

TRƯỜNG THPT LÝ TỰ TRỌNG  
NHÓM VẬT LÝ

CỘNG HÒA XÃ HỘI CHỦ NGHĨA VIỆT NAM  
Độc lập - Tự do - Hạnh phúc

**KẾ HOẠCH**  
**Ôn tập Kỳ thi Tốt nghiệp trung học phổ thông năm 2026**  
**Môn: Vật lí**

**A/ CĂN CỨ**

Thông tư số 32/2018/TT-BGDĐT ngày 26/12/2018 của Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành Chương trình giáo dục phổ thông; Thông tư số 13/2022/TT-BGDĐT ngày 03/8/2022 sửa đổi, bổ sung một số nội dung trong Chương trình giáo dục phổ thông ban hành kèm theo Thông tư số 32/2018/TT-BGDĐT ngày 26/12/2018 của Bộ trưởng Bộ GDĐT;

Thông tư số 22/2021/TT-BGDĐT ngày 20/7/2021 của Bộ trưởng Bộ Giáo dục và Đào tạo ban hành Quy chế đánh giá, xếp loại học sinh trung học cơ sở và học sinh trung học phổ thông;

Công văn số 5512/BGDĐT-GDTrH ngày 18/12/2020 của Bộ GD&ĐT về việc xây dựng và tổ chức thực hiện kế hoạch giáo dục nhà trường;

Thông tư số 29/2024/TT-BGD&ĐT ngày 30/12/2024 của Bộ GD&ĐT về ban hành quy định dạy thêm học thêm;

Công văn số 4567/BGDĐT-GDPT ngày 05/8/2025 của Bộ GD&ĐT hướng dẫn tổ chức dạy học 2 buổi/ngày đối với giáo dục phổ thông năm học 2025-2026;

*Quyết định số 426/QĐ-UBND ngày 18/8/2025 của UBND tỉnh Ninh Bình về việc Ban hành Kế hoạch thời gian năm học 2025 - 2026 đối với giáo dục mầm non, giáo dục phổ thông và giáo dục thường xuyên tỉnh Ninh Bình;*

Kế hoạch số 12/KH-SGDĐT ngày 19/8/2025 của Sở GD&ĐT Ninh Bình về việc Tổ chức các kỳ thi chọn học sinh giỏi cấp tỉnh năm học 2025-2026;

Công văn số 541/SGDĐT-GDTrH ngày 20/8/2025 của Sở GD&ĐT Ninh Bình về việc hướng dẫn tổ chức dạy học 2 buổi/ngày đối với giáo dục trung học năm học 2025-2026;

Công văn số 597/SGDĐT-GDTrH ngày 25/8/2025 của Sở GD&ĐT Ninh Bình về việc tổ chức thực hiện tích hợp nội dung phòng, chống tham nhũng cho học sinh cấp THPT;

Công văn số 667/SGDĐT-GDTrH ngày 29/8/2025 của Sở GD&ĐT Ninh Bình về việc hướng dẫn xây dựng kế hoạch dạy học môn học/hoạt động giáo dục năm học 2025-2026;

Công văn số 664/SGDĐT-GDTrH ngày 29/8/2025 của Sở GD&ĐT Ninh Bình về việc hướng dẫn thực hiện nhiệm vụ giáo dục trung học năm học 2025-2026;

## **B/ MỤC ĐÍCH, YÊU CẦU**

### **1. Mục đích:**

- Hệ thống hóa, củng cố và khắc sâu kiến thức trọng tâm chương trình Vật lí THPT, đặc biệt là nội dung lớp 12 theo định hướng ra đề Kỳ thi TN THPT năm 2026.
- Rèn luyện cho học sinh kỹ năng làm bài trắc nghiệm Vật lí: đọc – phân tích đề, nhận dạng dạng bài, lựa chọn phương pháp giải nhanh và chính xác.
- Phát triển năng lực vận dụng kiến thức vào giải quyết vấn đề, tăng khả năng xử lí các câu hỏi vận dụng và vận dụng cao.
- Giúp học sinh tự tin, chủ động khi tham gia Kỳ thi TN THPT; phấn đấu đạt kết quả đúng với năng lực của từng đối tượng học sinh.

## **2. Yêu cầu:**

- Bám sát Chương trình GDPT hiện hành và định hướng ra đề của Bộ GD&ĐT.
- Phân hóa rõ đối tượng học sinh (Chưa đạt- Đạt- Khá- Tốt) để xây dựng nội dung ôn tập phù hợp.
- Kết hợp hài hòa giữa ôn lý thuyết – luyện bài tập – luyện đề tổng hợp.
- Đảm bảo tính khoa học, hệ thống, thực tiễn và hiệu quả trong tổ chức ôn tập.

## **C/ ĐẶC ĐIỂM TÌNH HÌNH**

### **1. Thuận lợi, khó khăn, nguyên nhân:**

#### **a. Thuận lợi**

- Học sinh đã hoàn thành chương trình Vật lí THPT, có nền tảng kiến thức cơ bản.
- Nguồn tài liệu ôn tập phong phú: đề minh họa, đề thi năm trước, ngân hàng câu hỏi trắc nghiệm.
- Giáo viên có kinh nghiệm giảng dạy, ôn thi và nắm bắt được đặc điểm tâm lí, năng lực của học sinh.

#### **b. Khó khăn**

- Trình độ học sinh không đồng đều; một bộ phận học sinh còn hổng kiến thức cơ bản, yếu kỹ năng toán học.
- Học sinh dễ nhầm lẫn giữa các công thức, hiện tượng vật lí gần giống nhau.
- Áp lực thời gian ôn tập lớn; học sinh phải phân bổ thời gian cho nhiều môn thi.
- Một số học sinh còn tâm lí chủ quan hoặc lo lắng, thiếu chiến lược làm bài thi hợp lí.

## 2. Kết quả điểm trung bình Kỳ thi Tốt nghiệp THPT năm 2025

- Tổng số học sinh: Đủ tốt nghiệp: ... (tỷ lệ 100%)
- Điểm bình quân các môn thi năm 2025:

	Toán	Lý	Hóa	Sinh	Văn	Sử	Địa	KTPL	NN
Điểm TB nhà trường	6,6	7,53	6,69	6,88	7,52	8,15	8,92		5,59
Điểm TB Nam Định									
Điểm TB toàn quốc									
Xếp loại Nam Định cũ	10	35	33	33	12	23	5		21

## 3. Biên chế lớp và phân công giáo viên dạy ôn tập môn Vật lí Kỳ thi Tốt nghiệp THPT năm học 2025-2026

- Tổng số lớp ôn tập môn học: 08
- Phân công giáo viên giảng dạy

TT	Lớp	Số số	Giáo viên dạy ôn tập
1	12A1, 12A11	65	Đỗ Thị Lý
2	12A2, 12A10	80	Trần Thị Quý
3	12A3, 12A9	74	Nguyễn Văn Tạ
4	12A4, 12A8	75	Vũ Ngọc Phương
<b>Tổng số</b>		294	

## D/ NỘI DUNG

### I. Chỉ tiêu tốt nghiệp năm 2026 đối với môn học

- Chỉ tiêu chung:
- Chỉ tiêu cụ thể:

- + Số HS đạt điểm từ 9,0 - 10,0: 60
- + Số HS đạt điểm từ 8,0 - < 9,0: 80
- + Số HS đạt từ 6,0 - < 8,0: 100
- + Số HS đạt từ 5,0 - < 6,0: 50
- + Số HS đạt từ >1,0 - < 5,0: 04
- + Số HS đạt từ 0 - 1,0: 0

## **II. Nhiệm vụ và giải pháp**

### **1. Nhiệm vụ**

- Thực hiện nghiêm túc, hiệu quả công tác ôn tập Kỳ thi Tốt nghiệp THPT theo Kế hoạch đề ra, đúng quy định và phù hợp điều kiện thực tiễn tại đơn vị.
- Đảm bảo học sinh được tổ chức ôn tập bài bản, hợp lý, được trang bị đầy đủ kiến thức, kỹ năng, đáp ứng tốt nhất yêu cầu của Kỳ thi và cấu trúc định dạng đề thi Tốt nghiệp THPT theo quy định của Bộ GDĐT; được tạo điều kiện để phát huy tốt nhất khả năng của bản thân và không có học sinh nào bị bỏ lại đằng sau.

### **2. Giải pháp**

#### **2.1. Tổ chức rà soát, phân loại đối tượng HS từ đó đề xuất biện pháp ôn tập phù hợp**

##### **- Căn cứ phân loại:**

- + Điểm trung bình môn Vật lí lớp 11 và học kì I, học kì II lớp 12.
- + Kết quả các bài kiểm tra thường xuyên, định kì, kiểm tra học kì.
- + Mức độ hoàn thành yêu cầu cần đạt theo Chương trình GDPT môn Vật lí

**- Cách phân loại:** Nhóm Hs Tốt, Khá, Đạt, chưa Đạt

##### **- Thống kê một số biện pháp, giải pháp tương ứng:**

- + Ôn tập theo từng chuyên đề nhỏ, bám sát kiến thức cơ bản.

- + Hướng dẫn ghi nhớ công thức cốt lõi, mối liên hệ giữa các đại lượng.
- + Tăng cường bài tập mức nhận biết – thông hiểu, luyện kỹ năng cơ bản.
- + Hướng dẫn phương pháp giải nhanh, mẹo xử lý trắc nghiệm.
- + Tổ chức luyện đề tổng hợp, tăng dần độ khó.
- + Rèn tư duy chiến lược làm bài thi để tối ưu hóa điểm số.

## **2.2. Biện pháp, giải pháp nâng cao chất lượng ôn tập đối với học sinh có kết quả học tập còn hạn chế, chưa đạt**

### **a) Phân nhóm học sinh chưa đạt theo các nguyên nhân:**

- Hạn chế vì khả năng
- Hạn chế vì không chăm chỉ
- Hạn chế vì chưa có phương pháp học tập hiệu quả

### **b) Đề ra các giải pháp**

- Đối với HS có kết quả hạn chế vì năng lực:

- + Hệ thống hóa kiến thức theo sơ đồ, bảng tóm tắt, giảm tải nội dung mang tính trừu tượng.
- + Chia nhỏ chuyên đề; ôn tập theo tiến trình “hiểu – nhớ – vận dụng đơn giản”.
- + Lựa chọn bài tập mức nhận biết – thông hiểu, hạn chế câu hỏi tính toán phức tạp.
- + Hướng dẫn học sinh cách nhận dạng nhanh dạng bài và công thức tương ứng.
- + Tổ chức kèm cặp, hỗ trợ cá nhân; kiểm tra ngắn, thường xuyên để củng cố kiến thức.
- + Khích lệ tinh thần, ghi nhận sự tiến bộ dù nhỏ nhằm tạo động lực học tập.

- Đối với HS có kết quả hạn chế vì không chăm chỉ:

+ Làm rõ vai trò, ý nghĩa của Kỳ thi TN THPT đối với tương lai học tập và nghề nghiệp.

+ Giao nhiệm vụ học tập cụ thể, rõ ràng, có thời hạn hoàn thành.

+ Tăng cường kiểm tra, đánh giá thường xuyên; công khai tiến độ học tập.

+ Phối hợp với giáo viên chủ nhiệm và phụ huynh trong việc theo dõi, nhắc nhở học sinh.

+ Đưa ra các hình thức khích lệ: tuyên dương, cộng điểm khuyến khích, ghi nhận tiến bộ.

+ Hướng dẫn học sinh xây dựng thời gian biểu học tập hợp lí, hạn chế xao nhãng.

- Đối với HS có kết quả hạn chế vì chưa có phương pháp học tập hiệu quả

+ Hướng dẫn cách học lý thuyết có hệ thống: nắm bản chất hiện tượng, điều kiện áp dụng công thức. + Rèn kỹ năng đọc – phân tích đề trắc nghiệm; xác định dữ kiện và yêu cầu câu hỏi.

+ Hướng dẫn phương pháp giải bài tập theo từng dạng, từng chuyên đề.

+ Dạy học sinh cách tự sửa lỗi sai, ghi chú lỗi thường gặp.

+ Tổ chức luyện đề có hướng dẫn chiến lược làm bài: phân bố thời gian, chọn câu phù hợp năng lực.

### **2.3. Đổi mới phương pháp, hình thức ôn tập**

#### **a. Đổi mới phương pháp ôn tập:**

- Ôn tập theo chuyên đề trọng tâm.

- Dạy học phân hóa theo đối tượng học sinh.

- Rèn kỹ năng làm bài trắc nghiệm.
- Tăng cường vai trò chủ động của học sinh.

**b. Đổi mới hình thức ôn tập:**

- Kết hợp đa dạng các hình thức ôn tập.
- Ôn tập gắn với kiểm tra – đánh giá thường xuyên.
- Luyện đề theo tình huống thi thật.
- Ứng dụng công nghệ thông tin trong ôn tập

**2.4. Nâng cao hiệu quả của kiểm tra, đánh giá, thi thử tốt nghiệp THPT**

- Đa dạng hóa hình thức kiểm tra đánh giá: kiểm tra miệng, trắc nghiệm, trực tiếp, trực tuyến, xử lý tình huống đề bài, giao chuyên đề ôn tập...

- Tổ chức cho HS tham gia các đợt thi thử tốt nghiệp THPT để học sinh đánh giá được năng lực và điều chỉnh phương pháp ôn tập hiệu quả hơn...

- Xử lý các bài kiểm tra bằng các hình thức chấm chữa bài đa dạng giúp HS tự nhận ra điểm còn hạn chế và cách sửa: cho học sinh tự chấm bài của mình, của bạn, sử dụng công nghệ AI để chấm cụ thể, chi tiết, cách sửa...

**2.5. Xây dựng các chuyên đề, bố trí thời lượng, thời gian ôn tập phù hợp**

**a) Thời gian, thời lượng dự kiến**

- Tổng thời gian: 35 tuần học.
- Tổng thời lượng: 70 tiết.
- Thời lượng mỗi tuần: 2 tiết/tuần.
- Lịch học: Theo thời khóa biểu của nhà trường.

**b) Tổ chức ôn tập các chuyên đề/ Bài học ôn tập**

\* **Giai đoạn I:** Tổng số tiết dự kiến 18, từ ngày 11 tháng 09 năm 2025

<b>ST T</b>	<b>Số tiết</b>	<b>Tiết theo PPCT</b>	<b>Tên chuyên đề/ Bài</b>	<b>Thời gian thực hiện</b>
1	2	1- 2	Ôn tập: Cấu trúc của chất. Sự chuyển thể	Tuần 1
2	2	3 - 4	Ôn tập: Nội năng. Định luật I của nhiệt động lực học	Tuần 2
3	2	5 - 6	Ôn tập: Nhiệt độ. Thang nhiệt độ - Nhiệt kế	Tuần 3
4	2	7 - 8	Luyện đề tổng hợp kiến thức theo định dạng cấu trúc đề thi tốt nghiệp THPT	Tuần 4
5	2	9 - 10	Ôn tập: Nhiệt dung riêng	Tuần 5
6	2	11 - 12	Ôn tập: Nhiệt nóng chảy riêng	Tuần 6
7	2	13 - 14	Ôn tập: Nhiệt hóa hơi riêng	Tuần 7
8	2	15 - 18	Luyện đề tổng hợp kiến thức theo định dạng cấu trúc đề thi tốt nghiệp THPT	Tuần 8
9	2	17 - 18	Ôn tập: Mô hình động học phân tử chất khí	Tuần 9
<b>TỔNG SỐ TIẾT DỰ KIẾN: 18 tiết</b>				

\* **Giai đoạn II:** Tổng số tiết dự kiến 16, từ ngày 13 tháng 11 năm 2025

<b>S T T</b>	<b>Số tiết</b>	<b>Tiết theo PPCT</b>	<b>Tên chuyên đề</b>	<b>Thời gian thực hiện</b>
1	2	19-20	Ôn tập: Định luật Boyle	Tuần 10
2	2	21-22	Ôn tập: Định luật Charles	Tuần 11
3	2	23-24	Ôn tập: Phương trình trạng thái của khí lí tưởng	Tuần 12
4	2	25-26	Luyện đề tổng hợp kiến thức theo định dạng cấu trúc đề thi tốt nghiệp THPT	Tuần 13
5	2	27-28	Ôn tập: Phương trình trạng thái của khí lí tưởng	Tuần 14

6	2	29-30	Ôn tập: Áp suất khí theo mô hình động học phân tử	Tuần 15
7	2	31-32	Ôn tập: Khí lí tưởng	Tuần 16
8	2	33-34	Luyện đề tổng hợp kiến thức theo định dạng cấu trúc đề thi tốt nghiệp THPT	Tuần 17
9	2	35- 36	Ôn tập chương: Từ trường	Tuần 18
<b>TỔNG SỐ TIẾT DỰ KIẾN: 18 tiết</b>				

**\* Giai đoạn III: Tổng số tiết dự kiến 18, từ ngày 09 tháng 01 năm 2026**

<b>S T T</b>	<b>Số tiết</b>	<b>Tiết theo PPCT</b>	<b>Tên chuyên đề</b>	<b>Thời gian thực hiện</b>
1	2	37 - 38	Ôn tập: Lực từ. Cảm ứng từ	Tuần 19
2	2	39 - 40	Ôn tập: Từ thông. Hiện tượng cảm ứng điện từ	Tuần 20
3	2	41 - 42	Luyện đề tổng hợp kiến thức theo định dạng cấu trúc đề thi tốt nghiệp THPT	Tuần 21
4	2	43 – 44	Ôn tập: Máy phát điện xoay chiều	Tuần 23
5	2	45 - 46	Ôn tập: Ứng dụng hiện tượng cảm ứng điện từ	Tuần 24
6	2	47 - 48	Ôn tập: Điện từ trường. Mô hình sóng điện từ	Tuần 25
7	2	49 - 50	Ôn tập tổng hợp	Tuần 26
8	2	51 - 52	Luyện đề tổng hợp kiến thức theo định dạng cấu trúc đề thi tốt nghiệp THPT	Tuần 27
<b>TỔNG SỐ TIẾT DỰ KIẾN: 16 tiết</b>				

**\* Giai đoạn IV: Tổng số tiết dự kiến 18, từ ngày 12 tháng 03 năm 2026**

<b>S T T</b>	<b>Số tiết</b>	<b>Tiết theo PPCT</b>	<b>Tên chuyên đề</b>	<b>Thời gian thực hiện</b>
1	2	53 – 54	Ôn tập: Cấu trúc hạt nhân	Tuần 28
2	2	55 – 56	Ôn tập: Phản ứng hạt nhân và năng lượng liên kết	Tuần 29
3	2	55 - 58	Ôn tập: Hiện tượng phóng xạ	Tuần 30
4	2	59 - 60	Ôn tập: Công nghiệp hạt nhân	Tuần 31
5	2	61 - 62	Ôn tập: Vật lí hạt nhân	Tuần 32
6	2	63 - 64	Luyện đề tổng hợp kiến thức theo định dạng cấu trúc đề thi tốt nghiệp THPT	Tuần 33
7	2	65 - 66	Luyện đề tổng hợp kiến thức theo định dạng cấu trúc đề thi tốt nghiệp THPT	Tuần 34
8	2	67 - 68	Luyện đề tổng hợp kiến thức theo định dạng cấu trúc đề thi tốt nghiệp THPT	Tuần 35
9	2	69 – 70	Luyện đề tổng hợp kiến thức theo định dạng cấu trúc đề thi tốt nghiệp THPT	Tuần 36
<b>TỔNG SỐ TIẾT DỰ KIẾN: 18 tiết</b>				

## **D/ TỔ CHỨC THỰC HIỆN**

### **1. Phân công nhiệm vụ**

- a) Tổ trưởng, nhóm trưởng
  - Đ/c Trần Thị Quý phụ trách lập kế hoạch ôn tập
- b) Giáo viên dạy ôn tập
  - Đ/c Nguyễn Văn Tà soạn KHBD GD I
  - Đ/c Vũ Ngọc Phương soạn KHBD GD II.
  - Đ/c Đỗ Thị Lý soạn KHBD GD III.

- Đ/c Trần Thị Quý soạn KHBD GD IV

**2. Chế độ báo cáo:**

- Báo cáo trong giai đoạn lập kế hoạch.
- Báo cáo trong quá trình triển khai ôn tập.
- Báo cáo tổng kết giai đoạn ôn thi

Trên đây là kế hoạch ôn tập Kỳ thi Tốt nghiệp THPT năm 2025- 2026 của nhóm Vật lí, yêu cầu các thành viên thực hiện nghiêm túc, chất lượng.

**DUYỆT THỰC HIỆN  
PHÓ HIỆU TRƯỞNG**



**Phan Duy Hiền**

*Ninh Bình, ngày 21 tháng 01 năm 2026*  
**TỔ TRƯỞNG/  
TỔ PHÓ CHUYÊN MÔN**



**Trần Thị Quý**