

BỘ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO
SỞ GIÁO DỤC VÀ ĐÀO TẠO QUẢNG BÌNH

TÀI LIỆU

PHÂN PHỐI CHƯƠNG TRÌNH THCS

MÔN VẬT LÝ

(Áp dụng từ năm học 2011 - 2012)

A. HƯỚNG DẪN THỰC HIỆN CHƯƠNG TRÌNH CỦA BỘ GD&ĐT

1. Đổi mới phương pháp dạy học và đổi mới kiểm tra, đánh giá

a) *Đổi mới phương pháp dạy học:*

- Bám sát chuẩn kiến thức, kỹ năng của chương trình (căn cứ chuẩn của chương trình cấp THCS và đối chiếu với hướng dẫn thực hiện của Bộ GD&ĐT);
- Phát huy tính tích cực, hứng thú trong học tập của học sinh và vai trò chủ đạo của giáo viên;
- Thiết kế bài giảng khoa học, sắp xếp hợp lý hoạt động của giáo viên và học sinh, thiết kế hệ thống câu hỏi hợp lý, tập trung vào trọng tâm, tránh nặng nề quá tải (nhất là đối với các bài dài, bài khó, nhiều kiến thức mới); bồi dưỡng năng lực độc lập suy nghĩ, vận dụng sáng tạo kiến thức đã học, tránh thiên về ghi nhớ máy móc không nắm vững bản chất;
- Tăng cường tập huấn nâng cao năng lực sử dụng thiết bị thí nghiệm biểu diễn và thí nghiệm thực hành. Sử dụng tối đa và có hiệu quả các thiết bị thí nghiệm hiện có của bộ môn. Tổ chức sinh hoạt chuyên đề sử dụng thiết bị dạy học, khuyến khích tự làm đồ dùng dạy học, cải tiến phương án thí nghiệm phù hợp với từng bài học;
- Tăng cường ứng dụng công nghệ thông tin trong dạy học, khuyến khích sử dụng hợp lý các phần mềm, thí nghiệm mô phỏng, tư liệu thiết bị dạy học điện tử, các phương tiện nghe nhìn, thực hiện đầy đủ thí nghiệm, thực hành, tích hợp giáo dục bảo vệ môi trường, liên hệ thực tế trong giảng dạy phù hợp với nội dung từng bài học;
- Sử dụng ngôn ngữ chuẩn xác, trong sáng, sinh động, dễ hiểu, tác phong thân thiện, coi trọng việc khuyến khích động viên học sinh học tập, tổ chức hợp lý cho học sinh làm việc cá nhân và theo nhóm.
- Dạy học sát đối tượng, coi trọng bồi dưỡng học sinh khá giỏi và giúp đỡ học sinh học lực yếu kém.
- Tăng cường chỉ đạo đổi mới PPDH thông qua công tác bồi dưỡng giáo viên và thông qua việc dự giờ thăm lớp của giáo viên, tổ chức rút kinh nghiệm giảng dạy ở tổ chuyên môn, hội thảo cấp trường, cụm trường, địa phương, hội thi giáo viên giỏi các cấp.

b) *Đổi mới kiểm tra, đánh giá:*

- Đánh giá sát đúng trình độ học sinh với thái độ khách quan, công minh và hướng dẫn học sinh tự đánh giá năng lực của mình;
 - Trong quá trình dạy học, cần kết hợp một cách hợp lý hình thức tự luận với hình thức trắc nghiệm khách quan trong kiểm tra đánh giá kết quả học tập của học sinh, chuẩn bị tốt cho việc đổi mới các kỳ thi theo chủ trương của Bộ GD&ĐT;
 - Thực hiện đúng quy định của Quy chế đánh giá, xếp loại học sinh THCS, học sinh THPT, đủ số lần kiểm tra thường xuyên, kiểm tra định kỳ, kiểm tra học kỳ cả lý thuyết và thực hành;
 - Trong quá trình dạy học, cần hạn chế ghi nhớ máy móc, học thuộc nhưng không nắm vững kiến thức, kỹ năng môn học;
 - Các bài thực hành trong chương trình, học sinh đều phải thực hiện và viết báo cáo. Trong mỗi học kỳ, chỉ đánh giá tối đa 1 bài thực hành tính điểm hệ số 2, việc chọn các bài thực hành để đánh giá tính điểm hệ số 2 là do tổ chuyên môn quy định, các bài thực hành khác cho điểm hệ số 1;
 - Đánh giá bài thực hành của học sinh bao gồm 2 phần:
 - + Phần đánh giá kỹ năng thực hành và kết quả thực hành;
 - + Phần đánh giá báo cáo thực hành.
- Điểm của bài thực hành bằng trung bình cộng điểm của hai phần trên.
- ***Các bài kiểm tra học kì không làm hình thức trắc nghiệm mà làm bằng tự luận.***

2. Hướng dẫn xây dựng phân phối chương trình

Căn cứ vào kế hoạch giáo dục và khung phân phối chương trình để xây dựng phân phối chương trình cho môn học:

- a) Đảm bảo số tiết tối thiểu trong khung phân phối chương trình để lập kế hoạch dạy học cho hợp lý; thống nhất hoàn thành chương trình theo đúng thời gian cho mỗi học kỳ và cả năm học;
- b) Sắp xếp thời khoá biểu một cách hợp lý để sử dụng tối đa các trang thiết bị dạy học, phòng học bộ môn, phòng thí nghiệm;
- c) Tùy theo điều kiện của từng trường, các tiết thực hành có thể bố trí thực hiện trong thời gian học chương tiếp theo hoặc cuối học kỳ.

B. HƯỚNG DẪN THỰC HIỆN ĐIỀU CHỈNH NỘI DUNG DẠY HỌC MÔN VẬT LÝ, CẤP THCS **(Kèm theo Công văn số 5842/BGDĐT-VP ngày 01 tháng 9 năm 2011** **của Bộ Giáo dục và Đào tạo)**

1. Mục đích

Điều chỉnh nội dung dạy học để dạy học phù hợp với chuẩn kiến thức, kỹ năng của chương trình giáo dục phổ thông (CT), phù hợp với thời lượng dạy học và điều kiện thực tế các nhà trường, góp phần nâng cao chất lượng dạy học và giáo dục.

2. Nguyên tắc

Điều chỉnh nội dung dạy học theo hướng tinh giảm các nội dung để giáo viên, học sinh (GV, HS) dành thời gian cho các nội dung khác, tạo thêm điều kiện cho GV đổi mới phương pháp dạy học theo yêu cầu của CT. Việc điều chỉnh nội dung dạy học thực hiện theo các nguyên tắc sau đây:

- (1) Đảm bảo mục tiêu giáo dục của chương trình, sách giáo khoa (SGK) theo qui định của Luật Giáo dục.
- (2) Đảm bảo tính logic của mạch kiến thức và tính thống nhất giữa các bộ môn; không thay đổi CT, SGK hiện hành.
- (3) Không thay đổi thời lượng dạy học đối với mỗi môn học trong một lớp và trong mỗi cấp học.
- (4) Thuận lợi cho việc tổ chức thực hiện tại các cơ sở giáo dục.

3. Nội dung điều chỉnh

Việc điều chỉnh nội dung dạy học tập trung vào những nhóm nội dung chính sau:

- (1) Những nội dung trùng lặp trong CT, SGK của nhiều môn học khác nhau.
- (2) Những nội dung trùng lặp, có cả ở CT, SGK của lớp dưới và lớp trên do hạn chế của cách xây dựng CT, SGK theo quan điểm đồng tâm.
- (3) Những nội dung, bài tập, câu hỏi trong SGK không thuộc nội dung của CT hoặc yêu cầu vận dụng kiến thức quá sâu, không phù hợp trình độ nhận thức và tâm sinh lý lứa tuổi học sinh.
- (4) Những nội dung trong SGK trước đây sắp xếp chưa hợp lý.
- (5) Những nội dung mang đặc điểm địa phương, không phù hợp với các vùng miền khác nhau.

4. Thời gian thực hiện

Hướng dẫn thực hiện điều chỉnh nội dung dạy học được áp dụng từ năm học 2011 - 2012.

5. Hướng dẫn thực hiện các nội dung

- Hướng dẫn này dựa trên SGK của Nhà xuất bản Giáo dục Việt Nam ấn hành năm 2011. Nếu GV và HS sử dụng SGK của các năm khác thì cần đối chiếu với SGK năm 2011 để điều chỉnh, áp dụng cho phù hợp. Toàn bộ văn bản này được nhà trường in sao và gửi cho tất cả GV bộ môn.

- Ngoài các nội dung đã hướng dẫn cụ thể trong văn bản, cần lưu ý thêm một số vấn đề đối với các nội dung được hướng dẫn là “không dạy” hoặc “đọc thêm”, những câu hỏi và bài tập không yêu cầu HS làm trong cột Hướng dẫn thực hiện ở các bảng dưới đây như sau:

+ Dành thời lượng của các nội dung này cho các nội dung khác hoặc sử dụng để luyện tập, củng cố, hướng dẫn thực hành cho HS.

+ Không ra bài tập và không kiểm tra, đánh giá kết quả học tập của HS vào những nội dung này, tuy nhiên, GV và HS vẫn có thể tham khảo các nội dung đó để có thêm sự hiểu biết cho bản thân.

C. PHÂN PHỐI CHƯƠNG TRÌNH

LỚP 6

(Áp dụng từ năm học 2011 - 2012)

Cả năm: 37 tuần - 35 tiết:

Học kỳ I: 19 tuần - 18 tiết;

Học kỳ II: 18 tuần - 17 tiết.

Tiết	Bài	Tên bài	Nội dung điều chỉnh (so với SGK xuất bản 2011) và hướng dẫn thực hiện
HỌC KÌ I Chương I. CƠ HỌC (15LT+1TH+2BT, Ôn tập = 18 tiết)			
1	1+2	Đo độ dài	Mục I (Bài 1): Đơn vị đo độ dài: HS tự ôn tập. Câu hỏi từ C1 đến C10(Bài 2): Chuyển một số thành bài tập về nhà.
2	3	Đo thể tích chất lỏng	Mục I. Đơn vị đo thể tích: HS tự ôn tập.
3	4	Đo thể tích vật rắn không thấm nước	
4	5	Khối lượng - Đo khối lượng	Mục II. Đo khối lượng: Có thể dùng cân đồng hồ để thay cho cân Rô-béc-van. Có thể em chưa biết: Theo Nghị định số 134/2007/NĐ-CP ngày 15/8/2007 của Chính phủ thì “1 chỉ vàng có khối lượng là 3,75 gam”.
5	6	Lực - Hai lực cân bằng	
6	7	Tìm hiểu kết quả tác dụng của lực	
7	8	Trọng lực - Đơn vị lực	
8		Ôn tập, bài tập	
9		Kiểm tra	
10	9	Lực đàn hồi	
11	10	Lực kế -Phép đo lực. Trọng lượng và khối lượng	Câu hỏi C7 (tr.35): Không yêu cầu HS trả lời.
12	11	Khối lượng riêng + Bài tập	Lựa chọn một số bài tập ở SBT để dạy phần BT
13		Trọng lượng riêng + Bài tập	Mục III. Xác định trọng lượng riêng của một chất: Không dạy. Lựa chọn một số bài tập ở SBT để dạy phần BT
14	12	Thực hành và kiểm tra thực hành : Xác định khối lượng riêng của sỏi	
15	13	Máy cơ đơn giản	
16	14	Mặt phẳng nghiêng	
17		Ôn tập	(Chỉ ôn tập phần kiến thức đã học)
18		Kiểm tra học kỳ I	

HỌC KÌ II

19	15	Đòn bẩy	
20	16	Ròng rọc	
Chương II. NHIỆT HỌC (11LT+1TH+1BT = 13 tiết)			
21	18	Sự nở vì nhiệt của chất rắn	Câu hỏi C5 (tr.59): Không yêu cầu HS trả lời.
22	19	Sự nở vì nhiệt của chất lỏng	
23	20	Sự nở vì nhiệt của chất khí	Câu hỏi C8 (tr.63), C9 (tr.64): Không yêu cầu HS trả lời.
24	21	Một số ứng dụng sự nở vì nhiệt	Thí nghiệm hình 21.1: Chuyển thành thí nghiệm biểu diễn.
25	22	Nhiệt kế - Nhiệt giai	Mục 2b, mục 3 (tr.70): Đọc thêm Lưu ý: Nhiệt độ trong nhiệt giai kenvin gọi là kenvin, kí hiệu là K.
26	23	Thực hành: Đo nhiệt độ	
27		Kiểm tra	
28	24	Sự nóng chảy và sự đông đặc	Thí nghiệm hình 24.1: Không bắt buộc làm thí nghiệm, chỉ mô tả thí nghiệm và đưa ra kết quả bảng 24.1.
29	25	Sự nóng chảy và sự đông đặc (tiếp theo)	
30	26	Sự bay hơi và sự ngưng tụ	Mục c) Thí nghiệm kiểm tra: Chỉ cần nêu phương án thí nghiệm, còn tiến hành thí nghiệm thì HS có thể thực hiện ở nhà.
31	27	Sự bay hơi và sự ngưng tụ (tiếp theo)	
32	28	Sự sôi	Thí nghiệm hình 28.1: Chuyển thành thí nghiệm biểu diễn.
33	29	Sự sôi (tiếp theo)	
34	30	Tổng kết, ôn tập	
35		Kiểm tra học kỳ II	

LỚP 7

Cả năm: 37 tuần - 35 tiết:

Học kỳ I: 19 tuần - 18 tiết; Học kỳ II: 18 tuần - 17 tiết.

Tiết	Bài	Tên bài	Nội dung điều chỉnh (so với SGK xuất bản 2011) và hướng dẫn thực hiện
HỌC KÌ I			
Chương I. QUANG HỌC (7 LT+1 TH+1 BT, ÔN TẬP = 9 tiết)			
1	1	Nhận biết ánh sáng – Nguồn sáng và vật sáng	
2	2	Sự truyền ánh sáng	
3	3	Ứng dụng định luật truyền thẳng của ánh sáng	
4	4	Định luật phản xạ ánh sáng	
5	5	Ảnh của một vật tạo bởi gương phẳng	
6	6	Thực hành: Quan sát và vẽ ảnh của một vật tạo bởi gương phẳng .	Mục II.2. Xác định vùng nhìn thấy của gương phẳng: Không bắt buộc.
7	7	Gương cầu lồi	
8	8	Gương cầu lõm	
9	9	Tổng kết chương I: Quang học. Bài tập	Câu hỏi 7 (tr.25): Không yêu cầu HS trả lời.
10		Kiểm tra 1 tiết	
Chương II. ÂM HỌC (6LT+1ÔN TẬP = 7 tiết)			
11	10	Nguồn âm	Câu hỏi C8, C9 (tr.29): Không yêu cầu HS thực hiện.
12	11	Độ cao của âm	
13	12	Độ to của âm	Câu hỏi C5, C7 (tr.36): Không yêu cầu HS trả lời.
14	13	Môi trường truyền âm	
15	14	Phản xạ âm – Tiếng vang	Thí nghiệm hình 14.2: Không bắt buộc làm thí nghiệm.
16	15	Chống ô nhiễm tiếng ồn	
17	16	Ôn tập	
18		Kiểm tra kỳ I	

HỌC KÌ II

Chương III. ĐIỆN HỌC (11LT+2TH+2BT, ÔN TẬP = 15 tiết)

19	17	Sự nhiễm điện do cọ sát	
20	18	Hai loại điện tích	
21	19	Dòng điện – Nguồn điện	
22	20	Chất dẫn điện và chất cách điện – Dòng điện trong kim loại	
23	21	Sơ đồ mạch điện – Chiều dòng điện	
24	22	Tác dụng nhiệt và tác dụng phát sáng của dòng điện	
25	23	Tác dụng từ, tác dụng hóa học và tác dụng sinh lý của dòng điện	Mục tìm hiểu chuông điện: Đọc thêm.
26		Ôn tập + bài tập	
27		Kiểm tra 1 tiết	
28	24	Cường độ dòng điện	
29	25	Hiệu điện thế	
30	26	Hiệu điện thế giữa hai đầu dụng cụ dùng điện	
31	27	Thực hành và kiểm tra thực hành: Đo cường độ dòng điện và hiệu điện thế đối với đoạn mạch nối tiếp	
32	28	Thực hành: Đo cường độ dòng điện và hiệu điện thế đối với đoạn mạch song song	
33	29	An toàn khi sử dụng điện	
34	30	Ôn tập, tổng kết	
35		Kiểm tra học kỳ II	

LỚP 8

Cả năm: 37 tuần - 35 tiết:

Học kỳ I: 19 tuần -18 tiết; Học kỳ II: 18 tuần - 17 tiết.

Tiết	Bài	Tên bài	Nội dung điều chỉnh (so với SGK xuất bản 2011) và hướng dẫn thực hiện
HỌC KÌ I Chương I. CƠ HỌC (16LT+1TH+5(BT+Ôn tập) = 22 tiết)			
1	1	Chuyển động cơ học	
2	2	Vận tốc	Vận tốc: Lưu ý, trong chương trình Vật lý THCS: - Khi nói vận tốc là 10 km/h là nói đến độ lớn của vận tốc. - Tốc độ là độ lớn của vận tốc. Không yêu cầu HS phân biệt rõ ràng hai khái niệm vận tốc và tốc độ.
3	3	Chuyển động đều – Chuyển động không đều	Thí nghiệm hình 3.1: Không bắt buộc làm thí nghiệm.
4	4	Biểu diễn lực	
5	5	Sự cân bằng lực – Quán tính	Thí nghiệm hình 5.3: Không bắt buộc làm thí nghiệm hình 5.3 trên lớp, chỉ cần lấy kết quả bảng 5.1.
6	6	Lực ma sát	
7		Ôn tập-Bài tập	
8		Kiểm tra 1 tiết	
9	7	Áp suất	
10	8	Áp suất chất lỏng	
11	8	Bình thông nhau-Máy nén thủy lực	Xem phần: “có thể em chưa biết”-hình 8.9
12		Bài tập	
13	9	Áp suất khí quyển	Mục II. Độ lớn của áp suất khí quyển: Không dạy. Câu hỏi C10, C11 (tr.34): Không yêu cầu HS trả lời.
14	10	Lực đẩy Acsimét	Thí nghiệm hình 10.3: Chỉ yêu cầu HS mô tả thí nghiệm để trả lời câu hỏi C3. Câu hỏi C7 (tr.38): Không yêu cầu HS trả lời.
15	11	Thực hành: Nghiệm lại lực đẩy Acsimét	
16	12	Sự nổi	
17		Ôn tập	
18		Kiểm tra HKI	

HỌC KÌ II			
19	13	Công cơ học	
20	14	Định luật về công	
21	15	Công suất	Ý nghĩa số ghi công suất trên các máy móc, dụng cụ hay thiết bị: Lưu ý: - Công suất của động cơ ô tô cho biết công mà động cơ ô tô thực hiện trong một đơn vị thời gian. - Công suất ghi trên các thiết bị dùng điện là biểu thị điện năng tiêu thụ trong một đơn vị thời gian.
22		Bài tập	
23	16	Cơ năng	- Thế năng hấp dẫn: Sử dụng thuật ngữ “thế năng hấp dẫn” thay cho thuật ngữ “thế năng trọng trường”.
24	18	Ôn tập	Ý 2 của câu hỏi 16, câu hỏi 17: Không yêu cầu HS trả lời.
25		Kiểm tra 1 tiết	
Chương I. NHIỆT HỌC (7LT+2BT, ôn tập = 9 tiết)			
26	19	Các chất được cấu tạo như thế nào	
27	20	Nguyên tử, phân tử chuyển động hay đứng yên	
28	21	Nhiệt năng	
29	22	Dẫn nhiệt	
30	23	Đối lưu – Bức xạ nhiệt	
31	24	Công thức tính nhiệt lượng	Thí nghiệm hình 24.1, 24.2, 24.3: Chỉ cần mô tả thí nghiệm và xử lý kết quả thí nghiệm để đưa ra công thức tính nhiệt lượng.
32	25	Phương trình cân bằng nhiệt	Vận dụng phương trình cân bằng nhiệt: Chỉ xét bài toán có hai vật trao đổi nhiệt hoàn toàn.
33		Bài tập	.
34	29	Ôn tập	
35		Kiểm tra học kỳ II	

Ghi chú: Bài 17 (Sự chuyển hóa và bảo toàn cơ năng)- Đọc thêm; Bài 26 (Năng suất tỏa nhiệt của nhiên liệu) – Đọc thêm; Bài 27(Sự bảo toàn năng lượng trong các hiện tượng cơ học)– Không dạy; Bài 28(Động cơ nhiệt) – Đọc thêm.

LỚP 9

Cả năm: 37 tuần – 70 tiết:

Học kỳ I: 19 tuần – 36 tiết; Học kỳ II: 18 tuần – 34 tiết.

Tiết	Bài	Tên bài	Nội dung điều chỉnh (so với SGK xuất bản 2011) và hướng dẫn thực hiện
HỌC KÌ I			
Chương I. ĐIỆN HỌC (12LT+2TH+7BT, Ôn tập = 21 tiết)			
1	1	Sự phụ thuộc của cường độ dòng điện vào hiệu điện thế giữa hai đầu dây dẫn	
2	2	Điện trở của dây dẫn - Định luật Ôm	
3	3	Thực hành : Xác định điện trở của một dây dẫn bằng Ampe kế và Vôn kế	
4	4	Đoạn mạch nối tiếp	
5	5	Đoạn mạch song song	
6, 7	6	Bài tập vận dụng định luật Ôm	
8	7	Sự phụ thuộc của điện trở vào chiều dài dây dẫn	
9	8	Sự phụ thuộc của điện trở vào tiết diện dây dẫn	Câu hỏi C5, C6 (tr.24): Không yêu cầu HS trả lời.
10	9	Sự phụ thuộc của điện trở vào vật liệu làm dây dẫn	
11	10	Biến trở - Điện trở dùng trong kỹ thuật	
12	11	Bài tập vận dụng định luật Ôm và công thức tính điện trở của dây dẫn	
13	12	Công suất điện	
14	13	Điện năng – Công của dòng điện	
15	14	Bài tập về công suất điện và điện năng sử dụng	
16	15	Thực hành và kiểm tra thực hành: Xác định công suất của các dụng cụ điện	Mục II.2. Xác định công suất của quạt điện: Không dạy.
17	16	Định luật Jun – Len-xơ	Thí nghiệm hình 16.1: Không bắt buộc tiến hành thí nghiệm.
18	17	Bài tập vận dụng định luật Jun – Len-xơ	
19	19	Sử dụng an toàn và tiết kiệm điện	
20, 21	20	Tổng kết chương 1 : Điện học	
22		Kiểm tra	
Chương II. ĐIỆN TỬ HỌC (15LT+5BT, ôn tập = 20 tiết)			
23	21	Nam châm vĩnh cửu	
24	22	Tác dụng từ của dòng điện – Từ trường	
25	23	Từ phổ - Đường sức từ	
26	24	Từ trường của ống dây có dòng điện chạy qua	
27	25	Sự nhiễm từ của sắt, thép – Nam châm	

		điện	
28	26	Ứng dụng của nam châm	Mục II.2. Ví dụ về ứng dụng của rơ le điện từ: chuông báo động: Không dạy.
29	27	Lực điện từ	
30	28	Động cơ điện một chiều	Mục II. Động cơ điện 1 chiều trong kỹ thuật: Không dạy.
31	30	Bài tập vận dụng quy tắc nắm tay phải và quy tắc bàn tay trái	
32	31	Hiện tượng cảm ứng điện từ	
33	32	Điều kiện xuất hiện dòng điện cảm ứng	
34+35		Ôn tập, bài tập	
36		Kiểm tra học kỳ I	
HỌC KÌ II			
37	33	Dòng điện xoay chiều	
38	34	Máy phát điện xoay chiều	
39	35	Các tác dụng của dòng điện xoay chiều - Đo cường độ và hiệu điện thế xoay chiều	
40	36	Truyền tải điện năng đi xa	
41	37	Máy biến thế	
42		Bài tập	
43	39	Tổng kết chương 2: Điện từ học	
Chương III. QUANG HỌC (14LT+2TH+5BT, ôn tập = 21 tiết)			
44	40	Hiện tượng khúc xạ ánh sáng	Mục II. Sự khúc xạ của tia sáng khi truyền từ nước sang không khí: Không nhất thiết phải tiến hành dạy theo phương án mà SGK đã trình bày, có thể thay thế phương án thí nghiệm khác, ví dụ : đặt một gương phẳng ở đáy bình nước để quan sát hiện tượng khúc xạ khi tia sáng truyền từ nước sang không khí.
45	42	Thấu kính hội tụ	Câu hỏi C4 (tr.114): Bổ ý “Tìm cách kiểm tra điều này”.
46	43	Ảnh của một vật tạo bởi thấu kính hội tụ	
47		Bài tập	
48	44	Thấu kính phân kỳ	
49	45	Ảnh của một vật tạo bởi thấu kính phân kỳ	
50		Bài tập	
51		Ôn tập	
52		Kiểm tra 1 tiết	
53	46	Thực hành và kiểm tra thực hành : Đo tiêu cự của thấu kính hội tụ	
54	47	Sự tạo ảnh trên phim trong máy ảnh	
55	48	Mắt	
56	49	Mắt cận thị và mắt lão	
57		Bài tập	

58	50	Kính lúp	
59	51	Bài tập quang hình học	
60	52	Ánh sáng trắng và ánh sáng màu	
61	53	Sự phân tích ánh sáng trắng	
62	55	Màu sắc các vật dưới ánh sáng trắng và dưới ánh sáng màu	
63	56	Các tác dụng của ánh sáng	
64	57	Thực hành: Nhận biết ánh sáng đơn sắc và ánh sáng không đơn sắc bằng đĩa CD	
65	58	Tổng kết chương 3 : Quang học	
Chương IV. SỰ BẢO TOÀN VÀ CHUYỂN HÓA NĂNG LƯỢNG (2LT+2BT, ôn tập = 4 tiết)			
66	59	Năng lượng và sự chuyển hóa năng lượng	
67	60	Định luật bảo toàn năng lượng	Thí nghiệm hình 60.2: Không bắt buộc làm thí nghiệm.
68,69		Ôn tập. Bài tập	
70		Kiểm tra học kỳ II	

Ghi chú: Bài 18 (Thực hành kiểm nghiệm mối quan hệ Q với I trong định luật Jun-Lenxơ) – Không bắt buộc; Bài 29 (Thực hành: Chế tạo nam châm vĩnh cửu nghiệm lại từ tính của ống dây có dòng điện) – Không bắt buộc; Bài 54 (Sự trộn các ánh sáng màu)-Đọc thêm; các bài có ở SGK nhưng không đưa vào chương trình là do không dạy

Lưu ý chung:

Khi thực hiện đối với những tiết có nội dung giảm tải trong chương trình THCS, thời gian còn lại giáo viên tùy vào tình hình thực tế chủ động hướng dẫn học sinh luyện tập.