

义务教育课程标准实验教科书(人教版)

走进社会·健康成长册



# 小学品德与社会 基础训练

五年级 下册

山东教育出版社

义务教育课程标准实验教科书（人教版）

● 走进社会 · 健康成长册 ●

# 小学品德与社会基础训练

五年级 下册

《品德与社会》课程资源研究课题组 编



山东教育出版社

义务教育课程标准实验教科书（人教版）

走进社会·健康成长册

小学品德与社会基础训练

五年级 下册

《品德与社会》课程资源研究课题组 编

---

出版者：山东教育出版社

（济南市纬一路321号 邮编：250001）

电 话：（0531）82092663 传真：（0531）82092661

网 址：<http://www.sjs.com.cn>

发行者：山东省新华书店

印 刷：沂水沂河印务有限公司

版 次：2006年1月第1版第1次印刷

规 格：787mm × 1092mm 16开本

印 张：3.5印张

字 数：62千字

书 号：ISBN 7-5328-5324-1

定 价：3.00元

---

（如印装质量有问题，请与印刷厂联系调换）

出

版

说

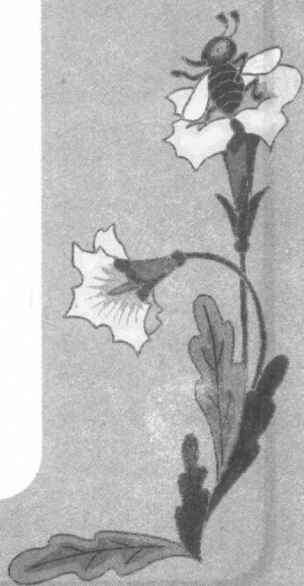
明

根据教育部“为丰富学生的课外活动，拓宽知识视野，开发智力，提高学生的思想道德素质和指导学生掌握正确的学习方法，社会有关单位和各界人士、各级教育部门、出版单位应积极编写和出版健康有益的课外读物”的精神，山东教育出版社结合我省中小学教材使用和课程设置情况，根据义务教育课程标准和实验教科书，组织编写了供广大师生使用的《义务教育课程标准实验教材(人教版)走进社会·健康成长册·小学品德与社会基础训练》。

这套《走进社会·健康成长册·小学品德与社会基础训练》结合新的教育理念和课堂教学改革实际，从学生的生活经验和已有的知识背景出发，注重科学探究方法指导和情感态度与价值观教育，注重基础知识和基本技能的形成，鼓励学生自主探究，强调方法的多样性和思维的开放性，培养学生的创新精神和实践能力，促进学生全面发展。

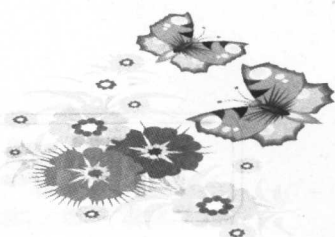
在使用过程中，要充分发挥学生的自主性，教师可以给予必要的指导，并注意根据教学实际灵活使用，但不要加重学生的负担。各地教育部门和学校可以向学生推荐，但必须坚持自愿的原则，不要强令学生购买。

本册供五年级下学期用。





# 目 录



## 第一单元 成长的快乐与烦恼…(1)

1. 生活中的快乐 ……(1)
2. 拥有好心情 ……(5)
3. 尝尝苦滋味 ……(10)

## 第四单元 我们生活的地球…(39)

1. 蔚蓝色的地球 ……(39)
2. 我们的地球村 ……(43)
3. 生活在地球村的人们 ……(47)

## 第二单元 追根寻源 ……(14)

1. 吃穿住话古今(一) ……(14)
2. 吃穿住话古今(二) ……(18)
3. 火焰中的文化: 陶与青铜 ……(22)
4. 汉字和书的故事 ……(24)

## 第三单元 独具魅力的中华文化…(28)

1. 伟大的先人 ……(28)
2. 我国的国宝 ……(32)
3. 我们的国粹 ……(36)



## 第一单元 成长的快乐与烦恼

### 1. 生活中的快乐

写一写

从小到大,有多少快乐的回忆呀!赶快与大家分享吧!

可以写,可以贴,做作业,也快乐!



找一找

我为我的  
优点快乐!

同位，你的字  
写得真好!



我为我的特  
长快乐!



我为给大家带  
来欢笑而快乐!



我也找找我的快乐:



---

---

---

---

---

---

---

---

我们的生活在更多的时候是平平淡淡的，但是，只要你善于发现，一样可以发现不少平凡的快乐，只有善于发现的人才能快乐地生活。



想一想

快乐是越分越多的,我们在自己获得快乐的同时,也应当给他人带来方便和快乐,你说呢?



做好事最快乐

星期天下午,龙龙正在家写作业,忽然听见文文在楼下喊:“龙龙快走啊,今天我们去打篮球吧!”龙龙说:“等我写好作业,好吗?”一会儿,龙龙做好了作业,就对文文说:“走,打篮球去!”

走着走着,忽然地上有一封信映入了龙龙的眼帘。他对文文说:“这封信肯定是邮递员叔叔丢的,我们快送去吧!”龙龙嘟着嘴说:“哎呀,就算了吧,这是寄往城郊的景秀村121号的,太远了,你还想不想打篮球哇!”“不行,”龙龙坚定地说:“一定要把这封信送给他的主人。”说着跳上了89路公交车,文文见状也赶紧跟上去。

到了景秀村,龙龙到处寻找121号。终于,在靠着新村的角落的地方找到了。他俩一同把信交给失主。失主一打开信,说:“哎呀,小朋友,太感谢了,我差点误了大事。”说完,要取一袋橘子作为酬谢。龙龙却执意不收,一溜烟地跑开了。

到了篮球场,已是五点多了。文文生气地说:“看来今天篮球打不成了!”龙龙安慰他:“没关系,只要能为人做好事,那就是快乐的。走,我们回家吧!”

想想自己平时的经历,再站在他人的立场上想一想,你就可以在自己获得快乐的同时也把快乐带给他人了。

在我\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_的时候,特别需要别人的关心和帮助。

把快乐带给他人,我可以做:

- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_
- \_\_\_\_\_



读一读

想一想

### 快乐的方法

保持高度的自信心，经常保持微笑。

保持自己的一颗童心，学会和各种人愉快相处。

要有目标和追求，遇到问题不慌张。

尊重弱者，学会和别人分享喜悦。

常和别人保持合作，并从中获得乐趣。

学会宽恕他人，有知心朋友，乐于助人。

具备胆识和勇气，对未来充满希望。

忘掉让你不快乐的事，原谅让你不快乐的人。

凡事多往好处想。

体会与享受现在所有的幸福。

保持健康，有健康的身体才有快乐的心情，适度的运动，会使你身轻如燕，心情愉快！

真正的去关怀你的亲人、朋友；爱你周围的人并使他们快乐！

常存感激的心情，享受人生，别把时间浪费在不必要的忧虑上。

抓住瞬间的灵感，替生活中制造些有趣的小插曲，使自己耳目一新！

给自己爱的人和爱自己的人送去快乐！

## 快乐百宝箱



你有什么快乐的好办法？再去问问别人是怎样做的，大家共同创造快乐！



## 2. 拥有好心情

写一写



当有人欺负我时……



当有人误会我时……



当有人怀疑我时……

当朋友不理我时……



应该怎么办

你有这样的烦恼吗?  
想想遇到这样的烦恼应该  
怎么办呢?





想一想

你弄脏我的  
裙子了，你赔！

我不是故  
意的……



小红的烦恼

又不能踢足  
球了，真讨厌！



小明的烦恼

他们真  
讨厌……



班长的烦恼

他们为什么烦恼？怎样消除烦  
恼？请你选一种情况分析一下吧！

我的想法



故事续编

①



小亮总是不等我  
说完就打断我……

按照你的想法  
把故事编完吧!



②

①



这次讨论大家没有采纳  
小丽的建议，她就不理大家  
了……

②



选一选

★ 遇到不开心的事，我会：

- ☐ 埋在心里      ☐ 对别人发脾气      ☐ 换种想法安慰自己  
☐ 对父母说      ☐ 对老师说      ☐ 对朋友说      ☐ 不给别人说

★ 让我开心的事情有：

- ☐ 听音乐      ☐ 看书      ☐ 出去玩      ☐ 帮家里干活  
☐ 看电视      ☐ 和朋友在一起

选出来和大家交流一下吧！



做一做

这些你能够做到吗？试一试，每做到一项可以得到一分，看看自己能得到多少分。

尽量做到精神愉快。○  
对同学友善。○  
别人犯错误时，能从好的方面看待他们的行为。○  
总觉得别人也能够成功。○  
尽量不去想不快乐的事情。○  
对不能改变的事实不理睬。○  
总能找到自我安慰的办法。○

不在乎别人的挖苦。○  
挨批评的时候态度诚恳。○  
不成熟的想法会征询成人的意见。○  
对快乐时光念念不忘。○  
所有的事都认为是好的开始。○  
对小动物充满爱心。○  
受到挫折总能再爬起来。○

如果你得了10分以上，恭喜你！你很高兴。得了6-9分，也不用担心，你比较快乐。得了不到5分，你要加油了！做个快乐的开心果多好啊！





读读想想

也许你想成为太阳，可你却是一颗星辰；  
也许你想成为大树，可你却是一株小草；  
也许你想成为江河，可你却是一泓溪流；  
做不了太阳，就做星辰，在自己的星座发热发光；  
做不了大树，就做小草，以自己的绿色装点希望；  
做不了伟人，就做真实的自我，平凡并不自卑，关键的是必须做最好的自己。  
不必总是欣赏别人，也欣赏一下自己吧！

我的想法

读读这首小诗，  
你有什么想法？



名人名言

人多不足以依赖，要生存只有靠自己。

——拿破仑

自信是成功的第一秘诀。

——爱默生

深窥自己的心，而后发觉一切的奇迹在你自己。

——培根

地球上的任何一点离太阳都同样地过远。

——伯顿

我们对自己抱有的信心，将使别人对我们萌生信心的绿芽。——拉劳士福古  
踏上人生的旅途罢。前途很远，也很暗，然而不要怕，不怕的人的面前才有路。  
——鲁迅



默默努力

### 3. 尝尝苦滋味

写一写

| 困难记录                     |                          |
|--------------------------|--------------------------|
| 曾经遇到过的困难                 | 处理的方式                    |
| <p>看电视</p> <p>和朋友在一起</p> | <p>看电视</p> <p>和朋友在一起</p> |
| 我的感受                     | <p>去鼓励别人</p>             |

调查访问

当遇到难以克服的困难的时候，去问问大家吧！



老师说

爸爸妈妈说

同学说



## 读读想想

## 名人名言

生活就像海洋，只有意志坚强的人，才能到达彼岸。

——马克思

人生不是一种享乐，而是一桩十分沉重的工作。

——列夫·托尔斯泰

生活就是战斗。

——柯罗连科

沉沉的黑夜都是白天的前奏。

——郭小川

冬天已经到来，春天还会远吗？

——雪莱

不经巨大的困难，不会有伟大的事业。

——伏尔泰



困难是什么，我们应当怎样面对困难，你知道了吗？你也收集一些这样的名言激励自己不断克服困难吧！

## 收集资料

## 我用名言激励自己



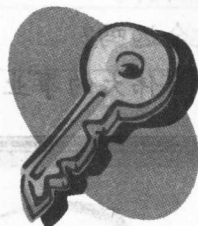
找一找

魅魅刺刺

你有哪些战胜困难的诀窍？把你的诀窍写在下面！



克服困难有诀窍



添一添



中国“保尔”吴运铎  
吴运铎战争年代负伤致残，一本《把一切献给党》影响了几代人。



盲人化学家侯永庚  
中科院研究员，1980年因糖尿病双目失明，失明后仍顽强从事物质晶体结构研究，创造了著名的“侯氏程序”。