

实践初中新课程改革标准 创设中考总复习实战工具

全能学练

Quannengxuelian

中考总复习

讲练测

ZHONGKAO
ZONGFUXI
JIANGLIAN

政治

陕教版

总主编 / 黎启阳

ZHENGZHI

2007

华东师范大学出版社



全能学练

——中考总复习讲练测

陕教版

政治



总主编	黎启阳		
本册主编	钟元军	胡代培	
副主编	李永明	陶赞红	
编者	李永明	刘颖	刘洪
	范晓红	廖章平	陶赞红
	王志恒	李小光	钟元军

华东师范大学出版社

图书在版编目(CIP)数据

中考总复习讲练测. 陕教版. 政治/钟元军, 胡代培主编. —上海: 华东师范大学出版社, 2006. 11

ISBN 7-5617-5101-X

I. 中... II. ①钟... ②胡... III. 政治课—初中—升学参考资料
IV. G634

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 140646 号

中考总复习讲练测
陕教版 政治

总 主 编 黎后阳
本册主编 钟元军 胡代培
策划组稿 巨东升
文字编辑 朱 茜
封面设计 文绍安
版式设计 四川华彩文化传播有限公司

出版发行 华东师范大学出版社
社 址 上海市中山北路 3663 号 邮编 200062
电 话 021-62450163 转各部 行政传真 021-62572105
网 址 <http://www.ecnupress.com.cn> <http://www.hdsdbook.com.cn>
市 场 部 传真 021-62860410 021-62602316
邮购零售 电话 021-62869887 021-54340188

印 刷 者 四川锦祝印务有限公司
开 本 880×1230 16 开
印 张 11
字 数 412 千字
版 次 2006 年 11 月第一版
印 次 2006 年 11 月第一次
印 数 10000
书 号 ISBN 7-5617-5101-X/G·2998
定 价 15.80 元

出 版 人 朱杰人

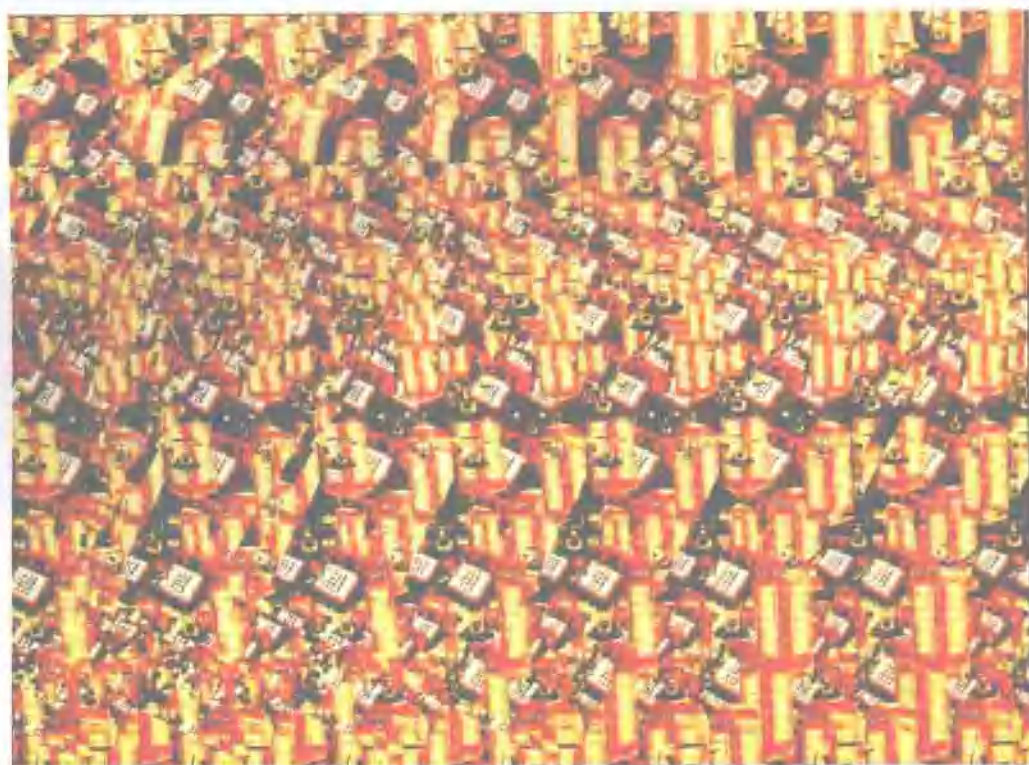
(如发现本版图书有印订质量问题, 请寄回本社市场部调换或电话 021-62865537 联系)

考考你的眼力

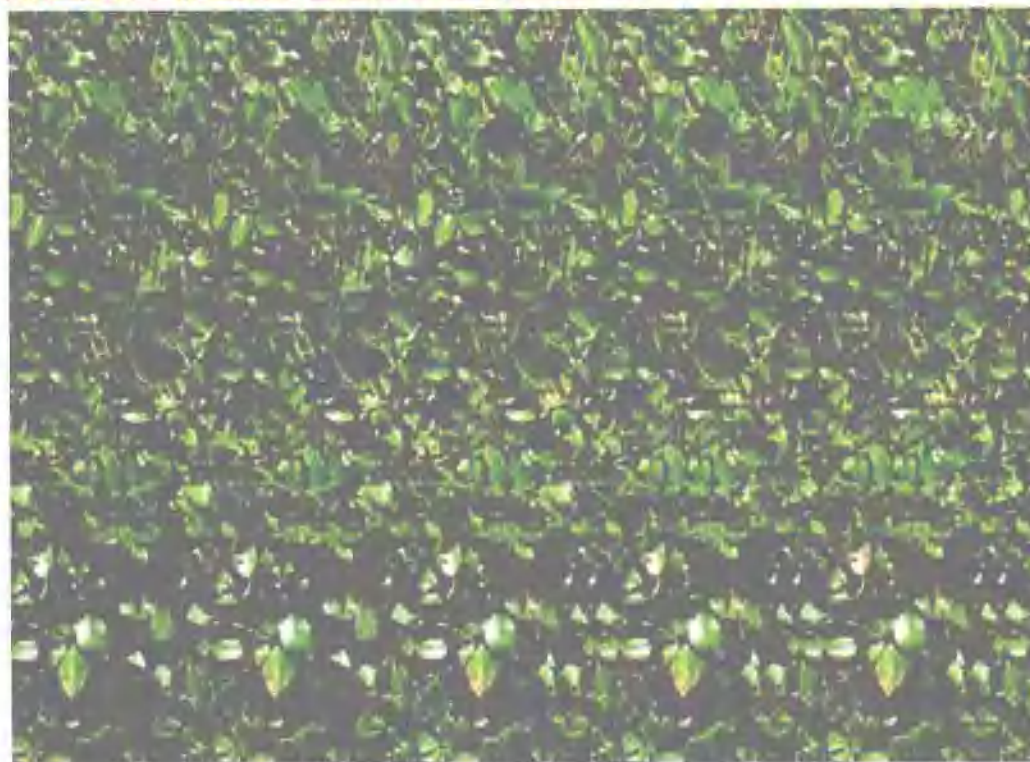
看看图上藏着什么？ 奇妙的立体三维图像

人有两只眼，两只眼有一定的距离。当人观察景物时，在一定的距离下，左眼向右，右眼向左，两只眼视线交叉，产生视差。比如你将你的一根手指置于眼前，用眼观看，视线角度不同时，会产生不同的效果。一种就是双眼都清楚地盯在手指上，这和平常看东西没什么差别；另一种就是两眼的视线交叉，则看上去有两只指头，这正是因为视线交叉后，使原图像投射到两边。三维立体图也正是应用这个原理，使经过处理的图像在人眼的视差下部分图像重叠，形成了立体图像。

视图方法：离图大约 30 厘米，然后直直地盯画面，好像在看画又好像在看画的后面，一会儿，你就会惊奇地看到……



电话机模型



袋鼠



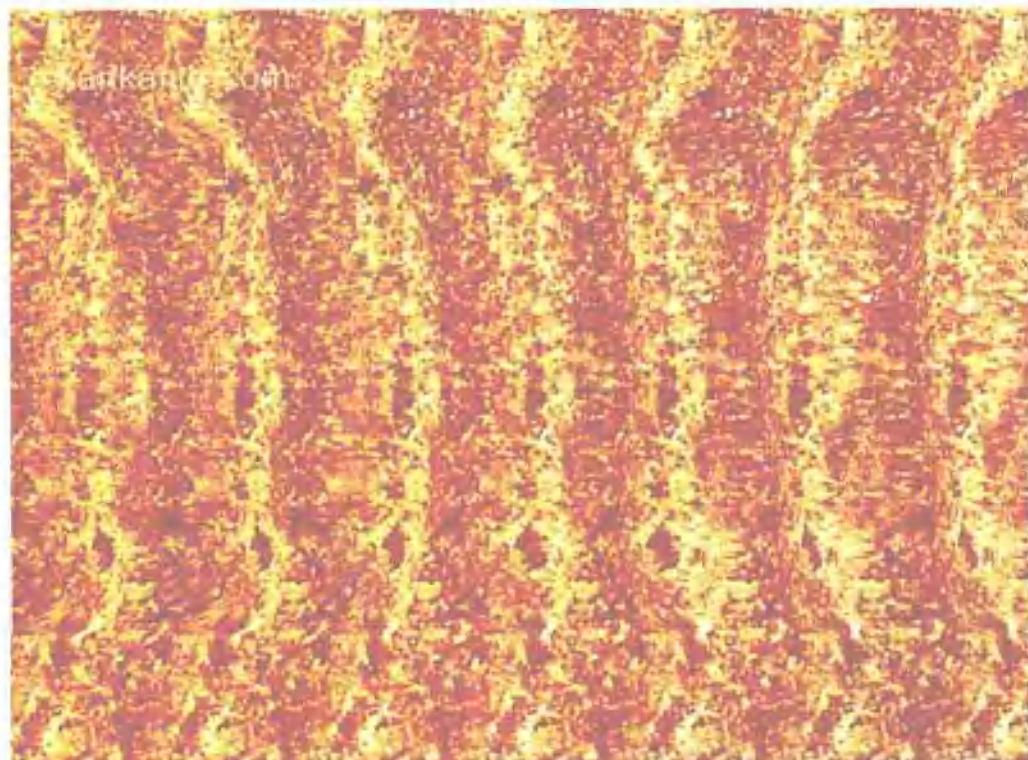
看看图上藏着什么？ 考考你的眼力

奇妙的立体
三维图像

错位人像板块



立体“OK”



编写说明

享誉全国的著名品牌教辅《全能学练——中考总复习讲练测》丛书，旨在以新课标精神和素质教育为指针，以培养学生自主、互动、合作、探究性学习习惯和创新能力为重点，多角度、全方位地将中考总复习的精讲、巧练、实测三大要素融为一体，立体互动、实战演练，为广大师生提供一套权威、全新、实用、好用的中考教辅精品。

丛书分为语文、数学、英语、物理、化学、政治、历史、地理、生物共九科17个分册，广泛适用于各地区各层次的初中毕业班学生。丛书紧跟中考改革动向，以全新的中考信息和训练体系诠释中考新理念，将中考考点、热点、重点、难点一网打尽，从根本上快速提升学生的综合素质和实战效果。

丛书根据新课标各科教材的特点及中考复习训练的具体要求，共设置了五大板块（篇）、四大栏目和十个小项。即：第一篇，基础知识专题复习与训练，分为“复习精要”（知识框架、考点聚焦、重点难点、热点直击、背记填空）、“典例精解”（易错点剖析、探究与拓展）、“真题精选”、“迎考精练”（基础过关训练、探究创新训练、整合提高训练）等四大栏目十个小项。第二篇，教材知识要点复习与训练（限语文、英语两科，其余科目无此篇）。第三篇，45（30）分钟单元过关检测。第四篇，90（60）分钟综合过关检测。第五篇，中考全真模拟试卷（共四套）。最后附参考答案及点拨、详解。

丛书精心设计系统复习的辅导内容和检测栏目，力求题型、题量、考试形式与各地区中考实际相一致。配套设置的45（30）分钟、90（60）分钟过关检测题，与各科各章节总复习内容同步，大大提升了复习过程中的实战演练效果。检测题和中考全真模拟试卷、全书参考答案及点拨，均采用16开或8开活页装订，将复习、训练和冲刺一体化解决，为学生提供实战兵法秘笈和考前热身经典，使用极为方便，时效性强。

丛书的编委由中考试题研究专家、各学科带头人、全国数十所名校名师组成。本着为教育事业服务的高度责任感和使命感，总编、作者、编辑们倾注了满腔心血，我们谨以此奉献给2007年九年级毕业班的广大师生！

欢迎选用2007年《全能学练——中考总复习讲练测》丛书。您成功的喜悦就是我们衷心的祝愿！

黎启阳

2006年11月



政治 • 陕教版

第一篇 基础知识专题复习与训练	(1)
第一部分 成长中的我	(1)
第一单元 正确认识自我	(1)
第二单元 不断完善自我	(8)
第三单元 努力战胜自我	(15)
第二部分 我与他人	(23)
第一单元 积极与他人交往	(23)
第二单元 与他人和谐相处	(32)
第三单元 热情为他人服务	(43)
第三部分 我与集体、社会	(50)
第一单元 正确认识社会	(50)
第二单元 积极适应社会	(59)
第三单元 承担社会责任	(68)
第四部分 我与国家	(78)
第一单元 知晓国情	(78)
第二单元 爱我中华	(86)
第三单元 报效祖国	(95)
第二篇 30 分钟单元过关检测	(105)
第三篇 60 分钟综合过关检测	(129)
第四篇 中考政治全真模拟试卷	(145)
参考答案及点拨、详解	(161)



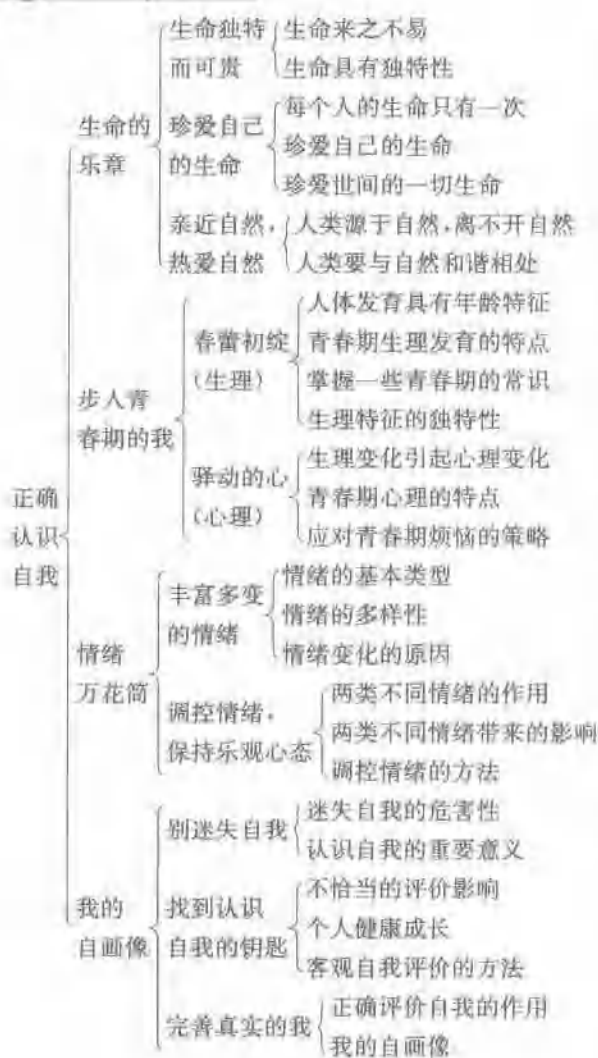
第一篇 基础知识专题复习与训练

第一部分 成长中的我

第一单元 正确认识自我

复习精要

知识框架



考点聚焦

A. 考试要求

考点1 生命的乐章

了解生命的起源和来源。理解生命的独特与可贵。懂得去珍爱自己的生命, 珍爱世间的一切生命, 达到人与自然和谐相处的境界。

考点2 青春期

理解青春期生理发育的特点以及青春期心理变化的特点。掌握应对青春期生理、心理变化的策略。

考点3 情绪

理解情绪的多样性, 知道情绪既是丰富多彩的, 又是不断变化的。理解情绪变化的原因, 知道不同情绪对人的影响不同。掌握调控情绪的方法。

考点4 自画像

了解正确认识自我、评价自我的重要性。掌握正确评价自我的方法。尤其是掌握客观地认识、评价自己的优点、缺点的方法。

B. 要点列举

1. 生命的乐章

(1) 人类是由古猿通过劳动进化而来的。地球上最早的生命是由无机物演变而来。每个生命都是独一无二的, 是短暂而有限的。

(2) 人类源于自然, 人类的生存和发展离不开自然, 人类必须尊重自然。人与自然关系的最高境界, 就是与自然和谐相处。

2. 青春期

(1) 青春期是一个人生理、心理发育最快的时期。生理方面呈现出身体外形急剧变化, 体内机能迅速健全, 性成熟开始等特点。对待自己生理变化应该采取的态度是: ①对不能改变的现实等不必自卑。②不必太在意别人的议论。③要随时拥有一份自信等。

(2) 青春期心理的特点主要是: 独立意识强烈; 性意识觉醒; 渴望独立与现实依赖相互矛盾等。对待心理方面的变化应采取的态度是: ①正确认识, 顺其自然。②远离不良诱惑。③树立远大理想。

3. 情绪

(1)情绪的基本类型是:喜、怒、哀、惧。按作用的不同,情绪分为:积极情绪和消极情绪。情绪对人的影响主要表现在:影响智力的正常发挥,影响人际关系的协调,影响身心健康。

(2)引起情绪变化的原因:人们由于心理需求、兴趣爱好、志向、接触的事物、对象和所处的环境不同造成的。调节不良情绪的方法有:回避法、转视法、宣泄法、自嘲法、心理换位法、升华法等。

4. 自画像

要实现人生目标,就必须正确认识自我。正确认识自我需要从多方面、多角度来评价自我。符合实际的自我评价,有利于个人的健康成长;不恰当的自我评价则会导致自卑或自负。

正确评价自我的方法有:自我评价、他人评价、与他人对比评价、自我测试等。通过全面认识和评价自我,可以明白自己的优点和缺点,进而不断改正自己的缺点,不断完善自己。



重点、难点

◆生命独特而可贵。可以通过了解生命的来之不易,生命的独特、短暂来体验生命的可贵。

◆人与自然的关系。既是重点又是难点。可以通过正反两方面对人处理与自然关系的态度进行评价。

◆坦然面对自己生理、心理的变化,学会克服青春期烦恼的方法。可以通过案例分析掌握方法。

◆理解情绪的多样性,学会调节和控制情绪。可以通过事例和案例分析掌握方法。

◆掌握认识、评价自我的方法。可以通过体验各种评价方法,在实践中掌握。

◆认识正确评价自我的重要性。可以通过正反两方面对人进行评价。



重点、直击

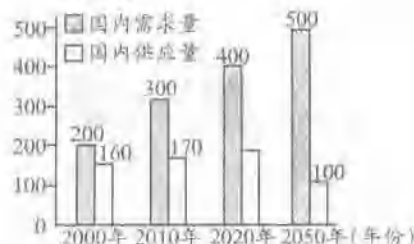
1. 人与自然和谐相处

2. 珍爱生命

例1 【2006·绵阳】材料一:2006年4月9日~12日,为促进绵阳市经济发展,推动社会主义新农村建设,以“走进两弹一星,探源李白文化,体验原始山水,畅游神奇绵阳”为主题的国际李白文化旅游节暨绵阳市第三届旅游发展大会,在绵阳市隆重举行。绵阳市优美的环境不仅吸引了国内外大量的客人前来投资,而且促进了绵阳市旅游事业的发展,仅“五一”黄金周全市旅游收入就达2.38亿元,同比增长120.11%。

材料二:据统计,今年“五一”黄金周期间,私家车出行旅游创下历史新高,也使我国的石油需求量不断增加。

(万吨)



阅读上述材料(含图),结合教材的有关知识,回答下列问题。

(1)在发展旅游业的过程中,绵阳市十分注重保护环境,实现人与自然的和谐相处。结合教材简要说明我们为什么要重视环境保护?

答案 这是由我国面临的环境形势决定的。从总体上看,我国生态环境恶化的趋势初步得到遏制,但目前形势依然严峻,不容乐观。这是实施可持续发展的要求,经济发展必须以保护环境为前提,正确处理好经济发展与环境保护的关系。(考生如果答出是坚持科学发展观,构建和谐社会的客观要求。只有保护环境,实现人与自然的和谐相处,才有助于构建和谐社会。是建设资源节约型、环境友好型社会的要求等内容,同样可以)

(2)材料二(含图)反映了什么问题?

答案 随着我国经济的发展,人民生活水平的提高,对石油的需求量不断增长,致使我国面临严峻的石油短缺问题。(如果考生答出我国石油供需缺口不断扩大,存在严重的石油危机隐患,酌情加分。)

(3)请你为解决上述问题提出几条措施?

答案 在全社会树立节能意识,节约能源,提高能源的利用率。关闭耗能高、效益低的企业。加大在石油行业的科技创新,寻找新的石油资源和开发替代能源。(如果考生答出优化能源结构,增加石油战略储备,进口石油多元化等同样可以)

例2 《中学生日常行为规范》规定:中学生要“珍爱生命,不吸烟,不喝酒”。2005年3月1日,正式生效的某市《未成年人保护条例》第二十四条也明确规定:任何经营场所不得向未成年人出售烟酒。

据此某中学一研究性学习小组以“让中学生远离烟酒”为主题,开展调查研究,请你参与解决其中的一些问题。

(1)简要说明开展这次活动的目的。

答案 加深对《规范》和《条例》相关规定的认识,提高大家收集、处理信息的能力,培养合作意识;引导同学们加强自律,真正远离烟酒。(答出其中两点即可)

(2)该小组同学通过问卷调查的方式,对本校同学吸烟和饮酒的情况进行了调查,得到下列数据:

性别	吸烟率	饮酒率
男	22.8%	34.5%
女	1%	9%

注:此处的吸烟率,饮酒率指偶尔或经常吸烟、饮酒的同学在被调查对象中所占的比重。



从上述数据中你可以得出什么结论?

答案 在这校初中生中,吸烟、饮酒的同学占有一定的比例,其中男生的情况较为严重。

(3)在调查“你对‘任何经营场所不得向未在成年人出售烟酒’的规定有何看法”时,绝大多数被调查者表示“支持”这一规定。但也有相当一部分被调查者对其能否得到有效执行表示担忧,理由主要有:“商家利益至上,不卖会吃亏。”“没有规定顾客购买烟酒时需要出示身份证。”“没有相应的监督和惩戒措施。”部分同学认为吸烟和饮酒很“酷”,很时尚。

根据这项调查结果,请谈谈你认为如何才能使中学生远离烟酒?

答案 ①完善相关的监督和惩戒措施,同时执法部门要严格执法。②商家应守法经营,严格遵守不向未成年人出售烟酒的规定。③青少年要养成良好的生活习惯,提高自身的修养,学会自我保护。(若从加强对未成年人的保护角度回答,言之有理也可)

背记·填空

- 1.人类是由_____进化而来的;地球上最早的生命是由_____演变而来。
- 2.像自然界的花草有着春华秋实的季节变化一样,人体的发育也具有明显的_____。
- 3.人的生理发育有个体差异,我们必须尊重每个同学的生理发育特点,不能因为_____原因取笑别人。
- 4.随着年龄的增长,生理发育趋向成熟,少男少女对自己在家庭、学校中的“被动”地位感到不满,开始出现_____意识。
- 5.情绪是人们对_____的主观体验,是人的_____得到满足与否的反映。
- 6.通常我们把可以促使人积极行动,对身心健康有益的情绪,称为_____;把可能削弱人的活动能力,影响身心健康的情绪,称为_____。
- 7.积极情绪与消极情绪对人的智力正常发挥,_____和_____起着完全不同的作用。

典例精解

例1 【2006·湖州】一位学者曾说:“不会抑制自己情绪的人,就是一台被损坏了的机器。”可见,学会调节和控制情绪十分重要。下列同学调控情绪的做法可取的是 ()

①小红与同学发生误会时,会用诙谐的语言打破僵局,平息怒气;

②小田被老师批评后,故意不认真听课,以发泄自己心中的不快;

③小刚考试遇到难题就浑身紧张,但他通过做深呼吸的方法来放松自己;

④小伟与父母发生矛盾时,自己感觉委屈,就乱摔东西,以泄不满。

A. ①②

B. ①③

C. ②④

D. ③④

解析 此题考查应用知识解决实际问题的能力。②④的做法是错误的,发泄心中的不快必须是合理的。①③的做法是正确的。

答案 B

例2 【2006·太原】右图形象地说明了 ()

A. 喜怒哀惧是人最基本的情绪

B. 兴趣不同,情绪感受就不同

C. 性格不同,情绪感受就不同

D. 我们每个人都是自己情绪的主人



解析 此题考查运用知识分析漫画的能力。A、B、C的说法都是正确的,但只有B的说法才与漫画表达的意思一致。

答案 B

例3 材料:西晋时,有一个青年叫周处,在乡里横行霸道。一天,他看见一位老人在充实的粮仓边唉声叹气,觉得十分奇怪,便问老人:“今年的收成挺不错,还有什么烦恼的呢?”老人说:“乡里的三害还没除掉呢!”周处追问有哪三害,老人回答:“南山猛虎,长桥蛟龙,再加上你,祸害乡里,搅扰民生。”周处决心除掉三害,他杀猛虎,屠蛟龙,外出求学,注意自己品行的修养,后来成为了国家的栋梁。

运用所学知识,回答下列问题。

(1)周处是用什么方法进行自我认识的?

(2)周处最终成为国家栋梁,给了我们什么启示?

解析 第(1)问要求认真阅读材料,从材料中提炼观点。第(2)问要求能从材料中悟出道理,受到启发,并在实践中改正自己的缺点和不足。

答案 (1)周处是从他人的态度与评价中认识自己的。

(2)我们要善于通过他人了解自己,以虚心和诚恳的态度向他人征求对自己的意见或建议,并在行动上认真加以改正。

例4 材料:记者在上海机场对在那里苦苦等待了十余个小时,盼望韩国歌星到来的“哈韩族”进行了采访,同一群学生样的“哈韩族”展开了一次对话。

记者:你们来是要合影还是签名?

“哈韩族”:我们就是来看看他们,能够看到他们我们就心满意足了。

记者:为什么要来看他们?

“哈韩族”:要给他们打气,给“东方神起”打气,最近他们发生车祸,解散传闻不断,我们想要告诉他们不要解散,因为我们爱他们。

记者:为什么他们魅力这么大?

“哈韩族”，也许这个年龄就喜欢这些东西吧！

记者：你觉得如果你到30岁时，还会喜欢他们吗？

“哈韩族”：大概不会了吧。

记者：你们喜欢他们是因为自己感到孤单吗？

“哈韩族”：不知道。

假如你是那位记者，面对这些狂热的“哈韩族”，你想对他们说些什么？

解析 该题意在培养我们的阅读能力和审题能力。面对“哈韩族”我们应持的态度是：对于外来文化，我们要明辨是非，批判地吸收，而不能一味地采用“拿来主义”迷失了自我。因此，回答该问题的角度是正确对待外来文化，别迷失了自我。

答案 开放的中国，给了我们了解世界，走向世界的机会。但在走向世界的同时，我们不能迷失了自我，要珍爱自己的精神家园，弘扬民族的传统文化。对待外来文化，不能盲目狂热，盲目追求，要不断提高自己明辨是非的能力，学会批判地吸收。

探究与拓展

例1 材料：李晓同学上中学以后，很长一段时间对陌生的环境都不能适应，他总是看不惯别人，甚至老师。他父母是行政干部，经常在外面应酬，因此李晓很少得到他们的关心，回家后经常吃不上饭……李晓很苦恼，很困惑，他不知道生活的意义究竟是什么？

根据上述材料回答下列问题。

(1)你认为李晓产生困惑的原因是什么？

答案 对陌生的环境不适应；父母很少关心他，回家经常吃不上饭。

(2)这些困惑可能产生什么样的后果？

答案 这些困惑可能使他产生消极情绪，影响他智力的正常发育以致影响到其正常的学习、生活，影响他与父母、朋友之间的关系，影响他的身心健康。

(3)请你给李晓一些好的建议，让他尽快走出困境。

答案 ①树立远大理想，培养宽广的胸怀，不要总看不惯别人。②热爱生活，培养乐观的生活态度，主动追求生活之美。③培养兴趣爱好，丰富自己的生活。④理智地控制自己的情绪，如：自我暗示，时时提醒自己；转移注意力，把时间和精力放到学习中去；合理发泄，向老师或好朋友倾诉心中的烦恼等。

例2 观察下面的漫画，回答问题。



受表扬——气球 挨批评——铅球 遇困难——泄气的皮球

(1)这三幅漫画说明了什么？

答案 人的情绪是不断变化的(受表扬，趾高气扬，飘飘

然；挨批评，垂头丧气；遇到困难，勇气全无)。这表明其不能调节和控制好自己的情绪。

(2)针对这三幅漫画所反映的内容，谈谈我们应怎样做？

答案 我们应知道人的情绪需要调节，具体调节的方法包括：回避法、转视法、宣泄法、自嘲法、心理换位法、升华法等。我们可以根据不同的情况和个人的特点灵活加以运用。

真题精选

1.【2006·武汉】“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

2.【2006·太原】性格内向的小璐，从来不敢参加班级活动，为此她感到很苦恼，决定改变自己。于是，每天早晨她都会对着镜子大声朗读。坚持了一段时间以后，她逐渐变得大胆、开朗了，也敢参与班级的事情了。小璐的变化说明 ()

- A. 小璐天生活泼，只是以前没有表现出来而已
- B. 养成良好的行为习惯，对塑造良好性格十分重要
- C. 每个人都应该发挥自己的性格优势
- D. 每个人的性格既有优点，又有弱点

3.【2006·江西】看下图，大写字母“i”，畅想青春的意义 ()



①青春是单个的人，是独立的人；②意味着你长大了，不再依靠父母老师了；③意味着你有独立的人格，自主的能力，能对自己的行为负责了；④意味着你已进入青春期了。

- A. ①②③
- B. ②③④
- C. ①③④
- D. ①②④

4.【2006·山西】下列说法正确的是 ()

- A. 心理健康的人品德一定好
- B. 最基本的情绪有：喜、怒、哀、乐
- C. 外向型性格优于内向型性格
- D. 惰性是培养意志的天敌

5.【2006·山西】“有眼睛看别人，无镜子照自己”所犯的错误的是 ()

- A. 勇于自省，严于律己
- B. 没有看到自己的优点
- C. 只严格要求别人，不严格要求自己
- D. 严格要求别人，也严格要求自己



6.【2005·长沙】关于下图,说法正确的是



①他们的行为是不道德的;②小草也有生命,需要我们呵护;
③他们的行为对环境没有什么影响;④保护环境从我做起,从现在做起。

A. ①③④

B. ①②④

C. ①②③④

D. ①②

7.【2006·湖北】“人之居,大自然,蓝地球,我家园……”《中华环保三字经》利用三字经这种传统形式,赋予环保知识和行为规范崭新的内容,为人们提供了一种朗朗上口,喜闻乐见的环保教育科普读物。2005年4月28日,“关爱环保,从我做起”暨《中华环保三字经》全国社区活动正式启动。

(1)下列内容选自《中华环保三字经》,请完成前后相关两句的连线。

垃圾多	可利用
废弃物	冲厕所
洗衣水	随手关
水龙头	分类装

(2)随手丢弃废纸、废塑料袋、废饮料瓶(罐)是校园内普遍存在的问题。针对这一问题,你将如何组织全班同学开展一次“关爱环保,从我做起”的主题班会活动?

8.【2006·浙江】阅读下面的故事,回答问题。

清晨,沙漠中的小虫们早早起床,从沙丘底部爬上来,在沙丘顶上列队,一大排地竖起身子,把它们光滑的背甲对着同一个方向,在太阳还没有升起的时候,会有一阵清风吹来,拂过沙丘的表面,爬上小虫的身体。小虫们长时间一动不动,在它们的背甲上悄悄地凝起了水珠,这是晨风带来的仅有的一点湿润,水珠越聚越大,它们相互融合,终于汇成了一颗水滴。水滴从小虫的背甲上流下来,流过脖子,脑袋和鼻子,最后流到嘴边,成了这只小小的甲壳虫一天赖以维系生命的甘露。它们每天都重复着这样的劳作,靠这一滴水一次次地将自己的生命垫起,再垫起!小虫仅仅为了一滴要

活命的水,静静地立在沙丘上立起。

读了这个故事,想必你同我一样被深深地感动了。请将你真实的感受告诉给老师和同学。



迎考精练

一、单项选择题

1. 中国有女娲造人的神话,西方也有上帝造人说,那么人类到底是如何产生的呢?下列说法正确的是 ()

- A. 人类是由上帝创造的
- B. 人类是外星人的后代
- C. 人类是由古猿进化而来的
- D. 人类是女娲创造的

2. “生命是有限的,为人民服务是无限的。”使有限的生命无限延伸,则需 ()

- A. 祈求上帝延长生命
- B. 在平凡的岗位上踏实工作
- C. 为社会多做贡献
- D. 不断战胜自己

3. 人类与众多生命共存于世,人类应该 ()

- A. 尊重自然,与自然和谐相处
- B. 为了建设社会主义,可以适当破坏环境
- C. 过度开发,不断索取
- D. 只顾眼前生活得好,不管后代的需求

4. 俗话说:“金无足赤,人无完人。”因此个头矮小或身体有残疾的人面对现实最好的办法是 ()

- A. 抱怨难过
- B. 遮掩苦恼
- C. 埋怨父母
- D. 坦然接受

5. “人有悲欢离合,月有阴晴圆缺,此事古难全。”这说明 ()

- ①人的情绪是无法调控的;②世界上不存在没有任何情绪感受的人;③一个人不可能时刻都保持愉快的心情;④一个人总是会因失败而感到痛苦,这不可改变。

- A. ①②
- B. ③④
- C. ①④
- D. ②④

6. 下列调控情绪的方法,正确的有 ()

- ①遇到不顺心的事时找朋友交谈,吐一吐心中的苦闷;
- ②忧愁郁闷的时候就喝酒,因为“一醉解千愁”;
- ③情绪低落时找几个同学去踢球,调节一下心情;
- ④烦躁的时候在家里大吵大闹,乱摔东西,发泄心中不快。

- A. ①②
- B. ①③



C. ②③

D. ①④

7. 下列不属于青春期生理变化的是 ()

- A. 身体外形的变化
B. 身体内部器官的变化
C. 性机能的成熟
D. 心理充满矛盾

8. 俄国作家契诃夫曾这样说：“要是火柴在你口袋里燃烧起来，那么你应该高兴，而且应感谢上苍，多亏你的口袋不是火药库。要是你的手指扎了一根刺，那么你应该高兴，挺好，多亏这刺不是扎在眼睛里。依此类推……照我的劝告去做吧，你的生活将会欢乐无穷。”契诃夫运用的调节情绪的方法是 ()

- A. 改变环境
B. 自我安慰法
C. 升华法
D. 发泄法

9. 有人曾总结出这样的经验：当你生气时，先数到十，然后再说话；假如怒火中烧，那么就数到一百。一位文学家曾劝告那些刚愎自用、喜欢争吵的人时说过，在谈话之前，把舌头在嘴里转十个圈，这对于避免冲动、消除怒气是有益的。上面所说的调节情绪的方法是 ()

- A. 自我暗示法
B. 升华法
C. 转移注意力
D. 合理宣泄法

10. 毛泽东所具有的“红军不怕远征难，万水千山只等闲……更喜岷山千里雪，三军过后尽开颜”的乐观主义精神，正是他领导红军战胜艰难困苦，取得长征胜利的重要心理因素。这主要说明 ()

- A. 积极情绪是激励人们战胜艰难困苦的推动力
B. 消极情绪会抑制人们的活动能力和意志
C. 不同的情绪会对个人智力发展产生不同的影响
D. 主动控制情绪是获取成功的一个重要条件

11. 戏剧大师莎士比亚说：“适当的悲哀可以表示感情的深切，过度的伤心却可能证明智慧的欠缺。”这句话告诉我们 ()

- ①要主动控制自己的情绪；
②可以随意发泄自己的情绪；
③应经常保持忧郁的心情；
④要学会用理智控制情绪。

- A. ①②
B. ③④
C. ①③
D. ①④

12. “尺有所短，寸有所长”这句话给我们的启示是 ()

- A. 要正确认识自己
B. 要看到自己的长处
C. 要看到自己的短处
D. 长短是相对而言的

13. 玫瑰虽香，却浑身长满了扎人的刺；种子虽小，却有让大力士瞠目的力量。这说明 ()

- ①金无足赤，人无完人；
②尺有所短，寸有所长；
③十全十美的事物是不存在的；
④每个人都有优点，所以我们要善于正确认识自己，做到扬

长避短。

A. ①②③④

B. ①②③

C. ②③④

D. ①②④

14. 右图为一幅“一支不依附任何东西的藤条”的自画像，它反映了我们当代中学生 ()



- A. 情感丰富，热情高涨
B. 珍视友谊，渴望交往
C. 朝气蓬勃，勇于探索
D. 独立意识，自主意识的增强

15. 每年的春季，“沙尘暴”就频频光顾我国北方大部分地区，给人们的出行带来了极大的不便，更使人们产生一种焦躁心理。导致人们产生这种内心感受的原因是 ()

- A. 不良情绪的困扰
B. 急躁性格的暴露
C. 心理偏差的影响
D. 自然因素的作用

二、非选择题

16. “小小少年，很少烦恼，眼望四周阳光照。小小少年，很少烦恼，但愿永远这样好……小小少年，很少烦恼，无忧无虑乐陶陶。但有一天，风波突起，忧虑烦恼都到了。一年一年时间飞驰，小小少年在长高。随着年岁由小变大，他的烦恼增加了。”

(1) 这是否使你产生了共鸣？为什么小小少年“随着年岁由小变大，他的烦恼增加了”？

(2) 你是否也像歌中唱的那样“但有一天，风波突起，忧虑烦恼都到了”？在成长、学习、生活中你都遇到了哪些烦恼？

(3) 歌中唱到“小小少年，很少烦恼，但愿永远这样好。”是否说明我们遇到的烦心事都是不好的呢？有哪些切实有效的方法或途径可以让我们的青春期“无忧无虑乐陶陶”？



17. 材料:到达德国港口城市汉堡,公派的驻地同事为我们接风洗尘。同事看到大家饥饿的样子,就多点了些菜。这一餐很快就结束了,还有三分之一没有吃掉,剩在桌面上。

出门没走几步,餐馆里就有人叫我们:“是谁的东西落下了?”刚才邻桌的几个白人老太太也追出来,说我们剩的菜太多了,太浪费了。

“我们吃饭买单,剩多少,关你老太太什么事?”同事阿桂站出来说。听到这话,为首的老太太马上掏出手机拨打电话,叫来了社会保障机构的工作人员。

问清情况后,这位工作人员开出了 50 马克的罚单,并郑重地对我们说:“需要吃多少,就点多少!钱是你们自己的,但资源是全社会的,世界上还有很多人缺少资源,你们不能够也没有理由浪费!”

——《一张令人汗颜的罚单》

阅读上述材料回答下列问题。

(1) 当前,在日常生活中还存在着不少浪费资源的现象。请你观察生活,至少列举出三种浪费资源的现象。

(2) 结合我国国情,说明“钱是你们自己的,但资源是全社会的”这句话包含的深刻道理。

背记填空参考答案

1. 猿 无机物 2. 年龄特征 3. 生理 4. 独立 5. 事物 需要 6. 积极情绪 消极情绪 7. 人际关系的协调 身心健康

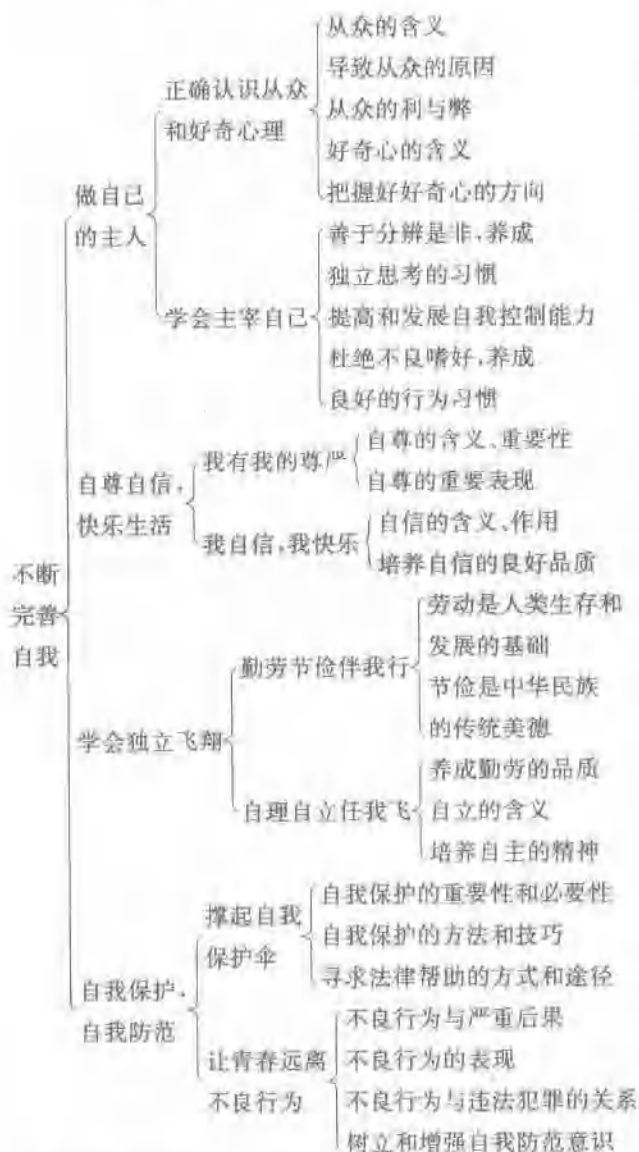


第二单元 不断完善自我

复习精要



知识框架



考点聚焦

A. 考试要求

考点1 从众与好奇心

了解导致从众和好奇心理的原因。正确理解从众和好奇心理,把握好好奇心的方向,掌握避免盲目从众的方法。培养独立思考,辨别是非和自我控制的能力。

考点2 自尊

了解自尊的含义。理解自尊和尊重别人是获得尊重的前提。理解自尊就要知耻,自尊决不等于自傲。知道以积极的心态和行动来培养自尊。

考点3 自信

了解自信的含义。了解自己的长处,消除自卑和自负的心理。理解自信能使人获得成功,掌握树立自信的方法。

考点4 勤劳节俭,自理自立

理解劳动在人类生存和发展中的重要性,勤劳节俭的必要性,养成勤劳节俭的良好习惯。理解自立的含义,培养劳动习惯和自立精神。

考点5 自我保护

了解自我保护的重要意义,掌握一些自我保护的方法和技巧。知道当自己的合法权益受到不法侵害时,要通过合法途径维护自己的正当权益。

考点6 自我防范

了解《预防未成年人犯罪法》规定的不良行为和严重不良行为的表现。理解不良行为和违法犯罪之间的关系,树立和增强自我防范意识。

B. 要点列举

1. 从众和好奇心

(1)从众的含义:指个体在社会群体的无形压力下,不知不觉或不由自主地与多数人保持一致行为的社会心理现象。通俗地说,就是“随大流”,即人们常说的“随波逐流”,“人云亦云”等。

(2)造成从众的原因很多,一般情况是:人们认为众人提供的信息更为全面可靠,不自觉地产生相信他人、依赖他人的心理。同时,人们一般都不想被别人看成越轨者,不愿和群体作对,不愿触众怒等。因此,往往在非重大问题上采取随波逐流、委曲求全的做法,做出从众的行为。

(3)从众的“利”是:有助于学习他人的智慧和经验,扩大视野,克服固执己见、盲目自信,修正自己的思维方式,减少不必要的烦恼等;从众的“弊”是:可能抹杀人们的个性和创造性,使人放弃独立思考的习惯,丧失独立思考的能力,使人变得无主见。

(4)好奇心的含义:人们面临新奇刺激情况时,产生惊奇而要探明现状与原因的一种倾向。

(5)好奇心是非常可贵的。它是求知的萌芽,是创造的起点,有利于我们去探索问题的究竟。青少年应珍惜和培养自己的好奇心。但是,如果好奇心指向了错误的方向,就会使人误入歧途。因此,一定要注意把握好好奇心的方向,使它在自己的学习和生活中发挥积极作用。

2. 主宰自己

(1)要避免盲目从众和把握好好奇心的方向,学会主宰自己,需要从三个方面努力:第一,善于明辨是非,养成独立思考的习惯。第二,提高和发展自我控制能力。第三,养成良好的



行为习惯。

(2)自我控制的含义:是指不受外界因素的引诱和影响,自觉地控制自己的情绪,约束自己的行为。

(3)具有自控能力的人,通常意志坚强,情绪稳定,注意力集中,有较强的组织纪律性,能较好地完成学习和工作任务。

3. 自尊

(1)自尊的含义:自尊也称自尊心,是一种自己尊重自己、爱护自己,并期望受到他人、集体和社会的尊重与爱护的心理。它包括两层含义:一是自我尊重和自我爱护。如:在容貌、衣着上修饰自己,在言行举止上约束自己,不允许别人歧视与侮辱自己等。二是包含有要求他人、集体和社会对自己尊重的期望心理,这比自我承认更重要。

(2)自尊的重要性:自尊和尊重别人是获得尊重的前提;一个人懂得了自尊,就不会做有损人格和名誉的事。

(3)自尊的重要表现:就是要知耻,自尊始于知耻;但自尊,决不等于自傲。

4. 自信

(1)自信的含义:自信又叫自信心,是一个人自己相信自己的心理,是相信自己有能力实现自己愿望的心理,是对自己力量的充分肯定。它与个人成功的生活经验有关。自信是基于自尊而产生的对自己的信心。

(2)自信的作用:自信是人们成才和成功不可缺少的重要心理品质。自信心能激励一个人下决心克服困难,成为强者。自信的人,不会盲从,不会自卑,也不应自负。

(3)树立自信心需要陶冶情操,欣赏自己,积累成功。

5. 勤劳节俭 自理自立

(1)劳动伴随着人类始终,劳动是人类生存和发展的基础。劳动创造了人本身。从猿转变到人的过程中,劳动起着决定性的作用;劳动是推动历史前进的动力;劳动创造着我们今天美好的生活。

(2)我们的生存和发展依赖劳动。要养成良好的劳动习惯,我们就要在日常生活中,从点滴做起。因此,应该参加必要的家务劳动和自我服务劳动,培养生活自理能力;同时还应该从小参加各种力所能及的公益劳动,培养尊重劳动的情感。

(3)财富是辛勤劳动的结晶。我们要珍惜劳动成果,养成勤劳节俭的优良品质。节俭不仅是中华民族的传统美德,也是人类传统美德中的一块瑰宝。

(4)自立的含义:就是在生活学习中要依靠自己的力量,不要依赖别人。

(5)我们在学习和生活中要自觉培养自立的优秀品质。尤其是要做到:独立完成学习任务;勇于发表自己的观点;独立管理好自己的时间,并做到劳逸结合。

6. 自我保护

(1)意外伤害已成为威胁我国 14 岁以下未成年人生命安全的“第一杀手”,青少年必须要增强自我保护能力。

(2)为了有效地保护自己,青少年应该学习和掌握一些自

我保护的方法,如:独自在家时,不随便给陌生人开门;学会拒绝不正当要求;坚决不与坏人坏事同流合污;上学、放学时,应与同学结伴而行等。

(3)当自己的合法权益受到侵害时,获得法律帮助的方式和途径有:向行政机关、社会团体和各种组织投诉,要求调解;依法向人民法院提起诉讼;打官司遇到经济困难时,可以获得国家的法律援助;可以求助律师事务所、公证处等机构给予帮助等。

7. 自我防范

(1)为了保障未成年人身心健康,培养未成年人良好品行,有效地预防未成年人犯罪,我国制定了《中华人民共和国预防未成年人犯罪法》,对未成年人不良行为和严重不良行为做了规定。

未成年人不得有下列不良行为:旷课,夜不归宿;携带管制刀具;打架斗殴、辱骂他人;强行向他人索要财物;偷窃、故意毁坏财物;参与赌博或者变相赌博;观看、收听色情、淫秽的音像制品、读物等;进入法律、法规规定未成年人不适宜进入的营业性歌舞厅等场所;其他严重违背社会公德的不良行为。

严重不良行为是指下列严重危害社会,尚不够刑事处罚的违法行为:纠集他人结伙滋事,扰乱治安;携带管制刀具,屡教不改;多次拦截殴打他人或者强行索要他人财物;传播淫秽的读物或者音像制品等;进行淫乱或者色情、卖淫活动;多次偷窃;参与赌博,屡教不改;吸食、注射毒品;其他严重危害社会的行为。

(2)不良行为、严重不良行为都是一种违法行为,如果及时纠正有可能发展为违法犯罪。许多违法犯罪行为都是从沾染不良习气开始的。青少年要重视道德修养,自觉遵纪守法,防微杜渐,防患于未然。

(3)预防不良行为,矫正严重不良行为,促进青少年健康成长,是全社会共同的责任,但更重要的是青少年要加强自我防范意识。



重点、难点

◆正确认识从众和好奇心。从众和好奇心都是一把“双刃剑”,可以通过分析其利和弊来把握。

◆能避免盲目从众心理和把握好好奇心的方向,学会主宰自己。不但要识记避免盲目从众的方法,而且能对具体问题的是非作出正确的判断。通过多分析案例来提高分辨是非的能力。

◆正确认识自尊自信。可以通过比较的方法来帮助理解:自卑——过低地评价自己,看不到自己的优点。自负——过高地评价自己,看不到自己的缺点。自信——恰当地评价自己的优、缺点。

◆分析劳动在人类生存和发展过程中的作用。可以从劳动在人的产生的过程中的重要性入手分析。

◆养成自理、自立的生活态度,培养自理、自立的能力。此



点不仅要懂得自理、自立的重要性和基本要求,而且还要通过实践培养自理、自立的能力。

◆掌握日常生活中自我保护的基本方法和技能。识记常识性的自我保护方法,还可以通过分析具体的案例来提高具体问题具体分析的能力。

◆增强自我防范意识。可以通过模拟练习来掌握技巧。



直击

1. 大力弘扬社会主义荣辱观
2. 自尊自信
3. 见义巧为

例1 胡锦涛总书记在关于树立社会主义荣辱观的讲话中,提出了“八荣八耻”的要求,其中要求我们“以艰苦奋斗为荣,以骄奢淫逸为耻”。今天之所以强调艰苦奋斗是因为

(A)

- A. 它是中华民族的传统美德,需要发扬光大
- B. 它是一个民族进步的灵魂
- C. 它是我们这个时代所特有的精神
- D. 它是在战争年代形成的传统美德

例2 【2006·太原】在楚汉之争中,刘邦广纳贤士,善于听取部下的意见,终成一代帝业;而项羽却自封“西楚霸王”,刚愎自用,置范增等人的建议于不顾,终落得乌江自刎。上述事例给我们的启示是

(D)

- A. 要自尊自信,不要虚荣嫉妒
- B. 要自尊自信,不要自卑自傲
- C. 要自尊自信,不要自轻自贱
- D. 要自尊自信,不要自傲自负

例3 【2006·天津】胡锦涛总书记指出,要教育广大干部群众特别是青少年树立社会主义荣辱观。某学校围绕“八荣八耻”开展专题教育活动。小明是校园电视台的小记者,为配合学校的专题教育活动,他抓拍了以下“校园镜头”,想以此为素材编制一个专题短片,引起大家对某些校园日常生活现象的思考。

校园镜头1 课间休息时,一位靠窗而坐的同学将废弃的纸屑随手抛出窗外。

校园镜头2 午餐后,一些尚未吃完的馒头、汉堡包、盒饭……被扔进了垃圾桶。

(1)请你结合上述材料,帮助小明给这个专题短片起一个主题。

答案 如荣辱,树新风。(答案不唯一)

(2)请你以编写“校园镜头”画外音的形式,发表自己的想法。

答案 校园镜头1画外音:遵守社会公德是每个公民的责任,每个公民社会公德意识的加强有利于社会的文明与进步,反之会影响他人和社会的正常生活秩序。

校园镜头2画外音:勤劳节俭、珍惜粮食是一种美德,奢侈

浪费的做法不只是个人行为的小事,而且对国家和社会产生了消极影响。

(3)小明想再搜集一些积极健康的“校园镜头”,请你为他提供一个素材。

答案 放学了,一个脚部受伤的同学被两位同学搀扶着走下楼梯,走出校园。(答案不唯一)

例1 一天傍晚,初中生小李回家路过一个仓库,发现库门已被人撬开,有人正把仓库内的电缆线往一辆小货车上搬。那人见被小李看到,赶忙掏出50元钱,对小李说:“你是什么都不说,这钱就是你的,否则,别怪我不客气!”小李见周围悄无一人,就……

如果你是小李,你会怎么办?说明你的理由。

答案 作为未成年人,既要有见义勇为的精神,又要做到见义巧为,要尽量在不伤害自己的前提下,维护正义。行动方式要恰当,理由叙述合理合法。示例:假装答应他的条件,偷偷记下车牌号码,迅速离开,再打电话报警。这样做既可以协助公安机关抓住犯罪嫌疑人,又可以保证自己的人身安全。



背记, 填空

1. 从众是指个体在_____的无形压力下,不知不觉或不由自主地与_____保持一致行为的社会心理现象。
2. 从众是一把“双刃剑”,既有积极意义,又有消极影响。生活中不能_____,否则会带来不利影响。
3. 好奇是求知的_____,是创造的_____。科学的发明和创造很大程度上起因于发明创造者好奇的个性。
4. 好奇心是人们面临_____情况时,产生惊奇而要探明_____的一种倾向。
5. 要避免盲目从众,学会主宰自己,青少年必须_____,养成独立思考的习惯。还必须提高和发展_____,杜绝不良嗜好,养成良好的行为习惯。
6. 自我控制是指不受外界因素的_____和_____,自觉地控制自己的情绪,约束自己的行为。
7. 具有自控能力的人,通常意志_____,情绪_____,注意力集中,有较强的组织纪律性,能较好地完成学习和工作任务。
8. “人必自尊而人尊之,_____。”自尊和_____是获得尊重的前提。
9. 自尊,就要_____;自尊,决不能_____。
10. 自尊是自己对自己的_____,自信是基于_____而产生的对自己的信心。
11. 过高估计自己,不虚心接受别人的意见,会导致_____;缺乏自信心,当自己学习、生活遭受挫折时,容易产