在书本知识上，学生往往难以将所学的内容与实际生活和社会发展联系起来。而新课程高中物理中，教师通过案例教学、社区实践和科技活动等方式将物理知识与实际应用结合起来。学生会感受到物理知识的实际应用和影响，并能够认识到物理与生活、社会的密切关系。

此外，新课程高中物理还注重人文关怀和情感教育。在传统的物理教学中，往往只注重学生的知识掌握和考试成绩，忽视了他们的人文关怀和情感教育。而新课程高中物理中，教师通过合作学习、项目学习和班级活动等方式将物理教育与人文关怀结合起来。通过培养学生的团队合作、沟通交流和解决问题的能力，增强了学生的人文关怀和情感教育。

总之，新课程高中物理注重培养学生的科学素养和科学思维能力，采用多元评价的方式，注重与社会发展的结合，以及注重人文关怀和情感教育。这些都使得新课程高中物理在培养学生综合素质和创新能力方面具有显著优势。然而，新课程高中物理也还存在一些问题和挑战，需要我们不断探索和实践。相信随着新课程的逐步推广和普及，我国的高中物理教育将进一步优化和发展，为培养更多科学人才和提升国家创新能力做出更大贡献。

**高中物理心得体会学生篇九**

通过这段时间的学习，使我深深的认识到，在学校的教育中，培养学生的创新精神和实践能力就成为素质教育重要的价值取向。我觉得探究教学要利于培养学生独立思考的习惯，能激发学生的创新意识，开发学生的创新能力，全面提高学生的科学文化素质，拓宽学生获取信息的渠道，开展探究教学模式成为物理教学的必然趋势。以下是我的几点体会与想法：

1、体现了基础性和时代性：改变了过去繁、难、偏、旧的老问题，新课程不仅要求学生学习物理学最基本的概念和规律，了解物理学的基本观点、思想和方法，掌握物理实验的基本技能，同时还拓展了“知识与技能”的内涵，要求了解物理学的发展历程，反映经典物理与近代物理的融合，关注科学技术的主要成就和发展趋势，以及物理学对经济、社会发展的影响，关注物理学与其他学科之间的联系以及应用。

2、注重物理学的思想、方法和科学精神的教育：改变过去那种仅重视将物理学知识系统地归纳为简明扼要的知识体系的做法，而将物理学的思想和方法渗透在知识的形成过程中，挖掘活生生的实例，让学生思考和领悟物理学思想方法的精髓，增强应用科学方法的意识。

3、体现了课程及教学内容的多样性和选择性：为使教材有利于不同学生的智力潜能开发，且对不同区域具有广泛的适应性，课程标准提出“普通高中教育仍属于基础教育，应注重全体学生的共同基础，同时应针对学生的兴趣、发展潜能和今后的职业需求，设计供学生选择的物理课程模块，以满足学生的不同学习需求”。

4、在课程实施上更注重自主学习，提倡教学方式多样化。其中一个很重突出的特点就是开展研究性学习。我们现在高中物理知识的学习，已经不再仅仅局限再听老师讲课这样的基础上了，更多的需要同学们自己去探索、研究和动手实验，才能再这一过程中学到知识，更能应用知识。强调知识的构建过程，注重培养物理实验、科学探究能力;强调基础知识的学习，注重物理学核心概念的建立。强调从生活走进物理，从物理走向社会，注重保护探索兴趣，学习欲望;体现时代性强调学科渗透，关心科技发展;注重经典物理与近代物理的融合;体现情感态度与价值观的培养，关注科学?技术?社会观念的渗透。反映选择性综合不同地区课程资源，考虑农村和城市学生认知特点;精心设计栏目，使教学内容丰富，为教师教学提供了方便;既重共性，又突出系列特色，为学生发展提供空间。强调可操作性注重继承与发展，开发教材辅助资源。

5、高中物理课程新课改最大的困难是：第一，教师的观念要改变;第二，现有的教学资源要改变;第三，教学制度要改变;第四，教学评价，教学方式，教学内容都要跟随课改的变化。教育的出发点是人，归宿也是人的发展。“探究式教学”就是从学生出发，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。

**高中物理心得体会学生篇十**

电磁学是高二物理的重点内容，从角度看是高考的重考内容;在生活中运用很多，对不能升学的，学好了，今后改变自己的人生也有很大的好处;但是学起来，难度很大。在教学过程中，如何教?我有一些点滴体会，愿与同行们共同探讨和分享。(我们采用的是人教版高二物理)

一、做好两个实验--学生实验和演示实验。近几年由于多媒体进入校园，对教学多段改变很多。学生实验和演示实验无法用多媒体代替。课件是由人制作的，很有规律，易于控制和验证规律，好处很多。实验带有很大的误差，实验更具有真实性，有时还不一定成功。我每次在上电磁学时，只要能做的实验尽量让同学们亲自做。让他们体会实验的乐趣。

如我在上闭合电路欧姆定律一节时，就采用了实验教学。我准备了多种电源:学生电源、干电池、蓄电池，小灯(2.5v,0.3w)先用实验让学同们直观认识电源有电动势，然后讲解，在认识电源内阻时，我用学生电源稳压6v和干电池6v对同一小灯泡供电，给果不一样，用学生电源的不发光，电池的发光;又用它们对6v的收录机进行供电，都可用。时这也同学们的想法不一样了，学初中的知识不能解释了，分析原因是电源的内阻在作怪。后又用实验测得学生电源的内阻为100欧，电池的内阻为0.08欧。这样让同学们确实承认电源也有内阻。又如在上电容器的电容一节时:我也才用了实验教学，电容器的充电、放电、储能用电解电容(1000μf)即可完成，效果明显，同学们看到了电容器确实有这些特点，在做电容器的电容与哪些因素有关时，用教材中的演示实验，困难了。看不到现象，正当同学们开始有些怀凝时，我抓住这个机会，对同学生进行了物理学历的，这个实验我们今天做起来困难，在2xx年前，当物理学家们研究时，不知经过多少次失败，才有结果。所以我们今天不仅要人类智慧的结晶，更要学习前人不怕困难的精神。

二、激发同学们探索物理的兴趣。如何提高同学们学习物理的兴趣，我也做了一些偿试。

1、利用实验激发学习物理的兴趣。我在教学中发现，成功的实验是激发同学们学习物理的最好武器。如我上闭合电路欧姆定律时，电源内阻的实验，实验一做，同学们的兴趣大增。又如我在上静电屏蔽一节时，我带了一个小收音机和屏蔽罩。先让同学们课前猜测这个现象，然后再做实验，当我把收音机打开，收到电台，然后放进屏蔽罩时，后面的同学站了起来，声音没有了。同学们信了，情绪高涨了。

2、充分利用实验室的仪器和器材开展科技创新活动，也是提高同学们兴趣的有效方法。只有将学的东西变成现实，才能体会到所有所用，兴趣才会大增。如我上完电阻定律一节后，组织同学们自制滑动变阻器;上完日光灯原理，准备了学生实验。在上完交流电一章后，组织部分学生自制电风扇。在上电视、雷达一节，我打开了电视机的后盖，让同学们了解、观看内部结构，演示了场、行不同步的情况。这些科技活动，充分调动了同学们学习物理兴趣。

3、充分利用现代多媒体技术，提高同学们学习物理的兴趣。物理学也有自己的发展史，我在上磁场一章时，安培、法拉第的一些资料，在多媒体上放映，让学同们用人物了解物理史。如在补上用电安全时，我把一些触电事故的图片通过多媒体进行放映，收到了很好的效果。

三、灵活处理教材的难度。物理这门学科，我作过调查，同学们感到是最难的，如何变难为易，让同学们们尽量掌握每节的主要部分，并能加以运用，是一个难题，我在多年的教学中也作过一些探索。

1、精简每节课的知识点，并把知识点成易记的几个字。如我在上库仑定律及电荷定恒一节。我把安归结为“三个一”:一个重点(库仑定律)，一个补充(电荷守恒是库仑定律的补充)，一个知道(要知道元电荷的电量)在上电场强度一节，重点是电强度概念的建立，难建立、难董，易混乱，我把它归结为三个无关一个牢记:电场强度与是否入入检验电荷无关;电场强度与检验电荷的正、负无关;电场强度与检验电荷受电场力无关。牢记电场强度的方向规定。

2、降低入门难度，变难为易。从多年的高中物理教学中，每届都有不同的心得，每届都在探索。如我在上电势差与电势能一节，这一节难度大，又是重点内容，同学门手收的参考书也多，从不同角度分析的也多。我在处理教材时，只要求同学们记住“两个”关系:电场线与电势之门的关系:沿着电场线的方向，电势越来越低;电场力做功和电势能的关第:电场力做正功，电势能减少，电场力做负功，电势能增加。如在上日光灯原理一节时，要求同学们“记住一张图，知道两个元件”。这样处理难度降低，同学们心里负担少了。学起来相对轻松了一些。

3、改变问题的提发，有时也会收到降低难度的作用。如我在上法拉第电磁感应定律--感应电动势大小一节时，关于e=bvl的公式时，我把字改变成:揭迷e=bvl。我主要讲了两点:这个公式是不是法拉第的实验总结，我通过实验--分析--结合历史(以实验说历史)，证明此式不是法拉第的实验总结--不是实验定律。这个公式是数学推导出来的公式。

四、举办专题讲座，扩展同学们的视野。对部分上课有余力的同学，我举办了专题讲座。如在讲电势差和电势能一节，由于同学们手上的参考书多，我举办了专题讲座，分析了同学们手上资料的结论的来拢去脉。在上完楞次定律一节后，我又举办了专讲座，从磁通量的变化角度、相对运动的角度、线圈面积的角度、能量守恒的角度去分析楞次定律的正确性。在上完交流电的产生一节，我又举办了专题，分析正玄交流电的公式的得来。

通过多种手段，我在上电学部分时，收到了一定的效果，但也是我个生的一些点滴，原与同行们共同交流与学习。

**高中物理心得体会学生篇十一**

第一段：介绍参加台湾物理培训的背景和目的（约200字）。

我是一名高中生，在学业上对物理这门学科一直表现出浓厚的兴趣。为了提高自己的物理水平，我决定参加台湾的物理培训班。参加这个培训的目的是希望能够学到更深入的物理知识，提高自己的解题能力，并与其他物理爱好者交流心得。

第二段：培训过程中的收获和体会（约300字）。

在参加台湾物理培训的过程中，我获益良多。首先，培训班采用了互动式教学，通过讨论和解答问题的方式，激发学生的思考和学习的兴趣。在这个过程中，我学到了许多实用的物理知识，例如波动、热力学等。其次，培训班还为我们提供了丰富多样的实验机会，让我们能够亲自动手进行一些物理实验，深入理解物理原理。此外，培训班还组织了一些小组讨论和竞赛活动，既锻炼了我的团队合作能力，又增强了我的解题能力。通过这些活动，我不仅学到了物理知识，还结交了许多热爱物理的朋友。

参加台湾物理培训对我产生了深远的影响。首先，我意识到物理学是一门需要理论和实践相结合的学科。以前，我只注重书本知识的学习，而忽视了实际应用和实验实践。通过参加培训班的实验活动，我更加深刻地理解了物理原理，并且在实践中掌握了解题的方法和技巧。其次，培训班强调了学习的主动性和创造性。通过互动式教学和讨论，我不再仅仅是passivelyreceivingknowledge，而是activelythinking和participating。这种学习方式让我变得更加主动和积极，不再满足于简单的记忆和死记硬背。最重要的是，参加台湾物理培训增强了我对物理学科的热爱和信心。在和其他物理爱好者的交流中，我深刻地感受到了物理学科的魅力和无限潜力。

第四段：对未来学习和发展的规划与展望（约200字）。

参加台湾物理培训让我对未来的学习和发展有了更明确的规划和展望。首先，我决心要继续深入学习物理学科。我会更加注重理论与实践相结合，通过参加实验课程和科研活动来提高自己的专业水平。其次，我希望能够参加一些国际物理竞赛和学术交流活动，与来自世界各地的物理爱好者共同探讨并深化对物理学的理解。最后，我将继续保持对物理学科的热爱，并将其运用到生活中，为人们创造更多的实际应用价值。

第五段：总结台湾物理培训的价值和影响（约200字）。

参加台湾物理培训让我从书本中走出来，亲身体验了物理学的魅力和无限潜力。通过培训，我不仅学到了实用的物理知识和解题技巧，还结交了许多志同道合的朋友。参加这个培训不仅让我对物理学的学习产生了浓厚的兴趣，还为我未来的学习和发展带来了很多帮助。我相信，通过不断学习和实践，我一定能够在物理学领域取得更好的成绩，并为社会的进步做出自己的贡献。

**高中物理心得体会学生篇十二**

通过这段时间的学习，使我深深的认识到，在学校的教育中，培养学生的创新精神和实践能力就成为素质教育重要的价值取向。我觉得探究教学要利于培养学生独立思考的习惯，能激发学生的创新意识，开发学生的创新能力，全面提高学生的科学文化素质，拓宽学生获取信息的渠道，开展探究教学模式成为物理教学的必然趋势。以下是我的几点体会与想法：

1、体现了基础性和时代性：改变了过去繁、难、偏、旧的老问题，新课程不仅要求学生学习物理学最基本的概念和规律，了解物理学的基本观点、思想和方法，掌握物理实验的基本技能，同时还拓展了“知识与技能”的内涵，要求了解物理学的发展历程，反映经典物理与近代物理的融合，关注科学技术的主要成就和发展趋势，以及物理学对经济、社会发展的影响，关注物理学与其他学科之间的联系以及应用。

2、注重物理学的思想、方法和科学精神的教育：改变过去那种仅重视将物理学知识系统地归纳为简明扼要的知识体系的做法，而将物理学的思想和方法渗透在知识的形成过程中，挖掘活生生的实例，让学生思考和领悟物理学思想方法的精髓，增强应用科学方法的意识。

3、体现了课程及教学内容的多样性和选择性：为使教材有利于不同学生的智力潜能开发，且对不同区域具有广泛的适应性，课程标准提出“普通高中教育仍属于基础教育，应注重全体学生的共同基础，同时应针对学生的兴趣、发展潜能和今后的职业需求，设计供学生选择的物理课程模块，以满足学生的不同学习需求”。

4、在课程实施上更注重自主学习，提倡教学方式多样化。其中一个很重突出的特点就是开展研究性学习。我们现在高中物理知识的学习，已经不再仅仅局限再听老师讲课这样的基础上了，更多的需要同学们自己去探索、研究和动手实验，才能再这一过程中学到知识，更能应用知识。强调知识的构建过程，注重培养物理实验、科学探究能力;强调基础知识的学习，注重物理学核心概念的建立。强调从生活走进物理，从物理走向社会，注重保护探索兴趣，学习欲望;体现时代性强调学科渗透，关心科技发展;注重经典物理与近代物理的融合;体现情感态度与价值观的培养，关注科学?技术?社会观念的渗透。反映选择性综合不同地区课程资源，考虑农村和城市学生认知特点;精心设计栏目，使教学内容丰富，为教师教学提供了方便;既重共性，又突出系列特色，为学生发展提供空间。强调可操作性注重继承与发展，开发教材辅助资源。

5、高中物理课程新课改最大的困难是：第一，教师的观念要改变;第二，现有的教学资源要改变;第三，教学制度要改变;第四，教学评价，教学方式，教学内容都要跟随课改的变化。教育的出发点是人，归宿也是人的发展。“探究式教学”就是从学生出发，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。

学生的求知欲，让其产生肯定的学习情感，使他们认识到如果想拥有一个美好的未来，且能更好地胜任以后的工作，必须学习物理并且一定要学好物理。其次，教师要注重对学生的感情投入。通过对学生科学引导、热情帮助，使学生切实感受到老师的`爱心和对自己的关怀，时时刻刻感觉老师在关注自己，这样师生之间就会产生情感共鸣，学生对物理课就会产生强烈的兴趣，由厌学转化为好学、爱学、乐学。最后，在教学过程中教师要注意批评的艺术和技巧，要维护学生的自尊心。

根据学生的心理特点制造一种积极的氛围，对学生的行为会起到强化定向作用，有利于充分发挥学生的创造力。通过物理实验培养其学习兴趣。

创设丰富多彩的活动课，能激发学生的参与意识和自主能力，吸引学生的注意力，使他们在轻松愉快的环境中学到知识。

总之，物理是一门有趣的学科。如果教师能注意挖掘，注意培养学生学习兴趣，自始至终都能生动地、饶有兴趣地让学生去学，我们就可以战胜学习的顽敌——厌烦情绪，使物理学习持久下去，并发挥学生潜在的能动力。相信学生在物理学习方面一定会有突出的表现。

这些就是我在这次校本研修过程中获得的心得体会，通过不断的学习与交流，使我的思想和认识又得到了进一步的提高，努力使自己在今后的教学中有所进步。

**高中物理心得体会学生篇十三**

第一段：介绍物理培训的重要性及目的（200字）。

物理作为一门自然科学，是我们理解世界和解决问题的基础。在高中阶段，物理作为一门重要的学科，不仅对我们的高考成绩有着至关重要的影响，更重要的是，通过物理学的学习，我们能够培养科学思维和实践能力。台湾物理培训学习可以为我们提供良好的学习环境和教学资源，帮助我们更好地掌握物理知识和解题方法。

第二段：物理培训对学生的帮助及其特点（250字）。

台湾物理培训的最大特点之一就是注重学生的实践能力培养。在物理实验室里，我们可以亲自动手进行实验，观察现象，探索规律，提高自己的实验操作和数据处理能力。同时，物理培训还特别注重培养我们的问题解决能力。在课堂上，老师会提供一些具有挑战性的实际问题，要求我们进行思考和解答，这样能够锻炼我们的分析和解决问题的能力。另外，物理培训还采用了多种教学方法，如讲解、讨论、小组合作等，使学习过程更加有趣和互动。

第三段：学习物理的困惑及解决方法（300字）。

学习物理这门学科，并不是一件轻松的事情。对于许多学生来说，难题在于觉得抽象理论和复杂的公式与实际生活毫不相干。此外，在物理学习中，我们还会遇到一些难以理解和记忆的概念和公式。然而，参加物理培训课程后，我发现培训老师对于这些困惑有着非常切实可行的解决方法。他们通过生动的实例和图解，将抽象的理论与实际问题相结合，帮助我们更好地理解和掌握物理知识。同时，老师还会采用讲解、练习和答疑相结合的教学模式，使我们在课堂上的学习更加系统和有效。

参加台湾物理培训后，我的物理学习成绩有了显著的提高。首先，在课堂上老师的讲解和实例分析让我对物理学的内容和核心概念有了更深入的了解，这有助于我理解问题和解题思路的形成。其次，物理培训提供了大量的习题和模拟考试，让我有更多的机会进行练习和巩固，从而提高了我的解题能力和应试技巧。最重要的是，物理培训注重培养学生的实践能力和问题解决能力，这使我能够更好地应用所学的知识解决实际问题。

第五段：总结及个人体会（200字）。

总的来说，参加台湾物理培训对于我个人来说是非常有益的。通过培训，我不仅理解和掌握了物理知识，还培养了实践能力和问题解决能力。同时，我在物理学习中的困惑和难题也得到了有效的解决。更重要的是，物理培训提高了我的学习成绩，并帮助我养成了良好的学习习惯。我相信，在未来的学习和工作中，这些物理培训所带给我的经验和能力将会发挥重要的作用。

**高中物理心得体会学生篇十四**

作为一名物理教师,我时刻提醒自己要让自己的学生喜欢物理这门学科，可是在教学中我一直有这样的感觉，教书好象就是在教学生做题目，并且题目越难越好，越是能把学生考倒的题目就越是好题，同时与生活的联系也不紧，理论性比较强。我一直有一个感觉就是我们的学生是被教笨，当然这笨并不是指学生的智商而是指学生的各方面的能力。我觉得在教学过程中、我们应该注重以下几个方面的问题：

为有利于学生进行探索性学习，教师应努力为学生创设良好的情境，这些情境包括时间、器材、组织、心理等各个方面、例如，要根据教学的需要，做好学具、教具、音像、课件等各方面的准备；要对学生进行合理的组织安排，保证每个学生都能得到探索的机会.

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！