

教育部人文社会科学项目“中小学全效学习方案研究与实验”研究成果

全效学习

QUANXIAO XUEXI ZHONGKAO XUE LIAN CE

中考学练测



思想品德 (J K 版)

《全效学习》编写组 编

CMS 湖南教育出版社
PUBLISHING & MEDIA

教育部人文社会科学项目“中小学全效学习方案研究与实验”研究成果

课时 作业本

KESHI ZUOYEBEN

与《全效学习·中考学练测》配套使用

JK版

思想品德

班级：_____

姓名：_____

图书在版编目 (CIP) 数据

全效学习·中考学练测·思想品德: JK 版/

《全效学习》编写组编. —长沙: 湖南教育出版社, 2016. 11

ISBN 978-7-5539-4573-6

I. ①全… II. ①全… III. ①思想品德课—初中—升学参考资料 IV. ①G634

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 293136 号

全效学习·中考学练测·思想品德 (JK 版)

《全效学习》编写组 编

责任编辑: 向丽鸿

封面设计: 田 园

出版发行: 湖南教育出版社

地 址: 长沙市韶山北路 443 号

网 址: <http://www.hneph.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: 湖南省新华书店

印 刷: 湖南凌宇纸品有限公司

开 本: 880 mm × 1230 mm 1/16

印 张: 12.5

字 数: 440 千

版 次: 2016 年 12 月第 1 版第 1 次印刷

书 号: ISBN 978-7-5539-4573-6

定 价: 40.00 元

本书如有印刷、装订错误, 可向承印厂调换

版权所有 侵权必究

目
录

◎教材复习

七年级上册

第 1 课时	扬帆起航 学会学习	1
第 2 课时	成长中的我 人与人之间	3
第 3 课时	在分数的背后	6

七年级下册

第 4 课时	共同的责任 情感世界	8
第 5 课时	无序与有序 我们的权益	11
第 6 课时	走进社区	13

八年级上册

第 7 课时	跨越代沟	15
第 8 课时	友谊的天空	18
第 9 课时	走自己的路	20
第 10 课时	一念之差与一步之遥	22
第 11 课时	顺境与逆境	25

八年级下册

第 12 课时	自然的声音	27
第 13 课时	公共利益	29
第 14 课时	在同一片土地上	32
第 15 课时	劳动创造世界	35
第 16 课时	走进市场	38
第 17 课时	法制：市场经济的护卫者	40
第 18 课时	品质：市场的通行证	42

第 19 课时	历史启示录	44
第 20 课时	走向小康	47
第 21 课时	财富之源	49
第 22 课时	财富中的法与德	51
第 23 课时	关注弱势群体 日月无私照	53
第 24 课时	共享阳光	55
第 25 课时	聚焦两会	57
第 26 课时	神圣的一票 我们的“议案”	59
第 27 课时	法律的尊严	61
第 28 课时	小平,您好	63
第 29 课时	“三个代表”	65
第 30 课时	可持续发展	67
第 31 课时	战争与和平 东西南北	69
第 32 课时	天涯若比邻	71
第 33 课时	世界舞台上的中国	73
第 34 课时	新的旅程	75

◎专题复习

专题一	心理健康教育	77
专题二	道德教育	91
专题三	法律教育	103
专题四	国情教育	115
专题五	生命与健康教育	132

◎热点训练

热点一	不忘初心 继续前进	140
热点二	坚持自主创新 建设科技强国	144
热点三	反击南海仲裁 维护国家安全	148
热点四	保护未成年人合法权益,促进未成年人健康成长	151
热点五	推进绿色发展 建设生态文明	156
热点六	承担责任奉献社会 践行社会主义核心价值观	161

◎模拟训练

2017 年初中毕业学业考试模拟测试卷(一)	167
2017 年初中毕业学业考试模拟测试卷(二)	171
2017 年初中毕业学业考试模拟测试卷(三)	175

参考答案	179
------	-----



教材复习

七年级上册

第1课时 扬帆起航 学会学习



知识管理

1. 了解中学生活

认识校训:校训是学校为了树立_____而制定的,要求全体师生_____的_____,和_____.它集中反映了一所学校的办学宗旨和历史传统,体现了学校的_____和_____.

积极主动交往:敞开心扉,主动伸出友谊的“橄榄枝”,主动热情地向他人_____.

融入班集体:班集体是我们成长的园地,只有我们增强_____,才能更好地_____,让个性在集体中张扬.

2. 适应初中的学习环境

学习方面:①在学习上更加_____,_____和_____.
②需要_____自己的_____,逐步培养_____的能力.
③科学_____,_____.

生活方面:①自觉_____,逐步学会_____,_____.
②积极主动走近新同学、熟悉新老师.

3. 树立正确的学习目标和人生理想

意义:_____,对我们的_____有重要意义;要根据自己的主客观条件,制定_____的_____.

要求:首先要根据自身特点制定_____的_____,善于_____他人的_____,认真听取他人的意见.其次,_____的实现必须落实在_____中.

4. 掌握良好的学习方法

策略:①_____.
②_____.
③_____.
④_____.
⑤_____.

提示:学习方法不是_____的,而是在学习_____中_____的,学习方法不是一成不变的,要根据_____、_____

以及自身情况的变化加以_____,适当借鉴别人的学习方法.

5. 文明娱乐,健康休闲

作用:既能促使我们_____,提高_____,又能丰富我们的业余生活,发展我们的兴趣、爱好和特长,培养我们高雅的情趣,促进我们的全面发展.

要求:要_____,_____.休闲娱乐的内容丰富多彩,但有积极和消极之分,要把握好娱乐、休闲的“度”,同时,学会安排健康有益的课外活动和业余生活.

原则:玩得健康,玩得节制,玩得节俭,玩得有个性.

6. 善于竞争与合作

方法:①同学相处,既有_____,也有_____.
②要_____竞争.
③要_____合作.

作用和意义:①能扩大我们的_____,提高学习效率.
②能激发我们的思维,提高_____.
③能增进同学之间的_____,促进自身素质的_____.



归类探究

类型之一 结识新同学和新老师

例1 李莉是一名初中新生,面对身边的新同学和新老师,李莉心里虽然有与人交往的愿望,但脸上总是一副高傲的表情,不肯主动与人打招呼.因为她认为先与别人打招呼吧,自己拉不下脸,不如等着别人先跟自己打招呼吧.

(1)李莉的这种想法能使她结识新同学、新老师吗?为什么?



(2)进入新学校,我们该如何跨越陌生,与同学们建立新的友谊呢?

【点悟】进入中学这个全新的环境,我们应该尝试着结识新同学,熟悉新老师,建立新友谊,找到属于自己的一片天地。要主动融入新集体,与同学和老师搞好关系,这样我们才能在全新的环境中快乐地学习和成长。

类型之二 适应新学习

【例2】从小学升入初中,无论是课程设置、学习内容、学习方法,还是人际关系、身心发育都会面临许多新的课题。初一新生由于对新学段缺乏认识或认识不足,未能根据初中学习生活的新特点进行调整,结果上初中后手足无措,产生种种不适应,严重影响了学习质量。对此,我们应该 ()

- ①调整自己的学习方法 ②培养自主学习的能力
③找家长帮助解决一切问题 ④只找小学的好朋友倾诉
- A. ①② B. ②③
C. ①③ D. ②④

【点悟】进入初中,学习任务加重,老师的授课方式也不同于小学老师,面对新的学习环境,我们应调整自己的学习方法,培养自主学习的能力。

类型之三 树立理想,制定具体计划

【例3】上海市的一项研究发现,有53.5%的优等生没有制定学习计划,而学习差的学生中只有29.5%的人制定了学习计划。另外还发现,在七年级的学生中,有48.3%的人很少有制定学习习惯。

你认为制定学习计划有必要吗?在制定学习计划时,应该注意哪些问题?

【点悟】本题以上海市的一项研究为切入点,考查我们对“新的起点”这一考点的掌握情况。要使远大的理想逐步变成现实,就需要根据自己的主、客观条件,制定实现理想和目标的具体计划。

类型之四 珍惜时间,合理安排学习时间

【例4】晚上,小林百无聊赖地坐在桌前,对着那一摞摞的课本、辅导书呆望了一会儿后,从中拣出一本数学题册,乱翻了几页,挑出一道题做了起来。结果,半个小时他也没能做出答案,最后他没好气地把数学题册丢回书堆中去;再拣起一本语文题册做了起来,没做多久忽然想起第二天要进行英语小测验,于是他扔下语文题册开始复习英语……经过这一番折腾,小林只觉得头昏脑涨,什么也没记住,还觉得时间不够用。

(1)小林存在什么问题?

(2)你能告诉他应该怎样解决上述问题吗?

【点悟】无论是一学期、一个月,还是一星期、一天,都需要合理地安排。合理安排学习时间不仅能节约时间,更有助于提高学习效率。时间安排得越科学,可供我们支配的时间就越多,我们就有更多的时间去学习,去做自己想做的事。即使是一节自习课,我们也要拿出几分钟的时间作计划,确定这段时间要完成的任务,分出轻重缓急,排好先后顺序,以免眉毛胡子一把抓。

类型之五 学会劳逸结合

【例5】进入期中考试紧张复习中的小静总觉得时间不够用,课堂上注意力集中不起来,反应迟钝;回家复习功课时,两三个小时也复习不了多少内容,效率极低。周末到了,小静也不出门,仍然在抓紧时间复习功课。

(1)小静为什么会感到时间不够用?她应该怎样做?

(2)请你告诉小静,劳逸结合对我们的学习有什么作用?

【点悟】学习过程很紧张,要注意劳逸结合,适当安排娱乐和休息,使身体和大脑得到休息和调剂,以提高学习效率。

类型之六 学会竞争,善于合作

【例6】小兰和小敏是好朋友,小兰的学习成绩不如小敏。新学期开始,小兰决心努力超过小敏,但当小敏向小兰借她新买的学习资料时,小兰想了想还是借给了小敏。这是因为小兰懂得 ()

- A. 合作中有竞争,竞争也需要合作
B. 竞争的结果是优胜劣汰
C. 合作离不开竞争,有竞争才有合作
D. 合作比竞争更重要

【点悟】小兰和小敏在学习中是一种竞争关系,但是小兰懂得竞争也需要合作,所以在小敏向她借学习资料时借给了她。这说明小兰很好地处理了竞争与合作的关系,做到了竞争中不忘合作。



第2课时 成长中的我 人与人之间



知识管理

1. 青春期发展变化

问题和烦恼:_____变化,青春萌动,闭锁与_____的矛盾,_____的矛盾。

正确认识:①无论是因青春期生理变化引发的问题,还是因青春期心理矛盾而造成的_____,都是我们成长过程中的_____。采取科学的_____,寻找恰当的_____和途径,完全可以_____青春期出现的种种烦恼和问题。

②我们应该为自己的身心变化和成长而感到高兴,因为青春期出现的种种烦恼和问题,正是我们成长的象征。大多数烦恼和问题是_____都会遇到的。因此,我们要_____地面对它们。

解决方法:①了解_____的生理和心理知识,_____地认识自己的身心特点,学会正确对待自己的生理和心理变化。

②培养健康的_____,转移注意力。

③参加集体活动,减少某些不必要的_____。

④找好朋友、家长、老师或者心理辅导老师倾诉,向他们讨教处理问题的_____。

2. 正确认识和评价自我

方法:①_____,即通过与同学等同龄人和先进人物相比较认识自我。

②_____,即以他人对自己的态度为镜子认识自我。

③_____是采用专业的心理量表和测量工具对人的智力、人格、能力或心理健康状况进行评价的方法。

原则:①学会正确认识自己,不仅可以使我们愉快地面对_____期的种种变化,解决由此带来的各种问题,也有助于我们各方面的发展。

②在认识自我时,不管采用什么评价_____,都应该以_____和_____的眼光看待自己。

用发展的眼光看待自己:①既要看到_____的自己,也要看到_____和明天的自己。

②只要自己在某些方面有了_____,就应该实事求是地加以_____。

③如果自己在某些方面_____,也不必灰心,给自己一个改进的机会,只要_____就会有进步。

④对自我的_____也需要经过一个从不太准确到比较准确的_____深入的过程。

3. 人与人之间的正常交往

作用:①有利于扩大我们的_____,增长见识,积累经验,_____,锻炼能力。

②有利于我们情感、_____和_____的健康发展。

③有助于我们道德、_____等素质的提高。

总之,我们个人的发展需要交往,离不开交往,我们应该_____交往,乐于交往,_____交往。

原则:_____,尊重他人,_____,理解他人,_____。

交往方法、技巧:①学会_____。

②学会倾听。

③积极参与_____的活动,学会让别人接受和接受别人,学会_____和批评、劝告和安慰、协商和协调,学会化解_____和矛盾,学会跨越各种交往障碍等,都将有利于我们开展成功的_____。



归类探究

类型之一 直面青春期的烦恼

【例1】小明进入中学后,总觉得有些不自在,口唇周围出现的淡淡的胡须让他感到不好意思,心中的有些想法不愿意向父母倾诉,有时还会莫名其妙地烦躁不安。对此,小明应该 ()

①了解必要的生理和心理知识,科学地认识自己的身心特点 ②找好朋友倾诉 ③把自己封闭起来,不与任何人来往 ④培养健康的兴趣爱好,转移注意力

A. ①②④

B. ①②③

C. ②③④

D. ①③④

【点悟】面对青春期的烦恼和问题,我们只要采取科学的态度,寻找恰当的方法和途径,就可以解决成长中的种种烦恼和问题。

类型之二 正确认识自我

【例2】右边漫画《小花狗照哈哈镜》告诉我们 ()

A. 自信与自卑是两种不同的心理品质

B. 一个人应是内在美和外在美的统一

C. 要客观地认识自我,积极接纳自我

D. 要通过不断改正缺点来完善自我





【点悟】一对小花狗本来大小、胖瘦、神态都极其相似,但其中一只狗在照哈哈镜时变得高大,于是骄傲自大起来;而另一只狗在照哈哈镜时变得矮小,于是垂头丧气自卑起来。漫画通过对这一对小花狗形象生动的描绘,告诉人们不要因外界环境的某种不正确反映所造成的假象(如照哈哈镜),而变得盲目自大或盲目自卑。要客观地认识自我,积极接纳自我。

类型之三 交往是人类的需要

例3 “一个好朋友,当看到对方的错误时,会真诚地指出;当朋友遇到好事时,会真心地感到高兴;当朋友遭受痛苦时,会守在朋友的身边,鼓励他、支持他。”没有人能够脱离他人而独立生活,没有他人的支持,我们自己也无法自立于社会。人与人之间的相互依赖说明了

()

- A. 交往是人类心灵和精神的内在需要
- B. 学习很重要
- C. 只有通过朋友的帮助才能立足于社会
- D. 发展是人类必须面对的问题

【点悟】人类需要交往,没有人能够脱离他人而独立生活。与人交往,是人类心灵和精神的内在需要。

类型之四 尊重他人

例4 漫画《伸脚打的》告诉我们

()



伸脚打的

- A. 迎合他人才能赢得他人的尊重
- B. 语言文明是与人交往的必备素质
- C. 一个没有自尊的人就得不到他人的尊重
- D. 不尊重他人的人也得不到他人的尊重

【点悟】本题考查尊重他人的相关知识。本题是一道漫画题,认真研读漫画中人物的行动和语言是解答本题的关键。从漫画中两个主人公的语言可以看出:因为“打的者”不尊重出租车司机,所以他没有得到出租车司机的尊重,这说明不尊重他人的人也就得不到他人的尊重。

类型之五 宽容待人

例5 《尚书》说:“必有容,德乃大;必有忍,事乃济。”这句话给我们的启示是

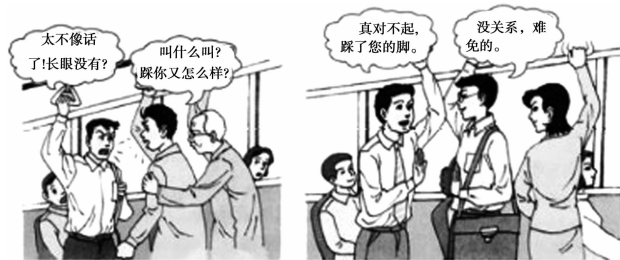
()

- A. 宽容就能成就事业
- B. 包容他人的一切错误
- C. 尊重是理解的前提
- D. 要培养宽容精神

【点悟】本题主要考查宽容的相关知识。“必有容,德乃大;必有忍,事乃济”的意思是:有忍让宽容的胸怀,德行才能广大;有忍耐精神,所做之事才能成功。这启示我们要培养宽容的精神。

类型之六 讲究文明礼貌

例6 下图漫画的寓意给我们的启示是 ()



不一样的结局

- A. 公交车上使用礼貌用语是个人的事情
- B. 文明礼貌有助于建立和谐的人际关系
- C. 人际交往中要做到诚实守信,拒绝谎言
- D. 要通过他人的评价来了解自己,改进不足

【点悟】本题主要考查礼貌的相关知识。观察漫画可以看出,使用礼貌用语和恶语相向对人际关系有不同的影响。这启示我们,讲究文明礼貌有利于建立和谐的人际关系。

例7 仔细阅读下列“五里”与“无礼”的故事,回答问题。

王某要去四里地外的县一中参加入学考试,因不识路,便问路边卖瓜的大爷:“喂! 县一中怎么走?”卖瓜大爷头也不抬地说了句“无礼”。王某误以为是“五里”,走过头后才发现不对。

(1)王某在与大爷的交往中,缺乏什么品质?

王某气呼呼地回头找卖瓜大爷“论理”:“明明四里,你说五里,老不死的!”说着他就踢烂了大爷的瓜果。卖瓜大爷愤怒地说:“你说四里? 还是五里(无礼)?”边说边拉王某去路边的派出所评理。经民警裁决,最后王某不得不向卖瓜大爷赔钱、道歉。



(2)运用所学法律知识,说一说王某必须向大爷赔钱、道歉的原因。

(3)王某应从此事中吸取哪些教训?如果要再现上述情境,请具体描述王某该如何“问路”。

【点悟】 本题考查文明交往的有关知识。在与人交往的过程中要讲究文明礼貌,尊重他人。讲究文明礼貌有利于人与人之间建立亲切、和睦的关系,对个人的成长与发展有着重大影响。从题干材料可以看出,由于王某没有做到礼貌待人、尊重他人,所以在问路的过程中遇到了障碍。这就启示我们,在人际交往中一定要做到文明礼貌,尊重他人,这样才能促进人际关系的和谐。

类型之七 学会倾听

例 8 张航同学十分健谈,但他并不受欢迎。他与别人谈话时总是说个没完,他还经常打断别人的讲话,有时甚至干脆不听。他说话还爱带脏字,也不给别人留面子,经常让人下不来台。

请你帮张航分析一下他不受欢迎的原因,并告诉他应该如何改进。

【点悟】 我们要以恰当的方式表达我们的看法和感受,讲究表达的技巧,还要学会做个忠实的听众。



第3课时 在分数的背后



知识管理

1. 考试的心情

正确对待考试紧张:

①积极作用:_____的紧张是有益的。人处于适度的紧张状态时,大脑的血液循环_____,兴奋程度提高,生理功能增强,思维积极,有利于提高_____,保证考试中正常水平的发挥。

②消极作用:_____的紧张是有害的。过度紧张会使大脑神经活动_____平衡、受到抑制,感知力、注意力、记忆力、思维能力和创造力全面_____,甚至停滞。调节、_____和_____过度紧张的心理,对于从容应考、发挥真实水平,具有重要的意义。

调节方法:①_____。

②积极暗示法。

③_____。

应考策略:①在_____前做好充分准备。例如:_____学习与休息时间;适当加强_____和锻炼;与家长_____,减轻来自家庭的_____;等等。

②在考试内容的准备方面,平时要认真学习,善于学习,_____。

③学会运用一些必要的_____。

2. 平静看分数

意义:学会平静地、正确地看待分数,不仅有利于我们的_____和考试,有利于我们的_____,对我们的全面发展也有_____。

恰当的期望:恰当的期望就是,客观分析自己的学习成效,_____自己的考试成绩,确定比较恰当的自我期望值。

过低和过高期望值的危害:如果一个人的自我期望值过低,可能会导致_____。如果自我期望值过高,就容易_____,会因一两次的考试“失败”而失去自信。

做法:我们要重视考试、关注分数,但不要片面理解分数、过于看重分数。要以_____、平静的态度看待分数,客观地分析分数所反映的问题,及时地总结和吸取经验教训,以改进学习,实现全面发展。

3. 分数的品质

诚实考试:诚实考试才能赢得别人的信任与尊重。

作弊的危害:①对于个人而言,作弊不过是掩盖了自己存在的问题,是自欺欺人;作弊被人发现后

会失去_____,造成名誉上的损失;即使侥幸作弊成功,也会导致良心上的自我谴责,背上沉重的_____。

②对于社会而言,作弊破坏了一个班级、学校、团体的_____,破坏了维系社会公共秩序的诚实与_____的原则。

作弊与公平:①考试作弊不仅违背了诚实的准则,也破坏了公平的原则。

②作弊与友谊等问题纠缠在一起时,需要我们作出理性的分析和选择。

③在学校生活的其他方面,也存在着分数、成绩与诚实、公平的关系问题,需要我们认真分析和正确处理。

4. 分数之外的收获

表现:①一个学期下来,我们在身体、心理和其他各个方面,都有了不同程度的成长和发展。

②在考试与分数之外,我们有广阔的生活空间,有丰富多彩的_____。

③在德智体美各个方面,在学校生活、家庭生活和社会生活中,我们都有不少的收获。

④老师的教诲、父母的关爱、同学的帮助、朋友的鼓励,还有自己的_____,这一切,成就了我们各个方面的发展。

做法:①我们每个人都是独特的,每个人都有自己的成绩,都有自己的不足。我们要坦然地面对差别,发扬长处,弥补不足。

②勤奋学习。

③认准目标,一直往前走。



归类探究

类型之一 过度紧张是有害的

例1 很快就要中考了,一向成绩很好的晓燕总是诚惶诚恐,寝食不安,害怕自己考不好。她听取了学校心理咨询老师的建议,暂时放下课本,参加了一些体育活动,很快就收到了很好的效果。晓燕总是诚惶诚恐、寝食不安的心理状态是 ()

- A. 争强好胜心理的表现
- B. 逆反心理的表现
- C. 考试紧张心理的表现
- D. 闭锁心理的表现

【点拨】 晓燕诚惶诚恐、寝食不安是由于对考试过度紧张而造成的。过度的紧张不利于考试中正常水平的发挥,是有害的。



类型之二 调节过度紧张心理的方法

例2 当你在考场上感到紧张、焦虑时,正确的方法是 ()

- A. 听听音乐,放松心情
- B. 找人倾诉,注意转移
- C. 自我暗示,相信自己
- D. 摔打物品,合理宣泄

【点悟】 本题考查调节紧张心理、克服考试焦虑的方法。调节考试紧张的方法有:认知调节法、积极暗示法、深呼吸调整法等。听音乐、找人倾诉等可以缓解紧张情绪,但是这些方法不适合在考场上应用。摔打物品的做法是不可取的。在考场上感到紧张、焦虑时,进行积极的自我暗示可以缓解考试紧张的状态。

类型之三 平静地看待分数

例3 我国著名的数学家华罗庚,初中时数学曾不及格,他靠自学成才。这表明 ()

- A. 分数全面反映了一个人各方面的素质和能力
- B. 分数充分体现了一个人在德智体美等方面的进步和成绩
- C. 分数能全面反映一个人的心理素质
- D. 分数反映的只是某一个时期或阶段的学习情况

【点悟】 “华罗庚初中数学曾不及格,后靠自学成才”,这表明分数反映的只是某一个时期或阶段的学习情况,不能全面反映一个人各方面的素质和能力,也无法充分体现我们在德智体美等方面的进步和成绩。

类型之四 考试作弊的“利”与弊

例4 小乐与小童是同桌,在一次历史考试中,两个人有道题都不会做,于是小童偷偷看了课本。抄完后小童塞给小乐看,小乐拒绝了。考试成绩出来了,小童的分数比小乐高,他十分得意。下列对此事的理解,正确的是 ()

- A. 作弊虽然会得到一时的“好处”,但从长远来看,会造成许多不良后果
- B. 作弊可以得到好成绩,让同学刮目相看
- C. 老实人就是会吃亏
- D. 偶尔作弊一次不要紧

【点悟】 诚实考试不仅是我们中学生应该具备的基本品质,也是保证我们顺利成长的重要条件。小错越多,对自己的要求也就会越来越低,最终可能会酿成大错,甚至是违法犯罪。

例5 小华是一个追求上进的学生,在一次期末考试时为了考出好成绩他偷看了邻桌同学的答案。对小华的行为,下列认识正确的是 ()

- A. 事不关己,高高挂起
- B. 只要不涉及自己的利益,就置之不理
- C. 进行积极的劝说和制止
- D. 考试时,他能作弊,我也能抄袭答案

【点悟】 考试作弊既自欺欺人,不利于自身的长远发展,也会使自身名誉受到影响,可能导致良心上的自我谴责,背上沉重的精神负担,影响身心健康。考试作弊还会破坏班风班貌及公平正义的原则。

类型之五 分数之外的收获

例6 作为中学生,试卷和成绩报告单上的分数是我们的收获,但不是我们的唯一收获。除此之外,我们的收获还有 ()

- ①与同学建立了更深的友谊
- ②在德智体美各个方面,我们都有了不小的进步
- ③学会尊重父母,珍惜父母的劳动成果
- ④学会了宽容待人

- A. ①②③
- B. ①②③④
- C. ①②④
- D. ①③④

【点悟】 在考试与分数之外,我们有广阔的生活空间,有丰富多彩的实践活动。在德智体美各个方面,在学校生活、家庭生活和社会生活中,我们都有不少的收获。

类型之六 一分耕耘,一分收获

例7 韩愈在《进学解》中写道:“业精于勤荒于嬉。”假如司马迁没有熟读史书,勤于钻研,会有《史记》的流传千古吗?假如李时珍没有跋山涉水,遍尝百草,会有被人奉为医学经典的《本草纲目》吗?……上述事例给我们的启示是 ()

- ①收获多少取决于我们付出了多少辛劳和努力
- ②每个人都要为自己的理想付出艰苦的努力
- ③要想成功需要有悲惨的经历
- ④勤奋是事业成功的基础

- A. ①③
- B. ②④
- C. ①②④
- D. ①③④

【点悟】 家庭环境、学校条件、老师的教导、自身的天赋和机遇,都在影响着我们的成长和发展。但是,成绩的高低、收获的多少,最终取决于我们所付出了多少辛劳和努力。无论是伟人还是平常人,凡是取得成绩的,无一不是经过勤奋的工作的。勤奋是事业成功的基础。每个人都有自己的理想,但不付出艰苦的劳动,美好的理想只能是虚无缥缈的空中楼阁。



七年级下册

第4课时 共同的责任 情感世界



知识管理

1. 大家之“家”(集体)

(1) 归属感

定义:人都希望归属于某个_____,成为其中的一员,并得到团体的_____、尊重、_____和照顾。这种对团体的依赖和需求的感受就叫_____。

(2) 成长的园地

- ①学校和班级是_____、发展能力的场所。
- ②是陶冶情操、培育品格的_____。
- ③是培养兴趣和发展特长的_____。

2. 集体利益与个人利益

关系:集体中同时存在着集体利益和个人利益。一般情况下,个人利益与集体利益在根本上是_____的。当个人利益与集体利益发生_____时,坚持以_____为重,并愿意放弃或者牺牲一些个人利益,这就是集体主义。从长远看,提倡集体主义是对个人主义的最大_____。

反对个人主义和小团体主义:①个人主义的表现:将个人利益_____集体利益之上,过分_____个人的利益,不顾他人和集体的利益,是个人主义的表现。

②小团体主义的实质:小团体主义就是扩大了_____的_____,其特点是当小团体利益和集体利益发生矛盾时,首先考虑_____的利益。小团体主义往往会_____集体。

3. 敢于竞争,善于合作

二者关系:合作与竞争看似矛盾,实质上是_____的。两者共存才能促使集体形成_____并不断发展壮大,才能推动社会不断向前发展。

怎样做:①敢于竞争意味着对自己有_____;真正的竞争是在承认别人的长处、为他人喝彩的同时,努力发挥自身的潜力,争取超越他人,最终实现_____。②善于合作,意味着能够看到同伴的长处,与同伴互帮互助、_____;意味着为了集体的利益和目标,集体成员能够主动与他人合作,不计较个人的_____。

为了实现共同的目标而_____。在现代生活中,人们常把这种作风称作_____。它是一个集体成功的重要保障。

4. 情绪的复杂与多样

基本类型:喜、怒、_____、惧等。还有很多混合情绪,如亦悲亦喜、百感交集等。

青少年的情绪特点:①比较_____,但不稳定。②比较强烈,但相对脆弱。③变化_____,但不_____。④容易_____,缺乏_____控制。

分类:①正常情绪和_____。正常情绪是有适当原因或反应适度的情绪。不正常情绪是没有适当原因或反应程度_____的情绪。

②积极情绪(良好情绪)或消极情绪(不良情绪)。

调节方法:_____,理智控制,_____,心理放松,_____,理性升华。

5. 情感与道德

关键:情感的发展需要依靠自身自觉的_____和培养。_____时期是情感发展的关键时期。

关系:情感是道德的_____。没有情感,就没有道德可言。培育丰富的、_____、高尚的情感是道德品质发展的_____之一。

培养途径:_____,体验道德,_____。

爱国情感:是对祖祖辈辈赖以生存的祖国的深厚情感,是一种崇高的_____,是我们对国家和民族的认同感、自豪感、_____、义务感。



归类探究

类型之一 个人与集体的关系

例1 奥斯特洛夫斯基说:“要与集体一起生活,要记住是集体教育了你,哪一天你若和集体脱离,那便是末路的开始。”这句话告诉我们 ()

- A. 个人的生存只能靠集体
- B. 个人是组成集体的细胞
- C. 个人的成长离不开集体
- D. 集体的发展离不开个人

【点悟】本题考查个人与集体的关系。奥斯特洛夫斯基的话强调了集体对个人的重要性,即个人不能离开集体而存在。



类型之二 正确对待合作与竞争

例2 目前在很多单位的招聘广告中,都特别强调应聘者要具有团队合作精神。招聘单位之所以看重“团队合作精神”,是因为 ()

- A. 在现代社会中竞争更加激烈
- B. 高素质人才都具有团队精神
- C. 合作有助于提高集体凝聚力和竞争力
- D. 合作是个人事业取得成功的保证

【点悟】 善于合作,意味着能够看到同伴的长处,与同伴互帮互助、取长补短;意味着为了集体的利益和目标,集体成员能够主动与他人合作,不计较个人的一时得失,为了实现共同的目标而尽心尽力。在现代生活中,人们常把这种作风称作团队精神。它是一个集体成功的重要保障。

类型之三 积极承担责任

例3 周彤是一名七年级的学生,面对着学习的压力,她每天都学习到很晚。一天,同学李青生病了,在家休养,班主任委托周彤去帮李青补习功课。作为班长,班里有很多事情需要周彤协助老师处理。中午放学后,周彤又去参加校团委组织的义务劳动。下午,学校召开表彰大会,周彤因学习成绩优异、工作认真负责、积极参加公益活动被评为“学习标兵”和“优秀班干部”。

(1)材料中的周彤承担了哪些责任?

(2)周彤为什么要自觉承担这些责任?

(3)从周彤的故事中,你得到了什么启示?

【点悟】 为集体作贡献,体现在为班级和学校事务的奉献中。一方面,要学习螺丝钉精神,做好集体分配给自己的事;另一方面,根据自己的特点,找准自己在集体中的位置,主动为集体做力所能及的事。

类型之四 情绪对人的影响

例4 心理学家对一所大学的120名女生和180名男生进行调查后发现:那些生活快乐、自信乐观的大学生,人际关系融洽,更具有创造性,有更多的成功机会,容易达到目标。而那些缺乏自信、不乐观的大学生,缺少热情,容易悲观,人际关系容易紧张,缺乏创造性,工作效率不高。这项调查说明 ()

①情绪决定人的命运 ②情绪影响人的发展 ③积极情绪有助于人的成长 ④消极情绪妨碍人的发展

- A. ①②④
- B. ①③④
- C. ①②③
- D. ②③④

【点悟】 心理学家的调查表明,积极情绪或良好情绪对人的发展有利,而消极情绪或不良情绪对人的发展有害。这就告诉我们要学会调节不良情绪,应通过适当的途径和方法,对情绪进行有效的调节、控制和培养,以保持积极、乐观的情绪,促进我们的身心健康和发展。

类型之五 积极调控情绪

例5 材料一 仅仅因为一句“就你也想考上研究生”刺激了自己,李某就对合租考研的室友痛下杀手。针对李某的不理智行为,专家分析认为,这与其性格孤僻,不能及时排解压力有很大关系。

材料二 高考状元郭某在谈到高考心理调整时说:“高考之前应该以乐观的情绪来应对,要以平常心看待高考,在考前的准备中,尽量进行积极想象和自我暗示,平时抽出一定时间进行放松,这样才会有一个更好的学习状态和考试状态。”



(1)你认为是什么情绪促使李某产生了杀人动机？而材料二中的高考状元郭某是以一种什么样的情绪来应对高考的？

(2)同样面对考试,李某、郭某两人不同的情绪分别对他们的行为和生活产生了怎样的影响？

(3)上述两则材料对我们有何启发？

(4)你有过考试前像李某那样情绪紧张、焦虑的经历吗？若有,你是怎样调控自己的这种情绪的？

【点悟】 本题以考研究生李某和高考生郭某应对考试的不同心态所导致的不同结果为背景材料,主要考查教材中“情绪不同,结果不同”“调控情绪的方法”等知识点。第(1)问通过两则材料的对比,容易得出答案。第(2)问运用“情绪不同,结果不同”的相关知识进行阐述即可。第(3)问主要侧重于考查“调节和控制情绪的方法”,根据教材相应知识作答即可。第(4)问具有开放性,结合自身实际作答即可。



第5课时 无序与有序 我们的权益



知识管理

1. 规则与秩序

(1) 规则

含义:是关于可以和不可以做什么、应该和不应该做什么、可以和应该怎么做、不可以和不应该怎么做的_____。

分类:①不同的_____有不同的规则,如家庭规矩、学校规则、社会规范等。

②不同的活动有不同的规则,如交通规则、学习守则、运动规则等。

③不同的_____有不同的规则,如经济领域的规则、日常生活领域的规则、政治领域的规则、文化领域的规则等。

④另外,还可以用其他的分类标准对规则分类。如,可将规则分为正式的和_____的、_____的和非强制性的。

重要性:社会生活需要秩序,秩序来自_____。在实际生活中,哪里有规则,哪里才有秩序,那里的生活和工作才能_____进行;反之,哪里没有规则,哪里就没有_____,那里的生活和工作就不能顺利进行。

(2) 法律

含义:是掌握国家政权的_____意志的体现,是由国家_____并_____的,是依靠国家强制力保证实施,并且在全国范围内对全体社会成员具有_____的特殊行为规范。

区别:法律不同于_____、纪律、_____、宗教戒律等,法律是一种特殊的_____。

①法律是掌握国家政权的统治阶级意志的_____。

②法律是由国家_____并认可的。

③法律是靠国家强制力保证实施的。

④法律在全国范围内对_____社会成员具有普遍约束力。

作用:①法律具有_____人与人之间的关系、解决人与人之间的纠纷或_____的作用。

②法律具有制裁违法犯罪行为的功能,并通过_____来保护公民的合法权益,保障社会生活的有序与_____。

2. 未成年人的保护

(1)《中华人民共和国未成年人保护法》

含义:是为保护_____以下未成年人而专门制定的_____。该法律规定,未满十八周岁的

中国公民的合法权益不受_____,体现了我国对未成年人各项权益的关心、_____和_____。

拓展:1991年,我国加入_____。这是一个保护少年儿童权益的国际性公约。

(2)保障未成年人合法权益

途径:_____保护、_____保护、_____保护和司法保护。

挽救违法犯罪未成年人的原则:遵循_____,_____,_____的方针,坚持教育为主、_____的原则。

自我保护方法:①远离危险,_____。

②学会求救和_____。

③善用_____武器。

法律援助:①设置机构:律师事务所、_____,法律援助中心等。

②帮助的方式及途径:法律服务、法律援助、非诉讼途径和_____等。

③非诉讼途径:投诉、调解、_____,仲裁、_____等。

④诉讼途径:诉讼即打官司,分为_____诉讼、_____诉讼、_____诉讼三种。



归类探究

类型之一 秩序来自规则

例1 在生活中有许多规定,如“不准带手机进考场”“严禁酒后驾车”“严禁携带易燃易爆物品上车”等。每个公民都必须遵守这些规定,因为 ()

- A. 人们的行为都是不自觉的
- B. 良好的社会秩序离不开法律的保障
- C. 社会生活离不开共同的准则
- D. 我国的法制不够完备

【点悟】“无规矩不成方圆”,在社会生活中处处有规则,时时有规则,生活离不开规则,正常的社会秩序离不开规则。

类型之二 法律的特征

例2 在我国,任何人不论职位高低,功劳大小,都必须严格遵守国家的法律,依法规范自己的行为,不允许特殊人物存在;任何人不论职位高低,功劳大小,一旦触犯了国家法律,都要受到法律的制裁,不允许任何人超越于法律之上。这表明 ()

- A. 法律是由国家制定或认可的
- B. 法律体现和维护道德的要求
- C. 法律要靠人们自觉执行而保证实施
- D. 法律对全体社会成员具有普遍约束力



【点悟】法律是由国家制定或认可,并由国家强制力保证实施,对全体社会成员具有普遍约束力的行为规范。从材料中可以看出,无论一个人的职位和功劳如何,只要违法都要受到法律的制裁,这体现了法律对全体社会成员具有普遍约束力。

类型之三 法律的作用

【例3】新修订的《中华人民共和国刑法》,对关乎人民切身利益的食品安全问题,加大了犯罪惩处力度,最高可判处死刑。这体现出我国法律 ()

- A. 通过解决公民之间的权利义务纠纷来维护公民合法权益
- B. 只具有制裁功能,制裁是维护公民生命权最有效的方法
- C. 通过制裁违法犯罪行为来维护公民合法权益
- D. 通过规定权利和义务来规范人们的行为

【点悟】法律具有协调人与人之间的关系、解决人与人之间的纠纷或矛盾的作用,还具有制裁违法犯罪行为的功能,并通过制裁违法犯罪来保护公民的合法权益,保障社会生活的有序与和谐。从题干可以看出,我国通过制定法律、惩罚违法犯罪来确保食品安全,保障公民的合法权益,这体现了法律具有制裁违法犯罪的功能。

类型之四 网络生活需要自律

【例4】在网络世界中,国家和政府有关部门需要制定管理规则的原因是 ()

- ①在网络世界中人们容易放松自我约束 ②在网络世界中违法违纪行为和道德行为常有可乘之机
- ③缺乏管理,网络世界会成为不受他律的“真空” ④网络存在缺乏自律的不文明行为

- A. ①②③ B. ①③④
- C. ①②④ D. ①②③④

【点悟】在网络这个虚拟的世界里,人与人之间的交往是匿名的,以符号形式进行,人们可以戴上任何面具、以任何身份与别人交往,因此容易滋生违法犯罪行为。所以,国家、政府和有关部门制定了一系列有关网络的管理规定。

类型之五 保护青少年合法权利

【例5】阅读漫画,回答问题。



- (1)父亲的做法侵犯了儿子的什么权利?

- (2)父亲的做法违反了什么法律?

- (3)未成年人还有哪些权利?

- (4)面对这种情况,儿子应怎么办?

【点悟】漫画中的情景反映的是父亲嫌儿子成绩不好,不让儿子上学了,让他去打工挣钱。本题重在考查学生综合运用知识的能力和解读教材、分析问题的能力,以及联系实际、解决问题的能力。答好这几个问题,除了要有良好的观察能力以及对相关基础知识的熟练掌握外,平时还应注意思维方面的能力训练。

类型之六 对青少年的特殊保护

【例6】江西遂川大山里的留守娃有一个特殊的家——由空巢老人组建的“阳光家园”。在这里,孩子们有课外书读,有人辅导交流,有健身娱乐场所,课余生活丰富多彩。“阳光家园”这个特殊的家给予大山里的留守娃 ()

- A. 家庭保护 B. 学校保护
- C. 社会保护 D. 司法保护

【点悟】本题考查对未成年人特殊保护的有关知识。解答本题的关键是要弄清给予留守孩子保护的主体。从材料中可以看出,“阳光家园”这个特殊的家为青少年的健康成长提供了一个良好的社会环境,属于社会保护的范畴。

类型之七 加强自我保护

【例7】“自尊自爱做防护,法律武器保平安,遇到侵害莫惊慌,灵活机智巧周旋……”这首歌主要启示未成年人应学会 ()

- A. 不屈不挠 B. 选择坦途
- C. 自我保护 D. 控制情绪

【点悟】本题主要考查自我保护的相关知识。歌词内容强调了自我保护的方法,如自尊自爱、用法律保护自己、遇到侵害时灵活机智等。这启示我们青少年要树立安全意识、自我保护意识,学会保护自己。