

依据教育部《中小学生毒品预防专题教育大纲》编写

中小学

禁毒教育教材

向坤茂 主编

珍爱生命 远离毒品



六年级(下)



CTS 湖南教育出版社

依据教育部《中小学生毒品预防专题教育大纲》编写

中小
学

禁毒教育教材

主编：向坤茂

编委：向坤茂 吴道新 陈 洁
邓昭民 晨 涵 乔 木

珍爱生命 远离毒品



六年级(下)

CTS 湖南教育出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

中小学禁毒教育教材. 六年级. 下 / 向坤茂主编.
—长沙: 湖南教育出版社, 2016.2

ISBN 978-7-5539-0219-7

I. ①中… II. ①向… III. ①禁毒—小学—教材
IV. ①G621

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 029897 号

中小学禁毒教育教材 六年级(下)

向坤茂 主编

责任编辑: 黄 斌

出版发行: 湖南教育出版社 (长沙市韶山北路 443 号)

网 址: <http://www.hnepb.com>

电子邮箱: hnjycbs@sina.com

微信服务号: 多点学习

客 服: 电话 0731-85486979

经 销: 新华书店

印 刷: 湖南天闻新华印务有限公司

开 本: 16 开

印 张: 3

字 数: 60 000

版 次: 2016 年 2 月第 1 版第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5539-0221-0

定 价: 12.00 元

本书若有印刷、装订错误, 可向承印厂调换

前言

PREFACE

毒品的危害，不仅关乎个人的健康和生命，而且关乎家庭的幸福和存亡，以及社会的安全和发展。在现实当中，在我国35岁以下的青少年吸毒者已占到了吸毒总人数的85.1%，青少年吸毒已经成为一个触目惊心的严重的问题。

各国的禁毒经验证明，通过各种严刑峻法、雷霆手段的打击都收效甚微，唯有人们从思想意识上自觉地对毒品进行抵制，才是最有效的禁绝毒品的方式。

中小學生正处于人生观、价值观的形成阶段，他们好奇心强，很容易就因盲目跟风模仿所谓的时尚而轻易越过了行为的底线，成为包装成各种时髦形象的毒品的受害者。因此在中小学校中进行禁毒教育是学校思想工作的一项重要内容。

为此，我们根据教育部颁布的《中小学生毒品预防专题教育大纲》的要求，从课程化、常态化、有效性三个方面对中小学禁毒教育进行认真研究，紧紧抓住青少年的认知特点，研发出了供全日制中小学校使用的系列教材——《中小学禁毒教育教材》。出版这套教材的目的旨在帮助中小學生养成良好的生活方式，培养终身禁毒意识，从而有效

降低我国新生吸毒人员的滋生。

本书分为“珍爱生命”和“远离毒品”两个部分。众多的事例表明，正是由于对生命价值的漠视，才会导致很多青少年后来走上吸毒这条不归路。“珍爱生命”是“远离毒品”的前提。“禁毒教育”实际上就是一种“生命教育”。只有了解生命的意义，明白生命只有一次，我们都应该好好热爱生命，敬畏生命，才能远离各种诱惑，以积极向上的人生态度面对各种生命中的各种挫折和困难。

本书作为系列教材中的一本，以小学生为教育对象。小学生通过学习本书，能认识一些常见的毒品，知道一些毒贩引诱青少年吸毒的常见手法，学会拒绝毒品的基本技巧。充分发挥学生的主观能动性，编写中尽量减少说教，以图片、事例和学生参与讨论等形式达到教学目的。

由于时间有限，错漏之处在所难免，请大家批评指正。

编 者

2016年1月

CONTENTS 目 录

JINDU JIAOYU

第一编 珍爱生命	1
第一节 导言	1
第二节 感受生命	3
第三节 体验生命	8
第四节 生命故事	13
第五节 名人名言	18
第二编 远离毒品	19
第一节 导言	19
第二节 慧眼识毒	21
第三节 真人真事	30
第四节 禁毒故事	34
第五节 法律讲堂	39

第一节 导言

生命是什么？一个很深奥很富有哲理的问题。生命中的每一个日子都有美丽，每一处风景都值得我们好好欣赏。

欣赏生命，需要一份平和的心态，需要一份快乐的心情。欣赏生命，需要一种坦荡，需要一种从容，一种不为外物的打扰。欣赏生命，是对生命的一种珍惜，一种尊重。真正领悟到生命真谛的人，会怀着一颗单纯而睿智的心，抚慰心灵，欣赏生命。



生命本身就是奇迹，大自然的奇迹，宇宙的奇迹。每一个人从诞生到成长，这个生命过程本身就值得我们去欣赏。每一个人都是一处风景。



春天，看绿芽冒出的惊喜，听春风的音符；夏天，去沙滩看看，来海边坐坐。平静的海水，那么辽阔，那么宽广；秋天，硕果枝头，丰收景象；冬天，深沉的土地，白雪的王国。欣赏生命，欣赏大自然，树林、草地、山川、湖水，每



一株小草都是一个生命，每一朵小花都是一道风景。

生命是宇宙中最值得赞赏的组成元素之一，生命本身代表了希望，生命中的成功或失败、快乐与苦恼、忙乱与纯真，所有的感情，所有的感动，都是一个不同的故事，都是一本不同的书。生命的美丽与物质无关，与名利无关。所有的人都热爱生命，生命就是诗歌，生命就是乐曲。

有人说，生命是一个过程，我们要珍惜过程。也有人说，生命就是一个结果，奔着目标一往直前。有人看重过程，有人想着结果。无论如何，生命值得我们带着安静，带着好奇，用眼看，用耳朵听，用心去感悟。

生命过程中，有人得到了这个，有人得到了那个，谁都不可能全部拥有，谁也不可能什么都没有。“宠辱不惊，闲看庭前花开花落；去留无意，漫随天外云卷云舒。”

人类是最具智慧的生命

> 虽然没有鸟的羽翼，人也可以
飞上蓝天；

> 虽然没有鱼的腮鳍，人也可以
遨游海洋；

> 虽然生活在今天，人可以了解
亿万年前过去；

> 虽然生活在现在，人可以放眼美好的未来；

> 虽然没有萤火虫的荧光，人也能将黑夜变成白昼；

> 虽然没有猎豹矫健的步履，人也能日行千里；

> 虽然没有大熊强壮的臂力，但人也能移山填海；

> 虽然没有狼的耳朵，但人也能听到千里之外的声音；





写真

世界上没有两片完全相同的树叶

17世纪末，在普鲁士王宫里，大哲学家莱布尼茨在向王室成员和众多贵族宣传他的宇宙观时提出：“天地间没有两个彼此完全相同的东西”。听者哗然，不少人摇头不信。于是，好事者就请宫女到王宫花园中去找两片完全相同的叶子，想以此推翻这位哲学家的论断。结果，令他们大失所望，谁也没有找到这样的叶子。因为放眼看来，树上的叶子好像完全一样，可是仔细比较，却是大小不等、厚薄不一、色调不一、形态各异。造成差异的原因，是他们本身所包含的本质的东西不同。

其实何止是树叶，世界上的一切事物都不是绝对相同的。每个生命都是不同的个体。

第二节 感受生命

感受生命的美好

生命中最美好的年龄是几岁呢？

电视节目主持人拿这个话题问了很多的人。一个小女孩说：“两个月，因为你会被抱着走，你会得到很多的爱与照顾。”

另一个小孩回答说：“3岁，因为不用去上学。你可以做几乎所有想做的事，也可以不停地玩耍。”

一个少年说：“18岁，因为你成年了，可以去任何想去的地方。”





一个男人回答说：“25岁，因为你有较多的活力。”这个男人43岁。他说自己现在越来越没有体力走上坡路了。他15岁时，通常午夜才上床睡觉，但现在晚上9点一到便昏昏欲睡了。

一个3岁小女孩说生命中最好的年龄是29岁。因为你可以躺在屋子里的任何地方，什么也不干。有人问她：“你妈妈多少岁？”她回答说：“29岁。”

一个女士回答说45岁，因为你已经尽完了抚养子女的义务，可以等着享受儿孙之乐了。

一个男人说65岁，因为可以开始享受退休生活。

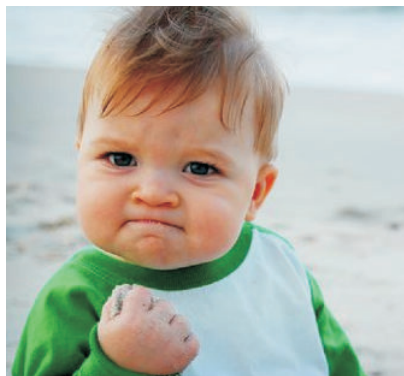


最后一个接受访问的是一位老太太，她说：“每个年龄都是生命中最好的时间。重要的是你的心态。”

那么青少年该怎样保持良好的心态去享受生命中最美好的时光呢？

第一，要学会自信。

自信是成功的前提，也是快乐的秘诀。我们要多看自己的优点，多发现自己的潜能。俗话说：尺有所短，寸有所长。每个人各有所长，各有所短。人不能光盯着自己的缺点、短处和现在，而要学会欣赏自己，多看自己的长处和未来。一定要学会赏识自己，悦纳自己，勉励自己。如果做不到，可以想办法，比如，积累自





己的成功经验，坚持写日记，写摘抄；把自己的优点罗列在纸上，同时写一两句能激励自己的名言警句或是座右铭，贴在墙上等随处可见的地方，天天看到它们，激励自己。

第二，要学会调节。

生活是千变万化的，悲欢离合，生老病死，天灾人祸，喜怒哀乐，都在所难免。一次考试的失利，一场伙伴的误会，一句过激的话语，都会影响我们的心情，生活中的不顺心总是很多，这就需要我们每个人学会调节自己的心态。怎样调节呢？最简单有效的做法——用积极的暗示替代消极的暗示。当你想说“我完了”的时候，要马上替换成“不，我还有希望”；当你想说“我不能原谅他”的时候，要很快替换成“原谅他吧，我也有错呀”等等。平时要养成积极暗示的习惯。要对自己说“我能行”，“太好了”。如果把这两句话变成口头禅，那真是太好了！冬天到了，春天还会远吗？“不经一番寒彻骨，哪得梅花扑鼻香？”

第三，要学会宽容，培养自己宽广的胸怀。

一个人心胸狭窄，只关注自己，就容易生气，闷闷不乐，斤斤计较。而当你胸怀宽广时，你就会容纳别人，欣赏别人，宽容别人，自己的心境也就能保持乐观，所谓“退一步海阔天空”，“仁者无敌”。我想伟人们之所以伟大，首先在于他们有宽广的胸怀。蔺相如宽容了廉颇，才有了“刎颈之交”，赵国之强；诸葛亮宽容了周瑜，才有了赤壁之战，三国鼎立；共产党发动了全国统一战线，才有





了新中国的成立；老师只有宽容了学生，才能想出更好的教育方法，才会享受到“桃李满天下”的芳香。要相信自己，也相信别人，严以律己，宽以待人，胸怀祖国，放眼世界。这样，我们一定能保持良好的心态。

第四，保持直面挫折的勇气。

英国诗人雪莱曾说，如果你十分珍爱自己的羽毛，不使它受一点损伤，那么，你将失去两只翅膀，永远不再能够凌空飞翔。几乎每个成功者都是经历了无数挫折和打击的。挫折和打击是通向成功的必经之路。如果你正在遭遇挫折，那么你也正走在通向成功的路上。

法国记者博迪四肢瘫痪后只能用眨左眼来表示对与错，而他就是用这个方法与笔录员沟通，在眨了20多万次左眼后，他们完成了《潜水员与蝴蝶》这本书。他的故事让我们看到就算剩下一只眼睛，也依然阻挡不了成功者的步伐。说



到底，决定人心态的是人的理想、人生观、世界观。一个人具有远大的目标，正确的人生观，胸怀宽广，执着进取，坚信自己，挑战自我，不屈命运，那么，他一定能保持良好的心态，拥有美好的人生。

接受生命的洗礼

匆匆奔波于滚滚红尘中，我们倦怠的生命需要接受一次又一次洗礼。只有经过历练，我们才能愈发坚强、勇敢。

1、不达目的不罢休

语言大师侯宝林只上过三年小学，由于勤奋好学，他的艺术水平



达到炉火纯青的程度，成为著名的语言专家。有一次，他为了买到自己想买的一部明代笑话书《谑浪》，跑遍北京所有的旧书摊也未如愿。后来，他得知北京图书馆有这本书。时值冬日，他顶着狂风，冒着大雪，一连18天都跑到图书馆去抄书。一部10万字的书，终于被他抄录到手。侯宝林正是凭着“不达目的不罢休”的坚强毅力，才成为一代相声艺术宗师。

2、无腿飞行将军

苏联卫国战争期间，阿列克谢·梅列西耶夫的飞机被击落，他在双腿受伤、冻坏的情况下爬行了18个昼夜，最后回到自己的阵地。双腿截肢后，他经过锻炼，重又驾驶歼击机作战。他很重视人的体育积极性，这种积极性对健康和精神状态都是不可缺少的。他从童年时代起就喜欢运动，喜欢划船，踢过足球，当过守门员。他停飞后每天早晨拼命锻炼，每天早晨洗冷水澡，以此预防感冒。对于一个双腿截肢后又重回驾驶室的人来说，那绝对是一个奇迹。



3、牛玉琴的“绿色奇迹”

1993年的一天，联合国粮食组织将“拉奥博士奖”郑重授予中国的一位农村妇女牛玉琴，这一年只有三个人获此殊荣。1995年，中国评出十大杰出女性，牛玉琴名列前茅。陕北农民牛玉琴的丈夫张加旺于1983年承包了一片沙荒地，决心将其变为绿洲。不久他因癌症去世，牛玉琴便带着三个儿子继续苦干。他们付出难以想象的艰难，终于让1.7万亩沙荒地披上了绿装。成功后，她又遵照丈夫遗愿，拿出第一笔



收入7000元，盖起一座小学。她从丈夫与自己名字中各取一字，分别命名为“加玉林场”与“旺琴小学”。她的行为感动了一位港商，这位港商悄悄留下5.5万元赞助这所小学改建校舍，却没有留下名字。人们称颂牛玉琴创造的

的是“绿色奇迹”。牛玉琴的事迹向人们证明了人类改变生存现状的决心和成果。奇迹的产生，没有艰苦卓绝的付出是不可能的。

第三节 体验生命

生命是平等的，都应该尊重

(1) 在德国，喜欢吃鱼的家庭中，长年备着一种药丸，这种药丸是专门为鱼制造的，其功用就是在鱼服用之后，能很快进入昏迷状态。德国人在杀鱼做菜之前，就会把这种药丸给鱼喂下，待鱼昏迷以后，再对它进行宰杀，德国人之所以这样做，目的是为了使鱼在死亡的时候感觉不到痛苦。

(2) 商务印书馆最新出版的《新书字典》与前一版相比，在动物方面，删除了如下内容，比如：“狸：毛皮可制衣物”；“鹤鹑：肉可以吃”；“鲷：肉细腻鲜美”；“牛：肉可吃，角、皮、骨可做器物”……有关人士指出，这样的改





动，是基于对生命的尊重。

(3) 在荷兰北部城市吕伐登的一个展览厅，人们正在摆放400多万张多米诺骨牌，打算冲击吉尼斯世界纪录。一只麻雀突然闯进了大厅，并碰倒了一张多米诺骨牌，导致数以千计的多米诺骨牌顺势倒下。



看着已经完成的工作被这只麻雀破坏，气愤的人们开枪打死了这只麻雀。这下惹了麻烦了，因为麻雀在荷兰属于保护性动物，主办方的这种行为引起了动物保护者的强烈不满，他们纷纷抗议，要为麻雀讨还公道。在强大的压力下，主办方做出了一个选择，为这只麻雀举行哀悼仪式，并向全国进行电视直播，以此来求得人们对他们的谅解。

主办这次多米诺骨牌世界纪录挑战活动的恩德莫尔公司发言人说：“我们知道，我们对全国很多人的不满情绪负有责任。我们认识到自己的行为对生命造成的伤害，因此以今天这种形式表达我们的哀悼和忏悔。”

法国学者史怀泽说：“当一个人把植物和动物的生命看得与他的生命同样重要的时候，他才是一个真正有道德的人。”哲学家海德格尔认为：“人不是自然和大地的主宰者，只是它们的维护者，人应该和动物、植物平等相处。”上述几





件事,体现了一种崇高的精神品质,就是对生命的尊重和敬畏。

只有当我们用平等的眼光去看待所有生命,对它们给予尊重和爱护,世界才会在我们面前呈现出它的无限生机。对所有生命常怀敬畏之心,我们才会感受到生命的高贵与美丽。

生命是珍贵的,都应该珍惜

每一朵花,只能开一次,只能享受一个季节的热烈或者生命的温柔。生命对我们每个人也仅有一次,是最珍贵的无价之宝。享受美丽的生命,享受人生的波澜起伏,享受现实存在的痛苦与人类坚忍不拔追求理想所带来的快乐,享受各种情感和事物的美,这就是生命的珍贵。



青少年在成长过程中难免会遭遇迷茫、诱惑、迷失。要珍惜自己的生命,明白生命的价值,关键时刻应该谨记十诫,如下:

1. 戒娇。(1) 积极参加劳动,养成爱劳动的好习惯。(2) 敢于正视挫折,提高耐性能力。

2. 戒奢。(1) 树立勤劳致富思想,养成节俭习惯。(2) 参与家庭理财活动和社会经济活动。



3. 戒惰。(1) 树立社会责任感和创业精神。(2) 培养良好的兴趣、爱好,勤奋实干。

4. 戒骄。(1) 虚心好学,不耻下问。(2) 谦虚谨慎,积极进取。



5. 戒贪。(1) 培养正确消费观、抵制畸形消费。(2) 通过正当途径, 获取合法权益。

6. 戒散。(1) 树立纪律、法制观念, 确保规范。(2) 制定学习, 生活规划, 养成规律。

7. 戒假。(1) 诚实守信, 实事求是。(2) 珍惜荣誉, 摒弃虚荣。

8. 戒妒。(1) 树立信心, 赶超他人。(2) 主动交流, 抒发感情。

9. 戒黄。(1) 学习青春期知识, 提高免疫力。(2) 接受性道德教育, 增强抗腐力。



10. 戒毒。(1) 了解毒品性质和危害, 提高禁毒意识。(2) 克服不健康心理, 培养健全人格。

人的生命是短暂的。当谈起人的一辈子时, 很多人愿意用“漫长”这个字眼来渲染, 但一位长者却说:

“人的一辈子如果好的话, 也就三万天左右。”“三万天左右”, 这就是生命之轮行驶的轨迹。透过这个数量词来界定生命的时候, 那种匆忙、那种急切、那种一个数字一个数字流逝的倒计思维、那种日子被一页页撕去、季节不断更替轮回的感觉给人一种无法言语的逼近和紧迫。是啊, 短暂的生命更需要珍爱啊!

珍爱生命既是一种态度也是一种行为。珍爱生命, 需要我们从以下一些方面去努力。

(1) 为爱而生。爱, 能创造奇迹, 爱是一切的原动力。对自己充满爱, 对父母充满爱, 对亲朋好友充满爱, 你的生命将更加美好。

(2) 简单生活。简单生活, 减少不必要的欲望, 自然就会减少失望。