# 浅析高一物理学习的障碍和应对策略

来源：网络 作者：空山幽谷 更新时间：2024-01-28

*一、高一学习物理思维障碍的原因及特点 1.对知识结果的重视大于知识的形成过程 很多人接触到高一物理的学习内容后发现高中的物理知识要比初中的物理知识更加深刻，它不再停留于表面解释一般现象和总结规律，而是开始从微观、变化等角度解释为什么会发生...*

一、高一学习物理思维障碍的原因及特点

1.对知识结果的重视大于知识的形成过程

很多人接触到高一物理的学习内容后发现高中的物理知识要比初中的物理知识更加深刻，它不再停留于表面解释一般现象和总结规律，而是开始从微观、变化等角度解释为什么会发生这种现象，各种影响因素又会导致现象出现什么变化。初中物理学习中我们往往只需要记住结果和现象，不会深入了解形成原因，这一学习习惯导致我们在接触高中物理学习内容后往往只注重物理知识的结论，轻视物理知识的形成过程。优秀的学生理解能力强，往往能够比较顺利地理解本质，但是也有一些同学对于理论和原理理解起来较为困难，他们往往是靠死记硬背来记住书本上的知识点，这样十分不利于知识的积累，学的越多反而越迷惑。

2.没有及时对知识进行有效的梳理，形成知识系统

尽管在进入高中物理学习之前，我们已经有了一定的物理基础，对于这门课程涉及的内容也有了大致的了解，但是在学习新的复杂的知识时，往往会有一些错误的认识和想法，对于这些错误的认识如果没有及时纠正，就很难建立其系统的知识结构，学习的热情也会逐渐下降。比如，一些同学在學习时，急于求成，在没有完全弄清楚定律含义的时候，不认真分析体会，没有将当前学习的知识和以往的学习内容结合起来，就开始盲目地挑战难题，追求做题量，往往会适得其反。

3.学习中存在着畏难情绪

高中物理作为典型的理科类学科，它要求学生要较好的抽象思维、计算能力，这一课程对于学生综合能力的要求要稍高于其他学科。事实上，只要能够认真梳理知识点，弄清原理和理论，就能学好这一课程。但是实际中很多同学对物理学习存在着严重畏难情绪，在实验中不愿意动手，认为记住书中的结论即可，不爱主动思考，对于物理学习缺乏耐心，一旦出现难度较大的问题就无法应对，对于物理学习越来越没有兴趣。

二、应对高一物理学习思维障碍的策略

1.积极克服非智力因素，不断激发自身的学习潜能

诚然，学习新知识的效果受智力因素和非智力因素双重影响，但对高一物理这样的基础性课程而言，非智力因素对于学习效果的影响是远大于智力因素的。

在进行高一物理学习时，我们首先要做的是克服对物理问题的畏惧心理，才能够激活思维，建立起对这一学科学习的自信心，不断突破物理学习中的障碍。当然，值得注意是，我们不应该为了应付考试盲目地追求难题，很多难题的解决需要丰富的知识积累和系统流畅的知识体系，在未建立起相当程度的知识积累之前，盲目地挑战难题很容易挫伤了学生学习的热情和自信心，是一种拔苗助长的做法。

此外，在新旧知识的衔接中，也很容易出现一些困惑，比如在学习电磁感应问题时，一些同学仍然有切割磁感线就会产生感应电流的思维定式问题，这就需要我们多积累生活经验，思考问题时更加开放，不要受以往知识的局限。

2.认真观察演示试验和参加动手试验，了解试验原理和过程

实验课是物理学习中的重要组成部分，也是我们进行动手实践操作的好机会，实验课可以加强我们的动手能力，同时提高对书本理论知识的认识，在实验中，我们可以通过观察，分析，总结规律和强化记忆，对于其他科学知识的学习的能力培养也是有好处的。

当然，我们进行动手实践操作也不仅仅局限于学校安排的实验课，还可以在课后组成兴趣小组，在老师的帮助下进行课外研究性实验，研究课本外的延伸内容，这对于我们处理问题、创新思维和巩固课本上的知识点大有帮助。

3.与老师建立平等的师生关系，加强与老师的沟通

高一刚开始接触物理比较抽象的内容，出现问题是难免的，但是如何解决问题决定了我们今后的物理学习效果。由于个体间存在着差异，不同的同学具备的生活经验和以前的物理学习基础不同，在理解相同的问题时可能有的同学一点即通，而有的同学却难以理解。这个时候，我们不可将这种差异归结于智力因素，而是要积极地与老师沟通，寻找自己难以克服的障碍到底在哪里，才能够突破瓶颈有所收获。在与老师的交流中我们不光能够解惑，同时也可以从老师那里获得鼓励和肯定。

三、结语

总的来说，在刚接触更加抽象和系统的物理知识的高一时期，出现学习是正常的现象，同时个体间存在着差异，不同同学由于非智力因素的影响其障碍有所不同。为了克服障碍和提高学习效率，我们必须要克服畏难情绪，从自身实际出发进行反思和总结，改正以往学习不良的学习习惯和突破思维定式，才能够真正获得提高。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！