



人生第一扣

——社会主义核心价值观读本
(高中试用本)

主编 杨 鹏



上海交通大学出版社
SHANGHAI JIAO TONG UNIVERSITY PRESS



上海市教育卫生工作党委组织编写

人生第一扣

——社会主义核心价值观读本

（高中试用本）

主 编 杨 鹏

副 主 编 范凤美 庄坚俚 龚菊萍

朱天红 徐 隽



上海交通大学出版社

SHANGHAI JIAO TONG UNIVERSITY PRESS

内容提要

本书以中央和教育部有关文件精神为指导,分为四个部分,即价值观总论篇、国家价值目标篇、社会价值取向篇、公民个人价值准则篇,围绕社会主义核心价值观 12 个词展开。内容紧扣社会热点,形式图文并茂,语言深入浅出,符合高中生的阅读和认知特点。本书对于高中生更加深刻地理解社会主义核心价值观的丰富内涵,树立中国特色社会主义的道路自信、理论自信和制度自信,有着十分重要的意义。

图书在版编目(CIP)数据

人生第一扣——社会主义核心价值观读本:高中试用本/杨鹏主编.

—上海:上海交通大学出版社,2015

ISBN 978-7-313-13494-3

I. ①人… II. ①杨… III. ①社会主义建设—价值论

—中国—青年读物 IV. ①D616-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 167813 号

人生第一扣——社会主义核心价值观读本 (高中试用本)

主 编:杨 鹏

出版发行:上海交通大学出版社

邮政编码:200030

出 版 人:韩建民

印 制:上海天地海设计印刷有限公司

开 本:710 mm × 1000 mm 1/16

字 数:123 千字

版 次:2015 年 9 月第 1 版

书 号:ISBN 978-7-313-13494-3/D

定 价:20.00 元

地 址:上海市番禺路 951 号

电 话:021-64071208

经 销:全国新华书店

印 张:8.5

印 次:2015 年 9 月第 1 次印刷

版权所有 侵权必究

告读者:如发现本书有印装质量问题请与印刷厂质量科联系

联系电话:021-64385344

前言

社会主义核心价值观包含 12 个词，共 24 个字，分别从国家、社会、公民个人三个层面凝练了社会主义最基本、最核心、最重要的价值理念。它反映了中华民族价值认同的“最大公约数”，宣示了当今中国在建设什么样的国家、建设什么样的社会、培育什么样的公民这些重大问题上的价值取向和目标。努力构建具有广泛感召力的社会主义核心价值观，用以引领和整合多样化的思想观念和社会思潮，才能奠定全党全国各族人民团结奋斗的共同思想道德基础，实现中华民族伟大复兴的中国梦。

习近平总书记于 2014 年五四青年节在北京大学发表重要讲话，指出了年轻一代培育和践行社会主义核心价值观的时代责任和努力方向。他将价值观的养成比作扣“扣子”，谆谆告诫青年学子：人生的扣子从一开始就要扣好。教育部印发了《关于在各级各类学校推动培育和践行社会主义核心价值观长效机制建设的意见》等文件，对今后一段时期的学校德育做出了具体部署。

为了深入贯彻习近平总书记系列重要讲话精神，落实中央和教育部有关文件要求，上海交通大学出版社在上海市教卫工作党委的直接推动和上海交通大学的大力支持下，组织相关专家及具有丰富德育工作经验的一线资深教师编写了《人生第一扣——社会主义核心价值观系列读本》丛书。该系列读本包括小学低年级版、小学中年版、小学高年级版、初中版、高中版、大学版共六册。

该系列读本为通俗理论读物，以党的十八大关于社会主义核心价值观的表述为依据，编写内容注重准确性和权威性，坚持科学性原则，选取案例生动、具体，有典型性，体现社会主义新思想、新风尚。读本充分考虑不同学段学生的理解能力和认知特点，形式上做到图文并茂，内容上有承接、连续性，将中华优秀传统文化贯穿其中。每一分册分为四个部





分，即价值观总论篇、国家价值目标篇、社会价值取向篇、公民个人价值准则篇，围绕社会主义核心价值观 12 个词展开阐述。在呈现方式上，小学版以叙事性作品为主；中学版以叙事性和议论性相结合的内容为主；大学版聚焦热点问题，以专题讨论为主，体现思想性。

该系列读本的出版，对于广大青少年学生更加深刻地理解社会主义核心价值观的丰富内涵，树立中国特色社会主义的道路自信、理论自信和制度自信，有着十分重要的意义。

编 者

目 录

兴国之魂：价值观总论篇 / 1

核心任务：树立正确价值观 / 3

精神脊梁：社会主义核心价值观 / 12

知行合一：践行社会主义核心价值观 / 21

高屋建瓴：国家价值目标篇 / 31

富强：世代中国人的美好夙愿 / 33

民主：人类社会的价值追求 / 42

文明：社会进步的重要标志 / 49

和谐：中国传统文化的基本理念 / 56

汇聚能量：社会价值取向篇 / 65

自由：马克思主义追求的社会价值目标 / 67

平等：公民在法律面前人人平等 / 74

公正：社会的根本价值理念 / 81

法治：自由正义的法律保证 / 89

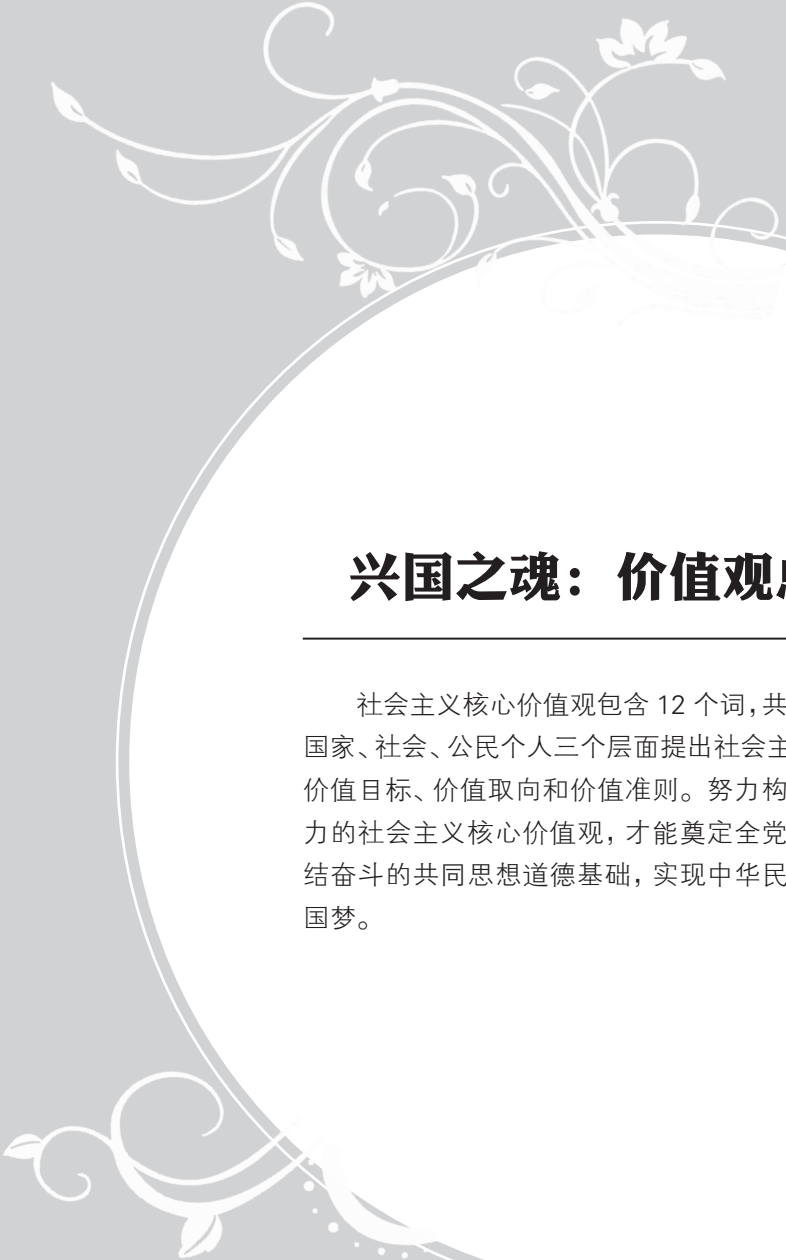
修身立德：公民个人价值准则篇 / 97

爱国：对祖国依赖关系的深厚情感 / 99

敬业：职业行为准则的价值评价 / 107

诚信：人类社会的优良道德传统 / 115

友善：公民之间的和睦人际关系 / 123



兴国之魂：价值观总论篇

社会主义核心价值观包含 12 个词，共 24 个字，分别从国家、社会、公民个人三个层面提出社会主义核心价值观的价值目标、价值取向和价值准则。努力构建具有广泛感召力的社会主义核心价值观，才能奠定全党全国各族人民团结奋斗的共同思想道德基础，实现中华民族伟大复兴的中国梦。

核心任务：树立正确价值观

确立反映全国各族人民共同认同的价值观，关乎国家前途命运，关乎人民幸福安康。

—— 习近平

合抱之木，生于毫末；九层之台，起于累土；千里之行，始于足下。

—— 《老子》

高中阶段是人生成长的关键时期，我们将初步形成自己行为选择的标准和模式，而每一个人的行为选择都是以事实和价值判断为前提和基础的。探讨“什么是价值”“什么是价值观”“什么是社会主义核心价值观”，进而学会怎样通过树立正确的价值观来指导一生的行为选择和理想实现，对于即将步入成年的我们有着特殊而重要的意义。

一个人，如果没有精神家园，即使物质家园再好，也不会幸福。一个民族，如果精神家园陈旧甚或缺失，即使经济成就斐然，也很难跻身于世界现代民族之林。价值观的力量，比生存的需要更崇高，比血浓于水的亲情更博大，它的人生赋值、为社会定规、给国家赋形。有什么样的核心价值观，就有什么样的国家、社会和公民，就有什么样的取向、路径和行动。党的十八大从国家、社会和公民个人三个层面概括了社会主义核心价值观的价值目标、价值取向和价值准则，勾绘出一个国家的价值内核、一个社会的共同理想、亿万国民的精神家园。



热点聚焦

中国有梦 青春无悔

2014年，在五四青年节这个属于青春的节日，中共中央总书记、国家主席、中央



军委主席习近平来到北京大学考察。

谈人才：“聚天下英才而用之”

习近平总书记来到北京大学生物动态光学成像中心，指出现在我们国力增强了，要有凝心聚力办大事的自信，关键是要把最好的资源配置起来，让各类人才的智慧充分发挥，聚天下英才而用之，通过大家一个个人生梦、事业梦的实现，促进整个中国梦的实现。



听朗诵《沁园春·长沙》

习近平总书记同大家一起欣赏了师生们充满激情的朗诵，称赞他们的朗诵透着自信，表达了强烈的历史责任感和自豪感，希望他们紧跟时代，既创作出优美的文字诗篇，又创作出壮丽的人生诗篇。

寄语当代青年：人生的扣子从一开始就要扣好

习近平总书记说，五四精神体现了中国人民和中华民族近代以来追求的先进价值观。爱国、进步、民主、科学，都是我们今天依然应该坚守和践行的核心价值，不仅广大青年要坚守和践行，全社会都要坚守和践行。价值观是人类在认识、改造自然和社会的过程中产生与发挥作用的。不同民族、不同国家由于其自然条件和发展历程不同，产生和形成的核心价值观也各有特点。一个民族、一个国家的核心价值观必须同这个民族、这个国家的历史文化相契合，同这个民族、这个国家的人民正在进行的奋斗相结合，同这个民族、这个国家需要解决的时代问题相适应。世界上没有两片完全相同的树叶。一个民族、一个国家，必须知道自己是谁，是从哪里来的，要到哪里去，想明白了、想对了，就要坚定不移朝着目标前进。

习近平总书记还深情地说，我为什么要对青年讲讲社会主义核心价值观这个问题？是因为青年的价值取向决定了未来整个社会的价值取向，而青年又处在价值观形成和确立的时期，抓好这一时期的价值观养成十分重要。这就像穿衣服扣扣子一样，如果第一粒扣子扣错了，剩余的扣子都会扣错。人生的扣子从一开始就要扣好。“凿井者，起于三寸之坎，以就万仞之深。”青年要从现在做起、从自己做起，使社会主义核心价值观成为自己的基本遵循，并身体力行大力将其推广到全社会去。



思考：习近平总书记指出，抓好青年时期的价值观养成十分重要，这就像穿衣服扣扣子一样，如果第一粒扣子扣错了，剩余的扣子都会扣错。请就习总书记的这种比喻，谈谈你的看法。



知识视野

凝聚中华民族共同认同的价值观

◆ 价值观的内涵及特点

价值观是基于人的一定的思维感官之上做出的认知、理解、判断或抉择，也就是人认定事物、判定是非的一种思维或取向，从而体现出人、事、物一定的价值或作用。价值观具有稳定性、持久性、历史性、选择性和主观性的特点。价值观对动机有导向的作用，同时反映人们的认知和需求状况。价值观不是一般的观念，它是关于是非曲直的观念，对人类的生存和发展至关重要。价值观可以分为正确的价值观和错误的价值观。价值观问题的核心就是一个“什么是值得追求的”这样一个问题。价值观问题从根本上说是要回答人们的理想和追求“应当是什么”的问题。

◆ 社会主义核心价值观要立足中华优秀传统文化

习近平总书记强调，“培育和弘扬社会主义核心价值观必须立足中华优秀传统文化。牢固的核心价值观，都有其固有的根本。抛弃传统、丢掉根本，就等于割断了自己的精神命脉”。核心价值观是在一个国家、民族的长期发展中孕育形成的，反映了这个国家、民族的文化积淀和精神基因。社会主义核心价值观作为中国特色社会主义核心价值体系的高度凝练和集中表达，必然根植于中国传统文化的深厚土壤。

社会主义核心价值观国家层面倡导“富强、民主、文明、和谐”，借鉴了传统文化中“自强不息”“以和为贵”等思想；社会层面倡导“自由、平等、公正、法治”，借鉴了儒家“天人合一”“允执厥中”“隆礼重法”等思想；公民个人层面倡导“爱国、敬业、



诚信、友善”，传承了中华民族几千年的传统美德。中国传统文化博大精深、源远流长，其中闪耀的思想精华和道德精髓是社会主义核心价值观的重要思想源泉。

◆ 当代青年要树立正确价值观

价值观对人们自身行为的定向和调节起着非常重要的作用。价值观决定人的自我认识，直接影响和决定一个人的理想、信念、生活目标和追求方向。当前，社会思想价值观念日益多元多样，容易导致青年思想困惑和价值迷失。青年是祖国的未来、民族的希望，面对诱惑和迷茫，我们要用社会主义核心价值观武装自己，清醒头脑，辨析真假，判断是非，形成对错误思潮的强大免疫力，使社会主义核心价值观内化为自己的理想信念和行为指南。



榜样人物

阳光总在风雨后

关注过 20 世纪 80 年代中国女排的人们，对这张老照片一定是既熟悉又陌生的。熟悉的是中间身穿印有“中国”字样衣服的中国女排队：领队张一沛、主教练袁伟民、教练邓若曾，以及队员郎平、张蓉芳、梁艳、孙晋芳、杨希等。不熟悉的是这张照片背后的故事。

这张照片是在 1981 年女排世界杯的时候拍的。

1979 年底，在中国恢复国际奥委会席位仅一个月之后，中国女排就夺得了亚锦赛冠军，成为“三大球”中第一个冲出亚洲的项目。1981 年，中国女排国家队以亚锦赛冠军的身份参加了在日本举行的第三届女排世界杯。以亚洲冠军身份前来参赛的中国队，冲冠希望很大，大家的情绪都比较激昂，夺冠的欲望都很强烈。

然而比赛是激烈的，随着赛程的进行，队员的压力自然会增大。郎平作为当时队内的顶梁柱，对自己的要求非常高，队里对她的依赖性也比较强，



在第一场比赛后，郎平突然出现了头疼的情况。她当时疼得很厉害，到医院检查，结果是脑垂体出现了问题，主要是压力太大造成的。很多人可能遇到当时那种情况就坚持不下去了，但是运动员的意志品质真的很重要，郎平坚持下来了，第二天照样上场打比赛，最后我们照样拿了冠军。

其实当时的队员身上都有不同程度的劳损，在赛程进行中，运动员们很刻苦，承受了许多常人不能承受的压力，女排精神也是从那时候开始被提出来的。

在那里，女排姑娘们一举战胜东道主日本队，获得了首个世界冠军。那一年，中国女排迈出了走向世界的第一步，那些刻苦拼搏、自强不息的女排姑娘开始被世人熟知，女排精神也成为时代的经典，随着这些珍贵的记忆继续被传承下去。从那之后，中国女排坚定“为国争光”的信念，刻苦训练，顽强拼搏。她们对发球、拦网等技术动作几乎每天都要练习成百上千次，对训练比赛造成的肩、腰等伤痛从不叫苦叫累。凭着坚韧的毅力，她们练就了过硬的技术本领，形成了以快速多变为主体、兼备高打强攻的独特风格。中国女子排球队在1982年到1986年期间，又先后在世锦赛、奥运会以及世界杯上五次蝉联世界冠军，成就了排球史上的首次五连冠。在她们身上完美地诠释了顽强拼搏、团结奋斗、无私奉献、为国争光的中华体育精神。

中国女排向世界展示了中国人的精神，她们所展现出来的风姿被人们亲切地称为“天安门长城”。女排精神至今仍然激励着中华各族儿女不断奋发向上，追求卓越。

三轮车上的丰碑

支教模范白方礼老人于2005年9月23日早晨安详地离开了人世，离开了停在他家楼下那辆老旧的三轮车，离开了那些他曾资助过的学生们，离开了崇敬他的人们。老人的儿子回忆说，父亲虽然没文化，但就喜欢知识，特别喜欢有知识的人，从小就教导他们好好学习，谁要学习不好，他就不高兴。

1987年，已经74岁的他决定做一件大事，那就是靠自己蹬三轮的收入帮助贫困的孩子实现上学的梦想。这一蹬就是十多年，直到他92岁逝世。

老人忘不了那一年他到南开大学给贫困学生捐款的一幕。当时，学校要派车去接他，他说不用了，把省下的汽油钱给穷孩子买书。他自个儿蹬三轮到了学校。捐赠仪式上，老师把这个事一讲，台下一片哭声。许多学生上台从老人那里接过资



助的钱时，双手都在发抖。

一位来自新疆地区的贫困学生，功课优秀，没毕业就被天津一家大公司看中，拟以高薪聘用。这一天，他走上台激动地说：“我从白爷爷身上感到了一种前所未有的精神和力量。我正式向学校，也向白爷爷表示：毕业后我不留天津，要回到目前还贫困的家乡，以白爷爷的精神去为改变家乡面貌做贡献！”他深深地向白方礼老人鞠了一躬。全场掌声雷动，老人高兴得流下了眼泪。



1994年，白方礼把整整一个寒冬挣来的3000元辛苦钱交给一所学校后，校领导说代表全校300名贫困生向他致敬。这话触动了他：现今缺钱上学的孩子这么多，光靠我一个人蹬三轮车挣来的钱救不了几个娃呀！

他琢磨了一夜，第二天一早就把儿女家的门敲开了：“我准备把你们妈和我留下的那两间老屋给卖了，再贷点款办个公司，赚钱支教。”

没几天，在紧靠天津火车站的一块小地盘上，出现了一个7平方米的小售货亭，里面摆着一些糕点烟酒等，当头挂着一块牌子——“白方礼支教公司”。他对受雇的员工宣布：“我们挣来的钱姓‘教育’，每月结算，月月上交。”

小售货亭让白方礼增加了不少支教的财力，却一点也没有改变他蹬三轮的生活。他把售货亭交给伙计打理，自己照样天天出车拉活。他说：“我出一天车总能挣回二三十块钱，可以供十来个苦孩子一天的饭钱呢！”

为了在车站前拉活方便，他索性挨着亭子搭了个3平方米的小铁皮棚子，里面用砖头搭了一块木板算是“床”，棚顶上的接缝处露着一道道青天。夏天，棚里的温度高达40摄氏度；冬天，放杯水可以冻成冰坨子。白方礼就在这里面住了整整5年。

蹬着三轮闯荡了一辈子的白方礼，骨子里有一种大义与胸怀，国家与社会在他心目中有头号的位置。把自己仅有的能为别人闪耀的一截残烛全部点燃，并且燃烧得如此明亮，如此辉煌！



关于社会主义核心价值观的问卷调查

党的第十八次全国代表大会提出了将社会主义核心价值观融入国民教育体系当中。希望通过此次调查,了解高中生对社会主义核心价值观的认识程度。

1. 党的十八大报告中社会主义核心价值观的主要内容是:()
 - A. 倡导爱国主义、倡导集体主义、倡导社会主义
 - B. 倡导富强、民主、文明、和谐,倡导自由、平等、公正、法治,倡导爱国、敬业、诚信、友善
 - C. 倡导社会公德、倡导职业道德、倡导家庭美德
2. 你主要通过什么方式了解社会主义核心价值观?()
 - A. 报纸、广播、电视、网络等新闻媒体
 - B. 书籍或杂志
 - C. 讲座、讨论会、学习班
 - D. 学校教育
 - E. 家庭教育
 - F. 其他
3. 你对倡导社会主义核心价值观的基本看法是:()
 - A. 与每个人密切相关,需倡导更需践行
 - B. 这是少数人讨论的问题,与我无关
 - C. 没有必要
 - D. 其他
4. 你认为一个人的价值大小主要取决于:()
 - A. 金钱的多少
 - B. 权力的大小
 - C. 人格是否高尚
 - D. 对社会贡献的大小
 - E. 事业是否成功
5. 你学习道德模范和参加学雷锋活动的主要动力是:()
 - A. 受周围人认可
 - B. 实现自我价值
 - C. 受社会环境影响
 - D. 受到表彰激励
6. 你认为目前参加志愿服务活动或社会公益活动的主要不利因素是:()
 - A. 信息渠道欠缺
 - B. 没有保障制度
 - C. 受到激励较少
 - D. 没参加,不知道
7. 你认为进一步做好公益广告需要从哪方面着力?()
 - A. 增加数量和扩大覆盖面
 - B. 增强作品感染力



- C. 增强广告针对性 D. 丰富广告形式
8. 你认为当前思想道德领域最突出的问题是：()
- A. 社会诚信缺失 B. 社会公德滑坡
- C. 职业道德缺失 D. 家庭美德和个人品德问题
9. 你认为解决思想道德领域突出问题应从哪方面着力？()
- A. 法律、法规和制度建设 B. 经济社会的政策导向
- C. 舆论环境建设 D. 学校思想道德教育建设
- E. 其他
10. 你认为学习践行社会主义核心价值观最有效的途径是：()
- A. 加强学校教育和家庭教育 B. 加强社会环境建设
- C. 加强典型的引导示范 D. 动员全社会参与,从自己做起
- E. 其他
11. 你认为开展哪种活动最有利于思想道德建设？()
- A. 道德模范评选和学习实践活动
- B. 形势政策教育和革命传统文化教育活动
- C. 送温暖献爱心志愿服务和公益活动
- D. 百姓宣讲和社会宣传活动
12. 你认为践行社会主义核心价值观最重要的是要做到：()
- A. 努力学习 B. 遵守纪律 C. 遵守社会规则
- D. 遵守法律 E. 加强道德修养



阅读推荐

《未来属于孔子——核心价值观与文化传统之思》

一个民族、国家、社会及其成员为形成其合理的核心价值观，除了其他必要条件之外，妥善地处理核心价值观与其传统文化的关系，可以说是一个很重要的方面。一百多年来，在现代中国核心价值观形成和完善的过程中，许多志士仁人不断地探索核心价值与传统文化的关系，为社会主义核心价值观的确立奠定了学术史和思想