

新教材新学案

配合义务教育课程标准实验教科书

思想品德 七年级 上册

人民教育出版社教学资源分社 策划组编



人民教育出版社

配合义务教育课程标准实验教科书

新教材新学案

思想品德

七年级 上册

人民教育出版社教学资源分社 策划组编

人民教育出版社

XINJIAOCAI XINXUEAN

新教材新学案

SI XIANG PIN DE

思想品德

七年级 上册

人民教育出版社教学资源分社 策划组编

*

人民教育出版社 出版发行

网址: <http://www.pep.com.cn>

人民教育出版社印刷厂印装 全国新华书店经销

*

开本: 787 毫米×1 092 毫米 1/16 印张: 6.75 字数: 120 000

2005 年 6 月第 1 版 2006 年 7 月第 5 次印刷

ISBN 7-107-18702-3 定价: 8.10 元
G·11792 (课)

如发现印、装质量问题, 影响阅读, 请与出版科联系调换。

(联系地址: 北京市海淀区中关村南大街 17 号院 1 号楼 邮编: 100081)

《新教材新学案》编委会

丛书编委会主任 韦志榕 陈 晨 郑长利

编 委 (按姓氏笔画)

马雅森 王 晶 王永春 王本华 卢 江
李伟科 李松华 陈 其 陈松铨 赵 昕
赵占良 高俊昌 袁书琪 富 兵 彭前程
章建跃 扈文华 龚亚夫

本册主编

张秀芝

编 者

黄再丽 王金凤 逯静静 李殊菲 马欣笛

唐 越 黄 悦

责任编辑

邓文锋

审 稿

陈 晨 郑长利

审 读

王存志

审 定

韦志榕

说 明

第三次全国工作会议后，颁发了《中共中央国务院关于深化教育改革全面推进素质教育的决定》，2001年国务院又召开了全国基础教育工作会议，并颁布了《国务院关于基础教育改革与发展的决定》，教育部也颁发了《基础教育课程指导纲要》，这一系列文件的颁布，对我国基础教育的发展起到了极大的推动作用。同时，也给我们的教育理念、教育方式、学习策略带来了深刻的变革。

为了帮助广大师生更好地使用人教版义务教育课程标准实验教材，我们组织编写了这套《新教材新学案》丛书。本套丛书体现了以下教育理念的渗透和运用：

关注教学中教师的导向，更关注学生的主体性。

关注学生的学业成绩，更关注学生的品德、审美意识、科学精神和人文精神的培养和发展。

关注达标性内容和终结性学习成果的评价，更关注形成性和拓展性能力的评价。

关注知识的科学传授，但也关注课外广泛教育资源的运用。

关注已有的成功的课堂教学模式，更关注运用现代教育理念进行教学模式的创新。

关注学生的学习过程，更关注学生的兴趣激发以及学习过程中的情感体验和价值观的形成。

时代是进步的，教育观念也在与时俱进。新课程标准的实验正在稳步推进，广大一线教师从认识、接受到创造出有价值的实践成果，尚有一个过程。为了帮助教师更好地走进新课程，我们组织了课程专家、人教版实验区有经验的优秀教师和教研人员等编写出这套丛书，欢迎广大读者提出批评和建议，以便再版修订时参考。

在《新教材新学案》丛书编写过程中，引用了部分相关材料，有的已与原作者取得联系，但有些无法与原作者联系，希望原作者看到此书后，与我们联系，以便支付相应的稿酬，谢谢合作。

注：人民教育出版社出版的《素质教育新学案》（配合义务教育课程标准实验教科书）教辅图书1~9年级各册，从2005年秋季开始更名为《新教材新学案》，以便与人民教育出版社出版的配合普通高中课程标准实验教科书的《新教材新学案》教辅品牌相统一。此更名启事已在我社《新书导报》2005年第一期刊登。由此带来的不便，请各位谅解！

编 者

2005年5月

目 录

第一单元 笑迎新生活	(1)
第一课 珍惜新起点	(1)
第二课 把握学习新节奏	(8)
第一单元综合测试题	(14)
第二单元 认识新自我	(16)
第三课 珍爱生命	(16)
第四课 欢快的青春节拍	(26)
第五课 自我新期待	(38)
第二单元综合测试题	(48)
第三单元 过富有情趣的生活	(51)
第六课 做情绪的主人	(51)
第七课 品味生活	(60)
第三单元综合测试题	(69)
第四单元 过健康、安全的生活	(73)
第八课 学会拒绝	(73)
第九课 保护自我	(79)
第四单元综合测试题	(85)
参考答案	(88)

第一单元 笑迎新生活

第一课 珍惜新起点

一、知识点拨

(一) 整体感知与学法指导

1. 本课在全书中的地位

初中生活是同学们人生中的一个新起点，新的学校和班级是同学们进入初中首先面对的环境。如何尽快融入新的大环境和小环境，对新的学校和新的班级产生热爱与归属感，以积极的态度面对以后的生活，是同学们面临的首要问题，也是非常重要的问题。因此，本课可以说是全书的启示课，学好这一课，是我们顺利完成初中学习生活的前提。

2. 从单元看本课侧重说明的问题

本课重点在于引导同学们积极面对新的学习环境，包括新学校、新同学和新集体等，学会以愉快的心情生活在这个新的环境中，并对新集体产生归属感与主人公意识，尽快适应和融入新的学习生活环境。

(二) 学习目标

通过学习，做到能以积极的心态面对新的学习环境，包括接受新同学与新班级，与同学友好相处，对新的学校和班级产生一定的归属感，同时对初中生活充满兴趣，满怀信心地迎接初中生活。

课标内容：(1) 积极与同学、朋友交往，养成热情、开朗的性格；(2) 养成团结合作、乐于助人的品质；(3) 正确认识个人与集体的关系，体会“团结就是力量”，能够自觉维护集体的荣誉和利益。

二、达标训练

(一) 单项选择题

1. 小丽说：“新学期开始了，我是一名中学生了，我感到既高兴又孤单，因为在新的环境里，我认识的人很少。”你建议她()

A. 让家长给她换个老同学多的学校

- B. 换一个老同学多的班级
- C. 主动去认识新同学, 结交更多的新朋友
- D. 把学习搞好就行, 不用认识那么多人

2. 进入新的学校, 要创建新的班集体, 你认为以下建议中哪一项不正确? ()

- A. 树立共同的目标
- B. 各尽其能, 发挥所长, 奉献集体
- C. 团结协作, 互助前行
- D. 只要每个同学都是最优秀的, 那么班集体自然就是最优秀的

3. 进入中学后, 一切都是陌生的, 为了尽快适应新的环境, 取得好成绩, 以下建议中你认为不合适的是()

- A. 不管环境如何, 只要闷头学习, 就一定能取得好成绩
- B. 尽快了解新学校
- C. 尽快认识新同学, 建立新友谊
- D. 尽快熟悉新老师, 融入新的班集体

(二) 是非判断题

1. 刚升入初中, 一切都感到很陌生, 为了适应新环境, 我们应该尽快熟悉新学校, 认识新同学, 了解新老师, 融入新集体。()

2. 进入新的班级, 我们将认识更多的新同学, 结交更多的新朋友, 我们都希望在新集体中彼此和谐相处, 团结友爱, 共同进步。()

3. 在班级中, 只要我们每个人都是最优秀的, 那我们的班集体就是最优秀的。()

(三) 案例分析题

1. 蒙田曾经讲过一个波斯统治者赛鲁斯的故事。有人曾经问赛鲁斯是否愿意割舍刚从赛马会上赢来的宝马以换取一个王国。赛鲁斯说: “不可以, 真的, 先生。但我愿将之献给真正的朋友, 如果我能找到的话。”

这则故事对你有何启示?

2. 据统计: 在 1901~1975 年获得诺贝尔奖的 309 位科学家中, 有 161 人 (超过一半) 是与别人合作完成研究课题的。具体数据如下图所示:

时间	获奖人数	合作获奖	合作所占比例
1901~1925 年	75	18	24%
1926~1950 年	90	36	40%
1951~1975 年	144	107	74%

以上材料对我们建设一个优秀班集体有何启示?

三、综合能力训练

(一) 单项选择题

1. 张鹏同学说:“新学期开始了,我是一个中学生了,我一定要在新班级里尽快认识所有的同学,和老师、同学成为好朋友,因为良好的人际关系可以促进我们的学业成功。”在以下关于良好人际关系作用的说法中,你认为不正确的是()

- A. 良好的人际关系为同学们的学习提供了一个和谐、舒心的环境
- B. 同学之间互帮互助,能促使你学习更快地进步
- C. 与老师和谐相处,会赢得老师真诚耐心的指导与帮助
- D. 和同学搞好关系,可以在自己犯错误时避免同学向老师打小报告

2. 小民来信讲:他转学到外地,那里课本不同,讲话口音不同,老师讲课方法也不同,他很烦恼。为了帮助他,以下建议中你认为不合适的是()

- A. 尽快熟悉新的学校
- B. 尽快熟悉新的同学和老师,与他们成为好朋友,向同学学习当地的口音
- C. 尽快熟悉各科老师的特点和教学方法
- D. 让父母把他转回原地上学

3. 美国思想家爱默生曾说过:“要想得到别人的友谊,自己就得先向别人表示友好。”对这句话理解不正确的是()

- A. 缺少热情,友谊之树就会枯萎
- B. 我们应该主动关心他人、发现他人的优点并由衷地予以赞扬
- C. 在交朋友的过程中太主动会显得掉价,会被别人看不起
- D. 主动交往是建立良好人际关系的前提

4. “金无足赤,人无完人”、“水至清则无鱼,人至察则无徒”。这些人生哲理告诉我们,在交友的过程中应该()

- A. 以宽容的态度对待朋友
- B. 对待朋友的缺点应该睁一只眼闭一只眼
- C. 交友过程中应该只看优点不看缺点
- D. 什么样的人都可以做朋友

(二) 案例分析题

小敏如愿以偿地升入了一所重点中学,开学过去一个月了,可小敏过得并不愉快。原

来,小敏在小学时是班干部、学校活动的积极分子,可进入初中后,她发现自己班的同学都有这样那样的辉煌历史,自己根本没什么优势,而且在新集体班委竞选中竟然失利。她觉得好孤独、好冷漠,同学之间竞争很激烈,彼此难以真心交流,自己融入不进集体中去,因而对新班级没有任何好感。

她该怎么办呢?你是否可以帮助她?

四、拓展训练题

(一) 中学生在校心理适应能力诊断测试

为了帮助中学生了解自己的心理适应情况,下面我们为大家提供一份具体的心理小测验,每道题有3个答案,每个学生可根据自己的实际情况,选择一种填入括号内。

1. 我最怕转学或转班级,每到一个新环境,我总要经过很长一段时间才能适应。

()

A. 是 B. 无法肯定 C. 不是

2. 每到一个新地方,我很容易同别人接近。()

A. 是 B. 无法肯定 C. 不是

3. 在陌生人面前,我常无话可说,以至感到尴尬。()

A. 是 B. 无法肯定 C. 不是

4. 我最喜欢学习新知识和新学科,它给我一种新鲜感,能调动我的积极性。()

A. 是 B. 无法肯定 C. 不是

5. 每到一个新地方,我第一天总是睡不好,就是在家里,只要换一张床,有时也会失眠。()

A. 是 B. 无法肯定 C. 不是

6. 不管生活条件有多大变化,我都能很快习惯。()

A. 是 B. 无法肯定 C. 不是

7. 越是人多的地方,我越感到紧张。()

A. 是 B. 无法肯定 C. 不是

8. 在正式比赛或考试时,我的成绩多半不会比平时练习时差。()

A. 是 B. 无法肯定 C. 不是

9. 我最怕在班上发言,全班同学都看着我,心都快跳出来了。()

A. 是 B. 无法肯定 C. 不是

10. 即使有的同学对我有看法,我仍能同他(她)交往。()

A. 是 B. 无法肯定 C. 不是

11. 老师在场的时候,我做事情总有些不自在。()

A. 是 B. 无法肯定 C. 不是

12. 和同学、家人相处,我很少固执己见,乐于采纳别人的看法。()

A. 是 B. 无法肯定 C. 不是

13. 同别人争论时,我常常感到语塞,事后才想起该怎样反驳对方,可惜已经太迟了。()

A. 是 B. 无法肯定 C. 不是

14. 我对生活条件要求不高,即使生活条件很艰苦,我也能过得很愉快。()

A. 是 B. 无法肯定 C. 不是

15. 有时自己明明把课文背得滚瓜烂熟,可在课堂上背的时候,还是会出差错。()

A. 是 B. 无法肯定 C. 不是

16. 在决定胜负的关键时刻,我虽然很紧张,但总能很快地使自己镇定下来。()

A. 是 B. 无法肯定 C. 不是

17. 我不喜欢的东西,不管怎么学也学不会。()

A. 是 B. 无法肯定 C. 不是

18. 在嘈杂混乱的环境里,我仍能集中精力学习,并且效率较高。()

A. 是 B. 无法肯定 C. 不是

19. 我不喜欢陌生人来家里做客,每逢这种情况,我就有意回避。()

A. 是 B. 无法肯定 C. 不是

20. 我很喜欢参加社交活动,我感到这是交朋友的好机会。()

A. 是 B. 无法肯定 C. 不是

评分标准:

(1) 凡是单数号题(1, 3, 5……),选择“是”得-2分,选择“无法肯定”得0分,选择“不是”得2分;

(2) 凡是双数号题(2, 4, 6……),选择“是”得2分,选择“无法肯定”得0分,选择“不是”得-2分;

(3) 将各题的得分相加,即得总分。

结果分析:

35~40分:社会适应能力很强,能很快地适应新的学习生活环境,与人交往轻松、大方,给人的印象极好,无论进入什么样的环境,都能应付自如。

29~34分:社会适应能力良好。

17~28分:社会适应能力一般。当进入一个新环境后,经过一段时间的努力,基本上能适应。

6~16分:社会适应能力较差,依赖于较好的学习生活环境,一旦遇到困难则易怨天

尤人，甚至消沉。

5分以下：社会适应能力差，在各种新环境中，即使经过一段相当长的努力，也不一定能够适应，常常因感到与周围事物格格不入而苦闷。在与他人的交往中，总显得拘谨、羞怯，手足无措。

如果在这个测查中得分较高，说明你的社会适应能力较强。如果得分较低，你也不必忧心忡忡，因为一个人的社会适应能力是随着年龄的增长、知识经验的丰富而不断增强的。只要充满信心，刻苦学习，虚心求教，加强锻炼，就一定会成为适应社会的成功者。

(二) 活动设计

以小组为单位，画出学校的结构图，并说说我们的学校美不美、好不好？美在哪里、好在哪里？

(三) 课后收获

本课我的收获：

五、课外探究

请你仔细观察所在班级有哪些优点和缺点，然后对班级的建设提出你的合理化建议。

班级优点	班级缺点	我的建议

六、资料下载

如何适应中学生活？

怎样才能尽快适应中学生活，做个合格的中学生呢？在日常生活中，应注意以下几点：

1. 心理适应

每一个升入中学的同学首先要做到心理适应。到了重点中学或较好的普通中学后，不能企求继续当干部、当尖子学生，因为那是优秀生集中的地方，要有当中等生甚至当后进生的准备。虽然你在小学是优秀生，可在这样的班级中要重新排队，你可能会成为“后进生”，这没什么不光彩，因为“后进生”也许比别的一般学校中的优秀生成绩还好，有什么可自卑呢？只要你努力学习，就一定会取得好成绩。

2. 环境适应

同小学相比，中学有“四多”现象：学生多，老师多，书多，科目多。同学是新的，老师是新的，上一节课换一个老师，刚开始很难适应。有些学生只重视班主任的课，忽视了其他学科，还有的学生只重视数学、语文两科，这就会造成偏科现象。在小学，老师在学习上、生活上管得很细，而中学主要依靠自己，这些都是环境上的变化。中学生要主动适应环境，在学习上要去掉依赖性，增强自主性，提高生活自理能力。

3. 纪律适应

小学生的纪律主要是靠老师和学校管理，学生自制力较差。上了中学以后，学生们会发现老师管得少了，于是有的同学便不能很好地约束自己，开始违反纪律。这是纪律上的不适应。中学阶段与小学阶段在管理上是不同的，中学生已经长大，应具有更高的自觉性，不能指望着什么都靠老师管，如果不适应这点，就容易放松对自己的要求，所以中学生必须加强自觉性。

4. 学习适应

小学生学习动机往往是靠教师和家长去调动，给予小红花、小红旗就可以努力一阵子，这是低水平的学习动机，到了中学再靠小红花已不起作用了，必须把学习动机和远大理想挂钩，所以每个中学生必须树立远大理想，提高学习动机的水平。小学学习往往是教师讲，学生听，是一种被动的学习。而到了中学，要由被动学习变为主动学习，因为中学的教学方法与小学很不相同，中学老师把学生当作学习的主体，启发学生自学，不再是小学的“多读、多背、多记、多默写”。这是因为中学的教材已不再是以感性知识为主，而是以抽象的理性知识为主。为此，中学生要尽快改变学习方法，由被动变为主动，由“要我学”变为“我要学”，由死记硬背变为理解记忆。

第二课 把握学习新节奏

一、知识点拨

（一）整体感知与学法指导

1. 本课在本书中的地位

在新的学习阶段，随着学习任务的增加与难度的增大，同学们在学习方面遇到困难是难免的。能否保持积极乐观的学习态度，了解新阶段学习的特点，掌握初中学习的方法，是同学们在以后学习中不断争取进步的基础，对同学们的发展有重要意义，因此，本课具有非常重要的作用，在本书中的地位很关键。

2. 从单元看本课侧重说明的问题

本课重点在于引导同学们尽快把握新的学习生活的特点，掌握一些学习策略，同时树立正确的学习态度。

（二）学习目标

通过学习，使大家对初中的学习特点和学习任务有基本认识，掌握一些基本的学习方法和策略，找到适合自己的学习方法；同时，要珍惜学习的机会，体会学习带来的快乐，养成正确的学习态度。

课标内容：（1）形成良好的学习习惯和态度；（2）了解教师工作的特点，积极与教师进行有效的沟通，增进与老师的感情；（3）正确对待学习压力，克服考试焦虑，培养正确的学习观念。

二、达标训练

（一）单项选择题

1. 张小茜同学说：“升入初中后，学习科目增多了，难度加大了，老师讲课的方法也变了。尽管我一直很努力，在学习上花了很多时间，但成绩却没有以前好了。”张小茜应该（ ）

- A. 注重调整学习方法
- B. 可以再多投入一些学习时间

C. 要多做一些练习

D. 别管那么多，以前怎么学现在还怎么学

2. 赵松同学说：“以前我有什么问题都可以找爸爸妈妈帮忙，现在他们不太管我了，也不帮我检查作业、复习功课。开始我很不习惯，但慢慢也适应了，做作业不再需要妈妈陪了，自己也知道如何安排学习了，父母的唠叨也少了。”班主任把赵松同学在复习、作业方面的变化，让全班同学讨论。在以下几种说法中，你同意哪一种？（ ）

A. 小莉同学说他适应了初中学习的变化，学会了自主学习

B. 江洋同学说他父母放弃了对子女教育管理的权利，是一种失职行为

C. 李强同学说我父母照样给我查作业、默写生字和英语单词，我学习也不错，说明小学的学习方法到中学照样适用，赵松的做法不值得全班同学学习

D. 玲玲同学说父母应该继续督促我们，给我们检查作业，这样我们的成绩才能保持好

3. 制订学习计划时，应当（ ）

A. 把所有时间都安排得满满的，越细越好，然后按照计划执行

B. 根据自己的学习方式和能力选择恰当的内容

C. 目标定得越高越好

D. 时间定得越长越好

（二）是非判断题

1. 作为初中生，应该学会逐步摆脱对父母和老师的依赖，成为一个自主的学习者。（ ）

2. 学会自主学习，就是可以不按照教学计划，在课堂上想学什么就学什么。（ ）

3. 只要上课认真听讲，就能提高学习成绩。（ ）

4. 学习是一个探究和发现的过程，需要克服困难，刻苦努力。也正是在这个过程中，我们不断地发现自身的潜能，获得一种不断超越自己的快乐。（ ）

（三）案例分析题

1. 古语说：“授人以鱼，仅供一饭之需；教人以渔，则终生受用无穷。”请结合自己的学习实践，谈谈你对此话的理解。

2. 诺贝尔物理学奖获得者丁肇中说：“搞物理实验，我可以两天两夜，甚至三天三夜呆在实验室里，守在仪器旁。我急切地希望发现我所要探索的东西。”你从丁肇中的话中感受到了什么？

三、综合能力训练

(一) 单项选择题

- 要想搞好初中的学习，以下建议中你认为不正确的是()
 A. 学会自主学习，摆脱对父母和老师的依赖 B. 提高学习效率
 C. 不用制订学习计划，想学的时候自然会学 D. 科学安排时间
- 在小学进入初中的过渡阶段，以下做法中你认为不正确的是()
 A. 小学时的学习方法使我一直保持优异的成绩，相信进入初中也能使我成绩优异
 B. 抽出一定的时间查漏补缺，还清学习中的“欠债”，为学习新知识做好准备
 C. 调整自己的学习方法，以适应新的学习需要
 D. 向高年级同学、老师、家长请教，吸取经验教训
- “良好的学习方法能使我们更好地发挥运用天赋的才能，而拙劣的方法可能阻拦才能的发挥。”以下学习方法中，你认为哪一种方法是拙劣的？()
 A. 课上积极回答问题，参加讨论
 B. 课外时间没有一定的计划，想起什么就做什么
 C. 每科有固定的笔记本，笔记有条理
 D. 学新课前，先初步把新内容看一看

(二) 案例分析题

王红同学伤心地说：“我小学时在班上名列前茅，以高分考进了重点中学，我们全家都非常高兴。进了初中后，我学习很努力，每天迟睡早起。谁知期中考试成绩在班上只排到30名。我很不服气，发誓赶上去。可期末考试又落到了37名。现在我经常捧着书本发呆，简直不想上学了。我该怎么办呢？”

为帮助王红同学渡过这一难关，你会给她一些什么建议呢？

四、拓展训练题

(一) 小调查

学科兴趣调查表

	语文	数学	英语	政治	历史	地理	生物	美术	音乐	体育
很喜欢										
一般										
无兴趣										

缺乏兴趣原因调查表

	教材太难 不易理解	教材太浅 没意思	老师教得 不好	受别人（家长、 同学）影响	觉得这门课 自己没能力	经常失败	其他
语文							
数学							
英语							
政治							
历史							
地理							
生物							
美术							
音乐							
体育							

(二) 心理测试题

学习动机自测量表

以下每种情况，对照自己符合与否作一个判断：

1. 上课老师提问时，我喜欢听同学回答问题和老师的总结。（ ）
2. 我的学习成绩比别人差，就会感到难过。（ ）
3. 做功课和接待朋友这两件事，我更喜欢后者。（ ）
4. 每天晚上和星期的学习时间，我都安排得井井有条。（ ）
5. 我觉得学习真是一件苦差事。（ ）
6. 做作业中遇上难题，我喜欢自己动脑筋思考去解决。（ ）
7. 我很少预习也照样听课。（ ）
8. 假期里我也是每天学习，从不赶作业。（ ）
9. 不感兴趣的课程，我就不愿花很大的精力去学。（ ）
10. 我喜欢和别人讨论学习中的问题。（ ）
11. 我听课时从不走神，总是尽量领会老师讲的内容和讲课的意图。（ ）
12. 学习成绩好不好，我不在乎。（ ）
13. 我在考试前“临阵磨枪”，效果往往挺好的。（ ）
14. 即使是我特别想看的电视节目，在没做完功课前也不看。（ ）
15. 老师留的选做题太难了，我一般都不做。（ ）
16. 就是想多学一点知识，考不考试无关紧要。（ ）
17. 我在学习上有忽热忽冷的毛病。（ ）