

中职物理课堂生活化教学策略实践探究

周利军

上海工商信息学校, 上海 201799

DOI: 10.61369/ETR.2026210016

摘 要 : 伴随着职业教育改革进程的加快, 我国对中职教育教学质量提出了更高要求。中职物理是一门研究物质基本结构和物质运动的学科, 具有显著的实践性与应用性特点。中职物理基础薄弱, 如何结合学生学习特点与生活经历, 采用生活化教学理念, 合理地设计与开展物理教学活动, 成为教师提高物理教学质量, 培养学生逻辑思维能力与动手实践的重要问题。本文结合中职物理学习问题, 阐述生活化教学对中职物理教学的意义, 围绕生活情境创设、经验挖掘、材料引入、实践活动四个方面, 探讨中职物理课堂生活化教学的组织与实践策略, 增强课堂教学的趣味性和实用性, 为培养学生的综合能力, 促进物理教学效率提升提供参考。

关 键 词 : 中职; 物理课堂; 生活化; 教学策略; 实践

Practice and Exploration of Life-Oriented Teaching Strategies in Secondary Vocational Physics Classrooms

Zhou Lijun

Shanghai Industrial and Commercial Information School, Shanghai 201799

Abstract : With the acceleration of the vocational education reform process, higher requirements have been put forward for the teaching quality of secondary vocational education in China. Secondary vocational physics is a subject that studies the basic structure of matter and material movement, featuring obvious practicality and applicability. Secondary vocational students have a weak foundation in physics. How to combine students' learning characteristics and life experiences, adopt the concept of life-oriented teaching, and reasonably design and carry out physics teaching activities has become an important issue for teachers to improve the quality of physics teaching and cultivate students' logical thinking ability and practical operation skills. Based on the problems in secondary vocational students' physics learning, this paper expounds the significance of life-oriented teaching for secondary vocational physics teaching. Centering on four aspects—creation of life scenarios, excavation of life experiences, introduction of life materials, and development of practical activities—it discusses the organization and practice strategies of life-oriented teaching in secondary vocational physics classrooms. The purpose is to enhance the interest and practicality of classroom teaching, and provide reference for cultivating students' comprehensive abilities and promoting the improvement of physics teaching efficiency.

Keywords : secondary vocational education; physics classrooms; life-oriented; teaching strategies; practice

引言

知识与生活存在密切的关系, 知识来源于现实生活积累的经验, 又回归现实生活为人们服务。根据陶行知的教育即生活的理念, 联系生活进行教学设计和实践, 让学生在生活化情境中学习知识、运用知识, 对其学会生活技能、适应社会生活环境具有重要意义^[1]。中职教育是面向社会、面向就业的教育, 中职物理教学需要考虑学生职业发展与社会生活, 教师应更注重学生知识运用能力、逻辑思维能力与问题解决能力的培养。受认知能力、学习兴趣与学习习惯等因素影响, 中职生学习基础薄弱, 对物理知识缺乏学习兴趣, 再加上物理学科知识抽象性强, 学生在学习中容易遇到理解困难的问题, 难以建立起学习自信心。同时, 相较于物理知识, 部分学生认为专业知识和技能更重要, 忽视了物理学习的重要性, 导致物理课堂的参与度不高^[2]。物理知识与生活现象存在关联性, 将生活中的现象与物理教学联系起来, 构建生活化的物理教学模式, 教师可以让学生联系生活经验学习物理知识, 降低知识学习难度, 激发学生学习潜能, 帮助其掌握物理学习的方法和技巧, 培养学生学物理的兴趣与用物理的信心, 提高其综合素质与实践能力。由此, 深入了解中职生知识基础与生活经验, 针对性地设计物理生活化教学活动, 培养学生学习兴趣、思维能力与学习能力势在必行。

一、生活化教学对中职物理教学的意义

（一）有助于提高学生在学习热情

生活化教学有助于增强物理教学与生活、社会实际的联系，激发学生的求知欲，提高其学习热情。中职物理包含力学、光学、电学等方面的知识，知识框架较为庞大且知识本身抽象性和复杂性较强。由于学习能力与认知水平不强，部分学生会对物理学科产生畏难情绪，在长期学习中堆积较多难以理解的知识，导致其丧失对物理学科的学习兴趣^[7]。而通过运用生活化教学模式，教师可联系学生身边生活实例，创设物理学习场景，引入来自日常生活的物理问题，以学生熟悉的生活元素讲解物理知识，增强物理教学过程的生动性和趣味性。如此一来，中职物理课堂中的生活元素与话题会使物理学习充满吸引力，有助于提升学生的注意力、好奇心与学习热情，使其更积极地回答问题、参与课堂互动，更有效地理解和掌握知识，逐步建立起学习自信心，从而使其对今后物理学习充满热情。

（二）有助于提高学生知识理解能力

生活化教学有助于拉近物理知识与应用场景的距离，让学生感受到物理在职业场景和社会生活中的应用价值，促使其在知识迁移的过程中理解和掌握知识，提高知识理解能力。传统中职物理通常以讲解教材知识与例题为主，教师讲授的内容很少脱离教材范围，导致学生对知识的理解浮于表面，难以真正运用在实践中。而通过构建生活化教学模式，教师可围绕物理知识对应的应用场景，挖掘多样化的生活素材，帮助学生搭建知识通往实践应用的桥梁，使物理知识的学习和运用更直观化和具体化，降低学生学习和理解难度^[8]。同时，借助课外的生活案例和素材讲解教学内容，教师可以引导学生跳出课本，在各类生活场景中轻松地学习知识，拓宽学习视野，有助于加深其对知识的印象，提高理解能力。

（三）有助于锻炼学生实践能力

生活化教学有助于改变学生对传统物理的认知，使其能够认识到物理对自身生活与职业发展的价值，培养其逻辑思维与动手实践能力。中职物理学科知识实用性强，但传统物理教学往往硬性要求学生记公式和原理，做物理习题，难以发展学生的实践能力。而通过构建生活化教学模式，教师可以理论与实践结合为导向，重构物理课堂教学内容，将物理知识可以解决的实际问题引入课堂中，让学生借助物理知识，从不同维度思考生活与职业问题的解决方案，并验证解决方法的可行性^[9]。这样一来，学生不仅能感受到物理对自身生活的帮助，还会主动思考和探究物理知识的创新应用场景，锻炼思维能力与实践能力^[10]。

二、中职物理课堂生活化教学的实践策略

（一）创设动静结合生活情境，激发学生学习兴趣

相较于初中物理，中职物理的学习难度增大，再加上部分学生对物理课堂存在刻板印象，很难提起学习积极性。因此，中职物理课堂生活化教学需要激发学生学习兴趣出发，教师应提前了

解学生的学习偏好、物理基础，采用其感兴趣的话题导入、故事导入、场景导入、动画导入、实验导入等方式，创设动静结合的生活化学习情境，将抽象物理知识融入生活场景中，让学生以听故事、做实验、小组探究等方式，直观地感受物理知识，改变其对物理教学的刻板印象，激发求知欲和探索欲^[7]。在“力的分解”教学中，教师可借助数字化教学手段，利用VR仿真技术还原家庭或宿舍晾衣服的场景，引起学生的好奇心，并引导学生结合晾衣绳在挂衣服前后的变化，思考为什么晾衣绳会出现弯曲现象？使其带着问题积极参与课堂探究。在这一问题的引领下，教师可引入力的分解知识，让学生自由分析晾衣绳的受力情况，提高其知识理解能力。同时，学生从下课到上课，需要经过一定时间集中注意力，教师可采用实验导入的方式，设计生活现象的还原实验，让学生以角色扮演的方式，重现特定的生活场景，循着场景变换探究背后的物理知识，让学生快速集中注意力，产生探索知识的动力^[8]。“力的分解”教学中，教师可准备好两个盛有半桶水的水桶，邀请一名男生和两名女生还原“和尚抬水喝”的故事，演示提水和抬水的过程，然后循着场景设计问题，让学生思考一个男生对与两个女生对水桶施加的力起到的效果是否一样？两种力是否可以相互替代，顺利导入教学内容，让学生带着疑问积极参与课堂探究和学习活动，激发其学习兴趣。

（二）挖掘学生现实生活经验，突破学习疑难点

在新课改的背景下，中职物理教学要注重学生思维能力与实践能力的培养，教师应转变传统的教学观念，将教学重点放在学生学习能力与综合能力的培养上，尤其是思维能力。中职物理生活化教学要挖掘常见的生活现象，教师可结合学生的生活经验，设计循序渐进的思考题或探究题，让学生联系生活现象学习物理知识，培养其思维能力与动手能力^[9]。在“弹力”课堂教学中，教师可循序渐进地设计问题，让学生回顾物理知识相关的生活现象和经验。第一步先让学生思考生活中使用过哪些有弹力的工具，如皮筋、皮球、弹簧秤等，带领学生初步了解弹力，使其对物理知识产生熟悉感。接下来，教师结合这些弹力用品在日常生活中的运用方法，让学生回想生活经验，举出证明弹力性质的例子，并对例子中的现象进行探究。在探究环节，教师可布置一些问题，如弹力来自哪里、如何产生、如何运用，并给予学生充足的思考和探究时间，促进其思维发展。最后，教师可结合跳水运动员常用的跳板工具，设置问题：“为什么跳水运动员可在空中停留？”让学生根据生活现象思考弹力知识和变形的原因，锻炼其思维能力。在“摩擦力”教学中，教师可创设运用摩擦力的场景，准备一个小木箱，让男女学生分成两队，分别拉着木箱进行拉力比赛，使其在比赛中更好地理解和掌握摩擦力知识。

（三）引入丰富多样生活材料，创新物理实验形式

中职生思维活跃且动手能力强，教师应结合学生特点，将生活中的材料引入物理课堂中，代替传统实验器材，让学生组合运用生活材料参与物理实验，使其感受到物理在生活中无处不在，调动其了解生活现象本质的积极性^[10]。在力的教学中，教师可准备气球，让学生提前吹好气球，用气球替代弹簧来观察物体受力后的形变过程，加深其对弹性形变的认识。在重力教学中，教师

可准备不同规格的螺母、铁钉，让学生采用控制数量的方式，模拟不同重力的实验场景，使其感受到重力在生活中体现。同时，教师应充分结合教学需求，鼓励学生运用多种生活材料，自由模拟复杂的物理现象情境，如借助教材、弹珠和尺子，模拟动能与势能转化过程，借助木板、玩具车和不同粗糙程度的毛巾，开展摩擦力对物体运动的影响等实验探究，让学生站在生活角度去分析实验现象。此外，教师应创设开放化的实验场景，课前发布一个物理实验主题，让学生组建实验设计小组，从生活中寻找支撑实验的材料，完整地设计实验流程，并要求各组在课堂上展示实验过程与结果，让学生从生活中搜集实验材料，在探究中体验学习与验证知识所带来的乐趣。

（四）回应日常生活实践需求，开展物理实践活动

物理知识从生活中来并到生活中去，中职物理生活化教学需要结合日常生活实践需求，设计多样化的实践活动。教师应深入分析教材内容，结合物理知识与生活的联系，精心设计贴近学生家庭与校园生活的实践项目，让学生在生活探索中发现和运用物理抽象概念与复杂原理，真正地将物理运用到社会生活中。教师可布置观察物理现象的任务，让学生从日常接触的工具、电器出

发，将观察到的物理现象写成观察日志，如光的折射、物体的运动状态、安全用电准则等，以直观的感知加深对物理的记忆。也可以布置调查类的实践活动，根据安全用电的准则，让学生从家人、同学和朋友家长，搜集违反安全用电准则的现象，并给予建议。还可以简化实践制作任务，让学生尝试制作简单的潜望镜，使用多用电表制作小型电路，并物理学生将物质知识与专业创新结合，培养学生创新意识与实践能力。

三、结语

综上所述，立足中职物理课堂，构建与实施生活化教学模式，能够取得提高学生注意力、激发学习兴趣、锻炼思维能力与实践能力等良好成效。因此，教师应尊重学生个性化学习需求与认知水平，采用多样化的方式开发和利用生活资源，通过创设生活情境、挖掘生活经验、引入生活材料、开展生活实践等方式，提升物理教学质量，促进学生物理综合能力的提高，为中职学生的长远发展打下基础。

参考文献

- [1] 徐建芬. 物理教学生活化，培养学生自主学习能力 [J]. 华夏教师, 2023, (21): 25-27.
- [2] 钟卫成, 陈灏, 黄双玉. 自制生活化教具在物理教学中的妙用 [J]. 实验教学与仪器, 2025, 42(09): 5-7.
- [3] 崔庆彬. 高中物理教学中陶行知生活教育理论的渗透路径研究 [J]. 生活教育, 2025, (24): 113-115.
- [4] 梅良华. 面向 STSE 教育理念的中职物理教学设计与实践 [J]. 成才, 2025, (12): 187-189.
- [5] 傅美娟. 初中物理教学中生活实例引入对学生理解概念的作用 [C]// 江西省教育学会社区教育专业委员会. 第二届江西省终身教育创新与发展论坛暨 2025 年社区教育学术年会论文集. 山东省济宁市微山县实验中学; , 2025: 155-159.
- [6] 封从伟. 生活情境下物理学科核心素养的培育路径 [J]. 新课程教学 (电子版), 2025, (06): 8-10.
- [7] 贺新明. 生活化情境在物理教学中的应用效果 [C]// 中国企业文化促进会职业教育专业委员会. 校企教育协同与企业文化共建的融合发展研讨会论文集 (优质教育发展论坛). 济宁经济开发区高级中学; , 2025: 328-329.
- [8] 付婷婷. 新课标背景下初中物理教学与日常生活融合的方法策略研究——以共享单车为例 [J]. 考试周刊, 2023, (20): 109-112.
- [9] 拜成鑫. 高中物理力学教学中生活情境的融入分析 [J]. 数理化解题研究, 2023, (09): 81-83.
- [10] 陈亮. 现象导出本质，生活启发教学——陶行知生活教育理论与初中物理教学有效整合 [J]. 教学管理与教育研究, 2022, 7(19): 105-106.