



清江外国语学校
Qingjiang Foreign Languages School

YIGANG LIANG'AN YIMO
一纲两案一模

道德与法治·七年级

下册

姚源波 主编

课程纲要 导学案
训练案 生本模式



四川大学出版社



清江外国语学校

Qingjiang Foreign Languages School

YIGANG LIANG'AN YIMO

一纲两案一模

道德与法治·七年级

下册

主 编：姚源波

副 主 编：李方胜 陈建榕 汪祥利 葛 浩 吴绪海

杨昌龙 余汉清 江 文 罗 迪

执行主编：余汉清 江 文

本册主编：李习侠 董金玉 杨 秘

编 委：（排名不分先后）

余汉清 曾 敏 李习侠 董金玉 杨 秘

徐 红 李 春 袁立伟 黄晓英 吴克勇

李丕霞 吴碧桃 覃雪松 刘 荣 宋玉红

卢长艳 胡 政 向君宇



四川大学出版社

目 录

导学案

第一课 《青春的邀约》导学案	001
第一框 悄悄变化的我	002
第二框 成长的不仅仅是身体	003
第二课 《青春的心弦》导学案	005
第一框 男生女生	006
第二框 青春萌动	007
第三课 《青春的证明》导学案	009
第一框 青春飞扬	010
第二框 青春有格	011
第四课 《揭开情绪的面纱》导学案	013
第一框 青春的情绪	014
第二框 情绪的管理	016
第五课 《品出情感的韵味》导学案	018
第一框 我们的情感世界	019
第二框 在品味情感中成长	020
第六课 《“我”和“我们”》导学案	022
第一框 集体生活邀请我	023
第二框 集体生活成就我	025
第七课 《共奏和谐乐章》导学案	027
第一框 单音与和声	028
第二框 节奏与旋律	029
第八课 《美好集体有我在》导学案	031
第一框 憧憬美好集体	032
第二框 我与集体共成长	033
第九课 《法律在我们身边》导学案	034
第一框 生活需要法律	035
第二框 法律保障生活	036



第十课 《法律伴我们成长》导学案	037
第一框 法律为我们护航	037
第二框 我们与法律同行	039

训练案

第一课 《青春的邀约》训练案	040
第二课 《青春的心弦》训练案	044
第三课 《青春的证明》训练案	048
第四课 《揭开情绪的面纱》训练案	052
第五课 《品出情感的韵味》训练案	056
第六课 《“我”和“我们”》训练案	060
第七课 《共奏和谐乐章》训练案	064
第八课 《美好集体有我在》训练案	069
第九课 《法律在我们身边》训练案	073
第十课 《法律伴我们成长》训练案	077

答题卡

第一课 《青春的邀约》答题卡	081
第二课 《青春的心弦》答题卡	083
第三课 《青春的证明》答题卡	085
第四课 《揭开情绪的面纱》答题卡	087
第五课 《品出情感的韵味》答题卡	089
第六课 《“我”和“我们”》答题卡	091
第七课 《共奏和谐乐章》答题卡	093
第八课 《美好集体有我在》答题卡	095
第九课 《法律在我们身边》答题卡	097
第十课 《法律伴我们成长》答题卡	099

第一课 《青春的邀约》导学案



学习目标

（一）情感、态度与价值观目标

1. 感受青春成长的力量，体会青春的美好。
2. 感受青春发展的差异性，形成接纳自我，关爱他人的品质。
3. 关心自己的成长，培养追求美的意识，注重外在美，更要提升内在美。
4. 发挥青春期思维的长处，学会独立思考，培养批判精神和创新精神。

（二）能力目标

1. 学会正确认识和處理心理矛盾的方法。
2. 学会独立思考，运用批判思维的方法，积极开发创造潜力，提高发现问题、解决问题的能力。
3. 学会与他人交往，提升交往品质。

（三）知识目标

1. 了解青春期的生理变化和青春期的旺盛生命力的表现。
2. 了解青春期的矛盾心理的表现。
3. 知道独立思考和批判思维的表现。



学习重点

1. 归纳生理变化。
2. 学会正确处理青春期的心理矛盾。



学习难点

1. 发展独立思维和培养批判精神。
2. 开发创造潜力，做一名对国家和社会有用的创造者。



课程标准

1. 悦纳生理变化，促进心理和生理的协调发展。
2. 了解青春期的心理卫生常识，体会青春期的美好，学会克服青春期的烦恼，调控好自己的心理冲动。



3. 能够客观地认识自我, 积极地接纳自我, 形成客观和完整的自我概念。

第一框 悄悄变化的我



学习过程

(一) 运用经验, 导入新课

(二) 自主预习, 提出问题

(三) 活动探究, 交流分析

1. 活动一: 比一比。

(1) 问题: 从小学到现在自己发生了哪些变化? 比如身高、体重、肺活量、奔跑速度等。这些变化给你带来什么影响?

(2) 独立思考, 全班交流分享。

2. 活动二: 谈一谈。

(1) 青春期的你还有哪些烦恼呢?

(2) 为什么我们身体发育的情况各不相同呢?

(3) 你又是怎样看待这些不同和变化呢?

3. 活动三: 看一看。

(1) 展示几组矛盾心理的漫画, 让学生感同身受。

(2) 小组讨论问题: ①你有没有遇到过类似的矛盾心理? ②这些矛盾心理有什么影响呢? ③与同学讨论问题出现的原因以及解决方式有哪些。



(四) 拓展空间, 灵活运用

(五) 课堂总结, 知识梳理

第二框 成长的不仅仅是身体



学习过程

(一) 运用经验, 导入新课

(二) 自主预习, 提出问题

(三) 活动探究, 交流分析

活动: 当自己的答案跟书本给出的标准答案不一样怎么办?

(1) 向学生提问, 学生分享。

(2) 展示材料:

成都某小学三年级的罗弋在做四年级的数学竞赛题集《培优新帮手》时遇到一道数学题, 算出答案“90”与标准答案“80”不符, 妈妈陈群只当儿子错了。“妈妈我没有错!” 后来爸妈听了他的算法之后, 同意了儿子的想法, 多处沟通求证。

而在求证的过程中, 家长发现这道题不仅考倒了一些高校的数学高才生, 更是作为两届奥赛的考题



出现,其错误答案被出版社沿用5年无人察觉。最终他们5次沟通出版社纠正了答案。

(3) 小组讨论问题:①这位小朋友具有什么精神?②这种精神起到了什么作用呢?③怎样才能拥有这种精神呢?你能做到吗?

(四) 拓展空间,灵活运用

(五) 课堂总结,知识梳理

第二课 《青春的心弦》导学案



学习目标

(一) 情感、态度与价值观目标

1. 以正确的态度对待性别差异。
2. 初步树立正确的爱情观。
3. 体会青春期的美好。

(二) 能力目标

1. 掌握与异性交往的原则与尺度，建立与异性之间的友谊。
2. 学会恰当处理异性之间的朦胧情感。

(三) 知识目标

1. 了解男生、女生的性别差异和性别优势。
2. 理解男生、女生优势互补的意义。
3. 知道对异性的欣赏和向往并不是真正的爱情。



学习重点

1. 男生、女生的性别差异和性别优势。
2. 男生、女生优势互补的意义。
3. 正确认识青春萌动。



学习难点

1. 懂得如何与异性交往。
2. 对异性的欣赏和向往并不是真正的爱情。



课程标准

1. 学会用恰当的方式与同龄人交往，建立同学间的真诚友谊。
2. 认识异性同学之间的交往与友谊，把握原则与尺度。
3. 了解青春期心理卫生常识，体会青春期的美好，学会克服青春期的烦恼，调控好自己的心理冲动。



第一框 男生女生



学习过程

(一) 运用经验, 导入新课

(二) 自主预习, 提出问题

(三) 活动探究, 交流分析

1. 活动一: 快速问答。

(1) 请男生们快速回答以下问题:

你平常都有些什么爱好?

你擅长的科目有哪些?

你是什么样的性格?

你印象中哪些词是形容女生的?

(2) 请女生们快速回答以下问题:

你平常都有些什么爱好?

你擅长的科目有哪些?

你是什么样的性格?

你印象中哪些词是形容男生的?

(3) 通过以上活动你发现了什么?

2. 活动二: 角色扮演。

(1) 一名同学上台扮演任意性别角色, 猜猜他扮演的是男生还是女生。

(2) 问题: 你是通过什么样的特征来判断台上同学扮演的角色的? 所有的男生(女生)都具有这样的特征吗?



3. 活动三：出谋划策。

活动要求：新学期开学，我们班要完成以下任务——搬运新书、分发课本、擦玻璃、挂窗帘、搬课桌、收费、打扫卫生区的落叶、拖地、扫地、擦墙壁。

问题：你会让男生、女生各承担什么任务？你这样安排的理由是什么？

讨论：如何正确认识男生、女生的性别优势？

（四）拓展空间，灵活运用

（五）课堂总结，知识梳理

第二框 青春萌动



学习过程

（一）运用经验，导入新课

（二）自主预习，提出问题

（三）活动探究，交流分析

1. 活动一：运用你的经验。

（1）写出你心目中理想异性的特点，看看这些特点集中在哪些方面？如外貌、性格、能力、品质等。



(2) 全班分享交流。

2. 活动二：探究与分享。

阅读教材第 18 页探究与分享两个情景，回答课本中三个问题。

3. 活动三：探究与分享。

假如我校有这样的校规：

- 男生女生不得成对儿出现在校园里；
- 男生女生交往距离不能小于 50 厘米；
- 男生女生不得同桌吃饭；
- 男生女生不得……

(1) 你赞同这样的校规吗？为什么？

(2) 学校制定这样的校规，表明校长和老师担心什么？他们的担心有哪些合理之处？

(3) 对于校规你有哪些建议？

(四) 拓展空间，灵活运用

(五) 课堂总结，知识梳理

第三课 《青春的证明》导学案



学习目标

(一) 情感、态度与价值观目标

1. 体会青春的美好，感受青春的可贵。
2. 珍惜青春，善待青春，感受青春的魅力，释放青春的活力，激发青春的热情，树立自信、自强的青春态度。

(二) 能力目标

1. 学会辩证地对待青春，能够在比较复杂的社会生活中做出正确的判断和选择。
2. 体验行为和后果的联系，学会对自己行为负责。
3. 培养自信、自强的优秀品质，做到自尊、自爱。
4. 重视修身，养成自我省察的习惯，做到慎独。

(三) 知识目标

1. 知道自信、自强对于青春成长的意义。
2. 懂得如何把握青春。



学习重点

飞翔的力量，自信、自强的意义。



学习难点

辩证地看待青春，理性地把握青春。



课程标准

1. 体会青春期的美好，学会克服青春期的烦恼，调控好自己的心理冲动。
2. 体验行为和后果的联系，懂得每个行为都会产生一定后果，学会对自己的行为负责。
3. 能够分辨是非善恶，学会在比较复杂的社会生活中做出正确选择。
4. 学会理解与宽容，尊重、帮助他人，与人为善。



第一框 青春飞扬



学习过程

(一) 情景导入

(二) 自主预习，提出问题

(三) 活动探究，交流分析

1. 活动一：描述青春。

借助“运用你的经验”，让学生展开想象，用不同的词语描述青春。

2. 活动二：成长的渴望。

(1) 学生结合探究与分享，谈谈自己想去做的事情。

学生各抒己见，然后老师引导学生弄清想与做、理想与现实的关系。

(2) 教师设问：成长的渴望对我们有什么意义呢？

(3) 学生阅读《青春万岁》，进一步认识和理解真正的青春，老师引导学生思考如何才能走好自己的人生之路。

3. 活动三：飞翔的力量。

想一想：想象你是一只振翅欲飞的雄鹰，应该拥有怎样的羽翼才能独立飞翔？（提示：根据自己的想法写）

4. 活动四：青春需要自信。

(1) 让学生仔细观看教材第 26 页的图片，从他们身上找找自信者的风采。

(2) 讨论：结合生活实际，谈谈我们为什么需要自信。

(3) 讨论后，小组推荐代表发言，然后老师引导学生小结，得出自信的意义。



5. 活动五：青春需要自强。

议一议：为什么要自强？

6. 活动六：自信自强让我们插上腾飞的翅膀。

(多媒体显示材料)

故今日之责任，不在他人，而全在我少年。少年智则国智，少年富则国富；少年强则国强，少年独立则国独立；少年自由则国自由；少年进步则国进步；少年胜于欧洲，则国胜于欧洲；少年雄于地球，则国雄于地球。 ——梁启超

思考：谈谈你对这段话的理解。

(四) 拓展空间，灵活运用

(五) 课堂总结，知识梳理

第二框 青春有格



学习过程

(一) 情景导入（俗语导入）

你如何理解这些语句中的“格”？

(二) 活动探究，交流分析

1. 活动一：行己有耻。

(1) 观看图片和文字（多媒体展示，略）。

(2) 讨论：联系上述材料，谈谈你对“行己有耻”的理解，并列举生活中类似的例子。



2. 活动二：知耻而慎行。

(多媒体展示材料，略)

(1) 思考：请结合实际谈谈，我们怎么才能做到“行己有耻”呢？

(2) 讨论：有人认为，只要不被发现，说谎、欺骗也是可以的。你如何看待这一观点？为什么？

3. 活动三：止于至善。

引导学生分析“大学之道，在明明德，在亲民，在止于至善”的意思。

4. 活动四：见贤思齐。

(1) 展示“童小勇”的材料。

(2) 学生阅读材料，思考：我们应该怎样做？并分析原因。

5. 活动五：学会自省。

(1) 呈现故事：东汉人杨震的故事。(PPT展示)

(2) 请学生代表读材料。学生思考：这个故事给你什么启示？

(四) 拓展空间，灵活运用

(五) 课堂总结，知识梳理

第四课 《揭开情绪的面纱》导学案



学习目标

(一) 情感、态度与价值观目标

1. 体验情绪的多样性、复杂性。
2. 体会青春期情绪的特点，激发正面的情绪感受。
3. 体会情绪表达对人际关系的影响，感悟友善、和谐、文明等是社会主义核心价值观的体现。

(二) 能力目标

1. 能够认识和把握自己的情绪。
2. 了解自己的情绪和恰当表达自己的情绪。
3. 掌握调节情绪的方法，学会合理调节自己的情绪。
4. 能够运用情绪调节的方法，帮助他人改善情绪。

(三) 知识目标

1. 了解情绪的分类。
2. 了解影响情绪的因素，以及情绪对个人观念和行动带来的影响。
3. 了解青春期的情绪特点，积极面对自己的情绪。
4. 认识适度负面情绪的作用及调节持续负面情绪的方法。



学习重点

1. 情绪的作用。
2. 青春期的情绪特点。



学习难点

积极面对负面情绪。



课程标准

1. 学会调控自己的情绪，能够自我调适、自我控制，逐步掌握交往与沟通的技能，学习参与社会公共生活的方法。
2. 理解情绪的多样性、复杂性，学会调节和控制情绪，保持乐观积极的心态。