

The background features a warm, autumnal color palette of yellows, oranges, and reds. It is decorated with various autumn leaves, including a large red leaf in the top left, a large yellow leaf in the center, and a smaller yellow leaf in the middle right. There are also several white geometric shapes, such as triangles and lines, overlaid on the background. The overall style is artistic and textured.

# 琢玉成器

ZHUOYUCHENGQI

玉林师范学院附属中学◎编

玉林师范学院附属中学校本教材



# 琢玉成器

玉林师范学院附属中学 编

敏思乐学

仁爱拼搏

乐学博长

宏纳笃行

西南交通大学出版社

· 成 都 ·



图书在版编目(CIP)数据

琢玉成器 / 玉林师范学院附属中学编. —成都:  
西南交通大学出版社, 2018.3  
ISBN 978-7-5643-6050-4

I. ①琢… II. ①玉… III. ①德育—中学—教材  
IV. ①G631

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第025558号

琢玉成器

玉林师范学院附属中学 编

---

责任编辑	梁红
助理编辑	居碧娟
封面设计	严春艳
出版发行	西南交通大学出版社 (四川省成都市二环路北一段111号 西南交通大学创新大厦21楼)
发行部电话	028-87600564 028-87600533
邮政编码	610031
网 址	<a href="http://www.xnjdcbs.com">http://www.xnjdcbs.com</a>
印 刷	四川煤田地质制图印刷厂
成品尺寸	185 mm × 260 mm
印 张	6.5
字 数	180 千
版 次	2018年3月第1版
印 次	2018年3月第1次
书 号	ISBN 978-7-5643-6050-4
定 价	22.00 元

---

课件咨询电话: 028-87600533

图书如有印装质量问题 本社负责退换

版权所有 盗版必究 举报电话: 028-87600562



## 编 委 会

主 任 袁名泽 吴 晔

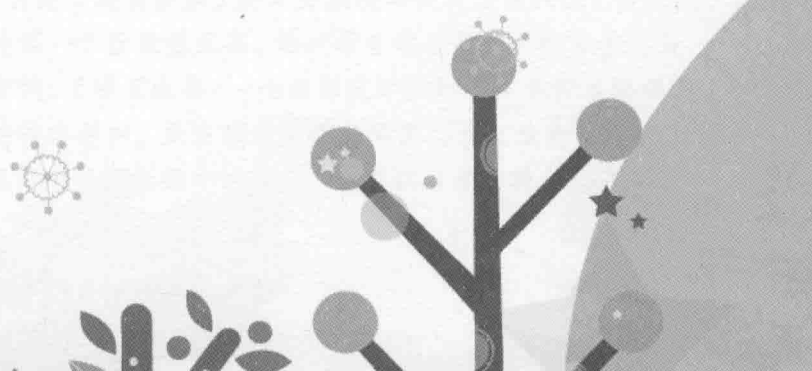
副主任 胡伟英 李 斌

主 编 吴 晔

副主编 胡伟英 李 斌

编 委 梁瑞雄 徐君悦 韦陈凤

梁雁飞 罗静青 梅益贝



# 序

这本《琢玉成器——玉林师范学院附属中学校本教材》是玉林师范学院政法学院高中政治学科基地建设与玉林师范学院附属中学全体政治老师合作共研的成果。

2015年，广西壮族自治区教育厅《关于启动普通高中学科基地建设工作的通知》中规定：“2015年拟先行启动建设21个普通高中学科自治区级课程基地，2017年建成50个左右的自治区级普通高中课程基地。”玉林师范学院根据此通知以项目申报的形式开始竞标，我有幸成功申报成功了政治学科基地建设项目。在寻找合作学校的时候，玉林师范学院附属中学进入了我的视野。

玉林师范学院附属中学是一所历史悠久、远近闻名的自治区一级学校，办学渊源可追溯到1971年，教育文脉绵延不断，文明薪火数代相传，有较厚实的文化积淀。办学四十多年来，该校一直秉承“为学生成功人生奠基”的办学理念，在“敏思乐学，宏纳笃行”的校训中阔步前进，已形成了“文明进步，仁爱拼搏”的校风，“严谨宽容，善导笃行”的教风、“勤奋踏实，乐学博采”的学风。玉林师范学院附属中学全心竭力构建校园文化，书香校园绽放异彩，焕发无限生机与活力。青青校园溢满书香，读书成为一种乐趣，成为一种习惯，成为师生校园生活的一种常态。“腹有诗书气自华”已是广大师生追求的境界。玉林师范学院附属中学始终本着“为学生成功人生奠基”的信念，带领附中人在精益求精的教学道路上稳步前行。

于是，我决定将政治基地设在玉林师范学院附属中学。在全体老师的配合下，玉林师范学院附属中学成功获得政治学科基地建设。

该项目于2016年1月正式启动，在2015年秋季期即将结束之际，我召集该校政治组所有老师商讨如何进行该基地建设。全体教师献计献策，主张建设内容包括校本教材、教师科研和教学技能能力提升、青年教师培养、文化长廊和思政网站等。同时，该项目组也讨论了建设步骤，决定先从校本教材建设入手。因此，该校本教材是该基地建设的第一个阶段性成果。贴近学生学习实际的校本教材是一份不可多得的丰厚精神食粮。《琢玉成器——玉林师范学院附属中学校本课程》作为该校正式供学生使用的校本教材，是全体政治教师倾其心血打造的，意在立足本土教育思想特色，挖掘本土教育思想中的养分，发挥这种优秀特色教育思想

对学生的滋养、熏陶功能。

“让德育更具亲和力，让德育少些说教的痕迹”一直是该校全体政治教师努力的目标。这本教材以“美好心灵和行为模式的培育”为红线拾掇缀连、贯穿始终。本书一共分为六个章节，分别是第一章“习惯与养成”；第二章“生活与礼仪”；第三章“生活与责任”；第四章“生活与法律”；第五章“生活与理财”；第六章“心理与健康”。考虑到中学生的认知特点，教材内容编撰力求浅显、易懂、积极、有趣，不求细而全，但不失精当，为独具特色的玉林师院附中德育思想在校园传播提供了一个有效载体。本教材也是学生政治课程学习的一个补充，旨在开辟途径，培养学生热爱学校、热爱玉林、热爱中国的情怀，增进德育知识，同时为学生绘下优秀道德理念的底色。

“问渠那得清如许，为有源头活水来。”愿这本校本教材早日进入该校学生的视野，受到学生喜爱，使学生的心灵受到良好的熏陶；也愿这本教材深深植入玉林师范学院附属中学这块沃土，植入学生的心灵，在学生的灵魂深处生根、开花，争奇斗艳，结出硕果。如此，则是该教材的最大幸事。是为序。

袁名泽

丙申年于玉林师范学院政法学院



# 目 录

致同学们的一封信	1
第一章 习惯与养成	3
第 1 课 告别陋习，走向文明	4
第 2 课 习惯与人生	9
第 3 课 学会合作，体验成功	11
第二章 生活与礼仪	15
第 4 课 礼仪花香满校园	16
第 5 课 感恩父母，生命的基点	24
第三章 生活与责任	30
第 6 课 千里之行，始于做人	31
第 7 课 责任与生命同行	34
第四章 生活与法律	40
第 8 课 生活离不开法律	41
第 9 课 知法、懂法，明辨是非	47
第 10 课 增强法律意识，远离违法犯罪	52
第五章 生活与理财	57
第 11 课 理性消费	58
第 12 课 投资与理财	61
第六章 心理与健康	69
第 13 课 寻找幸福	70
第 14 课 认识自我	79
第 15 课 优秀是一种习惯	83
第 16 课 天行健，君子以自强不息	91
后 记	95



## 致同学们的一封信

同学们：

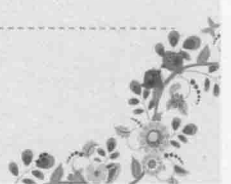
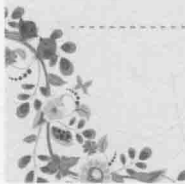
每个人对自己的人生定位不同，生活态度自然就不同。打算把自己置于哪个层次、何种境界，是每一个严肃生活的人都不得不考虑的现实问题，也因此决定了这个人的生活方式。鲁迅立志揭露民族的劣根性，以引起国人的注意，所以“横眉冷对千夫指，俯首甘为孺子牛”。哈佛大学集中了全美甚至世界最优秀的学生，其校训正是“追求卓越”。是的，雄鹰不甘宇下，骏马难守圈栏。一个志存高远的人，必定将追求优秀作为自己的人生目标，作为一种近乎本能的习惯。

优秀习惯的养成是一个漫长的过程，是一种常态，一种经过长期培养历练而形成的自然而然的状态，一种无需思考即可再现的回忆。它可以有一个明确的起点，但肯定没有固定的终点。只要不断追求，每一个阶段性的成果都会成为一个新的起点。

“让德育更具亲和力，让德育少些说教的痕迹”一直是我们努力的目标。在新的学期里，我们精心为你们准备了这本德育自我修养的读本，希望能为你们的学习与成长之路带来启迪与激励。

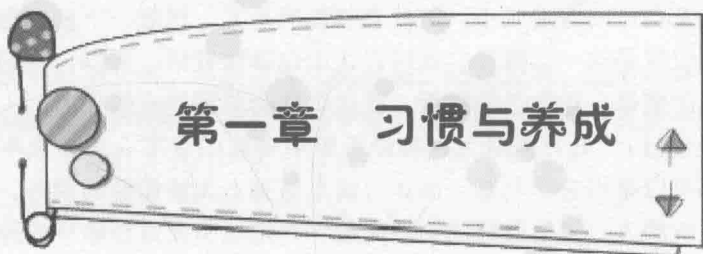
新的学期，新的希望。同学们，你们准备好了吗？

玉林师范学院附属中学政治组









第一章 习惯与养成

## 第1课 告别陋习，走向文明

华夏大地，礼仪之邦，几千年源远流长的文明礼仪，是我们的骄傲和财富。一个人的举手投足、音容笑貌，无不体现一个人的气质与素养。文明礼仪是我们学习、生活的根基，是我们健康成长的臂膀。德国著名文学家歌德曾经说过：“一个人的礼貌就是一面照出他肖像的镜子。”的确，人们总是根据一个人的言谈举止对其作出评价。因为，礼貌是人类和谐相处的金钥匙，只有拥有它才会幸福、快乐。我们不必埋怨这个社会的文明水平不高，不必怨艾自己的力量太小，对社会的影响不大。试想一下，面包里的酵母不是很少么？可是，仅仅是这一点酵母，就可以让面包膨胀数倍。所以，我们每一位同学都应该做这个时代的酵母，让自己的酵素，在这个社会起到应有的作用。

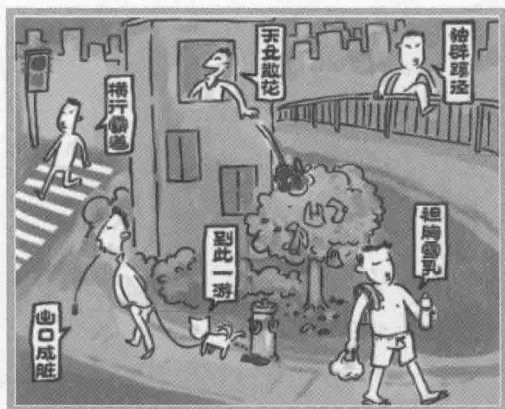
乌申斯基曾经说过：“好习惯是人在神经系统中存放的资本，这个资本会不断地增长，一个人毕生都可以享用它的利息。而坏习惯是道德上无法偿清的债务，这种债务能以不断增长的利息折磨人，使他最好的创举失败，并把他引到道德破产的地步。”

文明是自身道德的体现，而公共文明又建立在个人文明礼仪之上。倘若一个人不注重自身的文明修养，他也不会有良好的公共文明。人要有良好的公共文明，必须先从自身做起，从身边的小事做起。正如古人所说的：格物、致知、诚意、正心、修身、齐家、治国、平天下。完善个人道德修养，便有了推进社会公共文明的基础。那么，让我们从现在开始，告别陋习，走向文明。



### 各抒己见

请仔细观察下面图片，谈谈你的看法。



最令人深恶痛绝的五大生活陋习：

### 1. 乱丢乱扔

草稿纸，面巾纸，食品袋，饮料瓶随手乱扔；教室扔，寝室扔，食堂扔，会场扔，操场扔、路上扔……有的人就像垃圾制造机，走到哪里，扔到哪里，人到哪里，脏到哪里，丝毫没有保护环境、爱护环境的意识。

### 2. 乱涂乱画

课桌上画，椅凳上画，墙壁上画，雕塑上画，教室里画，走廊上画，厕所里画；在国内乱画，到国外也乱画。

### 3. 随地吐痰

随便吐痰不但不文明，还会危害人类健康。研究表明，随地吐痰，尤其是患传染性疾病如非典型肺炎、肺结核、流行性感冒等的患者随地吐痰，其痰中的致病微生物会蒸发到空气中，可使健康人通过呼吸到病菌的空气而受到传染。

### 4. 言语粗俗

这在一些学生身上比较普遍，一张口就是脏话，一说话就是骂人。特别是在下课嬉闹的时候，在操场运动的时候，满耳充斥污言秽语，即使有成人也在场也无所谓。听到的人都觉得不好意思，说的人却毫不觉难为情。

### 5. 大声喧哗

在公共场所旁若无人地高谈阔论，或口若悬河，或大声叫喊，或与他人争论，无视他人的反应。严重干扰他人，破坏他人和谐的工作和生活环境，是一种不尊重他人的不礼貌行为。



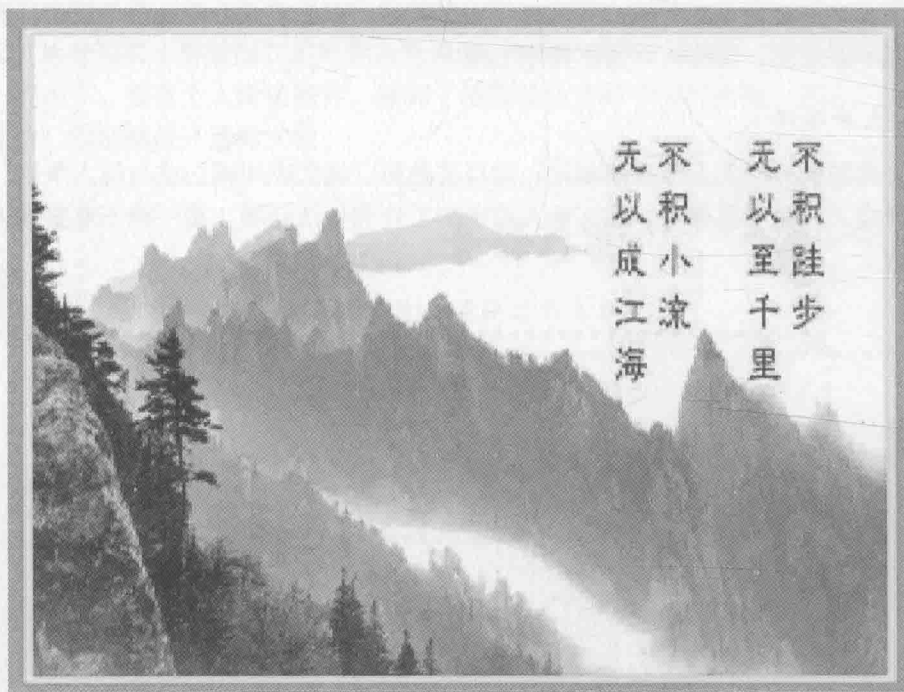
## 各抒己见

请你谈谈生活中还有哪些不文明现象是值得我们注意的。



## 中学生校园十大礼仪规范

- (1) 言语要文明，见面问声好。友善共相处，热情礼相待。
- (2) 衣着应端庄，仪态要规范。
- (3) 领物取物，主动排队，相互礼让，井然有序。
- (4) 他人宿舍，非请莫进；他人财物，未准莫取。
- (5) 走道楼梯，人来人往，你谦我让，主动留道。
- (6) 弱小贫困，帮扶资助；残疾病患，文明相待。
- (7) 桌面墙面，莫乱涂画；垃圾杂物，弃置有道。
- (8) 进出校门，主动下车，微笑致意。
- (9) 上课考试，休息时间，尊重他人，保持安静。



## 各抒己见

如果遇到下列情况，你该怎么办？

场景一：自习课，老师都在开会，班上同学吵闹。

场景二：你做作业时碰到难题，百思不得其解，同学把做好的作业让你抄。

场景三：课间你在走廊中吃完橘子，剩下橘子皮，可旁边没有垃圾箱，也没有老师。

## 回味无穷

播种行为，可以收获习惯；播种习惯，可以收获性格；播种性格，可以收获命运。——[英]克雷

习惯是一种顽强而巨大的力量，他可以主宰人生。——[英]培根

## “十讲”

- |             |               |
|-------------|---------------|
| (1) 语言上讲文明； | (2) 行为上讲规范；   |
| (3) 学习上讲刻苦； | (4) 生活上讲卫生；   |
| (5) 活动中讲参与； | (6) 集体中讲团结；   |
| (7) 待人上讲礼貌； | (8) 处事上讲谦让；   |
| (9) 校内外讲形象； | (10) 时时处处讲安全。 |

## 读一读

北京有一家外资企业高薪招聘应届大学毕业生，对学历、外语的要求都很高。应聘的大学生过五关斩六将，到了最后一关：总经理面试。一见面，总经理说：“很抱歉，年轻人，我有点急事，要出去10分钟，你们能不能等我？”这仅剩的几位大学生们都说：“没问题，您去吧，我们等您。”经理走了，大学生们闲着没事，围着经理的大写字台看，只见上面文件一叠，信一叠，资料一叠。都是些什么呢？他们你看这一叠，我看这一叠，看完了还交换：哎哟，这个好看，哎哟，那个好看。

10分钟后，总经理回来了，他说：“面试已经结束，你们全都没有被录用。”大学生们个个瞪大了眼睛，“这是怎么回事，面试还没开始呢？”总经理说：“我不在的这段时间，你们的表现就是面试。很遗憾，本公司从来不录用那些乱翻别人东西的人。”

真正优秀的学生是养成了良好习惯的学生，而这几位大学生没有养成尊重他人、未经允许不乱翻他人东西的好习惯。

### ★课后小作业

完成以下挑战计划书。

### “告别陋习，挑战自我”挑战计划书



## 第2课 习惯与人生

一根小小的柱子，一截细细的链子，拴得住一头千斤重的大象？你相信吗？

在印度和泰国，驯象人在大象还是小象的时候，就用一条铁链将它绑在水泥柱或钢柱上，无论小象怎么挣扎都无法挣脱。小象渐渐地习惯了不挣扎，直到长成了大象，可以轻而易举地挣脱链子时，也不挣扎。



### 想一想 想一想

绑住小象的是柱子，那绑住大象的是什么呢？

世界上最可怕的力量是习惯，世界上最宝贵的财富也是习惯。一个企业，一个国家，一个民族是如此，对于人的一生，更是如此。好习惯是一个人终身的财富。



### 各抒己见

从小到大，你有什么好习惯曾让你倍受赞赏，帮助你取得小胜利或取得一些事情上的成功？跟同学们说说，让大家分享、学习一下。

好习惯是一个人的资本，坏习惯是一个人的负债。你有了好习惯，一辈子都有用不完的利息；你有了坏习惯，一辈子都有偿还不了的债务。

所谓习惯，就是经过重复练习而巩固下来的思维模式和行为方式。学习习惯，就是在不间断的学习实践中养成的那种自然而然的学习上的好习惯。

学习习惯一旦养成，便容易保持下来，犹如物理学中的惯性力量。良好的学习习惯是一种自觉的学习行为，因而能提高学习效率。



## 各抒己见

你对以下学习习惯有什么看法？

- (1) 在思考问题时，一边旋笔，一边思考。
- (2) 在学习中遇到问题后，习惯先放一边，以后又忘了解决。
- (3) 考试考差了后，开始下定决心认真学习，但几天后又松懈了。
- (4) 自习课，边听音乐，边做作业。

## 中学生必须养成的良好学习习惯

- (1) 尊重与欣赏老师的习惯。
- (2) 自学预习的习惯。
- (3) 专心上课的习惯。
- (4) 认真观察，积极思考的习惯。
- (5) 善于提问的习惯。
- (6) 切磋琢磨的习惯。
- (7) 独立作业的习惯。
- (8) 仔细审题的习惯。
- (9) 练后反思的习惯。
- (10) 复习归纳的习惯。

诺贝尔文学奖获得者、智利诗人米斯特拉尔说：“许多需要的东西我们可以等待，但是学生不能等。他的骨骼正在形成，血液正在生成，心智正在发育，对学生我们不能说明天，他的名字是今天！”

好的学习效果、好的学习成绩应从培养良好行为习惯开始，让我们从今天做起，从现在开始做起，从小事情做起。有好的习惯，就有好的人生。在生活和学习中培养自己一个又一个好习惯，让好习惯伴随我们终生，成为我们走向成功、走向辉煌的一级又一级五彩的阶梯！