

初中物理的学习方法最新3篇（初中物理自学方法）

作者：有故事的人 来源：范文网 www.wtabcd.cn/fanwen/

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/fanwen/meiwen/fa02624000da2da86993e921cc06294f.html>

范文网，为你加油喝彩！

物理学并不研究自然界现象的终极机制(或者根本不能研究)，只能在某些现象中感受自然界的规则，并试图以这些规则来解释自然界所发生任何的事情。以下内容是t7t8美文号为您带来的3篇《初中物理的学习方法》，在大家参考的同时，也可以分享一下t7t8美文号给您的好友哦。

初中物理的学习方法 篇一

(一)注意学习效率。

带着预习的问题听课，可以提高听课的效率，能使听课的重点更加突出。课堂上，当老师讲到自己预习时的不懂之处时，就非常主动、格外注意听，力求当堂弄懂。同时可以对比老师的讲解以检查自己对教材理解的深度和广度，学习教师对疑难问题的分析过程和思维方法，也可以作进一步的质疑、析疑、提出自己的见解。这样听完课，不仅能掌握知识的重点，突破难点，抓住关键，而且能更好地掌握老师分析问题、解决问题的思路和方法，进一步提高自己的学习能力。

(二)独立做题。

要独立地(指不依赖他人)，保质保量地做一些题。题目要有一定的数量，不能太少，更要有一定的质量，就是说要有一定的难度。任何人学习数理化不经过这一关是学不好的。独立解题，可能有时慢一些，有时要走弯路，有时甚至解不出来，但这些都是正常的，是任何一个初学者走向成功的必由之路。

(三)笔记本(纠错本)。

上课以听讲为主，还要有一个笔记本，有些东西要记下来。知识结构，好的解题方法，好的例题，听不太懂的地方等等都要记下来。课后还要整理笔记，一方面是为了“消化好”，另一方面还要对笔记作好补充。笔记本不只是记上课老师讲的，还要作一些读书摘记，自己在作业中发现的好题、好的解法也要记在笔记本上，就是同学们常说的“好题本”。辛辛苦苦建立起来的笔记本要进行编号，以后要经常看，要能做到爱不释手，终生保存。

(四)三个基本。

基本概念要清楚，基本规律要熟悉，基本方法要熟练。关于基本概念，举一个例子。比如说速率。它有两个意思：一是表示速度的大小；二是表示路程与时间的比值(如在匀速圆周运动中)，而速度是位移与时间的比值(指在匀速直线运动中)。关于基本规律，比如说平均速度的计算公式有

两个经常用到 $V=s/t$ 、 $V=(v_0+vt)/2$ 。前者是定义式，适用于任何情况，后者是导出式，只适用于做匀变速直线运动的情况。再说一下基本方法，比如说研究中学问题是常采用的整体法和隔离法，就是一个典型的相辅形成的方法。最后再谈一个问题，属于三个基本之外的问题。就是我们在学习物理的过程中，总结出一些简练易记实用的推论或论断，对帮助解题和学好物理是非常有用的。如，“沿着电场线的方向电势降低”；“同一根绳上张力相等”；“加速度为零时速度”；“洛伦兹力不做功”等等。

(五)物理过程。

要对物理过程一清二楚，物理过程弄不清必然存在解题的隐患。题目不论难易都要尽量画图，有的画草图就可以了，有的要画精确图，要动用圆规、三角板、量角器等，以显示几何关系。画图能够变抽象思维为形象思维，更精确地掌握物理过程。有了图就能作状态分析和动态分析，状态分析是固定的、死的、间断的，而动态分析是活的、连续的。

(六)上课。

上课要认真听讲，不跑神或尽量少跑神。不要自以为是，要虚心向老师学习。不要以为老师讲得简单而放弃听讲，如果真出现这种情况可以当成是复习、巩固。尽量与老师保持一致、同步，不能自搞一套，否则就等于是完全自学了。入门以后，有了一定的基础，则允许有自己一定的活动空间，也就是说允许有一些自己的东西，学得越多，自己的东西越多。

(七)时间。

时间)www.(是宝贵的，没有了时间就什么也来不及做了，所以要注意充分利用时间，而利用时间是一门非常高超的艺术。比方说，可以利用“回忆”的学习方法以节省时间，睡觉前、等车时、走在路上等这些时间，我们可以把当天讲的课一节一节地回忆，这样重复地再学一次，能达到强化的目的。物理题有的比较难，有的题可能是在散步时想到它的解法的。学习物理的人脑子里会经常有几道做不出来的题贮存着，念念不忘，不知何时会有所突破，找到问题的答案。

(八)向别人学习。

要虚心向别人学习，向同学们学习，向周围的人学习，看人家是怎样学习的，经常与他们进行“学术上”的交流，互教互学，共同提高，千万不能自以为是。也不能保守，有了好方法要告诉别人，这样别人有了好方法也会告诉你。在学习方面要有几个好朋友。

(九)学习资料。

学习资料要保存好，作好分类工作，还要作好记号。学习资料的分类包括练习题、试卷、实验报告等等。作记号是指，比方说对练习题吧，一般题不作记号，好题、有价值的题、易错的题，分别作不同的记号，以备今后阅读，作记号可以节省不少时间。

(十)知识结构。

要重视知识结构，要系统地掌握好知识结构，这样才能把零散的知识系统起来。大到整个物理的知识结构，小到力学的知识结构，甚至具体到章，如静力学的知识结构等等。

(十一)体育活动。

健康的身体是学习好的保证，旺盛的精力是学习高效率的保证。要经常参加体育活动，要会一种、二种锻炼身体的方法，要终生参加体育活动，不能间断，仅由兴趣出发三天打鱼两天晒网地搞体育活动，对身体不会有太大好处。要自觉地有意识地去锻炼身体。要保证充足的睡眠，不能以减少睡觉的时间去增加学习的时间，这种办法不可取。不能以透支健康为代价去换取一点好成绩，不能动不动就讲所谓“冲刺”、“拼搏”，学习也要讲究规律性，也就是说总是努力，不搞突击。

(十二)数学。

物理的计算要依靠数学，对学物理来说数学太重要了。没有数学这个计算工具物理学是步难行的。大学里物理系的数学课与物理课是并重的。要学好数学，利用好数学这个强有力的工具。

初中物理的学习方法 篇二

一、兴趣和坚持、物理是很有趣的

伴随着有趣的演示实验和动手实验，一个个意想不到的现象吸引你走入深奥的物理世界，但更多时候，老师为了讲清某一物理规律或物理情景，考虑到知识的整体性和逻辑性，经常会进行大段讲解。这是理解较高层次的知识所必需的，也是物理的“理”性所在，因此课堂气氛可能不象小学时那样“热烈”，随着学习的深入，物理的简洁美、逻辑美、对称美、统一美等更高层次的魅力就会吸引你欲罢不能，对这一过程同学们应该有思想准备，同时自己要尽快养成这种严谨的思维习惯和分析问题的方法。

学习是个苦差事，三分钟热度人人都有，难在让坚持成为一种习惯。

二、理解和记忆

经常见到身边的某位同学考试时填空、计算题都对，就是选择题一错一连串，原因何在？没有真正理解和掌握物理概念和规律，而这正是学习物理的首要任务、重中之重。什么才算是真正理解呢？理解的标准是对每个概念和规律都能回答出“是什么”、“怎么样”、“为什么”、“怎么用”等问题，例如“浮力”的概念，我们要搞清楚“浮力是什么？”“浮力怎么样计算”“为什么物体会受浮力”“浮力在生活中有哪些应用”等等；对一些相近易混淆的知识，要能记住和说出他们的联系和本质区别，突出要素，抓住关键。而建立在理解基础上的记忆才会事半功倍、水到渠成。

三、主动和独立

身心处于积极主动状态的同学，能够在课前主动预习，发现自己学习的困难点，课堂上注意力集中，大脑要高速运转，对老师提出的一些问题，要自己去考虑，主动发言，不要等老师去“灌输”。在学习中要善于提出问题，发表自己的看法，同时学会对知识进行梳理和重新整合，把杂乱的知识条理化、系统化，将它变成自己的东西。

一定要独立完成作业。要独立地(指不依赖他人)，保质保量地做一些题。题目要有一定的数量，不能太少，更要有一定的质量，就是说要有一定的难度。任何人学习数理化不经过这一关是学不

好的。独立解题，熟能生巧，这是任何一个初学者走向成功的必由之路。

四、观察和思考

物理是一门实验学科，善于观察和思考是物理学习的重要方法之一，同学们要学会有目的的观察，就是在做实验之前，听清楚老师讲的为什么要做这个实验，采用什么仪器，仪器如何放置，实验怎么做，观察什么现象。还要认真思考实验结论、过程中有哪些不完善之处，怎么解决或改进，实验误差来源于哪里如何减小误差等等。长此以往，对物理知识的理解和运用能力就会大大提高。

五、错题本(好题本)

你是否有过这样的经历，每到期末考试前，大部分之前学过的知识都忘了，再怎么翻课本也无济于事？每当卷子发下来，总是遗憾地感慨“这题我会啊，怎么考试时就这么马虎？”心理学研究发现，这些事情不是真的遗忘了，而是找不到从大脑中有效提取的路径和线索，这就需要我们建立错题本或者叫好题本，主要记录“易错题”、“难点题”、“典型题”、“好题”，定期或考前翻一翻，一定会大幅有效提升你的考试成绩。

仔细想想，你花了一个多小时去考试，又花了很多时间让老师改卷和听老师讲评，实际上真正对你的学习有意义的只是那丢掉的十分，明白了这一点，你还会轻视错题本吗？错(好)题本使你的复习极具针对性，是物理取得优异成绩的捷径。

学无定法，更具体地、更有效的学习方法需要同学们自己在学习过程中不断摸索、总结，别人的学习方法再好，也要通过自己去实践内化，才能变为自己的东西。方法对了，坚持就能成功。

初中物理的学习方法 篇三

1、时间：高中物理记忆的时间选择很重要，我建议用零散的时间来记忆，且要选择学习效率高的时间段。切忌在困的时候、学习疲劳的时候背公式，效果一定不好。

2、状态：背高中物理公式之前要给自己一些积极的心理暗示，如果不想背或有畏难情绪时，一定要调整好以后再背。很多同学忽视这点，把记忆公式当成一个任务，只追求做了，而不要求结果(能否记住、熟练掌握)，结果事半功倍。

3、动笔：记高中物理公式的时候一定要动笔，“好记性不如烂笔头”的道理大家都明白，而且动笔是“输出”的过程，只要“输出”就需动脑，所以即有助于记忆效果，还有助于注意力的集中。

4、思考：不要“死记硬背”，主动思考公式的内涵外延，对公式理解的越深越有助于记忆，还可以利用联想记忆、对比记忆等记忆技巧，加快记忆的速度和印象。

5、默写：当认为自己记住了以后需要进行默写，检查一下是否真的记下了。目的是对记下的公式起到了巩固的作用，没有记下的公式继续记忆(或作为以后再记忆时的重点)

6、应用：当高中物理公式记完以后，找一些相关的题应用一下，可以对公式加深印象，还有助于对公式更深入的理解。切记，背完不应用，很容易产生遗忘。

7、复习：有些高中物理公式背的快，遗忘的也很快。这种现象很正常(根据心理学家艾宾浩斯的遗忘曲线)。所以我建议一定要及时复习，刚背完时复习的要勤一些，随后复习的间隔时间逐渐延长进而形成永久记忆。例如第一天背的公式，在第二天、第四天、第七天、第十五天、第三十天。进行复习。有助于公式的记忆。

8、习惯：养成一个好的习惯即遇到不会的或叫不准的公式(尤其是背过)一定要花时间去记忆。这样记公式针对性强，印象深。

上面内容就是t7t8美文号为您整理出来的3篇《初中物理的学习方法》，希望可以启发您的一些写作思路。

更多 范文 请访问 https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/91_0.html

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发