

九年义务教育教材（人教版）教案系列丛书

思想政治一年级（上）教案

九年义务教育三年制初级中学

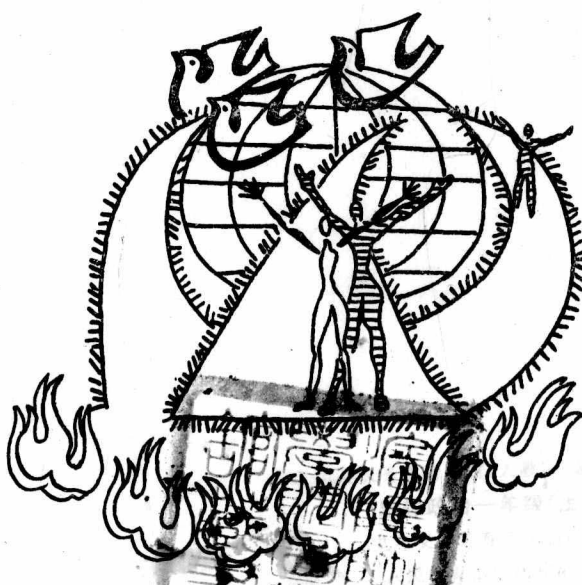


人民教育出版社
东北朝鲜民族教育出版社

九年义务教育教材（人教版）教案系列丛书

思想政治一年级（上）教案

九年义务教育三年制初级中学



人民教育出版社
东北朝鲜民族教育出版社

责任编辑：单晓红 姜东玉

九年义务教育教材(人教版)教案系列丛书

思想政治一年级(上)教案

九年义务教育三年制初级中学

人民教育出版社政治室编著

*

人 民 教 育 出 版 社
出版发行
东北朝鲜民族教育出版社

延边新华印刷有限公司印刷

787×1092 毫米 16 开本 9.75 印张 196 千字

1999 年 6 月第 1 版 1999 年 6 月第 1 次印刷

ISBN 7-5437-3638-1/G·3309 (课)

印数：1—11 000 册 定价：8.50 元

邮编：133000 地址：吉林省延吉市友谊路 11 号 电话：(0433) 2913930

如发现印装质量有问题，请与印厂联系调换。

说 明

根据原国家教委的有关规定，自1993年起开始执行九年义务教育课程计划，即1993年秋季入学的小学一年级和初中一年级学生正式使用九年义务教育教材。

根据原国家教委规划，人民教育出版社编写了五四学制和六三学制两套教材，包括小学和初中的所有学科。这两套教材已从1990年秋季起，在全国28个省、市、自治区的几十万学生中试验，受到广大教师和学生的喜爱和欢迎。

这两套教材的总体设计思想是以教科书为基础的，具有整体性的系列化教材。除教科书外，还有教师教学用书、挂图、图册、课外读物、实验手册、课外习题集、幻灯片、投影片、录音带和录像带等配套教材。

为了有利于全体学生主动、全面地发展，系列化教材体现了全国统一的教学要求，即教学大纲的要求，便于学生打下必要的、共同的、扎实的基础。系列化教材同时适应不同的学校师资、学生基础、办学条件，充分考虑到学生的不同爱好和特长，有利于因地、因校制宜和因材施教。

为了帮助广大教师和教研人员更好地了解和使用人民教育出版社新编九年义务教育系列化教材，由人民教育出版社组织编写，人民教育出版社和东北朝鲜民族教育出版社联合出版《九年义务教育教材教案系列丛书》。本系列丛书是专门为使用人民教育出版社新编九年义务教育教材的学校的教师编写的，与人民教育出版社的教材配套使用。

本系列丛书包括与五四学制和六三学制教材配套使用的教案各一套，按照一本教科书一本教案的原则编写。编写按教学进度要求，每一课时都配有教案。

本系列丛书的编写队伍，由人民教育出版社各学科教科书编写者和全国各地优秀教师组成，以充分发挥各自优势，尽量增强本系列丛书的实用性。编写者充分注意到已有的教师教学用书的内容，编写教案时紧扣教学大纲，针对教学中的重点、难点及经常遇到的问题详加说明、分析，同时还结合不同课型及教学内容的特点辅以教学原则、教学方法等方面的内容。在编写这部分内容时则力求理论联系实际，深入浅出。其中部分教案直接取自在试验人民教育出版社新编教材中各地涌现出的好教案。这些教案有的出自具有丰富教学经验的老教师之手，有的则是年富力强的中青年教师宝贵的教学经验的总结。这其中凝结着许许多多辛勤耕耘的园丁们的智慧。在编写过程中，编写者力图使用生动活泼的语言，并配以丰富的插图，使教案与教师教学用书互为补充，相得益彰，对于如何更好地使用人民教育出版社编写的其他系列化教材，教案中也根据具体情况做了必要的说明。

初中思想政治教科书是依据原国家教委1997年4月1日印发的《九年义务教育小学思想品德课和初中思想政治课课程标准(试行)》，由小学思想品德和中学思想政治教材编委会编著，自1998年秋季在全国各地学校广泛使用。初中思想政治课教案，按照新版教科书的内容、结构和教学顺序，由人民教育出版社政治室组织编写。

本书撰稿人有李立、马晓晶、武亚男、柯斌、陈继红、马俊利、魏经波。

本系列丛书将完全按照教学进度要求，与九年义务教育教材同时供应。

我们将根据教学实践中广大教师提出的意见，不断地进行修改、充实，并注意吸收在教学实践中涌现出的好教案，努力提高丛书的质量，把丛书编写得更好。

人民教育出版社

1999年5月

目 录

前言.....	(1)
第一课时.....	(2)
第二课时.....	(4)
 第一课 正确看待自己	
第一课时	(12)
第二课时	(18)
第三课时	(22)
第四课时	(26)
 第二课 锻炼心理品质	
第一课时	(31)
第二课时	(37)
第三课时	(41)
第四课时	(45)
 第三课 善于调节情绪	
第一课时	(52)
第二课时	(56)
第三课时	(60)
第四课时	(64)
第五课时	(66)
 第四课 磨砺坚强意志	
第一课时	(81)
第二课时	(85)
第三课时	(92)
第四课时	(96)

第五课 能够承受挫折

第一课时.....	(101)
第二课时.....	(106)
第三课时.....	(111)
第四课时.....	(116)

第六课 勇于开拓进取

第一课时.....	(122)
第二课时.....	(128)
第三课时.....	(135)
第四课时.....	(141)

前 言

一、教学目标

1. 认知目标

(1) 识记：

- ① 心理是人的内心世界。
- ② 良好心理品质的基本要求。

(2) 理解：

① 通过学习，使学生理解人的言论、行动都与一定的心理有联系，心理世界的活动丰富多彩，它来源于外部世界。

② 使学生理解良好的心理品质有助于青少年健康成长，有利于高尚道德情操的培养，是 21 世纪人才必备的素质。

(3) 运用：

通过学习，让学生认识到培养良好心理品质需要加强学习，善于思考，注重实践。

2. 能力目标

(1) 通过教材中的实例，联系自己内心世界的活动，培养以实例对照自己、联系自己的比较能力。

(2) 通过学习，初步培养学生归纳总结的能力。

(3) 注意培养理论学习的能力。要求学习认真看书，深入思考，并培养他们尝试用所学的理论解决实际中出现的问题的能力。

3. 思想觉悟目标

(1) 通过学习，懂得掌握一些心理品质方面知识的重要性，进而注意学好各门知识课的同时，注重自己心理品质的培养和锻炼。

(2) 良好的心理品质，一方面和心理知识有关，另一方面也和道德修养紧密相联。良好的心理品质，有利于高尚道德情操的培养；而道德情操高尚的人，一般都具有良好的心理品质。

(3) 通过学习，注意在社会生活中磨炼自己的心理品质，陶冶道德情操，做有益于社会的人。

二、教学重点

- (1) 心理世界的活动来源于外部世界。
- (2) 良好心理品质的基本要求。
- (3) 培养良好心理品质对青少年的重要意义。
- (4) 培养良好心理品质的方法。

三、教学难点

心理的含义。

四、课时安排

2 课时。

五、教学程序

第一课时

导入新课

同学们，今天我们共同学习初一思想政治课的“前言”部分。

前言(板书)

同学们，我想给大家讲一个在日本发生的真实而又富有戏剧性的故事：某先生报考某大公司，因落榜而自杀，不料却自杀未遂。正当这位先生神志昏迷之际，传来他已被录用的喜讯。原来他的考试成绩本该名列榜首，只是在统计时出了差错，才导致他名落孙山。然而，就在他准备把喜讯告诉所有的亲戚朋友时，又传来消息说，他被公司解聘了。

故事讲到这儿，我想问同学们：公司为什么会做出解聘他的决定呢？

(学生回答后，教师归纳。)

这位先生只因一念之差，就造成了终生遗憾。我们不禁为他感到惋惜，但同时我们更能理解公司的决定，因为他连如此小小的人生坎坷都承受不了，又怎么可能建功立业呢？

在座的每一位同学，都希望自己将来能学有所成，在激烈的竞争中立于不败之地，做到这一点，不仅仅需要健康的体魄和掌握必备的科学文化知识，更需要有良好的心理品质。思想政治课初一教材，将向你生动而具体地介绍关于如何培养良好心理品质，陶冶高尚道德情操，正确解决思想、心理问题的道理和方法。

那么，什么是心理呢？心理就是人的内心世界。

一、心理——人的内心世界(板书)

我们生活在世界上，在学习、生活和工作中，总会遇到各种各样的问题。当我们着手解决这些问题时，头脑中会出现许多想法，会有所触动，有所感受，有所思考。这些都是我们内心世界的活动。

可以这样说，我们每个人都面临着两个世界：外部世界和内心世界。外部世界指的就是我们所接触到的一些外界事物，看到的一些自然现象和社会现象。像我们正在学习的数学、历史、地理、生物，还有将要学习的化学、物理等学科都是从不同的方面来研究外部世界的。而我们要想加强对自己内心世界的研究，更好地指导自己的言论和行动，就需要学习一些心理方面的知识，因为人的言论、行动都与一定的心理有联系。

1. 人的言论、行动都与一定的心理有联系 (板书)

同学们要知道，我们所面临的这两个世界并不是截然分开的两个部分，而是一个相互联系、不可分割的整体。我们来看大家比较熟悉的两个成语：触景生情、睹物思人。(把这两个成语作为副板书。)

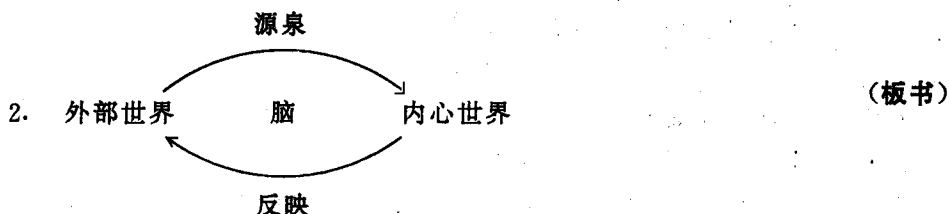
通过前面的学习，谁能说出在这两个成语中，哪些词语指的是外部世界，哪些指的是人的内心世界的活动？

(学生回答，教师归纳。)

其中，“景”和“物”指外部世界，“情”和“思”指人的内心世界。那谁能进一步指出“情”从何生、“思”从何来呢？

(学生回答，教师归纳。)

“情”从“景”生，“思”从“物”来。概括地说，人们的情和思是由周围的事物引起的。两个成语中蕴含了这样一个深刻的道理：心理世界的活动来源于外部世界，丰富多彩的内心世界反映着色彩斑斓的外部世界。



人的心理并不是天生的，它和外部世界有着紧密的联系。一个人只有多了解周围的事情，多和周围的人打交道，多用脑去思考，心理活动才会更丰富，对外部世界的认识才会更全面、更深刻。如果一个人与外界隔绝，没有了心理活动的源泉，他的心理活动就可能逐渐趋于停滞状态，乃至精神恍惚。

我们每一个人所处的外部环境、生活经历各不相同，这就造成了人们心理间的差异是很大的。但是，通过我们对许多成功者的分析来看，却不难在他们身上找到一些共同的心理物点：性格良好，有积极乐观的情绪和生活态度；人际关系和谐，有坚强

的意志和开拓进取的精神，也就是说他们都有良好的心理品质。那么良好的心理品质有哪些基本要求，有什么重要的作用，怎样培养良好的心理品质呢？我们下节课再讲。

巩固新课

这节课我们学习了一个新的名词——心理，它是指人的内心世界。心理活动和周围的环境有着密切的联系，它们是相互作用的。学习心理知识有助于指导我们的言论和行动。

希望同学们在课下阅读一些有关心理的书籍，加深对心理的理解。

第二课时

复习提问

- (1) 什么是心理？
- (2) 内心世界和外部世界有什么关系？

导入新课

下面我给大家介绍两个人物（利用录像、画面以滚动形式出现字幕，教师读字幕）。

- 其中的一位，他 17 岁应招考入空军某飞行学院；
- 18 岁在同批学员中第一个“单放飞”，翱翔于蓝天；
- 20 岁成为海军航空兵最年轻的超音速优秀飞行员之一；
- 24 岁考入海军广州首期“飞行员舰长班”；
- 28 岁出任某驱逐舰支队导弹护卫舰副舰长；
- 31 岁任新型导弹护卫舰舰长；
- 34 岁率舰出国门驰骋大洋……

听完这颇具传奇色彩的人生经历后，你也许已经猜到是谁了，他就是柏耀平（录像此时出现柏耀平的画面）。一个“驾机能翱翔九天，操舰能驰骋五洋”的热血男儿；一位勇敢迎接新技术革命挑战的当代中国军人，全国十大杰出青年之一。

另一位来自我们的身边，是我所教过的一名初三学生——董爱军。

（放有关董爱军同学学习、生活的录像，教师并配以解说。）

董爱军是一个浑身充满活力、勇敢地迎接挑战的孩子。但是自从他来到人世间的那一刻起，就多多少少给他周围的人留下了一丝遗憾：因为他只有一只左手。可是从小就争强好胜的爱军，并没有让人们的这丝遗憾化作对他的迁就与无奈。面对人们惊奇的目光，面对生活中无形的压力，我们在他的脸上却看不到一丝应有的烦恼。他总

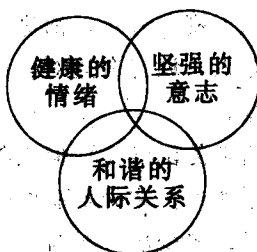
是坦然地笑对他人。他最大的快乐就是和同学们共同学习，一起生活，共同进步。作为集体的一员，他总是抢着干一些力所能及的事。他还是一名课代表，对工作认真负责，经常用左手在黑板上为同学们抄出清楚工整的练习题。由于身体上的原因，体育加试和理化实验加试，他是可以免试的。但是，他却不愿意享受这样的“优待”，而是像其他同学一样积极刻苦地参加练习。体育加试的各项成绩他都得了满分。在做实验时，即使你用再挑剔的目光去看他操作，最终也不得不被他准确、熟练、灵巧的动作所折服。他常说：“虽然我身体上有残疾，但我的内心是乐观的，别人能做到的，我也能做到，而且要做得更好！”

无论是柏耀平还是董爱军，他们确实在自己的事业和学业上取得了一定的成就。但我想，我们不仅羡慕他们所取得的成绩，更想了解的是他们走向成功的原因是什么。答案就在于此：是良好的心理品质帮助他们走向成功。

二、良好的心理品质帮助你走向成功(板书)

1. 良好心理品质的基本要求(板书)

(学生看书，并找出良好心理品质的基本要求，回答后，教师出示投影片，并加以解释。)



良好心理品质的基本要求包括健康的情绪、坚强的意志和和谐的人际关系。这三个方面虽然各有侧重，但往往是互相影响、共同促进的。

一提到情绪，同学们可以说出许多表示情绪的词语，谁来列举几个？

(学生回答，教师归纳。)

人的情绪是多种多样的，喜、怒、哀、惧，人人都有所体验，可健康的情绪又是怎样的呢？

(让学生从课文找出答案并回答。)

俗话说“人逢喜事精神爽”，碰到高兴的事，喜上眉梢，精神振奋，干劲倍增，这是正常的；碰到不高兴的事，心情多少有此沮丧、烦恼，甚至低落，这也是很自然的。但是，如果高兴到了“得意忘形”的程度，悲伤到了“无法自拔”的地步，可就不是健康的情绪了。我们中学生处在这个年龄阶段，情绪丰富而强烈，但不稳定，起伏变化较大。面对纷繁复杂的外部世界，有的让我们高兴，有的也使我们烦恼，这就需要我们进行调节和控制，保持健康的情绪。像董爱军同学，面对自己残疾的肢体和生活上诸多的不便，在他的心头也曾经掠过一丝阴云，但他并没有因此而消沉下去，而是通过各种各样的方法摆脱不良情绪的干扰，使自己始终保持积极、乐观、向上的生活

态度，所以我们看到的董爱军就是一个脸上经常带着如阳光般灿烂的笑容、精神饱满的男孩子。

要想有所作为，还要有坚强的意志。坚强的意志是一种内在的力量，在很大程度上影响着人们才华的积累、才干的增长和才能的发挥。

柏耀平原来是一名飞行员。飞行事业风险大，且淘汰率高。从一个高中生到一名优秀的飞行员，需要付出多大的艰辛，没有谁能说得清。天山脚下的茫茫戈壁滩是他起飞的摇篮。酷暑季节在这里练飞行，空气热得就像着了火，飞机机身挨着皮肉，会把人烫得跳起来。就是在这种恶劣的条件下，柏耀平穿云破雾，闯难关，战凶险，终于成为一名飞过四种机型、具有三种气象飞行能力的歼击机驾驶员。而在这时，摆在他面前的是一个意味着更大困难的决定：告别蓝天，走向碧海。从上天到下海，其跨度和难度之大可想而知，且只能成功，为了尽快成为一名合格的舰长，他和战士们一起爬上全舰最高的桅杆顶端去检查，到军舰最底舱去实践。他写的读书笔记就达20万字，他还有一个习惯就是要定期烧掉笔记本，目的是为了强迫自己勤学苦练，熟练掌握驾舰知识。在发达国家，一名合格舰长的成长周期要15年，而他完成这一任务仅仅用了4年，靠的是什么呢？就是坚强的意志。

同学们在求学、创业的漫漫征途上刚刚起步，前进的道路上不可能一帆风顺。如果我们遇到一点困难和挫折就怨天尤人，埋怨命运对自己的不公平，失去继续奋斗的勇气，那么成功只能与我们擦肩而过。

在学习的过程中，董爱军同学遇到的困难比任何人都要多。一个我们认为再简单不过的动作，对他来说可能就是难上加难。在做实验的过程中，像划火柴、绕线圈这些需要双手合作的动作，他都不知要练多少次。有时火星烧了他的衣服，烧坏了他的皮肤，残疾的手臂磨出了血，他还是咬着牙，含着泪，凭着自己坚强的意志，继续练，直到成功。

不仅仅是柏耀平和董爱军，古今中外，在一切有成就的人中哪一个没有坚强的意志呢？双耳失聪、仍然坚持音乐创作的贝多芬给世界留下了不朽的音乐巨作；双目失明、全身瘫痪的奥斯特洛夫斯基靠口述完成了《钢铁是怎样炼成的》鸿篇巨制；身着烈火却岿然不动的邱少云用生命迎来了革命的胜利。所有这些人都在用行动告诉我们：成功和胜利只属于那些不怕困难，积极进取，有勇气、有毅力，意志坚强的人们。

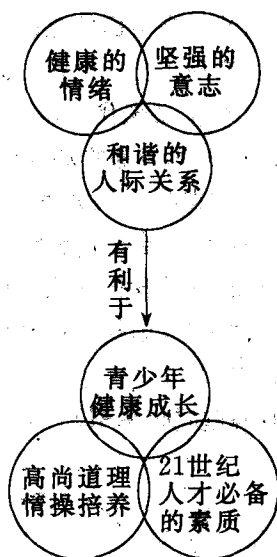
良好的心理品质的基本要求之三是要有和谐的人际关系。人生活在社会中，无论是学习还是工作，都要和别人打交道，人与人之间的交往，形成人际关系。和谐的人际关系像和煦的春风，使人心情舒畅，身心处于健康状态，有利于学习和工作。特别是现在，班上的独生子女增多，在走出家门到更广阔的天地中去交往的过程中，要学会尊重他人，关心、爱护他人，学会宽容、理解、积极和他人合作，给予他人有利的支持。在交往中，也会使自己克服一些不良的心理。

第二个小问题，我们学习培养良好的心理品质的重要意义。

2. 培养良好心理品质的重要意义(板书)

良好的心理品质有利于青少年的健康成长，有助于高尚道德情操的培养，是 21 世纪人才必备的素质。

(出示投影片，把良好心理品质的基本要求可制成复合投影片，并加以解释。)



① 良好的心理品质，有利于青少年的健康成长。

一提到健康，我们立刻就会想到身体健康。其实，现代人赋予了健康更完整的意义：健康不仅包括身体健康，还包括心理健康。中学阶段正是人的心理和生理急剧发展变化的阶段，处于青春期。如果心理承受能力跟不上生理的变化，就会影响身心健康。董爱军在我们这个年龄阶段和命运顽强地斗争，柏耀平在十七八岁时就成为优秀的飞行员，不就是良好的心理品质才促使他们健康地成长吗？

② 良好的心理品质，有利于高尚道德情操的培养。

海军决定开办“飞行员舰长班”，目的是培养适应未来高技术战争需要的高素质复合型舰长。部队党委决定让柏耀平报考的时候，正是他飞行事业如日中天之际，继续飞下去，前途无疑是宽广的。但是他知道，此时此刻，一切情愫都该割舍，在军人抉择的天平上，祖国的需要永远是至高无上的砝码。他在日记中写道：“我知道，选择中国第一代飞行员舰长的职业充满风险，但这一职业绝非超级大国军人的专利，既然我们这代军人已经把和平作为对祖国的最高承诺，那么，我们就应该将和平写满祖国的每一片海疆！”正是靠着这种对祖国的崇高承诺，他接受了组织的决定，而且在以后的日子里还出色地完成了一系列重大军事演习和带舰出访任务。柏耀平被誉为“一流的航海家”，让外国人佩服，让中国人自豪。这时候，通过柏耀平良好的心理品质体现出来的是高尚的道德情操！

身残志坚的张海迪，转动轮椅，用心中的圣火照亮别人。她说：“轮椅叫我三分矮，我叫人生步步高。”在她身上，心理之所以比生理显得更重要，就是因为良好的心理品质能促使人的精神境界高尚起来！

③ 良好的心理品质，还是 21 世纪人才的必备素质。

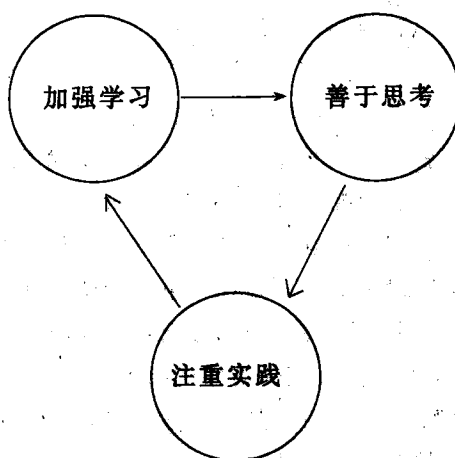
同学们，我们是 21 世纪的建设者和生力军，党和国家把希望寄托在我们身上，我们要继承革命前辈开创的事业，完成时代赋予我们的新的历史使命：在中国共产党的领导下，和全国人民一道，坚持以建设有中国特色的社会主义理论为指导的党的基本路线，自力更生，艰苦奋斗，逐步实现工业、农业、国防和科学技术的现代化，把我国建设成为富强、民主、文明的社会主义现代化国家，也就是要“振兴中华，实现四化”。完成这一使命仅仅靠健康的体魄和丰富的知识行吗？不行！21 世纪的建设者还应该有良好的情绪、坚强的意志和和谐的人际关系，也就是要有良好的心理品质。否则，我们将不会适应高科技的需要，也不会适应快节奏的要求，更不会适应强烈的竞争环境，那么也将不能顺利完成历史赋予我们的重任！

既然良好的心理品质如此重要，我们又怎样去培养良好的心理品质呢？

（学生看书，然后回答，教师板书。）

三、在社会生活中磨炼良好的心理品质（板书）

（出示投影片，并讲解。）



人的心理品质不是天生的，而是随着人的心理发展水平的提高，以及对社会生活适应能力的提高而逐步发展和完善的。

我们培养良好的心理品质，首先要加强学习。加强学习，就是要学习有关心理品质方面的知识，知道心理品质修养方面的道理。我们往往比较注重学习外部世界的知识，对自然科学的学习尤其关心。但是如果忽视了对内心世界方面知识的学习，一旦遇到心理问题，就会不知所措。我们不能永远依赖别人的帮助，其中包括提高心理品质方面的学习。我们这门课从多方面介绍心理品质的内容，同学们应该重视这门课的学习，同时自己阅读一些和青少年心理卫生有关的书籍。

光学习知识还是不够的，还要一边学，一边想，即要加强思考。

在学习的过程中，对照自己内心世界的活动，了解自己在哪些方面做得较好，哪些方面有所欠缺，哪些方面陷入误区、钻了死胡同，这样才能寻找到正确的方法，对

对症下药，尽快使自己摆脱困境。所以，一方面要认真领会课文的中所讲道理，课文中要求我们《说一说》、《想一想》、《议一议》的地方，要动脑筋积极思索、琢磨；另一方面要结合日常生活，思考我们的行为是否符合社会的要求，能否得到大家的认同，及时地调整自己的心态和行为，不断地提高道德修养。

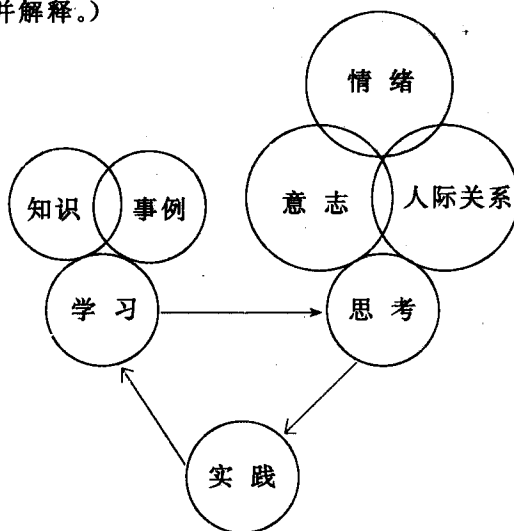
在学习、思考的基础上，还应该把所学的内容落实到实践中，注重实践。

实践就是做、行动。学习、思考固然重要，但是我们学习课本知识的目的，是为了应用到实际中去，在社会生活中磨炼良好的心理品质。如果仅仅把学到的知识保留在头脑中，不与自己的生活相结合，这些知识就失去了它的价值。我们学习的内容都能够和自己的实际情况相联系，因此，我们要把学到的知识，运用到家庭生活、学校生活和社会生活中，在实践中培养自己良好的心理品质。

“学、思、行”是培养良好心理品质的方法，三者是一个有机的整体，是一个相互联系、不断循环往复的过程，不能忽视其中的任何一个方面。

巩固新课

（出示投影片，并解释。）



同学们，在学习了今天的知识和了解了柏耀平、董爱军的事例后，大家来对照自己的内心世界进行一次自我心理测量。通过测量，我们找出自己在情绪、意志和人际关系上，哪些方面做得较好，哪些方面做得有所欠缺，同时对那些做得不太好的方面，设计出解决的办法。

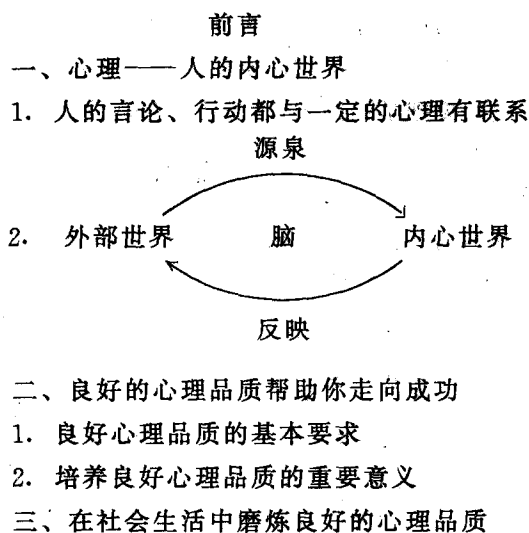
（学生开始进行测量，结果出来后，师生共同讨论。）

课堂小结

我们中学生有不少共同的心理特征。然而，由于生活在不同的地区、不同的学校、不同的家庭，我们在思想、心理等方面出现了一些差异，这是正常的。社会生活

是锻炼青少年成长的一座大熔炉，我们应该积极地投入到社会生活中去，去努力提高自己的思想认识，陶冶高尚的道德情操，提高心理品质水平，争做有理想、有道德、有文化、有纪律的人才。我相信，我们会共同学好这门课程；我更相信，同学们的心理品质水平会不断提高！

板书设计：



二、良好的心理品质帮助你走向成功

1. 良好心理品质的基本要求

2. 培养良好心理品质的重要意义

三、在社会生活中磨炼良好的心理品质