

义务教育江西省地方课程通用教材

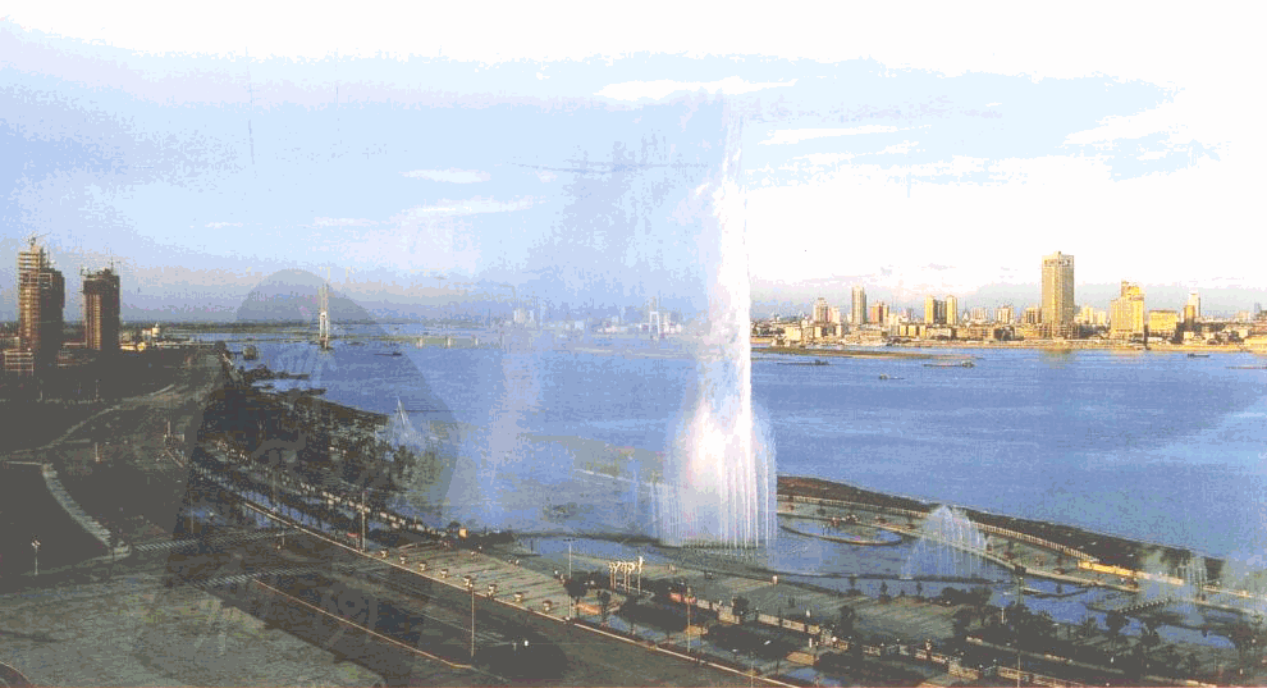
人杰地灵诵江西

Renjiediling Song Jiangxi

义务教育课程标准

七 年级

江西省教育科学研究所 编
江西省教育厅教学教材研究室



江西高校出版社 江西教育出版社

编写说明

教育部《基础教育课程改革纲要(试行)》明确提出要建立国家、地方和学校三级课程管理体系。我省十分重视地方课程建设,中共江西省委书记苏荣就在青年学生中加强省情教育作出了明确指示。省财政也拨出专款,免费向全省义务教育阶段学生提供地方课程通用教材。本套教材即是在这一形势下编写并出版的。

本套教材着重介绍了江西经济、社会、文化、环境等方面的情况,让同学们了解江西、认识江西、热爱江西,树立起建设家乡、建设国家的理想。同时,按照教育部的有关要求,本套教材在不同的年级还设置了心理、安全、民族、环保等方面的专题教育内容。

在教学过程中,教师要积极指导学生开展自主、合作、探究等多种学习方式,充分利用当地的教育资源,构筑开放性的教学模式,重视现代信息技术在学习中的应用,帮助学生掌握体验、感悟、建构的学习策略,注重思维过程及其体验,使学生在主动参与中得到充分发展。

本教材每课题按1课时编写,学校可分散安排,也可集中安排,一般以每周1课时为宜。

本套教材是在中共江西省委教育工委、省教育厅领导的重视、关心、指导下,由江西省教育科学研究所和江西省教育厅教学教材研究室组织编写。教育部课程研究所及人民教育出版社的吕达、韦志榕两位专家对本套教材的编写提出了许多建设性的意见,在此一并致谢。

参加本套教材编写和统稿的成员有(以姓氏笔画为序):万玮玮、王东林、王绍英、王艳津、王中虎、王堂录、王晓鸿、韦青、方建新、乐瑰琦、曲青亚、李奕、李一线、刘荔、刘晟、刘林、朱晶晶、朱丽华、肖莉、杨晓苍、杨文立、杨涛、张莉、张晴、何伟、何菁、吴华、吴宪章、陈胜东、陈勤、罗琳、罗英、周艳芳、周明学、易艳丹、金敬东、胡国强、胡胜东、洪俊、徐承芸、徐强、钱立秋、龚武红、龚武芳、谢军、黄志荣、黄志繁、黄宝玲、舒春秀、舒宏广、舒俊、曾爱华、童明辉、蒋梅鑫、潘毅鹏。

本套教材中的部分图片由新华社和江西画报社提供。

编写全省性的地方教材是一项全新的工作,难免有不足之处,恳请广大师生及社会各界提出宝贵意见,以利于日后修改,不断完善。

联系单位:江西省教育科学研究所办公室;地址:南昌市洪都北大道96号;邮编:330046;电话:0791-8515294;传真:0791-8520621;电子邮件:gyx2390@163.com。

《人杰地灵诵江西》编写组

2008年11月

PDG

目录



第1课	迈进中学校门	1
第2课	敞开心扉增健康	5
第3课	战胜挫折	9
第4课	走出“美”的误区	13
第5课	正确处理运动受伤	17
第6课	文明上网	21
第7课	远离毒品	25
第8课	关注食品安全	29
第9课	大气污染危害大	33
第10课	防止室内空气污染	37
第11课	预防气象灾害	41
第12课	水力发电	45
第13课	江西湿地	49
第14课	遂川鸟道	53
第15课	江西珍稀动植物	57

第 16 课	长江中的瑰宝——江豚	61
第 17 课	江西水产品	65
第 18 课	江西有机食品	69
第 19 课	江西名茶、名酒	73
第 20 课	景德镇陶瓷文化	77
第 21 课	浮梁古县衙	81
第 22 课	赣南客家人	85
第 23 课	美丽乡村婺源	89
第 24 课	建设新农村	93
第 25 课	发展支柱产业	97
第 26 课	中部崛起与江西发展	101

第1课

迈进中学校门



暑假的一天,郭亮和同学们一起回到母校,领取《中学录取通知书》。张老师宣布:“郭亮同学,录取在市二中……”郭亮好高兴、好快活啊!

他拿着《中学录取通知书》,飞也似的往家里跑,要把这个喜讯在最短的时间内告诉爸爸、妈妈。

回想小学六年,郭亮的学习走了一些弯路。读二年级时,他自以为语文、数学学得好,有些骄傲,老犯粗心大意的毛病;读四年级时,他又感到读书很累,学习很辛苦,有些厌学了;读五年级,他开始迷上电脑游戏,差点染上了“网瘾”。

在郭亮学习出现困惑、遇到困难的时候,老师和家长都没有责备他、嫌弃他,而是不断地开导他、鼓励他。老师和家长耐心的教育和正确的引导,帮助他明白了学习的目的,激发了学习的兴趣,掌握了学习的方法,调动了学习的积极性。

拿到《中学录取通知书》,对于郭亮来说,既有成功的喜悦和欢快,又有即将进入中学学习生活的紧张和激动。他应该怎样去迎接全新的中学学习生活呢?

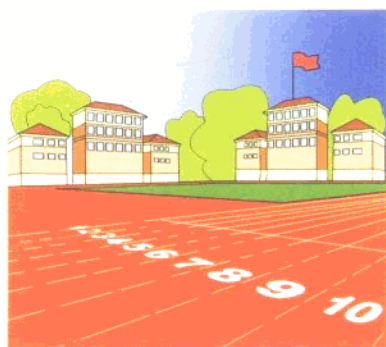


由小学升入初中,是个人生活道路的转折,也是个人读书生涯新的开始。

首先,要面对新的学习环境。迈入中学校门,学习与小学相比,是大为不同了。中学校园面积更大,师生更多,还有小学没有的实验楼、田径场等。



中学实验楼

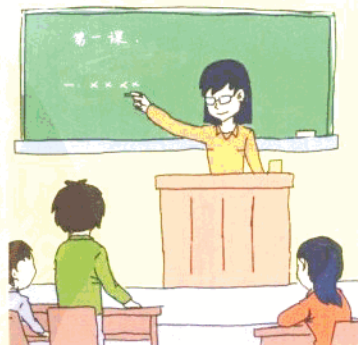


中学田径场

其次,要面对新的老师和同学。同学之间应互相关心、互相学习、互相帮助,共同进步。要尊敬老师,多与老师交流,尽快适应老师教学的语言风格、讲课习惯和教学方法。



与同学讨论



课堂上

再次,要着重提高自主学习的能力,掌握科学的学习方法,学会自己解决学习中的问题。

进了初中,老师、父母也会对你提出新要求,寄予新期望,希望你健康成长,成为对社会有用的人。

活动场

1. 进入初中,学习和生活会有哪些变化?
2. 进入初中,应该怎样做才能适应新的学习和生活呢?
3. 在老师、家长的帮助和指导下,订立一个适合自己的学习计划

知识链接

如何提高学习效率

1. 保持充足的睡眠

中学生每天睡眠应保持在8~9个小时。中学生正处在生长发育的关键时期,充足的睡眠不仅有利于生长发育,而且充足的睡眠、饱满的精神是提高学习效率的基本要求。

2. 注意学习的方法

学习是有方法的。一般来说,课前预习,上课认真听讲、做好笔记,课后保证质量地完成作业,及时复习所学



内容,是提高学习效率的好方法。在学习过程中,还要养成把各科课本、作业和资料有规律摆放的习惯。

3. 养成主动学习的习惯

只有积极主动地学习,才能感受到学习的乐趣,才能对学习产生兴趣。有了兴趣,学习效率就会在不知不觉中得到提高。

4. 科学处理好“学”与“玩”的关系

学要认真真地学,玩要快快乐乐地玩。学习时,一定要全身心地投入,心无旁念,手脑并用。学习到一定程度,就要休息、补充能量。一天到晚伏案苦读,效果不一定好。

5. 要保持健康的身体

健康的身体是提高学习效率的基本保障。要保持健康的身体,首先要养成良好的饮食习惯,不偏食、厌食,注意营养的合理搭配;其次,要坚持锻炼身体,学习再紧张,也不可忽视放松锻炼。



第2课

敞开心扉增健康



朱明童年时与几位小伙伴去河边游玩,在河边不小心踩到了青苔,落入河中,差点溺水身亡。从此,他出现了见水就晕的病态心理,每天只能用脸盆放少量水擦身,从不洗澡。后来,在一位老师的帮助下,经过一段时间的调适,他终于消除了这种见水就晕的病态心理。

这个故事说明了什么道理?对你有什么启发?



健康的心理对中学生成长具有重要的意义。一个平衡、稳定的心态是自己保持健康、成熟心理的必备条件。每一个中学生都要学会正确认识自己,将自己塑造成一个情绪稳定、意志坚强、人际关系和谐、社会适应性良好、开朗乐观的人。

1. 培养积极、稳定的情绪

情绪积极、乐观开朗和心情愉快的人,心理稳定性一般较好。相反,情绪消极、易激动、喜怒无常、多愁善感、压抑、愤怒和悲观失望的人,常易发生心理失衡,导致心理障碍和身心疾病。

2. 多参加集体活动,主动与人交往

中学生应与家人、同学、朋友正常友好交往,消除孤独感,从而获得安全感和安慰感。如果一个人经常与集体隔离,不与人交往,就容易养成孤僻的性格,久而久之必然会影响心理健康。



心情愉悦



友好交往

3. 养成事前周密思考,事后不去懊悔的习惯

处理事情要有轻重缓急之分,事前细心思考,才不至于产生事后常常后悔的心理冲突和思想负担。

4. 养成自我称赞与鼓励的习惯

在一个群体中,不必过于追求、在意他人的称赞和鼓励。在得不到他人的称赞与鼓励时,善于自我肯定、自我鼓励,才能使心理保持平衡。

活动场

对照世界卫生组织规定的十条健康标志，看看你达到了哪几条要求。

● 有充沛的精力，能够从容不迫地应付日常生活和学习的压力，而不感到过分紧张；

● 处事乐观，态度积极，乐于承担责任；

● 应变能力强，能适应外界环境的各种变化；

● 能抵抗一般性感冒和传染病；

● 体重适当，身材匀称，站立时，头、肩、背位置协调；

● 善于休息，睡眠良好；

● 眼睛明亮，反应敏锐，眼睑不发炎；

● 头发有光泽，无头屑；

● 牙齿清洁，无空洞，无痛感，齿龈颜色正常，无出血现象；

● 皮肤富有弹性，肌肉丰满，走路轻松。



解除心理问题的常用方法

解除心理问题的方法主要有他助与自助两种。

他助主要是寻求心理辅导老师、心理医生、心理治疗专家来帮助自己矫治心理问题或心理疾病。

自助就是自己解决自己心理上的困惑,主要做法有:

● 多做体育运动

运动可以减轻焦虑和抑郁症,提高人身体的机能、知觉和控制力,增加血液循环,调节心率,改善机体的含氧量,让人的精力在短时间内获得提升。

● 适度的拍打

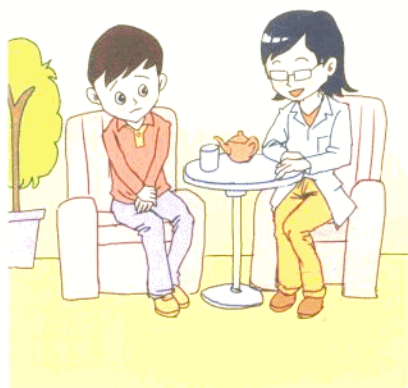
一般从头、脸部开始,两边对称地轻拍,使被拍打部位略有舒服的痛感,然后再轻拍肩、上臂、前臂、胸、腹、腿直到脚。通过拍打自己身体,唤起对躯体的感觉。

● 自我催眠

催眠前要使自己的身体放松,处在轻松状态,然后运用自我暗示的手段使自己渐渐进入睡眠状态。

● 深呼吸法

即腹式呼吸,让腹部肌肉放松,再深深地吸气到胸腔里,让肚皮慢慢鼓起,然后呼气,呼气要尽量拉长。吸气和呼气时应尽量缓慢,吸完气时可适度停留3~5秒钟再呼气。



心理咨询



深呼吸

第3课

战胜挫折



周杰是初中一年级的学生。他在小学时成绩一直不错，每年都被评为“三好学生”。上初中后的第一次期中考试，他的数学没考好，这对他是个极大的打击。因为读小学时，数学一直是他的强项。为此，他十分沮丧，整天闷闷不乐，总觉得周围的同学在嘲笑他，老师也不像从前那样对他了。他感到压力很大，振作不起精神，甚至不愿和大家接触。



同学们，如果你是周杰同学，面对考试受挫，你会怎么办呢？



挫折是指人们在有目的的活动中，遇到无法克服或自以为无法克服的障碍或干扰而产生的失败、失利、压制、削弱或停顿。中学生常遇到的挫折有：

学习方面：学习成绩没有达到自己的目标；

没有考上理想的学校；

没有机会显示自己的才能和兴趣等。

人际关系：感觉老师不是很喜欢自己；

与同学相处得不是很好；

得不到父母的尊重和理解。

兴趣愿望：兴趣得不到父母和老师的支持；

因生理条件限制，兴趣愿望得不到实现等。

自尊方面：得不到老师、同学的重视；

各方面表现都很好，却没有评上“三好”学生；

没被选为班干部；

体育竞赛、学习竞赛中没有获得奖励等。

活动场

1. 你在学习和生活中遇到过挫折吗？你是怎样战胜挫折的？
2. 读一篇名人战胜挫折的故事，谈谈他们是如何勇敢面对挫折的。

知识链接

战胜挫折的方法

丘吉尔曾经说过：“被克服的困难就是胜利的契机。”人们战胜挫折的方法有很多，常用方法主要有：

1. 树立正确的人生目标

一个人一旦树立了远大的目标，就不会轻易屈服于各种挫折，而是以顽强毅力战胜挫折，不断前进。

2. 正确地认识挫折，采取恰当的解决方法

当我们在遭遇挫折时，要冷静分析造成挫折的原因，然后对症下药，就能找到有效的应对挫折的方法。



被克服的困难就是胜利的契机

——丘吉尔

3. 激发探索创新的热情

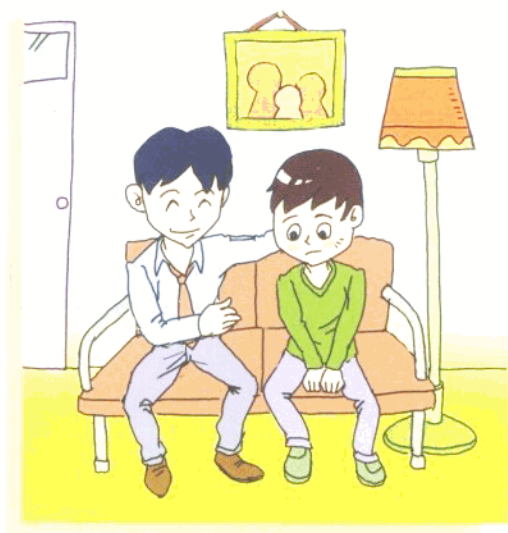
全身心地探索、去创造,是战胜挫折、克服消极心理的有效方法。

4. 学会自我疏导

当我们在遭遇挫折时,往往会过多地自责。这些消极情绪对我们战胜挫折是十分不利的。如果善于自我调解、自我疏导,就能将消极情绪转化为积极情绪,增添战胜挫折的勇气和信心。

5. 向他人求助

必要时求助于父母、老师或进行心理咨询。当人们遭遇挫折时,会不知所措。这时不妨求助于父母、老师或者心理咨询机构,他们会帮助你走出困境、战胜挫折。



第4课

走出“美”的误区

启迪窗

苏梅进入初中后身体有点发胖。一次,她参加校园集体舞后,一位女同学在背后悄悄说:“那么胖还跳舞,就像一只企鹅,真可笑!”苏梅听了很生气,为了使身体瘦下来,从此不吃甜食、肉和晚餐。半年后,苏梅出现了进食后严重的呕吐现象和食欲不振,最后因为营养不良住进了医院。身高一米六零的她,体重不到35千克。苏梅告诉医生说:“我一点儿都不饿,不想吃东西,吃了东西反而不舒服。”



校园集体舞

同学们,此时的苏梅遇到了什么问题?她应该怎么办呢?

知识园

在现代社会中,有一种以瘦为美的认识误区,许多少女害怕肥胖。有的女孩为了追求形体的完美想尽办法限制自己的饮食,以致损害了自己的身体,走进了“美”的误区。据统计,全世界患神经性厌食症的人数在不断地增