

与北师大版义务教育课程标准实验教科书配套



(区域版)

名师 导练 思想品德

七年级
上册

总策划 张鹏涛
总主编 程小恒
本册主编 张鼎

个性化辅导
快速提高成绩
人人成为优等生

大象出版社

正版
大象出版社
定价：3.50元
ISBN 7-5347-5111-1
印刷：张鹏涛 张鼎



(区域版)

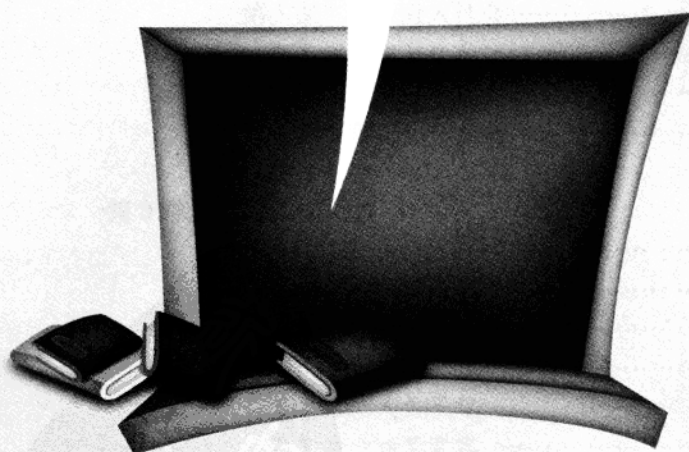
与北师大版义务教育课程标准实验教科书配套

名师 导练

思想品德

七年级
上册

总策划 张鹏涛
总主编 程小恒
本册主编 张鼎



大象出版社



“名师导练”丛书编委会

总 策 划 张鹏涛

总 主 编 程小恒

本册主编 张 鼎

编 者 邓国强 傅明辉 黄 志 张 鼎 骆秀峰

李国浩 周正宇 毛元启 潘 华 范小惠

唐 芬 胡进东

目 录

第1单元 走进中学生活

第1课 适应新环境	1
第1站 步入新学校	1
第2站 结识新朋友	4
第2课 开始新学习	6
第1站 学习的理由	6
第2站 学习风向标	9
单元巧存盘	12

第2单元 个人、集体与社会

第3课 正确认识自己	15
第1站 角色与责任	15
第2站 认识自己	18
第4课 共同建设集体	20
第1站 集体与我	20
第2站 我爱我班	23
第5课 积极融入社会	25
第1站 我与社会	25
第2站 做一个社会的人	28
单元巧存盘	31

第3单元 待人接物须明理

第6课 礼貌待人	35
第1站 人际交往要礼貌	35
第2站 如何讲礼貌	37
第7课 平等待人	40
第1站 人人平等	40
第2站 相互宽容	42
第8课 与人为善	45
第1站 永存善良之心	45

第2站 做一个友善的人	48
单元巧存盘	51

第4单元 少年当自强

第9课 做一个自尊的人	54
第1站 自尊自立	54
第2站 如何拥有自尊	57
第10课 做一个自信的人	59
第1站 自信与人生	59
第2站 寻找自信	61
第11课 做一个自强的人	64
第1站 人生当自强	64
第2站 自强不息	66
单元巧存盘	69

期中测试	73
------------	----

期末测试	77
------------	----

附参考答案

第1单元

走进中学生活

第1课 适应新环境

第1站 步入新学校

名师开小灶

【范例1】七年级是人生道路上的一个新起点。面对新环境、新老师、新同学,你也许在感到高兴的同时,又有点孤独。这时,最好的选择应该是 【 】

- A. 课余时间去找小学同学玩,对不认识的同学敬而远之
- B. 主动向新同学介绍自己,尽快融入到新的班集体之中
- C. 能沉默时则保持沉默,等待新同学主动来找自己玩
- D. 时刻保持警惕,提防同学取笑,不让同学伤害到自己

【思路点拨】刚步入中学,面对新环境、新老师、新同学产生孤独感是一种正常的现象,有孤独感并不可怕,可怕的是不能采取正确的应对措施。该题通过具体的情景引导学生正确处理中学生活中遇到的新问题。面对新同学,ACD的做法都是错误的。

【答案】B

【范例2】我们在学校的时间比在家的时间都要多,可以说学校是我们的第二个家,是我们成长的乐园。对于学校的环境,我们应该 【 】

- A. 事不关己,高高挂起
- B. 悉心维护,主动建设
- C. 不必爱护,随意破坏
- D. 乱丢垃圾,乱涂乱画

【方法技巧】此题为单项选择题。单项选择是思想品德学科中最常见的一种题型,它以考查基础知识为主。做此类习题的一般步骤是:①审题干,即准确理解题意,明确考查的知识点,找准题干的限制性。所谓题干的限制性主要是指题目考查的范围,明确答题方向。②审题支,即选项。对所给选项要逐个阅读,全面分析,排除错误选项,确定正确选项。

【答案】B(如何正确对待学校的环境)

实战演练场

■ 夯实基础

一、选择(1~5题为单项选择,6~7题为多项选择)

1. 进入初中后,我们内心产生了新的体验。下列对这种新体验的叙述正确的是 【 】
 - A. 和以前相比没什么两样
 - B. 虽有紧张感和恐惧感,但只要努力学习就行了
 - C. 正确分析并积极应对这些新体验,自觉缩短适应期
 - D. 每个人的内心体验都是相同的,都有这样的过程
2. 小明高高兴兴地来到他期盼已久的初中,可到校后发现并不是自己理想中的学校。假如

你是小明的同学,你将怎样劝导他

【 】

- A. 既然不是理想的学校,就尽快想办法转学
- B. 其实所有的学校都一样,都是要拼命地读书,累死人
- C. 通过对这所学校的了解,你会慢慢喜欢这所学校的
- D. 不过三年的时间,很快就过去了,忍忍吧

3. 初中生活给我们提出了更高的要求,在激动、兴奋之余,我们也会有许多困惑和担心,会感到一定的压力。在这个时候我们应该

【 】

- A. 积极面对
- B. 听其自然
- C. 畏缩逃避
- D. 犹豫不决

4. 刚进入中学的陈杰和李辉两位同学对初中生活有不同的感受,陈杰认为中学生活丰富多彩,而李辉却觉得中学生活枯燥无味,出现这种情况的主要原因是李辉

【 】

- A. 没有适应中学新生活
- B. 没有刻苦努力学习
- C. 没有主动和同学交流
- D. 没有积极参加课外活动

5. 暑假过去了,小云也从小学升入了初中,她发现初中的生活与小学有着许多不同。中学生活的新变化主要表现在

【 】

①学习的科目比小学多 ②学习的难度比小学大 ③比小学更自由,可以随心所欲 ④在课堂上可以学到更多的知识

- A. ①②③
- B. ①②④
- C. ①③④
- D. ②③④

6. 初中是我们人生的一个重要驿站,所以作为中学生应该

【 】

- A. 两耳不闻窗外事,一心只读圣贤书
- B. 爱护学校的一切,让自己的中学生活留下美好的回忆
- C. 积极适应和融入中学生活;愉快学习,与同学共同成长
- D. 任凭自己自由发展,给自己无限制的自由空间

7. 在新的环境中学习和生活,有很多新鲜事需要我们用良好的心态去感受。下列心态中可取的有

【 】

- A. 看到新的学校,我觉得自己又有了一个全新的开始
- B. 看到新奇的实验仪器,我感到科学在向我们招手
- C. 看到新的同学和老师,我相信又会多一批良师益友
- D. 看到厚厚的教材,我觉得学习肯定很苦很累,前途渺茫

二、概括(请用简洁的语言概括下题所蕴含的道理)

8. 进入中学后,我们在学校的时间会比在家的时间多,可以说学校是我们的第二个家,是我们成长的乐园。我们要像爱护自己的家一样爱护自己的学校。比如,保护花草树木,爱护桌椅,使用文明用语,保持校园清洁,遵守学校纪律,爱护学校的公共财物等。

■提高能力

三、辨析

9. 刚进入中学,有的同学认为初中的学习非常重要,所以摆在我们面前的第一个任务就是思考如何搞好初中的学习。

四、观察与思考

10. 中学生小刚在日记中写道:升入中学,我既兴奋又紧张,一切对我而言都是崭新的,新校园、新同学、新老师……看到周围一张张生动陌生的脸,我真想和他们交朋友。但每当看到同学们在一起有说有笑的时候,我又感到自己很孤独。我比较内向,不善言辞,不敢主动和他们打招呼。为什么他们不主动和我说话呢?我为什么不能融入到他们之中呢?

请结合材料,运用所学内容回答下列问题:

(1)小刚的这些感受会有什么不良影响?

(2)为了帮助小刚走出孤独的困境,你认为他该怎么办?

五、活动与探索

11. 当你踏入初中校园,也就进入到人生道路上的一个新起点。在这个新起点上,我们有着许许多多的第一次,这许许多多的第一次让我们开始体验初中生活。现在,让我们一起来说说初中生活的第一次:

(1)在初中校园里第一次给你留下深刻印象的人是(若不知道姓名可描述其各个方面的特征):

理由:

(2)在初中校园里第一次给你留下深刻印象的事是:

理由:

(3)在初中校园里第一次给你留下深刻印象的建筑物是:

理由:

(4)在初中校园里第一次给你留下深刻印象的宣传标语是:

理由:

(5)在初中校园里第一次给你留下深刻印象的活动是:

理由:

12. 根据自己在新校园、新班级中的体验,完成表格。

我最不适应的方面	原因	解决方案

第2站 结识新朋友

名师开小灶

【范例1】进入一个新的班集体后,一位陌生同学主动向你介绍他自己,这时你的做法应该是

【 】

- A. 感到紧张、害羞
B. 默不作声,转身走开
C. 表示欢迎,并主动自我介绍
D. 大声对他说:“走开!”

【思路点拨】进入中学后,同学们或多或少地感到有些不适应。如何积极适应初中生活,引导学生形成正确认识,是本题的重要目的,也是“考试即生活”理念的重要体现。进入新的班集体后,我们要积极融入新集体,学会介绍自己,主动与新同学交往。对同学的友好表示,我们要热情地接受,并真诚地予以回应。

【答案】C

【范例2】交往不是件简单的事情,“友谊之花”也不会自然开放,这些都需要我们用“心”来浇灌。下列做法中会让友谊之花开放的是

【 】

- A. 宽容对方的过失
B. 以宽容之心对待自己
C. 诚实待人,信守承诺
D. 换位思考,与人为善

【方法技巧】多项选择题的特征是有两个或两个以上的正确选项。解此类题的一般步骤是:①审题干,即明确题干所规定的范围,弄清题目要我们选什么。②审题支,把题支中符合题干规定性的正确选项全部选出来。做这类题要避免一个误区,有的学生在看选项时,只要选项表述是正确的,就认为这项应该选,其实不一定,因为有的选项尽管表述是对的,但与题干的规定性无关,所以不能入选。如此题中的B项“以宽容之心对待自己”,这个观点是正确的,但它不符合题干的规定性,即与“让友谊之花开放”无关,故不能入选。

【答案】ACD

实战演练场

■ 夯实基础

一、选择(1~6题为单项选择,7~8题为多项选择)

1. 进入中学,你肯定会结交一些新朋友。我们结交新朋友的标准应该是

【 】

- ①是否有共同的兴趣、爱好 ②性格是否完全相同 ③是否有共同的语言 ④能否彼此信任
A. ①②③
B. ①②④
C. ②③④
D. ①③④

2. 在新的初中校园里,会有很多新的面孔,面对这些新面孔,我们应该

【 】

- A. 谁先理睬我,我就理睬谁;别人不理睬我,我也不理睬他
B. 只与个性相似、兴趣相同的人交朋友
C. 对每个新同学都热情、主动地伸出友谊之手
D. 大声喊叫,让新同学认识自己

3. 下列对师生交往和师生关系的认识,正确的是

【 】

- A. 师生交往和师生关系只有在校园里才会存在
B. 喜欢和老师沟通的同学是为了讨好老师
C. 师生关系不仅影响我们的学习质量,而且影响我们的身心发展
D. 只需尊敬教我们的老师,对其他老师不用理睬

4. 爱默生说:“要想得到别人的友谊,自己就得先向别人表示友好。”这句话告诉我们在交友过程中 【 】

- A. 需要发挥我们的主动性
B. 要宽容地对待别人,不以自我为中心
C. 结交几个兴趣相同的朋友
D. 尊重他人的学习和生活习惯

5. “我成绩不太好,可班主任刘老师不仅不厌恶我,还总是鼓励我向前看。当我的成绩有点进步时,老师比我还高兴。”可见 【 】

- A. 老师既是我们的老师,也是我们最真挚的朋友
B. 老师对学生的缺点都是睁一只眼、闭一只眼的
C. 老师对学生的要求都不严
D. 老师只欣赏学生的优点,从不指出学生的缺点

6. 邹韬奋说:“友谊是天地间最可贵的东西,深挚的友谊是人生最大的一种安慰。”进入初中后,我们也会有更多亲密伙伴、更多新朋友。这份友谊 【 】

- ①我们应当珍惜 ②会使我们和谐相处、共同进步 ③会使宝贵的初中生活更加精彩
④会给我们带来不利影响

- A. ②③④ B. ①②③ C. ①③④ D. ①②④

7. 作为初中的一名新生,我们应积极参加学校和班级组织的集体活动,这是因为 【 】

- A. 集体活动能加强同学之间的信任和理解
B. 集体活动能融洽同学之间的关系
C. 集体活动能让我们从中找到自己的位置
D. 集体活动能激活我们的情绪

8. 小强身材矮小,有些自卑,在班上总是沉默寡言,所以很少有朋友。作为他的同班同学,你应该 【 】

- A. 既然他总是沉默寡言,就不应该打扰他
B. 主动跟他交往,与之成为朋友
C. 帮助他全面地看待自己,树立信心,学会交往
D. 在他主动跟我交往后,我才试着跟他交朋友

二、概括(请用简洁的语言概括下题所蕴含的道理)

9. 亚里士多德说:“对年轻人来说,朋友是提醒他们不犯错误的谋士;对老年人来说,朋友是补充他们衰竭的体力、照顾他们困难生活的助手;对成年人来说,朋友是辅佐他们完成宏伟事业的臂膀。”

■提高能力

三、观察与思考

10. 有人说:友谊需要诚实与守信,友谊需要给予与分担,友谊需要宽容与接纳,友谊需要分享与倾听……

(1)请你仿照上述句式续写下去。(不少于两句)

(2)请谈谈你对这句话的理解。

11. 小青是一个文静的女孩,由于刚上中学,和同学们还不太熟悉,她没有什么朋友。其实,她好想和那些活泼的女孩一样与大家打成一片,可她总是放不开,只能望着同学们亲密的背影黯

然神伤。

(1)小青的这种心态对建立新友谊有什么消极影响?

(2)请你帮帮她,告诉她怎样才能结识新伙伴、建立新友谊。

四、活动与探索

12. 青少年时期是一个人成长的关键时期,在这一阶段,老师对我们的影响无疑是十分重要的。好的师生关系有利于培养我们的学习兴趣,营造出一种良好的学习氛围,收到良好的学习效果;有利于我们形成健全的人格,成为一个全面发展的人;有利于全面提高我们的自身素质,适应社会发展要求。不良的师生关系则会使学生丧失学习兴趣,导致不良行为出现的频率增加,甚至使学生产生逆反心理,引发恶性行为。某校八年级学生针对当前的师生关系准备进行一次调查。请你参与进来,完成以下内容:

(1)确定一个调查题目。

(2)请指出开展这次调查活动的意义。

(3)你开展此次调查活动准备采用哪些途径?

(4)请你为调查问卷设计五个问题。

第2课 开始新学习

第1站 学习的理由

名师开小灶

【范例1】当今的学校中,厌学的学生越来越多,不仅仅是学习基础不好的学生,学习优秀的学生也有很多厌学的,学习对他们来说要么是一种负担,要么是一种不得不做的作业,而很少有人觉得学习是一种快乐。这主要是因为 【 】

A. 学习本身就是枯燥乏味的

B. 现代社会,学不学习对就业没有任何影响

C. 这些学生不明确学习的意义

D. 学习对国家有意义,对个人而言没有意义

【思路点拨】本题选取同学们学习生活中比较常见的一种心理现象,让我们分析“在物质条件越来越好的今天,学生厌学的原因”。很多人在青年时期不认真学习,到了想学习的时候,却已失去了读书的最佳时期,“黑发不知勤学早,白首方悔读书迟”。所以,明确学习的目的和意义,有助于我们正确地对待学习。

【答案】C

【范例2】新华网北京2008年3月13日报道,全国人大代表、浙江纺织服装职业技术学院副院长王梅珍建议,尽快在国家层面将《教育投入保障法》列入立法计划,并对各级政府的教育投入建立考核问责机制。人大代表建议以立法的形式保障教育投入说明了 【 】

- ①教育对一个国家来说具有非常重要的意义 ②加大教育投入是提高国民素质的重要途径
③中学生要珍惜受教育的权利,不要辜负党和人民的期望 ④教育是国家兴旺发达的基础

A. ①②③ B. ②③④ C. ①③④ D. ①②③④

【思路点拨】本题旨在考查“国家重视教育投入的原因”以及“青少年应该怎样对待接受教育的机会”这两个知识点。选项①②④是国家重视教育的原因,选项③是中学生对待学习应有的态度。

【答案】D

实战演练场

■夯实基础

一、选择(1~5题为单项选择,6~7题为多项选择)

1. 我们小时候,看到夜空中蝙蝠无声息地在树木枝丫间飞快地穿梭,觉得很神奇。在七年级生物课上,当了解到它竟然可以发出每秒120000次的声波时,我们不禁为大自然的神奇所折服。这说明 【 】

- A. 只有在学校才能获得知识 B. 学校是知识的殿堂,进步的阶梯
C. 学校里能解答宇宙中的所有奥秘 D. 学习能解决我们生活中所有的疑问

从2008年秋季开始,义务教育阶段的学生不用再交学杂费,在我国将真正实现“读书不交钱”。据此完成2~3题。

2. 下列对义务教育的理解,正确的是 【 】

①对适龄儿童和少年来说,接受教育既是一种权利,也是一种义务 ②义务教育是依照法律规定,适龄儿童和少年必须接受的,国家、社会、学校和家庭必须予以保证的国民教育 ③其中的“教育”专指学校教育 ④义务教育只是针对国家而言,是国家的“义务”

A. ①②③ B. ①③④ C. ①②④ D. ②③④

3. 面对国家好的政策,作为青少年我们应该 【 】

- A. 把握上学不交钱的良好机遇,痛快玩三年
B. 尽情享受学校生活的乐趣,虚度自己的青春
C. 珍惜接受教育的机会,掌握建设祖国的本领
D. 利用一分一秒的时间看书学习,放弃休息和娱乐

4. 青少年自觉地接受义务教育,对于国家和民族来说 【 】

①除了浪费国家的财物之外,没有任何实质性的意义 ②能获得更好的就业机会,创造更加幸福的人生 ③对推动民族的科学文化水平具有极为重要的意义 ④为国家的兴旺发达提供了智力上的支持

A. ①④ B. ②③ C. ①② D. ③④

5. “知识改变命运,教育成就未来。”在当今时代,知识更新的速度越来越快,要想不被时代所抛弃,就必须 【 】

- A. 边学习边打工,把所学知识应用于生产实践 B. 具备终身学习的能力
C. 离开学校,经受社会的锻炼,掌握实用的技术 D. 具有超常的智力或能力

6. 对青少年个人而言,自觉接受教育,努力学习,可以 【 】

- A. 掌握更多的知识和技能
- B. 为国家和民族的发展多作贡献
- C. 为将来获得更好的就业机会,创造更加幸福的人生打下基础
- D. 使自己无所不知、无所不能

7. 伟大的启蒙思想家卢梭说:“我们在出生的时候没有的东西,我们在长大的时候所需要的东西,全都要由教育赐予我们。”这段话主要强调 【 】

- A. 许多有用的知识,通过学习我们才能知道
- B. 通过学习,我们才能正确地了解自己
- C. 通过学习,我们才能发挥自己的优势
- D. 通过学习,我们才能增强回报社会的能力

二、概括(请用简洁的语言概括下题所蕴含的道理)

8. 你可以拒绝学习,但你的竞争对手不会。

每一次学习,都有10到30倍的回报。投资10万元,即便什么都没学到,只学到自信,可以用一辈子,值不值得?这一辈子中只要因为这份自信给你换回一次机遇,就全都“值”回来了!

每一个选择学习的人,都认为自己是值得投资的人。炒股时你选A股而非B股,因为你觉得A股升值空间更大些。

如果你选择花钱在脑袋的上面把发型搞得更酷些,却不愿意投资在自己脑袋的里面,让自己更聪明些,是不是非常愚昧呢?

三、简答

9. 培根说:“读书足以怡情、足以博采、足以长才……读史使人明智,读诗使人灵秀,数学使人周密,哲学使人深刻,伦理学使人庄重,逻辑修辞之学使人善辩。凡有所学,皆成性格。”

你对这段话是怎样理解的?

■提高能力

四、辨析

10. 有的同学认为:学不学习是我自己的权利,任何人都无权干涉。

五、观察与思考

11. 小梅今年13岁了,是一名七年级的学生,小梅的爸爸在当地经营一家规模较大的餐馆。2008年春节过后,由于餐馆缺人手,爸爸对小梅说:“这个学期你就不要上学了,与其在学校浪费时间,不如早点出来挣钱!”

(1)假如你是小梅,你打算通过什么方式让爸爸改变自己的主意?

(2)如果你是小梅的老师,你应怎样说服小梅的爸爸让她继续上学?

(3)小梅上学对自己、家庭、社会都有什么益处?

六、活动与探索

12. 一位摄影记者在一篇文章中写道:“在一个偏远的地方,我看到一群成年人,一副无所事事的懒散样子,眼神都是呆滞的,原来他们没有上过一天学。我觉得自己没有办法帮他们,我只能拿着相机摄下那些七八岁、八九岁仍然背着草筐、牵着山羊的孩子,以引起社会的关注。因为如果没有人帮他们,这些孩子再过三五年,又是一群文盲。他们不是不想上学,而是没有条件。这些孩子只要有个机会,给他们一点儿阳光,他们就会灿烂;你只要让他们上学,给点儿雨露,他们就会得到滋润……”

(1)这段话说明了什么?

(2)你打算怎样珍惜学习的机会?

(3)如果让你帮助材料中的那群孩子,你打算采取什么方式帮助他们?

第2站 学习风向标

名师开小灶

【范例1】进入初中后,小强对学习充满了信心,他总能在学习中发现一些乐趣,从不感觉累,学习效果比较好。这主要表明小强 【 】

- A. 确立了考上重点高中的目标,具有强大的动力
- B. 有一个十分优越的学习环境,学习积极性高
- C. 有良好的学习态度和习惯
- D. 是在父母、老师的高压下进行学习的,身不由己

【警示误区】本题中 ABD 三个选项说法都没有问题,但都与题干无关,故不能选。因此,在解答选择题时,要结合题干要求,不能选“观点正确但与题干没有关系”的选项。

【答案】C

【范例2】在学习过程中,中学生经常有下列学习方式,其中可以借鉴的学习方式是 【 】

- A. 一边唱歌一边做作业
- B. 在父母入睡后大声朗读课文
- C. 只知道学习从不娱乐
- D. 充分利用零碎时间学习

【试题评析】掌握良好的学习方式是搞好学习的重要条件,作为中学生要结合自己的实际情况,找出可行、有效的学习方法。选项中“一边唱歌一边做作业”、“在父母入睡后大声朗读课文”都是不良的学习方式,“只知道学习从不娱乐”也是错误的学习方式。

【答案】D

实战演练场

■ 夯实基础

一、选择(1~5题为单项选择,6~7题为多项选择)

1. 学习需要良好的学习态度,这是因为 【 】

- ①正确的学习态度,能让我们对学习产生积极的情感体验
- ②良好的学习态度能帮助

我们产生有利于学习的行为方式 ③态度决定一切,只要态度好,学习成绩就好 ④良好的学习态度能激发我们学习的内在动力,促进我们的学习活动

A. ①②③

B. ②③④

C. ①②④

D. ①③④

2. 小敏、小刚、小明是同班同学。小敏喜欢通过阅读来学习,小刚觉得听别人讲更容易学到知识,而小明觉得自己动手做更容易记住。这启示我们 【 】

A. 小敏、小明比小刚要聪明得多

B. 在学习中寻找适合自己的学习方式

C. 小敏、小刚、小明的性格各异

D. 小敏、小刚、小明的学习方式都存在不足

3. 提高学习效率是搞好学习的重要环节,下列做法中有利于提高学习效率的是 【 】

A. 课前不复习,上课不专心听讲

B. 囫圇吞枣,死记硬背

C. 掌握一定的学习方法和策略

D. 不动脑筋,抄袭同学的作业

4. 刘敏说:“我学习很刻苦,也制订了学习计划,晚上常常学习到深夜。可是我的成绩却并不理想,真是苦恼!”出现这种情况的原因可能是 【 】

①她没有掌握适合自己的学习方法,学习效率低下 ②她太不聪明了,智商比其他同学低

③她总是在浪费时间,经常开小差 ④她没有合理安排好自己的学习时间

A. ①②

B. ③④

C. ①④

D. ②③

5. 习惯,是一种自动化的行为方式,即条件反射式的行为方式。习惯不需要特别的意志力,不需要别人的监控。养成良好的学习习惯对于学习至关重要,这是因为 【 】

A. 良好的学习习惯有利于我们顺利、有效地进行学习

B. 只要有了良好的学习习惯,就能解决学习中的一切困难

C. 良好的学习习惯会让我们的学习过程苦乐交织

D. 良好的学习习惯是初中阶段唯一有效学习的方法

6. 中国新任外交部长杨洁篪在中学时是一位品学兼优的学生。他从小养成了良好的学习习惯,上课认真听讲,课后及时复习巩固知识。每学期开学后,他都会制订出详尽的学习计划,并要求自己严格按照计划学习。有时没有完成学习计划中的任务,他就利用周末的时间进行补习,直到完成计划规定的任务才会出去玩。杨洁篪外长年少时的学习经历告诉我们 【 】

A. 要养成良好的学习态度和习惯

B. 要学会自主学习

C. 学习要注意劳逸结合

D. 学习要有计划,合理安排学习时间

7. 教育部基础教育司的调查统计结果显示:在七年级的新生中,由于学习方法不科学、科目增多等原因而感到学习吃力的学生占调查总人数的52%。对此,我们应该 【 】

A. 建议学校减少一些不必要的非考试科目,切实减轻学生负担

B. 选择适合自己的学习方法和策略

C. 提高自己的学习效率,做到劳逸结合

D. 培养良好的学习习惯,掌握缓解学习压力的方法

二、简答

8. 升入初中以后,由于学习科目增多了、难度加大了,老师讲课的方式也变了,尽管小丽一直很努力,在学习上也很花了很多时间,但成绩还是不如以前好,她感到很困惑。

她该怎么办呢? 请你帮帮小丽。

■提高能力

三、辨析

9. 七年级学生明明认为,初中阶段是我们一生中学习的黄金时期,在这个时期,树立明确的学习目标,争取考上理想的高中,是我们初中阶段学习的最终目的。

四、观察与思考

10. 物理学家丁肇中进行科学研究时,常常是废寝忘食,连续几天待在实验室里。有人问他:“你这样不觉得苦吗?”他回答说:“我觉得这样很快乐,因为我有兴趣,我急于要探索物质世界的奥秘。”

(1) 丁肇中的这段话对我们的学习有什么启示?

(2) 你是怎样对待学习中的苦与乐的?

(3) 为了激励自己达到学习的目标,请你为自己设计一条座右铭。

11. 良好的学习方法能够提高效率,而拙劣的方法却常常使人苦恼。下面是小敏同学在学习中的具体情景,请你帮她找出学习中的“病症”,并为她开出“处方”,帮她消除学习中的苦恼。

(1) 小敏在背课文时一字一句往下背,结果总是背了上句忘了下句,记不住完整的课文。

“病症”:

“处方”:

(2) 中学那么多功课,小敏经常做着这科作业又想到别的科目,结果哪一科作业都没做好。

“病症”:

“处方”:

五、活动与探索

12. 一天,几位好朋友坐在一起,聊起了关于学习方式的话题。小文说:“早上早起30分钟用于学习,我感觉效果比较好。”小刚说:“夜深人静时看书,我觉得效果比较好。”小军说:“午饭后看书,温习上午课堂上所学的知识,我认为效果比较好。”

请针对以上情况,探讨下列问题:

(1) 谈谈你对他们学习方式的想法。

(2) 你认为你应该选择什么样的学习方式?

单元巧存盘

热点追踪

热点一:保持积极的心理状态,适应初中生活

【范例1】积极主动地与人交往

【 】

- A. 会让人接受不了,远离自己
- B. 难以被人接纳,不利于建立良好的人际关系
- C. 能让自己保持积极的心理状态,有助于尽快适应新环境
- D. 会影响我们的学习进步

【试题评析】本题考查学生对“保持积极的心理状态、主动与同学交往”的认识。我们知道,积极主动、热情开朗容易被他人接纳,便于建立良好的人际关系,有助于我们学习的进步,有利于我们尽快适应初中生活。综上所述,ABD 都是错误的。

【答案】C

热点二:学习需要良好的态度、习惯和方法

【范例2】学习是一个苦乐交织的过程。只有不断学习,我们才会成长;只有通过克服困难,我们才会变得成熟。下列说法中能够体现学习是一个艰苦过程的是

【 】

- A. 在学习中,人们会发现许多新知识
- B. 在学习中,人们需要付出艰辛与汗水
- C. 在学习遇到困难时,要知难而退
- D. 老师根据学生学习成绩好坏给学生排座位

【思路点拨】认真审题,把握要求,本题要求回答学习艰苦的表现。

【答案】B

【命题趋势】从现象到观点、从观点到现象是命题的两个重要方面。在考查养成良好的学习态度、习惯和方法这个热点时,常见的考查方式是给出现象,引导学生回答观点;或者给出观点,引导学生回答具体表现。本题属于后一种情况。

考评在线

一、选择(1~6 题为单项选择,7~8 题为多项选择)

1. 进入中学,小秦经常“离群索居”,内心感到孤独寂寞,他很想改变自己的孤僻性格。你认为改变这种孤僻性格的最好办法是

【 】

- A. 走出个人活动的小圈子,置身于集体生活中
- B. 埋头读书,多与科学文化知识交朋友
- C. 控制情绪,等待别人来主动关心
- D. 不必在意,专心把自己的学习搞好就行

2. 荀子说:“不积跬步,无以至千里;不积小流,无以成江海。”这句话启示我们学习要【 】

- A. 积极探索实践的奥秘
- B. 掌握有效的方法
- C. 善于积累,注重日常学习
- D. 留心观察周围的世界

3. 进入初中后,小敏同学对学习不感兴趣,提不起精神,学习成绩一降再降。作为她的好朋友,你的下列做法中错误的是

【 】

- A. 以自己亲身经历向她介绍培养学习兴趣的方法