

根据最新修订版初中四年制各科教材编写



张莉 翟丽 王兰竹 编著

创新设计

初中优化高效学习

政治

初二

辽宁师范大学出版社

ZHENGZHI

根据最新修订版初中四年制各科教材编写

创新
设计

张莉 翟丽 王兰竹 编著

创新设计

初中优化高效学习

政治

初二

辽宁师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

创新设计. 初二政治:五四年制/张莉,翟丽,王兰竹编著.
—大连:辽宁师范大学出版社,2002.7

ISBN 7-81042-680-X

I. 创... II. ①张...②翟...③王... III. 政治课—
初中—教学参考资料 IV. G634

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2002)第 054568 号

辽宁师范大学出版社出版

(大连市黄河路 850 号 邮政编码 116029 电话:0411-4206854)

金城印刷厂印刷

新华书店发行

开本:880 毫米×1230 毫米¹/₃₂ 字数:249 千字 印张:10.5

2002 年 7 月第 1 版

2002 年 7 月第 1 次印刷

责任编辑:张玉芬

责任校对:何 力

封面设计:李小曼

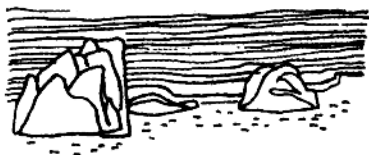
版式设计:金 木

定价:11.50 元

如有印装质量问题,请与本社营销部联系。

版权所有,不得翻印,举报电话:4206854,4258695。

人生抢滩



●文 峰

初中阶段的学习对于学生们来说是非常重要的,这个阶段的学习好坏,将关系到以后高中、大学的学习,甚至于影响一个人的一生。所以,对这一阶段的学习,必须予以充分的重视,清醒地认识初中阶段学习的重要性。

为了帮助学生学好初中课程,为下一阶段的学习打下坚实的基础,并在有限的时间内熟练掌握教材知识,我们组织工作在教育一线、具有丰富教学经验的教师及教研人员编写了本套四年制初中学生用书,目的在于帮助学生熟悉教材内容的基础上,教给学生们学习的方法,提高学生认识问题与解决问题的能力,以适应素质教育发展的需要,全面提高学生综合能力,培养新世纪的一代新人。

本丛书包括语文、数学、英语、物理、化学、生物、地理、历史、政治,九个科目共计 28 本。每种书的体例如下:

□□□◇考点聚焦

归纳每单元的知识、重点、难点及最近三年的考试点。

□□□◇思维启迪

根据教育部新大纲的要求,在题型设计上,突出了阅读能力、写作能力、听说能力、动手能力和综合解决问题能力的训练。例题既突出同步特点,又建立题型框架;涵盖近三年的中考题型;

□□□◇思维迁移

对各种题型进行原型训练和变式强化,巩固题型框架。

□□□◇能力拓展

在基本题型框架的基础上,用同类或相近题型进行统觉训练。用题型的伸延和一题多解进行综合解题能力的培养。

□□□◇新难题型

精选易错、易混的典型题,重击中考热点题、压轴题,全面培养学生思维的广度和深度拓展,提高学生应变能力。

□□□◇能力检验

最后附有参考答案,便于学生自检自测。

本套丛书由于学科不同,故在体例上也略有差异,但基本没有违背编写宗旨。

本次修订,在原有的基础上更换补充了一些更具实效的习题和内容,更贴近学生学习。由于编著者水平有限,书中难免存在不足,欢迎广大读者批评指正,我们将根据您的建议予以修订,使之更具有实用性。

目 录



前 言	1
第一课 正确看待自己	20
能力检验	38
第二课 锻炼心理品质	41
能力检验	62
第三课 善于调节情绪	65
能力检验	83
第四课 磨砺坚强意志	86
能力检验	103
第五课 能够承受挫折	106
能力检验	121
第六课 勇于开拓进取	124
能力检验	142
第七课 增强自尊自信	145
能力检验	168
第八课 塑造良好性格	175
能力检验	199
第九课 寻找真挚友情	207
能力检验	234
第十课 陶冶高雅情趣	242
能力检验	265
第十一课 爱国情操	272
能力检验	295
第十二课 增强自律能力	300
能力检验	325

前言

考点聚焦

【知识点】

前言是本书的引言,也是教学内容的概述。通过《前言》的学习,学生们对初一思想政治课的教学内容有大概地了解,为后面的教学内容打下基础。所以前言的意义重大。

(一)基本概念:心理

(二)基本观点:1.人的言论、行动都与一定的心理有联系。

2.良好的心理品质的基本要求。

3.良好的心理品质助你走向成功。

4.在社会生活中锤炼良好的心理品质。

【重点、难点】

1.心理世界的活动来源于外部世界。

2.心理和心理品质的概念。

3.良好心理品质的基本要求和锻炼良好心理品质。

【考试点】

本课必须掌握的基本概念和基本观点如下:

心理、良好的心理品质。

人的言论、行动都与一定的心理有联系;每个人都面临着两个世界:内心世界和外部世界。人的心理是有差异的。良好的心理品质的基本要求;良好的心理品质助你走向成功;在社会生活中锤炼良好的心理品质。

思维启迪

【典型案例】

□□范例

(1) 在新学期的班会上,同学们正在以《做划时代的接班人》为主题的班会上热烈地讨论着。李立认为:“21 世纪人才的素质不仅需要健康的体魄,而且要具备良好的心理素质。否则将被社会所淘汰。”但王霞说:“我认为,身体是最重要的,有了健康的身体,走遍天下都不怕,至于心理素质水平的高低是我自己的事,与将来人才必备的素质关系不大。”你是怎么认为的?

(2) 谈谈进入中学后与在小学时的异同。你是一名中学生了,面对新的学校,新的同学,新的要求,感觉习惯吗?说出你的想法。

小学

中学

_____	科目有多少	_____
_____	课 的 内 容	_____
_____	老师讲课特点	_____
_____	学生学习特点	_____
_____	作 业	_____
_____	班主任和我们	_____
_____	其 他	_____

●范例分析

(1) 21 世纪人才必备的素质离不开健康的身体,但 21 世纪是高科技的普及和使用,个人的志愿能否适应社会、国家需要,心理素质起了很重要的作用。心理素质好的人,可以弥补身体上的不足,甚至取得比身体健康的人更大的成绩。

(2) 通过列举自己“小学”与“中学”之间的“学习科目、老师讲课特点、学生学习特点、作业”等的变化,使学生懂得什么是“心理”,懂得外部世界是心理的来源、心理是外部世界的反映、心理世界的活动来源于外部世界、丰富多彩的内心世界反映了色彩斑斓的外部世界。了解“心理活动的

变化与外界变化”之间的联系。

【学法导航】

良好的心理品质的基本要求和锻炼良好的心理品质是前言的重点。掌握这些知识点,要结合自身实际,列出计划图表,帮助自己明确目标,掌握方法、检验行为。

良好心理品质的基本要求	锻炼良好心理品质的方法
要有健康的情绪。人的情绪是多种多样的。健康的情绪应该是:喜怒有常,喜怒有度,善于自我调节。	加强学习 只有知道和了解心理品质的知识,才有可能提高自己的心理素质。
要有坚强的意志。坚强的意志是一种内在的力量,在很大程度上是人们才华的积累、才干的增长和才能的发挥。	善于思考 在学习中要一边学一边想,要结合课文中学习的知识,并按照课文中讲解的方法,对照自己进行比较,进行分析,不断提高认识。
要有和谐的人际关系。人生生活在社会中,无论是学习,还是工作,都要和别人打交道,人与人之间的交往,形成人际关系。	注重实践 学习和思考固然重要,但是更重要的是去做,要学会把课本知识应用到实际生活中,应用到社会实践中。

【启思空间】

中学生交往中的不良心理

我国著名医学心理学家丁瓚教授曾经指出:“人类的心理适应,最主要的就在于对人际关系的适应,所以人类的心理变态,主要由于人际关系的失调而来。”随着身体的发育,自我意识和独立意识的增强,人际交往逐渐成为中学生生活的重要内容,日益成为影响中学生心理健康的极为重要的因素。

在心理辅导和咨询以及教育教学实践中,我们发现中学生交往中常

见的不良心理有以下数种。

1. 自卑心理。对自己缺乏正确的认知,在交往中缺乏自信,总觉得自己不足的地方太多,优势太少,失去交往的勇气和信心。

2. 自傲心理。与自卑心理相反,在交往中过高地估计自己,总觉得自己优于别人,盛气凌人,自以为是,甚至不愿与人为伍。

3. 害羞心理。在交往中,过多地约束自己的言行,表情羞涩,神情不自然,往往不能充分表达自己的思想感情,成为交往中的被动者。

4. 封闭心理。表现为把自己的真情实感和欲望掩盖起来,过分地自我克制,使交往无法深入。

5. 孤僻心理。行为怪癖、偏执,为人孤独,不愿与人交往,几乎没有知心朋友和人际往来,严重的成为孤僻症。

6. 随意心理。表现为在交往过程中,采取不负责任的态度,只是按照自己的意愿,随着自己情绪的变化来对待和进行交往。高兴则交,不悦则断,变幻莫测,使人难以与之交往。

7. 逆反心理。重要表现在代际交往中。对对方的言行不加分地反抗和抵制,使双方关系紧张,交往难以顺利进行。

8. 自私心理。在交往中,以自我为中心,以满足自己的欲望为目的,不顾他人利益和需求,时常引起同学的不满和反感。

9. 嫉妒心理。表现为对他人的长处和优势、荣誉和成绩十分不满,抱有憎恨情绪,冷嘲热讽,甚至采取不道德行为。

10. 虚假心理。在交往中,对他人缺乏真诚,虚情假意,只做表面文章。

以上不良心理并非彼此孤立,而往往是相互交错,相互作用于不同的交往过程中,对中学生的人际交往产生着重大的不良影响,严重地影响着中学生的身心健康和个性发展,也给学校教育教学和管理工作带来诸多困难,因而必须加以克服。

21 世纪人才必备的素质是什么?

面对未来的挑战,21 世纪的人才应具备什么样的素质? 1993 年联合国教科文组织在北京召开的“面向 21 世纪的教育”国际研讨会,将人的道

德、伦理、价值观列为对人类的第一个挑战,明确指出:“理想、信念和责任感、自立精神、坚强意志和良好的环境适应能力,是21世纪人才的主要特征。”美国教育文摘发表文章认为,学校不应该只是教授课程,还应该教会学生如何适应迅速变化的社会。

未来人才应该具有较高水平的综合素质,表现在思想道德、科学文化、身体心理等方面。

最新观点探究

关于“迷信心理”:

一个人的迷信心理是很复杂的。这种心理表现在认识上是违反科学的信仰,在情绪上容易产生敬畏的心境,在意志品质上有最大的盲目性,在动机上存有侥幸的念头,在性格特点上比较胆小,易受暗示等。

在认识上,由于缺乏科学文化知识,对自然界和人类社会的许多现象不理解而形成曲解。

迷信者迷信的对象多种多样。一是迷信上帝、神仙、鬼怪;二是迷信人,把人当作神;三是迷信物。

在情绪上,迷信者对迷信的现象十分崇敬、惧怕,并且形成一种敬畏的心境。

在动机上,迷信者存侥幸念头,充满脱离现实的幻想,企图得到神的帮助而轻而易举获得成功。现在求神拜佛的现象多起来了,许多地方还大兴庙宇。在这些求神拜佛的人群中,有的出于好奇,有的渴望得到某种东西而乞求神灵的保佑等等。不论何种动机,都是存一线希望,抱着不求有福,但求无祸的侥幸心理。

在意志品质上,迷信者相信“命运”的安排,生活无目的,做事盲目性很大。

在性格特点上,一般地说比较胆小。说话、行事都小心翼翼、惟恐得罪“神灵”。

由于迷信者具有以上心理品质及特点,所以最容易被蛊惑、被欺骗,因而使许多骗人伎俩得逞。

创

新

设

计

6

前

言

我们是新时代的青少年,我们已经懂得了许多科学知识,就应该克服迷信心理,正确对待自然界和人类社会中还难以解释的问题。

【智能测评】

精神压力测验:

答题说明:下面试题每题包括“是”与“非”两种答案,请结合自己的实际情况做出正确选择,每题只能选择一种答案。

	是	非
(1)曾感到眼前一片黑暗,突然看不清。	()	()
(2)常常感到头、颈部位酸痛。	()	()
(3)曾有心悸现象。	()	()
(4)一爬楼梯就气喘不已。	()	()
(5)即使是在夏天,手脚依然冰冷。	()	()
(6)食欲不佳,吃什么都不合胃口。	()	()
(7)饭后感到心窝处疼痛,且有想呕吐的感觉。	()	()
(8)精神一紧张,就易拉肚子。	()	()
(9)经常便秘。	()	()
(10)皮肤粗糙。	()	()
(11)身体有某种过敏症状。	()	()
(12)每晚不易入睡,常常失眠。	()	()
(13)经常感到头痛。	()	()
(14)身体会突然发烫或怕冷。	()	()
(15)坐在拥挤的公共汽车上,常出现眩晕。	()	()
(16)身体常感到发麻和疼痛。	()	()
(17)学习时容易疲劳,以至于学习效率不高。	()	()
(18)手脚或全身感到软弱无力。	()	()
(19)有领导在场的时候,无法自在地做好事情。	()	()
(20)很怕在众人面前讲话。	()	()
(21)必须立即办妥的事,一急就忙得不知所措。	()	()

- (22)每当要做出选择时,常常无法做出决定。 () ()
- (23)给人的印象是迟钝,不够灵活。 () ()
- (24)常常歪曲他人的话。 () ()
- (25)即使和大家在一起,仍觉得很孤寂。 () ()
- (26)容易计较小事,常常弄得心情郁闷。 () ()
- (27)常把事情往坏处想。 () ()
- (28)容易因小事生气。 () ()
- (29)非常在乎他人对自己的评价。 () ()
- (30)置身于陌生人群中会紧张害怕。 () ()
- (31)常常焦虑不安。 () ()
- (32)精神常常处于紧张状态。 () ()
- (33)没有什么朋友。 () ()
- (34)不易感动,感情变得冷漠。 () ()
- (35)早上不易起床。 () ()
- (36)常被人误解。 () ()
- (37)无故地陷入不安。 () ()
- (38)常常感到自己“很差劲”,甚至会自我厌恶。 () ()
- (39)与异性同学交往时,经常感到不知所措。 () ()
- (40)经常怀念过去美好的时光。 () ()

计分统计与压力程度分析,消除压力方法建议

本测试题每题答案选择“是”的得1分,选择“非”的得0分。得分在28分以上者为一类;20~27分者为二类;12~19分者为三类;11分以下者为四类。

一类型压力为100%。此类型者身心压力处于危险状态,随时都可能致命危险。这时应求助于心理医生,并设法改变生活环境,抛开一切烦恼,让身心完全松弛。每天睡眠要充足,每餐营养要充足。

二类型压力为70%。对前半部分问题大多回答为“是”的人,身体某部位可能发生了病变。应及时看医生,并在饮食上多吃含维生素类的食

物。对后半部分问题大多回答为“是”的人,此时不要过多忙于工作,易多放松身心。

三类型压力为 50%。处于此状态的人,身体虽然没有什么明显不适应症状,但健康状况欠佳。检查自己是否偏食,每天宜均衡摄取多种营养。平时尽量放松自己。

四类型压力为 20%。这种类型的人,一般属精力充沛、富有朝气、生活愉快、学习优良的人。继续保持这种状态,营养均衡,心胸开阔,不拘泥于小事。

【活动天地】

●回音壁

这是一篇学生日记。

2001 年 9 月 3 日

晴天、有风

今天,我独自在儿童公园里徘徊,面对着满园的姹紫嫣红的景色,思索着自我的价值。忽然一个活泼可爱的小男孩跑到我跟前,可是,未等我逗他,他就发出异样的目光,扑向他身后的妈妈怀里,孩子妈妈也以异样的目光盯着我。啊。此刻我终于悟到了自己的存在,一阵孤独与悲哀立刻涌上心头:“死去吧,你这个丑小鸭,小孩子害怕你,他妈妈也不喜欢你;死去吧,你这个丑小鸭,你不应来到这个世界上,这个世界不应有你!”

这位学生从孩子、孩子妈妈对自己的表情中,产生了什么心理?这种心理健康吗?会有什么危害?如何帮助他来调节自己的心理状态?

●各抒己见

怎样面对新的挑战

进入中学后,学习科目的增加,教材难度的加深,使一些同学对自己的学习产生畏惧心理。我们应了解自己进入中学的感受,分析产生学习困惑的原因,并提供正确的解决方法。

A



中学科目太多了，我本来基础就不好，想把以前落下的功课补上去，看来是没希望了。

评语：阻碍进步的最大敌人是对自己失去信心。其实他还想进步，此时他正处于激烈的矛盾之中。

他是否真的没希望了？他该怎么办？

B 请看王鹏同学：

王鹏：功课总是太多，我真是难以应付。上课时常不能集中精力，常常走神。



评语：王鹏的问题在于他学习没计划，沿用老一套的学习方法当然难以应付复杂的学习。请你提醒他。

他应该怎样改变自己的学习方法？

C

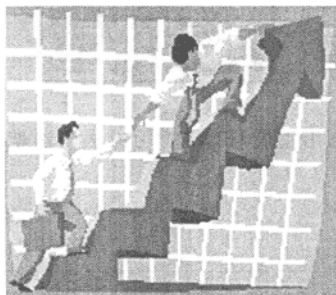


评语：随着年龄的增长，烦恼的事情会越来越多，如果不能及时地调整自己的情绪，将会大大地影响学习。

小明该怎样做才能不影响自己的学习？

●回音壁

进入中学后，我们将面对一系列新的挑战，如果你能有备而来，对自己将面临的困难作出正确估价，做好应付各种困难的心理准备，将会极大增加战胜困难的机会。请你写出可能遇到的困难，并准备如何面对新的挑战。



●小品表演

“良好的心理品质的要求及意义”是本课学习的第一个重点。通过小品表演,帮助同学们理解什么是良好的心理品质,良好心理品质对人的成功产生什么作用。

为什么不录取他

场地:教室讲台

道具:一桌一凳,一把水果刀,一封挂号信

人物:王刚,邮递员,经理

场外独白:王刚是一所名牌大学的毕业生,这次他去应聘某广告公司业务员。经过严格考试,王刚的成绩在应聘者中名列前茅,他对自己也充满了信心。这一天他正在家中悠闲地等着录取通知书。

(王刚坐在“沙发”上,轻快地唱歌,这时门被敲响)

邮递员:王刚,挂号信!

王刚:挂号信? 录取通知书?

(王刚赶快起身,开门,拿进来一封挂号信。王刚急急抽出信)不录取通知书! 不录取通知书!

(王刚一次又一次地念着,无力地瘫倒在“沙发”上。过了一会儿,王刚终于缓缓地站了起来)

王刚:我真没用,居然没被录用。从小到大,我一直是同龄人中的佼佼者,我习惯别人用嫉妒、羡慕、欣赏的眼光看我。而这一次,他们会怎么看我呢? 嘲笑? 幸灾乐祸? 天啊! 我受不了啦! 我活在世上还有什么意思呢?

(王刚突然拿起桌上的水果刀向自己手腕用力一划,瘫倒在“沙发”上)

场外独白:由于得到及时抢救,王刚并没死。(王刚垂头丧气地躺在床上,门再次被敲响了。一位风度翩翩的男士推门进来)

经理:你好! 请问你是王刚先生吗? 我是广告公司的经理。我是专程来向你道歉的。由于电脑出了差错,我们误把不录取通知书寄给了你,