

我的能量超乎你想象

课堂 点睛

主编 高明俊 加玉杰

一本点睛·点亮一生

道德与法治 | 七年级上册
>>>> 配人教



四川大学出版社



我的能量超乎你想象

课堂 点睛

主编 高明俊 加玉杰

一本点睛·点亮一生

道德与法治 | 七年级上册
>>>> 配人教

 四川大学出版社

项目策划：唐 飞
责任编辑：蒋姗姗
责任校对：李施余
封面设计：湖北梯田文化传播有限公司
责任印制：王 炜

图书在版编目 (CIP) 数据

课堂点睛·道德与法治七年级·上册 / 高明俊, 加玉杰主编. — 成都: 四川大学出版社, 2019.5
ISBN 978-7-5690-2897-3

I. ①课… II. ①高… ②加… III. ①政治课—初中—教学参考资料 IV. ①G634

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2019) 第 096159 号

书名 课堂点睛·道德与法治七年级·上册
KETANGDIANJING · DAODEYUF AZHIQINIANJI · SHANGCE

主 编	高明俊 加玉杰
出 版	四川大学出版社
地 址	成都市一环路南一段 24 号 (610065)
发 行	四川大学出版社
书 号	ISBN 978-7-5690-2897-3
印 刷	随州市育才印务有限公司
成品尺寸	210mm×295mm
印 张	6.5
字 数	214 千字
版 次	2019 年 6 月第 1 版
印 次	2019 年 6 月第 1 次印刷
定 价	35.80 元

版权所有 ◆ 侵权必究

- ◆ 读者邮购本书, 请与本社发行科联系。
电话: (028) 85408408 / (028) 85401670 /
(028) 86408023 邮政编码: 610065
- ◆ 本社图书如有印装质量问题, 请寄回出版社调换。
- ◆ 网址: <http://press.scu.edu.cn>



四川大学出版社
微信公众号

C 目 录

CONTENTS

| 经 | 典 | 教 | 辅 |
JINGDIANJIAOFU

第一单元 成长的节拍

第一课 中学时代	(1)
第一课时 中学序曲	(1)
第二课时 少年有梦	(3)
第二课 学习新天地	(6)
第一课时 学习伴成长	(6)
第二课时 享受学习	(9)
第三课 发现自己	(12)
第一课时 认识自己	(12)
第二课时 做更好的自己	(14)
第一单元单元综述	(17)

第二单元 友谊的天空

第四课 友谊与成长同行	(19)
第一课时 和朋友在一起	(19)
第二课时 深深浅浅话友谊	(21)
第五课 交友的智慧	(23)
第一课时 让友谊之树常青	(23)
第二课时 网上交友新时空	(26)
第二单元单元综述	(29)

第三单元 师长情谊

第六课 师生之间	(32)
第一课时 走近老师	(32)
第二课时 师生交往	(34)
第七课 亲情之爱	(37)
第一课时 家的意味	(37)
第二课时 爱在家人间	(40)
第三课时 让家更美好	(43)
第三单元单元综述	(46)

第四单元 生命的思考

第八课 探问生命	(49)
第一课时 生命可以永恒吗	(49)
第二课时 敬畏生命	(51)
第九课 珍视生命	(54)
第一课时 守护生命	(54)
第二课时 增强生命的韧性	(56)
第十课 绽放生命之花	(59)
第一课时 感受生命的意义	(59)
第二课时 活出生命的精彩	(61)
第四单元单元综述	(64)
第一单元综合测试卷	(67)
第二单元综合测试卷	(73)
期中综合测试卷	(79)
第三单元综合测试卷	(85)
第四单元综合测试卷	(91)
期末综合测试卷	(97)
参考答案	(103)



第一单元 成长的节拍

第一课 中学时代

第一课时 中学序曲

自主预习

一、新的起点

1. 中学时代是人生发展的一个①_____。这段时间并不是很长,却可以为我们的一生奠定②_____。

2. 中学时代见证着一个人从少年到③_____的生命进阶。

二、成长的礼物

3. 中学生活,对我们来说意味着新的机会和可能,也意味着新的目标和④_____。

4. 进入中学,新的目标和要求激发着我们的⑤_____,激励着我们不断实现⑥_____。

5. 我们要⑦_____,把握机遇,从点滴做起,为美好明天付出不懈的努力。

基础训练

知识点 1 新的起点

1. 成长中的每个阶段都有独特的 ()

A. 风采 B. 价值和意义 C. 魅力 D. 位置

2. (2017年青岛市)中学时代见证着一个人从少年到青年的生命进阶。中学时代,是人生发展的新阶段,具体表现为 ()

- ①随着自我意识的逐步觉醒,开始主动发现和认识自己
②随着身心的不断发展,开始深入探寻生命的奥秘,满怀好奇地撩开精神世界的面纱
③随着生活体验的日渐丰富,开始自觉磨砺意志和品格,思考生活的意义
④随着思维水平和理解能力的不断提高,对世界的认识越发具体而深入

A. ①②③④ B. ①②④ C. ①③④ D. ①②③

知识点 2 成长的礼物

3. 中学生活,对我们来说意味着新的机会和可能,也意味着新的 ()

①目标 ②挑战 ③同学 ④学校

A. ①② B. ②③ C. ①③ D. ③④

4. 课下,几位七年级同学聚在一起,聊起了中学生活的话题。下面说法你认为正确的是 ()

- ①集体生活,涵养我们的品格,丰富我们的个性
②新的课程,引领我们探索新的知识领域
③丰富多彩的社团活动,给我们提供发展兴趣的平台
④各种各样的社会实践,为我们打开认识社会之门

A. ①③④ B. ①②④ C. ②③④ D. ①②③④

5. 小学的时光已悄然流逝。当我们怀揣着美好的希望,漫步在中学校园时,藏不住激动的心跳,这是因为 ()

- A. 中学生活,对我们来说是新的开始,是生命馈赠给我们成长的礼物
B. 从小学到中学是每个人一生的起点
C. 从小学到中学是每个人理想的实现点
D. 进入中学就意味着长大

名师点睛

重点提示

1. 如何认识中学时代?

(1) 中学时代是人生发展的一个新阶段。这段时间并不是很长,却可以为我们的一生奠定重要基础。

(2) 中学时代见证着一个人从少年到青年的生命进阶。

2. 中学生活为我们带来了怎样的成长礼物?

(1) 中学生活,对我们来说意味着新的机会和可能,也意味着新的目标和挑战。

(2) 中学生活为我们提供了发展自我的多种机会。

(3) 进入中学,新的目标和要求激发着我们的潜能,激励着我们不断实现自我超越。

3. 在中学时代,我们该如何做?

(1) 重新塑造一个“我”。

(2) 珍视当下,把握机遇,从点滴做起,为美好明天付出不懈的努力。

释疑解惑

1. (教材第4页)你在校园里还有哪些发现?你的初中生活与小学相比有哪些变化?

(1) 学校的图书馆、阅览室里边的书真多;每周一的升旗仪式,老师让我们自己组织;学校有各种活动队,老师让我们选自己感兴趣的队伍报名。

(2) 课程门类增多,各门课程的内容也逐渐系统化和深化;学习任务变重,难度增大;老师的授课方式也不同于小学老师。

2. (教材第5页)你最想挑选哪类礼物?你希望盒子里装的是什么样的礼物?它会给你的生活带来什么变化?

(1) 答案开放。如新的目标。这一盒子装的礼物是考取理想的高中。

(2) 它会引导和激励我奋发向上,激发我的潜能,从而实现自我超越。



综合训练

1. 九月,是收获的季节;九月,是新学期开始的季节。九月,我们跨进中学的大门,生命翻开了新的篇章。进入中学,我们应该 ()
 - A. 走自己的路,不与人交往
 - B. 埋头学习,不与人交流
 - C. 适应新环境,接受新挑战
 - D. 处处设防,避免受到伤害
2. 进入中学后,有很多新鲜的事物,让我们好奇,令我们欣喜。我们站在一个新的起点上。面对这一切,我们应该 ()
 - A. 珍惜这个新起点,努力学习,体验成为一名初中生的快乐
 - B. 怕这怕那,不能适应初中生活
 - C. 无所谓,爱怎么样就怎么样
 - D. 希望重新回到小学的时候,可以无忧无虑
3. 对漫画《陪读》理解正确的是 ()



- ①该同学主动适应新环境 ②该同学不能主动适应新环境 ③应该多在集体中锻炼自己 ④反映了良好的亲情关系
 - A. ①②
 - B. ②④
 - C. ①③
 - D. ②③
4. “从跨入中学校门的那一刻起,我就意识到我是一名真正的中学生了。我要告别过去的任性和调皮。新的生活已经开始,我必须去面对新的挑战。在中学时期,实现我的人生梦想。”这位同学重视自己的中学生活时光,是因为 ()
 - ①中学时代对人的一生具有独特的价值和意义
 - ②中学时代是人生的新阶段
 - ③中学时代见证着一个人从少年到青年的生命进阶
 - ④中学时代支撑起了社会的发展和未来
 - A. ①②③
 - B. ①②④
 - C. ①③④
 - D. ①②③④



能力拓展

5. 阅读材料,回答下列问题。

小明升入初中到了一个新环境后,像变了一个人似的敏感起来。原来很热情很爱说话,现在一点激情都没有了。看见旁边的人忙碌热闹,仿佛自己只是一个旁观者,心情十分沮丧。好朋友小强对小明说:“中学生活是新的开始,见证着一个人从少年到青年的生命进阶,对人的一生有特殊意义,我们一起努力!”

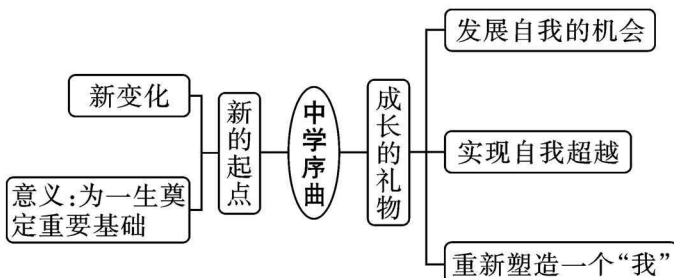
(1)为什么小强说“中学生活是新的开始”?

(2)中学时代对人的一生有什么特殊意义?

(3)上中学了,你对自己提出了哪些新的要求?



课时小结





第二课时 少年有梦

自主预习

一、有梦就有希望

1. 梦想是对未来美好生活的①_____，它能不断激发我们生命的②_____和勇气，让生活更有色彩。
2. 少年的梦想，与个人的③_____紧密相连。
3. 少年的梦想，与④_____紧密相连，与中国梦密不可分。

二、努力就有改变

4. 少年有梦，不应止于心动，更要付诸⑤_____。
5. 努力，是一种生活态度，是一种不服输的坚忍和失败后从头再来的勇气，是对自我的⑥_____和对美好的⑦_____。
6. 努力，需要立志和⑧_____。

基础训练

知识点 1 有梦就有希望

1. 下列对梦想的正确认识是 ()
①编织人生梦想，是青少年时期的重要生命主题 ②梦想是对未来美好生活的愿望 ③梦想就是幻想 ④有梦想，就有希望
A. ①②③ B. ①②④ C. ①③④ D. ②③④
2. “有志者事竟成”“人因目标而伟大”。这些富有哲理的名言启迪我们 ()
①梦想遥远并且是无法实现的 ②少年需要梦想 ③要放飞梦想，绽放青春 ④梦想是照耀人们前进的指路明灯
A. ①②③ B. ②③④ C. ①③④ D. ①②④
3. 进入中学，我们迈入人生发展的新阶段，有了许多新梦想。对此，下列说法错误的是 ()
A. 少年的梦想与个人人生目标紧密相连
B. 只要以全部精力投入学习，就能实现梦想
C. 少年的梦想与时代的脉搏紧密相连
D. 少年的梦想是人类天真无邪、美丽可爱的愿望

知识点 2 努力就有改变

4. 连接梦想与现实之间的桥梁是 ()
A. 做梦 B. 心动 C. 努力 D. 依赖
5. 比尔·盖茨说过：“靠愿望和祈祷是不行的，实现梦想必须动手去做。”“天下没有免费的午餐。”这些话启示我们 ()
A. 只要付出行动，就能实现自己的梦想
B. 任何梦想的实现都要靠自己的勤劳努力
C. 实现梦想，还必须有一定的人际关系
D. 在梦想的实现过程中，要善于抓住机遇

名师点睛

重点提示

1. 少年的梦想有何特点？
(1)少年的梦想，是人类天真无邪、美丽可爱的愿望。
(2)少年的梦想，与个人的人生目标紧密相连。
(3)少年的梦想，与时代的脉搏紧密相连。
2. 如何实现梦想？
(1)需要立志。
(2)需要坚持。
(3)需要努力。

释疑解惑

1. (教材第8页)你的梦想是怎样的？如果梦想不能实现，梦想还有意义吗？

- (1)个人梦想据实回答。
- (2)有意义，因为：①梦想是对未来美好生活的愿望，它能不断激发我们生命的热情和勇气，让生活更有色彩。有梦想，就有希望。②人类需要有梦想，有了梦想，才能不断进步和发展。所以，即使梦想不能实现，那么为实现梦想而奋斗的过程也是有意义的。

2. (教材第10页)瑞恩的梦想是什么？他的梦想给自己和他人带来了什么？你从他的故事中获得怎样的启发？

- (1)他的梦想是为非洲人打井，解决他们吃水的问题。
- (2)他的梦想锻炼了他的能力，提升了他的思想境界和人生价值；影响了他人，人们纷纷加入爱的洪流中来，帮助众多非洲人解决了吃水难的问题。
- (3)少年的梦想，是人类天真无邪、美丽可爱的愿望。我们要有梦想，并努力去实现梦想，激励自己不断成长，展示自己的人生价值和风采。

延伸阅读

有助于梦想成真的策略。

- (1)树立适合自己的梦想。
- (2)分解梦想，制订出一步步实现梦想的行之有效的计划方案。
- (3)自信+努力，追逐梦想。
- (4)学习身边梦想成真榜样的经验。
- (5)把握机遇，实现梦想。



6. 努力实现梦想,需要我们 ()

①树立远大理想,立志成才 ②脚踏实地,坚持不懈 ③战胜前进中的困难与挫折 ④一味心动,画饼充饥

A. ①②③ B. ②③④

C. ①③④ D. ①②④

综合训练

1. 习近平总书记强调,让更多青少年敢于有梦、勇于追梦、勤于圆梦,让每个青少年都为实现中国梦增添强大青春能量。勇于追梦是因为 ()

①追梦是一种成长 ②勇于追梦,我们的人生才更有意义 ③小时候做梦,长大了就会接受现实 ④梦想和现实是平行线

A. ①② B. ②③

C. ①②④ D. ①②③④

2. “功崇惟志,业广惟勤”说的是,取得伟大的功业,是由于有伟大的志向;完成伟大的功业,在于辛勤不懈地工作。对此理解错误的是 ()

A. 人生一定要有梦想

B. 有梦想就一定会成功

C. 实现梦想需要艰苦奋斗

D. 少年有梦,不应止于心动,而应付诸行动

3. 1955年,刚刚回国的钱学森到哈尔滨军事工程学院参观。时任院长的陈赓大将问他:“中国人能不能搞导弹?”钱学森说:“外国人能干的,中国人为什么不能干?难道中国人比外国人矮一截?”正是“中国人也能搞导弹”的理想,使钱学森为中国航天科技事业做出了杰出贡献。这表明 ()

①梦想可以激励我们不断超越自己 ②梦想反映了我们对待生活的态度 ③梦想对人的行为有指引作用 ④我们的梦想应与时代脉搏紧密相连

A. ①②③ B. ①③

C. ②④ D. ①②③④

4. “母鸡的理想是在庭院中啄食,所以它的翅膀不能飞翔;鹰的理想是翱翔蓝天,所以它才有了搏击风雨的强健双翼。”这句话告诉我们 ()

班级: _____ 姓名: _____

①理想对于每个人来说都是非常重要的 ②我们在谈理想时应立足于现实 ③不同的理想可以造就不同的人生 ④我们的理想应该是一成不变的

A. ①③ B. ③④ C. ②④ D. ①②

5. 玲玲初中的愿望是考取重点高中,她学习十分努力,但成绩常不尽人意,她陷入苦恼之中。你认为,她应该 ()

①坚定自己的梦想 ②坚持不懈 ③改进学习方法 ④顺其自然

A. ①②③ B. ②③④

C. ①②④ D. ①③④

6. 努力,需要聚焦在当下。这要求我们 ()

①随遇而安,把梦想视为一种臆想 ②找到现实与目标之间的差距,积极进取 ③不应止于心动,而应付诸行动 ④坚持、坚持、再坚持

A. ①②③ B. ①②③④

C. ②③④ D. ①②④

7. 河南小伙段小磊,大学毕业后带着“IT 职业经理人”的梦想到北京打拼,经过不懈努力,他从一名前台保安跃升为某公司产品经理,被誉为“最励志保安”。工作再忙,段小磊都坚持看书学习,在他看来,成功的 10%源于机遇,90%靠自身努力。“最励志保安”的故事启示我们 ()

A. 艰苦奋斗是成就梦想的重要保证

B. 终身学习是部分行业的职业要求

C. 从事保安职业无法实现人生价值

D. 成功取决于个人努力,与社会无关

8. 面对下边漫画中的情境,爸爸对孩子讲的话,错误的是 ()



A. 乖儿子,理想远大,我相信你

B. 那你以后要好好学习,为实现理想打好基础

C. 一步一个脚印,好好努力吧

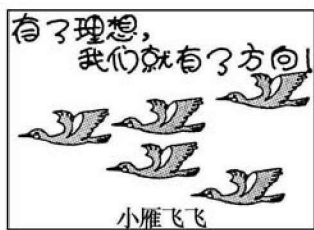
D. 我会托关系帮你实现理想的



9. 观察下列四幅漫画并分别作答。



A



B



C



D

(1) 哪幅漫画对梦想作用的认识是正确的? (只填字母) 并说明理由。

(2) 哪幅漫画对实现梦想的认识是错误的? (只填字母) 请用所学知识为它们实现理想提出两条建议。

阿里巴巴。“没日没夜地工作, 屋子的地上有一个睡袋, 谁累了就钻进去睡一会儿。”他笑称, “阿里巴巴是中国电子商务的阿里妈妈。”

经过 16 年的打拼, 目前, 阿里巴巴已成为全球最大的 B2B 网站之一。2016 年 4 月, 马云身价已达 333 亿美元, 登顶亚洲富豪榜。

(1) 马云的梦想是什么?

(2) “没日没夜地工作, 屋子的地上有一个睡袋, 谁累了就钻进去睡一会儿”, 这说明马云是靠什么来实现他的梦想的?

(3) 你的梦想是什么? 你打算如何努力去实现你的梦想?



能力拓展

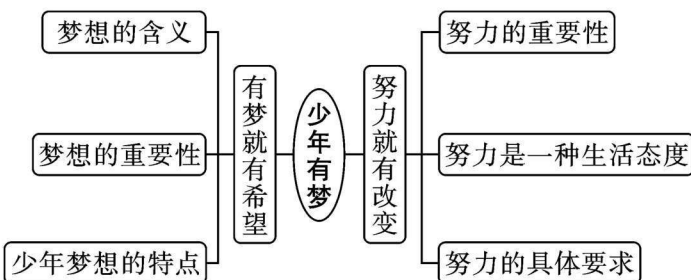
10. 【梦想与追求】阅读材料, 回答下列问题。

马云, 中国著名企业家, 阿里巴巴集团董事局主席兼首席执行官, 淘宝网、支付宝创始人。

马云一开始就梦想做一家中国人创办的全世界最好的公司。他被自己的梦想所激励。1999 年 3 月 10 日, 阿里巴巴公司在马云家中创立, 正式创办阿里巴巴网站, 开拓电子商务应用, 尤其是 B2B 业务。《亚洲华尔街日报》总编曾在当时去过



课时小结





第二课 学习新天地

第一课时 学习伴成长

名师点睛

重点提示

1. 如何理解学习?

(1) 在学校中学习, 在社会中学习。

(2) 学会处理人际关系, 掌握学习方法, 养成良好的态度和习惯等。

(3) 学习不仅表现为接受和掌握, 而且表现为探究、发现、体验和感悟。

(4) 学习需要自觉、主动的态度。

(5) 学习伴随着我们的成长, 学习没有终点。

2. 为什么要学习?

(1) 学习, 不仅让我们能够生存, 而且让我们能够拥有更充实的生活。

(2) 学习, 打开了生命的视窗, 让我们面前的世界变得更广阔、更精彩。

(3) 学习, 拓展了新的通道, 让我们体验不同的生活方式。

(4) 学习, 改变了思维方式和行为, 提升我们的能力和智慧。

(5) 学习, 带来了更多的选择, 让我们变得更加独立和自由。

释疑解惑

1. (教材第 16 页) 同是一次春游, 同学们各有不同的收获。他们的收获分别是什么呢?

自主预习

一、打开学习之窗

1. 中学阶段, ①_____ 是我们的重要任务。
2. 学习不仅表现为②_____ 和③_____, 而且表现为④_____, 发现、体验和感悟。
3. 学习需要自觉、⑤_____ 的态度。
4. 学习没有⑥_____。我们终生都在学习, 终生都需要学习。

二、学习点亮生命

5. 学习, 不仅让我们能够⑦_____, 而且让我们能够拥有更充实的生活。

基础训练

知识点 1 打开学习之窗

1. 中央电视台《艺术人生》节目中, 许多老艺术家在回忆自己的成长经历时, 都非常怀念自己的中学时光, 认为正是自己在中学阶段养成的认真学习的态度、勤奋钻研的精神、自主学习的习惯, 为自己后来的发展奠定了坚实的基础。这给我们的启示是 ()
 - A. 要成为艺术家就要上初中
 - B. 只要有认真的学习态度、自主学习的习惯, 就一定能成为艺术家
 - C. 把握好中学的学习生活, 将使我们受益终身
 - D. 每个中学生都希望成为艺术家
2. “生活处处皆学习”, 下列对学习认识正确的是 ()
 - ①学习是通过老师的指导掌握一定的知识、技能
 - ②学习表现为探究、发现、体验和感悟
 - ③学习就是学校中的课堂教学
 - ④带着学习的心态, 生活中的点点滴滴都是学习
 - A. ①②③
 - B. ②③
 - C. ①③④
 - D. ①②④
3. 右边漫画中这位同学进入初中后成绩急剧下滑的原因可能有 ()
 - ①没有适应初中学习的新特点
 - ②升入初中后变傻了
 - ③学习态度不端正, 没有自觉、主动、积极地学习
 - ④学习方法不够科学





4. 习近平总书记指出：“全国广大青少年，要志存高远，增长知识，锤炼意志，让青春在时代进步中焕发出绚丽的光彩。”为此，作为青少年学生应该（ ）
- ①感受党对青少年的关爱，明确自己的使命 ②专注于课堂学习，少参加实践活动 ③学会选择，学会承担 ④树立终身学习的观点，持续发展
- A. ①②③ B. ②③④ C. ①③④ D. ①②③④

知识点2 学习点亮生命

5. 在当代，只有学习，掌握知识，才能获得良好的就业机会，为社会创造更多的财富，才能丰富和完善自己，享受现代文明。从这个角度看（ ）
- ①学习不仅让我们能够生存，而且让我们能够拥有更充实的生活 ②学习打开了生命的视窗 ③学习提升我们的能力和智慧 ④学习让我们变得更加独立和自由
- A. ①②③ B. ②③ C. ①③④ D. ①②③④
6. 培根有句名言说：“读书足以怡情、足以博采、足以成才……读史使人明智，读诗使人灵秀，数学使人周密，科学使人深刻，伦理学使人庄重，逻辑修辞使人善辩：凡有所学，皆成性格。”这句名言告诉我们（ ）
- A. 读书学习可以提高品德修养、增长才干
B. 多读好书的人拥有的物质财富最多
C. 要只读自己感兴趣的书
D. 要学好课本知识，不要读课外书籍
7. 在哈佛大学图书馆的墙上有一条格言：“此刻打盹，你将做梦；而此刻学习，你将圆梦。”这句格言启迪我们（ ）
- A. 在图书馆睡觉的人必然不会成功
B. 学习是一个苦乐交织的过程，是一个充满梦想的过程
C. 今天的学习，正是为明天的发展积蓄力量，我们要珍惜当下，把握好现在学习的机会
D. 学习太辛苦，睡觉好舒服

综合训练

1. 下边漫画启示我们（ ）



- A. 擦皮鞋是一份低贱的工作
B. 目前，许多孩子失去了学习的机会
C. 要珍惜自己的学习权利和机会
D. 只有搞好学习，考上大学，才是唯一出路
2. 学习需要自觉、主动、积极的态度和行为。下列同学学习的态度和行为可取的是（ ）
- ①李海每天在学校里玩耍，对课堂学习心不在焉 ②赵玉遇到难题都能积极思考 ③王梅善于从别人的经验中去思考和感悟 ④孙菲觉得每天来到了学校那就是学习
- A. ②③ B. ②④ C. ①③④ D. ①②④

名师点睛

左边的男生收获了爬山的体验，心情愉快，女生学习了历史知识；右边的男生学习了和同学的交往，感受到了交往的意义，女生产生了对植物的浓厚兴趣。

2. (教材第17页) 每个人都要学习吗？长大成人以后，我们还需要学习吗？

(1) 每个人都要学习，只有学习，才能使我们成长。

(2) 学习没有终点。我们终生都需要学习，即使长大成人后，也要不断学习，不断地充实自己。只有善于抓住和利用各种机会去学习，才能适应不断发展的社会。

3. (教材第19页) 你认为学习是什么呢？

学习不仅仅局限在学校。学习不仅表现为接受和掌握，而且表现为探究、发现、体验和感悟。我们可以从一切经历中学习：学习思考，认识世界，关爱他人，遵守规则……

延伸阅读

读史使人明智，读诗使人灵秀，数学使人周密，科学使人深刻，伦理学使人庄重，逻辑修辞之学使人善辩：凡有所学，皆成性格。

——培根

提示：这句名言说明知识能够塑造人的性格，而学习能使人获得知识。所以，学习是每个人生活的必备，能让我们获得很多知识和经验，提高我们的各种能力，帮助我们健康地成长。



3. “活到老,学到老”要求我们树立 ()
- A. 艰苦奋斗的精神
B. 终生学习的观念
C. 珍惜时间的观念
D. 竞争与合作的观念
4. 根据材料,回答下列问题。

李华小学时,在父母、老师的关注下,成绩一直在班级名列前茅。但是升入初中后,他离家住校,失去了父母的监督,总感觉到很难适应初中学习,因此非常苦恼。久而久之,李华有想放弃学习的想法。

(1)你认为李华难以适应初中学习的原因可能是什么?

(2)请你用几句格言来劝导李华。(至少2句)

(2)请运用所学知识回答林明的问题。

(3)你认为陈俊的观点正确吗?为什么?

(4)结合李芳的话,谈谈在学习中我们会遇到哪些问题。

能力拓展

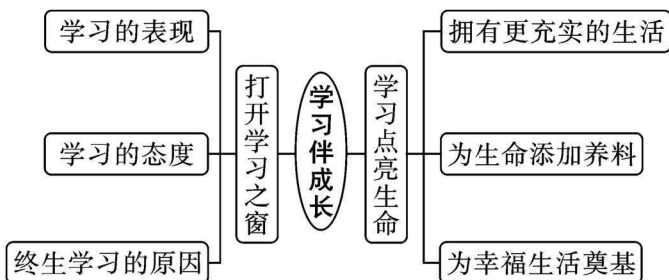
5. 下图是某校七年级(1)班的同学针对“学习”发表的看法。请结合所学知识回答问题。



(1)结合刘刚的话,谈谈学习对我们个人成长具有怎样的重要意义。

(5)请为号召同学们努力学习设计一条宣传标语。

课时小结





第二课时 享受学习

自主预习

一、体味学习

1. 学习中有快乐,也有①_____。
2. 当我们经历了学习的辛苦,收获学习的成果时,那种发自内心的愉悦让我们体验到学习的美好,它是学习过程带给我们的②_____。

二、学会学习

3. 学会学习,需要发现并保持对学习的③_____。
4. 学会学习,需要掌握科学的④_____。
5. 学会学习,还意味着要善于运用不同的⑤_____。

基础训练

知识点 1 体味学习

1. 有人说,学习如同一杯浓浓的咖啡,品尝一口,满是苦涩,但细细回味时,苦中带甜,涩中有香。这句话启迪我们 ()
 - A. 学习中没有任何乐趣
 - B. 学习中有苦更有乐
 - C. 学习中苦大于乐
 - D. 再苦也要坚持学习
2. 进入初中以后,李玲总是抱怨:“学习真的太辛苦,我甚至都不想上学了。”你认为李玲之所以这样,是因为她 ()
 - A. 认为学习是一个苦乐交织的过程
 - B. 只看到学习中的困难和辛苦
 - C. 认为学习中需要克服困难
 - D. 认为学习需要我们不断发掘自身的潜能,不断超越自我
3. 其实学习并非总是枯燥乏味的,我们也能从学习中获得许多乐趣,学习中的乐趣有 ()
 - ①好奇心在学习中得到满足
 - ②发掘自身的潜能,超越自我
 - ③享有学习的权利和机会
 - ④不断积累知识,提升精神境界
 - A. ②③④
 - B. ①②④
 - C. ①③④
 - D. ①②③④

知识点 2 学会学习

4. 联合国教科文组织出版的《学会生存》一书中,有这么一句名言:“未来的文盲,不再是不识字的人,而是没有学会怎样学习的人。”学会学习,要求我们 ()
 - ①发现并保持对学习的兴趣
 - ②两耳不闻窗外事
 - ③掌握科学的学习方法
 - ④善于运用不同的学习方式
 - A. ①②③
 - B. ②③④
 - C. ①②④
 - D. ①③④

名师点睛

重点提示

1. 怎样认识学习中的苦与乐?

(1)学习中有快乐。对某方面的知识有强烈兴趣时,自己解决某个问题时,学习中找到志趣相投的同伴时,发现自己的潜能时……我们都可以体味到学习带来的快乐。

(2)学习中也有辛苦。学习过程中需要集中注意力、耗费精力,遇到困难和阻挠时需要调节不良情绪等,这些都需要我们凭借坚强的意志做出努力。

2. 学会学习,需要从哪些方面努力?

(1)学会学习,需要发现并保持对学习的兴趣。

(2)学会学习,需要掌握科学的学习方法。

(3)学会学习,还意味着要善于运用不同的学习方式。

释疑解惑

1. (教材第 21 页)你有过类似的经历吗?如果有,说说你当时的感受。

有,当苦思冥想后豁然开朗的时候,我有说不出的兴奋和成就感。当我们经历了学习的辛苦,收获学习的成果时,那种发自内心的愉悦让我们体验到学习的美好,它是学习过程带给我们的美妙感受。

2. (教材第 22 页)你有哪些学习的困扰?面对这些困扰,该怎么办呢?

(1)如学习效率低,作业多得做不完,休息时间少;记得快,忘得快;学习刻苦,但成绩不理想等。

(2)培养对学习的兴趣;寻找适合自己的学习方法,课前预习,课堂上集中精力,积极主动思考,踊跃发言,及时复习巩固,养成良好的学习习惯,灵活运用不同的学习方式等等。

延伸阅读

知之者不如好之者,好之者不如乐之者。

——《论语·雍也》

提示:孔子提出学习的三种境界:“知之”“好之”“乐之”,其中“乐之”是最高境界,着重强调了兴趣的重要性。对知识的学习感兴趣,才会变被动为主动,以学习为乐事,在快乐中学习,从而提高学习的效率,加深对知识的理解,学到的知识才能够灵活地运用。

5. 你认为漫画《各执己见》中的学生面对初中的学习, 应采取的有效方法是 ()

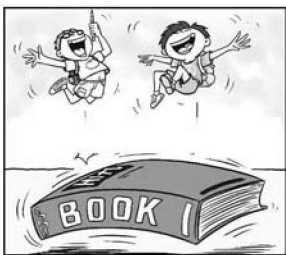


各执己见

- ①学会自主学习、合作学习和探究学习 ②提高学习效率 ③科学安排学习时间 ④书山题海, 熟能生巧
- A. ①②④ B. ①②③ C. ②③④ D. ①③④
6. “知之者不如好之者, 好之者不如乐之者。”这句话告诉我们, 要搞好学习, 很重要的一点就是 ()
- A. 发现学习中的苦与乐
B. 掌握有效的学习方法
C. 善于发现并保持对学习的兴趣
D. 知道学习的重要性

综合训练

1. 漫画《快乐学习》给我们的启示是 ()
- A. 读的书多了一定会快乐
B. 学习是一个艰苦的过程
C. 我们要享受学习的快乐
D. 学习的结果是短暂的, 享受不了



快乐学习

2. 孔子是我国古代教育思想的奠基人。他指出学习要“温故而知新”, 这句话告诉我们一个学习的好方法是 ()
- A. 课前要认真预习
B. 要科学地安排学习时间
C. 课后及时复习旧的知识, 可以得到新的理解和体会
D. 要把小学旧的学习方法运用到中学新的学习中来
3. “凡事预则立, 不预则废。”这句古训告诉我们的学习道理是 ()
- A. 要善于学习和吸取别人的经验
B. 学习都必须按照计划来做
C. 学习时间的安排应有科学的计划
D. 善于改进学习方法, 听取他人的意见
4. 晓雪刚接触崭新的初中生活时, 学习热情很高, 并且还制订了周密的学习计划。结果第一次考试成

班级: _____ 姓名: _____

- 绩却很不理想。如果你是她的好朋友, 你会对她说 ()

- A. 成功并非易事, 你要保持对学习的兴趣
B. 你缺乏坚持到底的精神, 以后肯定成不了大器
C. 学习那么努力干什么? 距离中考还远着呢
D. 人总是会变的, 不必为这点小事情伤心
5. 进入初中一段时间后, 某班同学在 QQ 群围绕学习这一话题, 发表了自己的看法。其中可取的是 ()

①青青草: 学习就像生活, 有酸甜苦辣 ②雪中飞: 学习总是轻松愉快的, 不需要太投入 ③小可: 不必刻意去追求学习的结果 ④张楠: 学习中有困扰, 要正确面对

- A. ①②③ B. ②③④
C. ①③④ D. ①②③④

6. 小亮发现张强经常熬夜学习, 于是他也试着这样做, 可不仅没有奏效, 反而使得第二天学习时更加无精打采, 后来, 小亮慢慢发现自己在早上学习效率特别高, 于是他就天天早上努力学习, 终于使自己的学习有了进步, 这个事例说明 ()

①我们不能借鉴别人的学习方法 ②我们只有不断摸索, 才能找到适合自己的学习方法, 把握学习新节奏 ③好的学习方法可以提高学习效率 ④只要有了好的学习方法, 就不用勤奋努力了

- A. ①③④ B. ②③
C. ②④ D. ②③④

7. 阅读材料, 回答问题。

犹太人这样教育孩子: 在小孩稍微懂事的时候, 母亲就会翻开书, 滴一些蜂蜜在上面, 然后让孩子去舔书上的蜂蜜。这样做的用意不言而喻——告诉孩子书本是甜的。

(1) 犹太人这样做的目的是什么?

(2) 你认为书本是“甜”的吗? 为什么?



8. 阅读材料,回答下列问题。

材料一 漫画《今天你读书了吗?》



今天你读书了吗?

材料二 张乐学习非常吃力,对待老师的提问总是答不出来。看到自己少得可怜的分数,他痛苦地说:“坐教室如同坐监狱。”

(1)我们应怎样看待学习?

(2)通过学习,我们可以得到什么?

(3)对于张乐这样的学生,你怎样评价?

察并模仿成绩较好的王强的学习方法:制订学习计划、早睡早起、默读记忆。可是小刚发现,自己制订了许多计划和目标,却总是实现不了;自己晚上睡早了竟然会怎么也睡不着,早上怎么也起不早,即使勉强起来了,也没精打采,很容易犯困;用默读法背单词或课文,要不了五分钟自己就酣然入睡了。一段时间过后,小刚的成绩竟然更差了!

针对小刚的情况,请你帮助他解决下列问题。

(1)你认为小刚学习时间不够用的原因有哪些?
(两个方面即可)

(2)为了帮助小刚提高学习成绩,请提出你的建议。
(两条即可)

(3)写出你利用时间以及提高记忆的小窍门,各举一例。

①利用时间的小窍门:_____

举例:_____

②记忆的小窍门:_____

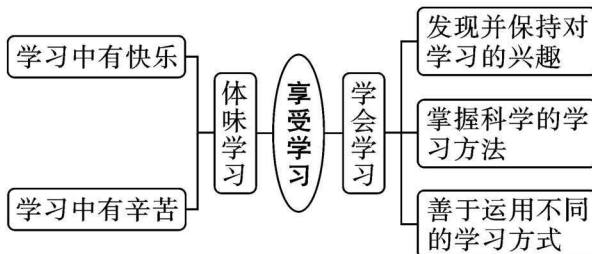
举例:_____

能力拓展

9. 阅读材料,回答问题。

自从进入初中后,小刚明显感觉学习时间不够用了,成绩也不太理想。因此,小刚便开始细心观

课时小结





第三课 发现自己

第一课时 认识自己

名师点睛

重点提示

1. 正确地认识自己有何意义?

(1) 正确认识自己, 可以促进自我发展。

(2) 正确认识自己, 可以促进与他人的交往。

2. 认识自己的途径有哪些?

(1) 从生理、心理、社会等方面来认识自己。

(2) 通过自我评价来认识自己。

(3) 通过他人评价来认识自己。

释疑解惑

1. (教材第 27 页) 你如何看待小刚对自己的认识? 这样的认识给他带来怎样的影响?

(1) 他过高地评价自己, 瞧不起别人, 没有从他人的评价中来全面认识自己。

(2) 这样会导致他只看到自己的优点, 过于自负, 看不到自己的缺点, 不利于自我完善。

2. (教材第 31 页) 通过填写这张图, 你有什么发现? 这张图对你有什么启示? 请以日记的形式记录下来。

(1) 填图略。在他人的评价中, 有些是我们不愿听到的, 有时他人的评价是对我们的过分吹捧或人格贬损。

(2) 我们要学会正确对待他人的评价, 同时, 我们要知道认识自己是一个过程, 我们不断探索自己、发现自己、发展自己, 就可能成为更好的自己。

延伸阅读

正确认识自己还应做到用全面的眼光和发展的眼光来看待自己。既看到自己的优点, 也看到自己的缺点; 既看到自己的外表, 也看到自己的内在; 既看到自己的现在, 也看到自己的过去, 还应看到自己的未来。

自主预习

一、人贵自知

1. 正确认识自己, 可以促进①_____。

2. 正确认识自己, 可以促进与他人的②_____。

二、多把尺子量自己

3. 我们可以从③_____、心理、社会等方面来认识自己。

4. 我们可以通过④_____和⑤_____来认识自己。

5. 我们要重视他人的态度与评价, 但也要客观冷静分析, 既不能⑥_____, 也不能⑦_____。

基础训练

知识点 1 人贵自知

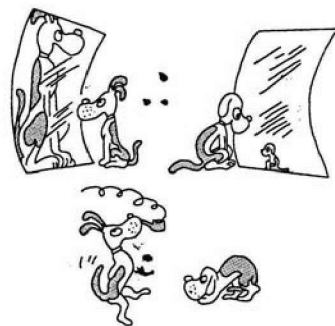
1. 华君武的漫画《鸡贵有自知之明》, 讽刺了一些人 ()

- A. 轻易地放弃目标
- B. 不能够正确认识自己
- C. 因为害怕失败而不敢尝试
- D. 不善于通过实践挖掘潜能



2. 漫画《小花狗照哈哈镜》告诉我们 ()

- A. 自信与自卑是两种不同的心理品质
- B. 一个人应是内在美和外在美的统一
- C. 要客观地认识自我, 积极接纳自我
- D. 要通过不断改正缺点来完善自我



3. 关于认识自己, 下列观点正确的是 ()

- ①我们对自己的认识总会存在一定的局限性
- ②正确认识自己可以促进与他人的交往
- ③认识自己可以帮助我们面对困难, 战胜困难
- ④认识自己有助于我们增强对自己的信心, 更好地发展自己的能力

- A. ①②
- B. ②③④
- C. ①③④
- D. ①②③④

知识点 2 多把尺子量自己

4. 古人说: “要想知道自己, 最好问问别人。”这给我们的启示是 ()

- A. 他人的评价有助于我们认识自己
- B. 他人的评价是对自己全面、客观的认识
- C. 通过集体了解自己是认识自己的最佳途径
- D. 他人的评价是对别人更全面、更客观地认识