# 最新物理的心得体会 物理心得体会(优秀12篇)

来源：网络 作者：浅唱梦痕 更新时间：2024-05-23

*心得体会是我们对自己、他人、人生和世界的思考和感悟。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。物理的心得...*

心得体会是我们对自己、他人、人生和世界的思考和感悟。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**物理的心得体会篇一**

8月9日上午，我有幸聆听了潍坊教科院刘守良主任的“345优质高效课堂教学流程”的报告，受益匪浅，收获甚多。

教育改革的核心是课程改革，推进课程改革，课堂是关键和核心。以前的课堂教学，主要是教师讲、学生听，课堂安静，学生听讲聚精会神，每堂课有着固定的模式：复习旧知，导入新课，讲授新课，巩固小结。而现在我们通过“345优质高效课堂”，把课堂分为课前、课内、课后三步;课内探究由自主学习、合作探究、精讲点拨、有效训练基本环节来完成。课堂上改以往的教师“一言堂”为以学生自主学习为主，教师只起到组织、示范、引导作用，且上课模式不固定，而是根据新知探索课、习题训练课、检测点评课、知识梳理课、实验探究课五个不同课型的内容和学生实际，采取灵活多样、切实可行的教学方法，激发灵感思维，把课堂变成学生的舞台，使课堂“活”起来，使学生“动”起来。通过听取报告，我个人对“345优质高效课堂教学流程”研究认识最深的有以下几点：

1.“三讲三不讲”。“三讲三不讲”是对“满堂灌”的终结，是实施探究性学习的起点，使课堂教学变“一人讲”为“大家谈”，变“一人做”为“大家探”。刘守良主任在报告中提出的三类必须讲的问题：一是学生自主学习、小组合作、班内交流后，全班同学仍然解决不了的问题;二是在解决问题的过程中又生成的新问题;三是老师明白这是学习中的重点问题但学生始终没有提出来的问题。“学生已经学会了的不讲;学生通过自学能够学会的不讲;讲了也不会的不讲。

“345优质高效课堂”教学模式，提倡在相互合作中通过彼此进行交谈、倾听，在分享想法的过程中，其他的学生往往会产生自主探索的情感。在这个过程中，学生不仅仅掌握了知识，而且在经历过程中体验到了合作的价值，并发现到了自己的价值潜能，培养了学生的创新能力和竞争意识。

2.先学后教，以学定教。这是“345优质高效课堂”教学顺序的总要求。当学生已经能够自己阅读教材和自己思考的时候，就要先让他们自己去阅读和思考，然后根据学生在阅读和思考中提出和存在的问题进行教学，这就是以学定教。充分发挥学生的学习主动性，做到了课堂以学生为主，让学生主动自觉地发现问题、解决问题，提高学生学习的兴趣，使他们掌握学习的方法，主动接受和探索知识，而不是传统的被动的填塞式的学习，这是实现高效教学的一种途径。

3.三布置三不布置。三不布置：不布置重复性的作业，不布置惩罚性的作业，不布置超过学生合理学习限度的作业;三布置：布置发展学生思维的作业，布置引导学生探究的作业，布置迁移拓展、提高能力的作业。

4.删除无效教学环节。在新课程改革日益推进的过程中，有效教学虽然愈来愈引起人们的广泛关注，越来越成为课堂教学的追求。但是，不可否认的是在当前的教学实践中，还有很多的”低效“、”无效“的现象和环节。只有发现无效，删除无效，才能实现课堂教学的有效、高效。

通过培训，我明确了”345优质高效课堂“的理念，学到了方法，也切身体会到了”345优质高效课堂“研究的必要性，我会在以后的教学实践中放开手脚，大胆探索，不断体会、不断反思、不断感悟，让自己的课堂充满”自主、互助、优质、高效“的旋律。

**物理的心得体会篇二**

物理是一门让人既恐惧又兴奋的学科，它深入探究了自然世界的奥秘。从小我就特别喜欢物理，最近学习了应用物理，这篇文章将分享我对应用物理的心得体会。

应用物理是一门将物理知识应用于实践的学科。它涉及到许多领域，如机械、电子、生物等。在应用物理中，我们将学习如何应用物理原理来解决现实世界中的问题和现象。

应用物理对我们生活的影响无处不在。它贯彻于我们的日常生活中，如手机和电视、汽车和医学设备。没有应用物理的知识，很难想象我们的生活会是什么样子。应用物理能够为我们提供工具和技术，从而解决各种问题和挑战。

应用物理是一个独特的领域，它不同于其他领域的应用科学。应用物理可以使我们掌握如何将基本物理概念和原理应用于真实世界中的问题。在学习应用物理的过程中，我才真正体会到物理的奇妙之处。比如，当我学习光学时，我学会了如何制造眼镜和望远镜。

应用物理在未来将会更加重要，因为我们需要不断创新，以应对日益复杂和严峻的挑战。应用物理将成为未来发展的新方向，其应用将广泛应用于各种领域，如科技、医疗、交通等。应用物理将推动科学和技术的进步，从而创造出更安全、更舒适、更高效的生活。

第五段：结论。

在学习应用物理中，我发现学习知识并不能保证我们能够真正掌握它们。要想真正掌握应用物理，需要通过实践和实验才能实现。只有当我们真正实践，才能了解应用物理的奇妙之处。掌握应用物理将成为我们未来成功的关键，无论是回报我们的职业生涯还是让我们更好地理解这个复杂而美妙的世界。

**物理的心得体会篇三**

在学习物理的过程中，我不仅获得了知识，还培养了许多思考和实践的能力。通过学习物理，我深刻体会到了它在日常生活中的重要性，并且也成为了我个人成长的一部分。通过这段时间的学习，我总结出几个重要的心得体会，希望能对其他物理学习者有所启发。

首先，物理学习需要打牢基础。毋庸置疑，物理是一门基础学科。在学习物理之前，我们需要掌握一定的数学知识，如代数、几何、三角函数等。只有建立了坚实的数学基础，才能更好地理解物理世界中的各种定律和规律。因此，在学习物理时，我们不能急于求成，而是要有耐心地学习基础知识，打好基础，才能在后续的学习中更上一层楼。

其次，实践是物理学习的关键。纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。物理学习不仅需要理论知识，更需要实践操作。通过实验和实践，我们可以更直观地感受到物理学中的各种现象和规律。实践中的失败和成功都是宝贵的经验，通过总结和反思，我们可以更好地理解物理原理，培养问题解决能力和创新思维。因此，在学习物理时，我们要积极参与实验和实践，多动手，多实践，才能真正掌握物理知识。

再次，物理学习需要发散思维。物理学作为一门科学，是一个不断发展的领域。尽管我们在学习过程中了解到了许多物理定律和理论，但我们不能停留在表面，应该进行深入的思考和探索。物理学习不仅是记忆和应用，更是培养批判性思维和创新能力的过程。我们可以尝试提出自己的问题，思考物理原理背后的原因，发现问题和解决问题的方法。通过发散思维，我们可以更好地理解物理学，掌握物理学的精髓。

最后，物理学习需要耐心和毅力。物理学不是一门容易掌握的学科，它需要时间和努力的积累。在学习物理的过程中，我们可能会遇到各种困难和挫折，但我们不能轻易放弃。只有坚持不懈，树立正确的学习态度，才能克服困难，取得好成绩。物理学习需要耐心和毅力，而这也是我们在其他方面取得成功所需要的品质。

综上所述，学习物理不仅是获取知识，更是培养思考和实践能力的过程。通过打牢基础、进行实践、发散思维和保持耐心，我们可以更好地理解和应用物理学知识。希望我的心得体会能对其他物理学习者有所启发，让大家在学习物理的道路上不断成长和进步。

**物理的心得体会篇四**

在本学期，我们又有了一节物理学课程，本以为在大一学习物理学课程之后，大学生涯不会再碰到这门课程的我，却是非常的开心。因为我个人对于物理的学习非常喜欢。每当有物理的作业，每次都是放在首位的。

还记得第一次的物理课上的我，人满为患，由于去的晚，已经没有了座位，只能站着上课。但是即便如此，我也是听得津津有味。令我印象深刻的是，我的物理老师不是一个电视里那种懊糟的老头子，反而，他是一个思路清晰的老师。

于是，我便是站着，开始了我这个学期的物理学习。在大学理科各科目中，物理是相对比较难学习的一门课程，学习物理的许多同学，特别是物理成绩徘徊在中游或者下游的同学，总会遇到这样的困扰，在课上的时候，听着老师的讲课觉得有理有据，自己明白的也七七八八，但是一旦要自己动手去解决书本上的一些物理知识时，却已经束手无策了。在大学物理慢慢的学习之中，我明白在正式开始物理学习之前，最好是能根据老师第一天第一节课对于物理课程体系的笼统介绍，以及在众多学姐学长那里得到的有用信息，弄清物理学习的课程特点和必备的基础知识，结合自己在高中学学习物理的情况，提前做好充分准备的准备工作和预习工作。因为大学物理与高中的物理是紧密相关的，是高中物理知识的提高和拓展，所以复习高中物理学知识的物理概念和公式是十分重要的，还有一些常用的物理模型也是很有必要的。

当然，在大一时候所学习的许多高等数学知识也是需要及时复习的，毕竟数学算数也算是物理学习的基础。然后要有科学的学习方法。每个人都有自己长久积累的不同的学习习惯和方法，同时每个人的基础知识也不尽相同，要正确认识自身，熟悉周围学习条件和适应学校的学习环境，根据物理课程的特点，把自己一天中最具有效率的时间安排给最难学习课程的学习。这便是我由大学物理学习所得出的一点经验与体会。

我认为学习大学物理，是锻炼个人思维运用的一个重要方式，物理这门课在大学的学习已经不同于你高中和初中的物理学习，很多大学物理的内容在以前看起来也许就是天方夜谭，非常的抽象。这就要求我们以一种新的学习态度来对待这门课程的学习，比如各种抽象理论章节的学习，我们就不能按照以前的旧观点和旧思想来强制自己来接受，这样对于学习是没有任何好处的，反而会使那部分的内容更难理解，也会使得学习的过程枯燥无比，渐渐失去兴趣。所以说，学习大学物理对我们的思维来说是一种锻炼，也是对于我们学习能力的一种锻炼，同时这对于我们学习机械制造及其自动化专业的大学生来说是弥足珍贵的，这也是一种学习能力的考验。

而物理对于我的提高，不止是专业上面的帮助，也是在生活和其他学习上面的。例如在于生活之中，面对受力的问题，我可以巧妙的应用物理知识，来明白力的大小以及如何做到省力，从而在生活中做到巧妙的运用和快速的解决问题。还有就是对于我的兼职生涯也是有一定的帮助。大一的时候，在安吉我曾经给当时高三的同学辅导过物理方面的知识。在当时，由于要给他辅导物理实验，我也是找了好多高中的学习资料，温习以前学习过的知识，保证自己教学的准确性。由此我也增强了自身的各方面的能力，同时，也缓解了我当时的经济压力。所有说，学习物理对我的帮助不可谓不大!

总之，学习物理对于我们的生活有着巨大的帮助，同时物理学的发展在人类文明发展史中起着相当大的作用。我们应该明白，大学的学习是人生事业的真正开始，每一门大学课程的内容都是自己专业知识体系的有机组成部分。我们作为学生，应该端正自己的学习态度，浓厚自己的学习兴趣，改进自身的学习方法，提高所有课程的学习的重视，投入足够的精力和时间，争取在每一门课程的学习中取得最大收获，充实地度过大学这段宝贵时光。对于物理的学习，我们不能轻视物理，也不能小瞧物理，要做到喜欢不喜欢的学科都一视同仁，并且我们在学习大学物理的过程中我们也应该踏踏实实，不要出现那些三天打鱼，两天晒网的事，我们要一步一个脚印，踏踏实实的学习所有大学课程，相信最终我们会牢固掌握其中的知识，一步步的走下去，在学习的道路上走得更远。

**物理的心得体会篇五**

物理是一门研究自然界物质运动规律的科学，它包含了许多经典的理论，如牛顿力学、电磁学、热力学等，这些理论的确能够解释自然界的许多现象，但是，随着科技的不断发展，我们发现自然界中存在许多矛盾现象，这些矛盾现象不仅挑战着我们对自然的认识，也推动着物理学的发展。本文将结合几个典型的物理矛盾，详细讨论这些矛盾对我们的影响和我们必须如何解决这些问题。

第一段，简述物理矛盾的概念及意义。物理矛盾是指自然界存在着的无法解释，甚至是相互矛盾的现象，这些矛盾不仅具有科学上的重要性，也会影响到人们的思想方式和未来科技的前景。物理矛盾的存在，驱动着科学家们对自然界认知的不断深入和创新，推进了物理学的不断发展。

第二段，以根源性问题的矛盾为例，探讨物理学中的矛盾。根源性问题矛盾是指物理规律之间的矛盾，如牛顿力学与相对论的矛盾。牛顿力学只适用于低速运动，但此时反而会和能量守恒定律发生矛盾，而相对论则适用于高速运动。这种矛盾是由物理学的历史发展产生的，它推动了狭义相对论和广义相对论的出现，推动了科技的进步。

第三段，以量子物理学中的测不准关系为例，说明矛盾对人类认识自然的影响。测不准关系认为测量一个实体的位置和动量是无法同时准确确定的。这种矛盾对普通人来说可能感到深不可测，但对科学家的研究和研究成果却有巨大影响，引领出诸多量子物理学中的颠覆性理论，许多物理现象也因此才被牵扯进了量子世界。

第四段，以“单向时间箭头”的矛盾为例，说明矛盾对于我们研究宇宙起源和演化的影响。单向时间箭头的矛盾是指时间在宇宙中是单向不可逆的，这种矛盾关系直接牵扯到宇宙的起源以及演化方向等重大哲学问题，推动了诸如大爆炸，黑洞等多项科学理论的出现和发展。

第五段，总结物理矛盾对于我们认识自然的挑战，以及如何解决矛盾问题。物理矛盾使我们受到挑战，但同时也激励我们不断探索科学前沿，推进自己认识的提高。而解决这些问题的方法，则在于科学家们的创新和科技的发展，以及更加严肃的实验研究等方式。

总而言之，物理矛盾的探讨，不仅能够让我们对于自然的认识更加深入，理解自然界运动规律的变迁，也能给我们带来创新的灵感，及提供更加广阔的研究方向和未来科学发展的方向。

**物理的心得体会篇六**

转眼间，本学期的物理课程又将结束了，自从打一下学开设这门课到如今学习了大学物理已有两学期，在这过程中我对学习大学物理深有体会。下面，我就简单总结下在这两学期的学习中我对学习大学物理的体会与方法。

物理学学习是一次充满迷茫、艰难探索、循序渐进的长途旅行,对物理概念、物理定律和物理思想的理解要经过反复思索、逐步加深、直到顿悟的漫长过程。学习大学物理，我们从开始就会发现，许多概念和定律在中学都曾学习过，也有了一定的理解，遇到的一些问题也能用中学物理方法解决，这种不断重复、逐步深化的方式本是学习物理学的常用方法。但这种方法易使我们产生轻敌思想，误以为学习大学物理不难，对概念的理解、方法的掌握、物理思想的确立以及物理问题的处理思路习惯于停留在中学水平，忽视了对知识体系和思想体系的深入思考，慢慢地感到学习越来越困难，逐渐失去了对物理课的兴趣，也就不可能有好的学习效果。因此，需要特别提醒的是，我们从开始就要十分重视对大学物理的学习，不仅要投入足够的时间和精力，而且要掌握正确的学习方法。

学习物理关键在于多思考，搞清楚其中的原理。学习物理不是简单的套用公式，进行数字推导;物理知识重要的是要掌握扎实的基础知识。要对基本物理概念、物理规律清楚弄清本质，明白相关概念和规律之间的联系，明白物理公式定理、定律在什么条件下应用,而不能简单地以做习题对基本概念和基本规律的学习和理解，如果概念不清做题不仅费时间费精力，而且遇到的矛盾或困惑就越多.做习题的目的是为了巩固基本知识，从而达到灵活运用。所以上课时是最重要的。这就是我学习大学物理的体会。

与学习任何课程一样，学习大学物理也要牢牢抓住课前预习、课堂听讲、做好笔记、理解例题、课后复习(包括完成作业)和考前复习这几个主要环节。课前预习就是粗略浏览将要学习的内容，目的在于明确课堂上必须重点解决的问题;课堂听讲就是要学习老师引出物理概念的目的、建立物理模型的思路、描述物理现象的方式、演绎物理原理的程序、解释物理定律的思想、分析物理问题的过程、解决物理问题的方法。在课堂上最重要的是学习物理思想和物理方法，同时以提纲的形式记录下老师授课的全过程，重点记录课本上没有的内容和自己觉得重要的东西，以备查阅。讲解例题是课堂教学的重要组成部分，学习例题也是学会应用理论的开始。教师通过对例题的分析和求解，一方面是要教会学生求解某一类题目的方法，另一方面是要培养学生分析问题的能力，而更为重要的是要加深学生对基本理论的理解、提高应用理论解决实际问题的能力。每个例题都是一个物理模型，物理题实际上已知模型的拓展和变化。如何懂一道题通一类题，剖开题目表面找到问题所在是我们学习的关键。课后复习(包括完成作业)就是所谓的“把书读厚”，既要全面回顾课堂听讲的过程和所学内容，又要凭借记忆和查阅课本，把提纲式课堂笔记补充为详细笔记，并写下自己的思考体会，还要理清知识重点、难点以及解决某类物理问题的步骤和技巧，更要在完成作业的过程中巩固所学知识、解决发现存在的问题。考前复习就是所谓的“把书再读薄”，此时的重点不在于记忆概念、定律和结论，而在于理清课程体系和知识框架、独特的研究方法和思想模式、常见问题的处理流程和技巧、常用的数学知识，当然还要查漏补缺。

当然在大学学习物理不打你有文化课要学习，我们还有大学物理实验要做，这是在加强我们的动手能力，所以在大一下学期开始，每一次实验，我们都要预习，写好预习报告。基本上是通过看大学物理实验教材，了解本次实验的实验目的、实验原理和实验步骤，并把它们写在实验报告册上，每次总要几乎都写不下，都要加好几页纸。虽然有时候我们不情愿写，但是后来想想还是值得的，因为预习是这一步，很重要，它关系到实验的成败。我觉得我自己准备还是比较充分的，所以很多时候我都能顺利地完成实验。在这些准备的同时我们还需要学会共同学习，科学家很少独立进行研究，他们更多的是在团队中合作工作。如果能与同学或老师经常面对面或通过互联网等形式进行交流，甚至参与老师的科研项目，或者与同学组成学习小组共同学习，那么将会收获更多的知识和乐趣。

我在平时尽量要求自己，争取每节课后提出一个问题。如果没有问题，也可以在老师身边听听其它同学有什么问题。有一些问题可能折射出我们在某个知识点上的欠缺，所以问问题是必要的查漏补缺环节。另外，经常逛逛物理学习交流论坛，参与问题讨论也是件很有乐趣的事。

总之，知之者不如好之者，好之者不如乐之者。态度决定一切，细节决定成败。大学学习是人生事业的真正开始，每一门课程内容都是专业知识体系的有机组成部分。我们作为学生，应该端正学习态度，浓厚学习兴趣，改进学习方法，重视对所有课程的学习，投入足够的精力和时间，在每一门课程的学习中取得最大收获，充实地度过大学这段宝贵时光。并且我们在学习大学物理的过程中我们应该踏踏实实，不要出现哪些三天打鱼，两天晒网的事，一步一个脚印相信你会很快掌握其中的知识，在一步的在学习的道路上走得更远，让我们共同体会物理学家爱因斯坦的名言：发展独立思考和独立判断的一般能力，应当始终放在首位，而不应当把获取专业知识放在首位。

**物理的心得体会篇七**

一学期就这样悄然而逝。回想一下自己学到了什么。然而，一闭眼，感觉自己什么未曾学到。对物理化学没有整体的感知。

我想这应该说我自己平时不注重积累和总结吧。

确实，平时就只顾着赶作业，而忽视了总结。这一学期，我很少认真的想这章学完了，我该总结了。很少认真的想这两章学完了，我该总结了。更别说全本书学了，我该总结了。

总结不只应该挂在嘴上，而应落实下来。有总结才有系统的积累。这是我对学习物化及其他课的最深的一点感想，或者说是收获吧。

但仔细回想，收获还是有的。

首先，从老师那里我学到了，做事之前的准备要做好，做事时常常抬头从不同的角度看看，做完了要记得总结。做之前要认真思考：我做这件事是为了什么目的，我想达到什么效果，中间可能会出现哪些问题，我有没有在做无用功……很多时候总觉得自己很忙，可是在忙什么呢?有必要吗?有没有快速点的办法?这些问题却没有思考。好比，进山之前，我未总体感知他;进山之后，我自顾着低头做，却忘了抬头看看脚下的路，它延向何方，路边风景如何;出山之后，却未回头看看我是怎么进去的，又是怎么出来的。还有别的路吗我没有思考过。那是我没有时间吗?当然，我们都知道，时间是挤出来的。正如，很多成功之士，他们的成功部分在于他们会挤时间，把时间用在刀刃上。

其次，我觉得有一点特别重要，就是我从何老师和周老师身上深深感受到的乐观的心态。

我一直觉得自己是一个悲观的人，我总结得自己这不行，那不行。过于在乎别人的看法，总觉得自己什么都做不来。一件事对我来说，想到的也都是它坏的一面。而老师不同，她们总能从另外的角度把自己变得快乐起来。每次上课，她们都是笑嘻嘻的，非常开心。每节课都让她们变得如此精彩。我常对自己说，既然意识到了就行动啊。对，我得养成乐观的心态，向老师那样，开心的工作，愉快的学习，那样也才有效率。

这两点让我获益匪浅。

下面，我想谈谈自己对物理化学的学习情况。

物理化学上册共有七章。其中，第一章《气体》我们没上。我觉得剩下六章大概分为三类。第一类：热力学两定律和统计热力学;第二类，化学势;第三类，两个平衡，相平衡和化学平衡。这其中，我认为自己化学势和两平衡学的还好。这三章，多在计算，而喜欢动笔计算做题的我，这几章到也顺手。相图这章记住几种类型的相图就没事。不过，热力学定律学的就差点。关键是运用不是很熟悉。里面有些公式运功的条件不是把我的很准。对状态函数g和a学的不够好。对它们的定义能接受，但涉及计算和概念，还是会出错。最不好的是统计热力学。原因在于，公式太多，有很杂。“配分函数”这个概念还是有点难懂。

不过，这些问题，清楚了我会解决的。

我想说的还有一点，何老师的教学方法我觉得很好，我很庆幸能由何老师交我们。真的。我说的是实话，出自内心的。再说，快乐的人，总能快乐着打动别人。这是老师的特色。

不过，作为讲台下的臣民，老师说过的分组，我感觉不是很成功。就拿我们组说，很多事就没有发挥小组的力量。问题出于哪，我还不是很清楚。不过，我相信我们大伙会家加油的。

相信我们!我们会让老师感受到创新实验班的精彩!

**物理的心得体会篇八**

从高中起，物理就成为了我最喜欢的科目之一。在学习物理的过程中，我有了很多的体会与心得，这些心得无论是在学习还是生活中都给予了我很多帮助与启示。今天，我想与大家分享我在学习物理过程中所得到的几点心得体会。

第二段：学习物理需要注意思维方式。

在学习物理时，需要注意的一个重点是要转变思维方式。学习物理需要的是逻辑思维与抽象思维，因此需要放弃我们惯常的直觉思维。在学习物理时，要学会理性思考问题，充分运用推理和归纳，通过实验和观察得到自己的结论。更重要的是，要在理解的基础上，训练自己的运用能力，将所学到的物理学知识用起来解决一些现实生活中的问题。

第三段：物理学在生活中也有很多用处。

学习物理不仅仅是为了考试，它对我们在日常生活中的发展也有很多的推动作用。对于我们生活中一些常见现象的解释，我们可以用到物理学中所学到的知识。比如在学习物理的过程中，我们学到了计算机的组成原理、网络数据传输的机制和处理器工作原理等，这些知识也会对我们日常使用电脑时遇到的问题提供了很大的帮助。

第四段：听课和自主思考同样重要。

在学习物理时，课外的自主思考和实验也是很重要的。当老师把物理知识讲解清楚之后，我们可以通过自主思考与实验进一步深化理解和巩固知识。有时候，自己独立思考会产生非常意想不到的想法，这些想法可能会突破原有的思维模式，使我们更加全面地理解和应用所学的知识。

第五段：总结。

在学习物理中掌握适当的思维方式、注重物理学在生活中的应用、在课外思考与实验中进一步深化理解，这些都是我在学习物理过程中得到的要点。学习物理不仅仅是为了应对考试，更是为了增强我们的逻辑思维、实验能力和解决问题的能力。因此，在学习物理过程中，我们还应注意扩宽知识面，将所学的知识和其他学科联系起来，聚焦现实问题，让所学到的物理原理发挥更大的实用价值。完善自己的物理知识体系，对我们日后的学习和工作将会带来不少的帮助。

**物理的心得体会篇九**

我教研组按照市教研室安排共参加了三次市教研活动，11中,28中和我校分别听了七节物理优质课听课，的确是大开眼界！使人于教学之中增加了几许借鉴之处。现总结如下，与大家共勉：

9月24日在11中听了三节课《16.1电压》。

9月26日在一中听了一节课《16.2电流与电路》。

10月8日在28中听了三节课《16.3探究串并联电路中电压的规律》。

有白费，学生们的兴趣调动起来，热情也高涨，一节课，在愉快中渡过！这难道不是我一直追求的吗？简洁明快的板书，让人记忆犹新！用最少、最精炼的字描绘最重要的信息，真好！若要对听过的诸多课一一讲说体会，我想恐怕我得再说万言也不止，恐日子久了淡忘，赶忙记录下来几点体会如下：

1．知识整合，妙！

针对《电压》和《探究串，并联电路中电压的规律》这两节实验探究课，不同的老师分别做了不同的教学顺序，细细听来，都十分恰当，看来，对教材的重新整合的确体现了不同的教学风格，也与教师的素质有密不可分的关系。有的从生活应用中引出规律，有的从小组合作探究中得出规律，而引入新课都下了极大的功夫，有的联系生活激趣引疑，有的表演魔术振奋人心，有的自创教具紧扣课题，有的巧设谜语活跃气氛，有的师生配合搭台唱戏，教材上的实验不一定是最合理的,但教师有智慧，设计出新颖、有趣、创新、实效的实验帮助学生理解问题。所以无论哪种方式，都十分顺畅、有效不分仲伯。

2．环节过渡，精！

教师的基本功过硬，各教学环节，虽形式各异，似无法，确有定法在其间。每一个教学环节处理得环环相扣，过渡极为自然，如同故事进行到此刻，就当有下文一样，引人思考。因教师准确的语言串联，各环节过渡时，毫无唐突之感！以自然大方的教态、流畅优美悦耳的教学语言赢得了在场所有老师的称赞！我的体会就是，听完这样的课，真是一种享受，一个字，美！！

3．启发质疑，实！

在我心中，也是如此！！我不得不说出心中的感觉：震撼！

4．学习过程，趣！

那些优美的课件自不待言，那些有趣新鲜的实验，确实让学生们快乐起来，热情高涨起来。，教师根据所教内容,积极自主探究实验、边学边实验，对观察到的实验现象，在师生的共同研讨下，逐步对现象或数据进行分析，深入到问题的本质，形成实事求是的科学态度，提高自身改进实验设计的能力。学生真是学在乐中，乐在学中，我听课仿佛进入了神奇的殿堂。怪不得，满满的听课老师都在聚精会神地听！回来深思，细致归纳，心有感触得出省级优质课教师的十条共同特点：

1、精彩的导入设计，紧扣课题，激情引趣。

2、精练、优美、悦耳动听的教学语言。

3.富有创意的教学设计。

4、都紧密围绕教学目标展开教学，重点突出—实，难点突破—巧，教学效果—优。

5、课堂教学生成三种声音------学生的质疑声、惊奇声、欢笑声。

6、合理、科学的分配教学时间。

7、课件的制作精美、实用、充分调动学生的视听感官。

8、教案设计实用、详略得当，留有弹性余地和发挥空间。

9、都体现了“学案导学，小组合作，当堂达标”的教学模式。

10、好课都体现了课堂的主角是“学生”，教师的作用是巧妙的“引导、点拨”的新课标思想。

通过这次听课活动我对新课改有了更深的认识。教学改革就要创新，观念的更新是教育生存和发展的前提。在以后的教学中我要努力做到以下几点：

1、认真学习教育理论和当前的教育教学先进经验，以指导自己的教学，使自己的教学再上一个新的台阶。

2、钻研新课标，转变教学观念，认真备课，研究教学方法，课前制定出切实可行的教案。

3、努力开发多方面的教学资源，丰富教学内容，开拓学生视野，为学生的自主学习创造条件。

4、上课时大胆放手，培养学生的自学能力，分析问题、解决问题的能力，培养学生的探究能力，培养学生的小组合作意识。

有幸参加如此之教研，是我们从教之幸事，能常听如此优质课以改良我之教学。总之，本学期的听课学习，让我们对自己平时的教学有了更深刻的反省和更高的要求，在以后的教学中，我们将不断地提升自身的素质，不断地向有经验的老师学习，博采众长，充分利用一切学习机会，多对比，多反思，提高自己课堂教学的能力。

**物理的心得体会篇十**

中考命题的资料准备丰富、全面超出我想象：命题组会给命题老师准备的资料丰富齐全，除了我省各地区使用的各种版本的教材以外，市面上的教辅资料应有尽有，还有一些国外的教材和资料，平时我们在工作中的命题只局限于自己地区所选用的教材，但是作为中考命题的高度必须要兼顾到所有使用的教材版本，在命题的过程中和闲暇之余我大量地阅读了其它地市及国外的一些物理教材，特别是一套德国的物理教材给了我很深的映像和启发，充分的开拓了视野，增长了见识。也提醒了自己，若作为一名命题的老师，自己的积累，视野的开阔会直接影响到试题的质量，以后更要加强学习。但是无论地市教材的使用情况如何，都要依据课标和命题指导思想、以及各地市的《考试说明》统一命制试题，对于试题中要考查的知识点在不同版本中的难易要求、公式的给出都要逐一梳理，命制的每一道试题都不能超过教材的难度要求。因此对于一线老师来说，我觉得在复习的时候，几个版本教材中有明显差别的地方就不要过细练习了，应该多抓住共性的知识点复习。

二、科学的流程保证试题的质量和高效：

命题的基本流程大致可以分为6个主要阶段：（1）对照双向细目表和历年考察情况确定考察的知识点；（2）命题组成员分工负责各个大题初步选题；（3）题目的讨论和选定。（4）根据知识点的分布测评难度，再微调题目；（5）反复读题，校稿确认表达的科学和严谨；（6）定稿交付印刷。要在短时间内命制一套科学的试卷不是件容易的事情，没有一套科学高效的方法根本无法办到，虽然每年都带毕业班，对双向细目表也阅读过多遍，但是从未仔细地去对照研究，分析确定试题的难度和搭配，通过这次的培训后，我非常深刻地体会到了双向细目表的指导作用，以后我每次不管是学校命题还是地市区的命题，我都习惯性的先做双向细目表确定要考察的知识点和难度，再围绕确定的知识点和难度来选题编题就显得目标性很强了，只有科学的命题程序才能保证命题的质量和效率。

三、高标准选题

选题要通过几轮的讨论、否定、再选题，我充分地体会到了中考选题的高标准。出现过的题目不能要，与市面上的题非常相似的题不能要，理解有歧义的题目不能要，表达不准确的题目不能要，难题繁体陈题不能要。题目不仅要求考察形式新颖，表达准确简洁，还要力求联系实际，既不能脱离学生的生活背景，又要力求考察学生的生活实践和知识面的广度，可谓是煞费苦心啊!我非常佩服给我们培训的老师，他们对历年来各省市的中考试题研究透彻，记忆清晰，基本上可以说是了如指掌，这也提醒了我，要命好一套高质量的试卷，命题老师的阅历和积累是非常重要的一个关键因素。

四、命题培训对我中考复习的指导作用

参加完了中考命题培训以后我也对自己的中考复习方法和习惯做了一些调整，感觉更加的清晰和自信了。

1、重视双向细目表的研究：题目千变万化，但万变不离其宗，这个“宗”就是双向细目表，只有把它吃透了，在教学中才能不跑偏，不管是应对考试还是自己出试题，才能做到心中有数。

2、重视历年来各省市的中考题目的阅读和积累：多读、多做才能提高中考复习的驾驭能力，多思考才能分析出题目的特点、研究出出题的思路、总结出命题的方向。

3、重视学生的能力培养和知识面的拓展：中考试题突出学生在实际生活中的物理观察能力，很多题目都是以生活中的事物或者具体事例为背景，考察学生分析数据、读取数据的能力，所以在平时教学和选题的过程中要紧紧围绕着这一方向来进行考察。

4、注重学生的易错点和模糊点的积累：很多知识点之所以会成为难点，主要是学生在理解和分析上容易形成易错点和模糊点，我们在实际教学中要特别注意积累，到总复习的时候再加以呈现和练习，我在实际中的做法就是建立“易错本”，将每次作业，单元测试中学生错误率比较高的知识点和题目进行积累，到总复习的时候再改编成册让学生强化训练，取得了一定的效果，希望在这里和大家一起分享。 由于能力和水平的问题，我没有能够将我的体会和收获说的非常的清楚，还请各位前辈同仁多多包涵。

**物理的心得体会篇十一**

回顾物理这门学科的学习历程，我深刻地认识到了物理的重要性和其在科学领域中的地位。这门课程涉及到的内容非常广泛，有些知识点需要严谨的推理和计算，而有些则需要我们自己进行实践探究。通过不断的学习和实践，我逐渐对物理产生了浓厚的兴趣，并在其中找到了自己的方向。今天，我即将结业，我想分享一下我的心得体会。

第二段：认识到自己的问题。

学习物理的过程中，我遇到了很多的问题。起初，我并不能够很好地掌握一些基础知识，甚至连一些基础公式都难以理解。但是，我不放弃，我不断地进行反思，在和老师同学的互动中，慢慢地摸清了自己的不足和问题。我意识到，在学习物理的过程中，我需要更好地掌握数学知识，这些是学习物理的基础。

第三段：寻找学习道路。

学习物理需要有自己的思路和方法，对于不同的内容，我们需要采用不同的学习方式。我发现，在做物理题目时，首先需要理解题目的意思，然后分析题目中的信息，找到适当的公式和解题方法。有些题目需要计算，有些则需要运用我们的物理直觉。我在学习物理的过程中，还参加了很多的学术讲座，这些讲座让我更好地理解了物理中的概念和原理。

第四段：实践是检验真理的标准。

在学习物理的过程中，实践是非常重要的。我们通过实验来验证理论，也通过实践来总结规律。我还参加了很多物理实验室的实验，这些实验让我更好地理解了许多物理概念和规律。在实验中，我发现仔细观察实验结果、运用科学计量和正确处理数据都非常重要。

第五段：收获和总结。

我的物理学习之路虽然艰辛，但也收获了很多。在学习物理的过程中，我认识到了自己的问题，并在老师同学的帮助下找到了学习的方法。我还参加了许多的学术讲座和实践，这些都让我更好地理解了物理中的概念和原理。在这个过程中，我还锻炼了自己的科学思维和实验能力，从而更好地为我的未来打下基础。

总之，我的物理学习之路虽然曲折，但也让我更加深入地理解了科学世界中的规律和现象。无论在哪里，我都会继续以科学为动力，前行到更高的领域。

**物理的心得体会篇十二**

物理作为一门自然科学，一直以来都是学生们较为头痛的科目之一。然而，通过对物理的深入研习，我逐渐意识到物理学的重要性和魅力。在这篇文章中，我将分享我在物理研习中的心得体会。

首先，物理学教会了我如何观察和思考。在物理学中，观察实验现象和搜集数据是必不可少的。通过亲身观察和实验，我学会了用科学的方式来观察现象，探索事物背后的规律。我发现自己的观察力和思维能力得到了极大的提升。此外，物理学还教会了我如何从不同的角度去思考问题。物理现象通常有多种解释，只有通过不断思考和探索，才能找到最准确的答案。

其次，物理学使我对世界的运作有了更深入的了解。在学习物理的过程中，我深入了解了力、能量、电磁场等基本概念，并学会了如何运用这些概念解释日常生活中的现象。例如，通过学习牛顿的运动定律，我能够解释为什么物体会保持运动状态或停止运动，并且可以计算出物体在不同条件下的运动轨迹和速度。物理学的知识让我对世界的运作有了更深入的理解，也让我对自然界的奥秘充满了兴趣。

第三，物理学让我思维更加系统和逻辑。在物理学中，解决问题要通过一系列的思考和推理过程。通过解决物理问题，我的思维习惯变得更加系统和逻辑，学会了寻找问题中的规律和联系。在解决物理问题的过程中，经常需要从所学的知识库中提取适当的公式和定律，并将其运用到具体的问题中。这些实践提高了我的推理和逻辑思维能力，使我在其他科目中也能够从容地解决问题。

第四，物理学培养了我耐心和坚持的品质。学习物理需要大量的练习和实验，成功往往需要反复尝试。我曾多次遇到难以理解和解决的问题，但我从不轻易放弃。相反，我会坚持思考，查找资料，寻找解决问题的方法，直到找到正确答案。这种坚持和耐心不仅在物理学习中很重要，也是我在其他学科和日常生活中需要的品质。

最后，物理学提高了我的实验和分析能力。在物理学中，实验是检验理论的重要方法。通过进行实验，我们能够验证和证实书本知识，并对实验现象进行观察和分析。在实验过程中，我学会了提出假设，设计实验方案，收集数据，并运用统计方法进行数据分析。这些实践锻炼了我的实验技能和数据处理能力，也教会了我如何准确记录和分析实验结果。

总结起来，物理研习给予了我很多宝贵的经验和技能。通过观察和思考，我学会了用科学的方式来解释世界。物理学的知识使我对世界的运作有了更深入的了解，并培养了我的系统思维和逻辑能力。同时，物理学还教会了我耐心和坚持，培养了我的实验和分析能力。这些经验和技能不仅在物理学习中有用，也对我未来的学习和生活有着重要的影响。

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！