



教育部审定

2016

义务教育教科书

七年级

上册

# 道德 与 法治



人民教育出版社

义务教育教科书

# 道德与法治

七年级  
上册

教育部组织编写

总主编 朱小蔓

人民教育出版社

·北京·

总主编：朱小蔓

本册主编：王磊 刘朝振

编写人员（以姓氏笔画为序）：

马勇 王琨 李晓 吴蓉

张学军 林少玉 钟晓琳

责任编辑：任海滨 闫绍杰

美术编辑：李宏庆 郑文娟

插图绘制：李旻 李彪 李思东 郑文娟

封面设计：吕旻 李宏庆

封面绘图：李旻

义务教育教科书 道德与法治 七年级 上册

教育部组织编写

---

出版 人民教育出版社

（北京市海淀区中关村南大街17号院1号楼 邮编：100081）

网址 <http://www.pep.com.cn>

重印 河北省出版总社有限责任公司

发行 河北省新华书店

印刷 河北新华联合印刷有限公司

版次 2016年7月第1版

印次 2018年7月第3次印刷

开本 787毫米×1092毫米 1/16

印张 8

字数 131千字

印数 1,512,501-2,554,200册

书号 ISBN 978-7-107-31245-8

定价 7.80元

冀价管〔2018〕57号 冀价审〔2018〕109181 全国价格举报电话：12358

---

版权所有·未经许可不得采用任何方式擅自复制或使本产品任何部分·违者必究

如发现内容质量问题，请登录中小学教材意见反馈平台：[jcyjfk.pep.com.cn](http://jcyjfk.pep.com.cn)

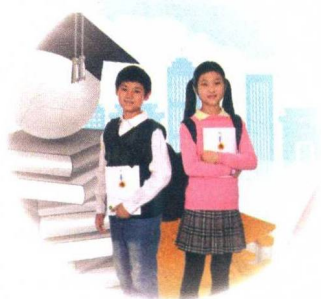
如发现印、装质量问题，影响阅读，请与河北新华联合印刷有限公司联系调换。电话：0311-85538083

邮购电话：400-707-5816；0311-66720366 投诉电话：400-851-6118

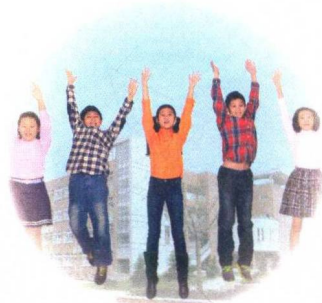
## 谨向为本书提供图片的单位及人士致谢

新华通讯社（P43一幅图，P93一幅图，P103一幅图，P104一幅图，P118四幅图）；东方IC（P4一幅图，P17三幅图，P61一幅图，P84五幅图，P87一幅图，P93一幅图，P118一幅图）；中国新闻图片网（P17三幅图，P103一幅图，P104一幅图，P112一幅图）；《红楼梦》，花山文艺出版社（P7一幅图）；《上下五千年智慧解析》，海潮出版社（P7一幅图）；《汤姆叔叔的小屋》，中国对外翻译出版公司（P7一幅图）；北京市第六十五中学（P19一幅图）；人民画报（P118一幅图）；人民教育出版社（P1一幅图，P37一幅图，P59一幅图）。

# 目 录



<b>第一单元 成长的节拍</b> .....	1
<b>第一课 中学时代</b> .....	2
中学序曲 .....	2
少年有梦 .....	8
<b>第二课 学习新天地</b> .....	14
学习伴成长 .....	14
享受学习 .....	20
<b>第三课 发现自己</b> .....	25
认识自己 .....	25
做更好的自己 .....	31



<b>第二单元 友谊的天空</b> .....	37
<b>第四课 友谊与成长同行</b> .....	38
和朋友在一起 .....	38
深深浅浅话友谊 .....	44
<b>第五课 交友的智慧</b> .....	49
让友谊之树常青 .....	49
网上交友新时空 .....	54



**第三单元 师长情谊** ..... 59

**第六课 师生之间** ..... 60

走近老师 ..... 60

师生交往 ..... 65

**第七课 亲情之爱** ..... 71

家的意味 ..... 71

爱在家人间 ..... 76

让家更美好 ..... 83

**第四单元 生命的思考** ..... 87

**第八课 探问生命** ..... 88

生命可以永恒吗 ..... 88

敬畏生命 ..... 93

**第九课 珍视生命** ..... 99

守护生命 ..... 99

增强生命的韧性 ..... 105

**第十课 绽放生命之花** ..... 111

感受生命的意义 ..... 111

活出生命的精彩 ..... 115



# 第一单元

## 成长的节拍

生命好像一场旅行。进入中学阶段，展现在我们面前的将是怎样的风景？

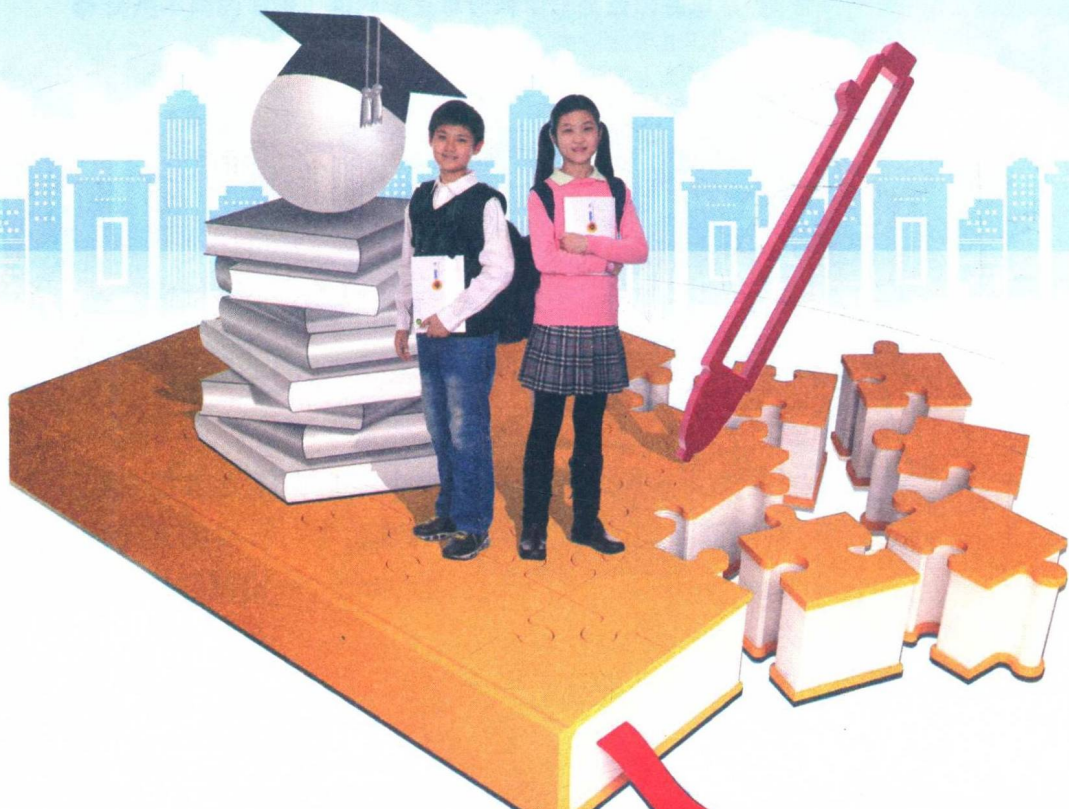
在这里，我们会遇到哪些老师和同窗，会有哪些奇妙的经历？

每天的学习、生活会发生怎样的变化？

这些变化将在我们的成长中留下何种印记？

如何才能使中学生活过得丰富多彩、更有意义、更有价值？

这是一段充满挑战的人生旅程。每一次勇敢的搏击，都会让我们听到拔节生长的声音；每一次不轻言放弃的坚忍，都会让我们收获更多成长的喜悦；每一次业精于勤的自我鞭策，都会让我们增强奋进的勇气和信心。让我们一起享受成长，享受中学生活，享受生命的馈赠！



# 第一课

## 中学时代

有人说，中学时代是人生最美好的年华。

有人说，中学阶段是人生成长的十字路口。

有人说，中学生依然是懵懂的孩子；我们说，中学生正在长大成人。

有人说，中学时代离职业选择还很遥远；我们说，中学时代要早早立志。

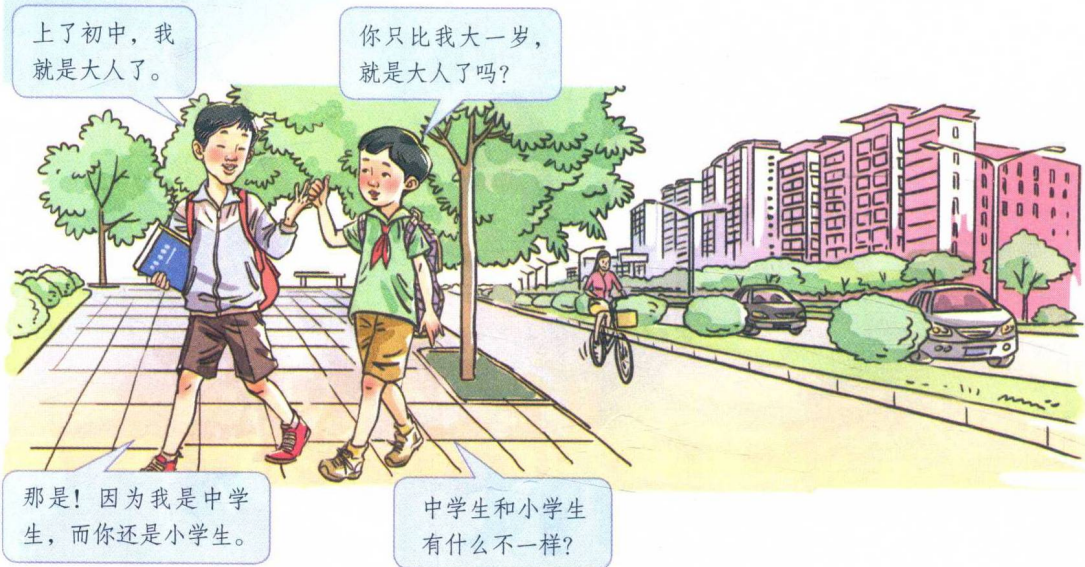
我们的中学生活会怎样度过？是平淡无奇，抑或是精彩纷呈？

我们跃跃欲试。中学，我们来了！

### 中学序曲



#### 运用你的经验







- ▶ 上了中学，你觉得长大没有？
- ▶ 你对中学生活有哪些期待？

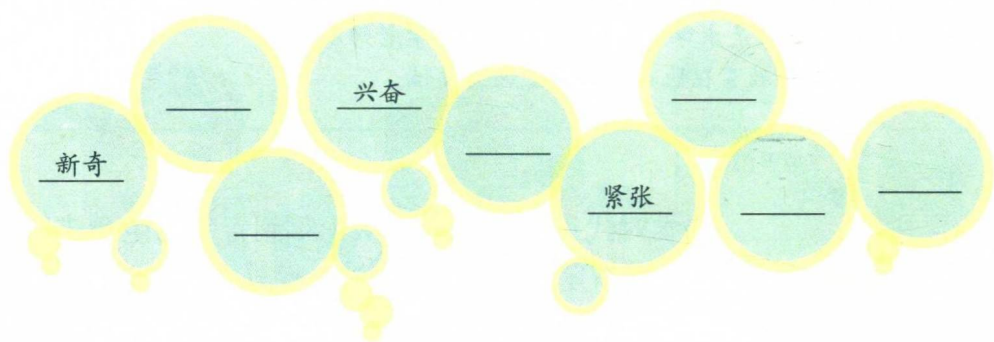
## 新的起点

金秋九月，我们告别小学，满怀希望跨进中学校园，我们有了一个新的名字——中学生！



### 探究与分享

- ▶ 请用不同的词语，和同学分享你对中学生活的初步感受。



中学生活把我们带进一个别样的天地：富有挑战的课程，新奇的实验器材，丰富多彩的社团，新校园、新老师、新同学……我们站在一个新的起点上。



## 探究与分享

开学以来，我在学校里经历了许多新鲜事：我和同学参观了校史馆，语文老师给我们开列了一长串课外阅读书目，地理课上我第一次尝试用天文望远镜观测天空，班主任让我们自己组织选举班委、制定班规和班训、设计班徽，布告栏里贴满了社团招募新成员的启事……

- ▶ 你在校园里还有哪些发现？
- ▶ 你的初中生活与小学相比有哪些变化？

成长中的每个阶段都有独特的价值和意义。中学时代是人生发展的一个新阶段。这段时间并不是很长，却可以为我们的一生奠定重要基础。



## 阅读感悟

钱学森说：“6年的师大附中学习生活对我的教育很深，对我的一生，对我的知识和人生观起了很大的作用。”他归国回到北京的第二天，就赶往母校探望。每次路过母校，他都会说：“这是我最熟悉的地方。”

从化学、几何学、矿物学、生物学到国文、哲学概论、伦理学、音乐、美术，从基础科学知识体系到做人的伦理道德，中学教育为钱学森的成长打下了坚实的基础。钱学森在晚年曾写下一段话，称有17个人对自己的一生影响深远，其中12个人是求学期间的老师，而中学老师就占了7位，这足见中学教育在他人生道路上的重要性。



钱学森

中学时代见证着一个人从少年到青年的生命进阶。随着身心的不断发展，我们开始深入探寻生命的奥秘，满怀好奇地撩开精神世界的面纱；随着自我意识的逐步觉醒，我们开始主动发现和认识自己；随着思维水平和理解能力的不断提高，我们对世界的认识越发具体而深入；随着生活体验的日渐丰富，我们开始自觉磨砺意志和品格，思考生活的意义……这些将为我们的人生长卷打上更加丰富而厚实的底色。



## 探究与分享

▶ 请查阅相关人物资料或采访身边的人，记录他们对中学时代的回忆，并写下自己的发现和思考。

## 成长的礼物

中学生活，对我们来说意味着新的机会和可能，也意味着新的目标和挑战。这些都是生命馈赠给我们的成长礼物。



## 探究与分享



- ▶ 你最想挑选哪类礼物？你希望盒子里装的是什么样的礼物？
- ▶ 它会给你的生活带来什么变化？

中学生活为我们的发展提供了多种机会。集体生活，涵养我们的品格，丰富我们的个性；新的课程，引领我们探索新的知识领域；丰富多彩的社团活动，给我们提供发展兴趣的平台；各种各样的社会实践，为我们打开认识社会之门……



### 探究与分享

► 小学生活有快乐，也有遗憾。进入中学，你打算如何弥补这些遗憾？

在学习生活中	我的遗憾	_____
	我的打算	_____
在人际交往中	我的遗憾	_____
	我的打算	_____
在课余生活中	我的遗憾	_____
	我的打算	_____
在_____中	我的遗憾	_____
	我的打算	_____

进入中学，新的目标和要求激发着我们的潜能，激励着我们不断实现自我超越。“苟日新，日日新，又日新。”我们似乎每天都有做“最好的我”的生命冲动。



### 探究与分享

小龙刚进入初中，就收到老师发的一份课外阅读建议书单。

寓言：《伊索寓言》。

神话：《山海经》。

历史：《上下五千年》。

诗歌：《诗经选读》《唐诗宋词三百首》《繁星·春水》《泰戈尔诗选》。

散文：《朝花夕拾》《北极星》。

小说：《水浒传》《三国演义》  
《西游记》《红楼梦》《骆驼祥子》  
《四世同堂》《红岩》《草房子》《老  
人与海》《悲惨世界》《童年》《钢铁  
是怎样炼成的》《堂吉诃德》《汤姆  
叔叔的小屋》《巴黎圣母院》。

科普读物：《凡尔纳四大科学幻  
想名著》《昆虫记》。

哲理读物：《论语》《人生论》《相约星期二》。

这份书单中的有些书，小龙在小学就已经读过。不过，大多数还是第一次听说，看着书名就觉得很有趣，小龙很想读读。

▶ 你读过这份书单中的哪些书？你有信心在初中阶段读完这些书吗？与同学一起完善这份书单。



在新的环境中，我们有机会改变在父母、老师和同学心目中那些不够完美的形象，重新塑造一个“我”：越来越有活力，能坚持，有韧劲；越来越坚强，会合作，能包容；越来越上进，敢于表达，超越自我。



## 相关链接

### 21世纪，我们需要学会什么

1996年，国际21世纪教育委员会向联合国教科文组织提交的报告《教育：财富蕴藏其中》指出：在21世纪，学会认知、学会做事、学会共同生活、学会生存等四种学习将是每个人一生中的知识支柱。

2010年，联合国教科文组织终身学习研究所所长阿达玛·旺安提出，我们应该增加三个新的支柱，以便反映现代社会的持续流动与前进势头。

第一，“学会学习”。它既是终身学习的基础，又是终身学习的手段。它是支持其他支柱并且鼓励学习者承担继续学习责任的“可迁移”的技能。

第二，“学会变革”。它使得学习者能够对现状投以批判的眼光，以便为了更美好的生活而改变现在的情境。

第三，“学会成长”。它包含了所有的学习成果，因此使得学习者能够既作为个体也作为更广泛、更包容的社会的一员而发展。

“千里之行，始于足下。”中学生活的序幕刚刚拉开，面对各种可能与挑战，我们要珍视当下，把握机遇，从点滴做起，为美好明天付出不懈的努力。



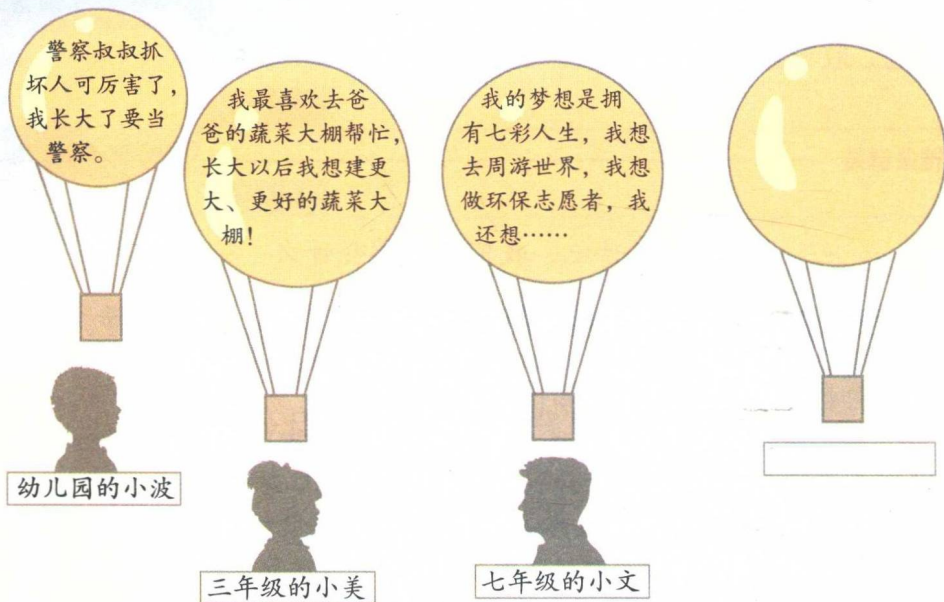
### 拓展空间

- ▶ 请结合自己的实际情况，写下初中阶段自己想要完成的几件事。
- ▶ 与父母进行一次沟通，听听他们希望你在初中三年完成的事情。
- ▶ 请思考：哪些事情必须现在做？哪些事情可以将来去做？哪些事情需要一生去做？

## 少年有梦



### 运用你的经验



- ▶ 你的梦想是怎样的？
- ▶ 如果梦想不能实现，梦想还有意义吗？

## 有梦就有希望

编织人生梦想，是青少年时期的重要生命主题。梦想是对未来美好生活的愿望，它能不断激发我们生命的热情和勇气，让生活更有色彩。有梦想，就有希望。



### 阅读感悟

#### 我为少男少女们歌唱

何其芳

我为少男少女们歌唱。  
我歌唱早晨，  
我歌唱希望，  
我歌唱那些属于未来的事物，  
我歌唱正在生长的力量。

我的歌呵，  
你飞吧，  
飞到年轻人的心中  
去找你停留的地方。

所有使我像草一样颤抖过的  
快乐或者好的思想，  
都变成声音飞到四方八面去吧，  
不管它像一阵微风  
或者一片阳光。

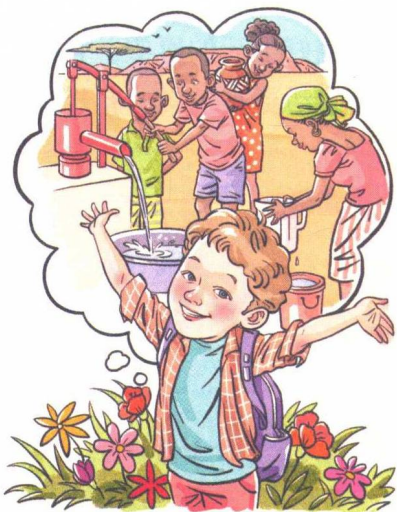
轻轻地从我琴弦上  
失掉了成年的忧伤，  
我重新变得年轻了，  
我的血流得很快，  
对于生活我又充满了梦想，充满了渴望。

少年的梦想，是人类天真无邪、美丽可爱的愿望。它虽然总是和现实有一定距离，有时甚至不切实际，但是人类需要这样的梦想，因为有了这样的梦想，才能不断地进步和发展。



## 探究与分享

1998年，六岁的加拿大男孩瑞恩是一名一年级小学生。一天，老师在上课时讲道：在非洲，许多孩子没有玩具，也没有足够的食物和药品，甚至喝不上干净的水，许多人因为喝不上干净的水而死去。“我一定要为他们挖一口井！”小瑞恩暗暗下定了决心。起初，挖井的钱是靠他一个人做家务赚来的，在他的感召下，亲戚、朋友、邻居纷纷加入进来……随着时间的推移，他的心愿鼓舞了全世界六十多个国家的成年人，人们纷纷解囊相助。2000年，瑞恩的第一口井打好了；2001年，“瑞恩的井”基金会成立；2003年初，“瑞恩的井”基金会已经为非洲挖了七十多口井。



- ▶ 瑞恩的梦想是什么？他的梦想给自己和他人带来了什么？
- ▶ 你从他的故事中获得怎样的启发？

少年的梦想，与个人的人生目标紧密相连。明确的人生目标，犹如灯塔，能够帮助我们在茫茫大海中找到前进的方向。

少年的梦想，与时代的脉搏紧密相连，与中国梦密不可分。生活在这个时代的我们，共同享有人生出彩的机会，共同享有梦想成真的机会，共同享有同祖国和时代一起成长与进步的机会。民族复兴的美好前景，为我们提供了更广阔的舞台，也提出了更高的要求，我们应当成为担当民族复兴大任的时代新人。



## 相关链接

实现中华民族伟大复兴，是中华民族近代以来最伟大的梦想，我们称之为“中国梦”，其基本内涵是实现国家富强、民族振兴、人民幸福。实现中国梦必须走中国道路，必须弘扬中国精神，必须凝聚中国力量。



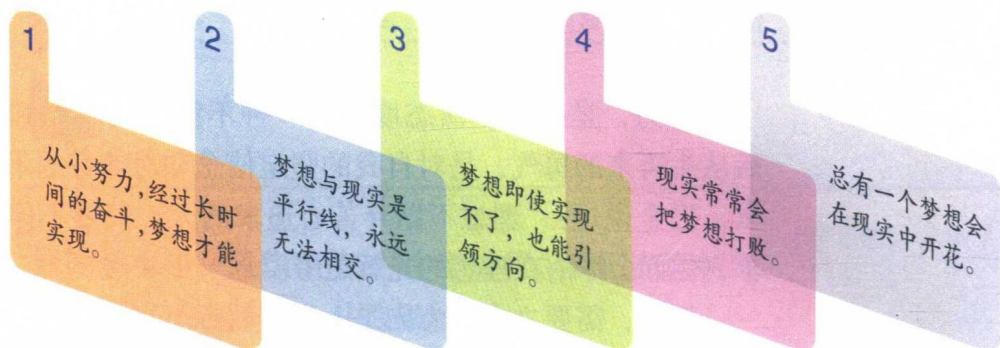
## 努力就有改变

少年的梦想，有时像“海天相吻的弧线，可望不可即，折磨着你那进取的心”。有人放弃，将梦想视为一种臆想；有人坚持，将进取变成一种信念。



### 探究与分享

关于“梦想与现实”有以下几种观点，请你辨析与澄清。



少年有梦，不应止于心动，更要付诸行动。不懈地追梦、圆梦才能改变生活，改变我们自己。努力，是梦想与现实之间的桥梁。



### 探究与分享

人类没有翅膀，像鸟儿一样飞翔是人类的梦想。

美国的莱特兄弟自幼对飞行怀有浓厚的兴趣，曾仿制过“竹蜻蜓”。1896年，德国滑翔飞行家李林达尔因在飞行中失事而遇难，莱特兄弟深受触动，决心研制动力飞行器。

莱特兄弟刻苦钻研李林达尔的著作和当时能找到的有关飞行的书籍，吸取李林达尔的经验，走先滑翔飞行以掌握稳定操纵，进而实现动力飞行的道路……他们制作了两百多个不同形状的机翼模型，在不同角度下进行了上千次风洞实验；他们