



北京 名师导学

中国教育电视台CETV-1黄金时间配套讲解

◎北大附中◎人大附中◎清华附中◎北师大附中

特级高级教师联合编写

◎丛书主编：刘强



●基本目标要求

●典型例题分析

●教材内容分析

●双基能力训练

●双基知识导学

●习题答案提示

●疑难问题解析

●中考仿真试题

九州出版社

丛书主编：刘 强

北京 名师导学

BEIJING MINGSHI DAOXUE

本册主编：李智贻

编者：陈华钰 季玉林 陈继红 李智贻



- 基本目标要求
- 典型例题分析
- 教材内容分析
- 双基能力训练
- 双基知识导学
- 习题答案提示
- 疑难问题解析
- 中考仿真试题

九州出版社

北京名师导学

初一政治

丛书主编 刘 强

本册主编 李智贻

*

九州出版社出版发行

各地书店经销

山东新华印刷厂德州厂印刷

*

880×1230 毫米 1/32 印张 8.5 字数 210 千字

2002 年 6 月第 7 版 2002 年 6 月第 1 次印刷

ISBN 7-80114-261-6/G·130

定价:11.00 元

版权所有 翻印必究

如发现印、装质量问题,影响阅读请与九州出版社经营部联系调换

(地址:北京市西三环北路 27 号北科大厦北楼四层 邮编:100089 电话:010-68436466)

注重素質教育
培養一代新人

北京名師導學

費者通



前 言

本套丛书根据教育部颁布的各学科课程标准，依照人教版最新教材，积淀成熟教辅方略，吸纳最新教学研究成果，大量选用鲜活、灵动的新话题、新材料，关注社会热点，贴近生活实际，创设新情境，开发新思维，既指导学生对知识进行科学梳理，又给学生以“钥匙”，让学生自己打开“重点”、“难点”的大门，掌握相应的“知识点”，由此举一反三，触类旁通，真正“学会学习”。

本套丛书体现“以学生发展为本”的编写思想，书中每节（单元）主要设有【教材内容分析】、【中高考基本要求】、【双基知识导学】、【疑难问题解析】、【典型例题分析】、【双基能力训练】、【习题答案提示】等栏目。这些栏目涉及的主要内容是各章节应掌握的基础知识、知识的灵活运用、思维方法、解题思想、解题技巧等。另外，理科各册在本章知识总结中还有4个栏目【知识体系表解】、【注意问题提示】、【基础知识扩展】、【中高考真题研究】，这4个栏目对于学生复习本章所学知识，具有加深、拓展、强化的作用。

编者从教纲、考纲中找到了各学科相应的知识点和考点，让学习者切实体味到怎样从“知识型”向“能力型”转变、从“苦读型”向“巧读型”转

变；测试题的设计，既有夯实基础、能起到立竿见影功效的一课一练，又有针对中考、高考考点进行仿真模拟的综合检测题，点面结合、学练结合，循环渐进地进行训练，从而科学有效地提高学生的备考能力、实实在在地进行素质教育。

本套丛书由北京大学附中、清华大学附中、中国人民大学附中、北京师范大学附中等重点中学的100多位教学第一线的特级、高级教师精心编写。在编写、修订过程中得到了有关领导、专家的关心和支持。在此，一并表示诚挚的感谢！同时对每年给我们提供修订建议的全国各地的热心读者和教育界同仁表示崇高的敬意！

本套丛书自出版以来一直成为广大师生的良师益友，真正起到开卷有益、初读有趣、复读启迪、教学参考、学习助手的作用。本套丛书当年一出版就在中国教育电视台(CETV-1)中播出，今年我们又请全国著名的特级教师根据教学改革及最新高考精神重新录制，将于近期在中国教育电视台(CETV-1)黄金时间中播出。

我们衷心祝愿本套丛书能一如既往地帮助中学生朋友实现走进重点名牌大学的梦想！

刘 强

2002年6月

目 录

前言	(1)
【本课知识结构】	(1)
【双基知识导学】	(1)
【疑难问题解析】	(3)
【典型例题分析】	(4)
【双基能力训练】	(6)
第一课 锻炼心理品质 加强品格修养	(10)
【本课知识结构】	(10)
【双基知识导学】	(11)
【疑难问题解析】	(14)
【典型例题分析】	(18)
【双基能力训练】	(20)
第二课 善于调节情绪 保持乐观心态	(25)
【本课知识结构】	(25)
【双基知识导学】	(26)
【疑难问题解析】	(29)
【典型例题分析】	(35)
【双基能力训练】	(37)
第三课 磨砺坚强意志 拒绝不良诱惑	(44)
【本课知识结构】	(44)
【双基知识导学】	(44)
【疑难问题解析】	(47)
【典型例题分析】	(53)
【双基能力训练】	(55)
第四课 能够承受挫折 勇于开拓进取	(61)
【本课知识结构】	(61)

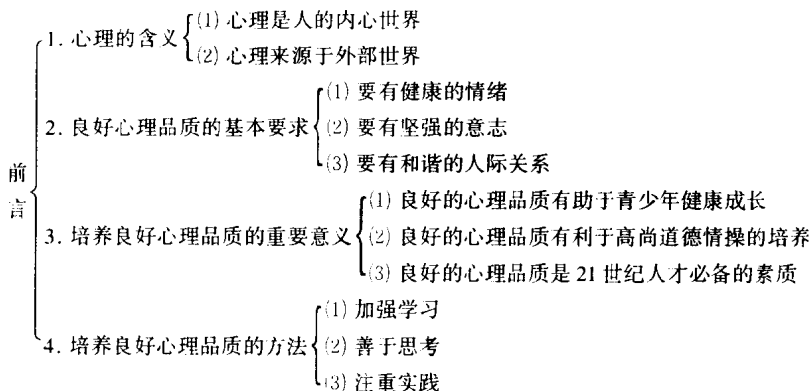
	【双基知识导学】	(62)
	【疑难问题解析】	(66)
	【典型例题分析】	(75)
	【双基能力训练】	(78)
第五课	正确看待自己 增强自尊自信	(88)
	【本课知识结构】	(88)
	【双基知识导学】	(90)
	【疑难问题解析】	(95)
	【典型例题分析】	(102)
	【双基能力训练】	(107)
第六课	发挥性格优势 养成良好习惯	(118)
	【本课知识结构】	(118)
	【双基知识导学】	(119)
	【疑难问题解析】	(122)
	【典型例题分析】	(125)
	【双基能力训练】	(128)
第七课	待人真诚热情 建立真挚友谊	(134)
	【本课知识结构】	(134)
	【双基知识导学】	(135)
	【疑难问题解析】	(138)
	【典型例题分析】	(142)
	【双基能力训练】	(144)
第八课	融入社会生活 陶冶高雅情趣	(149)
	【本课知识结构】	(149)
	【双基知识导学】	(150)
	【疑难问题解析】	(151)
	【典型例题分析】	(155)
	【双基能力训练】	(158)
第九课	培养爱国情操 树立崇高理想	(165)
	【本课知识结构】	(165)
	【双基知识导学】	(166)

【疑难问题解析】	(169)
【典型例题分析】	(172)
【双基能力训练】	(175)
第十课 增强自律能力 培养健康人格	(182)
【本课知识结构】	(182)
【双基知识导学】	(183)
【疑难问题解析】	(185)
【典型例题分析】	(189)
【双基能力训练】	(192)
综合练习(一)	(199)
综合练习(二)	(204)
综合练习(三)	(209)
综合练习(四)	(214)
答案与提示	(219)

前言



本课知识结构



双基知识导学

1 心理的含义

(1) 心理，就是人的内心世界，人的言论、行动都与一定的心理有联系。

(2) 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。

外部世界是心理的源泉，心理是外部世界的反映。

(3) 一个人的成功，往往与良好的心理品质密切相关。

2 良好心理品质的要求

① 要有健康的情绪

健康的情绪，应该是喜怒有常，喜怒有度，能够自我调节，保持正常的心态。

② 要有坚强的意志

古今中外，一切有成就的人，都是与他们不怕困难，有坚强的意志分不开的。

青少年的成才道路不会一帆风顺。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。

③ 要有和谐的人际关系

我们在交往中，既要学会尊重自己，又要学会尊重别人，关心和理解他人，敢于和善于与人交往。

人际关系和谐，心情自然舒畅，身心就会处在健康的状态之中，有利于学习、工作和生活。

3 青少年培养良好心理品质的重要意义

- (1) 良好的心理品质有助于青少年健康成长。
- (2) 良好的心理品质，有利于高尚道德情操的培养。
- (3) 良好的心理品质是 21 世纪人才必备的素质。

4 培养良好心理品质的几种方法

① 加强学习

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。学生的学习任务，包括提高心理品质的学习。

初一思想政治比较具体而生动地介绍了培养良好心理品质，陶冶高尚道德情操，学会正确解决思想、心理问题的道理和方法。

学好本书对于指导我们学会正确认识自己和把握自己，树立正确的人生目标，保持健康的心理，是大有益处的。

② 善于思考

一方面要认真领会课文中的道理，要动脑子，积极思索、琢磨；另一方面要结合日常生活，思考自己的行为，不断提高道德修养。

③ 注重实践

我们学习课本知识的目的，是为了应用到生活实际中去，在社会生活中磨炼良好的心理品质。

社会生活是锻炼青少年成长的一座大熔炉，我们应该积极投入社会生活，努力提高思想认识，陶冶道德情操，提高心理品质水平，做有益于社会的人。



1 培养良好心理品质的重要意义

① 这是前言部分的重点。

从课程标准来看，这个观点要求理解。

从知识来看，这是初一全书的中心，其它各课都是讲具体的良好心理品质，所以，学习这个观点很重要，学好这部分才能更好地学后面各课。

从学生实际来看，中学生心理品质培养比较差，过去社会上很少谈心理培养，所以学生对这方面很不重视，另一方面学生比较重视自然科学知识的学习，不重视心理知识的学习。正因为这样，必须要让学生了解培养良好心理品质的重要意义，为学生学好这门课打下基础。

② 要学好这个观点应把握以下几点：

(1) 从青少年的健康角度看。

①健康包括身体健康与心理健康两部分，培养良好的心理品质有助于心理健康。

②中学阶段是人的生理、心理发展的关键时期。生理变化比较快，生理变化必定引起心理变化，如果不能正确对待这种变化，就不能健康成长。

(2) 从做人的基本素质——道德情操来看。

良好的心理品质，可以使人的精神境界高尚起来。许多英雄模范人物所以能正确处理好个人利益与国家、集体利益的关系，把国家和集体的利益看得高于一切，甚至于献出自己的生命，从心理品质看，就是因为他们都树立了远大的志向，并逐步培养出自己坚强的意志、良好的性格和高尚的道德情操，为此，在党和人民需要时候，能够献出自己的一切。

良好的心理品质往往能体现高尚的道德情操。

(3) 从未来社会对人才的需要来看。

21世纪所需要的人才，除了掌握扎实的科学知识外，还需具备良好的心理品质，这样才能适应社会的需要，在充满竞争与挑战的征途中勇往直前，去实现美好的理想。

③ 学习这部分时要注意:

①要联系学过的知识,如:健康的含义;良好心理品质的基本要求等。②要联系学生的实际,如对心理知识学习的不重视等,最好在上课前做一下问卷调查,讲课时结合同学思想实际谈。③要联系社会发展实际,特别在市场竞争条件下,竞争意识要强,如果没有良好的心理品质,无法适应社会发展的要求。

学习这部分时,可到人才交流中心进行对未来人才需要的调查。

② 心理的含义

① 因为学生过去接触心理这一词比较少,再加上概念比较抽象,学习起来比较困难,是前言的难点。

② 学习这部分时,要从理论上把握心理含义的几个层次:①心理是人的内心世界。②人的言论、行动都与一定的心理有联系。

③ 学习时,可先讲一些实例。如学习取得好成绩,体育比赛获得了第一名,心情特别高兴。和别的同学发生了磨擦,心理很生气。然后讲清这就是内心世界,这就是心理。总之,要从感性知识入手,最后达到理性认识。



一、单项选择

例 1 许多成功者都必须具备的一种共同条件是

- A. 极高的智力水平
- B. 强健的体魄
- C. 良好的心理品质
- D. 坚实的物质基础

分析: 在追求不同事业的成功道路上,也许会对智力条件、身体条件、物质条件中的一方面或几方面有特殊的要求,但任何成功者对良好心理品质的要求是共同的,具有一致性。良好的心理品质是走向成功必不可少的条件。故此题选 C。

例 2 张海迪身残志坚,在高位瘫痪、病魔缠身的情况下,仍能自学成才,奉献社会。她的事迹向我们表明:

- A. 人的身体素质与思想道德素质成反比
- B. 人的身体素质与心理素质成反比

C. 具备了良好的心理品质也就具备了高尚的道德品质

D. 良好的心理品质往往能体现高尚的道德情操

分析：张海迪的先进事迹只是表明人的心理状况有时显得比生理状况还重要，而不能证明身体素质同思想道德素质、心理素质存在比例关系。心理品质和道德品质是两种不同概念。此题说明正是张海迪坚强的意志和乐观向上的生活态度点亮了她的人生，使她成为一个有益于社会的人。故此题选 D。

二、多项选择

例 3 培养良好心理品质的方法有

A. 加强学习

B. 善于思考

C. 注意仿效

D. 注重实践

分析：培养良好心理品质的方法有学、思、行三个方面。学是指加强学习，思是指善于思考，这里的行不是指仿效，而是将所学所思应用到生活实际中去，即注重实践。故此题选 ABD。

三、辨析

例 4 有人认为，有了文化知识就可以成为 21 世纪的合格人才。这种观点对吗？为什么？

答：不对。

在信息时代的“未来之路”上，仅仅凭学历、靠文凭想取得成功是不可能的。我们面对世界日新月异的巨大变化，除了掌握必备的科学知识以外，还必须学会认识自己的潜在能力，学会把握和控制自己的情绪，学会体察别人的情绪，善于与人交往，能够忍受磨难，战胜困难，积极乐观。这些良好的心理品质，是我们打开成功大门的钥匙，也是 21 世纪对人才的要求。

分析：可以从两个方面认识和把握：一是信息时代的世界日新月异，现有的知识代替不了人的学习和适应能力；二是随着社会的进步和教育的发展，竞争日趋激烈，除了必备的科学文化素质，就必须具有良好的心理素质。



➡ 填空题 (共 20 分, 每空 1 分)

1. 心理, 就是人的 _____, 人的言论、行动都与一定的 _____ 有联系。
2. 心理世界的活动来源于 _____, 丰富多采的内心世界反映着色彩斑斓的 _____。
3. 古今中外, 一切有成就的人, 都是与他们不怕 _____, 有 _____ 分不开的。
4. 中学阶段是人的生理、心理发展的 _____ 时期。如果不能正确认识自己在生理和心理方面的变化, 就会造成 _____, 影响正常的 _____。
5. 在信息时代的“未来之路”上, 仅仅凭学历, 靠文凭想取得成功是不可能的。我们面对世界日新月异的巨大变化, 除了掌握 _____ 以外, _____ 是我们打开成功大门的钥匙, 也是 21 世纪对 _____ 的要求。
6. 心理品质是随着人的 _____ 水平的提高, 以及对 _____ 适应能力的提高而逐步发展和完善的。
7. 本书比较具体而生动地介绍了 _____, 陶冶 _____, 学会正确解决 _____、_____ 问题的道理和方法。
8. 我们学习课本知识的目的, 是为了应用到 _____ 中去, 在社会生活中磨炼 _____。

➡ 选择题 I (共 14 分, 每小题 2 分)

下列各题的四个备选答案中, 只有一个是符合题意的。

9. 下列属于人的内心世界的有 ()
 - A. 参加班集体的组织的大扫除
 - B. 感受、体验、观察、思考等
 - C. 同学之间的交谈
 - D. 运动会上获得第一名
10. 心理世界的活动来源于 ()
 - A. 心理品质
 - B. 人的心脏

C. 人的大脑 D. 外部世界

11. 这次在世界女飞人比赛中,一位外国选手在比赛结束后说道:我知道中国人鼓掌是给中国运动员鼓劲的,但我不再乎。结果他取得了第一名的好成绩。这说明一个人的成功是与 ()
- A. 高超的技术水平紧密相关的
B. 天时、地利、人和密切相关的
C. 良好的心理品质密切相关的
D. 和谐人际关系密切相关的
12. 碰到高兴的事,喜上眉梢,精神振奋,干劲倍增,这是 ()
- A. 健康的心理
B. 不健康的心理
C. 需要彻底改变的心理
D. 正常的心理,但还应继续发展,使之高兴过度
13. 中学阶段是人的心理、生理发展的 ()
- A. 关键时刻 B. 初级阶段
C. 最终阶段 D. 最高时期
14. 良好的心理品质是 ()
- A. 天生的
B. 遗传的
C. 随着人的心理发展水平和对社会生活适应能力的提高而逐步发展和完善的
D. 个人奋斗出来的
15. 提高心理品质方面的学习是 ()
- A. 和中学生无关
B. 学生的学习任务包括的内容
C. 大人们的事
D. 学生的首要任务



选择题 II (共 18 分,每小题 3 分)

下列各题的四个备选答案中,至少有一个是符合题意的。

16. 心理 ()
- A. 就是人的内心世界
B. 世界的活动来自于人的大脑

- C. 良好, 有助于一个人的成功
D. 是外部世界的反映
17. 健康的情绪应该是 ()
A. 喜怒有常 B. 喜怒过度
C. 能够自我调节 D. 保持正常的心态
18. 坚强的意志是 ()
A. 一种内在的力量
B. 克服困难, 承受挫折, 获得成功的必要条件
C. 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
D. 人的行动的强大动力
19. 外部世界与心理的关系是 ()
A. 外部世界是心理的源泉
B. 人的心理不是天生的, 它和外部世界有着密切联系
C. 心理是外部世界的反映
D. 人的心理如同人的身体一样, 每个人之间差异很大
20. 21 世纪人才必备的素质是具有良好的心理品质, 具体要求是 ()
A. 要有健康的情绪
B. 要有坚强的意志
C. 要有高尚道德情操的培养
D. 要有和谐的人际关系
21. 要培养良好的心理品质, 应该做到 ()
A. 加强学习 B. 善于思考
C. 努力记忆 D. 注重实践

判断改错题 (共 8 分, 每小题 2 分)

22. 人们对自身的研究, 尤其是对人的内心世界的研究, 是可有可无的。
()

改正:

23. 一个人只有多了解周围的事情, 多和周围的人打交道, 心理活动才会更丰富, 对社会的认识会产生片面性。
()

改正:

24. 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。
()