



全日制普通中学

团课教材

全日制普通中学
团课教材编写委员会
编著

中国广播电视出版社

全日制普通中学
团 课 教 材

全日制普通中学 编著

中国广播电视出版社

图书在版编目(CIP)数据

全日制普通中学团课教材/全日制普通中学团课教材编写委员会编著. - 北京:中国广播电视出版社,2003.1

ISBN 7-5043-3982-2

I. 全… II. 全… III. 中国共产主义青年团-团课-中学-教材
IV. D296.19

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 000047 号

全日制普通中学团课教材

作 者: 全日制普通中学团课教材编写委员会

责任编辑: 任逸超

装帧设计: 李芳宇

监 印: 马 兰

出版发行: 中国广播电视出版社

电 话: 86093580 86093583

社 址: 北京复外大街 2 号(邮政编码 100866)

经 销: 全国各地新华书店

印 刷: 哈尔滨工业大学印刷厂

开 本: 850×1168 毫米 1/32

字 数: 140(千)

印 张: 6.875

版 次: 2003 年 3 月第 1 版 2003 年 3 月第 1 次印刷

书 号: ISBN 7-5043-3982-2/G·1604

定 价: 12.00 元

(版权所有 翻印必究·印装有误 负责调换)

前 言

这本《全日制普通中学团课教材》是按照团中央《中学生团校教学大纲》所规范的内容和范围,结合中学团课教育、教学工作以及学习宣传党的十六大精神的实际需要,由全日制普通中学团课教材编写委员会编写完成的。编写过程中,在广泛征求各级共青团干部、青年教育工作者,尤其是中学团课教育、教学人员以及中学生意见的基础上,编者对部分内容又进行了多次修改和补充。

本教材共四章。第一章主要讲中学生生理、心理及品德教育的有关内容;第二章讲团的基本知识;第三章主要是爱国主义、集体主义、社会主义教育内容;第四章讲党的基础知识。同时,本教材还附录了与中学团的工作、中学团课教育、教学以及与广大中学生密切相关的部分资料,如团中央成人仪式教育活动简介,成人仪式基本程序、誓词,《全国青少年网络文明公约》,中学生适用法律、条例(节选),怎样写入党(团)申请书,关于团旗、团徽、团歌和团员证的使用,《中国共产主义青年团章程》及党的十六大通过的《中国共产党章程》等等。此外,各地中学团组织在组织团课教育、教学过程中,可适当加入时事政治教育、WTO 知识教育、爱家乡教育和身边典型事迹教育等适宜内容,以增强教材的适时性和实用性。

本教材在编写过程中,查阅和借鉴了中学共青团工作、中学生思想教育等方面的大量文件和资料。在此,我们向给予本书编写工作以热情帮助的有关单位和个人,表示衷心的感谢。

谢!

由于中学团课教育、教学工作处在形成和发展过程中,还处于探索和完善阶段,加之时间和水平所限,本教材难免存在缺点和不足。在此,我们恳请各级团的干部、青年教育工作者、中学团课教育、教学人员和广大中学生朋友提出宝贵意见,以便今后加以改进和完善。

目 录

第一章 金色的青春年华 ·····	(1)
第一节 走向成熟的中学生·····	(1)
第二节 学做人亦如学走路·····	(10)
第三节 生活的美与美的生活·····	(19)
第四节 洒满阳光的中学时代·····	(30)
第二章 团旗伴我们成长 ·····	(38)
第一节 集合在鲜红的团旗下·····	(38)
第二节 珍惜共青团员的光荣称号·····	(49)
第三节 置身于丰富多彩的活动·····	(57)
第四节 在团的岗位上锻炼成才·····	(65)
第三章 扬起理想的风帆 ·····	(73)
第一节 把握人生的正确航线·····	(73)
第二节 做时代的奉献者·····	(80)
第三节 与祖国共命运·····	(86)
第四节 社会主义好·····	(94)
第四章 高举团旗跟党走 ·····	(102)
第一节 党的八十年奋斗史·····	(102)
第二节 团旗永远跟党走·····	(113)

第三节 党在我心中·····	(121)
第四节 为实现共产主义奋斗终生·····	(131)

附 录

1. 团中央成人仪式教育活动简介·····	(140)
2. 成人仪式基本程序、誓词·····	(145)
3.《全国青少年网络文明公约》·····	(146)
4. 中学生适用法律、条例(节选)·····	(148)
5. 团中央《中学生团校教材大纲》·····	(156)
6. 怎样写入党(团)申请书·····	(160)
7. 写入党(团)申请书的注意事项·····	(161)
8. 怎样填写入团志愿书·····	(162)
9. 怎样填写入党志愿书·····	(164)
10. 关于团旗、团徽、团歌和团员证的使用·····	(166)
11.《中国共产主义青年团章程》·····	(171)
12.《中国共产党章程》(中国共产党第十六次全国 代表大会部分修改,2002年11月14日通过) ·····	(187)

第一章 金色的青春年华

第一节 走向成熟的中学生

~~~~~

**【教学目的】**本节通过对青春期学生生理发育的主要特征及心理发展中情绪、情感、自我意识等问题的介绍,使同学们了解和掌握自己身心发展的一些特点和规律,认识正确的人生之路。

~~~~~

要爱惜青春,世界上没有比青春更好的了,没有比青春更珍贵的了!青春就象黄金,你想做成什么就能成为什么。

——高尔基

青春,是生命的春天;青春,是理想的火炬。青春,是一个人生命的聚光点,充满彩色与梦幻;青春是人生之花的蓓蕾,终会昂首怒放,绚丽夺目……然而,无论怎样形容都觉得言不尽意,都不能描述和昭示这青春年华的丰富内涵。因为这一时期是人生长河中最关键、最美丽而又短暂的宝贵时期。

这一时期的少男少女们,生理上正处于急剧变化的发育阶段。伴随着身体生长发育,第二性征出现,性意识开始萌

发。我们会由此产生对性的好奇、担心和恐惧。随着身体的渐趋成熟和社会接触的日益广泛，还表现出情绪、情感、意识的变化。因此，处于这人生十字路口的青少年，为使自己健康成长，有必要了解自己身心发展的特点，自觉地加强心理锻炼。

一、青春期生理的迅速发育

进入青春期后，身体发生急剧变化，尤其是生殖系统，迅速发育，逐渐达到性成熟。这是我们每一个中学生都必然要经历的。

从青春期起，性成熟开始了。此时性器官和性机能发展非常迅速。女性的性器官在童年期发育非常缓慢。进入青春期后急速发育，接着是月经初潮。女性的第二性征伴随着性器官的发育而出现，如乳房隆起，开始长阴毛和腋毛。男性的性器官，在童年期发育也很缓慢，进入青春期后，开始加速，接着出现遗精，男性的第二性征也伴随着性器官的成熟而出现，如长出阴毛、腋毛、唇须等。这些性特征的出现，是正常的生理变化，不必紧张、恐惧、害羞或烦恼。必要时可以主动询问教师或家长，或者到图书馆借阅有关青春期生理卫生方面的书。这是正大光明的事。

性成熟促进了骨骼的成长和成熟（骨化），手脚骨，特别是腿骨长得最快。胸骨横径增大，男性肩膀加宽，女性盆骨长大，肌肉也随骨骼的变化而强有力地发展着，心、肺也继续增大，大脑机能显著发展。所以，我们常发现自己的身躯长大了，而且在容貌和体型上都象一个成年人了。这时

男性显得壮美，女性脂肪增多，显得丰满。所有这些变化都表明，我们在顺利地成年人成长。只是在向成年人成长的道路上，我们的身体和生理的各个部分的步调并不是齐头并进的，所以有的部分虽然已经同成年人一样了，但其它部分可能还差一些，这种生理方面的发育不平衡状况，有时要引起特有的身体障碍症状，例如：贫血、心动过速、倦怠、脊柱异常、笨拙等。这种情况在初中时期特别多，在中学这一时期早熟和晚熟的个人差别也非常明显，有时竟使外人怀疑是否为同班同学。但是，即使是晚熟的人也都能在毕业时赶上那些早熟的人，没有必要为此担心。

总之，青春期是我们的肌体由不成熟发展到成熟的关键时期，青春期的性成熟和生理的发育对心理的发展具有重要影响，下面介绍青春期心理发展的一些特点。

二、青春期情绪的兴奋波动

观看一场扣人心弦的体育比赛，使人感到激动和兴奋；失去亲人则会带来痛苦和悲伤；面对敌人的挑衅，会产生压抑不住的愤怒；遇到危险时往往出现紧张或恐惧等等。心理学上把人们对客观事物和对自我的态度反映叫做情绪和情感。

在我们进入青春期后，由于性成熟的加剧，使神经系统的兴奋感进一步提高。进入中学后，社会生活也更加丰富多彩，这样就使得我们的情绪情感具有这样一些特点：第一，情感具有极高的情绪兴奋性，常常在生活上遇到一点小事，

就会被感动或者振奋、激动，或者是愠气、动怒，跟人争吵；或者是泄气，变得消沉起来。情绪来得快，平息得也快，这是青春期情感表现的特征之一。正因为这样，这个时期，同学们往往可以表现为为真理和正义献身的热忱，做出惊人的、壮烈的举动；有时候也可能由于盲目的狂热，做出一些蠢事或坏事。第二，情绪上产生紧张性，尤其在女同学身上表现较明显。例如，有的女同学在这个时期容易出现精神不振，容易发怒、不安和自卑等，这些都与月经周期有密切关系。不少心理学家都认为 12 至 14 岁是情感发展最困难、最令人操心的年龄阶段，情感富有冲动性，但又不善于自控。第三，情感开始具有一些比较曲折的、矛盾的特点。比如，有时可能表现对人十分关心和同情，但同时又可能毫无理由地欺侮小同学；对一件事，明明是厌烦，但出于某种原因，可以表现出不在意，或者较好的态度；有时对人积极热情，有时又羞于表现自己对别人的好感。

除以上所述的特点外，与儿童相比，青少年的社会情感也更为深刻而稳定。这主要表现在道德感、理智感、美感的发展上。当然，我们青少年情绪、情感的特点，并不仅仅表现在这些方面。

同学们，我们应该怎样控制自己的情绪呢？

一个生活在现实社会中的人，要想每时每刻都保持心情恬静和愉快是不可能的。从来不忧伤、不生气的人是情感不健全的人。闹情绪、发脾气，谁都经历过，只不过多少而已。作为中学生要好好学习，健康成长，就必须学会调节自己的情绪。不必因一些微不足道的小事而发火，即使别人输理，也应宽宏大量。当你怒从心头起，将要和别人吵嘴、

打架时，不妨冷静下来转移自己的注意力，用理智来减轻自己的怒气，也就不会使用粗俗的语言，也更不会动手动脚了。禁烟英雄林则徐在自己的书房里挂上一个牌匾，上书“制怒”二字，时刻告诫自己要节制自己的情绪，这很值得那些容易感情冲动的同学学习。

许多人都有这样的体验，当自己受到委屈后，总想找人诉说一番，这样心里就会舒服一些。也有人却用打人骂人这种方式来发泄自己的愤恨，这是不妥当的。最好的方法是学会自我排遣，因为你进入专注的状态，整个大脑围绕一个兴奋中心活动时，一切干扰都会不排自除。更重要的是学会善于自我“安慰”，使心理冲动得以缓解，从而平息情绪波动。同时，一个人要对生活有自信心和自豪感，一个不能认识自己，不想为社会多做贡献的人，是难以获得真正快乐的。

三、青春期意识的渐趋成熟

进入中学时代，我们与人交往的社会行为越来越多，我们正是在与人的交往中渐渐了解自己，认识别人，从而形成我们对人、对事的兴趣、态度、评价、理想、道德标准等等社会行为的。而一个人必须经过这样的社会历程后，才能由一个“自然人”变成一个社会人，方能与别人相处，成为社会整体的一个生动分子。个人的社会化过程，与个人的自我意识的完善过程密切相关。

自我意识，是心理学的一个名词，指个体对自己的认识和态度。自我意识是人所特有的心理活动，也是人的智慧高于动物的一个主要特征。但是，人的自我意识并不是与生俱

来的，它是在社会交往过程中，随着语言和思维的发展而发展起来的。中学时期是我们的自我意识逐步成熟的阶段，其发展十分重要，主要表现在以下几方面：

1. 意识到自己的形象

从初中阶段开始，同学们已具有自我肯定的渴望，开始对认识“自我”产生了兴趣。这种对“自我”的认识兴趣首先表现在关心自己的身体形象。这种兴趣到了高中阶段更有所加强。高中生更多地注意自己的外貌，喜欢受到好评。有的男女同学开始对自己的外貌表现不安，例如：有的女同学担心发胖，有的男同学担心长得矮，脸上长疙瘩等，希望改变自己的形象。一些性成熟晚的男同学心情沉重，时而产生自己有生理缺陷的烦躁心情和疑虑。但这种情感体验一般不公开外露，而是处于秘密状态。对自己形象的意识也表现在同学们开始更多地注意自己的仪表和风度。人都爱美，这一点随着年龄的增长表现得更加明显。

2. 要求深入地了解自己和关心自己的成长

初中同学已经开始意识到自己的个性，逐渐产生了解自己的需要。这种需要明显地表现在我们开始注意到自己和别人的精神世界、个性品质。这个特点到了高中阶段更加明显。这时，我们不仅把自己作为一个中学生，而且开始把自己作为一个独立的社会成员。我们很想知道自己是什么样的人，有什么价值，能做什么，将来应该成为怎样的人等。对这样一些问题的想法我们经常在自己的日记、作文以及和亲密朋友的交往、信件中反映出来。与此同时，我们对了解别

人的内心世界的兴趣也有很大增长。例如，在阅读文学作品时，不象少年儿童那样主要是关心故事情节的发展，而开始关心主人公的心理品质、内心情感体验等。我们特别喜欢阅读名人、伟人的日记、传记，还经常从中摘抄一些与自己有关或喜欢的警句、格言来鞭策自己，教育自己。

3. 个性品质的意识与自我评价能力的增长

同学们认识、评价自己品质的能力，是从评价别人过渡到评价自己的。因此评价别人比较清楚，评价自己则比较模糊。最初，我们对自己的评价在很大程度上是重复别人（同学、父母、教师等）的评价，可以说，这时你是用别人的眼光来看待自己的。同时，这种评价在很大程度上还具有片面性和不稳定性。例如，一个具有很多优点的人，可以由于一次小的过失而失去了同学和朋友的信任；相反，一个有很多缺点的人，可以由于一次小的成功而获得了同学和朋友的信任。对待自己，可能由于一次小过失而灰心丧气；也可能由于一次偶然的小成功而忘乎所以。有时过分夸大自己的能力，觉得了不起；有时又过分低估自己，显得非常消沉。进入高中阶段，随着自我认识需要的增长，知识经验的积累，世界观的形成，我们自我评价的能力才变得主动、全面、深刻起来。

4. 自尊心的发展

自尊心是在青春初期形成的极其重要的个性特点。所谓自尊心，通俗地说，就是自己看得起自己，珍重自己的名誉和人格，不为达到自己的某种目的而去做有损自己人格尊严

的事。自尊心是一种可贵的品质。它能激发人们发愤图强、不断进取；它能使人自重、自爱，去与那些侮辱自己人格的现象做斗争；它能使人遵纪守法，不为某一私欲而去做有害他人和社会的事。如果没有自尊心，那他就不懂得自重自爱，也就没有羞耻心。由于小学和初中同学的自我评价能力不高，评价系统还不完善、牢固，因而自尊心在初中同学身上不太稳固。到高中阶段，我们对自己的个性品质有了新的认识，自我评价能力有了很大发展，作为较稳固的心理特点的自尊心就比较牢固地形成了。

中学生特别应注意：自尊心的降低或太强对心理的发展都是不利的，自尊心低意味着经常不满意自己，轻视自己，不相信自己。人的自尊心水平越低，越是有可能由于孤独而感到苦恼。自尊心低的同学，个人的社会要求的水平降低，常常回避参加任何具有竞赛性的活动。这些同学不相信自己的力量，丧失向上的勇气和决心。同时，自尊心太强也是不好的。自尊心太强会产生孤傲、清高、嫉妒的心理。这些人不能正确估计自己的长处和不足，往往以自己的长处去和别人的短处相比，总是看不起别人，很可能由于害怕别人超过自己转化为嫉妒别人的进步和成功。自尊心太强还不利于搞好同学关系，不利于同学间的团结，作为中学生，应该注意克服这种不正常的心理现象。首先，要正确对待自己的优缺点。虚心学习别人的长处，承认差距的目的就是要借鉴别人的经验，努力赶上去。其次，要心胸宽广，豁然大度。不要因为某一件事有损于自己的事而耿耿于怀。要欢迎别的同学超过自己，而不能嫉妒别的同学比自己强，以自己某一方面的长处炫耀自己，贬低别人。“人无完人；金无足赤。”一个人

不可能处处比别人强，也不可能处处比别人差。再次，要学会谅解。在学校、班级这个大家庭中，同学之间的爱好、性格、生活习惯都不相同，彼此之间闹点矛盾或误会也是不可避免的。即使再要好的同学，也很难做到时时言投意合，事事称心如意。犯点错误、闹点误会也在所难免。如果错在对方，自己也应持“有理也饶人”的谅解态度。这样就不会激化矛盾，结成宿怨。在我国历史上，有不少由谅解到团结的佳话，如历史上有名的“将相和”就是一例。蔺相如和廉颇，都是赵国的大臣，只不过是蔺相如位居廉颇之上而已。老将廉颇自恃有攻城掠地之功，看不起靠“三寸不烂之舌”而立功的蔺相如。因此，他三番五次地给蔺相如难堪，但蔺相如以国家利益为重，不计较个人荣辱，一忍再忍，一让再让，始终顾全大局，持宽厚谅解态度。蔺相如的这种以国家利益为重，虚怀若谷的精神，终于感动了廉颇，使之负荆请罪。结果，两人变成了莫逆之交。同学们可以从这个历史故事中，受到一点启示，得到一些教益。

中学时代，正处于人生的黄金时代。18世纪伟大的诗人和作家歌德认为：“一个人最有意义的时期是他的发展时期”，“要成就大事业，就得趁年轻时代。”青春的活力，可以发热发光，也可以似醉如梦。同学们：当我们走向成熟，更应珍惜青春韶华。

思考题

1. 中学生青春期身体发育的特点是什么？
2. 你能掌握自己情绪情感的特点吗？
3. 请同学之间在情绪、情感和意识方面相互评价，然后与自我评价作比较。

第二节 学做人亦如学走路

~~~~~

**【教学目的】** 通过对本节的学习，了解道德品质教育的意义、基本内容、途径和方法，从而使同学们从点滴做起，一步一个脚印，象学习走路那样学习做人。

~~~~~

道德是准绳，道德是锁链，道德是原则。在人生的道路上，道德永远是一把利剑，斩断一切邪恶，砍断所有的杂念。

——佚名

在人的成长过程中，道德的要求永远也少不了，没有道德的要求，缺少道德的束缚，人就不可能成为一个完人，就象一棵小树不经过园丁的修剪难以成才一样。中学生尤其如此。必须培养自己良好的道德品质，学做人亦如学走路，必须脚踏实地、从头开始。

一、道德品质教育的意义

什么是道德品质？道德品质就是人们所说的品德和德