



前言

少年儿童是祖国的未来、民族的希望，但在自然灾害发生时，少年儿童总是最容易受伤的，他们的伤亡令人痛心。在这种情况下，对少年儿童进行防灾避灾、自救自助教育，保护儿童生命安全就越发重要。

面对自然灾害强大的破坏力，人类的力量显得很渺小，但只要求生欲望和智慧，人类便可以与灾害顽强抗衡。从一些常见的案例分析来看，当地震、火灾、建筑物倒塌等灾难或其他影响人们安全的事故发生时，缺乏安全防范意识、救助知识浅薄，是很多事故造成惨重伤亡的主要原因。天灾并不是不可抗拒的，如果同学们能更多地掌握防灾知识，就可以避免很多灾难。要最大限度地减少灾害损失，就要从学生阶段抓紧开展防灾教育，全面着手，通过多种形式，使学生掌握防灾救灾的常识，并通过学生影响到每个家庭，继而使之家喻户晓，确保在发生灾害或事故时，具备基本的自救和互救能力，最大限度地减少灾难造成的人员伤亡和财产损失。

《中小学公共安全教育读本》是本编委会根据国务院办公厅转发教育部制定的《中小学公共安全教育指导纲要》精神编写的，具体、详细地介绍了地震、泥石流、水灾、火灾、雷击等自然灾害的成因、危害、预防和应急避险措施，以及意外伤害的处理方法，网络安全、信息安全、公共卫生安全等事件的预防和应对措施。针对不同年龄段的学生，语言通俗易懂、简明扼要，采用图文结合的表现方式，帮助和引导学生理解并掌握基本的保护个体生命安全的技能，维护社会公共安全，树立和强化安全意识。

希望同学们能从中获益，让“安全”伴我们一生。

《中小学公共安全教育读本》编写组



目 录



第一单元 热爱我们的民族文化····· 01

第一课 继承和发扬民族文化····· 02

第二课 与迷信活动做斗争····· 06

第三课 增强社会责任感 加强国家意识····· 10

第四课 遵守社会公德，做正义的人····· 14

第二单元 洁身自爱，健康一生····· 19

第五课 预防艾滋病····· 20

第六课 远离不良的生活行为····· 26

第七课 认识新型冠状病毒及其防护····· 29

第八课 科学锻炼 增强体质····· 34



第三单元 谨防网络安全，健康科学上网…………… 39

第九课 上网时警惕信息泄露…………… 40

第十课 看清网络陷阱…………… 43

第十一课 杜绝网瘾，从我做起…………… 48

第四单元 突发事件，科学应对…………… 53

第十二课 科学应对雷雨天气…………… 54

第十三课 冷静面对踩踏事件…………… 58





第十四课 冷静地应对地震…………… 62

第十五课 同学之间小摩擦，需要冷静处理… 67

第十六课 科学防控，正确应急…………… 71

第一单元

热爱我们的民族文化

-  第一课 继承和发扬民族文化
-  第二课 与迷信活动做斗争
-  第三课 增强社会责任感 加强国家意识
-  第四课 遵守社会公德，做正义的人



第一课 继承和发扬民族文化

前言

民族文化是各民族在其历史发展过程中创造和发展起来的具有本民族特点的文化，包括物质文化和精神文化。民族文化反映该民族历史发展的水平。



民族文化内容

民族文化是各民族在其历史发展过程中创造和发展起来的具有本民族特点的文化，包括物质文化和精神文化。饮食、衣着、住宅、生产工具属于物质文化的内容，语言、文字、文学、科学、艺术、哲学、宗教、风俗、节日和传统等属于精神文化的内容。

民族文化反映该民族历史发展的水平。语言是民族文化的重要组成部分，同时也是民族文化的表现形式。如历史、文学（包括口头文学）、历法、医药、科学技术等，都是用一定的语言表现出来的。

宗教在不同的社会历史时期对精神文化的其他方面起着不同的作用。在早期的阶级社会中，宗教对文化的影响很大，涉及人们社会生活的许多方面。随着社会的发展，宗教在民族文化中的影响逐渐减弱。

民族文化作为意识形态，是一定社会政治、经济的反映，在阶级社会里，每一种民族文化中都有剥削阶级与被剥削阶级的两种文化，反映着两个对立阶级的利益、思想和世界观。

在社会主义社会里，民族文化是具有社会主义内容和民族形式的新文化。只有民族的，才是世界的。就像我国的皮影、杂技、剪纸、京剧、评剧、书法等文化艺术，



都已经传播到世界很多国家。同时，弘扬民族传统文化并不是复古，海纳百川，有容乃大。每一个民族的文化都是立足于本民族的根，在此基础上，汲取世界各民族的优秀文化成果，来丰富、完善、提高本民族文化，这个过程也是各民族加强沟通、加深理解，促进和平友好并共同丰富世界文化、文明宝库的过程。

一、优秀的民族文化，是炎黄子孙取之不尽、用之不竭的精神财富

我国是一个多民族的国家，悠久的历史 and 灿烂的古代文明为中华民族留下了丰富的文化遗产，这是中华民族炎黄子孙取之不尽、用之不竭的宝贵精神财富。在我国五千年文明史中，勤劳智慧的中华民族创造了光辉灿烂的历史文化，留下了灿烂群星。独具特色的文化遗产，是我们民族悠久历史的见证，是民族智慧的结晶，是民族精神的象征，是民族生命力和创造力的重要体现，也是人类文明的瑰宝。文章精确阐述了我们中华民族的厚重历史和优秀文化，通过认真细致的学习，我们充分认识到，保护和传承珍贵的文化遗产，使其能取得真正的、健康的传承和发展是义不容辞的责任。

二、保护传承非物质文化遗产，是我们神圣的职责

认识弘扬优秀传统文化，推动社会主义文化大发展，是增进民族团结、维护国家统一和社会稳定、提高国家软实力、增强中华文化国际影响力的迫切需求。目前我们保护发展非物质文化遗产的任务依然繁重，在非物质文化遗产保护工作面临新形势和新任务的情况下，我们应自觉捍卫历史和时代赋予我们的神圣职责，坚持“保护为主，挽救第一，合理利用，传承发展”的工作方针，与时俱进，开拓创新，实现非物质文化遗产保护工作新的跨越。

三、抓好落实，以实际行动做好非遗保护工作

中学生处于人格形成的关键时期，因此应加强德行教育。当今中国社会本身正处于剧烈的转型时期，又深深地卷入全球化的浪潮之中，各种文化思潮也在全球范围内进行竞争和寻求自己的支持者。信息技术、现代传媒的发展，在让中学生获得更多信息、开拓全球视野的同时，也让其对复杂的社会问题产生重重困惑，中学生对传承和保护好本国本地区的非物质文化遗产，尤为重要。

中国人的传统以家庭及亲属为核心圈展开复杂的人际交往，但如今为了培养更具开放眼光的现代公民，就更需要关心周围的他人、其他的弱势群体，乃至人类一般的命运，而参加志愿者活动能有效培养学生对他人的认同及高尚的社会责任感。比如参观中国的解放战争、抗日战争等历史博物馆，开展服务老红军、老战士等历史景区的活动。在为社区内的老人服务的时候，学生也可以进一步了解当地的旧风



俗、老故事，以此来拉近不同时代人们的距离，更深刻地感受社会的发展。

要把非物质文化遗产的传承与学生的德行培养结合起来，注重在课堂内外有意识地学习和培养我们自身对非遗的保护工作。

四、中华民族文化的世界观、人生观和价值观

中华民族文化的整体观、变化观和本质观都是世界观的表现。当然，世界观包含人生观，人生观是世界观的一个组成部分。

第一，世界观。世界观是人对世界的根本看法。中华文化说天道有常，世界是有规律的。有什么规律？就是整体的、变化的、本质的、内在的联系。所以中华文化主张“格物致知”，研究客观世界，了解客观世界，一定要实事求是，这是一切的根本。所以《周易》第一卦乾卦就讲了元素本身：“天行健，君子以自强不息。”健就是乾。人就应向天学习，像天的样子，自强不息地要求自己。第二卦坤卦就讲了元素关系、人际关系：“地势坤，君子以厚德载物。”人要对人、对物、对事厚德，容忍别人，民胞物与，搞好关系。这就把元素以及元素和元素之间的关系讲透了。

为什么讲构建社会主义和谐社会呢？和谐就是指关系要和谐，和谐的前提就是稳定，没稳定就不能和谐，和谐必须稳定，稳定不一定和谐。在现实社会中，我们一方面要承认差异，一方面要承认和谐，这才是实事求是。没有差异，这个世界不存在，要强调多元性、多样化，这个世界才有生气，才能发展。但只有多样化而没有和谐的话，要打架，打架就是不稳定，一直打下去，那也不行。孔子讲，要“和而不同”，这是真理。交响乐不仅有七个音符，而且音域很广，交响乐里各个声部的乐器也不相同，音调音色差异很大；这个差异很大，处理得好，可以形成更高级的和谐。所以差异越多，关系处理得越好，可以形成伟大的乐章，形成更好更和谐的了不起的东西。

第二，人生观。人生观是人对世界看法的一部分，是对人生的看法。中华文化既然认为天人合一，显然，中华文化对人生的看法是和对自然的看法紧密联系在一起的。《老子》讲：“上善若水，水善利万物而不争。处众人之所恶，故几于道。”多好！一心为别人！又讲：“天下莫柔于水，而攻坚强者莫之能胜，其无以易之。”天下没有比水更柔软的，但攻坚强的东西时，谁也没它厉害，谁也比不过它。《庄子》讲：“莫寿于殇子，而彭祖为夭。”庄子的话是有道理的。从某种观点看，生下来的小孩寿命长；从另一种观点看，彭祖活 800 岁寿命也短。庄子所说的寿命长，可以认为是讲人的精神、人的事业可以不死。这也是《老子》讲的，“死而不亡者寿”。

中国的伟人都是非常积极向上的。郑板桥非常爱民，写了一首诗：“衙斋卧听



萧萧竹，疑是民间疾苦声。”萧楚女说：“人生应该如蜡烛一样，从顶燃到底，一直都是光明的。”还有雷锋，他说：“人的生命是有限的，为人民服务是无限的，我要把有限的生命投入无限地为人民服务中去。”这是非常积极、向上、正确的人生态度。

第三，价值观。这里讲的价值观是人生观的重要组成部分，是对各种关系处理的价值或意义的看法。《大学》讲：“物有本末，事有终始，知所先后，则尽道矣！”事情是有本有末、有终有始的，要搞清哪个先做，哪个后做。《大学》讲的八条：格物、致知、诚意、正心、修身、齐家、治国和平天下。要做到后边一条，必须先做到前边一条，前后顺序不能颠倒。毛泽东同志在《为人民服务》中，引用司马迁的话：“人固有一死，或重于泰山，或轻于鸿毛。”中国自古以来讲忠、孝、节、义，就是讲价值观，讲责任。忠是讲要对国家、对民族负责，天下兴亡，匹夫有责。中华民族延续了五千多年，不但没有消亡，反而战胜了前进道路上的重重困难，在曲折中不断发展，千万炎黄子孙，前仆后继，杀身成仁，舍生取义，去做“若为自由故”之事。同盟会第一位牺牲在清政府屠刀下的，叫陆皓东。他从香港潜回广州，准备组织起义时，被清政府抓了，杀头。临刑时，他讲：陆皓东可杀，但是，继陆皓东而起者，不可杀绝。蒋介石叛变大革命后，大肆屠杀共产党人，其中包括夏明翰。夏明翰临刑前讲：“杀了夏明翰，还有后来人。”他们为了国家和民族利益，什么也不怕，敢于牺牲个人。所以我们的民族能够延续五千多年，关键就在于千万志士仁人人生价值的取向，在于他们的精神追求。我们应该“弘扬中华文化，建设中华民族共有精神家园”。人应该有精神，一个民族应该有共有的精神家园。



信息索引

追寻失落的圆明园

2020年，圆明园光辉了160年，罹难恰恰也是160年。在这之后的160年里，中国人的历史记忆是痛苦而又悲愤的；然而在漫长的岁月里，因时代之异，感受未必尽同。例如，在纪念圆明园罹难80周年时，日寇正入侵中国，敌骑所至，生灵涂炭，思往念今，更感国命悬于一发，哀伤至极。然而，时至纪念160周年之际，中国非复当年的贫弱，已经崛起，中国人也满怀自信，更具包容的大国心态，“永不称霸”的清醒，向和平发展、壮丽繁荣的康庄大道迈进。



第二课 与迷信活动做斗争

前言

迷信，是盲目的信仰崇拜。“迷信”的含义更多地倾向于“盲目的相信、不理解的相信”。因此，理论上，人类对任何事物都可能存在着“迷信”的观念，即使是在科学领域，同样存在着“科学迷信”。但科学与迷信、信仰或宗教有着本质区别。科学在本质上要求怀疑主义，并在实践中公开倡导怀疑主义。怀疑主义要求具有分析型思维以及批评型思维，要求怀疑一切，即不相信任何未经证实的事物。对已经证实的事物，也要怀疑其时空的局限性及观察的准确性。



特征描述

迷信的特征：

1. 不具备分辨能力，不能够全面深入地认识事物的本质；
2. 没有判别能力，而又对某种现象或说法信以为真，甚至坚定不移地信仰和崇拜；
3. 盲目地将所谓“信仰”和“崇拜”的现象与说法付诸积极不懈的行动。



迷信思想

“封建迷信”一词由“封建”和“迷信”两个词组合而成。封，《辞海》第一



个解释是“帝王把土地赐给臣子”。“建”，是创立、设置和竖立的意思。“封建”二字在《辞海》中没有单独的词条，在多数场合是“封建制度”“封建思想”“封建主义”“封建社会”等词的简略，如“反帝反封建”“反封建反迷信”“这个人很封建”等。

但是，利用迷信进行别的活动，跟迷信本身是不同的。

我们的科学无非也是对未知的种种解释，但与迷信对世界的解释不同，任何科学要求结论必须确立在严格的实验证明基础上。“实践是检验真理的唯一标准”，因此，我们有理由要求所有从事科学工作的工作者保持务实谨慎的态度，严格区分理论与结论。反之，盲目地相信科学将成为新的迷信！

近年来，我国互联网飞速发展。网络在给人们带来便利的同时，也出现了不少问题。网上黄赌等问题已经开始受到国家有关部门的关注，并进行了综合治理，但利用互联网传播迷信和利用迷信非法敛财的问题尚未受到应有的重视。

目前，网络迷信问题的现状已经到了愈演愈烈、令人担忧的地步。

1. 专业迷信网站数量巨大。据统计，互联网上大谈“风水科学”和专门搞“风水术”的中文网站有数百家之多；网站主持人的自封头衔除“大师”“高级预测师”外，还有“教授”“工程师”“硕士”“本科”等；服务项目有“现代风水”“富贵与风水”“四柱断命”“改名改运”“择吉避凶”“阴阳宅风水”“官场谋略指点”“选择吉地、宝地、灵地、富旺、官贵之地”等。

2. 网上迷信活动猖獗。网络上有关风水、算命等的内容非常多，而且增长迅速。如“星座神算”“占卜大观园”“网上算命”“电脑算命”“解灾化煞立竿见影，占卜算命百不失一”“全球顶级绝学——古皇极真谛”“命理风水堂”“周易预测”“阴阳风水”“四柱八字”“择日”“起名”之类，应有尽有。

3. 非法经营敛财。目前中国内地，“风水算命师”并无合法身份。他们主要是通过注册为取名公司、文化交流公司以及房产信息咨询公司等，从事命理和风水活动，属于非法经营。还有一些公司根本没有任何合法手续。这两类公司都充分利用网络非法敛财。其经营内容主要有三类。第一类是上面提到的种种“算命”“风水预测”。每项收费在数十、数百至数千元或“面议”。第二类是出售“吉祥”产品，如各种招财、辟邪的“化煞招财盘”“祥龙纳福宝葫芦”“招财金鼎”“生财金蟾”等，每件的价格从十几元至上千元。第三类是通过网络开班授课，培养风水算命“人才”。总之，借助互联网，其敛财的速度和力度，同往日给个人“算命”相比，不可同日而语。



拜祭祖先的传统习俗

青年一代对于新年拜祭祖先的习俗已经不似上一辈那么重视，大多数青年人只是把祭祖当成上一辈的事，对于拜祭的实质并不了解，只是形式上的遵从。尽管对于拜祭的各种情况并不甚了解重视，但是仍有一半的青年人认为新年拜祭神灵是有必要的，拜祭所花的费用属于不可节省的正常开支。从一定程度上反映了过年应该拜神祭祖的想法是根深蒂固的，无论是这一代还是上一代，对于拜祭的花费带有一定的盲目性。

向亲友拜年的主要方式仍然是登门造访，随着手机的普遍，使用短信拜年的人数也逐渐增多。这点在青年人的身上体现得更为明显。另外网络也是青年人拜年的主要方式，反而是使用电话拜年的人比例不大。信息技术的发展改变了人们的联系方式，扩大了人们的交往圈子，使拜年变成手指上的功夫。少了面对面的一些客套，确实节省了时间，可以把时间充分利用到其他事情上，只是少了带着柑子登门拜年的习惯，似乎也就少了一点人情味。



学校封建思想的传播

目前，一些有关“星座占卜”的图书和网络内容，如“每月每天运势分析”“星座桃花运”等，由于披着“科学预测”的外衣，在中学生中十分流行，有些学生对此深信不疑。有的“照章办事”，个别的达到“痴迷”的程度，做什么事情都要算一算、测一测，就连每天什么时间起床、什么时间到学校、坐在什么位置上学习好等，也要听从“科学”的安排。这种现象虽然出现在部分中学生当中，但其不良影响是严重的，必须引起我们的注意。

首先，校园迷信的流行，是社会上封建迷信和“科学”迷信在园里的表现，是人们某些信仰与道德缺失在园里的具体体现，它从一个侧面反映了部分青少年中存在的信仰危机和信仰“真空”，使迷信乘虚而入。这种现象除环境影响外，还与学生成长过程中的心理因素有关。学生在成长过程中，对自身的成长变化，对外界事物，总有这样那样的困惑，如果这些困惑得不到解释，学生就容易被迷信的说法所迷惑。比如，关于不同星座的人的性格特点，星座从不同角度给了一些答案，看上去好像有些道理，实际上关于个性的说法大同小异，从不同角度稍加描述，很多人都可以“对号入座”。



其次，学业负担重、家庭期望值高让一些学生“喘不过气来”，他们常常对现实感到焦虑，对前途感到迷茫，对他们来说，迷信成了一种自我安慰、自我减压的方式。

最后，心理脆弱是现在很多学生的通病，迷信不失为一种自欺欺人的“好办法”，可以使人“心安理得”地逃避困难和压力。

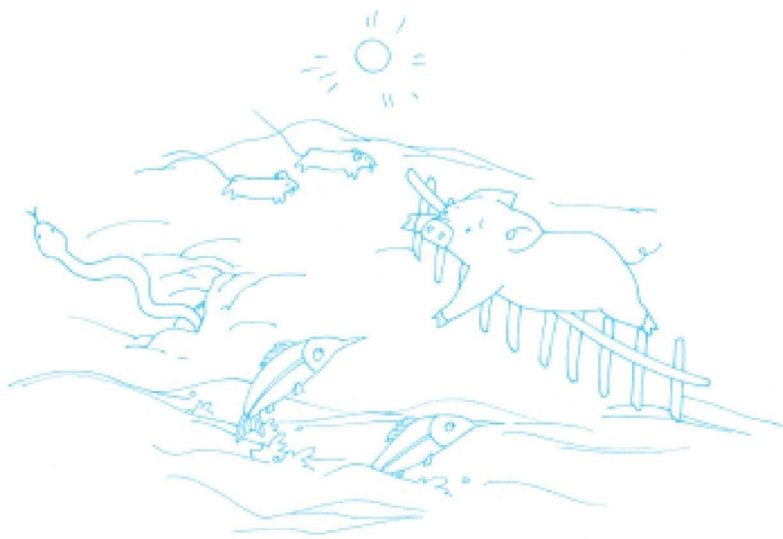
我们应当知道，迷信对中学生的心理健康危害很大，一旦受迷信思想左右，就会把成功和失败看成“命中注定”，从而放弃努力，用消极的态度对待学习和生活。其实，有很多中学生对“星座命理”“星座运程”主要是一种游戏态度，并非真的深陷其中。要明白性格、命运和星座、血型等毫无关系，用科学思想战胜迷信思想。



信息索引

星座的起源

星座起源于四大文明古国之一的古巴比伦，约五千年以前，美索不达米亚地方有一群巴比伦尼亚的牧羊人过着逐草而居的游牧生活。他们在牧羊的流浪生活中，每天仍不忘观察闪烁在夜空中的星星，久而久之，就从星星的动态中看出了很有规则的時刻与季节的变化。每天一到晚上，他们就一边看着羊群，一边观察各种星星，将较亮的星星互相连接，并从连接而成的形状去联想各种动物、用具或他们所信仰的神像等，并为它们取名，创造了所谓的星座。





第三课 增强社会责任感 加强国家意识

前言

青年是祖国的未来和民族的希望，青年承担着为中国特色社会主义事业培养合格建设者和可靠接班人的时代重任。青年群体时代特征的发展和变化使得新时期青年肩负着更加光荣而重大的历史使命。



做一个有社会责任感的人

坚持道德上正确的主张或真理，坚持实践正义原则，愿为他人做出奉献和牺牲，试问当今这世界，还有多少人有社会责任感？仔细想想，确实大多数人已经将其抛到脑后，可是我们很多人每天又在不经意间做着有社会责任感的事情，也有不少人在干着缺失社会责任感的事情。

中国很大，但是中国还不强。一个国家的强大，与国民社会责任感是密不可分的，如果不是社会责任感强，当年我们怎能击退日寇，解放中国，我们怎能战胜自然灾害？相反，因为社会责任感的缺失，造成了人们诚信缺失，演变为次贷危机；因为社会责任感的缺失，萌生了一大批反国家、反社会、反人类的反动分子。历史上，从来不乏有社会责任感之人，从远古老子、孔子传播仁德教育到马克思、恩格斯传播共产主义理念，从古代中国的四大发明到现在的高科技产品。正是由于强烈的社会责任感，他们努力地工作。他们当中的每个人都为社会的发展、为人类的进步做出了巨大的贡献。当然，那些社会责任感缺失的人，是应该为我们所痛斥的，从发动世界大战的希特勒到侵略中国的东条英机，从从事恐怖活动的恐怖分子到鼓动他人反国家反民族的右翼势力。社会责任感的缺失，对人类的进步，对国家的发展，



造成了巨大的损失。

我们在褒扬有社会责任感的人，也在批评社会责任感缺失的人，但是我们现在更应该从自身做起，不管是做大事还是小事，都要带着强烈的社会责任感，还有什么做不成呢？如果地球上的公民，每个人都有一种大义的社会责任感，那么我们的世界将不再有战争，我们的环境将不再遭受破坏，世界上将没有贫穷，没有饥饿，没有艾滋病。如果我们国家的公民，每个人都有一种爱国的社会责任感，我们的国家将变得更强大，人们生活将更幸福，中国将被世界更认同，中国人将得到更多国际友人的敬重。

1. 提高认知水平

(1) 改变思维方式

思维方式一：以无我为圆心，关爱为半径，以道（天地之规律）画出自己的人生轨迹。

一个只想着自己的人，身边的朋友会逐渐离他远去；一个总为他人着想的人，身边的朋友也会为他着想。就像那个“天堂与地狱的区别”的故事：有人问上帝，天堂和地狱有什么区别？上帝说：“来吧，我让你看看什么是地狱。”他们来到了一个房间，屋里有一群人围着一大锅肉汤。每个人看起来都营养不良，绝望而又饥饿。他们每个人都有一只可以够到锅的汤匙。但汤匙的柄比他们的手臂长，自己没法把汤送进嘴里。他们看上去是那么悲苦。“来吧，我再让你看看什么是天堂。”上帝把那个人领入另一个房间。这里的一切和上一个房间没什么不同。一锅汤，一群人，一样的长柄汤匙，但大家都快乐地唱着歌。“我不懂，”这个人说，“为什么一样的待遇与条件，而他们快乐，另一个房间里的人们却很悲惨？”上帝笑着说：“很简单，在这儿的人，他们会喂别人。”

思维方式二：中医的脏腑圆。

在自然界中，作为最高级的人的生物机制是最和谐的。人体内五脏六腑相生相克，每一脏腑都是整体中的脏腑，牵一发而动全身，太过与不及都会出现问题。这也与以儒家文化为核心的传统文化有相吻合之处。在传统文化中，没有独立的个体，人的存在及其本质在五伦关系之中，人是关系中的人，人活在各种责任之中。

(2) 学习传统文化

通过传统文化的课程，如《弟子规》、《大学》、《中庸》、《论语》等，用传统文化医治现代个人主义带来的自私隔膜、孤独异化、人情淡薄、生活缺少目标、失去生活的意义等病症。



（3）树立榜样

榜样示范既是一种责任教育方法，也是一种责任教育手段。学生应树立学习的榜样，如“感动中国”中的人物事迹、“全国优秀大学生”等。

有些学生可能觉得这些榜样离自己太远，也可以从自己的身边找，学习每个人身上的优点，集大家的优点在自己身上，从不同的方面完善自己。如学习王某的勤奋、李某的整洁、张某的善歌、刘某的能舞、徐某的管理能力等。通过学生从身边找榜样的活动，既养成了学生发现别人优点的思维模式，又促进了他们的成长，也促进了班内友爱和谐的气氛，进而培养了学生的责任心。

2. 搭建实践的平台

一个人的责任感是其认识过程、行为过程和情感过程的统一，三者统一的基础就是实践。

（1）角色转换

以宿舍为单位，进行角色模拟，角色有榜样、父母、老师、心理医生、领导、朋友。模拟父母的，关心大家的生活，如早上起床后给舍友倒杯水，关心大家的饮食起居等；模拟老师的，督促大家一起学习，给大家以心灵的鼓舞，树立良好的风气；模拟心理医生的，关心大家的心理活动，调节大家的情绪。通过角色互换的活动，体验、培养责任意识。

（2）宿舍的互助学习

如考试前的复习，宿舍所有的人聚在一起，针对每个考点，每人讲一遍，其他人听，遇到难点大家一起讨论，共同解决，把好的学习方法拿出来与大家共享。在这种互助的学习氛围中，大家能意识到帮助别人的实质就是成就自己的道理，意识到大家好才能促进自己更好地发展。

（3）感恩的实践活动

一般来说，社会责任感是基于对社会、国家的深厚热爱，并在这种强烈的感情支配下，主动承担义务和责任的精神，所以要拥有一颗感恩之心。先从感恩父母开始，每年5月都会有“感恩父母”的活动，在活动中体会、感受父母的爱，进而激发出对父母、对他人的责任。

（4）回家给父母讲课

回家给父母讲课，和父母一起探讨在学校所学的内容。责任感的缺失在很大程度上与家庭教育有关。通过回家给父母讲课，加强了与父母间的沟通、理解，增进了感情，加强了对父母、对将来家庭的责任感。



(5) 参与管理实践

以宿舍为单位,鼓励人人参与管理,班里由班长总负责,下设学委、考勤员、宣委、组委、体委、生活委员、计划总结者。每个宿舍里又设学委、考勤员、宣委、组委、体委、生活委员、计划总结者。然后由班里的总学委和每个宿舍的学委组成学委小组。依此类推组成考勤小组、计划总结小组等。

在班里努力创设一个以自觉履行责任为荣、肆意践踏责任为耻的人文环境,做到人人知责、处处尽责、事事负责。在各项活动的管理中,学会承担责任、管理自己、管理他人。

(6) 专业、小学期实践

走出校园,深入社会,在实践中了解社会,加深对书本知识的理解,从而树立起主人翁的责任感和使命感,树立职业意识,加强职业责任感。可以说,社会实践是培养学生社会责任感最好的学校。只有在社会实践中,才能切实受教育、长才干、做贡献,增强社会责任感。

(7) 积极参与学校的各种活动

活动是自由与责任的落脚点。个体只有在丰富多彩的社会实践活动中,才能产生和深化对自己应尽责任的认识,获取对履行责任的亲身体验和感受,从而萌生出责任动机,形成履行责任的行为。



信息索引

美国人的爱国教育

热爱国旗,是美国对青少年爱国主义教育的一个重要组成部分。学校举行升旗仪式时,学生手放胸前,神情虔诚、庄严地念道:“我效忠于国旗和美利坚合众国。”美国人的国旗意识就这样从小时候就培养起来。国旗在美国几乎无处不在,美国人认为,到处有国旗,才能到处有国家;时时见国旗,才能时时想国家。



第四课 遵守社会公德，做正义的人

前言

健康的体魄、良好的身体素质已成为人才竞争的物质资本。人们普遍认为德、才、学、识、体是人才的内在因素，而身体是最基本的东西，是成长、成才的物质基础。



全面培养自身综合素质应从以下几个方面入手

1. 思想道德素质

从近几年人才市场和就业形势反馈的信息看，很多用人单位选人重才更重德，把思想道德素质放在首位，政治思想素质较高，具有事业心、责任感和吃苦奉献精神的毕业生成了首选目标。思想道德素质包括政治素质、事业心和责任感、艰苦奋斗精神和务实作风等方面。

(1) 较高的政治素质。政治素质不仅表现在政治立场、观念方面的远见和洞察力，还表现为对社会发展趋势的敏锐性、对国家宏观政策的预测把握能力及具有一定的政治理论修养。

(2) 事业心和责任感。许多用人单位在人才的要求上强调要有事业心、责任感，要爱岗敬业、乐于奉献。希望并要求毕业生把选择的工作当作长期追求、投入的事业，要与单位同甘苦，共患难，荣辱与共，而不仅仅是赚钱谋生的职业和临时落脚点。

(3) 艰苦奋斗精神和务实作风。这是创业者应有的精神风貌，在改革开放和现代化建设中，会遇到无数的艰难险阻，也难免有这样那样的曲折和坎坷，这就需要毕业生始终保持昂扬的斗志和坚韧不拔的作风，坚定不移地朝着既定的奋斗目标前进。用人单位需要的是有干才、能踏踏实实工作、有吃苦精神，而不是好高骛远、眼高手低的人。

