

九年义务教育三年制初级中学思想政治（试验本） 一年级（上）

# 教师教学用书

小学思想品德和中学思想政治教材编写委员会 编著



上海教育出版社

ISBN 7-5320-5781-X



9 787532 057818 >

九年义务教育三年制初级中学思想政治(试验本)

## 教师教学用书

一年级(上)

小学思想品德和中学思  
想政治教材编写委员会 编著

上海教育出版社出版

(上海永福路123号)

(邮政编码: 200031)

新华书店上海发行所发行 上海市印刷三厂印刷

开本 787×1092 1/16 印张 13.5 字数 323,000

1998年7月第1版 1999年7月第2次印刷

印数 118,651-208,670本

ISBN 7-5320-5781-X/G·5293 定价: 9.75元

如发现印、装质量问题,影响阅读,请与印刷厂联系调换。



# 说 明

小学思想品德和中学思想政治教材编写委员会根据《九年义务教育小学思想品德课和初中思想政治课课程标准》，主持编写了初级中学思想政治课教科书(试验本)。

这套教师教学用书供教师在使用初级中学思想政治教科书(试验本)时作为教学参考。恳切希望广大教师在使用过程中，提出意见，以便再版时进一步修改和完善。



小学思想品德和中学思  
想政治教材编写委员会  
1997年12月

关霖

## 小学思想品德和中学思想政治教材编写委员会

主任委员 吴 铎

副主任委员 傅国亮

委 员 朱明光 吴 铎 吴慧珠 宋殿宽 沙福敏

(按姓氏笔画) 周长祜 徐 岩 傅国亮 程树礼 廉希圣

本册主编 夏国乘 赵 聪

本册编著者 夏国乘 赵 聪 林国基 尹城乡 史 俊

责任编辑 耿 坚

封面设计 李宏庆

# 目 录

绪 论	1
一、思想政治课为什么要加强心理品质教育	1
二、关于教学目标	3
三、关于教学内容及其逻辑结构	4
四、教材的主要特点	6
前 言	9
一、基本观点和知识结构	9
二、教学和教育目标	10
三、教学内容和教学方法	11
四、问题解答	14
五、教学参考资料及使用	17
六、活动设计	22
第一课 正确看待自己	25
一、基本观点和知识结构	25
二、教学和教育目标	26
三、教学内容和教学方法	27
四、问题解答	32
五、教学参考资料及使用	34
六、活动设计	43
第二课 锻炼心理品质	44
一、基本观点和知识结构	44
二、教学和教育目标	46
三、教学内容和教学方法	47
四、问题解答	52
五、教学参考资料及使用	54
六、活动设计	65
第三课 善于调节情绪	67
一、基本观点和知识结构	67
二、教学和教育目标	68
三、教学内容和教学方法	69
四、问题解答	74
五、教学参考资料及使用	82
六、活动设计	86

第四课 磨砺坚强意志 .....	89
一、基本观点和知识结构 .....	89
二、教学和教育目标 .....	91
三、教学内容和教学方法 .....	92
四、问题解答 .....	97
五、教学参考资料及使用 .....	102
六、活动设计 .....	119
第五课 能够承受挫折 .....	121
一、基本观点和知识结构 .....	121
二、教学和教育目标 .....	123
三、教学内容和教学方法 .....	124
四、问题解答 .....	130
五、教学参考资料及使用 .....	135
六、活动设计 .....	149
第六课 勇于开拓进取 .....	151
一、基本观点和知识结构 .....	151
二、教学和教育目标 .....	153
三、教学内容和教学方法 .....	155
四、问题解答 .....	163
五、教学参考资料及使用 .....	182
六、活动设计 .....	212

## 绪 论

国家教委颁发的《九年义务教育小学思想品德课和初中思想政治课课程标准(试行)》规定,在初中一年级(五四制初中二年级)进行良好心理品质、高尚道德情操和正确思想方法的教育(为着讲话时简化起见,我们把它叫做“心理品质教育”)。这是课程设置上的一个重大变化和重要举措。从今秋起开始使用的初中一年级的思想政治课教材,就是根据《课程标准》的规定编写的。

### 一、思想政治课为什么要加强心理品质教育

《中共中央关于进一步加强和改进学校德育工作的若干意见》指出,在科学技术迅速发展,社会主义市场经济体制逐步建立的情况下,如何指导学生在观念、知识、能力、心理素质方面尽快适应新的要求,是学校德育工作需要研究和解决的新的课题之一。这是在学校德育中提出了心理素质的要求。

《国家教委关于进一步加强和改进中学思想政治课教学工作的意见》规定:“初中思想政治课要在小学以‘五爱’为中心内容的思想品德课教学基础上,对学生进行公民的良好道德品质教育、健康心理素质教育、法律意识教育、社会发展常识和国情教育。帮助学生形成良好的思想品德,使他们对社会的发展方向和我国社会主义建设的实际情况能够有正确的认识,逐步树立起社会责任感。”这是对思想政治课提出了健康心理素质教育的要求。

据此,在初中思想政治课中必须强化心理品质教育,把它作为加强和改进思想政治课教学和学校德育的一项重要举措来加以落实。那么,为什么要在学校德育和在思想政治中加强心理品质教育呢?

第一,素质教育要求加强对青少年的心理品质教育。联合国世界卫生组织曾经为健康下过这样的定义:“健康,不但是没有身体的缺陷和疾病,还要有完整的生理、心理和社会适应能力等方面的健全与最佳状态。”把心理健康作为人的健康的重要组成部分,把它提高到现代人所必备素质的高度,这表明良好心理素质已经成为现代社会对人的素质的基本要求之一。如果说,古代社会所看重的是人的体力,近代社会所看重的是人的技能,那么,现代社会和未来社会将越来越看重的是人的心理素质。心理健康之所以如此重要,在于是否具有良好的心理素质,对于一个人的正常学习、工作和日常生活,有极大的影响。因此,重视心理品质教育,理所当然地成为教育现代化的一个重要标志。

第二,中学生健康成长与和谐发展的现实需要要求加强心理品质教育。少年期和青年初期(13~18岁)是心理障碍的易发期、初发期和多发期。据“中小学生学习心理健康教育实验课题组”对随机抽取的3万余名中小学生的科学检测,发现约有32%有心理异常表现。另有一项心理测试的结果表明,当前中学生心理素质的合格率,仅仅只有17%,也就是说,大多数中学生的心理素质是不完全合格的。前国家教委副主任柳斌指出:“近年来,一些大中城市小学生中由于焦躁、偏执、自卑、孤僻、懦弱等心理障碍造成出走、自杀等事故的比例有所增加,不

少学生有学习恐惧心理。各级教育行政部门和学校干部、教师必须意识到,从应试教育转向素质教育的进程中,加强对学生的心理素质教育已成当务之急。”显然,加强对中学生的心理品质教育,指导和帮助他们形成良好的心理品质和健全人格,有着现实的重要性、紧迫性。

同时,把初中阶段和小学阶段联系在一起整体设计德育课程,也为设置新课程提供了教学时间。根据九年义务教育的要求,把初中和小学两个阶段统一在一起,整体地考虑教学目标、课程设置和教学内容,在小学阶段进行日常行为规范教育和道德品质教育,到六年级要比较系统地进行道德规范的教育,形成比较完整的道德品质教育。这样,就可以不必在初中一年级(即七年级)再继续开设以道德品质教育为基本教学内容的课程,于是也就为设置新的课程,重点地进行心理品质教育,提供了必要的教学时间。

总之,把心理品质教育纳入中学思想政治课的课程体系,在初中一年级开设心理品质修养(含高尚道德情操和正确思想方法教育)的课程,是提高思想政治课实效性的重要举措,也是基础教育由应试教育向素质教育转变的一项举措。

心理品质修养,是指改善和发展人的内心世界所展开的一系列认识活动和实践活动。对学生心理品质修养教育的任务,在于指导学生运用心理学的知识,并按照思想品德教育的要求,去认识、分析和解决生活中的心理现象和心理问题,达到培养良好心理品质的目的。如同各门思想品德课程都各有其内容、特点和特有的方法一样,心理品质修养的教育也有它特有的内容和教学方法。但是,能不能因此就把它拒之于德育课程之外呢?回答应该是否定的。

首先,心理品质修养的许多内容,本身就是德育的内容。以意志品质教育为例,它既是心理品质修养教育的重要组成部分,也是德育的重要内容。这是因为,意志教育具有鲜明的社会倾向性,我国社会主义现代化建设和改革开放事业是空前伟大而艰巨的事业,需要我国各族人民以坚强的意志、顽强的毅力去团结奋斗,这本身就是政治教育和心理品质教育二者合一的教育。又如,思想政治课教学非常重视情感教育的作用,讲究知、情、信、意、行相统一。列宁说:“没有人的感情,就从来没有也不可能有人对理想的追求。”我们强调对青少年进行爱国主义教育、理想和信念的教育,这同心理品质教育中的情感、情操的教育,也是不可分的。

其次,思想政治课教学过程中的特殊矛盾,需要思想政治教育和心理品质教育的相互结合起来解决。在思想政治课的教学过程中,存在着“知”与“不知”,“信”与“不信”,“知”与“行”这样三对特殊的矛盾。“明理”才能“践行”,学生学习思想品德课,当然需要懂道理,解决“知”与“不知”的矛盾。然而,在解决这对矛盾的过程中和解决了这对矛盾之后,还面临着另外两对需要特别地对以对待和解决的矛盾:一是需要解决“信”与“不信”的矛盾。社会主义学校的思想政治课,是对学生进行公民的品德教育和初步的马克思主义常识教育,以及有关的社会科学常识教育的课程,是一门显性的德育课程,具有鲜明的阶级性和方向性,因而影响教学过程和教育效果的因素,就要比其他学科要复杂得多,再加学生的年龄、阅历、知识水平的限制,不可避免地会产生对马克思主义真理的“信”与“不信”的矛盾。二是需要解决“知”与“行”的矛盾。思想政治课的教学,要引导学生树立科学的世界观、人生观、价值观、政治观、道德观,培养良好的道德行为习惯,即学生思想、信仰、品德的塑造,因而从掌握知识到运用知识、从知到行的转化,达到知和行相统一的过程,其中间环节也复杂得多和困难得多。正是因为思想政治课教学所要解决的矛盾有其特殊性和复杂性,就特别需要在教学过程中,积极调动学生的情感、信念、意志等心理因素的作用。因此,把心理品质修养的教育,纳入到思想政



治课的课程体系中去,把思想政治教育、品德教育和心理品质教育互相结合起来,就显得特别地重要了。

再次,思想政治教育需要心理品质修养作为前提条件和心理基础。这是因为,一个有高尚的道德品质和良好政治思想素养的人,总是能够正确地认识自己和严于解剖自己的人,热爱生活、胸怀宽阔、富有爱心的人,是具有良好的心理品质的人。相反,自高自大、自以为是、目空一切的人,心胸狭窄、嫉妒偏激的人,缺乏良好心理品质的人,是难以成为具有高尚道德和良好政治思想素养的人的。生活的现实告诉我们,不少在道德上失误,乃至于违法犯罪的人,往往与他们容易冲动而不能自制,凭感情用事,不能很好地去驾驭自己的情绪,有着密切的联系。可见,心理品质修养的教育,乃是加强和提高思想政治课教育效果的必要条件。

最后,心理品质修养教育为德育过程扫除心理上的障碍。在政治教育和道德教育的过程中,常常会遇到来自学生方面的心理障碍。最常见的是这样或那样的逆反心理,以致造成了教育过程中的“顶牛”现象。这种情况,既不是学生的政治立场、政治态度问题,也不是他们的道德品质问题,而往往是属于心理状态问题。毫无疑问,心理上的症结,只能通过心理品质修养的教育来解决。企图通过简单的说教、训斥去解决问题,早已被证明是行不通的,不但无法达到思想政治课的教学和教育目标,甚至还有产生新的负面效应的可能。

需要说明的是,作为思想政治课的心理品质修养教育,虽然同心理学之间有着一定的联系,但是,二者是不能相等同的。心理品质修养课是把中外优秀文化中的人生哲理和生活智慧,社会主义精神文明建设所提倡的道德观念、行为准则和科学的思想方法,融化在心理品质修养的知识之中,有针对性地向学生进行生动而浅显的心理品质教育,帮助学生了解一些初步的心理知识,并且使之内化为实现人格自我完善的心理需求,以及掌握一些心理品质修养的方法,学会在实际生活中有意识地提高自己的心理发展水平和社会适应能力,促进个性的健康发展,达到提高政治思想和品德修养的目的。简单地说,心理品质修养课的宗旨,应当是教导学生做人和做怎样的人。所以说,它是以德育的目标为目标,以思想政治课的要求为要求的,因而把心理品质修养课纳入德育课程体系,作为思想政治课课程体系的有机组成部分,是顺理成章的。

## 二、关于教学目标

《课程标准》关于初中一年级思想政治课的教学目标和教学内容,有这样一段定位性的规定:“对学生进行良好心理品质、高尚道德情操和正确思想方法的教育,使他们懂得磨练意志、优化性格、自尊自信、陶冶情操、严格自律对个人成长的意义;引导他们正确对待社会,培养健全人格;使他们具有面对挫折的承受能力和对待成功的正确态度,以适应现代社会生活的需要。”根据这一规定,可以理解为:这门课程是从德育的高度,以非智力因素的品质修养为主,集学习、品德和心理知识、培养行为能力于一体,重在心理训练和行为指导的课程。据此,对于初中一年级思想政治课的教学目标,应该着重地把握的有几点:

第一,教学的基本要求,是进行良好心理品质的教育,高尚道德情操的教育,正确思想方法的教育。在此“三位一体”的任务中,良好心理品质教育是全年级教学内容的一条主线;高尚道德情操的教育,是在小学阶段道德品德教育的基础上,进一步的深化和提高,它与良好心理品质的教育,有着互相融和、相辅相成的关系;正确思想方法的教育,要贯彻于心理品质教育和道德情操教育之中,也就是要引导学生用正确的思想方法,去指导自己形成良好心理

品质和培养高尚道德情操。因此,这三个方面的教育内容,不是相互独立和平行存在的,也不是一个“拼盘”,机械地拼凑在一起,而是有机地融合为一体。

第二,在心理品质、道德情操、正确思想方法的教育过程中,要引导学生正确认识和处理个人与社会的关系,要使他们懂得良好心理品质、高尚道德情操、正确思想方法的获得,虽然都要依靠个人的自觉努力和个人其他各种因素为条件,但是,个人的主观努力以及各种个人因素,都只能在一定的社会环境和社会条件下发生作用的,因为人是社会的人,任何个人都是生活在一定的社会之中。所以,就需要有意识地重视社会各种因素对自己的影响,懂得这种影响有的是积极的、正面的,有的是消极的、负面的,因而必须正确处理个人与社会的关系和正确对待社会对自己的影响,才能形成健全的人格。

第三,在培养良好心理品质的过程中,要特别重视锻炼承受挫折和开拓进取、取得成功的心理素质。我国正在建设社会主义现代化国家,社会主义市场经济体制正在逐步建立和发展,人们的进取精神和竞争意识不断地强化,对个人来说是一个挑战与机遇并存的时代。这些都要求人们具有对待成功和挫折的正确态度和良好心理素质。我国现在的青少年一代,基本上是独生子女,因而加强心理品质教育,帮助他们增强承受挫折的能力,具有开拓进取精神和适应现代社会生活的良好心理素质,就显得尤为必要。

### 三、关于教学内容及其逻辑结构

初中一年级思想政治课教材的教学内容,由前言和 12 课组成。良好心理品质教育的内容是很广泛的。本册教材从初中一年级学生的特点和实际需要出发,选择基本的教学内容,确定了 12 个教育的题目,编写成教材的 12 课。全册教材分为上、下两个分册,供两个学期使用。整册教材除了前言,大体上可以分成三个部分:

前言。

前言课以初中一年级学生刚刚入学时通常都会产生的一些学习心理切入,让学生了解什么是人的心理,以及培养良好心理品质的重要性,当然也对他们提出了学习这门课程的要求和方法。概括起来说,就是学习什么、为什么学和怎样学习。

第一部分:第一课和第二课。

这两课是从总的、宏观的方面,引导学生把自己看成是社会的一个成员,从社会的人这样的认识角度去看待人的心理现象和思考个人的心理品质修养问题。

为什么要把“正确看待自己”作为第一课?第一课主要有两个方面的内容,一个是个人与社会的关系,另一个是要正确地认识自己。为什么要先讲述这两个问题呢?因为心理属于人的精神世界,而要正确认识和处理精神世界的问题,就必须懂得人是社会的人,人的心理受社会生活的制约和影响,所以就先要使学生知道个人和社会的关系。但是,人的心理又毕竟是属于其本人的。因而只有正确认识自己心理品质的优点和缺点、长处和短处,才能提高心理修养的自觉性和效果,所以就不仅要知道个人和社会的关系,个人是社会的一分子,还要能正确认识自己。为此,又还需要借助于正确的思想方法,能够用全面的、变化发展的观点看待自己、分析自己,这实际上是渗透唯物辩证法的正确思想方法的教育。这就是第一课的思路。

第二课从现代健康观念入手,说明人的健康包括身体的健康和心理的健康。心理健康的内涵很丰富。我们是从中学生的状况出发,提出了开朗合群,乐于交往;情绪健全,情感丰富;

性格良好,有自制力;意志坚强,不怕困难这样四个方面。接着,从正反两个方面重点地说明心理健康对青少年成长和将来的发展,有着非常重要的意义。最后,提出了锻炼心理品质、培育健康心理的任务和方法,包括如何全面地了解自己的心理品质状况,以及通过多读好书、参加社会活动和音、体、美活动等方法锻炼与陶冶心理品质。这样,就为往后各课具体展开心理品质(含道德情操、思想方法)修养的教育,提供了总的思想认识基础。

第二部分:从第三课到第十一课。

这部分有九课内容,具体地分别进行心理品质(含道德情操、思想方法)修养各个方面的教育。主要有:

善于调节情绪。首先讲述什么是人的情绪:情绪是人的心理活动,最基本的情绪是喜、怒、哀、惧,情绪会变化的。知道情绪有积极情绪和消极情绪的不同,不同的情绪对于人的智力发展,对人的理智能否发挥正常水平,以及对身体健康,都会产生不同的影响作用;要用理智去调节和控制自己的情绪,达到喜怒有常,喜怒有度。这就是调节和控制情绪所要达到的两个目标。

磨砺坚强意志。知道什么是意志,意志坚强有哪些表现(有主见,处事果断,坚持不懈,善于自制)。坚强的意志有什么作用?它是人的行动的强大动力,是克服困难的必要条件,是成功事业的重要保证,一句话是成为生活中强者的必要条件;锻炼意志要从小事做起,从现在开始,持之以恒,还要有明确的锻炼目标和计划。

能够承受挫折。知道什么叫做挫折,以分析产生挫折的各种因素,说明在人的一生中每个人都难免要遇到这样或那样的挫折。挫折虽然不可避免,但不等于要向它屈服,有的人承受挫折的能力不强,后果就严重,有的人承受挫折的能力较强,后果就能减轻。遭受挫折是坏事,但如果能积极地对待挫折,也可以把它变成好事。所以,就应该要有不畏挫折的勇气和冷静地对待挫折的态度。同时,还具体地说明了诸如如何自我疏导、请求帮助、总结教训等方法。

勇于开拓进取。通过开拓进取的要涵、求实、奉献、不满足、有胆识五个特点(而不是用“定义”)来说明什么是开拓进取的心理品质。然后,再说明这种可贵的品质来源于高尚的追求、浓厚的兴趣、创新的热情、拼搏奋进的竞争意识、敢冒风险的勇敢精神,最后,中学生要成为富有开拓进取精神的新一代,首先要热爱祖国,立振兴中华的大志;要开动脑筋,善于思考探索,学会手脑并用;要发展兴趣,培养远大高尚的志趣;自我加压,不断提出新的目标和更高的要求。

增强自尊自信。知道什么叫做自尊心和自信心,懂得自尊自信使人自强不息,奋发上进。谦虚使人进步,骄傲使人落后,善于发挥自己的优势,勇于正视自身的缺点和弱点,要把个人的自尊自信上升为国家和民族的自尊自信,要讲人格,讲国格。

塑造良好性格。知道什么样的性格是良好的,良好性格对个人的成长和发展,有着重要的意义;性格是可以塑造的,应该努力发展自己的性格优势,克服性格上的弱点,培养良好的性格;要尊重他人的性格特点。

寻求真挚友情。知道什么样的友情才是真挚的友情;真挚友情对生活有什么重要的意义;建立和发展真挚的友情应该有正确的思想基础;还提出了要正确认识男女同学之间的友谊的要求,并且具体地讲述了中学生要善交益友、乐交诤友、不交损友和在交友中要抵制各种不良的影响的道理。

陶冶高雅情趣。知道生活情趣有高雅和庸俗之分,具体说明什么是高雅的生活情趣,什么是庸俗的生活情趣。高雅生活情趣对个人的身心健康、发展智力、提高道德修养水平有重要作用;庸俗生活情趣阻碍个人进步向上。中学生要培养高雅情趣,发展有益、正当的兴趣。

培养爱国情操。知道情操是高尚的道德感情;高尚道德情操能够使人产生高尚道德行为,做一个道德高尚的人。热爱祖国是高尚道德情操,爱国情操表现为忠诚于祖国,维护祖国的尊严,维护人格和国格;青少年要成为坚贞不渝的爱国者。

第三部分:第十二课。

这一课讲的是增强自律能力,把它作为最后的一课,是要求把心理品质、道德情操、思想方法的教育,落实到提高学生自我修养的自觉性上,培养学生自我要求和自我约束的自觉意识和能力上,能够管得住自己。我们中华民族的一个传统美德,就是强调严格自律,自觉地对自己的品德提出高标准的要求,并且身体力行去修养,去做到。而为了达到这个要求,同时就还需要使学生懂得遵守法纪与自由的关系,以及自由与放任的原则界限,所以这也是第十二课的一部分内容。当然,还要讲讲怎样培养和提高自我修养、养成自律的能力和习惯的具体要求和具体方法。

#### 四、教材的主要特点

初中一年级的思想政治课,课程是新设置的,教材是新编写的。现在已经付排的是上册,下册则正在加紧编写之中。这册教材有些什么特点呢?

第一,以良好心理品质教育为主线,融心理品质教育、道德情操教育和思想方法教育为一体。

心理品质是一种强烈的自我意识。良好的心理品质,能够促成人的认识的升华,促进思想境界的提高,再通过实际生活的磨炼,就可以内化为人的秉性,成为一个人的内在的素质。所以,良好心理品质的教育与高尚道德品质的教育,有着融合的关系,它们相互渗透,相互促进,相辅相成。例如,爱国主义的高尚情操,既表现了热爱祖国的道德规范,又表现了对祖国坚定信念的心理特征。又如,意志品质教育具有鲜明的社会倾向性,我国改革开放和社会主义现代化建设是空前伟大而艰巨的事业,需要全国各族人民在中国共产党的领导下,以坚强的意志和毅力去团结奋斗。因此,对中学生进行良好意志品质教育,包括培养开拓进取精神和挫折承受能力的教育,就是集思想政治教育和心理品质教育于一体的任务。

同时,提高思想品德素质和心理素质,又要求能够客观地、全面地认识和评价自己,要懂得事情(包括自己)是变化发展的,这就需要学习和掌握科学的思想方法,有正确认识、分析问题的能力。所以,进行正确思想方法的教育,把它贯彻、渗透在心理品质和道德情操教育之中,既是必要的,也是可能的。把这三方面的教育有机地结合在一起,可以起到相辅相成的作用,收到最佳的教育效果。从教学来说,就要注意不要把初一思想政治课教成心理学知识课,不要把它变成心理课程,不要偏重在心理知识的教学上,而是要从品德教育的高度去讲心理品质修养问题。

第二,知识、觉悟、能力相结合,分层次规定教学要求。

现代教育立足于人的全面发展,把教养(传授知识、形成技能)、教育(培养思想品德、教会如何做)、发展(培养能力、发展非智力因素)三者的统一,作为自己的职能。思想政治课体现这样的职能,就是担负起传授知识、提高觉悟和培养能力三重任务。必要的理论知识是

不可缺少的。良好心理品质教育的内容很广泛,作为初中一年级思想政治课的心理品质教育,当然不可能也不应该面面俱到地都讲,都要教育,我们只能根据学生的身心发展和智力发展的特点,从学生成长的实际需要出发,选择和确定基本的教学内容。这就应该从他们最常见和较为熟悉的心理现象,最需要解答的心理问题,最应该解决的心理矛盾入手,抓住锻炼心理品质、陶冶道德情操的几个重要方面,作为教育的课题,讲授一些为教育所必需的基本知识,最后归结到提高个人修养的自觉性和自我修养的能力上来,使整册教材的内容前后连贯,互相呼应,形成一个教育的整体。但是,每一课又各有其相对的独立性,每一个方面的教学内容都能自成一个教学单元,从而为教学的循序性和可选择性提供了条件。在教学上,应注意:教育的整体性,整个年级的教育和教学是一个整体,要有整体的设计,又要有分有合,各课有自己相对独立的内容和教学要求,不可能在一、二课中就把什么都讲清楚,该讲的、必要的、要讲清楚、讲透彻,不必要的就不讲,放到后面再去讲,还有一些内容是几处都有的,如理想和信念、追求;如热爱祖国、兴趣等。

根据《课程标准》的规定,按照教学内容来具体设定的识记、理解、运用三个不同层次的教学基本要求,这既是对各课教学的知识、觉悟、能力三个方面所要求达到的教学和教育要求的具体规定,又是对这些要求的一种限定。这门课程具有很强的实践性,教材特别注重引导学生把学习知识、形成观点、掌握方法同自己的心理、思想、品德的行为表现相联系,用来分析和解决自己遇到的问题和矛盾,做到学以致用,在教学中要有适当的活动。

第三,贴近学生实际,重视学生的学习主体地位。

心理品质教育是以个体的成长发展需要为出发点,指导和帮助学生解决成长过程中与心理素质有关的问题,目标是培养健全的人格。这就是说,是学生自己的事情,应该特别重视他们的学习主体地位。诚然,在教学过程中,学生是受教育者,需要从教师那里受到教益,得到关心、帮助和爱护。但是,学生是有着自觉能动性的个体,有思想,有感情,有主见,对于给予自己的教育,时时都会产生接受或拒绝、认同或反对、积极或消极的反应,由此就产生了不同的教育效果。所以,我们必须真正地把学生当成是接受教育的能动的主体。在本册教材中,这方面主要体现在启发和促进学生的学习兴趣和自觉参与上。如,通过课文的正面说理,以及语录、资料、故事、小栏目、阅读与思考、练习与活动等,力求激发起学生的内在心理需求,形成强烈的学习动机,吸引和启发他们主动积极地参与教学过程,在教师的帮助下,很有兴趣地、积极地学习,并且把所学习的知识同自己联系起来,去自己发现问题,自己提高认识,自己作出理智的选择,自己解决自己的问题。这就是说,让学生在自自己的学习、领悟、体验、实践的过程中,学到真正有用的知识,受到实际的教育,得到实际的收获和进步。所以,能否贯彻和运用启发式教学的原则和方法,是教学成败的关键,我们一定要想方设法使这门课程的学习变成学生自己的需要。

第四,以学生的成长发展为中心,注重心理训练和提高品德行为能力。

我们的社会正在走向现代化,社会主义市场经济体制的建立和发展,人们的开拓进取精神和竞争意识日益强化,都要求人们具有良好的心理素质。对中学生加强心理品质教育,其目的就是要提高他们的心理素质,以适应我国社会主义事业发展的需要。所以,我们的教材不应该仅仅只是让学生了解心理学的一般知识,也不是只去介绍那些心理疾病产生与防治知识,否则就难以实现德育课程的教学和教育目标。因此,本册教材力求能够体现这样一些原则:

1. 变单向的指示、规定为充满爱心的诱导和帮助。课文努力避免居高临下地去规定学生想什么、做什么和不想什么、不做什么,而是以关心、爱护、帮助的姿态,抓住学生思想认识上的盲点、误区和心理症结,进行启发诱导,给学生以实际的帮助。就是说,一定要启发、培养、提高学生的自觉性。

2. 变替代为指导。教材不是用“我打你通”、“我灌输你接受”的单纯说教方式,去把社会标准和行为规范交给学生,而是通过耐心细致和通情达理的讲道理,以及给榜样、提供实例、启发思考、行为操作等灵活的多种多样的形式,指导学生经过学习、思考和活动而变成自己的认识、思想、判断,并且作出抉择和付诸于行动。所以,老师要站在帮助、指导的地位,不是“指挥员”,而是“政治委员”、“指导员”和“参谋长”。

3. 知和行相统一。注重心理的训练和增强学生自我修养的意识和能力,这在心理品质教育和道德情操教育中,尤为重要。我们按照《课程标准》的规定,通过课文中设置小栏目、练习与活动,对学生进行必要的心理和行为训练,如总结交流自己的体会,发现自己心理品质方面的优势和弱点,提出有针对性的磨砺自己的任务等,具有操作性特点的训练,以提高他们的自我修养意识和自我锻炼能力。在教学中要给这些实际训练和操作的必要的时间、活动的保证,老师要重视这些本来就属于“课程标准”规定的要求。

第五,可读性与可教性相统一,向可读性倾斜。这也是一个重要的问题。对于教材,向可读性倾斜还是向可教性倾斜,至今仍然没有统一思想。其实,可读性和可教性二者并不矛盾,而是内在统一的。教材是学生学习的课本,当然应该把他们真正当作自己的对象,首先是写给他们读的,要让他们有兴趣去读,能够大体上读得懂,读了有收获。这就需要把课文编写得生动活泼,丰富多采,讲道理要浅显明白,能拓展视野,启发思想,指导行为。教材的可读性强了,提高了学生的学习兴趣 and 积极性,就会主动地去阅读课文,以活跃的思维去思考问题,带着求知的渴望聆听老师的讲解,自觉地接受教育和付诸于行动,于是可教性也就加强了。反之,如果一本教材,学生不愿读、不爱读,不去思考,不想接受其中讲的道理,还有什么可教性?即使“有”,也是表面的、虚假的,为着考试有个可接受的分数而学习,并没有真正达到教学目标,实际上也就没有真正的可教性。所以,教材能为学生所喜欢,爱读,认真去读,读不懂的地方会自己要求老师教育帮助,认识到了、接受了,就去实行,去做到,这才是真正的可教性。可见,可读性和可教性二者应该统一,也是可以统一的。为什么要向可读性倾斜?就是为了要争取学生对教材、对思想政治课、对政治老师有一个良好的关系,能够认同,能够自觉的接受。在我们这本教材里,每一课都有一些动人的富有教育意义的故事和事例,有较完整的“阅读与思考”的资料,有“想一想”、“说一说”、“议一议”、“填一填”、“比一比”、“试一试”、“做一做”……小栏目,让学生在课堂上可以“即兴”操作,既能够提高学习兴趣,又可以增强教育效果。还有,课后的“练习与活动”,不是要学生去重复书本上的名词、概念,去机械重复那些知识,而是紧扣每课教学内容的教学目标与要求,通过他们的认真思考,去回答一些问题,以达到巩固和提高认识、启发思想的目的。其中还有一项“活动建议”,都是学生力所能及而又具有教育意义的,应该引导学生去做一做。需要再补充地说一点的是,教材的可读性强了,确实也对老师提出了更高的要求,也就是说,需要任课的老师更好地钻研《课程标准》和教材,更多地了解学生的心理和品德状况,从而更有针对性地进行教育和教学。

# 前 言

## 一、基本观点和知识结构

### (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。

### (三) 知识结构

前言部分着重从高尚道德情操和培养青少年健康成长两个方面,说明培养良好心理品质的重要意义,以使学生了解初中一年级学习的思想政治课的内容、意义和方法,即学什么、为什么学和怎样学。

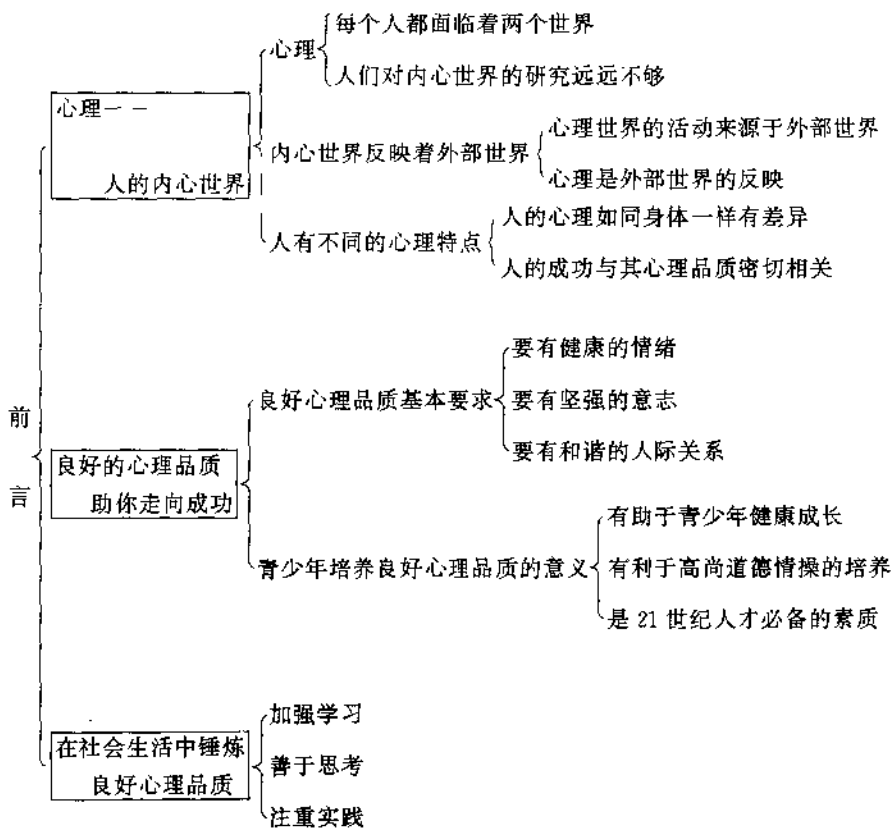
前言是本册书的引言,也是教学内容。它在本册书中具有统领全书的地位,告诉我们什么是心理、心理品质主要内容和学习它的意义,以及锻炼心理品质的主要方法。初一年级的思想政治课,是对学生进行良好心理品质、高尚道德情操和正确思想方法的教育。

学生们通过《前言》的学习,对初一思想政治课的教学内容,会有大概的了解,为后面的教学内容打下基础。

前言部分,有一个引言和三个框题。第一框题,“心理——人的内心世界”告诉学生,培养良好的心理品质,首先要知道和了解心理究竟是怎么回事,了解这本教材的主要内容和主要概念是什么。在了解了心理以及良好心理品质是什么的基础上,进入第二框题:“良好的心理品质助你走向成功”。在这里告诉学生,学习有关心理品质修养的知识,培养良好的心理品质,对个人的成长和成功具有现实意义,有利于身体健康发展,有利于高尚道德情操培养。人类将进入下一个世纪,我们应该把心理品质教育和高尚道德教育融为一体,同学们将成为 21 世纪的主力军,更需要具有健康的心理品质。第三框题:“在社会生活中锤炼良好的心理品质”,介绍了学习方法,学习——思索——实践,学生要懂得一些心理学的基本知识,要把这些知识与道德水平的提高融为一体,付诸实际生活,学会一些调节心理变化的方法,在社会生活中,保持健康、良好的心理状态,陶冶情操,提高心理品质水平,做有益于社会的人。可见,学好前言对于学好全书确实是很重要的。

本课内容的体系结构表

引言,同学们进入中学后,产生了种种想法,由此切入“什么是心理”。



## 二、教学和教育目标

(一) 初步认识心理是人的内心世界,人的言论、行动都与一定的心理有联系,心理世界的活动丰富多彩,它来源于外部世界。通过学习,使学生识记良好心理品质的基本要求。良好心理品质要有健康的情绪;要有坚强的意志;要有和谐的人际关系。良好的心理品质有助于青少年的健康成长;有利于高尚道德情操的培养;是 21 世纪人才必备素质。培养良好心理品质,要加强学习;善于思考;注重实践。

(二) 通过课文中的实例,联系自己的内心世界活动,培养以实例对照自己,联系自己的比较能力。并且初步培养学生归纳总结的能力,通过已有的知识学会逐步添加内容,掌握新

教学基本要求分项细目表

框 题	知 识 要 点	目标水平		
		识记	理解	运用
心理——人的内心世界	心理——人的内心世界	✓		
	人的言论、行动都与一定的心理有关系		✓	
良好的心理品质助你走向成功	良好的心理品质的基本要求	✓		
	培养良好心理品质的重要意义		✓	
在社会生活中锤炼良好的心理品质	在社会生活中锤炼良好的心理品质			✓



知识的能力。同时要求学生认真看书,深入思考,并培养他们尝试用所学的理论联系实际中出现的问题的能力。

(三)通过课文学习,懂得掌握一些心理品质方面知识的重要性,进而注意在学好各门知识课的同时,注重自己心理品质的培养与锻炼。良好的心理品质,一方面和心理知识有关,另一方面也和道德修养紧紧相连。良好的心理品质,有利于高尚道德情操的培养;而道德情操高尚的人,一般都具有良好的心理品质,注意在社会生活中去锤炼自己的心理品质,陶冶道德情操,做有益于社会的人。

### 三、教学内容和教学方法

引言部分,是从学生进入中学,由于学习环境的改变,一定会产生许多想法写起,并且举例说明了五个心理变化的小问题。告诉同学们,这些都是发生在成长过程中的心理问题,由于学生年龄小,学习环境又发生了变化,他们急于寻找问题的答案,寻求答案,就必须了解什么是心理。由此进入第一框题。

#### 第一框 心理——人的内心世界

##### 1. 教学要点

第一,什么是心理?心理就是人的内心世界,人的言论、行动都与一定的心理有联系。教材用比喻的方式表述了心理概念,每个人都面临着两个世界:外部世界和内心世界,心理就是人的内心世界。长期以来,人们比较重视对外部世界的学习和研究,可是对内心世界的研究远远不够。这本书就是在这方面给学生一些心理品质方面的知识,增强对心理品质问题的认识,要让学生们了解和知道人的心理现象是如何产生、如何发展的。

第二,内心世界反映着外部世界。人的心理不是天生的,它和外部世界有着密切的联系。一方面要告诉学生,心理世界的活动来源于外部世界,丰富多采的内心世界反映着色彩斑斓的外部世界,给学生一点辩证唯物主义的基本观点。另一方面也要在教学中注意培养学生注重实践,多与外界打交道,与周围环境相适应的能力,鼓励学生与周围的人和周围的事情多打交道,丰富心理活动,加强对外部世界的认识,为提高良好心理品质,全面发展奠定一些基础。

第三,人有不同的心理特点。人的心理和人的身体一样,是有差异的。要能够正确对待自己的心理特点,不要把自己的某些心理特点,认为是心理缺陷,背上思想包袱,影响自身的发展。要有意识地锻炼自己的心理品质。要告诉学生,凡是成功者,一般都具有良好的心理品质。

##### 2. 教学重点

“心理世界的活动来源于外部世界”是本框的教学重点。在了解心理是人的内心世界的基础上,培养学生用联系的方法,观察内心世界与外部世界的关系,提高他们认识内心世界与外部世界的能力,并且为后面具体讲述培养心理品质修养的具体方法,打下基础。要使学生了解,心理活动不是封闭的,要开阔眼界,走出个人生活的小天地,保持心理健康。

##### 3. 教学难点

“什么是心理”是本框的教学难点。这本教材的内容是培养学生健康的心理品质。所以,必须让学生了解什么是心理。只有对心理的概念有了基本认识后,才有可能进行后面的教学内容。但是,对于刚刚进入中学的学生来说,在理解心理概念上是有一定的困难的,它比较抽