高一暑假大纲					
课次	章节名称	关名称		关卡名称	
1	第一章 基本概念（一）	第一关	质点、参考系、时间时刻	1-1	质点
				1-2	参考系
				1-3	时间时刻
		第二关	路程与位移	2-1	路程与位移
				2-2	矢量与标量
2	第二章 速度与加速度	第一关	速度与速率	1-1	平均速度与平均速率
				1-2	平均速度与瞬时速度
3		第三关	加速度	3-1	加速度与速度的计算
				3-2	加速度与速度的关系
4	第三章 图像	第一关	***x-t*** 图像	1-1	***x-t*** 图像
		第二关	***v-t*** 图像	2-1	***v-t*** 图像
5	第四章 图像转换与双线***v-t***	第一关	图像转换	1-1	图像转换
				1-2	***a-t*** 图像
		第二关	双线***v-t***	2-1	同时同地
				2-2	同时不同地
6	第五章 基本公式	第一关	速度时间公式	1-1	速度时间公式的应用
				1-2	多过程问题
		第二关	位移时间公式	2-1	位移时间公式基本概念
7	中期测试				
8	第六章 公式推导	第一关	速度位移关系	1-1	速度位移关系
		第二关	三个速度	2-1	平均速度
				2-2	中时速
				2-3	中位速
9	第七章 运动可逆性与比例式	第一关	运动的可逆性	1-1	末速度位移公式
				1-2	运动的可逆性
		第二关	匀变速直线运动中的比例式	2-1	比例式的推导与应用
10	第八章 自由落体运动	第一关	自由落体运动	1-1	自由落体运动的概念与性质
				1-2	自由落体运动的计算

高一秋季大纲					
课次	章节名称	关名称		关卡名称	
1	第一章 运动的描述	第一关	描述运动的基本概念	1-1	质点、参考系、时间、时刻
				1-2	路程、位移、矢量、标量
				1-3	速度、速率与平均速度、平均速率
				1-4	加速度
		第二关	运动图像	2-1	位置时间图像x-t图
				2-2	速度时间图像v-t图
				2-3	加速度时间图像a-t图
2	第二章 运动规律	第一关	基本公式	1-1	基本公式
				1-2	三个速度
				1-3	位移差公式
				1-4	常见比例
		第二关	打点计时器	2-1	打点计时器
				2-2	纸带处理
3	第三章 自由落体与竖直上抛	第一关	自由落体	1-1	自由落体
		第二关	竖直上抛	2-1	竖直上抛运动的概念
				2-2	竖直上抛运动的的计算
4	第四章 复杂运动	第一关	多过程运动	1-1	0-v-0模型
				1-2	多过程运动
		第二关	追及与相遇	2-1	一定追上
				2-2	可能追上
5	第五章 力学初步	第一关	力学基础与重力	1-1	力学基础
				1-2	重力
		第二关	弹力	2-1	弹力的基本概念
				2-2	胡克定律的应用
6	第六章 摩擦力与力的合成	第一关	摩擦力	1-1	摩擦力的基本概念
				1-2	摩擦力的大小
		第二关	力的合成	2-1	力的合成
7	期中复习				
8	第七章 力的分解与正交分解法	第一关	力的分解	1-1	力的分解
		第二关	正交分解解共点力平衡	2-1	正交分解解共点力平衡
9	第八章 三力平衡	第一关	三力平衡	1-1	三力平衡
10	第九章 多物体平衡	第一关	多物体平衡	1-1	多物体平衡
11	第十章 牛顿定律初步	第一关	牛顿第一、第三定律	1-1	牛顿第一定律
				1-2	牛顿第三定律
		第二关	牛顿第二定律	2-1	牛顿第二定律
				2-2	已知力求运动
				2-3	已知运动求力
				2-4	多过程问题
12	第十一章 牛顿定律的应用	第一关	超重失重	1-1	超失重现象
				1-2	超失重计算
		第二关	连接体问题	2-1	连接体
				2-2	连接体的临界（极值）问题
				2-3	系统牛二定律
13	第十二章 传送带	第一关	传送带	1-1	水平传送带
				1-2	上行传送带
				1-3	下行传送带
14	第十三章 板块模型	第一关	板块模型	1-1	有初速度
				1-2	有外力
15	第十四章 实验专题	第一关	验证力的平行四边形定则	1-1	验证力的平行四边形定则
		第二关	探究牛顿第二定律实验	2-1	基本步骤及数据处理
				2-2	常见的实验变型题
16	期末复习				

高一寒假大纲					
课次	章节名称	关名称		关卡名称	
1	第一章 曲线运动	第一关	初识曲线运动	1-1	曲线运动的基本概念及特点
		第二关	运动的合成与分解	2-1	合运动与分运动
				2-2	小船过河基础计算
		第三关	关联速度	3-1	关联速度的计算
2	第二章 平抛运动	第一关	平抛运动	1-1	平抛运动的基础知识
				1-2	平抛运动的简单计算
				1-3	平抛运动夹角问题计算
3	第三章 描述圆周运动的物理量	第一关	描述圆周运动的物理量	1-1	相关物理量的基本概念
				1-2	相关物理量的换算
		第二关	两种传动装置	2-1	两种传动装置的基本模型
				2-2	两种传动装置的计算
4	第四章 向心加速度与向心力	第一关	向心加速度	1-1	向心加速度的基本概念
				1-2	向心加速度的计算
		第二关	向心力	2-1	向心力的基本性质
				2-2	向心与离心运动
5	第五章 圆周运动的应用	第一关	匀速圆周运动的应用	1-1	匀速圆周运动的两类模型
		第二关	非匀速圆周运动	2-1	非匀速圆周运动的几个经典模型
				2-2	几个经典模型的应用
6	第六章 万有引力定律	第一关	开普勒三定律	1-1	行星运行简史
				1-2	开普勒三定律
				1-3	开普勒第三定律的应用
		第二关	万有引力定律	2-1	万有引力定律的发现
				2-2	万有引力定律的基本计算
7	第七章 万有引力定律的应用	第一关	万有引力的定律的应用	1-1	天体圆周运动的基本问题
				1-2	天体运动物理量的定性分析
				1-3	天体问题中的比例问题
				1-4	天体运动的可求量
				1-5	黄金代换的应用

高一春季大纲					
课次	章节名称	关名称		关卡名称	
1	第一章 平抛运动	第一关	运动的合成与分解	1-1	曲线运动常识
				1-2	合运动与分运动
				1-3	关联速度
		第二关	平抛运动	2-1	平抛运动的基本知识
				2-2	平抛运动的计算
2				2-3	平抛运动的解题方法
				2-4	类平抛运动
		第三关	平抛运动实验	3-1	实验原理与注意事项
				3-2	数据处理
3	第二章 圆周运动	第一关	圆周运动的物理量 &传动方式	1-1	相关物理量的基本概念及换算
				1-2	两种传动装置
		第二关	向心力的相关计算	2-1	向心力的基本性质
				2-2	向心力的计算
4	第三章 圆周运动的应用	第一关	匀速圆周运动	1-1	多个物体的圆周运动
				1-2	匀速圆周运动的临界问题
		第二关	非匀速圆周运动	2-1	非匀速圆周运动的几个经典模型
5	第四章 万有引力	第一关	万有引力定律	1-1	开普勒三定律
				1-2	万有引力定律的基本运算
				1-3	万有引力定律的特殊问题
		第二关	天体运动定律	2-1	天体圆周运动的物理量
				2-2	中心天体M与密度
				2-3	天体中可求量的计算
				2-4	黄金代换的应用
6	第五章 宇宙航行	第一关	宇宙速度	1-1	宇宙速度
				1-2	第一宇宙速度的变形
		第二关	人造天体的运动	2-1	同步卫星的计算
				2-2	人造天体的变轨
				2-3	卫星的追及问题
		第三关	双星问题	3-1	双星问题
7	第六章 功和功率	第一关	功的计算	1-1	功的基本概念
				1-2	功的计算
		第二关	功率	2-1	功率的计算
		第三关	机车运动	3-1	恒p启动
				3-2	恒a启动
8	期中复习				
9	第七章 动能定理的应用	第一关	动能定理	1-1	简单过程动能定理的应用
				1-2	复杂过程动能定理的应用
				1-3	动能定理的特殊问题
10	第八章 机械能守恒定律	第一关	机械能守恒定律	1-1	机械能守恒条件
				1-2	机械能守恒定律的简单计算
		第二关	多物体的机械能守恒	2-1	链条问题
				2-2	多个物体机械能守恒
		第三关	功能关系	3-1	功能关系
11	功与能高考题组训练				
12	第九章 实验	第一关	探究动能定理实验	1-1	实验原理与数据处理
		第二关	验证机械能守恒定律	2-1	实验原理与误差分析
				2-2	数据处理
13	第十章 动量定理	第一关	动量与冲量	1-1	动量
				1-2	冲量
		第二关	动量定理	2-1	动量定理
14	第十一章 动量守恒定律	第一关	动量守恒	1-1	动量守恒的条件
				1-2	动量守恒定律
		第二关	碰撞问题	2-1	完全弹性碰撞
				2-2	完全非弹性碰撞
				2-3	弹性碰撞
15	期末复习				
16	期末冲刺				

高二暑假大纲					
课次	章节名称	关名称		关卡名称	
1	第一章 电荷的基本概念 及库仑定律	第一关	电荷的基本概念及库仑定律	1-1	电荷的基本概念
				1-2	三种起电方式与电荷守恒定律
				1-3	库仑定律基础
2	第二章 库仑定律的应用	第一关	库仑定律的应用	1-1	共线平衡问题
				1-2	库仑定律与力学平衡问题结合
4	第三章 电场强度及电场线	第一关	电场强度	1-1	电场的概念和简单计算
				1-2	场强的叠加
5		第二关	电场线	2-1	电场线
	第四章 电势能与电势	第一关	电势能	1-1	电势能
				1-2	电势
6				1-3	等势面
	第五章 电势差与电场强度	第一关	电势差	1-1	电势差
		第二关	电势差与电场强度	2-1	电势差与电场强度
7	中期小测				
8	第六章 静电屏蔽与电容器	第一关	静电屏蔽	1-1	静电屏蔽
		第二关	电容器	2-1	电容的基础知识
				2-2	平行板电容器
				2-3	电容器的动态分析
9	第七章 带电粒子在电场 中的运动	第一关	带电粒子在电场中的运动	1-1	带电粒子在加速电场中的运动
				1-2	带电粒子在偏转电场中的运动
10	第八章 带电粒子在复合场 中的运动	第一关	带电粒子在复合场中的运动	1-1	带电粒子在复合场中的运动
11	第九章 描述电路的物理量	第一关	描述电路的物理量	1-1	电流
				1-2	电源与电动势
				1-3	电阻定律
12	第十章 部分电路欧姆定律	第一关	部分电路欧姆定律	1-1	部分电路欧姆定律
				1-2	串并联电路

高二秋季大纲					
课次	章节名称	关名称		关卡名称	
1	第一章 电场力的性质	第一关	电场力的性质	1-1	电荷基础和起电方式
				1-2	库仑定律
				1-3	场强
				1-4	电场线
2	第二章 电场能的性质	第一关	电场能的性质	1-1	电势能特点
				1-2	电势差
				1-3	等势面与综合问题
3	第三章 静电屏蔽与电容器	第一关	静电屏蔽	1-1	静电屏蔽
		第二关	电容器	2-1	电容与电场，电路
				2-2	电容器的动态分析
4	第四章 带电粒子在电场中的运动	第一关	带电粒子在电场中的运动	1-1	加速电场
				1-2	偏转电场
				1-3	加速电场＋偏转电场
				1-4	电场重力场复合叠加
5	第五章 闭合电路欧姆定律	第一关	闭合电路欧姆定律	1-1	闭合电路欧姆定律的基本计算
				1-2	电源四率及图像
				1-3	U-I图像
6	第六章 电路分析	第一关	电路动态分析	1-1	电路动态分析
		第二关	含容电路	2-1	含容电路
7	期中复习				
8	第七章 电表的改装及仪器读数	第一关	电表的改装	1-1	电表的改装
		第二关	仪器读数	2-1	仪器读数
9	第八章 电阻的测量	第一关	伏安法测电阻	1-1	电学实验基础
				1-2	测量金属丝电阻率
				1-3	测量小灯泡伏安特性曲线
		第二关	其他方法测电阻	2-1	其他方法测电阻
10	第九章 测电源电动势与内阻	第一关	测电动势及内阻	1-1	实验电路选择
				1-2	数据处理
				1-3	误差分析
		第二关	其他方法测电动势和内阻	2-1	其它方法测电动势和内阻
11	第十章 多用电表	第一关	多用电表	1-1	原理及使用
				1-2	故障检测
	电学高考题组训练				
12	第十一章 磁场初步	第一关	磁场和磁现象	1-1	磁场和磁现象
				1-2	几种常见的磁场
		第二关	安培力	2-1	左手定则与安培力
				2-2	安培力的应用
13	第十二章 带电粒子在磁场中的运动	第一关	洛伦兹力	1-1	洛伦兹力
		第二关	带电粒子在磁场中的运动	1-2	带电粒子在磁场中的运动
14	第十三章 组合场及复合场	第一关	组合场	1-1	电磁组合
				1-2	磁磁组合
		第二关	叠加场	2-1	叠加场中的直线运动
				2-2	叠加场中的曲线运动
15	第十四章 电磁仪器	第一关	电磁仪器	1-1	速度选择器
				1-2	霍尔效应
				1-3	电磁流量计
				1-4	磁流体发电机
		第二关	质谱仪与回旋加速器	2-1	质谱仪
				2-2	回旋加速器
16	期末复习				

高二寒假大纲					
课次	章节名称	关名称		关卡名称	
1	第一章 曲线运动	第一关	初识曲线运动	1-1	曲线运动的基本概念及特点
		第二关	运动的合成与分解	2-1	合运动与分运动
				2-2	小船过河基础计算
		第三关	关联速度	3-1	关联速度的计算
2	第二章 平抛运动	第一关	平抛运动	1-1	平抛运动的基础知识
				1-2	平抛运动的简单计算
				1-3	平抛运动夹角问题计算
3	第三章 描述圆周运动的物理量	第一关	描述圆周运动的物理量	1-1	相关物理量的基本概念
				1-2	相关物理量的换算
		第二关	两种传动装置	2-1	两种传动装置的基本模型
				2-2	两种传动装置的计算
4	第四章 向心加速度与向心力	第一关	向心加速度	1-1	向心加速度的基本概念
				1-2	向心加速度的计算
		第二关	向心力	2-1	向心力的基本性质
				2-2	向心与离心运动
5	第五章 圆周运动的应用	第一关	匀速圆周运动的应用	1-1	匀速圆周运动的两类模型
		第二关	非匀速圆周运动	2-1	非匀速圆周运动的几个经典模型
				2-2	几个经典模型的应用
6	第六章 万有引力定律	第一关	开普勒三定律	1-1	行星运行简史
				1-2	开普勒三定律
				1-3	开普勒第三定律的应用
		第二关	万有引力定律	2-1	万有引力定律的发现
				2-2	万有引力定律的基本计算
7	第七章 万有引力定律的应用	第一关	万有引力的定律的应用	1-1	天体圆周运动的基本问题
				1-2	天体运动物理量的定性分析
				1-3	天体问题中的比例问题
				1-4	天体运动的可求量
				1-5	黄金代换的应用

高二春季大纲					
课次	章节名称	关名称		关卡名称	
1	第一章 平抛运动	第一关	运动的合成与分解	1-1	曲线运动常识
				1-2	合运动与分运动
				1-3	关联速度
		第二关	平抛运动	2-1	平抛运动的基本知识
				2-2	平抛运动的计算
2				2-3	平抛运动的解题方法
				2-4	类平抛运动
		第三关	平抛运动实验	3-1	实验原理与注意事项
				3-2	数据处理
3	第二章 圆周运动	第一关	圆周运动的物理量 &传动方式	1-1	相关物理量的基本概念及换算
				1-2	两种传动装置
		第二关	向心力的相关计算	2-1	向心力的基本性质
				2-2	向心力的计算
4	第三章 圆周运动的应用	第一关	匀速圆周运动	1-1	多个物体的圆周运动
				1-2	匀速圆周运动的临界问题
		第二关	非匀速圆周运动	2-1	非匀速圆周运动的几个经典模型
5	第四章 万有引力	第一关	万有引力定律	1-1	开普勒三定律
				1-2	万有引力定律的基本运算
				1-3	万有引力定律的特殊问题
		第二关	天体运动定律	2-1	天体圆周运动的物理量
				2-2	中心天体M与密度
				2-3	天体中可求量的计算
				2-4	黄金代换的应用
6	第五章 宇宙航行	第一关	宇宙速度	1-1	宇宙速度
				1-2	第一宇宙速度的变形
		第二关	人造天体的运动	2-1	同步卫星的计算
				2-2	人造天体的变轨
				2-3	卫星的追及问题
		第三关	双星问题	3-1	双星问题
7	第六章 功和功率	第一关	功的计算	1-1	功的基本概念
				1-2	功的计算
		第二关	功率	2-1	功率的计算
		第三关	机车运动	3-1	恒p启动
				3-2	恒a启动
8	期中复习				
9	第七章 动能定理的应用	第一关	动能定理	1-1	简单过程动能定理的应用
				1-2	复杂过程动能定理的应用
				1-3	动能定理的特殊问题
10	第八章 机械能守恒定律	第一关	机械能守恒定律	1-1	机械能守恒条件
				1-2	机械能守恒定律的简单计算
		第二关	多物体的机械能守恒	2-1	链条问题
				2-2	多个物体机械能守恒
		第三关	功能关系	3-1	功能关系
11	功与能高考题组训练				
12	第九章 实验	第一关	探究动能定理实验	1-1	实验原理与数据处理
		第二关	验证机械能守恒定律	2-1	实验原理与误差分析
				2-2	数据处理
13	第十章 动量定理	第一关	动量与冲量	1-1	动量
				1-2	冲量
		第二关	动量定理	2-1	动量定理
14	第十一章 动量守恒定律	第一关	动量守恒	1-1	动量守恒的条件
				1-2	动量守恒定律
		第二关	碰撞问题	2-1	完全弹性碰撞
				2-2	完全非弹性碰撞
				2-3	弹性碰撞
15	期末复习				
16	期末冲刺				