



图解

中国学生解题方法全书

全国教育科学“十一五”规划教育部课题
“提高教与学超越性和实效性的应用研究”
图解第

ZHONG

QUANSHU

初中思想品德

主 编 / 钟 山



辽宁教育出版社

北京二十一世纪金星教育科技有限公司研发



图解



中国学生解题方法全书

初中思想品德

主 编 钟 山
本 册 主 编 曹志凯

 辽宁教育出版社



图书在版编目(CIP)数据

图解中国学生解题方法全书. 初中政治 / 钟山主编

. — 沈阳 : 辽宁教育出版社, 2010. 2

ISBN 978-7-5382-8694-6

I. ①图… II. ①钟… III. ①政治课—初中—解题
IV. ①G634

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第017500号

辽宁教育出版社出版、发行

(沈阳市和平区十一纬路25号 邮政编码110003)

北京海德伟业印务有限公司印刷

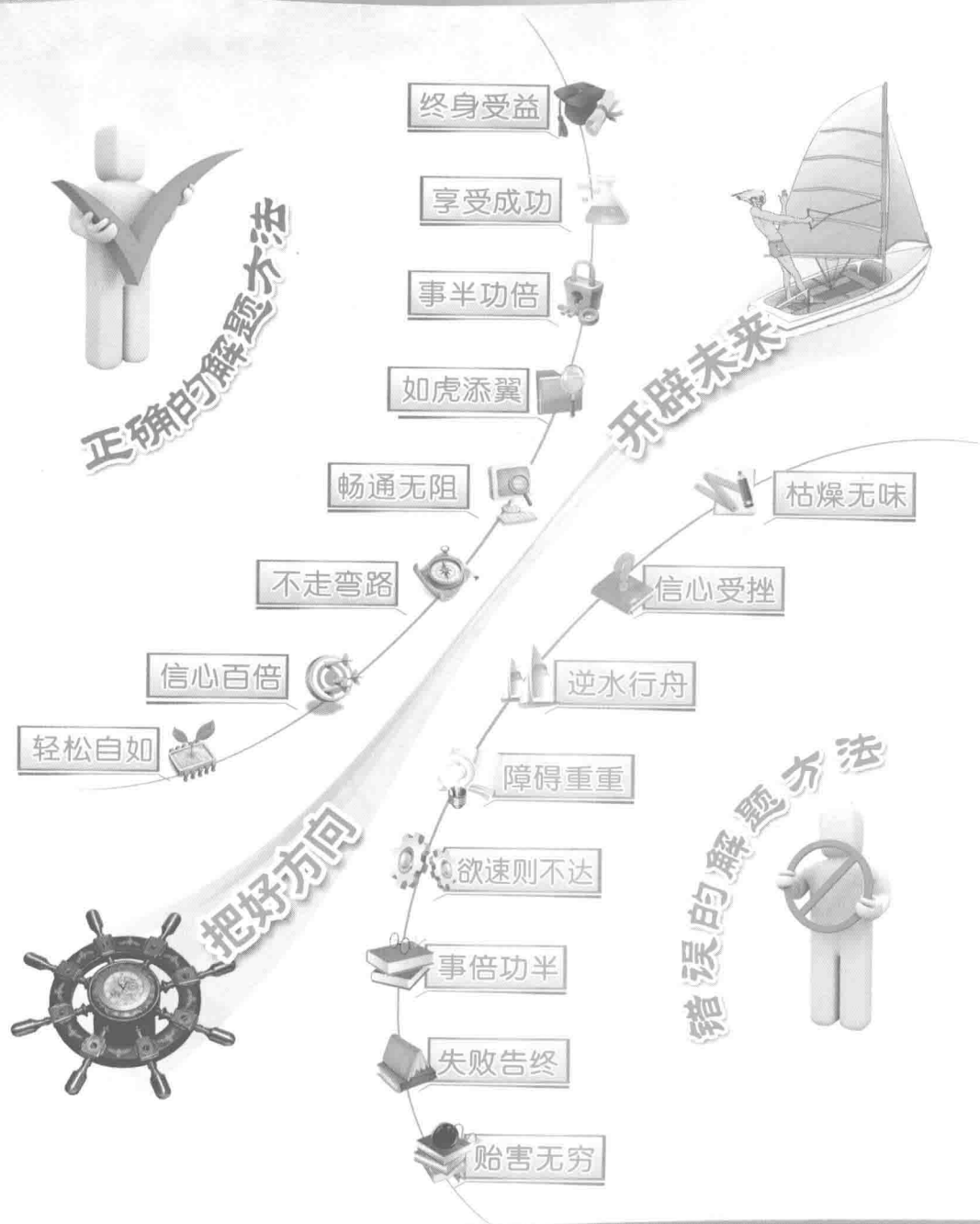
开本: 720毫米×1000毫米 1/16 字数: 440千字 印张: 15 插页: 2
2010年2月第1版 2012年3月第2次修订 2012年3月第3次印刷

责任编辑: 赵 涛 责任校对: 刘 璵 魏连光
封面设计: 魏晋文化 版式设计: 书友传媒

ISBN 978-7-5382-8694-6

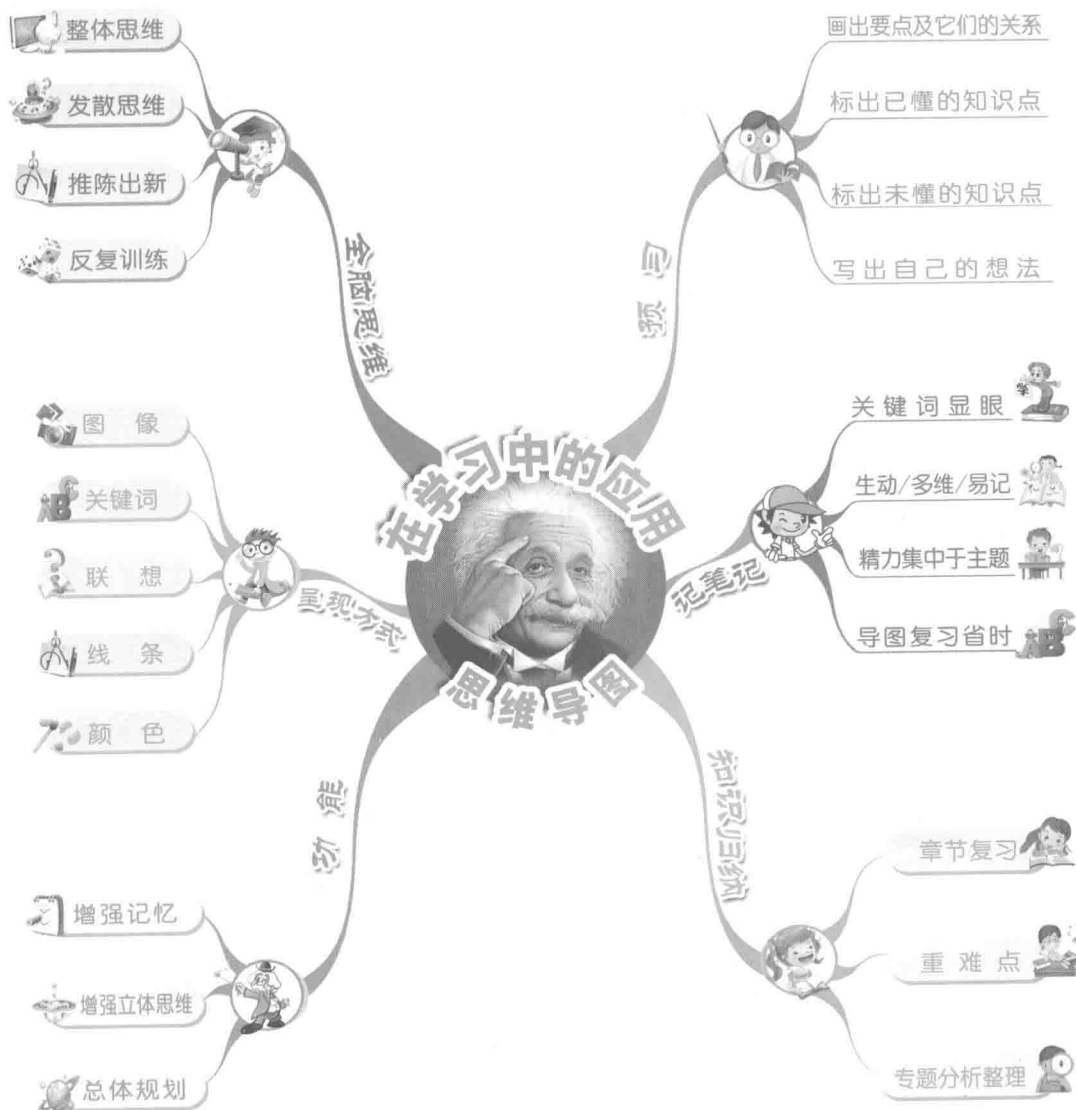
定价: 25.80元

解题有方法 方法很重要



图解 = 中国学生解题方法全书

ZHONGGUOXUESHENGJIE TIFANGFAQUANSHU



创新的思维 超前的理念

CHUANGXINDESIWEI CHAOQIANDELINIAN

本书凝聚中国传统思维模式中最具特色的整体思维、类比思维、辩证思维、多元思维的精华，运用被誉为“打开大脑潜能的万能钥匙”和“21世纪风靡全球的解题方法与思维工具”——概念地图与思维导图，将知识与方法融为一体，以图文并茂的形式化繁为简，变抽象为直观，变枯燥乏味为兴趣盎然，有效地激活了左右半脑，使之协调互动，形成全脑思维的格局，使你能够以最敏捷的方式思考问题，以最高效的方法解决问题，以最直观的方法掌握知识，事半功倍地铺就你的成才之路。

一书在手 方法全有

图解 中国学生解 题方法全书

常考知识点解题方法篇



CHANGKAOZHISHIDIANJIEFANGFAPIAN

本篇以教材的重点知识为核心，以各地中考命题要求为主线，以精讲细研为重点，以提高你的考试能力为目标，内容充盈，方法科学，栏目新颖。

中考思想品德能力解题方法篇



ZHONGKAOXIDEPINDE
NENGLIJIEFANGFAPIAN

总结初中《思想品德》中考纲考查的各种能力，以题透析，拓展知识能力，总结复习规律，提升解题能力，把握中考脉搏，明确应考方向，落实考纲要求，超越自我，实现梦想。

中考题型解题方法篇



ZHONGKAO TIXING JIEFANG FAPIAN

总结中考各种题型，以中考精题为载体，配以中考题型解法，经典剖析，直击中考，体验考法，零距离对接中考。





目录 CONTENTS

第一篇 常考知识点解题方法篇

专题一 笑迎新生活	(1)	专题十六 我们崇尚公平和正义	(123)
专题二 认识新自我	(7)	专题十七 承担责任 服务社会	(133)
专题三 过富有情趣的生活	(17)	专题十八 认清基本国情	(142)
专题四 过健康、安全的生活	(23)	专题十九 了解基本国策与发展战略	(153)
专题五 做自尊自信的人	(28)	专题二十 中华文化与民族精神	(163)
专题六 做自立自强的人	(36)	专题二十一 参与政治生活	(169)
专题七 做意志坚强的人	(42)	专题二十二 关注经济发展	(176)
专题八 做知法守法用法的人 ...	(48)	专题二十三 投身于精神文明建设	(183)
专题九 相亲相爱一家人	(55)	专题二十四 满怀希望 迎接明天	(189)
专题十 师友结伴同行	(63)		
专题十一 我们的朋友遍天下 ...	(71)		
专题十二 交往艺术新思维	(81)		
专题十三 权利义务伴我行	(93)		
专题十四 我们的人身权利	(100)		
专题十五 我们的文化、经济权利	(110)		

第二篇 中考思想品德能力解题方法篇

能力目标 1 识记再现的能力	(199)	能力目标 4 综合探究的能力	(201)
能力目标 2 获取信息的能力	(199)	能力目标 5 表达表述的能力	(202)
能力目标 3 分析判断的能力	(201)		

第三篇 中考题型解题方法篇

单项选择题题型专题	(204)	材料分析题题型专题	(219)
简答题题型专题	(211)	探究与实践题题型专题	(227)
辨析题题型专题	(215)		



第一篇 常考知识点解题方法篇

专题一 笑迎新生活

学点 重点 考点

课标考点记心中 应对中考很轻松

1. 了解自己的新学校、新班级、新同学,以积极的心态面对新的学习环境,与同学友好相处,培养起与新的学校和班级的感情。

2. 知道新起点的内涵及重要意义,对初中生活充满兴趣,满怀信心地迎接初中生活。

3. 认识到良好班集体对自己成长的重要性,发挥所长,为建设优秀班集体尽其所能。

4. 了解初中学习新特点,明确学习任务。

5. 初步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。

6. 认识到学习的必要性,正确对待学习中遇到的困难,珍惜自己的学习权利。

7. 体验学习的快乐,树立正确的学习观,为“学会学习”打下良好的基础。

知识 规律 方法

知识规律是基础 解决问题它为主

1. 珍惜新的开始,树立中学生的友谊观

同学们来自四面八方,相互之间不熟悉,新的同学需要重新认识。

学习时通过同学之间彼此交流入学的感受,珍惜新起点,熟悉新学校,以一种积极的心态面对新的生活。

2. 班集体共同目标的形成

同学们刚刚升入七年级,对于他们心目中共同目标是怎样形成的,只是一个抽象的认识。

学习这一知识点可用例证法,得出班集体如果没有形成共同目标的结果和有了共同目标后的结果,两者对比得出共同目标形成的重要性。

3. 正确理解享受学习

同学们认识到自己所拥有的学习权利本身

就是一种幸福。

可分组进行辩论“学习是苦多”还是“学习是乐多”。同学们都要表达“自己学习中的快乐瞬间”,从而体会学习的快乐。

4. 既然我们初中的学习任务很重,就误认为应当重视学习,少交往

(1)认识结构方面:我们对学校的新环境有了初步的了解,通过中学与小学的比较,认识到从学习的内容、方法、要求到生活的节奏等方面都发生了很大的变化,为尽快适应学校新生活打下了一定的基础。但是到了一个新集体,人际关系的适应是一个深层次的问题,面对与小学截然不同的同伴关系,七年级的我们可能存在人际交往方面的认识差异或不足。步入中学,可能会引起少数同学心理上的不适应和思想上的波动,他们常常不知所措,迫切需要老师进行辅导。因此,应通过开展各种集体活动,创造条件让他们尽快彼此了解、相互认识,积极主动地交往,防止自我封闭甚至过分的羞怯、孤独症状的出现。

(2)情感方面:进入中学阶段,人际关系开始成为影响我们能否健康成长的重要因素。一个人如果能生活在一个温馨的集体环境中,与周围的同学、老师建立起和谐的关系,他就会产生安全感,保持情绪的平静和稳定。否则,就会感到孤独和压抑。

5. 全面理解珍惜新起点

(1)新学校,新同学。感受新环境的新变化,珍视新友谊,与新朋友结伴成长,热爱新的学习环境,珍视新的人际环境。

(2)创建新集体。要有共同目标;各尽其能,发挥所长,奉献集体;要团结协作,互助前行。

6. 全面理解把握学习新节奏

(1)学习新天地。积极成为学习的管理者,

选择适合自己的学习方法。

(2)享受学习。学习中有苦有乐,要正确对待学习中的苦与乐;学会珍惜学习的机会,体会学习带来的快乐,养成正确的学习态度。

7. 怎样做学习的管理者?

“学会学习”是我们“终身学习”的基础。伴随着学习型社会的到来,“学会学习”已经成为任何一个学习者都必须具备的素质,而这种素质应从我们的基础教育阶段就着手培养。一方面,需要我们对我们的学习方式方法进行反思,逐渐学会对自己的学习进行有效的调控,提高自主学习的能力;另一方面,需要有良好的学习习惯和方法作为以后学习的基础。因此,获得一些有关学习方法和策略的建议是必要的。为什么我们对初中的学习生活会有不同的感受呢?关键是我们面对新的学习内容的时候,采用了不同的方法和策略。

(1)学会自主学习。

作为初中生,应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。否则,我们就不能独立地承担学习的责任。

(2)提高学习效率。

我们要不断提高学习效率。学习的过程包括很多环节,学习的效率就蕴涵在各个学习环节之中。只有把握好每个环节的质量,如课前认真预习,上课时专心听讲,课后及时复习,才能从整体上提高学习效率。

(3)科学安排时间。

随着初中学习科目的增多,难度在加深,科学地安排学习时间就显得十分重要。如果对自己的学习时间有一个合理的规划,有计划地学习,就可以做到心中有数,从容不迫。

题型范例精析

一、题目类型归纳全 解答习题不困难

题型一 新学校、新同学

例1 同学们从小学来到中学,不仅校园环境发生了变化,内心也产生了许多新的想法

和新的感受。下列想法中有利于你尽快适应中学生活的是()

- A. 从家到学校的路太远了,以后要爸爸天天送我
- B. 我上课不敢像以前那样积极发言了,怕说错了被同学笑话
- C. 放学后,我要和新认识的同学去打羽毛球
- D. 现在的老师一个都不熟悉,有问题还是问以前的同学方便

解析



答案:C

例2 (山西中考)小红同学刚刚随父母从四川来到山西某校。第一天,她一口浓重的四川口音引得同学们哈哈大笑,她顿时满脸通红低下了头。从此只要课堂上轮到她发言,她就心里发慌,面红耳赤,呼吸困难,一句话也说不出。据此回答(1)~(2)题。

(1)上述材料说明()

- A. 小红个性太强,不合群
- B. 小红的性格过分内向,不利于她的学习和生活
- C. 恶劣的班风给小红造成了恐惧心理
- D. 小红有严重的生理问题

(2)能帮小红摆脱困境的好办法是()

- ①向妈妈哭诉,要求转学
- ②课下主动跟同学交流,让同学熟悉和了解自己
- ③跟老师说,课上别叫自己回答问题
- ④不要害怕同学的发笑,要积极地回答问题
- ⑤平时多讲普通话,提高自己的表达能力

A. ①② B. ③④⑤

C. ②④⑤ D. ①⑤

考查如何
适应新生活

(1) 小红刚来到一所新学校,由于自己的家乡口音太浓,同学们笑她,使得她不敢发言,并不能说明她个性太强,不合群,只能说明她性格过分内向给自己带来了不良影响,A项说法不正确,故B项正确。个人的成长离不开集体,班集体的好坏会影响学生的发展,但同学们因她的家乡话而笑她并没有恶意,因此不能说恶劣的班风影响了她,C项说法错误,小红的性格过分内向属于心理问题,不是生理问题,故D项说法错误

(2) 要求转学是逃避,①不选。跟老师说说,上课别叫自己回答问题,这样只会带来更不好的影响,不利于问题的解决,③不选。课下与同学主动交流,积极回答问题,多讲普通话都能帮助她摆脱困境,所以②④⑤正确。利用排谬法选C

答案:(1)B (2)C

题型二 创建新集体

例 (2009·泉州中考)班集体是学生成长的摇篮,实践证明,良好的班集体能够激励学生充满激情地学习和生活。一个良好班集体的形成靠()

- A. 个别成员的团结与奉献
- B. 全体成员的团结与互助
- C. 各自都有奋斗目标并不懈努力
- D. 你争我夺,互相攀比的竞争意识

解析 良好班集体的创建需要有共同的

解析

分析材料,选择基础知识

考查个人
与集体的
关系

解题逻辑

这一段话包含了两层意思。首先,个人离不开集体,集体是个人成长的乐园。其次,建立良好的集体需要每一个人树立主人翁意识,发挥自己的聪明才智,努力为集体添光彩

组织语言回答

答案:个人离不开集体,集体是我们成长的乐园。良好的集体能促进我们健康成长。我们应该积极融入集体中,树立主人翁意识,自觉维护集体的荣誉和利益,发挥自己的聪明才智,各尽所能,努力为集体添光彩。

点拨:解答此题,要明白个人和集体的关系。个人离不开集体,个人要为创建新集体作贡献。

题型四 学习新天地

例 小军说:“我学习很刻苦,晚上经常学习到深夜,但是我的学习成绩却没有提高,我不知道为什么。”小芳说:“我看见学习较好的王聪上课从不做笔记,自己也开始模仿,结果一段时间下来,学习成绩不但没有提高,反而下降了。”

这两位同学的问题出在哪儿呢?他们怎样才能提高学习成绩?

解析 学习方法要因人而异、因学科而

奋斗目标,需要全体成员各尽其能,需要全体成员的团结协作。A、C、D项说法错误,故应选B。

答案:B

题型三 参与学校新生活,个人和集体

例 “集体就像汪洋大海,个人就是其中的一朵浪花。有了大海的宽阔,才有浪花的多彩多姿;也正因为有了壮美的千万朵浪花,才为大海增添了无穷的魅力。”

读完这段话,结合所学知识,谈一谈你的感想。

异,好的学习方法应该符合认知规律,符合自己的个性特点。最适合自己的学习方法,才是最有效的学习方法。我们应该从实际出发,摸索适合自己特点的有效方法。

答案:小军和小芳学习成绩不佳都是因为学习方法不对。小军没有制订好自己的学习计划,也没有合理安排时间,不注意劳逸结合。学习方法因人而异,而小芳盲目模仿别人,没有找到适合自己的学习方法。小军和小芳应从实际出发,根据自己的情况去摸索,早日找到适合自己的学习方法,这样才能提高学习成绩。

题型五 享受学习

例 意大利作家亚米契斯在《爱的教育》中这样写道:“孩子,你稍加思考就会知道,如果你不上学,你的生活会变得多么的乏味和可悲,用不了一个星期,你就会乞求再让你回到学校里去,因为无所事事的羞耻感正在吞噬着你的心,

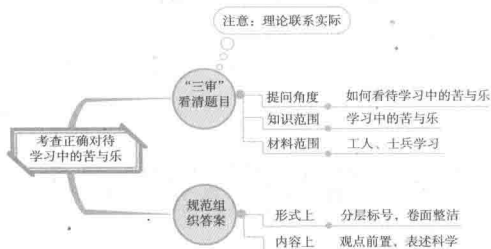
游戏玩乐让你感到厌倦。我的孩子,每一个人都孜孜不倦地学习。想想那些劳累了一天,晚上还要上夜校的工人们;想想那些士兵们,一天的摸爬滚打以后,晚上还是会捧起课本;再想想聋哑人和盲人,他们又是怎么学习的呢!……成千上万数也数不清的孩子们正背着书包做着同样的事,都要到学校去上课。想象一下这个庞大的人群,这千百种民族的孩子汇成的求学的洪流,一旦不存在了,人类就将重新坠入野蛮状态,这巨大的洪流是世界的希望、进步、光荣。”

(1)你对材料中工人、士兵这么累仍坚持晚上学习有什么看法?

(2)结合材料,谈谈你对学习中的苦与乐的看法。

(3)联系实际,谈谈我们如何体验探索世界奥秘的快乐。

解析



答案:(1)因为工人们、士兵们懂得学习的重要性,失学给他们的人生留下了深深的遗憾。(2)学习对我们来说都是苦乐交织的。因为学习是一个探究和发现的过程,需要克服困难,刻苦努力。学习中苦更有乐。当我们从学习中逐渐了解世界奥秘的时候,当我们的好奇心在学习中获得满足的时候,当我们通过学习发现

自己潜能的时候,学习的快乐就洋溢在我们的心中。(3)初中三年的学习将是我们终身学习的重要基础,把握好初中的学习生活,将使我们终身受益。因此我们要珍惜学习机会,以不断探索的精神来对待我们的学习,通过艰苦的努力去攀登知识的高峰,实现新的自我超越。在探索世界奥秘的过程中,获得学习的快乐。

方法规律总结:这种题目属于材料分析题,要在认真阅读材料的基础上,根据题目的要求逐一回答问题。分析时既要根据教材,又要密切结合材料,切忌分析与材料相脱离。需要结合自身实际时,一定要入情入理,越实在越好,不要大话空话连篇、唱高调。

方法技巧绝招

方法技巧是个宝 解决问题离不了

方法1 用逐项分析法解答单项选择题

解答单项选择题最常用的方法是逐项分析法。根据题意,逐项分析。选择与题干要求最近的一项,排除错误的和不符合题意的选项。

例1 七年级是人生道路上的一个新的起点。面对新环境、新老师、新同学,你也许在感到高兴的同时又有点孤单。这时,最好的选择应该是()

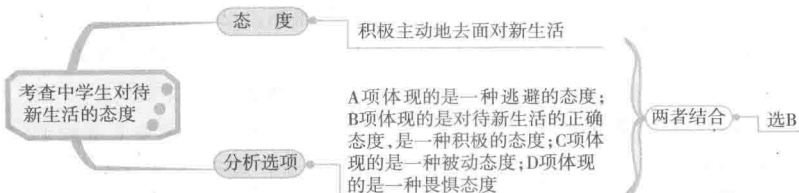
A. 课余时间去找小学同学玩,对不认识的同学敬而远之

B. 主动向新同学介绍自己,尽快融入新的班集体之中

C. 能沉默时则保持沉默,等待新的同学主动来找我玩

D. 时刻保持警惕,提防同学取笑,不让同学伤害到自己

解析



答案:B

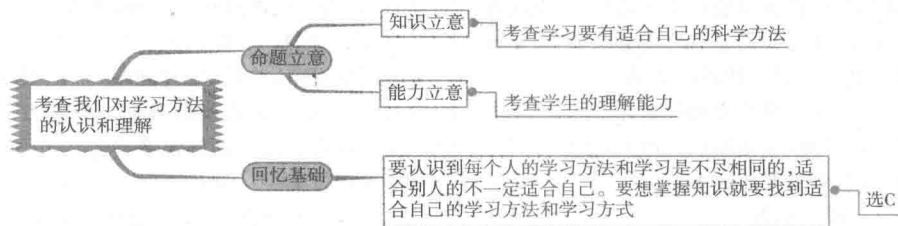
点拨:新生刚刚升入新学校会遇到很多新

的东西,如新环境、新同学、新的学习方法,要学会用积极主动的态度去面对。

绝招:排误法。A、C、D 项明显错误,故选 B。

例 2 “学习有法、学无定法、贵在得法。”

解析



答案:C

方法规律总结:解答此类题必须掌握在学习过程中搞好学习的有效方法和策略,找到适合自己的学习方式。

方法 2 巧解主观题

首先,阅读设问,看清要求,抓住关键。

看清试题要求:看范围要求。要明确试题要求用哪些知识来分析回答。

读设问,抓关键:这是一个关键性步骤,因为命题的意图、指向、要求等各种限定均在其中。

(1)一定要抓住关键性词语,辨明命题意向。

(2)抓准限制词语,吃透题意细节。

其次,审读材料全文。

要审好题,必须做到准确理解题目的含义。这就要求我们像分析语文试题一样,认真阅读材料全文(若是图表题则需要看表头、标题,要与图表内容进行纵横比较,要重视注释等等)。在阅读的时候,要做到:

(1)找出全文的中心句,即能够表达全文意思的语句。

(2)分出段落层次,并概括每段的意思。

(3)理出段与段之间的内在联系。

对这句话的理解正确的是()

- A. 学习贵在有科学的方法
- B. 学习没有什么方法可循
- C. 学习贵在有适合自己的科学方法
- D. 成绩好的同学,方法一定也好

(4)在认真思考的基础上列出答案要点。有了答案要点也就有了答题方向。按照这个方向组织答案,一是可以防止跑题,二是可以防止遗漏要点。

最后,合理组织答案。

在这一环节中,需要注意以下几点:

(1)语言规范,文字工整,卷面整洁。

(2)答题要有层次性、逻辑性,详略得当,做到“三化”(要点化、序号化、段落化)。

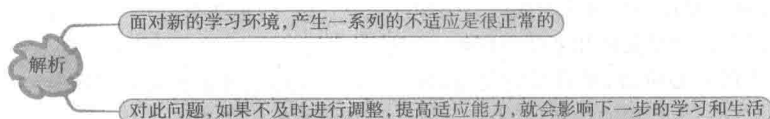
(3)恰当地运用政治术语,突出创新意识,体现人文精神,反映时代和社会主题。

(4)事理分开。答题分原理段、材料分析段、结论段。

例 1 小刘同学刚来到新学校时,感觉什么都很新鲜。但随着学习的深入,他对数学老师讲课的方式产生了不适应,再加上班长选举落选带来的失落,不会与同学交往而导致的孤独,让他感到烦恼、焦虑和不安。所幸的是小刘同学及时地意识到了这些,并进行了调整。他主动与老师交流;积极参加各项集体活动;用写日记、写心灵感悟等具体方法来调整心态,排解烦恼,缓解压力 and 不安。不久,小刘同学在学习、生活等各方面都有了很大的提高。

以上事例说明了什么问题?给我们什么启示?

解析



答案:(1)以上事例说明进入新的环境后,许多同学产生了不适应,要及时进行调整。首先要从心理上认可和接受。如果感到某些不适应,就要及时分析找出不适应的原因,并采取适当的措施纠正做法和行为。这样,才能使自己尽快与新环境融为一体,成为新环境的主人。(2)小刘同学面对新环境产生不适应后,及时地进行了调整,这对我们是有启发意义的,启示我们要以积极的心态对待新的生活。

点拨:注意抓住题中的关键词“什么问题”、“启示”。解答时,首先抓住这两点,然后再仔细阅读材料,以做到有的放矢。

例2 成长点滴

以下是小军日记的节选:

“上初中了,老师管的比小学少了,妈妈也不帮我检查作业了,我总感觉心里不踏实。”

“今天上午又有语文课,这个老师风趣幽默,讲课生动活泼,经常让大家忍俊不禁,他的课我很喜欢听,我的语文成绩也越来越好了。”

“下午是化学课,老师上课就讲一些条条框框,我越听越没意思,干脆在课堂上写英语作业。”

“放学时从小磊那里借了一本《射雕英雄传》,越看越有味,准备熬个通宵把它看完。”

(1)从小军的日记来看,他的学习存在着哪些问题?

(2)面对这些问题,请你给小军提几条合理化建议。

解析 本题从中学生日记中节选材料,提出了面对中学生遇到的有关学会学习的内容,要求中学生应掌握搞好初中学习的有效方法。



答案:(1)小军在学习中存在不能够自主学习、偏科、作息时间安排不合理等问题。(2)要学会自主学习,逐步摆脱对父母和老师的依赖;提高学习效率,上课专心听讲,课后及时复习;科学安排时间,制订一个合理的计划,既不过分紧张,也不放纵自己。

方法规律总结:解答此题,需要学会做学习的管理者,掌握学习的方法和策略,学会自主学习,提高学习效率,科学安排时间。

方法3 攻克漫画分析题

(1)认真审题,找准本意。

仔细观察漫画,找准漫画每一个关键的落笔点,通俗说出该漫画的内涵,即本意。审漫画题应注意“四看”。即:①看漫画的标题。标题是漫画的眼睛,透过这个“画眼”可以洞察整幅漫画的主题;②看漫画的画面。画面上的每一个细节都对表达漫画的寓意有提示作用;③看漫画的语言文字。这些文字言简意赅,能帮助我们领会漫画的寓意,揭示漫画所隐含的观点;④看漫画的夸张之处。这些夸张之处往往是漫画的弦外之音,是漫画所要表达的寓意所在。

(2)回归教材,推理寓意。

弄清漫画的表面现象后,以漫画标题为切入点 and 突破口开动脑筋,把它与教材知识相对照,思考哪些基本观点或原理与漫画的寓意相吻合,然后总结出漫画的引申义。

(3)依题作答,紧扣题意。

明确作答范围和设问角度,紧扣题意,依题作答。漫画的设问方式总体上可分为三类:一是要求揭示漫画所蕴涵的深刻道理,即“是什么”(包括漫画反映了哪些道理或问题、谈启示等);二是要求分析说明漫画所反映的现象或问题的原因,即“为什么”(包括析现象、谈认识、说看法等);三是要求提出解决漫画所反映的现象或问题的措施,即“怎样做”(包括提建议、说做法等)。对于“为什么”的问题,要结合教材或时政方面的知识,紧扣漫画的主题,围绕漫画的现象(原因、影响)和本质两方面进行全面的分析。对于“怎样做”的问题,要以问题为中心,以教材中的基础知识为依托,多角度、多层次地进行思考;要勇于创新,敢于发表自己的独到见解,紧扣题意,创造性地组织问题的答案。此外,组织答案时要有逻辑层次,条理清楚,书写工整,语言规范。

例 (南通模拟)

校园趣事多

我刚从外地转入海口市某初中学习,发现新学校有许多趣事。



(1)班主任把我介绍给新同学后,大家推举我为班级的书报管理员,后来我才知道班上人人都当班干部,都有自己负责的工作。以前只有少数成绩优秀、受老师欣赏的学生才能当干部。现在“人人都当班干部”有什么好处?请说说你的看法。

(2)课堂上,老师不是满堂灌,而是安排时间让我们自主学习、小组讨论,有时老师还组织我们辩论。这样的课刚开始我很不适应,现在觉得它好,但它究竟好在哪儿,我一时总结不出来。请你指点指点我。

(3)我们的课外作业形式多样,有一些作业“怪怪”的,比如思想品德老师布置我们给爷爷

奶奶洗脚、给父母制作生日礼物这样的课外作业,我就有些不能理解了,思想品德老师为什么会布置这样的作业?

(4)我们的考试都无人监考,这是希望培养我们什么样的好品德?

解析 解答漫画式试题的关键是正确理解题意,在此基础上结合教材内容按要求回答即可。

答案:(1)略。只要能够围绕提高自我管理能力,培养责任心,充分发挥自己的特长和才能,多为班级作贡献等方面回答即可。(2)老师在课上安排的自主学习、讨论等,是为了改变原来过于强调被动学习、死记硬背、机械训练的弊端,倡导同学们主动参与、乐于探究、勤于动手,培养我们的综合能力。(只要指出这是学习方式的变化即可)(3)家庭美德是思想道德建设的重要组成部分。尊敬老人、孝敬父母是家庭美德的基本要求。(4)诚信、遵章守纪、负责任等。(言之有理即可)

绝招:准确理解图表中的文字是解题的关键。

专题二 认识新自我

学点 重点 考点

课标考点记心中 应对中考很轻松

1. 了解人与自然的依存关系,树立崭新的人生观、自然观,养成保护自然环境和生态系统的思想意识和行为习惯。

2. 知道生命独特性的内涵,发挥自己的优势,选择适合自己的成才之路。

3. 认识生命的珍贵,学会悦纳自己的生命,尊重其他生命。理解生命的价值及延伸,积极回报社会,造福更多的生命。

4. 了解青春期基本的生理和心理常识,从容面对青春期的生理和心理的变化。

5. 知道青春的内涵,学会解读青春,走出认识和行为上的误区。认识到青春的幸福美好,以积极乐观的心态迎接青春的到来。

6. 认识自我评价的重要性,做到全面、客观、发展地认识自己。学会发现、开发自己的潜能,树立不断完善自我的信心。

7. 根据自身与社会的实际,作出自己的人生规划,确立个人成长目标。

知识 规律 方法

知识规律是基础 解决问题它为主

1. 全面理解世界因生命而精彩

(1)多彩的生命构成了缤纷的世界。

(2) 生命需要相互关爱。

①人类是自然界的一部分。②生命的脆弱要求我们关爱和呵护周围的生命。③每一种生命都有其存在的价值和意义,需要相互尊重、相互关爱。

2. 人的生命的独特性主要通过哪些方面表现出来?

通过了解自己与周围的人各自的个性特征,感受每个人生命的独特性。我们要接受并尊重每一个人的个性特征。这种独特性突出地表现在,和其他生命相比较,人类的生命最具有智慧;而我们每个人的生命的独特性更多地表现在,我们各自的个性品质、人生道路,实现人生价值的方式和途径各不相同。我们每一个人都要根据自己的个性特点,充分发挥自己的优势,选择一条适合自己的、独特闪光的成才之路,展示自己的风采,为社会贡献自己的智慧和才能,使自己的生命更有价值和意义。

3. 让生命之花绽放

(1) 永不放弃生的希望。

无论何时何地,无论遇到多大的挫折,都要永不放弃生的希望。我们既要不放弃自己生的希望,也不放弃他人生的希望。

(2) 肯定生命,尊重生命。

① 每个人的生命都是有价值的。

每个人的生命都是有价值的。当我们发现自己能够为他人带来欢乐、为他人减轻痛苦、为家乡和社会作出贡献时,就更能体会自己生命的价值。实现人生的意义,追求生命的价值,要脚踏实地,从现在做起,从一点一滴的小事做起。

② 珍爱自己的生命,尊重他人的生命。

每个人对国家、社会和他人都价值。在肯定自己的价值、珍爱自己生命的同时,我们应该肯定他人的价值、尊重他人的生命。

(3) 延伸生命的价值。

① 生命的意义。

生命的意义不在于长短,而在于对社会的贡献。每个人都可以通过自己的努力使自己的生命更有价值。生命存在就值得肯定与尊重,若能尽自己所能努力为他人、社会作出更多贡献,这样的生命就更有价值,更值得敬重。

② 我们要珍爱生命,延伸生命的价值。

要树立崇高的理想,努力学习,掌握本领,长大后回馈社会,造福人类,让有限的生命拥有无限的内涵。

4. 如何珍爱我们的生命?

我们学习的目的就是要将平日所学落实到行动上,但对于七年级学生来说理解起来有一定的难度。

可结合教材上的活动和现实生活中的实例,从而得出应在肯定、尊重、悦纳、珍爱自己生命的同时,也善待他人的生命,同时延伸生命的价值。

5. 全面理解走进青春

(1) 青春悄悄来。

青春是人一生中身体发育的关键期。身体变化主要表现在三个方面:第一,身体外型的变化;第二,身体内部器官的完善;第三,性机能的成熟。

(2) 成长不烦恼。

① 青春期心理变化。

② 青春期心理充满着矛盾。

青春期,我们的身体发育加速,相应产生了一些心理矛盾和困惑,处理好这些矛盾和困惑是帮助我们顺利度过青春期的关键。这些内心矛盾,是我们成长过程中正常的心理现象。这些心理矛盾有时让我们感到苦闷,但正是它们构成了我们向前发展的动力。当然,如果处理不好这些矛盾,它们也会成为我们发展的阻力。

③ 如何调控青春期心理矛盾?

当我们感到很难解决内心矛盾的时候,除了可以向老师、家长、亲友以及社会寻求帮助外,自己也要学会当自己的“心理医生”。

6. 青春期心理调节的方法有哪些?

(1) 一般方法。寻找父母、同伴和朋友的帮助。阅读有关书籍,科学对待。心情放松,如听听音乐、深呼吸、放松训练。转移视线,去干一些自己想干的事情,如看书或看电影。

(2) 日记法。因为有些事情很难对别人开口讲,所以在你有烦恼的时候可以把这些事情写进日记里,把它当做你的知心朋友来诉说你的困惑和你的烦恼,利用日记把自己青春期的心情记录下来。

(3) 求助法。找一个你最信任的人,把你的烦恼告诉他(她),向他(她)求助。例如你跟父

母的关系发生了变化了,你不知道该怎么处理,你可以把这件事告诉你最好的朋友,让他(她)帮你想想办法。

(4)想象法。在你烦恼的时候,想象一件你曾经经历的美好的事情,把当时的经过在你的大脑中重新地复演一遍,让那时的快乐感染你不快乐的心情。例如当你闷闷不乐,感觉自己不如他人时,你可以想象一下,以前自己干得比较好的一件事情。

(5)转移注意法。在烦恼的时候不要一个人呆着,找一些事情来做,分散你的注意力。例如在考试前特别焦虑,担心考试考不好,可以听听音乐,放松一下。

7. 全面理解感悟青春

(1)青春误读。

追求标新立异的个性,故作姿态的人格独立,说三道四的男女同学关系,等等。

(2)对青春的正确理解。

彼此尊重是同学间交流的基本准则;真正的个性在于从内心深处散发的魅力,真正的独立是逐渐摆脱依赖,勇于为自己行为负责的精神;男女同学之间的正常交往可以优势互补,取长补短,从而营造一种和谐温馨、合作团结的氛围。

(3)青春畅想。

①青春不仅意味着秀丽的容颜、优雅的气质以及健美的身姿,还更多地体现在一个人的心态、气质、想象力和情感中,是从生命潜流中涌动的一种全新的感觉。

②青春是活力的象征,它蕴涵着智慧、勇敢和意志。

8. 全面理解祝福青春

(1)青春的幸福。

在青春期,我们会有很多苦恼,也许会一个人流泪,有时甚至怅然若失。但青春更多的是梦想,是激情,是幸福。因为拥有青春,我们每一天都站在新的起跑线上,迎接新的挑战。

(2)寄语青春。

正因为青春是美好的,所以需要我们更加珍惜,开创出属于自己的灿烂人生。

9. 全面理解日新月异我常新

(1)自我新认识:第一,正确认识自己就是要用全面的眼光看待自己,既要看到自己的优点,也要看到自己的缺点;既要认识自己的外在形象,又要认识自己的内在素质。第二,要用发

展的眼光看待自己。

(2)认识自我的途径:通过自我观察、通过他人了解自己、通过集体了解自己等。通过对自己经历的回顾,总结一些认识自我的途径,包括通过自己、他人、集体等途径,也可以通过展开辩论等方式。

10. 全面理解发现自己的潜能

(1)认识自我的潜能。

(2)发掘自己的潜能。第一,经常给予自己积极的暗示,有利于提高自己的信心和勇气,能帮助我们发掘潜能。第二,在心中想象出一个比自己更好的“自我”形象,能够激励自己的斗志,有利于释放自己的潜能。第三,只有在实践中才能激发潜能。要培养有利于激发潜能的习惯,从小事做起。

11. 自我新形象

(1)我心中的理想形象。

喜欢明星是很正常的心理现象,但是,“人无完人”,偶像也不例外。我们要善于从不同的榜样身上学习不同的优点,不断完善自我。

(2)面对新期待。

我们要了解自己的个性特点与潜能,了解社会对各种职业的角色期待,从社会需要与自身的实际出发,确立个人的成长目标。

(3)未来新规划。

青少年时期的主要任务重在知识学习与品德培养。美好目标的实现有赖于良好的生活和学习习惯,让我们自省、自律,养成良好的行为习惯。

12. 男女同学之间怎样交往?

男女同学之间的正常交往,有益于我们的身心健康发展。但要做到以下几点:要端正态度,培养健康的交往意识;要广泛交往,避免个别接触,交往程度宜浅不宜深;交往关系要疏而不远,若即若离,把握两人交往的心理距离,排斥让彼此感到过于亲密和引起情绪波动的接触。宜泛不宜专。与异性同学广泛交往对自身的学习、思想都有促进和帮助作用,也有利于情绪的振奋。而只与一个异性专一交往,言谈由浅入深,由一般到特殊,往往会由本来正常的交往发展为“一日不见,如隔三秋”的相恋。宜短不宜长。在与异性的交往中接触时间要短些,范围要广些,这样可以了解各种禀赋、气质的异性同学,更加容易吸取别人更多的益处。宜疏不宜密。过于频繁地与异性交往会唤起人的热情,激起人的冲动。所以男女同学的交往频率