

经全国中小学教材审定委员会 2004 年初审通过
义务教育课程标准实验教科书

思想品德

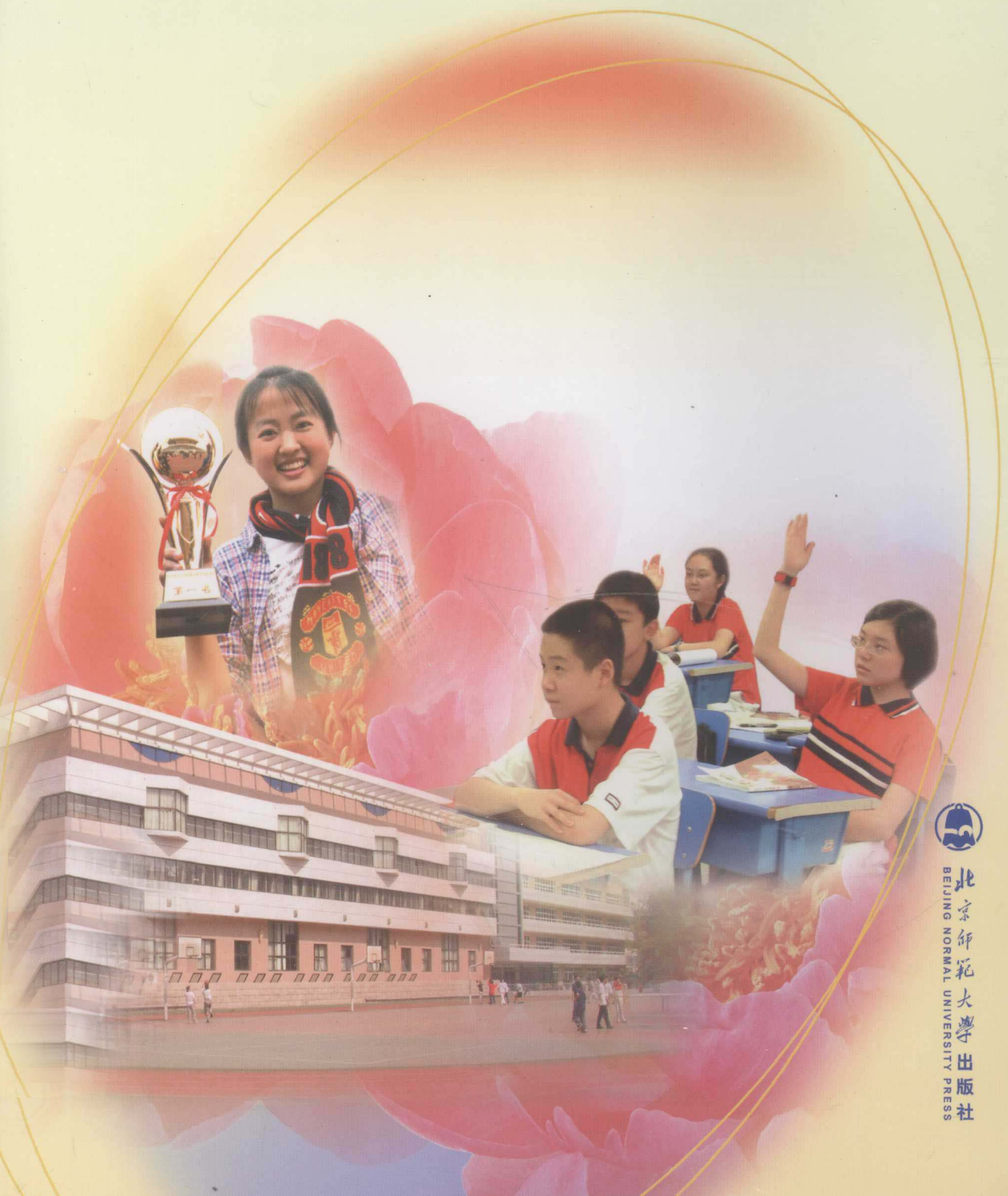
七年级 上册

SI

XIANG

PIN

DE



北京師範大學出版社
BEIJING NORMAL UNIVERSITY PRESS

经全国中小学教材审定委员会 2004 年初审通过
义务教育课程标准实验教科书

SI XIANG PIN DE
思想品德

七年级 上册

义务教育思想品德课程标准实验教材编写组 编著
北 京 师 范 大 学 出 版 社



北京师范大学出版社

· 北 京 ·

基础教育教材网址: <http://www.100875.com.cn>

出版发行: 北京师范大学出版社 www.bnup.com.cn
北京新街口外大街 19 号
邮政编码: 100875

印 刷: 佛山市浩文彩色印刷有限公司

经 销: 广东省新华书店

开 本: 184 mm × 260 mm

印 张: 8.75

字 数: 200 千字

版 次: 2007 年 5 月第 2 版

印 次: 2010 年 7 月第 4 次印刷

定 价: 8.34 元

ISBN 978-7-303-07206-4

责任编辑: 庄永敏 樊庆红 装帧设计: 高 霞

责任校对: 陈 民 责任印制: 吕少波 吴祖义

版权所有 侵权必究

反盗版、侵权举报电话: 010-58800697

北京读者服务部电话: 010-58808104

外埠邮购电话: 010-58808083

本书如有印装质量问题, 请与承印公司印制管理部联系调换。

印制管理部电话: 0757-88368558

主 编 韩 震

副 主 编 廖 申 白

庄永敏

本册主编 许 燕

编写人员 王治国 刘 嘉 高 山 陶红梅

前言

同学们好！你们带着童年的欢乐，带着美好的理想，带着对未来的憧憬，踏进了中学的校门。从今天开始，你们的学习进入了崭新的阶段，你们已经从小学生成为初中生了。这是你们成长过程中的一个重要阶段。在这期间，你们的生活空间将得到进一步扩大，你们的思想视野将得到进一步拓展，你们将由童年开始向成年人过渡。

在你们学习和成长的这段历程中，《思想品德》将一直陪伴着你们，与你们一起体验、探索、交流、谈心、讨论，并且愿做你们的知心朋友。

本册教材将与你们一起观察和适应新的学习环境，探索新的学习内容和方法，建设新的班集体，学习待人接物的道理，树立自尊、自信、自强、自立的人生信念。希望你们在新的集体里，互相学习，团结互助，共同成长。

如果你们有好的经验和感受，请告诉我们，以便让更多的朋友分享你们成功的喜悦。我们的联系方式：北京师范大学出版社基础教育分社（100875），（010）58802812，58802815。

目 录



第 1 单元 走进中学生活

第 1 课	适应新环境	2
第 2 课	开始新学习	16



第 2 单元 个人、集体与社会

第 3 课	正确认识自己	32
第 4 课	共同建设集体	42
第 5 课	积极融入社会	53



第 3 单元 待人接物须明理

第 6 课	礼貌待人	66
第 7 课	平等待人	76
第 8 课	与人为善	86



第 4 单元 少年当自强

第 9 课	做一个自尊的人	98
第 10 课	做一个自信的人	112
第 11 课	做一个自强的人	123

第1单元

走进中学生活



世界是你们的，也是我们的，但是归根结底是你们的。你们青年人朝气蓬勃，正在兴旺时期，好像早晨八九点钟的太阳。希望寄托在你们身上。世界是属于你们的。中国的前途是属于你们的。

——毛泽东



第1课

适应新环境

步入中学校门，我们感觉一切都是那么新鲜——“新鲜”的校园，“新鲜”的老师、同学，“新鲜”的课程。这些“新鲜”给我们带来几分新奇，更带来了几分挑战。脑子里也许会产生这样的疑问：我会喜欢这个新地方吗？新老师和新同学会喜欢我吗？我还能结交到好朋友吗？这么多的课程，我能学会吗？……

新的生活已经在我们眼前展开，只要我们能积极适应和融入中学生活，就会喜欢这个地方，喜欢这里的老师和同学，在融融的暖意中和大家一起愉快地学习，共同成长。



第1站

步入新学校

为了尽快地、主动地适应新的学校生活，我们来“考考老师”。通过对老师的提问，了解一下我们学校的传统、校史、校训、校貌，学校的学习环境，教学设施等。

活动规则：

1. 同学提问，老师回答。
2. 同学知道答案的可以帮老师回答。

问题：

- A. 我校建于哪年？首任校长是谁？
- B. 我校的校长室、教导处、总务处、医务室分别在哪儿？
- C. 我校校友中有哪些杰出人才？

D. _____



答案

A. _____

B. _____

C. _____

D. _____

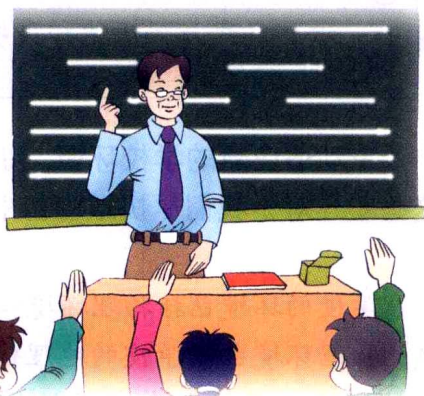


想一想

- 在新学校里，你有什么新的打算和愿望呢？

良好的开端等于成功的一半。

_____ — [古罗马] 贺瑞斯



作为一名初中生，新的学习生活开始了。摆在我们面前的第一个任务就是去适应新的环境。主动了解和适应新环境，自觉缩短适应期，尽快地进入中学生的角色，是所有优秀中学生的共同经验。



知识链接

环境适应能力

环境适应能力是指通过积极的主观参与，去认识环境、改造环境，做到自我与环境的和谐统一。

主动适应新的学校环境。初中与小学相比，学校环境可能有许多差异。了解这些差异对于我们尽快适应初中生活是十分必要的。

学校的环境包括物理环境和人文环境。物理环境包括学校的地理位置、周边的环境、学校各个部门的位置和功能，比如医务室、各种实验室的位置，教室里的各种设施及其功能，卫生条件，



生态环境。人文环境是学校环境的精神内涵，指学校的校园文化，包括校风校纪、办学特色、老师的治学态度、学生的总体素质等。



校训在我心

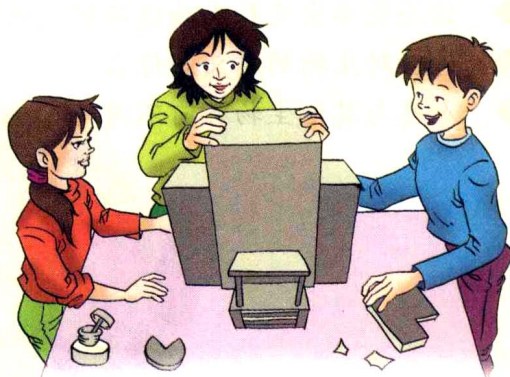
校 训

含 义

新的理解

校园平面图

请绘制一张学校的平面图。注意要掌握好比例，注明教学楼、图书馆、操场、小花园的具体位置及其功能。有兴趣的同学可以制作校园模型。说出你最喜爱的校园一角，并将理由和大家分享。



生物界的适应



◆ 海豹是哺乳动物，在寒冷的海域生活，要保持体温，就得有件“厚衣服”。海豹的皮下脂肪非常发达，可以达到60毫米，这是动物对寒冷的适应。

◆ 雷鸟，夏日在岩石和稀疏的植物丛中栖息觅食，羽毛为褐色；冬季到来时，羽毛换成白毛、白羽，与雪浑然一体，以躲避天敌。

◆ 仙人掌生活在酷热的沙漠里。它有发达的根系、很强的吸水力。茎粗大，外有角质层，里面肉质化，能储存水分。叶退化成刺，减少了蒸腾作用。茎内含有叶绿素，能进行光合作用。仙人掌的这些特征适合在干旱缺水的沙漠环境里生活。

在生物界，像这样适应环境的例子不胜枚举，比如长颈鹿的颈、刺猬的刺、含羞草的叶子、骆驼的驼峰、蒲公英种子的散播等等。

◆ 你还能举出几种生物适应环境的例子吗？

◆ 适应对生物的意义是什么？

◆ 人类与其他生物有何不同呢？



学校环境需要我们悉心维护和主动建设。学习活动的顺利进行,有赖于良好的校园环境。清洁的教室,整齐的桌椅,良好的校风和学风等共同构成了校园环境。我们自身的言行、精神风貌也是学校环境的重要组成部分。



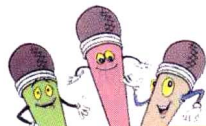
各抒己见

人既会受环境影响,也能改变和塑造环境。结合自身,谈谈对这句话的认识。

我们在学校的时间比在家的时间都要多,可以说学校是我们第二个家,是我们成长的乐园。我们要像爱护自己的家一样爱护自己的学校。比如,保护花草树木,爱护桌椅,使用文明用语……

积极的心理状态,有助于尽快适应新环境。进入新环境,需要调适好心理状态。如果学习成绩不尽如人意,只要

注意调整学习动机,借鉴他人经验,改进学习方法,便会在学业上取得进步。有想不通的事,主动找老师、同学谈谈心,可以得到放松和调适。只要正确地认识自己,摆正自己的心态,主观上努力,方法上得当,我们每个人都能适应初中学习和生活的新环境。



各抒己见

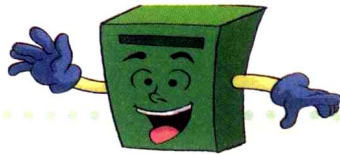
从爱护校园环境,维护校园风气等方面讨论一下我们能为学校做些什么,然后制定出一份属于我们班自己的文明公约。



活动平台

校长信箱

你对我们的学校有哪些好建议呢?请写下来,因为你的关注,学校会变得更美好。比如写一份学校绿化建议书。





第2站

结识新朋友

我们分成小组，一起紧挨着站成一圈，各自双臂交叉于胸前，在胸口围成“心”状，并且右手心与左边同学的左手心相握，而左手与右边同学的右手相对而握，大家共同组成一个“心手相牵”的人环，让手与手相牵，心与心相连。

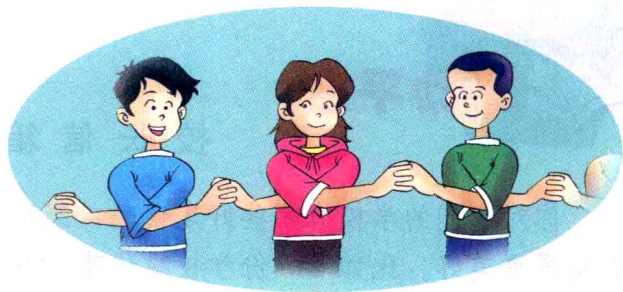
然后，再看看左右的同学，并对对方说：“请问你叫什么名字？我愿意成为你的好朋友。”对方回答说：“我叫×××，我愿意成为你的好朋友。”还可以问一些其他的问题。互换角色，重复上面的交谈话语。

最后，把你左边的朋友介绍给你右边的朋友认识，让他们也彼此熟识！

想一想

活动结束后我的感受是：

我们的老师、我们的同学将在一起相处整整三年，共同分享快乐与忧伤，互相帮助，互相关心，一起进步。这一切都从我们相识开始。



进入初中后,小学的一些老同学上了其他中学或分在了其他班级,不能跟我们朝夕相处了;老师对我们的要求也更高了,不再手把手地教我们了,失落感不免油然而生……此时,与新老师、新同学交往关系如何,会对自己能否顺利适应新环境产生很大影响。到了一个新的班集体里,一定要改变恋旧心理,积极结交新的中学朋友,感受新的友情,建立良好的人际关系,提高环境适应能力。



艾佳:上小学的时候,什么都听老师的,一方面是比较信任他们,另一方面是胆子小,老师说一我不敢说二。上了中学,长大了,胆子也大了,渐渐有了自己的主见,愿意自己管理自己。



郑强：小学的时候，我对一些问题和事情都有自己的看法，可是不好意思说出来，也不知道自己想得对不对。上中学了，大家经常会在一起讨论对某些事情的看法，我也尝试着与同学们进行真诚的交流，我收获很大。

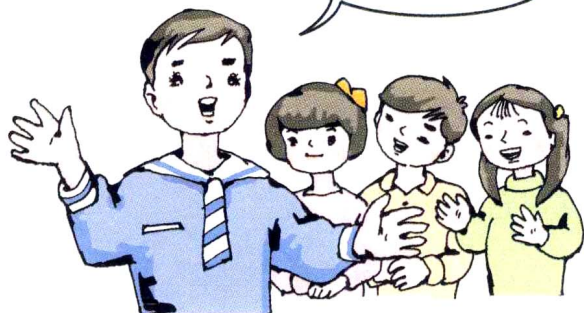
张梦：小学的时候，大家都喜怒形于色，他心里对你怎样想，在你面前就怎样，不会掩饰自己。而初中同学变得比较成熟，

有时表达自己的想法会委婉些，但是同学之间仍然能够相互理解。

与新老师、新同学这段时间的交往，你有什么感受呢？



我能主动帮助别人，不计较回报。



我尊重他人的学习生活习惯。



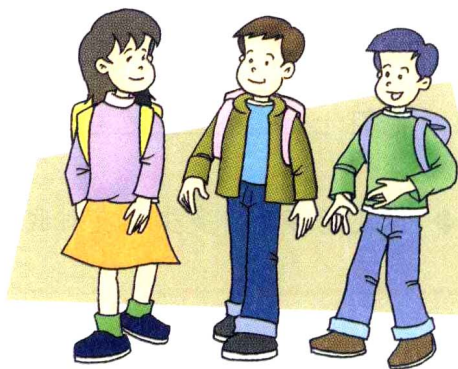
我能主动与同学打招呼，主动和同学交流，很快就和大家熟悉起来了。



我很快结交了几个喜欢运动的朋友。



我对人宽，对己严，不以我为中心，许多同学愿意和我交朋友。



- 在人际交往过程中，你有哪些优点呢？
- 你与同学交往过程中还应注意些什么？

在交友的过程中需要发挥我们的主动性。不能只期待其他同学和老师主动来和自己交往，我们不妨从“你好”开始，打声招呼，送个微笑……只要你有诚意一定能得到热情的回报。

对青少年来说，同伴或朋友关系是很重要的。青少年非常需要朋友，朋友间的相互影响是很大的。