

# “双减”背景下初中物理课堂教学如何提质增效

肖际宏

贺州市昭平县樟木林中学

**摘要：**本文针对当前“双减”政策背景下初中物理课堂教学的问题，探讨了如何提质增效。分析了当前初中物理课堂教学存在的问题，并提出了一系列的解决方案。研究表明，通过合理选取教学内容、优化教学方法、建立良好的学习环境以及加强师生互动等措施，可以有效提升初中物理课堂教学的质量和效果。本研究为初中物理教师在“双减”政策下改进教学提供了有益的参考。

**关键词：**双减政策；初中物理课堂教学；提质增效

【DOI】10.12252/j.issn.2096-627X.2023.05.135

## 引言

随着教育的不断深化，中国教育部门提出了“减负”和“减轻学生课业负担”的政策导向，俗称“双减”政策。这一政策旨在减轻学生在校学习压力，推动素质教育的发展。然而，初中物理课堂教学在“双减”政策的背景下面临着新的挑战与机遇。如何在减负的同时确保教学质量，提高教学效果，成为当前教育工作者亟须探讨和解决的问题。本研究旨在针对“双减”政策下初中物理课堂教学的现状与问题，探索提质增效的有效途径。通过深入分析当前初中物理教学存在的瓶颈与挑战，提出相应的解决方案，旨在为教育实践提供可行的参考和指导。

## 一、初中物理课堂教学存在的问题

### （一）传统教学模式下的问题

在“双减”政策的背景下，初中物理课堂教学存在着一系列问题。传统的教学模式过分注重知识的灌输和应试训练，忽视了培养学生的实际动手能力和科学思维能力，导致学生对物理知识的掌握停留在表面，难以形成深层次的理解。同时，传统的黑板讲解模式缺乏趣味性，学生的学习积极性不高，导致学习效果打折扣。

### （二）实验条件受限带来的问题

由于实验条件受限，很多学校无法为学生提供足够的实验机会，导致学生对物理现象的认识停留在书本知识的层面，难以形成直观的物理概念。这种情况使得学生难以将所学的理论知识与实际生活联系起来，影响了他们对物理学科的兴趣和学习积极性。

### （三）学生作业负担过重的问题

学生作业负担过重也是当前初中物理课堂教学面临的难题之一。由于学生需要花费大量时间应对考试和作业，他们往往缺乏自主学习的机会，无法深入探究物理

知识和进行自主思考，导致学习效果不佳。

### （四）教师教学方法的单一性问题

教师教学方法的单一性也制约了初中物理课堂教学的提质增效。部分教师仍然囿于传统的讲授模式，缺乏针对学生个体差异的个性化教学方法，导致学生的学习需求得不到有效满足，教学效果有所欠缺。

## 二、“双减”背景下初中物理课堂教学如何提质增效策略

### （一）多元化教学方法

实验教学是一种非常有效的多元化教学方法。在“双减”政策的大环境下，教师可以利用简单易行的实验装置和材料，设计一些富有趣味性的小型实验，让学生亲自动手操作、观察和记录。例如，针对力的教学内容，可以设计一些简单的弹簧测力实验或斜面上滑块的运动实验，让学生通过实验数据的收集和分析来理解力的作用规律，从而提高他们对物理知识的理解和记忆。讨论式教学也是一种重要的多元化教学方法。教师可以设计一些开放性的问题，引导学生展开讨论，激发他们思维的活跃度。比如，在力的教学中，可以提出一些有关力的应用问题，例如如何通过斜面和滑轮系统减小物体受到的摩擦力等，让学生进行思考和讨论，从而培养他们的创新思维和问题解决能力。项目式学习也可以被引入到物理课堂教学中。学生可以根据所学内容，开展一些小型科学实验或者制作物理模型的项目，从而加深对物理知识的理解和应用。例如，可以组织学生设计并制作简易的力的示意图模型，通过动手操作，加深对力的方向和大小的理解。

### （二）教学资源优化利用

数字化技术为教学资源优化利用提供了丰富的可能性。教师可以借助数字化技术，设计多媒体课件、教学

视频等教学资源，通过图文并茂、生动直观的展示方式，使抽象的物理概念变得形象生动，更容易为学生所接受和理解。例如，可以利用动画、模拟实验视频等多媒体资源，让学生在课堂上通过视听感受到物理现象，激发他们的好奇心和学习兴趣。网络资源的充分利用也是教学资源优化的重要组成部分。教师可以整合和挖掘网络上丰富的物理教学资源，如开放式在线课程、优质教学网站、物理模拟实验平台等，为学生提供更广阔、更深入的学习空间。通过引导学生利用网络资源进行自主学习和探究，可以丰富他们的学习内容，培养他们主动获取知识的能力，同时拓展他们的物理学习视野。还可以利用数字化技术和网络资源设计一些互动性强的教学活动，如网络课堂讨论、在线实验模拟等。

### （三）学科知识整合

在物理教学中，可以通过引导学生运用数学工具解决物理问题，例如运用代数、几何、微积分等数学知识对物理现象进行建模和分析，培养学生的逻辑思维和数学运算能力。同时，也可以通过物理实验和现象引出相关的数学原理，让学生在探究物理规律的过程中感受到数学的美妙，促进跨学科学习的融合。物理与化学的整合也是学科知识整合的重要方向之一。物理学和化学学科在研究自然界的基本规律时常常相互交叉。在物理课堂上，可以通过物理实验引出与化学相关的现象，例如在热学实验中介绍物质的比热容、热传导等概念，引导学生理解物质内部微观结构的变化，从而拓展学生对物质性质的理解；同时，也可以在化学课堂上介绍与物理相关的概念，如分子动理论、溶液浓度计算等，促进学科之间的知识融合，培养学生的综合分析和综合应用能力。物理与地理等学科的整合也可以为学生提供更加立体丰富的学科学习体验。例如，在物理教学中引入地理的内容，介绍地理学、气候学等相关知识，让学生了解物理学在地球科学领域的应用，促进他们对自然界复杂现象的整体把握。

### （四）问题导向的学习

问题导向的学习可以通过设计具体的案例和场景来激发学生的学习兴趣 and 动手能力。例如，在学习力学知识时，可以引导学生分析日常生活中的实际问题，如设计一个简易的滑雪道、研究弹簧的弹簧系数等，让学生在实际问题中感受物理知识的应用和力量，激发其学

习的主动性和实践能力。问题导向的学习也需要注重培养学生的创新思维和解决问题的能力。在物理教学中，可以引导学生通过探索性学习和实验设计，解决一些具有挑战性的问题，如设计一个简易的发电机、制作一个简易的测量仪器等，从而培养学生的创新精神和动手能力。通过这样的实践，学生可以更深入地理解物理原理，并在实际操作中提升解决问题的能力。问题导向的学习也需要与社会实践相结合，让学生将所学的物理知识应用到实际生活中。可以通过开展物理实践活动，如参与科技创新竞赛、进行科普宣传等，让学生在实际的社会实践中感受物理知识的魅力和应用，培养学生的实际应用能力 and 团队合作精神。问题导向的学习还需要教师在教学设计和实施中发挥引导和促进作用，引导学生主动提出问题、探索解决方案，激发学生的好奇心和求知欲。同时，教师也需要及时给予学生反馈和指导，帮助他们不断完善解决问题的过程，从而提高他们的实际应用能力 and 创新思维。

### （五）教师专业发展

专业培训是教师提升教学水平的重要途径。针对初中物理教师，可以开展针对性的教学技能培训和学科知识更新培训。教师可以参加由专业机构或学校组织的物理教学培训班、研讨会等活动，通过系统的学习和交流，不断更新自己的教学理念和方法，提高教学水平。此外，还可以邀请优秀的物理教育专家或教学骨干进行一对一指导，帮助教师解决实际教学中的难题，促进其教学技能的提升。学术交流是促进教师专业成长的重要途径。初中物理教师可以通过参加学术研讨会、教学观摩活动、学科教研组会议等形式，积极参与学术交流，借鉴他校教师的教学经验和教学方法，拓宽自己的教学视野，提升教学水平。同时，还可以通过撰写教学论文、参与学科教研项目等方式，积极参与学术成果的交流与分享，提升自身在学术领域的影响力和竞争力。建立个人成长与发展的激励机制也是教师专业发展的重要保障。学校可以建立健全的教师岗位晋升评价体系，将教学水平、科研成果、学科建设等因素纳入评价范畴，为教师的专业成长提供明确的奖惩机制和晋升通道，激励教师在教学上不断创新、不断提高。此外，还可以建立教师定期考核和评估机制，通过多角度、多层次地评价教师的教学水平和专业发展情况，及时发现问题、引

导改进，为教师的专业成长提供有力保障。持续的学习和反思是教师专业发展的内在动力。初中物理教师应该树立终身学习的观念，积极主动地进行个人学习和反思，不断完善自己的教学理念和方法。可以通过阅读教育教学相关的专业书籍、参与在线学习平台的课程学习、进行个人教学反思等方式，不断提升自己的教学水平和专业素养，从而实现个人成长与专业发展的良性循环。

### （六）学生个性化学习

了解学生的个体差异和学习特点是进行个性化教学的前提。教师可以通过多种途径收集学生的学习情况和特点，包括课堂观察、学习成绩、学习日志、家长反馈等。同时，还可以利用现代化的教育技术手段，如学习档案系统、智能化评估工具等，更全面地了解学生的学习状态和需求。通过对学生的个体差异和学习特点进行深入的了解，可以为后续的个性化教学方案提供有效依据。设计差异化的教学方案是实施个性化学习的核心。针对不同学生的学习需求和水平，在教学内容、教学方法、教学资源等方面进行有针对性的调整和设计，以确保每个学生都能在适合自己的学习环境中得到有效的指导和支持。例如，对于学习较快的学生，可以提供更深入的学习内容或拓展性的学习任务；对于学习较慢的学生，则可以提供更加详细的解释和辅导，以帮助其更好地理解和掌握知识。此外，还可以采用小组合作学习、个性化作业、课堂互动等方式，为学生提供更加贴近其学习需求的学习体验。及时跟踪和评估学生的学习情况是保障个性化学习效果的重要保障。教师可以通过定期的诊断性评价、作业检查、小测验等方式，及时了解学生的学习进展和问题，针对性地调整个性化教学方案，帮助学生克服学习困难，实现个性化学习目标。同时，还可以与学生和家长进行沟通，建立良好的学习反馈机制，以便更好地了解学生的学习需求和情况，为其提供更加有针对性的学习支持。营造积极的学习氛围和文化是促进个性化学习的重要条件。学校和教师可以共同努力，营造尊重个体差异、鼓励个性发展的教育环境，培养学生的自信心和自主学习能力。同时，还可以鼓励学生之间的合作与交流，促进彼此之间的学习互助和共同进步，从而形成积极向上的学习氛围和文化。

举例：初中物理教材中的《力》单元作为实践的

对象。使用实物模型和实验装置来展示与力相关的物理现象，如弹力、重力等。通过观察和操作实物模型，学生可以更直观地理解力的作用和变化规律。将学生分成小组，进行合作学习。每个小组成员扮演不同角色，例如实验员、记录员、报告员等，共同完成实验和探究任务。通过小组合作学习，学生可以相互讨论、交流思想，并培养团队合作和沟通能力。提出与力相关的问题和应用情境，要求学生运用所学知识进行分析和解决。例如，在推车运动中如何应用力的概念和公式进行计算，或者在日常生活中如何利用力的原理解决实际问题等。

通过使用实物模型、小组合作学习和问题解决等方式，激发了学生的学习兴趣 and 主动参与度。学生对物理学习的兴趣增加，更愿意积极探索和应用所学知识。实物模型的运用使得抽象的物理概念变得具体可见，有助于学生更好地理解力的作用和变化规律。小组合作学习和问题解决任务的设计，促使学生将理论知识应用到实际情境中，提高了学生的理解能力和应用能力。小组合作学习的实践营造了积极的学习氛围，学生之间相互合作、互相帮助，共同完成任务。学生的学习动力增强，积极性提高。

### 结语

结合科技手段的应用、个性化教学模式的改革和课堂互动的加强，可以有效提高“双减”背景下初中物理课堂教学的质量和效果，促进学生全面发展和素质提升。然而，在未来研究中，还需进一步探讨如何量化评估教学效果，以及如何在具体教学实践中克服困难和挑战，从而更好地推动初中物理课堂教学的提质增效。

### 参考文献

- [1] 张倩. “双减”背景下初中物理课堂如何提质增效——以“光的反射”为例[J]. 中学物理教学参考, 2022, 51(24).
- [2] 朱正华. “双减”让初中物理课堂“提质增效”[J]. 新智慧, 2022, (09).
- [3] 游龙成. “双减”政策背景下初中道德与法治课堂教学“提质增效”的策略探究[J]. 教师, 2022, (22).
- [4] 胡苏桃. 初中物理课堂提质增效研究[J]. 启迪与智慧(上), 2022, (06).