

桂壮红皮书系列



●丛书主编/陈桂壮

化学巧练

中考全程复习

人教 版

思想品德

供第一、二、三轮复习

第一次修订

全国名校特高级教师联合编写



北京大学出版社



CS1471532

桂壮红皮书系列



●丛书主编/陈桂壮

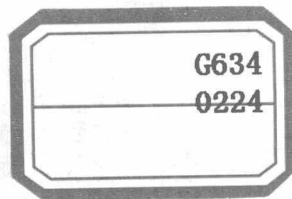
活学巧练

中考全程复习

人教 版

001275597

思想品德



供第一、二、三轮复习

第一次修订

全国名校特高级教师联合编写

本册主编：张美贞

本册副编：侯莲花

编委：张美贞 侯莲花

重庆师大图书馆



北京大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

5 年中考 3 年模拟. 政治/曲一线主编.
—北京:首都师范大学出版社,2006.8
ISBN 978-7-81064-554-6

I. 5... II. 曲... III. 政治课—初中—
习题—升学参考资料 IV. G634

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 090456 号

5 年中考 3 年模拟·政治
丛书主编 曲一线

责任编辑 宋 好
责任校对 姚聪敏

责任设计 木头羊

首都师范大学出版社出版发行
地 址 北京西三环北路 105 号
邮 编 100037
电 话 68418523(总编室) 68982468(发行部)
网 址 www.cnuph.com.cn
E-mail master@cnuph.com.cn
北京市平谷县早立印刷厂印刷
全国新华书店发行

版 次 2007 年 8 月第 1 版
印 次 2007 年 8 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 978-7-81064-554-6
开 本 890×1240 毫米 1/16
印 张 12
字 数 440 千
印 数 0 001—10 000 册
定 价 16.00 元

版权所有 违者必究
如有印刷问题 请与 010-63721419 联系退换

001279346



致

读

者

"桂壮红皮书系列"之《活学巧练》中考全程复习·人教版·思想品德(供第一、二、三轮复习),根据最新《课程标准》、《中考命题指导意见》及专家预测,组织全国教育发达地区一线资深教师、中考命题专家精心修订,全书讲解精辟,习题精编,答案翔实。

具体特点:

1.按“基础—能力—综合”备考模式设计“教材梳理”、“专题突破”、“中考模拟”。在“教材梳理”中,按考点安排案例讲解,全面梳理教材重点难点。在“专题突破”中,总结方法规律,扫除障碍;剖析经典案例,点拨技巧,设置巩固练习,注重你的能力提升。在“中考模拟”中,依据最新《课程标准》和《中考命题指导意见》,按照中考试卷形式,由中考命题专家亲自执笔,精心命题,具有极高的实践价值。

2.每个考点至少配一个例题,帮助你掌握所学知识,提高你的思维能力,达到活学巧练、学以致用目的。

3.全书所选题目紧扣中考的热点考点,与生产生活联系紧密,答案详细准确。

新编《活学巧练》中考全程复习与新编《中考红皮书》构成桂壮红皮书中考全攻略,该攻略所倡导和追求的就是确保拿全基础分,力争高分突破,全面增强应考实力,轻松面对中考。

第一部分 教材梳理

第一章

梳理基础 基础归纳 掌握要点

通过归纳让学生系统梳理基础知识,把握教材内容,为后面的学习打下坚实的基础。

典例精讲 考点剖析 举一反三



案例探究

精选与教材考点联系紧密的典型案例分析,拓展你的解题思路,培养你的解题方法与技巧。



时政链接

利用所学知识,联系最新的时事热点进行分析,培养学生运用理论解决实际问题的能力。

层层推进 递进演练 点点过关

分基础练、能力练、综合练、预测练四个梯度精编题目,夯实基础知识,培养你的解题能力,促进你成绩的稳步提高。

第二部分 专题突破

专题一

专题体系构建

针对本专题知识,点拨学习思路,归纳学习方法,总结学习规律,强调注意事项。

专题热点剖析

精选时政热点,涵盖专题要点,探究解题方法与技巧,点悟疑难问题。案例针对热点进行设题,选题注重基础性、全面性,满足即学即练需要。

专题递进演练

分基础练、能力练、综合练、预测练四个梯度精编题目,夯实基础知识,培养你的解题能力,促进你成绩的稳步提高。

第三部分 中考模拟

活学巧练 梦想实现



第一部分	教材梳理	(001)
第一章	笑迎新生活 认识新自我	(001)
第二章	过富有情趣、健康、安全的生活	(007)
第三章	做自尊自信的人 做自立自强的人 做意志坚强的人	(012)
第四章	做知法守法用法的人	(018)
第五章	相亲相爱的一家人	(024)
第六章	师友结伴同行	(029)
第七章	我们的朋友遍天下	(033)
第八章	交往艺术新思维	(038)
第九章	权利义务伴我行	(044)
第十章	我们的人身权利	(048)
第十一章	我们的文化、经济权利	(053)
第十二章	我们崇尚公平和正义	(059)
第十三章	承担责任 服务社会	(064)
第十四章	认清基本国情	(069)
第十五章	了解基本国策与发展战略	(074)
第十六章	参与政治生活	(079)
第十七章	关注经济发展	(084)
第十八章	中华文化与民族精神	(089)
第十九章	满怀希望 迎接明天	(094)
第二部分	专题突破	(100)
专题一	保障未成年人健康成长	(100)
专题二	依法整顿经济秩序,维护消费者权益	(105)
专题三	科教兴国与人才强国	(109)
专题四	构建社会主义和谐社会	(113)
专题五	国际竞争与合作	(117)
专题六	建设社会主义法治国家	(121)
专题七	国家统一与民族团结	(124)
专题八	走可持续发展道路,建设资源节约型社会	(129)
专题九	弘扬长征精神、学习“八荣八耻”,加强公民思想道德建设	(134)
专题十	关注党的十六届六中全会和十届人大五次会议	(139)
第三部分	中考模拟	(144)
	模拟试题(一)	(144)
	模拟试题(二)	(146)
	答案与导解	(149)

第一部分 教材梳理

第一章 笑迎新生活 认识新自我

梳理基础 基础归纳 掌握要点

1 新学校,新同学

进入中学后,新的生活把我们带进一个崭新的天地,我们又站在一个新的起点上,将认识更多的新同学,结交更多的新朋友,有更多亲密的伙伴,这份友谊,将使我们的初中生活更加精彩。

2 创建优秀班集体

(1)首先,要有共同的目标,这是我们这个集体团结奋斗的不懈动力。

(2)其次,每个同学在班级中找到自己的位置,把自己的智慧和热情贡献给集体的建设。

(3)最后,在为共同目标奋斗中要团结协作,相互配合。

3 做学习的管理者

(1)学会自主学习。作为初中生,应学会逐步摆脱对父母和老师的依赖,否则就不能独立地承担学习的任务。

(2)提高学习效率。只有把握好学习过程中每个环节的质量(课前认真预习,上课时专心听讲,课后及时复习),才能从整体上提高学习效率。

(3)科学安排时间。初中学习的科目增多,难度加深,如果对学习时间进行合理的安排,就可以做到心中有数,从容不迫。总之,学会自主学习,提高学习效率,科学安排时间是搞好初中学习的有效方法和策略。正确运用它,我们在学习中就会游刃有余,事半功倍。

4 了解自己的学习方式

①每个人都有自己的学习方式,种种方式各有特点。我们需要一定的时间适应新的学习方式。只有在摸索尝试、不断努力的过程中,才能找到适合自己的学习方法,把握学习的新节奏。②老师的教学也是各有特点的。我们要全面地了解他们,感受他们各自的独特魅力。

5 学习中的苦与乐

①学习对我们每个人来说都是苦乐交织的。因为学习是一个探究和发现的过程,需要克服困难,刻苦努力。也正是在这个过程中,我们不断地发现自身的潜能,获得一种不断超越自己的快乐。②学习中有苦更有乐。享有学习的权利和机会,是多么令人快乐。

6 世界因生命而精彩

(1)多彩生命构成了缤纷的世界

生命是地球上最珍贵的财富,世界因生命的存在而变得如此生动和精彩。

(2)生命需要相互关爱

每种生命都有其存在的意义与价值,各种生命息息相关,需要相互尊重、相互关爱。如果随意践踏地球上的生命,就是在破坏人类赖以生存的生态环境,最终受伤害的还是人类自己。

7 人的生命的独特性

(1)每个人都是独一无二的,有自己独特的风格和特点。

(2)人的生命独特性突出表现在,与其他动物、植物、微生物等生命相比,人类的生命最具有智慧。

物等生命相比,人类的生命最具有智慧。

(3)人的生命独特性更多地表现在,人的个性品质、人生道路、实现人生价值的方式和途径的多样性。

8 永不放弃生的希望:世界因生命而精彩。珍爱生命的人,无论何时何地,无论遇到多大挫折,都不会轻易放弃生的希望。

9 肯定生命,尊重生命

①每个人的生命都是有价值的。实现人生的意义,追求生命的价值,要脚踏实地,从现在做起,从一点一滴的小事做起。②每个人对国家、社会和他人都价值。在肯定自己的价值、珍爱自己生命的同时,也要尊重他人的生命。③幸福快乐的生活从悦纳生命开始,世界上没有十全十美的生命。④在肯定、尊重、悦纳、珍爱自己生命的同时,也应同样善待他人的生命。⑤当自己的生命受到威胁时不轻言放弃,不丧失生的希望;当他人遭遇困境需要帮助时,尽自己所能伸出援助之手。

10 延伸生命的价值

①生命的意义不在于长短,而在于内涵。②许许多多的人虽然生命已经结束,可他们为社会所作的贡献却让后人受益无穷,就这样,他们的生命价值得以延伸。更有很多为社会作出突出贡献的人们,一直受到后人的崇敬与追念,他们虽死犹生,其生命价值获得更长的延伸、更充分的体现。③我们要珍爱生命,让有限的生命焕发光彩,并为之不懈努力,不断延伸生命的价值。

11 青春悄悄来

(1)青春期是人一生中身体发育的关键期。青春期的身体变化主要表现在三个方面:身体外型的变化,身体内部器官的完善,性机能的成熟。

(2)进入青春期,我们对自己身体的变化变得更加敏感。

(3)我们身体的成长有着不同的韵律和节拍。

12 成长不烦恼

(1)青春期心理充满着矛盾。这些内心矛盾,是我们成长过程中正常的心理现象。通过各种方式,借助各种力量调控内心心理矛盾是很重要的。

(2)学会调控自己的心理。当我们感到很难解决内心矛盾的时候,除了可以向老师、家长、亲友以及社会寻求帮助外,自己也要学会当自己的“心理医生”。

13 青春误读

①对于青春,我们需要通过同学间的相互交流,彼此共享成长的体验。彼此尊重是我们需要遵循的基本准则。

②追求个性不一定要在装扮上标新立异,人格独立也不是故作姿态。真正的个性在于从内心深处散发的魅力,真正的独立是逐渐摆脱依赖,勇于为自己行为负责的精神。

③男女同学之间的正常交往,有益于我们的身心健康发展。两者之间可以优势互补,取长补短,从而营造一种和谐温馨、合作团结的氛围。

14 青春畅想

①青春不仅仅是随着年龄的增长而带来的身体变化,青春更多地体现在一个人的心态、气质、想象力和情感中,是从生命潜流中涌动的一种全新的感觉。

②青春是活力的象征,它蕴涵着智慧、勇敢和意志。

15 祝福青春

(1)青春的幸福

在青春期,我们会有很多苦恼,也许会一个人流泪,有时甚至怅然若失。但青春更多的是梦想,是激情,是幸福。

(2)寄语青春

当我们为自己的青春祝福的时候,周围的所有人也在为我们祝福。正因为青春是美好的,所以需要我们更加珍惜,开创出属于自己的灿烂人生。

16 自我新认识

正确认识自己,就要做到用全面的、发展的眼光看待自己。

①全面认识自己:a.既要认识自己的外在形象,又要认识自己的内在素质等。b.一个人的美应是外在美与内在美的和谐统一,内在美对外在美起促进作用。c.每个人的外在形象与内在素质都存在着自己的优势与不足,全面认识自己,既要看到自己的优点,也要看到自己的缺点。

②发展地认识自己:日新又新我常新,每个人都是变化发展的,自身的优点,缺点也不是一成不变的。我们要用发

展的眼光看待自己,通过不断改正缺点来完善自己。

17 认识自我的途径

①通过自我观察认识自己。②通过他人了解自己。③通过集体了解自己。

认识自我的潜能

①人的潜能是多方面的。

②人的特长往往是人某个方面潜能的表现,我们要做有心人,善于把潜能发掘出来。

③发现自己的潜能,是取得成功的重要条件。我们都需要对自己有一个比较合乎实际的评估,包括评估自己的潜能,以判断今后发展的方向。

18 发掘自己的潜能

①经常给予自己积极的暗示,有利于提高自己的信心和勇气,能帮助我们发掘潜能。

②在心中想象出一个比自己更好的“自我”形象,能够激励自己的斗志,有利于释放自己的潜能。

③只有在实践中才能激发潜能。要培养有利于激发潜能的习惯,从小事做起。

19 我心中的理想形象

①喜欢明星是很正常的心理现象。

②应善于从不同榜样身上学习不同的优点,不断完善自我。

典例精讲

考点剖析

举一反三



案例探究

考点一 创建新集体。

案例1 进入新的学校,要创建新的班集体,你认为以下建议中哪一项不正确()

- A. 树立共同的目标
- B. 各尽其能,发挥所长,奉献集体
- C. 团结协作,互助前行
- D. 只要每个同学都是最优秀的,那么班集体自然就是最优秀的

分析 本题考查的是如何创建新的班集体。A、B、C三项都符合题意,而D项没有体现出团结协作。

答案 D

拓展延伸 好的班集体应该具备的条件:

- 1. 大家目标一致。
- 2. 能够为集体做贡献,维护集体荣誉。
- 3. 团结协作,互助前行。

考点二 珍爱我们的生命。

案例2 (07年扬州市中考)空军一级飞行员李剑英,在一次执行空中巡逻任务时,遭遇鸟群撞机。为了避开人口密集的村庄,李剑英失去了跳伞的最佳时机,在实施紧急迫降时壮烈牺牲。带着对人民群众的挚爱,带着对飞行事业的眷恋,带着满腔报国热血,英雄走了,但他永远活在人民的心中。

(1)运用所学知识回答:应当怎样珍爱我们的生命?

(2)如何让自己的生命焕发光彩,每个人都有自己的思考。请谈谈你的打算。

分析 此题考查如何珍爱我们的生命,应从三个方面把握:永不放弃生的希望;肯定生命、尊重生命;延伸生命的价值。

答案 (1)永不放弃生的希望;肯定生命,尊重生命;延伸生命的价值。

(2)只要围绕“让自己的生命焕发光彩”这个主题,写出两点打算,言之有理即可。

方法提炼 此题属于直问式简答题。这类题型主要是考查教材上一些比较重要的概念、观点或原理,考查对基础知识的再现和理解能力。题目要求明确、直接、具体。解答时要注意读懂材料,抓住中心,回归教材,归纳观点。组织答案时应使用简洁的语言把要点列出来,不必展开叙述,所答内容必须科学,符合题意。

考点三 感悟青春,正确应对青春期的变化。

案例3 进入青春期,我们的心理上会遇到一些困惑、矛盾和烦恼,对此认识正确的是()

①这些烦恼是生活中的正常现象,没必要去管它,听其自然吧 ②这些烦恼让我们苦闷,但也构成了我们前进道路上的动力 ③如果处理不好这些烦恼,有可能就会阻碍我们的发展 ④我们要认真对待这些烦恼,合理解决这些烦恼

- A. ①②③④
- B. ②③④
- C. ①③④
- D. ①②③

分析 此题考查如何面对青春期的变化。青春期的这些变化是正常的,因此,通过各种方式,借助各种力量调控内心心理矛盾是很重要的。

答案 B

方法提炼 此题属于组合式选择题,解答此类题目,最常用的方法是采用排除法。

考点四 自我新认识。

案例4 (07年武汉市中考)在本学期进行的综合素质评定活动中,同学们对小希的评价是:“成绩优秀的你,如果能多参加文体活动、多和同学们交往和沟通,相信你一定会更棒……”看了同学们的评语,小希清楚地认识到自己的优点和不足。由此看出()

- A. 小希学会了用全面的、发展的眼光看待自己
- B. 小希是一个自卑的人

C. 同学们对小希的评价都是错误的

分析 “尺有所短，寸有所长”。每个人都有自己的优点和缺点。小希在同学互评中认识到自己的缺点，也发现了自己的优点，全面地认识了自己，A项符合题意，B、C两项明显有误。

答案 A

综合评注 要善于运用教材已有知识，对题目进行分析。

考点 五 人的生命是独特的，要珍爱自己的生命，但不要侵犯别人的生命，否则会受到法律的制裁。

案例5 (07年潍坊市中考模拟) 阅读材料，回答问题。

材料一 美国女作家和教育家海伦·凯勒在一岁半的时候，一场重病夺去了她的视力和听力，接着，她又丧失了语言表达能力。然而就在这黑暗而又寂寞的世界里，她竟然学会了读书和说话，并以优异的成绩毕业于美国拉德克利夫学院，成为一个学识渊博的著名作家和教育家。她走遍美国和世界各地，为盲人学校募集资金，把自己的一生献给了盲人福利和教育事业，赢得了世界各国人民的赞扬，并得到许多国家政府的嘉奖。

材料二 近来，中小学生因课业负担过重而自杀的消息时时见诸报端，暴露出当代中小学生对生命漠视和珍爱生命意识的淡漠等弱点。例如，据报道，山西临汾某小学五年级学生恬恬因无法承受“作业过多”的压力而上吊自杀了。

(1) 材料一中，海伦·凯勒对待生命的态度是什么？

(2) 材料二中，恬恬对生命的态度是什么？

(3) 从两种不同的生命观中，你得到的启示是什么？

分析 本题是一道材料式分析题，着重考查学生分析、归纳、综合问题的能力和感悟能力。解答(1)(2)题要认真阅读材料，正确把握材料中的相关信息，抓住关键词，找到突破口；(3)题具有很强的开放性，要在解答前两问的基础上，联系材料，回顾所学知识，有针对性地做出回答，注意不可泛泛而谈，语言要简明扼要。

答案 (1) 肯定生命、尊重生命、悦纳生命、珍爱生命。

(2) 轻视生命，轻易放弃生命。

(3) 要肯定生命，尊重生命。珍爱生命的人，无论何时何地，无论遇到多大挫折，都不会轻易放弃生的希望。回答只要体现出对生命的肯定、尊重、悦纳、珍爱等即可。

方法提炼 解答材料分析题的方法一般是：

(1) 仔细阅读材料，正确把握材料中的相关信息，抓住关键词，找到突破口。(2) 读懂问题，明确题意要求。(3) 联系材料，回顾所学知识，找到二者的结合点。(4) 使用规范化语言组织答案。

考点 六 正确认识自我。

案例6 评价助我行：下面是对冬冬综合素质评价的几个方面。请结合下表探究几个问题。

评价内容	老师的评价	家长的评价	冬冬的自我评价
主动学习，敢于挑战 疑难问题	☆☆	☆	☆☆☆
不盲从别人，有独立的 见解和主张	☆☆☆	☆☆☆	☆☆☆☆
尊重、理解和宽容他人	☆	☆	☆☆☆
爱护环境，珍惜资源	☆☆☆☆	☆☆☆	☆☆☆☆
.....			
说明：做得优秀奖励四颗☆；做得良好奖励三颗☆；做得一般奖励二颗☆；通过努力有进步的奖励一颗☆。			

(1) 你认为对中学生的评价，还应该补充哪些方面的内容？

(2) 请你帮冬冬分析一下，他在哪些方面需要继续发扬？并简要说明理由。

(3) 你认为冬冬应如何改进自己的不足？

(4) 在“尊重、理解和宽容他人”等方面，老师和家长的评价与冬冬的自我评价出现了偏差，请你想一想其中的原因。

(5) 请从综合素质评价所能涉及的内容中任选一项，举出真实事例说明你是如何做的，并对此作出客观评价。(用☆的颗数来表示)

分析 本题主要考查认识自我的途径。通过自我观察，认识自我，通过他人了解自己，要重视他人的态度与评价，冷静地分析，既不能盲从，也不能忽视。

答案 (1) 孝敬老人、诚信、合作等各个方面。(答案不唯一)

(2) 需要继续发扬的：①不盲从别人，有独立的见解和主张；②爱护环境，珍惜资源。理由：①从“不盲从别人，有独立的见解和主张”带来的积极影响等方面谈即可。②从自觉履行保护环境的义务，资源、环境的现状，环境问题的危害等方面谈即可。

(3) ①针对“主动学习，敢于挑战疑难问题”，围绕端正学习态度，改变学习方式，学会学习，开拓创新，积极进取，自觉履行受教育的义务等方面谈即可。②针对“尊重、理解和宽容他人”，从构建和谐的人际关系，尊重、理解、宽容他人等方面来谈即可。

(4) 例如：冬冬不能正确认识自己，自我评价过高，过于自信；冬冬能发展地看待自己，体现了对自己未来的期望；老师、家长对冬冬的评价可能不尽全面等。(答案不唯一，只要言之有理，答出一方面即可。)

(5) 事例真实可信，评价客观即可。

综合评注 要正确认识自我，必须记住认识自我的途径。

考点 七 青春期的的一些变化的表现及应对措施。

案例7 “青春诊所”来了几位同学，请你为他们诊断“病”因，并开出“处方”。

同学1：

症状：我是一名班干部，最近一遇到不顺心的事，便忍不住要发火，弄得全班同学都开始讨厌我，我的心情格外沉重。

病因：

处方：

同学2：

症状：学校准备组织“夏令营”活动，小柔非常想参加，可一直拿不定主意，结果误了报名时间。类似事件在她身上已发生过不止一次了，她很苦恼。

病因：

处方：

同学3：

症状：一次考试，小丽考得很不理想。考试结束后，遭到了同学的嘲笑、家长的打骂，她渐渐地对生活失去了勇气。

病因：

处方：

同学4：

症状：小刘因个子矮，终日闷闷不乐，导致失去进取心，耽误了学习。

病因：

处方：

同学5：

症状：小刚知道上课不专心听讲不对，可就是管不住自己。

病因：

处方：

分析 本题主要考查青春期出现的烦恼以及如何去克服的问题。一方面要认识到出现这些烦恼是正常的，另一方面要积极想办法去克服这些烦恼，让自己顺利度过青春期。

答案 同学1：病因：初中生正处于青春时期，情绪冲动而强

烈,起伏变化大,不稳定。处方:主动控制情绪(自我暗示、心理换位、学会升华)。

同学2:病因:意志不坚强,处事不果断。处方:对于自己认为正确的事,当机立断,毫不迟疑地采取行动。

同学3:病因:承受挫折能力差。处方:冷静对待,自我疏导,积累经验。

同学4:病因:自卑(或缺乏自信心)。处方:寻找个人自尊自信的支点,全面、正确地认识和评价自己,增强自信心。

同学5:病因:自控能力不强。处方:提高自控能力(榜样法、自警法、自省法等)。

拓展延伸 克服青春烦恼的方法:

- ①敞开心扉,多与老师同学交流沟通,寻求指导和帮助;
- ②提高控制力,有自我暗示、目标转移、换位思考、幽默化解等方法;
- ③多读书,提高审美能力。



时政链接

材料一:2006年5月3日,第十届中国青年五四奖章获得者揭晓,受到胡锦涛总书记高度赞扬的解放军独臂英雄丁小兵以及

青年岗位能手徐强、改变家乡面貌的花二军、解读生命奥秘的青年科学家徐涛、“艺术天使”邰丽华等10人获此荣誉。

材料二:邰丽华,宜昌籍著名残疾人舞蹈家,曾经获得2005年度“感动中国”十大人物的荣誉称号。2005年春节晚会,人们通过舞蹈《千手观音》认识了无声世界里的舞者邰丽华。练舞练得很苦很累,邰丽华却从来没有流泪。“因为我对自己说,除了听不到声音以外,我不相信比别人差,我要做得比别人更好。”

应用点拨

1. 结合“正确认识自我”,说说邰丽华是如何正确认识自我的。

“金无足赤,人无完人”,现实生活中不存在完美无缺的人,每个人都有优点、缺点,只有正确认识和评价自己,明己所长,知己之短,才能发掘自己的潜能,获得更大的发展空间,使自己变得更好和更完美,邰丽华做到了这一点。

2. 结合“学习中苦与乐”,说说练舞练得很苦很累的邰丽华却为什么感到快乐。

学习对于我们来说都是苦与乐交织的,是一个克服困难、刻苦努力的过程。当我们通过学习发现自己潜能的时候,学习的快乐就洋溢在我们心中。

层层推进 递进演练 点点过关



基础练

(夯实基础)

1. 进入中学后,一切都是陌生的,为了尽快适应新的环境,取得好成绩,以下建议中你认为不合适的是()
A. 不管环境如何,只要闷头学习,就一定能取得好成绩
B. 尽快了解新学校
C. 尽快认识新同学,建立新友谊
D. 尽快熟悉新老老师,融入新的班集体
2. 舍己救人的小英雄韩余娟,从小就学习雷锋做好事。午睡时,她把自己的塑料布让给别的同学铺,自己却在桌子上打盹。她为军属做家务,还常年照顾村里的一位五保户老人。后来,在住房倒塌的生死关头,她奋力把老人推到安全的地方,自己却献出了年仅12岁的生命。韩余娟同学用自己的行动告诉我们()
A. 要珍爱自己的生命
B. 当自己的生命受到威胁时不轻言放弃
C. 当他人生命遭遇困境需要帮助时,尽自己所能伸出援助之手
D. 人生命的独特性突出表现在人类的智慧
3. 亚非进入青春期后,不愿与父母交流,总爱和父母“顶牛”对着干。这反映了()
①进入青春期后,自我意识迅速发展 ②以成人自居,不接受父母的意见,逆反心理 ③性发育加速,性意识萌动 ④没有正确悦纳自己的青春期心理变化
A. ①② B. ②③
C. ③④ D. ①④
4. “人贵有自知之明”说明的道理是()
①正确认识自己对于个人的成长是重要的 ②正确认识自己才能不断进步 ③认识了自己才能认识他人 ④知道了自己的差距所在,才能找到努力的方向
A. ①②③ B. ①②④
C. ①③④ D. ②③④

5. 离开小学,跨进中学的大门,小丽觉得为了适应新的学习生活,有必要加强自我管理。加强自我管理,就是()
①不听家长的管教,我行我素 ②克服依赖心理,树立自觉意识 ③凡是自己的事,都要自己做主,不让人管 ④生活上做到自理
A. ①②③④ B. ①②③ C. ②④ D. ①③



能力练

(激发潜能)

6. 青少年心理发展的特点有()
①智力逐步发展到高峰期 ②自我意识迅速发展 ③身体内部器官完善 ④情绪和情感丰富而强烈,但不稳定,具有两极性
A. ①②③ B. ①②③④
C. ①②④ D. ②③④
7. 良好班集体的创建应该做到()
①有一个共同追求的班级奋斗目标 ②有一个负责任的班委会 ③有全体同学的团结协作,互助前行 ④有班主任老师的严盯死守和严格管理
A. ①②③ B. ①②④
C. ②③④ D. ①②③④
8. “学习有法,而无定法,贵在得法。”其中搞好初中学习的有效方法和策略是()
①学会自主学习 ②提高学习效率 ③课外多补课 ④科学安排时间
A. ①②③ B. ①②④
C. ②③④ D. ①②③④
9. 李明是一个聪明、可爱的学生,可他学习不肯用功,总是抱着“到时候,我下功夫,成绩马上会上去的”的态度。老师提醒他应该更努力些,他却说:“我现在如果太刻苦了,将来不就没有‘潜能’可供挖掘了吗?”他的这种说法是()
①错误的,因为人的潜能是无穷无尽的 ②错误的,只有

在实践中才能发掘人的潜能 ③正确的,因为人的潜能是有限的 ④错误的,养成了懒惰的坏习惯就难以开发自己的潜能

A. ②③④

B. ①②③

C. ①③④

D. ①②④

10 阅读材料,回答问题。

已完成设计的湖北宜(昌)万(洲)铁路,在最初规划时原打算在葛洲坝下游修过江隧道。考虑到这样做会影响到中华鲟的繁殖和生存,于是修隧道改为建桥。湖北省孝(感)襄(樊)高速公路设计时,为了2万多棵古银杏树不受破坏,高速公路变最初的穿林而过为绕林而行。

(1)上述事例说明了什么?

(2)列举自己身边类似的人或你所知道的类似事例。



综合练

(魏播胜题)

11 北宋著名的文学家、政治家王安石,在一篇短文中记载了一个年少聪慧的“神童”方仲永,小小年纪就能出口成章,但是由于他不能潜心学习,到了成年以后却表现平平,毫无出奇的地方。这对于我们正确认识自己的启示是()

①我们要学会用发展的眼光看待自己 ②我们要学会用全面的眼光看待自己 ③我们不能满足于自己已有的成绩和优势 ④我们要掌握自我评价的方法和途径

A. ②④

B. ①③

C. ①④

D. ③④

12 新学校、新集体,你希望你的班集体是()

①同学间和谐相处 ②共同进步 ③以我为中心 ④同学间团结友爱

A. ①②③

B. ①②④

C. ①③④

D. ②③④

13 裴多菲说过:“生命多少用时间计算,生命的价值用贡献计算。”这句名言说明了什么道理()

①每个人的生命都是有价值的 ②生命的意义在于为社会为他人创造价值 ③生命的价值可得以延伸 ④生命的时间不可以延长但生命的价值可以延伸

A. ①②③

B. ①②④

C. ①③④

D. ②③④

14 阅读材料,回答问题。

小丽是家里的独生女,由于父母过分宠爱,她养成了不少坏习惯。比如:班集体组织的活动,她常常找借口不参加;班里组织对困难同学献爱心,她说那是“假惺惺”;班长让她参加运动会为班级争光,她却认为那是负担;班里

组织学习“一帮一”活动,她怕耽误自己的学习而拒绝……久而久之,她竟感到自己成了孤独的人,对此,她很苦恼,却又找不到原因。

(1)小丽产生苦恼的原因是什么?

(2)她今后应该怎么做?

15 某中学正在开展的“树立社会主义荣辱观”系列教育活动中,有一项名为“知耻而拒之”的活动。这项活动要求每个同学对照自己日常行为表现中的不足,进行一次检查。

以热爱祖国为荣	①	以危害祖国为耻
以服务人民为荣	②	以背离人民为耻
以崇尚科学为荣	③	以愚昧无知为耻
以辛勤劳动为荣	④	以好逸恶劳为耻
以团结互助为荣	⑤	以损人利己为耻
以诚实守信为荣	⑥	以见利忘义为耻
以遵纪守法为荣	⑦	以违法乱纪为耻
以艰苦奋斗为荣	⑧	以骄奢淫逸为耻

请你参加该校这一活动,并按活动步骤完成以下的任务:

(1)对照“八荣八耻”找出自己行为中的不足。(写出两点即可)

(2)针对自己的不足提出改进措施。



预测练

(中考直通)

16 “吾日三省吾身”告诉我们的道理是()

A. 认识挫折,不怕挫折 B. 磨砺意志,学做强者
C. 乐观向上,百折不挠 D. 自我认识,自我修养

17 阅读材料,回答问题。

珍爱生命,学着去做

在一个滑雪胜地,一群人正由高处滑下,突然发生雪崩。十几人全被活埋在厚厚的雪里,只有一个妇人获得生还。因为当她发现无处可逃时,她拼全力举起她的滑雪杖。当雪崩之后,人们过来援救时,在一片白皑皑的雪

看不到任何人影,只见一根滑雪杖的小尖尖露在外面。也有人跌入冰窟下的水中,无法立刻找到那裂口,而当他把色彩鲜明的帽子或围巾扔在薄冰里,从水下隔着薄冰就看得见,从而比较快地发现“那突然失踪的人”。

这些求救的人,都有一个共同的特质,就是在那千钧一发时,把一样重要的东西扔出去,那是一个讯号、一个消息,告诉大家:“我在这里。”

世界因生命而精彩。珍爱生命的人,无论何时何地,无论遇到多大挫折,都不会轻易放弃生的希望。必备的求生知识,是我们在紧急情况下保护生命所必需的。

结合上述材料,请你阅读下列情境,说出你的做法。

(1)当你一个人在家时,有陌生人来敲门,你会怎么做?

(2)写出本地的急救电话、报警电话、消防电话。

(3)房屋着火了,你觉得应该怎样保护自己?

(4)遇到落水者,你应该如何救助他或她?

(5)遇到有人触电,你应该怎么办?



第二章

过富有情趣、健康、安全的生活

梳理基础 基础归纳 掌握要点

1 丰富多样的情绪

(1)情绪的种类:一般分成四大类,即喜、怒、哀、惧。在这四种情绪的基础上,又可以组合成很多复杂的情绪。

(2)情绪对人的行为和生活有神奇的作用。

①积极作用:情绪可以充实人的体力和精力,提高个人的活动效率和能力,促使我们健康成长。②消极作用:情绪也会使人感到难受,抑制人的活动能力,降低人的自控能力和活动效率,做出一些令自己后悔甚至违法的事情。

2 情绪是可以调适的

(1)情绪与个人的态度是紧密相连的。一个有积极乐观态度的人,往往会有更多的积极健康的情绪表现。在生活中,我们可以通过改变自己的态度来控制自己的情绪。

(2)排解不良情绪

①由于青少年情绪多变、很不稳定,更需要学会排解不良情绪。②调节情绪有很多具体的方法,如注意转移法、合理宣泄法、理智控制法等,可以根据不同的情况和个人的特点灵活地加以运用。

3 情绪表达需考虑他人感受。人的情感具有相通性和感染性,一个人的情绪状态很容易影响到周围的人。我们应该学会在合适的场合、用合理的方式发泄自己的情绪。

4 情趣源于兴趣

①情趣与兴趣的关系:情趣是以兴趣为基础而产生的,没有兴趣就谈不上情趣,同时,情趣通过兴趣表现出来。

②情趣的来源:心理健康的人总能从日常生活的平凡小事中,发现乐趣,体验情趣。③情趣的作用:情趣不但能使我们因学习紧绷的神经得以放松,疲劳得以解除,还能使我们充分感受到生活中的美,使我们即使在比较艰苦的环境中也能让生活充满欢乐。

5 情趣的雅与俗

①高雅的生活情趣,有益于个人的身心健康,符合现代文明的要求,也符合科学精神和科学生活的要求。②生活情趣低级、庸俗的人,往往看不到生活中丰富多彩的一面,也看不到生活的美好远景,只看到眼前的事物,追求暂时的快乐。庸俗的生活情趣,不利于青少年的身心发展,甚至有害于身心健康。

6 追寻高雅生活

(1)培养乐观、幽默的生活态度

①高雅的生活情趣来源于对生活的热爱、对生活积极的和美的感受。②乐观、幽默的生活态度,是陶冶高雅生活情趣的重要条件。

(2)正确对待好奇与从众

①不能仅仅停留在好奇上,还要善于将好奇心转化为浓厚的兴趣,从而培养自己高雅的生活情趣。②盲目从众,跟着“群体”参加无意义甚至对身心健康有害的活动,会使我们陷入庸俗的生活情趣中,不利于我们身心的健康发展。

(3)丰富的文化生活

丰富的文化生活,是陶冶情操、追求高雅生活情趣的重要途径。我们可以根据自己的兴趣爱好、身体条件和时间的

可能性,更多地选择不同的文化活动内容,从丰富的文化活动中,领略生活的真正意义和情趣。

(4)提升情趣,陶冶情操

①在追求生活情趣的过程中,我们的情感世界,总能在无形中受到陶冶,提升为情操——一种价值追求的情感。

②我们在对美的追求和感悟中,陶冶着自己高尚的道德情操。③追求美的情趣,让我们的生活多姿多彩;健康高雅的生活情趣,陶冶、提升着我们的情操。高尚情操的形成,会让我们的生命放射出夺目的光辉。

7 身边的诱惑

(1)金钱的诱惑。对待金钱,我们一定要取之有道,通过自己合法劳动和正当途径来获得。

(2)游戏机的诱惑。适当的、有节制的娱乐并不是坏事。当我们休闲时,可以通过玩电子游戏来适当放松和调节自己,但决不能沉迷于此。要以丰富的学习、健身、交友等活动坚决抵制这一诱惑。

(3)黄、赌、毒与邪教的诱惑。毒品的危害性极大,《中华人民共和国预防未成年人犯罪法》把未成年人“吸食、注射毒品”列为严重不良行为之一;赌博是一种不正当的娱乐,是一种恶习。《中华人民共和国预防未成年人犯罪法》规定,“参与赌博,屡教不改”,是未成年人的严重不良行为之一;邪教“法轮功”是威胁人民生命财产安全和社会稳定的毒瘤。

8 学会拒绝不良诱惑

(1)勇敢的人敢于战胜不良诱惑,聪明的人总能想出各种办法,抗拒不良诱惑。

(2)不良诱惑、犹如病毒,需要我们结合自己的实际,用科学的态度、坚强的意志、清醒的头脑和正确的方法,摆脱它们的干扰,避免其对自己的危害。

9 种种侵害

青少年正处于长身体、长知识的重要时期,各方面都很不成熟,由于生活环境复杂,一些不利于青少年健康成长的因素;侵犯青少年合法权益和损害青少年身心健康的现象,还时有发生。

10 身边的保护。①面对一些突发的事故和侵害,我们应该积极争取社会、司法、学校和家庭等方面的保护;②如果这些保护不能及时到位,我们就要尽自己所能,用智慧和法律保护自己的合法权益,学会自我保护。

11 青少年要学会自我保护

(1)提高警惕。保持高度警惕是避免侵害的前提。

(2)用智慧保护自己。遭遇意外险情与伤害时,需要冷静,要学会运用最有效的救助方法。遭遇不法分子的侵害,有能力将其制伏时,当然要勇敢地同其搏斗;没有能力将其制伏,可以采取“呼救法”“周旋法”“恐吓法”等及时脱身。万不得已,也要对可能出现的不同后果进行比较,两害相权取其轻,争取把损失降到最小,保住最大的合法权益。

(3)用法律保护自己,我国法律保护青少年的合法权益,当权益受到侵害时,我们要拿起法律武器保护自身的合法权益。

典例精讲 考点剖析 举一反三



案例探究

考点一 懂得调控自己的情绪对于个人行为和生活的重要性,合理发泄不良情绪。

案例1 (07年盐城市中考) 同学们,相信你在这场考试前,已经多次

告诉自己“我能行”,这种积极的心理调控方法是()

- A. 暗示训练法 B. 幽默化解法
C. 倾诉宣泄法 D. 注意转移法

分析 本题主要考查调控情绪的方法。考试前,同学们在心理多次告诉自己“我能行”,这种调节情绪的方法属于暗示训练法。情绪是可以调节的,我们要学会调节情绪。

答案A

拓展延伸 调节情绪的方法有注意转移法、合理发泄法、理智控制法等,可以根据个人的特点和不同情况灵活地加以运用。

考点二 高雅的生活情趣。

案例2 (06年山西省中考) 高雅的生活情趣不是天生的,需要在日常生活中陶冶。下面对陶冶高雅生活情趣的说法正确的是()

- A. 陶冶高雅的生活情趣,首先应该积极参加集体活动
B. 搞好了自己的学习,自然就陶冶了高雅的生活情趣
C. 丰富文化生活是陶冶高雅生活情趣的唯一途径
D. 陶冶高雅的生活情趣,要有乐观、幽默的生活态度

分析 本题考查陶冶高雅生活情趣的方法,B项学习好不等于情趣就高雅,C项丰富文化生活是陶冶高雅生活情趣的途径,但不是唯一途径。

答案AD

易错点悟 此题学生易错的原因就是对陶冶高雅生活情趣的方法记忆不牢;个别学生如果审题不认真,就可能错选C。

考点三 身边的侵害与保护。

案例3 2007年3月27日,是全国第十二个中小学生“安全教育日”。小明在青少年研究中心老师的帮助下,在同学们中开展了调查活动。下表是部分调查活动。请回答问题。

百 分 比 类 别	是	否
问 题		
①上学快迟到了,过马路时是否可以闯红灯?	43.6%	56.4%
②当家里电器着火时,是否知道应该首先切断电源?	49.2%	50.8%
③上、下学途中,是否“偶尔”或“经常”购买路边小吃?	48.3%	51.7%
④近一年,是否曾经被人踢打或者恐吓过?	42.8%	57.2%

- (1)曾经被人踢打或者恐吓过的同学,他们的什么权利受到了侵犯?这一权利受到侵犯时,应该怎么办?请提一条建议。
(2)调查结果反映同学们在维护自身安全上,存在哪些方

面的问题?(至少三方面)

分析 此题考查学生的安全意识和自我保护意识及能力。

(1)问中从“被人踢打或者恐吓”这些关键词中,我们就可判断出是生命健康权受到了侵害;维护生命健康权的建议,只要能体现依法维权就可。(2)问分析同学们在维护自身安全上存在的问题,要结合表格的调查结果,有针对性地做出分析,切忌泛泛而谈。

答案 (1)生命健康权。建议:(示例)及时告诉老师或者及时报警。

(2)安全意识不强,自我保护能力弱,法治意识不强。

方法提炼 此题属于图表式简答题,该类型是通过数据表、直线图、拼图、曲线图或柱状图等形式展示材料,通过对图表的对比分析来说明问题或道理,解答图表式简答题的关键是要读懂图表的含义,注意筛选有效信息,从纵横比较中找思路、找观点,进而归纳相关结论,要注意不能盲目照搬照抄教材中现成的条条框框。

考点四 情趣的雅与俗。

案例4 (06年武汉市中考) “清晨,聆听林间第一声鸟鸣;夜晚,眺望远方璀璨的星空。在不断发现美、描绘美、感悟美的过程中,我获得了智慧和力量。”这位“新三好”学生的成长心得告诉我们()

- A. 生活情趣是丰富多彩的,并无高雅与庸俗之分
B. 我们生活的世界没有美的事物
C. 高雅的生活情趣有益于青少年的健康成长
D. 高雅的生活情趣有益于交友

分析 本题考查情趣的雅与俗以及对人的影响。其中AB两项说法明显有误;D项说法与题干无关;C项说法符合题意。

答案C

方法提炼 将材料中“新三好”学生的成长心得与各选项相对照,分析以后就可以做出正确选择。

考点五 生活中有许多诱惑,考查时将诱惑和拒绝不良诱惑的方法结合起来进行考查。

案例5 小明是七年级(2)班的漫画高手,他根据身边的一个同学所发生的故事,画出了发人深思的漫画,请你看完图1-2-1所示漫画之后,运用所学知识回答下列问题。

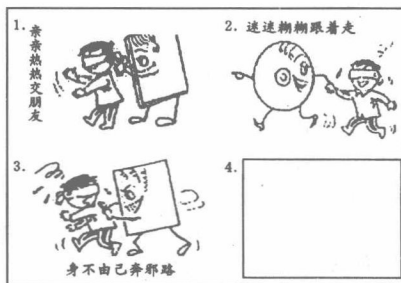


图 1-2-1

- (1)以上漫画表达的是对中学生的哪一种诱惑?有什么危害?

(2)在生活中还有哪些对中学生健康成长不利的诱惑?请选一种具体说明。

(3)面对以上问题,你能为同学们拒绝不良诱惑提些建议吗?

(4)展开你的想象,画出第四幅漫画(或写出自己的意向)。

分析 这是漫画题,漫画题的优势在于直观、明了,其深刻的寓意往往给人深刻的教育。本题的前三问都是常规问法,第四问是本题的特色。特色之一是学生对画漫画很有兴趣,二是在设问方式上运用的是“续完式设问”,这种设问是前期的内容都已完成,留一个或多个内容要求学生续完。解答此题时一是要把握前期内容的意向,这是续完内容的基础;二是对所续内容要有准确的判断,是对前面内容的延续,能构成一个整体。此题已经有的内容是没有抵制黄色书刊、音像制品、图片的诱惑,一步步走上了邪路。那后面会怎样发展,不管是其醒悟也好,还是进一步发展也罢,都得是合情合理的,并且要有教育作用,能够对中学生有启示,从而防微杜渐,远离不良诱惑。

答案 (1)黄色信息对中学生的诱惑。其危害是侵蚀着人的肌体,毒害着人的精神。

(2)金钱的诱惑、游戏机的诱惑、毒品的诱惑、赌博的诱惑、邪教的诱惑等。如毒品,不光是指海洛因,还包括鸦片、吗啡、大麻、可卡因以及其他能使人上瘾的麻醉剂和精神药品。由于毒品的危害性极大,我国法律规定:吸毒违法,贩毒有罪,《中华人民共和国预防未成年人犯罪法》把未成年人“吸食、注射毒品”列为严重不良行为之一。

(3)加强自身道德修养,培养高尚的情趣爱好,远离不良诱惑,拒绝交不良的朋友,从改正不良习惯做起等。

(4)略。

方法提炼 漫画分析题是这几年的中考热点,分析漫画题应从三方面入手:

①指出漫画本意。认真观察漫画,找准漫画的每一个关键的落笔点,通常是说出该漫画的内涵。②结合教材,推理漫画引申意。分析说明为什么会出现漫画中的情形。

③面对漫画中出现的问题,得出启示,亮出自己的观点。

考点六 将情绪对人的影响及调控不良情绪的方法结合起来进行考查。

案例6 阅读材料,回答问题。

《说岳全传》结局篇中有这样一段:宋朝大将牛皋在长期的抗金斗争中,都不是金国名将金兀术的对手,然而在最后的一次激烈战斗中,经过一场你死我活的较量,他竟奇迹般地擒获了金兀术,心里十分高兴,兴奋不已,结果大笑不止而死。而被擒的金兀术回想起当年的英名,而今却落得如此下场,悲愤过度,当场也气绝身亡。这就是著名的“笑死牛皋,气死兀术”的故事。

(1)请你运用所学知识分析牛皋和金兀术突然死亡的原因。

(2)情绪的分类方法有很多种,最常见的有哪四大类?请你分别说出每类情绪的两个词语。

(3)请运用所学知识,科学分析情绪对人的影响。

(4)相信每个人在生活中都会出现不良情绪,请你就如何排解不良情绪提出几条合理化建议。

分析 这是一道与青少年学生的学习、生活密切相关的开放性试题,要求考生掌握情绪的种类,情绪对人们的两个方面

的影响,以及排解不良情绪的具体方法。并在此基础上运用所学知识去分析具体事例,从中领悟出科学调控情绪,做情绪的主人的道理,进而提出排解不良情绪的措施,从而培养考生分析问题和解决问题的实践能力和创新意识,提高综合素质。

答案 (1)材料中的牛皋和金兀术都没有科学调控好自己的情绪,这是他们突然死亡的主要原因。①牛皋的欢乐情绪本来是良好的情绪,对人的健康有益,但他没有合理调控好这一欢乐情绪,兴奋不已,属于喜怒无度,最后乐极生悲,酿成悲剧。②金兀术的悲愤是消极不良的情绪,不及时进行调节,对人体十分有害。由于他把过去的英名与现实的悲惨联系起来,形成强烈的反差,加剧了他的不良情绪,使悲愤的情绪无法控制,最终导致气绝身亡。

(2)最常见的情绪有喜、怒、哀、惧等四大类;词语如喜:高兴、开心、扬眉吐气;怒:愤怒、盛怒、怒发冲冠;哀:悲伤、悲惨、伤心不已;惧:惧怕、恐怖、不寒而栗等。

(3)情绪犹如一柄双刃剑,既有积极的影响,又有消极的影响。一方面,情绪可以充实人的体力和精力,提高个人的活动效率和能力,促使我们健康成长。这是情绪对人的积极影响。另一方面,情绪也会使人感到难受,抑制人的活动能力,降低人的自控能力和活动效率,做出一些令自己后悔甚至违法的事情。这是情绪对人的消极影响。

(4)①有意识地把注意力从引起不良情绪反应的刺激情境转移到其他事物和活动中去;②遇到不良情绪时,通过适当的方式与途径将不良情绪发泄出来;③在陷入不良情绪时,主动用理智调控情绪,并尽力使自己愉悦起来;④将不良情绪与头脑中的一些闪光点联系起来,将不良情绪转化为积极而有益的行动。

拓展延伸 宣泄情绪的一些好方法:①写写日记;②发发牢骚;③声声吁叹;④阵阵大吼。



时政链接

材料:2006年6月26日是联合国确定的国际禁毒日。今年国际禁毒日的主题是“毒品不是儿戏”,旨在呼吁国际社会重视对少年儿童的反毒教育,让他们了解毒品的危害,保护少年儿童远离毒品,为他们提供健康的成长环境。今年我国禁毒日的主题是:“开展禁毒人民战争,构建和谐社会。”

应用点拨

1. 结合你的所见所闻回答,毒品是什么?它有什么危害?

毒品是指鸦片、海洛因、冰毒、吗啡、大麻、可卡因以及其它能够使人形成瘾癖的麻醉药品和精神药品。

其危害可以概括为“毁灭自己、祸及家庭、危害社会”。

①吸毒会严重摧残身心健康、传染疾病和导致各种疾病,甚至死亡。②毒品会破坏家庭幸福,诱发刑事犯罪。③毒品会败坏社会风气,危害社会治安。④毒品会破坏正常的社会秩序和经济秩序,毒品犯罪严重危害社会治安和我国现代化建设事业的顺利进行。

2. 结合你对拒绝不良诱惑方法的学习和自己的实际,谈谈你打算如何抵御毒品的不良诱惑?

(1)克服猎奇和盲目从众心理,提高自己的控制力,在自己的心中筑起一道抵制不良诱惑的坚固长城。

(2)充分认识毒品的严重危害性和禁毒的重要意义,珍惜生命,拒绝毒品,依法自律,决不吸食、注射毒品。

(3)积极运用法律手段同制毒、贩毒、运毒、藏毒、种毒等违法犯罪行为进行坚决的斗争。

3. 结合实际,请你就如何做好禁毒工作,向有关部门提出合理化建议。

①政府大力宣传毒品的危害,提高人们对毒品的防范意识。②政府要积极开展禁毒法制建设,加大执法力度,为青少年创造良好的社会环境。③学校要开展丰富多彩的文化生活,使学生远离毒品。

层层推进 递进演练 点点过关



基础练

(夯实基础)

1. (06年太原市中考)图1-2-2形象地说明()

- A. 喜怒哀乐是人最基本的情绪
- B. 兴趣不同,情绪感受就会不同
- C. 性格不同,情绪感受就会不同
- D. 我们每个人都是自己情绪的主人



图 1-2-2

《三国演义》中的周瑜是一个有勇有谋、智勇双全的人物。但他的一个致命弱点就是妒才,对于处处高他一筹的诸葛亮又气又恼。诸葛亮正是抓住他这一弱点,“三气周瑜”,使之在盛怒之下,箭伤迸裂,命赴黄泉。据此回答2~3题。

2. 周瑜的这种情绪属于()

- A. 积极情绪
- B. 消极情绪
- C. 健康情绪
- D. 正常情绪

3. 这种情绪对个人的影响有()

- ①影响人的身体健康 ②影响人的正常思维 ③抑制人的活动能力 ④影响人的正常生活
- A. ①②③④
- B. ①④
- C. ②③
- D. ①③④

4. 老孙和老刘是年轻时的同学,后来他们一起从工作岗位上退休回家颐养天年。老孙在家里养花弄草、照看自己的孙女。忙里偷闲还去茶社唱出京剧,整日生活得蛮充实的,有滋有味,身体硬朗,精神抖擞。而老刘退休后成天待在家里无所事事,闷闷不乐,还为了小事与老伴及子女闹意见,所以成天打不起精神,没过几年,老刘就显得老态龙钟了。这说明,高雅的生活情趣()

- A. 有助于人们更有工作的激情和创造力
- B. 有益于个人的身心健康
- C. 有利于开阔人的眼界,丰富人的知识
- D. 有助于提高人们的道德文化水平

5. (06年云南省中考)初二学生小月独自在家中做作业,突然发现一歹徒正准备从楼下爬阳台入室。小月此时善于保护自己的做法是()

- A. 大喊一声“爸爸,抓小偷”
- B. 赶快拨打“110”报警电话
- C. 准备与歹徒作殊死搏斗
- D. 躲在家里不出声

6. (07年温州市中考)考试时,有些同学经常借用“轻松一点,胜人一筹!”的话语进行调节,这是因为()

- A. 情绪决定个人命运
- B. 良好的情绪会产生积极影响
- C. 只要放松就会有好成绩
- D. 临场发挥比平时训练更重要



能力练

(激发潜能)

7. (07年绍兴市中考)歌德说:“人生是由无数小烦恼组成的念珠,达观者是微笑着数完这串念珠的。”这一耐人寻味的活给我们的启迪是()

- A. 情绪对人的影响具有两重性

- B. 人生难免会有烦恼和挫折
- C. 逆境往往引起情绪的波动
- D. 人生需要保持良好的情绪

李明是七年级的学生,有一天他路过一家网吧,看见有很多学生在那里上网。网吧老板笑眯眯地对他说:“晚上上网很优惠的,你晚上来玩呀!”李明心动了,而且正好有一个学习内容要上网查,他要求父母让他去上网。据此回答8~9题。

8. 网吧老板的行为()

- A. 服务很周到、热情,很会做生意
- B. 有助于培养青少年的网络水平
- C. 纵容了未成年人违法犯罪
- D. 是对中小學生进行不良诱惑

9. 作为李明的父母,在处理时应该()

- A. 让他自己去,机会难得,就玩这一次
- B. 叫一个同学陪他去玩个痛快
- C. 陪同他一起去上网,防止不良的诱惑
- D. 坚决制止,并将他打一顿

10. 古希腊有一个传说:有一位国王受到宙斯的惩罚,长了一对长长的驴耳朵,这个秘密只有国王的理发师知道。国王威胁理发师不许告诉第二个人。理发师心里很害怕,整天处在担惊受怕的情绪之中。后来,他想了一个好办法,既可以解决自己胆战心惊的心理,又可以使自己放松神经。有一天夜里,他跑到城郊野外地里挖一个洞,对着那个洞轻轻地说几声:“国王长了一对长长的驴耳朵!”说完之后,他顿时感到心里舒服了许多。他的这种调节情绪的方法属于()

- A. 合理疏泄
- B. 转移目标
- C. 回避刺激
- D. 自我暗示

11. 在毒品问题上,我们青少年应做到()

- ①珍爱生命,拒绝毒品 ②依法律己,决不吸食、注射毒品
- ③积极参与禁毒宣传,勇于和善于同制毒、贩毒、藏毒、吸毒等违法犯罪行为作斗争 ④他人吸毒与我无关,但我自己会拒绝毒品的诱惑 ⑤偶尔可能会吸一两口,但绝不会让自己上瘾成癖

- A. ①②③
- B. ③④⑤
- C. ①②④⑤
- D. ①②③④⑤

12. 观察图1-2-3所示漫画,回答下列问题。



图 1-2-3

(1)这三幅漫画说明什么?

(2) 针对这三幅漫画所反映的内容, 我们应怎样做?



综合练

(魏振胜题)

- 13 星期天下午, 同学打电话要小彬去网吧上网, 小彬说: 我们不能去网吧上网, 去溜冰怎么样? 同学不同意, 坚持要小彬去网吧。小彬说: 我不去网吧上网, 要是溜冰我陪你。小彬终于没去网吧, 小彬抵制不良诱惑的方法是()
- A. 联想后果抵制诱惑
B. 避开诱惑法
C. 专时专用, 改变不良习惯
D. 婉言拒绝朋友, 提高自制力
- 14 有的同学平时学习成绩很好, 可是一到考场, 就紧张得连平时很轻松就能做出的题目也不会了。这是因为()
- ①消极情绪会抑制人的活动能力 ②消极情绪会大大减弱人的体力 ③消极情绪会妨碍个人才能的发挥 ④消极情绪会导致人的判断和分析能力下降
- A. ①②③ B. ①②④
C. ①③④ D. ②③④
- 15 如果在你的生活中遇到下列事情, 请说出你的正确做法, 并指出相应理由。
- (1) “包吃、包住、包玩, 有恐怖电子游戏, 还有黄色大片, 五折优惠!” 网吧老板叫你上网。
正确做法: _____
理由: _____
- (2) 放学路上, 有哥们找你: “走, 到小学找个小家伙敲诈几个钱花花。”
正确做法: _____
理由: _____
- 16 (07 年河北省中考) 走进生活, 探究实践。

2007 年 6 月 1 日, 修订后的《未成年人保护法》施行了。燕赵中学九年级(2)班结合《未成年人保护法》的施行, 准备办一期主题为“承担责任, 健康成长”的黑板报, 部分栏目已经完成。请你参与完成其他栏目。

【新闻快递】

修订后的《未成年人保护法》规定: 学校、幼儿园和公共场所发生突发事件时, 应当优先救护未成年人。未成年人享有生存权、发展权、受保护权、参与权等权利。国家根据未成年人身心发展特点给予特殊、优先保护, 保障未成年人的合法权益不受侵犯。

【新闻评述】

修订后的《未成年人保护法》为什么确立“未成年人优先”原则?

【“画”说成长】

●图 1-2-4 所示漫画反映了什么问题?



图 1-2-4

●你认为应怎样解决上述问题。(试从家庭、学校、社会、国家四个角度中任选两个角度作答)

【编者寄语】

为了健康成长, 面对不良诱惑及其侵害, 我们青少年应该承担起哪些责任?



预测练

(中考真题)

- 17 青少年遭遇不法分子的侵害时, 正确的做法是()
- ①有能力时将其制伏 ②没有能力将其制伏, 要设法及时脱身 ③拼个你死我活 ④把损失降到最小, 保护自己的生命
- A. ①②③ B. ①②④
C. ①③④ D. ②③④

第三章

做自尊自信的人 做自立自
强的人 做意志坚强的人

梳理基础 基础归纳 掌握要点

1 快乐的自尊

(1)自尊的表现:升入中学后,随着生理的发育和心理的发展,我们越来越注意容貌上的修饰、举止方面的文雅以及行为的后果,为的是塑造更好的形象,以赢得别人对自己的肯定。

(2)自尊的含义:即自我尊重,指既不向别人卑躬屈膝,也不允许别人歧视、侮辱。它是一种健康良好的心理状态。

(3)自尊能使人体验到快乐与感动:无论是自己对自己价值的肯定,还是他人对我们价值的肯定,即自尊与被人尊重,都是快乐的。

2 知耻与自尊

知耻是自尊的重要表现。知耻的人首先做到正确全面地看待自己,正视自己的缺点并且努力改正它,是对自己良好形象的维护,是自我尊重的表现。

3 虚荣与自尊

①虚荣心是一种追求表面上荣耀、光彩的心理。②产生虚荣心的原因是自我认识模糊,过分看重他人对自己的评价。③虚荣是扭曲的自尊心。矫正方法是按照正确的思维方法,明确自己真正需要的是什么。

4 尊重他人,就是尊重自己

①自尊与尊重他人的关系:自尊的人懂得尊重他人,要想赢得他人的尊重,首先要尊重他人。不尊重他人的人不可能赢得他人的尊重。②尊重他人的要求:关注他人的尊严,既要从欣赏、鼓励、期望等角度来善待对方,更要注意不做有损他人的事情。

5 维护人格最重要

自尊的人最看重自己的人格。自尊的人不图虚荣,拒绝沾染不良习气,为了维护自尊,可以舍弃许多东西,但决不可丧失人格,做有损人格的事。

6 自尊者达观

(1)承认世界因为差异而精彩,不要太在意他人的议论和态度。

(2)自尊要适度。适度的自尊有助于我们面对批评,改正错误;过度的自尊,则使我们过于敏感,作茧自缚,体验不到生活中的乐趣。对恶意的侮辱与诋毁,则要及时予以回击,必要时运用法律武器捍卫自尊。

7 善于尊重他人

(1)尊重他人最基本的表现:对人有礼貌,尊重他人的劳动,尊重他人的人格。

(2)如何尊重他人:要善于站在对方的角度看问题;尊重他人,首先要善于欣赏、接纳他人;其次,不做有损他人人格的事情。

8 自信的含义和表现

(1)含义:自信是人对自身力量的确信,深信自己一定能做成某件事,实现所追求的目标。

(2)表现:在思想上相信“我能行”,行为上表现“我能行”,情感上体验“我能行”。这种“我能行”的态度,就是自信。

9 超越自负,告别自卑

(1)自负、自卑、自信的区别:自负、自卑都源于对自己的不正确认识。对自己评价过高导致自负,对自己评价过低则导致自卑。自负、自卑都是自信的误区。

(2)只有实事求是地看待自己,既看到自己的优点,又看到自己的缺点,才是自信。自信建立的基础是对自己的客观、全面的认识。

10 “一对孪生子”共有的心态

①自负与自卑二者都是以自我为中心。②自负、自卑与成功:自负者因其追求的目标是虚假的,所以注定失败。而自卑者因其对自我的憎恶、否定也与成功无缘。

11 自信有助于成功

自信者的下列心理品质有助于成功。

①乐观,对成功充满希望。②好奇,是激励自信者不断思考、不断奋斗的动力。③专注,自信的人对人对事能保持客观,目标明确,主次分明,不会感情用事,不被与任务无关的事情所干扰。

12 增强自信心的方法

(1)看到进步与长处

①点点滴滴的进步与成绩,都是我们成长的足迹,印记着我们克服惰性、抵制诱惑、战胜自己的业绩。②发现自己的长处,是自信的基础。

(2)增强信心与实力

相信自己行,大胆尝试,接受挑战。对于前进过程中的问题、困难乃至失败,要看得淡一点,把注意力集中到完成任务上,加速增强实力。实力才是支撑信心最重要的杠杆。

(3)自信的中国人

我们要将个人的命运与祖国的发展结合在一起,把个人的自信上升为民族的自信,不做有损国格、人格的事情。

13 自立人生少年始

①自立的含义:自立就是自己的事情自己干。人的成长过程,就是一个不断提高自立能力的过程。

②自立的表现:包括学习自立、生活自立、处理社会问题自立等方面。

14 人生需自立

①自立的必要性:人不可能一辈子依赖他人,必须依靠自己。②自立的重要性:自立可以不断地完善自己,学会自尊,增强自信,提高法律意识;逐步地学会理解和尊重他人,善于与他人沟通和交往,和谐相处;积极地融入社会,关爱社会,奉献社会,成为一个对自己负责、对他人负责、对社会负责的能够自立自强的人。

②自立的表现:包括学习自立、生活自立、处理社会问题自立等方面。

15 不能再有依赖

①自立不是拒绝帮助,依靠不是依赖。自立应是自己既有主见,也善于听取别人意见,善于接受别人帮助不是依赖。

②依赖的危害:使人丧失独立生活的能力和精神;使人缺乏生活的责任感,造成人格的缺陷;不能适应社会生活,甚至危害社会和他人的,走上违法犯罪的道路。

16 自立与自主

①告别依赖,一个重要的表现是独立地生活。要独立生活,就要做到自己的事情自己负责。我们面对生活中的各种事情,只有明确自己的责任,勇于承担自己的责任,才能成为真正自立的人。②自己的事情自己负责的前提是要自主。自主,就是遇事有主见,能对自己的行为负责。自主,不仅是一种权利,更是一种能力。遇事没有主见,独立也徒有虚名。