

自主练习与检测

zizhu lianxi yu jiance



初中

思想品德作业本

七年级下册

凤凰出版传媒集团

江苏教育出版社

JIANGSU EDUCATION PUBLISHING HOUSE

南通名师编写组 编写

初中思想品德作业本

七年级下册

初中思想品德作业本

凤凰出版传媒集团

江苏教育出版社

书 名 初中思想品德作业本
七年级下册
作 者 南通名师编写组
责任编辑 林 明
出版发行 凤凰出版传媒集团
江苏教育出版社(南京市马家街 31 号 210009)
网 址 <http://www.1088.com.cn>
集团网址 凤凰出版传媒网 <http://www.ppm.cn>
经 销 江苏省新华发行集团有限公司
照 排 南京理工出版信息技术有限公司
印 刷 南通华洋印务有限公司
厂 址 启东市汇龙镇城东工业园区(邮编:226200)
电 话 0513-83118899
开 本 787×1092 毫米 1/16
印 张 8.25
字 数 188 000
版 次 2006 年 12 月第 2 版
2006 年 12 月第 1 次印刷
书 号 ISBN 7-5343-7123-6/G·6808
定 价 9.10 元
盗版举报 025-83204538

苏教版图书若有印装错误可向承印厂调换

提供盗版线索者给予重奖



Contents 目 录 Contents

第一单元 做自尊自信的人

- 第一课 珍惜无价的自尊 1
 - 作业一 自尊是人人都需要的 1
 - 作业二 尊重他人是我的需要 5
 - 作业三 彼此尊重才能赢得尊重 8
- 第二课 扬起自信的风帆 11
 - 作业一 “我能行!” 11
 - 作业二 自信是成功的基石 14
 - 作业三 唱响自信之歌 17
- 第一单元综合练习 21

第二单元 做自立自强的人

- 第三课 走向自立人生 28
 - 作业一 自己的事自己干 28
 - 作业二 告别依赖 走向自立 31
- 第四课 人生当自强 35
 - 作业一 人生自强少年始 35
 - 作业二 少年能自强 38
- 第二单元综合练习 41
- 期中检测 48



第三单元 做意志坚强的人

第五课 让挫折丰富我们的人生 55

作业一 人生难免有挫折 55

作业二 挫折面前也从容 58

第六课 为坚强喝彩 62

作业一 让我们选择坚强 62

作业二 钢铁是这样炼成的 66

第三单元综合练习 70

第四单元 做知法守法用法的人

第七课 感受法律的尊严 76

作业一 走近法律 76

作业二 法不可违 79

作业三 防患于未然 83

第八课 法律护我成长 86

作业一 特殊的保护 特殊的爱 86

作业二 善用法律保护自己 90

第四单元综合练习 93

期终检测 100

参考答案 108



第一单元 做自尊自信的人

第一课 珍惜无价的自尊

作业一 自尊是人人都需要的

班级：_____ 学号：_____

姓名：_____ 等第：_____

一、单项选择题

- “士可杀不可辱”说明的道理是 ()
 - 自尊的人最看重自己的人格
 - 自尊必须要适度
 - 自尊的人最看重自己的生命
 - 要想得到他人的尊重,首先要尊重别人
- 1997年7月1日,香港终于结束了英国的殖民统治,回到祖国的怀抱。当中华人民共和国国旗在香港国际会展中心高高升起时,每个中国人都感受到 ()
 - 英国人没什么了不起
 - 一种民族的自尊和快乐
 - 今后每一个中国人都可以自由地进出香港了
 - 香港作为国际市场的一个窗口向大陆打开了
- 如果你在学习上有许多问题明明没有理解,却不愿意向其他同学请教;自己暗暗追赶,但学习的效果却不好。这表明你 ()
 - 有好的自尊心
 - 存在虚荣心
 - 有志气、有毅力
 - 维护了自己的人格
- 关于自尊,下列说法正确的是 ()

①不向别人卑躬屈膝 ②不允许别人歧视、侮辱自己 ③自尊是一种健康良好的心理状态 ④自尊的人没有羞耻之心

 - ①②③
 - ②③④
 - ①③④
 - ①②④
- 在校运会上,小明打破了初中男子100米的校运会记录,在一片赞许声中,小明登上了领奖台,此时,小明的心理格外激动,这是因为 ()
 - 他的虚荣心得到了满足
 - 他的自尊心得到了满足
 - 他的成绩得到了他人的肯定
 - 他缺乏自制力
 - ①②
 - ②③④
 - ①④
 - ②③



二、简答题

6. 一天,小明又一次没有完成作业,老师批评了他几句,他认为老师的批评伤害了自己的自尊,你同意他的观点吗?请说明理由。
7. 某中学有个女生刘某,学习成绩不佳,不受同学关注。为了引起同学注意,有一天,她穿了件漂亮的连衣裙,并向同学们炫耀,说是她爸爸从日本买来的,值一千多元。一时间,她自以为成了同学们眼中的“中心人物”,感到很开心。这种追求表面上光彩、荣耀的心理,并不是一种正确的自尊心,而是虚荣心的表现。请问:这种心理有什么危害呢?

三、实践探究题

8. 仔细观察周围同学,列举同学中存在虚荣心的具体表现。分析产生这种心理的原因及危害。

四、阅读感悟

中国人,不跪的人

王怀让

序言:1995年3月7日下午3点,头天晚上加班到凌晨两点的珠海市南山工业区瑞进电子公司的工人们好不容易熬到10分钟的工休时间,工人们太累了……当外国女老板走进车间的时候,中国工人刚刚迷糊几分钟……趴在工作台上休息的工人被老板的辱骂声惊醒:“工人排队跪下!”人群中有一个普通的打工仔孙天帅感觉受到了奇耻大辱,疾呼:“我是中国人,我不下跪。”他一个人直直地站着,愤怒地望着这个外国女人。

你见过昆仑跪吗?

没有!

昆仑——



那是我们中国
骄傲的腰背！
你见过长城弯腰吗？
没有！
长城——

那是我们民族
自豪的脊椎！

不会下跪！
我们母亲的血液中
没有跪的基因！
不会下跪！
我们父亲的骨骼里
没有跪的骨髓
不会下跪！
我们赖以生存的
中国的流水里
含着很多的钙
它只会养育吐气和扬眉
而不会养育下跪——

……

这是我们的南国
我们南国的青山绿水
青山绿水中的我们的一座城
我们的小城之中的
一家外资企业的院内——
这一天，外国老板
忽然暴跳如雷
喝令所有的中国工人
一律下跪！！
下跪到同地心一样的冰冷的
水泥地板
下跪到她那高跟皮鞋踩着的
地球的那个部位
沉默，沉默，沉默。
不在沉默中站出
就在沉默中下跪！

站出来了！站出来了！



一个二十四岁的小伙子
站出来了——
他的头颅昂得很高
高过了地球的头顶
他的脚站得很稳
稳当当,踩着地球的经纬!
向着外国老板
也向着全世界的山山水水
“我是中国人
我,不会,给你下跪!”
我们中国人
是顶天立地的人!
我们中国人,是不跪的人
我们——对谁,对谁也不下跪
我们——永远,永远也不下跪!

9. 要求:深情地朗读文中的诗歌,仔细体会诗中流淌着的民族尊严感,并结合所学知识回答:

(1) 孙天帅为什么感觉受到了奇耻大辱?

(2) 对于那些在外国女老板的淫威下下跪的工人,你有什么话要说?



作业二 尊重他人是我的需要

班级：_____ 学号：_____

姓名：_____ 等第：_____

一、单项选择题

- 自尊的人懂得尊重他人,这是因为 ()
 ①要想赢得他人的尊重,首先要尊重他人 ②谁都有缺点和不足,谁都不希望听到别人的批评和指正 ③不尊重他人的人,不可能赢得他人的尊重 ④每个人都要通过其他人的尊重、欣赏、鼓励、期望来感受自尊
 A. ①②③ B. ②③④ C. ①③④ D. ①②④
- 当你第一次自己上学,第一次考试得了满分,第一次帮妈妈做饭,受到父母的夸奖。这些成功的经历使你感到 ()
 A. 被他人尊重的喜悦 B. 自身能力的无限
 C. 个人与他人的差距 D. 别人是离不开我的
- 初中生由于知识和阅历有限,常会对自己产生错误的判断,所以我们要努力避免 ()
 A. 听取他人的建议与批评 B. 封闭自己,拒绝帮助
 C. 对自己的伤害 D. 不断尝试新的做法
- 在下列行为中属于不尊重人的表现有 ()
 A. 从不随意翻阅他人的东西 B. 同学生理上有缺陷,从不以此取笑同学
 C. 喜欢当着很多人的面指责同学 D. 同学有进步时,能适当地给予鼓励
- 与受人尊重一样,尊重他人,是我们的需要,是我们的快乐。尊重他人,就要 ()
 ①临辱不惊,遇侮不怒 ②注意不做有损他人的事情 ③斤斤计较,据理力争 ④以欣赏、鼓励、期望等态度来善待对方
 A. ②④ B. ①③ C. ②③ D. ①④
- 下列选项中体现对他人尊重的是 ()
 A. 课堂讨论中能够耐心地倾听同学的发言
 B. 听到别人对自己的批评总是非常生气
 C. 在家里遇见父母的朋友能主动打招呼
 D. 不愿意与家庭困难的同学交往

二、简答题

- 小刚学习成绩好,为人热情大方,但他一张嘴常常不饶人。老师和同学们给他指出缺点时,他总是为自己辩解。请你给他指出应有的正确态度。



8. 自尊是人人都需要的,享受自尊也是快乐的。在你的人生历程中想必有很多令人难忘的被人尊重的经历。那么,你最难忘的被人尊重的经历是什么?请谈谈你当时的心情。

三、实践探究题

9. 在下列情景中你该怎么做或怎么说?

- (1) 如果老师让我参加演讲比赛,我会在衣着上穿得: _____
- (2) 有人当众叫我的外号时,我会: _____
- (3) 当你参加乒乓球比赛输给对手后,你会对对手说: _____
- (4) 当你得知自己学习上的竞争对手考试成绩比你出色时,你会对他(她)说: _____
- (5) 当你聆听完朋友慷慨激昂的演说后,你会对他(她)说: _____

四、阅读感悟

周恩来

周恩来对别人为自己付出的哪怕是微小的劳动,都非常尊重。服务员为他端茶或送东西,他不是放下手里的工作,站起来用双手接过去,就是微笑着朝服务员点点头以表示感谢。周总理外出视察工作,每当离开一个地方时,他总是亲自和服务员、警卫员、厨师和医务人员等一一握手,亲切地和大家说“辛苦了,谢谢,再见”,并和他们一起合影留念。更感人的是,在周总理弥留之际,仍不忘感谢守护在他身边的医务人员。他也因此赢得了亿万人民的爱戴和尊敬。

尊重他人

尊重他人是与人交往的前提;尊重他人是与人建立友谊的基础;尊重他人是做人的基本原则。我们要学会尊重他人。

在我们的日常生活中,常常出现不尊重他人的表现。比如说给别人取绰号吧,这算是比较普遍的了。有一些人常因为别人的名字或他身上的一些特点而给人取绰号。这样侮辱他人人格和自尊是不对的!对于这样的情况有的人视而不见,有的人干脆以牙还牙,以示自己的愤怒。这些做法都是不好的。

我认为我们应该像晏子那样。晏子出使楚国,楚王见晏子身材矮小,就让他从一个小门进入,晏子巧妙地说:“只有到狗国才钻狗洞。”楚王没有办法,只好让他从正门进入了。后来,楚王让人带来一名囚犯,囚犯是齐人,楚王就故意说齐人就是囚犯,晏子又说:“齐人在齐国能安居乐业,而在楚国就成了囚犯,也许是同齐国的橘被称为橘,而在楚国被称为柑,水土不服的原因吧。”最后,连楚王也不得不佩服晏子的聪明才智了。我们应该向晏子学习,而不能像楚王那样不尊重别人,他因为不尊重别人,却反过来被羞辱,也是咎由自取,而晏子的聪明才智,最后也赢得了别人的尊重。



再来说说丑小鸭的故事,丑小鸭刚出生就十分丑陋,兄弟姐妹们怕它,老鸭子讨厌它,就连鸭妈妈也不喜欢它,它们都不尊重丑小鸭的人格尊严,总是打击它的自尊心。这种因别人的相貌丑陋而不尊重他人的行为也是不对的。

我们应该尊重别人的人格,比如说尊重老师,就要认真听讲,积极发言;尊重身体上有缺陷的人,就要不嘲笑他们;尊重他人就要不揭人短,不污蔑别人,不打击别人的自尊心和自信心等。只有我们尊重他人,他人才会尊重我们。

(郑菁菁)

学会尊重他人

尊重,是人與人之間交往的基本條件,它能夠滋潤人心,還能消除兩顆心之間的不和諧。它很容易做到,一聲贊嘆,一點理解,都是“尊重”的表現。但有時,尊重卻又是難以做到的。

一次,俄國作家屠格涅夫行走在大街上,看見了一個乞丐,不僅蓬頭垢面,還又老又丑。他向屠格涅夫伸出了一隻如樹枝般粗糙干枯的手——如果還能稱之為“手”的話。嘴裡念念有詞。不巧的是,屠格涅夫找遍全身,什麼值錢的東西也沒帶。情急之下,他緊緊地握住了乞丐的手:“對不起,我什麼也沒帶。”這時乞丐的眼睛卻閃動了一下,另一隻“手”緊緊地握住了屠格涅夫:“沒關係,這也是施舍,謝謝了。”屠格涅夫寫道:乞丐也對我進行了施舍,那就是尊重。

如果遇上乞丐的不是屠格涅夫,而是你,你會怎麼做?其實,尊重是沒有等級,沒有貴賤,沒有差別的,是平等的。不過,總有那么一些人,時時以高貴自居,完全不尊重他人,這樣的人將會永遠包裹在“高貴”的硬殼裡,永不被人尊重。

在歐洲曾流傳著一個寓言:從前,有一個英明的國王被敵人俘虜。敵人提出了一個釋放國王的條件:答對一個問題。這個問題就是:“人最需要的是什麼?”舉國上下全體動員,苦思冥想却怎麼也想不出答案。有人提議:可以去問一個很聰明的女巫,那個女巫聽罷問題,說她知道答案。但她也有一個條件:要國王的大將軍娶她!這個大將軍英俊瀟灑,而女巫却丑陋可憎。國王聽罷當即反對,可是大將軍卻答應了。他願意以自己的幸福換取國王的自由。終於,女巫說出了答案:“尊重。”敵人聽罷,國王當即被釋放。

結婚當晚,大將軍懷著複雜的心情踏入了洞房,卻意外地發現一個美女正笑吟吟地坐在牀頭。這才是女巫真正的面貌!“現在你看到的,是我最美麗的時候,”女巫說,“不過,這個樣子只能維持半天。你希望是白天還是晚上見到這個樣子?”將軍想了想,對了!“尊重”!!於是,他說:“這件事由你來決定吧!”聽到這,女巫開心地笑了:“謝謝你給予了我最重要的——尊重。我自然不希望自己會有丑陋的時候,所以我將會永遠保持現在的樣子。”

結局不用我說,皆大歡喜。這個故事雖帶有濃重的奇幻色彩。不過寓意卻很深刻:尊重是非常重要的。讓我們學會尊重吧,拋棄歧視和自高自大。學會體諒他人,欣賞他人,尊重他人!

(黃凱)

10. 思考:你能從生活中列舉一些人與人之間相互尊重的事例嗎?與同學們一起交流。



作业三 彼此尊重才能赢得尊重

班级: _____ 学号: _____

姓名: _____ 等第: _____

一、单项选择题

1. 对于他人的议论、批评,我们应该采取的做法是 ()
 A. 议论只代表个人的观点,我们不要理睬 B. 有则改之,无则加勉
 C. 斤斤计较,给予有力的还击 D. 听之任之,积极接受
2. 在我们的学习、生活中,要真正做到尊重他人,就必须 ()
 ①懂得不尊重他人就不可能赢得他人的尊重 ②关注他人的尊严 ③要从欣赏、鼓励、期望他人等角度来善待他人 ④不做有损他人尊严的事
 A. ①②③ B. ①③④ C. ①②④ D. ①②③④
3. “富贵不能淫,贫贱不能移,威武不能屈”这句话说明的道理是 ()
 A. 自尊的人最懂得尊重他人 B. 自尊的人最看重自己的人格
 C. 自信是成功的基石 D. 自尊的人豁达、乐观
4. 小品演员潘长江说:浓缩的是精华。喜剧演员葛优自嘲:热闹的马路不长草,聪明的脑袋不长毛。这表现了他们的 ()
 A. 乐观 B. 达观 C. 知耻 D. 有自知之明
5. 三国时,诸葛亮急于与司马懿决战而将一套女衣裙送给他,以羞辱他。可司马懿“临辱不惊,遇侮不怒”。由此可见司马懿 ()
 A. 放弃自尊 B. 自尊达观
 C. 贪生怕死 D. 不善于尊重他人
6. 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。下列属于适度自尊的有 ()
 A. 数学课上,小吕做错了一道简单的计算题,尽管老师没有批评他,但他还是感到无地自容,在同学面前一个星期都抬不起头来
 B. 上次考试,小青成绩不理想,看到考得好的同学趾高气扬,她发誓发奋学习,把学习成绩赶上去
 C. 小华上学迟到,受到老师批评,他不服气,冲出了教室
 D. 小强一有成绩就喜欢大吹大擂,不可一世,尽管有同桌提醒,他还是我行我素

二、简答题

7. 在日常生活中,尊重他人最基本的表现是什么?你认为怎样才能真正做到尊重他人?



8. 结合自身实际,谈谈师生之间怎样做到平等相待、彼此尊重?

三、实践探究题

9. 自习课上,大家都在认真做作业,惟有小雨和小倩在讲闲话,叽叽喳喳。纪律委员要求她俩安静点,可她俩认为这伤害了她俩的自尊。

如果你是她俩的同学,你在下课以后该怎样做好她俩的思想工作?

四、阅读感悟

尊重他人三原则

一、平等原则

在现代礼仪中,平等原则是基础,是最重要的。所谓平等就是指以礼貌待人,礼尚往来,既不盛气凌人,也不卑躬屈膝。

从心理学的角度看,人都有友爱和受人尊重的心理要求。人人都渴望平等,成为家庭和社会中真正的一员。任何抬高和贬低自己的语言和行为,都不利于建立和谐的人际关系。

英国著名的戏剧家、诺贝尔文学奖获得者萧伯纳有一次在苏联访问,他在莫斯科街头散步时见到一个非常可爱的小女孩。萧伯纳和这个小女孩儿玩了很久,在分手时,他对小女孩说:“回去告诉你的妈妈,你今天和伟大的萧伯纳一起玩了。”小女孩也学着大人的口气说:“回去告诉你的妈妈,你今天和苏联女孩安妮娜一起玩了。”萧伯纳很吃惊,他立刻意识到自己的傲慢,并向小女孩道歉。后来,萧伯纳每次回想起这件事,都感慨万千。他说:“一个人无论有多么大的成就,对任何人都应该平等相待,应该永远谦虚。”

还有一个故事。战争年代,一位老教授在延安见到毛主席,毛主席请老教授吸烟,可是不巧,只剩下一枝烟了。这可怎么办呢?主席自己吸不请客人吸,很不好;请客人吸自己不吸,老教授也不会同意。毛主席将这一枝烟分成两半,一人半枝,皆大欢喜。从这件事可以看出,毛主席的随和、诚恳、平等和亲切。

二、尊重原则

在现代礼仪中,尊重原则是实质。是指在礼仪行为实施的过程中,要体现出对他人真诚的尊重,而不能藐视别人。礼仪本身从内容到形式都是尊重他人的具体体现。在交往中,任何不尊重他人的言行,都会引来别人的反感,更不会赢得别人对自己的尊重。

心理学认为,人们对尊重的需要分两类,即自尊和来自他人的尊重。自尊包括对获得信心、能力、本领、成就、独立和自由的愿望。来自他人的尊重包括威望、承认、接受、关心、赏识等。



要获得来自他人的尊重,首先要学会尊重他人。尊重他人是礼仪的重要原则。与人交往,不论对方的地位高低、身份如何、相貌怎样,都要尊重他人的人格,使人感到他在你的心目中是受欢迎的,从而得到一种心理上的满足,进而产生愉悦。

第二,要给人留面子。所谓面子,就是自尊心。每个人都有自尊心,失去自尊心对一个人来说,是件非常痛苦的事。伤害别人的自尊是严重的失礼行为。维护自尊,希望得到他人的尊重,是人的基本需要。

第三,允许他人表达思想,表现自己。当别人和自己的意见不同时,不要把自己的意见强加给对方。当你和与自己性格不同的人交往时,也应尊重对方的人格和自由。记住——尊重他人才能赢得他人的尊重。

三、宽容原则

宽容是一种美德。宽容意味着要有容忍的雅量和多替他人考虑的品德。宽容是获得友谊、朋友、扩大交往的基本要求。宽容就是指宽以待人,不过分计较对方的过失。严于律己,宽以待人,是为人处世的较高境界,也是有较高修养的表现。理解他人,体谅他人,对他人不求全责备,虚心接受他人的批评意见,即使别人批评错了,也认真聆听,这些都体现了宽容的原则。

10. 在你的日常生活中,有体现以上三个原则的事例吗?请举一二予以说明。



第二课 扬起自信的风帆

作业一 “我能行！”

班级：_____ 学号：_____

姓名：_____ 等第：_____

一、单项选择题

- 你认为下列属于自信表现的有 ()
 ①面对困难,不轻言放弃 ②更看重自己解决问题的能力,而不计名利 ③面对表扬与嘉奖,沾沾自喜 ④始终相信“天生我材必有用”
 A. ①②③ B. ①②④ C. ①③④ D. ②③④
- 课本中说了“青蛙与老牛比‘大’”的故事,最后青蛙因不服老牛,鼓破自己的肚皮而死。青蛙的行为是 ()
 A. 不敢当众表达自己的看法
 B. 知道自己的优点和缺点,虚心向老牛学习
 C. 过高估计自己,看不起别人,自以为是
 D. 缺乏自信心的表现
- 小红觉得自己长得胖,再加上学习不好,因此在班上沉默寡言,她很想和同学交流,又怕同学瞧不起她。小红的这种心理是 ()
 A. 自信 B. 自尊 C. 自傲 D. 自卑
- 下列关于“自信”的认识,错误的是 ()
 A. 自卑的人瞧不起自己,往往看不到自己的能力,总认为自己不如别人
 B. 自信者乐观、好奇、专注,这些心理品质有助于自信者获得成功
 C. 经常体会自己的点滴进步,为自己喝彩,是对自己充满信心的表现
 D. 一个人可以没有民族自信心,但不能没有个人自信心
- 下列内容中,能体现出自信的是 ()
 A. 不敢尝试自己没有绝对把握的事情 B. 取得成绩时,沾沾自喜,甚至忘乎所以
 C. 接受任务后,相信自己一定能行 D. 当他人嘲笑自己的缺点时,情绪一落千丈
- 生活中有许多人缺乏自信,主要原因是 ()
 A. 不相信自身的潜力,从而产生自卑 B. 经常受到打击,从而失去自尊
 C. 自负,追求的目标根本不可能达到 D. 自傲,所以常失败,从而缺乏自信

二、简答题

- 在我们生活中,常有以下现象:A. 我应该成为人人羡慕的人。 B. 课堂上不敢举



手,不敢站起来发言。 C. 我可能不能在别人面前出丑。 D. 不敢当众表达自己的看法。 E. 如果让别人知道我有所不知,有所不懂,就会有失自尊。 F. 对别人的说话过于敏感。

(1) 概括出上面这些现象的共同点,并判断出这些现象是自信、自负还是自卑。

(2) 请分析产生这些现象的原因。

(3) 以上现象对一个人的发展会产生什么样的影响?

8. 数学课上老师提问时,小芳不敢举手,她害怕自己答错而不敢当众表达自己的看法。请用所学的知识分析小芳当时的心态,并帮助她改变现在的心态。

三、辨析题

9. 小明成绩优秀,多才多艺,他在言谈中总流露出惟我独尊的自负心理,别人批评他,他说:“自信者总有点自负,自负是自信的一种表现。”

四、实践探究题

10. 在生活中,相信你有许多“我能行”的事,也有一些“我不行”的事,请你各列举其中一个典型的事例,同时想一想,写一写,怎样才能将“我不行”变成“我能行”?