

积极心理学在初中物理教学中的应用研究

陈海明

甘肃省定西市陇西县巩昌中学, 甘肃 定西 748100

摘要:在初中物理教学中,教师应基于“双减”政策的全面落实,结合物理所具有的规范性与逻辑性,运用积极心理学引导学生使用较少的时间获得双倍的收获,从而在减负基础上实现增效的目标,极大程度提升学生各阶段物理学习效率。同时,借助积极心理学改变学生以往的倦怠情绪,使学生主动参与知识探索并加以利用,从真正意义上实现“学以致用”。基于此,文章对积极心理学在初中物理教学中的应用价值进行深入分析,提出科学应用策略,力求增强初中生物理学习效果,将初中物理教学水平提升到一个新高度。

关键词:积极心理学;初中物理;教学策略

分类号:G633.7

在初中物理课堂中,任何一个教学环节均会对学生心理发展产生一些影响,直接关系到学生物理能力的提升效果。教师必须带着前瞻性思维,科学利用积极心理学对学生进行正确引导,使得学生在新颖的物理课堂中获得不同收获,同时形成良好学习心态,这有利于初中生物理学习水平的不断提高,并发挥出积极心理学在初中物理教学中的应用价值。教师还应运用现代教育技术,分析物理教学与积极心理学之间的潜在联系,通过多元探索与研究,运用互利互惠的学习方式和爱心情感等教育手段,激发出学生潜在探究热情,学生才能带着持续热情参与各类实践活动,从而将所学知识快速内化,促进物理能力的全面发展。

1 积极心理学在初中物理教学中应用的重要价值

积极心理学即从具有积极特点的角色出发,对传统心理学进行创新与延伸的一种新兴科学,其走出只研究心理学内容的误区,运用科学原则与有效方法实现对幸福的研究,重视人们健康成长过程与和谐发展趋势。在教育改革的前提下,积极心理学逐渐走入课堂教学,实现教学活动科学优化,也发挥出重要的作用。

(1) 积极心理学的研究不再局限,而是从不同方面进行研究,对主观情绪体验进行分析,探讨积极人格所具有的不同特征,还分析各阶段的社会生态。在教学环节中,教师应重视学生心理变化趋势,运用积极心理学帮助学生消除抵触或厌学等不良情绪,关注学生个性的潜力挖掘,促进学生能力的拓展。

(2) 积极心理学在初中物理教学中的合理运用能够对学生个体做到最大限度地激励,学生能够在多元激励下形成内在驱动力,主动探索物理知识,对知识进行大胆重构,从而掌握知识之间的潜在联系。教师还可以利用积极心理学对学生心理进行干预,应对学生情绪波动大的特点,引导学生在正确方式下走过初中生必须经历的青春期。

(3) 积极心理学与物理教学环节的有效融合,使得教师运用正确手段对学生心理进行科学干预,纠正学生不良的学习态度与不正确的理念,学生才能对物理学习的重要性有进一步理解。教师还可以通过对积极心理学的研究与应用,对各阶段教学方案进行针对性优化,保证教学模式具有一定的多样化,从而切实有效促进学生能力的发展,让学生在思考、探索与总结等多个环节中产生自信并获得满足感,从而正视自身不足并有方向地进行弥补,实现自我完善,最终获得物理能力与人格品质的同步培养。

2 积极心理学在初中物理教学中的应用策略

2.1 重视学生态度培养,实现学以致用

积极心理学的应用需要初中物理教师通过对学习氛围的营造引导学生产生一种积极情绪,从而让学生带着积极性参与各阶段的物理学习。但传统教学理念容易使当代初中生产生心理压力,学生长期处于压力较大的学习环境中,走入学习困境却不懂得如何突破困境,这不利于深度学习,也极有可能将学生原有的学习热情消磨殆尽,更是打击初中生刚形成的学习自信。

初中物理教师应充分重视学生良好学习态度的培

养,运用积极心理学打造出新时期下的高效物理课堂,让课堂绽放出无数思维之花。这需要教师通过问题或者小视频等多元方式创设不同类型的物理情境,学生才能融入其中,对物理知识进行快速内化,产生探索兴趣,完成物理基础知识的牢固记忆并实现进一步理解,进而能够准确与灵活运用物理知识去思考生活中所遇到的各类物理现象,从真正意义上实现“学以致用”。

例如,在学习与声现象相关的内容时,教师首先拿出可发出声响的常见物体,其次通过敲击提出具体问题:“同学们闭上眼睛听,这个声音是敲击哪个物体产生的?”引导学生带着问题去判断。学生会调动生活经验去猜测,并进入相应的情境中思考。教师再追问:“我们会以何种方式去感知声音?”学生在生活情境中增强自身感受,成功回答问题。该过程中,教师借助问题来创设情境,运用积极心理学引导学生,使得学生对生活中常见物理现象产生探索兴趣,从而激发热情主动探索,积极参与学习,并大胆运用知识,强化其物理能力。

2.2 巧用角色扮演教学,增强教学效果

积极心理学与日常物理教学的科学结合能够对学生正确引导,保证在毫无痕迹的方式下完成物理知识的传递与学生物理能力的提升。由于初中生正处于青春期这个关键时期,情绪波动较大,极易受到外界诸多因素的影响,不利于其学习能力的提升,学习兴趣也开始直线下滑。为了解决这一严峻的问题,教师可以运用积极心理学,借助角色扮演方式吸引初中生,使之走入相关角色,能够带着积极性与极高兴致参与各阶段学习,同时也营造出一种积极的学习氛围,使学生轻松与愉悦地完成角色扮演,获得不同收获,理解学习物理知识的重要性。

例如,在学习与串联电路相关的知识内容时,教师积极使用心理引导,鼓励学生扮演一名出色的电路设计工程师,根据居住需要来设计一幢房屋的电路图,保证电路图的完整性,必须包括多盏电灯、电压表、开关与电流表。学生马上融入角色之中,对电路图内部需求进行深入分析,结合房屋照明需要和不同电采,采取具有针对性的方式来完成电灯控制,从而将串联与并联知识点做到牢固记忆并实现准确运用,在最大程度上增强物理教学效果,也发挥出积极心理学的作用。教师运用积极心理学相关理论,通过学习活动对学生积极心理引导,使学生对物理知识产生一定兴趣,并敢于探索,有力拓展了学生的创新思维。

2.3 使用爱心情感教育,提高综合水平

在“双减”背景下,为了从根本上减轻学生的学业负担,并保证各阶段初中物理教学可以有序与高效地开展,教师可以恰当使用爱心情感教育,借助积极心理学引导学生形成良好的心理与态度,使得学生思维呈现出发散性,有效提升物理成绩^[1]。

教师可以在初中物理课堂中依托小组合作方式让学生感受团队精神,形成极强合作意识。在具体授课环节,教师应重视学生之间沟通的深入性,通过合作为学生提供表达想法的机会,学生思路相互碰撞,很容易产生全新想法,并积极运用所学知识与技能验证自身想法,组员也能在倾听与合作中获得不同收获,吃透物理知识并灵活运用。教师可以选用最简单的方式,鼓励学习成绩较好的学生主动帮助成绩不理想的学生,借助平等交流方式实现学习资料共享,拉近生之间的距离,在爱心情感传递中实现爱心互助。

例如,教师在对学生进行评价时,可以从学生爱心与幸福感提升需求入手,通过足够关心与呵护,对学生进步做出及时肯定。在探究实验教学中,可以通过一帮一的方式建立帮扶小组,优生可以随时了解差生遇到的困难,针对实际问题引导差生,从而使学生感受到小组配合中同窗的情谊。之后,教师鼓励学生通过互评方式指出不足,由学生带动学生去改正,借助学生之间爱心互助,将学生综合学习水平提升到一个新高度。

2.4 实施互利互惠学习,实现共同进步

在积极心理学理念的研究中,个体所具有的积极心理会对周围个体的心理品质产生直接影响^[2]。初中物理教师必须对学生产生的积极情感加以重视,运用小组合作方式引导学生积极学习,打造出自主研究的物理课堂,为学生未来各阶段的学习夯实基础。教师可以基于情感教育来实施小组合作学习,促进积极心理学理念的融入。

首先,教师根据学生实际情况将学生分为4~6人的小组,各小组必须涵盖优秀生和学困生,保证各小组之间能力均衡。其次,由每组组长分配学习任务,保证每位成员有自身的任务,不会浑水摸鱼,这样才能避免出现应付了事的情况。优秀生会不断感染学困生或组内其他成员,通过互相促进的方式实现共同进步。最后,进入成果汇报环节,教师可以在结果对比中了解学生的进步情况,使学生看到自身努力所获得的成果,从而产生成就感,形成团队意识。

例如,在学习运动和力时,教师将学生分成4~6

的小组,由第一小组自学运动和力,而力和机械的内容学习由第二小组完成,功和机械能的学习由第三小组完成。待三个小组均完成规定的学习内容时,教师鼓励第一小组讲述知识,第二和第三小组耐心倾听,及时提取重要信息并记录。第二小组讲述与力和机械相关的知识内容,由第一和第三小组进行记录与总结。第三小组派组员完成力与机械能知识的讲授,第一和第二小组将三个部分知识组合。三个小组对学习思路与方法进行总结与分享,每位组员意识到自身是被需要的,从而积极参与合作活动。三个小组还在评价环节互相指出优缺点,课堂讨论与评价气氛非常融洽。

2.5 借助冥想教学手段,培养逻辑能力

在初中物理课堂中,教师应重视每位学生逻辑思维能力的科学培养,认识到逻辑思维能力的提升是学生主动进行知识探索的关键所在,也是灵活运用知识的中中之重^[3]。

初中物理教师应将积极心理学与日常教学环节有效结合,设计具有独特性的问题,学生才能主动去探讨并积极发言,同时教师需要留下足够时间引导学生通过冥想回答问题,不断提升学生思维的逻辑性和活跃性^[4]。这是因为在冥想活动中,学生大脑会释放脑电波,思维开始活动时脑电波呈现出有序性,可以更好地进行思考,所以冥想对积极思维有一定促进作用,有利于学生在放松状态下内化物理知识,记忆物理概念。学生在入静过程中,面对教师的讲解会准确提取出关键信息,理解速度加快,认知程度逐渐加深。

例如,在学生已掌握平面镜成像规律之后,教师组织学生进行小组合作实验,并提出一些具体问题,使学生能够在实验过程中观察,同时进入冥想状态,集中注意力去学习,而周围同学集体冥想时,学习环境较为安静,学生思维将得到有效拓展,能够产生问题意识或者好奇心,激发出学生探索知识的动力,有利于逻辑思维能力的不断发展。可见,冥想是积极心理学应用的主要手段,可以有效集中初中生的注意力,使之在冥想中感受到内心的宁静,形成乐观心态,主动去发现物理问题,根据实际情况选择所学知识与技术寻找解决物理问题的多条途径。

2.6 依托各类探索活动,促进个性发展

初中生的日常学习中,往往会存在一些压力,而这些压力会给学生的心理成长带来不同程度的影响,需要教师通过积极心理学的应用引导学生带着积极乐观的心态参与各阶段的学习,使得学生带着正确观念

看待未来的学习与生活,而不再畏惧学习与考试,从而逐步减轻学业压力^[5]。部分初中生在面对物理知识时总会以完美主义来要求自己,即不能采用最佳方式对学习问题进行相应解决,那么往往会基于对自身的保护而开始逃避,形成抵触情绪。因此,教师需要借助积极心理学,纠正学生错误观念,避免学生走入学习误区。

例如,对于物理考试而言,教师另辟蹊径,转换传统考试风格,同时也根据“双减”政策的落实要求来调整传统方法。教师引导学生将考试视为一种探险活动,学生将每道考题视为探险活动的环节,从而通过克服探险困难,形成探险精神,学生才能勇于在学习中创新与尝试,进而最大限度地释放学生的个性。又例如,在运动和力的学习中,教师运用实践教学法引导学生探索知识,教师选择体态与力量相仿的学生进行拉门和推门,由于施加于门上的力量一致,门并没有出现位移情况,学生产生好奇,开始尝试调整力量大小,看到门出现位移并分析原因。这正是教师在实践教学应用中应用了积极心理学,帮助学生构建起物理知识体系。

3 结束语

初中阶段是初中生掌握物理知识与技能的黄金时期,教师必须重视对学生物理学习兴趣的科学培养,引导学生在积极心理学的应用下形成良好的学习习惯。在初中物理课堂中,教师需站在初中生角度考虑,结合初中生成长特点与思维特征,对学生在课堂凸显的个性特点做到极大程度尊重,运用积极心理学引导学生带着积极与乐观心态去克服物理学习中不断出现的各种困难,从而有效提升各阶段物理教学的实效性,为学生全方位成长夯实基础。

参考文献

- [1] 邱金鑫.研究积极心理学提升初中物理课程价值[J].数理化解题研究,2017(32):62-63.
- [2] 李玲玲.探析积极心理学在初中物理教学中的运用[J].中学物理教学参考,2016,45(16):34-35.
- [3] 张静.积极心理学在初中物理教学中的应用[D].成都:四川师范大学,2017.
- [4] 赵安强,夏波,阮享彬.深度学习理念下的初中物理教学设计与实践:以“牛顿第一定律”教学为例[J].物理教学,2021,43(11):32-35.
- [5] 李海燕.初中物理教学现状及其改进策略分析[J].广西物理,2021,42(3):74-76.