

德 育

(初中一年级)

第三版

中央教育科学研究所德育研究中心总课题组 编

人 民 出 版 社

全国教育科学“九五”~“十五”规划国家重点课题——
“整体构建学校德育体系的深化研究与推广实验”研究成果

德 育

初中一年级雪

第三版

顾 问：柳 斌 陶西平 李连宁 王文湛 朱小蔓 靳 诺 路建平
赵 勇 王继平 鲁 洁 罗国杰 魏英敏 许启贤 王逢贤
王殿卿 兰宏生 孙学策

总编委会主编：詹万生

委 员：按姓氏笔划为序雪

王宝祥 王滨有 关鸿羽 宁武杰 齐 欣 许建争 刘英敏
吕焕卿 张 铃 宋长生 赵国柱 闵乐夫 李书华 高德胜
徐安德 梁周清 符运杰 魏续臻

初中组主 编：闵乐夫 齐 欣

编 委：于学兰 张 帆 李国庆 王建宗 杨忠健 刘 进 郭 坚
张志强 刘鹏滨 张艳春 回金城 陈兆喜 张 红 齐惠芳
刘明亮 张华才 徐建敏 王树洪 马展立 孙建学 林玉华
宋淑华 王春梅 林兆森 孙中军 梁朝修 赵德利 顾成强
史有德 赵 铮 许秀敬

本册主 编：于学兰 张 帆

编 者：王秀兰 尹秀珍 刘晓婷 徐 钢 董 耘
付雨霓 董 岩 胡海蕾 张春暖

目 录

一、适应新环境.....	员
二、交往的技巧.....	远
三、爱的甘泉.....	圆
四、因为集体有了我.....	员
五、科学家的中国心.....	圆
六、奇妙的中国方块字.....	圆
七、学会学习.....	猿
八、成功的等式.....	猿
九、体味劳动.....	猿
十、独生子女不“独”了.....	源
十一、多彩的课余生活.....	源
十二、与自然为善.....	缘
十三、知法、守法、用法.....	缘
十四、我喜爱的电视栏目.....	远
十五、迎接青春的来临.....	远
十六、成长的烦恼.....	苑
十七、让我们聚集在团旗下.....	苑

一、适应新环境



走进中学生活

少年朋友们，丰富多彩的中学生活已经向我们敞开了大门。

当我们怀着好奇心、充满自豪感迈进中学校门以后，是否发现周围的一切是那么的陌生？是否有一种“全新”的感觉？

寻找新感觉

活动设计之一



1. 课前组织学生了解学校周围的环境和校史、校训、校纪等情况。

2. 简要写出进入中学后的新感觉，并在组内畅谈。

姓名 _____

爱好 _____

特长 _____

其他 _____

3. 向父母谈谈对新学校的新感觉。

彼此相识

活动设计之二

1. 介绍“我是谁”

请在下面空白处写一篇介绍自己姓名、爱好、性格、特长等的小短文，也可画一幅自画像，然后在小组介绍自己。通过自我介绍，将自己的特点和优势展现出来。

同桌相互向全班介绍自己的新伙伴。

班主任自我介绍。

中学的校园生活与小学相比,有许多新的变化:我们接触的是来自不同小学、不同性格和气质的新伙伴,同学之间彼此生疏;中学生活要求学生自己合理安排每天的学习生活;文化课的门类增多了,课本加厚了,内容加深了;中学和小学的教学方法大不相同,中学老师讲课的速度较快,强调学生自己掌握学习方法;小学阶段,自习课由老师组织和安排,中学的自习课需要学生自己安排和利用;中学的作业量和难度都比小学加大了,着重培养学生独立思考和分析问题、解决问题的能力。同时,在新的学校中,我们的角色也发生了很大变化,由小学时的大哥哥、大姐姐一下子变成了小弟弟、小妹妹,有的同学由小学时的班委、中队委变成了没有任何职务的普通一员,也有的同学由原来的学习尖子变成了中等生……这些变化,是每届初中一年级新同学都会遇到的新情况。只要经过一段时间的努力,就会很快适应这些变化。

我们知道,每个人在成长的道路上都有许多转折点。升入中学,就是一个重要的转折点。如果能尽快地找到新朋友,熟悉新老师,掌握适当的学习方法,养成良好的学习习惯,找准自己在班级中的位置,主动地去为新集体服务,那么,我们就会在较短的时间内适应中学生活,并为做一名合格的中学生奠定坚实的基础。

我们怎样才能较快地适应新环境,顺利地度过这个转折期呢?

学会做生活的主人

活动设计之三

阅读

●采取积极适应的态度

有人曾经将一枝新柳和一枝枯枝同时用力弯成弓形,结果,枯枝被折断而新柳却安然无恙。这一现象告诉我们,有生命力的事物总是能主动适应新环境。能主动适应新环境才是强者的风采。

全国十佳少年苏进,愿岁时在美国读完三年级后,随父母回国,并在西安外院附小插班学习。因汉语只会写“工人”两个字,数学应用题一道也看不懂,学校安排她从一年级重读。她在新的环境中认真地作了自我分析:我都愿岁了,从一年级重读要员岁才能小学毕业,许多机会都会错过,惟一的选择就是下定决心,用自己的努力闯过汉语关。在她的一再请求下,校方反复研究后,同意她插入三年级试读。苏进所采取的态度,就是积极适应的态度。

●树立克服困难的勇气和决心

一位作家曾经这样讲过:每个人心中都应有两盏灯,一盏是希望之灯,一盏是勇气之灯。有了这两盏灯,我们就不怕海上的黑暗和风浪的险恶了。世界上有许多功成名就的人,并不是因为他们聪颖过人,而是因为他们敢作敢为。的确,勇气、决心能使人产生顽强拼搏的力量,激励人去

适应环境、战胜自己。

苏进就是凭着勇气、决心和毅力适应新环境的。她虽然插入三年级,实际上却必须从一年级学起。她的汉语水平近乎文盲,看不懂老师写的字,听不懂老师讲的话。黑板上的题,她只能照猫画虎地抄下来,常常是老师擦掉黑板内容时,她只抄写了一部分。她不仅要闯汉语关,还要闯生活关。在困难面前,她不抱怨、不流泪,而是默默地搏击。课堂上,她全神贯注,边听、边写、边默记,听不懂就借助老师的表情和手势来理解。回到家,把家里的家具、物品贴上标签,走到哪里就读到哪里、记到哪里。她利用一切机会学习汉语,乘车时记车站名,去商店记商品名。她写作业要付出比别人多几倍的时间。有时父母睡了,她就藏在被窝里打着手电筒继续学……在三年级结课时,她捧给父母的成绩单上记着:语文 88分、数学 85分、美术 82分、体育 80分、音乐 78分、思想品德优秀。苏进成功的秘诀就在于她克服困难的勇气和决心。

● 正确对待自己的优点和不足

有的人总是担心自己“不行”,也有的人因学习成绩一时下降而丧失信心,这是不可取的。每个人都有自己的优势,只有全面认清自己的长处和短处,才能找准在新环境中的奋斗目标,充分挖掘自身的潜能,成为中学生活的主人。

国际中学生化学奥林匹克竞赛金牌得主焦宇辰,自幼喜欢化学,初中毕业时考入市重点高中的理科特长班。入学后的第一次期中考试,他由原来的“名列前茅”跌入中等,他被这一突然的“倒退”击懵了。经过短时间的困惑之后,他冷静地分析了自己学习过程中的潜力和薄弱环节,仔细观察并吸收他人的学习方法和技巧,以“我的未来不是梦”激励自己,努力拼搏,学习成绩直线上升,最终达到了他攀登科学文化高峰的第一个巅峰。

● 自觉主动地为集体和他人服务

一个由几十人组成的班集体,不可能每个人都担任班干部,况且,担任班干部只是为他人和集体服务的一个途径。培养为集体、为他人服务的能力有很多机会,只要我们用心去观察、情愿当“配角”,同样会有所作为。

苏进上六年级时,随父母调入北京,这是她第七次变动学习环境。当她调入六六中队时,中队委员会已组建完毕,老师希望她能在集体中发挥作用,可是只能做个编外队委。她听了爽快地回答:“没问题”。她主动协助中队委做工作,出宣传期刊,画报头,写大字,大队会上作主持人,编导节目。苏进不计较个人得失,协助班干部开展工作的主动精神,为我们树立了榜样。

● 充分发挥自己的特长,找到在集体中的位置

人各有所长,如果我们善于抓住一切机会展现自己的特长,就会在新的集体中受到青睐。

苏进的英语好、口语能力强,且多才多艺。她每到一个新的环境,总是努力在各种活动中发挥其所长。如1985年10月,10万名中外小朋友在北京人民大会堂举行盛大联欢会,她出色地完成了北京市市长致辞的口头翻译工作,她还为美国朋友作向导,翻译、讲述祖国的名胜古迹和灿烂文化。为此,她不仅受到了社会的赞誉,也得到了同学们的钦佩。

团队家谈

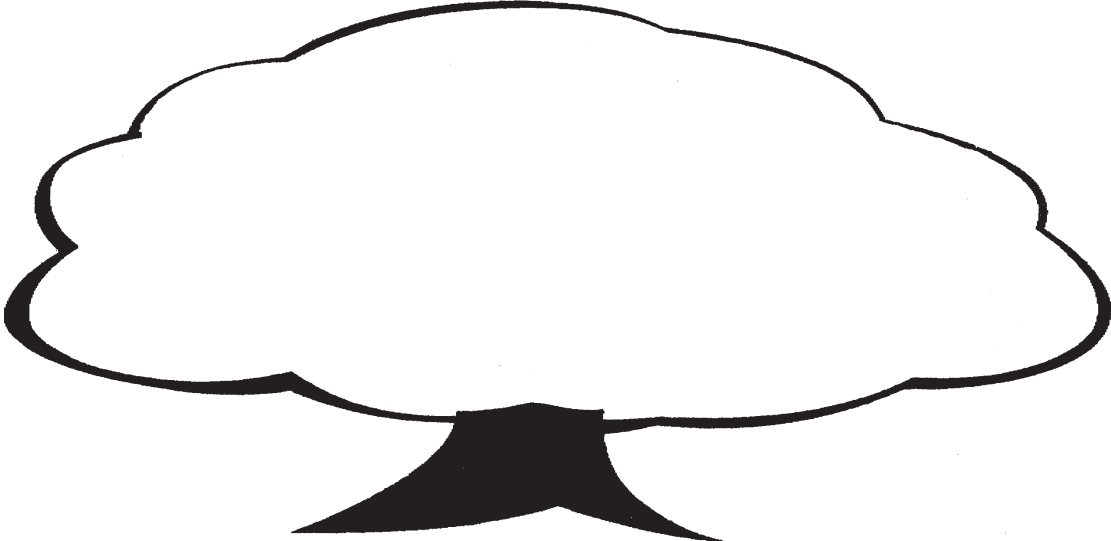
苏进和焦宇辰为何能适应新环境,并不断取得进步?

你对中学环境有哪些方面能适应?有哪些方面难于适应?

你打算怎样尽快地适应新环境?

苏进之所以能迅速适应新环境,焦宇辰之所以能战胜在新环境中遇到的第一次挫折,重要的原因是他们具有健康的心理品质。

衡量中学生心理是否健康的标准,概括起来有以下几个方面:



1. 有理想,有抱负,有明确的人生目标;
2. 活泼、热情、合群,能与同学们和睦相处;
3. 乐观向上,有自信心,意志力顽强,勇于克服困难;
4. 善于调节情绪,不计较一时、一事的得失;
5. 性格开朗,心胸坦荡,虚心学习他人之长,补己之短;
6. 热心为集体和他人服务,言行符合社会规范;
7. 自我意识健全,能保持个人的内部心理活动和外部环境的协调一致。

我有好办法

活动设计之四

阅读

●甘雨的困惑

甘雨随父母调入某市,进入一所新学校。他在原校担任班长,有绘画、书法和短跑等方面的特长,在同学中享有较高的威信。现在,他反复思考如何面对陌生的同学、未曾相识的老师……能否拥有昔日的一切,他感到心绪不宁,不知如何是好,他渴望大家的帮助。

●何川说:我上初一不快乐

我是刚进入中学的一个苦恼的男孩,可别说我没有上中学的思想准备,我只是觉得跳跃感太大,还难以适应。

在小学,班主任每天都在,能指导我们该做什么和怎么做。六年级时学习那么紧张,我从没觉得困难。现在蹦出那么多新课,真不知从何下手。多数新老师我还不知道姓什么。他们上完课就走,没人理我们了,这可怎么办呀。

上了中学,大家只是长大了一岁,怎么都拘谨得像“小大人”。那么好的足球场男孩子不去折腾,女孩子也从不搭理我们男生。我怀疑我是不是变丑了,不然,她们怎么一碰上我的眼光时,马上就低头去看脚趾头。难道我真的比不上她们的脚趾头吗?

在高中生面前,不选那怕是在初二、初三的哥哥姐姐们面前,我都觉得紧张。他们老是莫名其妙地一会儿大笑一阵,一会儿又小声地说些什么。每一次,我都觉得自己像个小笨蛋,被别人当了笑柄还不知道。

这些事搅得我心神不定,起初那种上中学的自豪感都没了。是不是人长大了,烦心的事就来了芽

邀请大家为甘雨与何川出谋划策,以“假如我是甘雨”或“何川我来帮你”为题,在小组或全班发表自己的看法。

敞开你的心扉

活动设计之五

活动一 作文评选

课前每人以“我心目中的_____”为题写一篇短文,可以写出对新学校、新班集体、新同学、新班主任以及新“我”的期望。

课中评选出优秀文章。

课后选择最优秀文章在班内进行配乐朗诵。

活动二 自评

围绕道德行为、学业能力、身心健康、审美情趣、劳动技能、自育能力、创新能力、生存能力等方面,制定一份“小白鸽”计划,每月自评一次。



人生最有趣的事情,就是送旧迎新,因为人类最高的追求是在时时创造新生活。

——李大钊



二、交往的技巧

人是社会的人，离开了社会就无法获得精神和物质需要的满足。人与人相互尊重、彼此关心、共同协作，才能使社会生活充满朝气。在与他人的友好交往中，能使自己增添自信和力量，个人的品德和才智也就能得到充分发展。离开了交往，人就会像一只孤雁，无助地飞翔而找不到栖息的地方；离开了交往，也就会在自己身上缚上一张无形的网而寸步难行；离开了交往，就会丧失驾驭生活的勇气和能力，最终被社会所淘汰。

某中学一名初三学生，父母对他的期望值很高，他也想升入一所重点高中。平日他刻苦读书，但每次考试都达不到预期目标。由于学习成绩不够理想，他很苦恼，怕伤父母的心，又怕同学瞧不起自己，更担心老师的批评，自卑感很强，怯于和他人交往。除了上课与同学在一起外，其他时间都是独自一个人呆着。他没有知心朋友，对集体活动也不热心参加，心中的烦恼和忧愁从不向父母、老师和同学诉说，总是闷在心里。这样，他享受不到集体生活中愉悦的气氛，心情忧郁日盛。不久，他的学习成绩和身体健康状况明显下降，终于积郁成疾，无法再继续学习了。

我和父母

家庭是人生的第一所学校，父母是人生的第一位老师。对于中学生来说，家庭就是人际交往的起始点，父母及亲友是我们最初的、也是最亲密的交往对象。孩提时代有什么心里话，学校里发生什么新鲜事，总喜欢向父母诉说。但是，随着年龄的增长、独立意识的日益增强，与父母之间就逐渐产生隔阂，矛盾和冲突也逐渐增多。因此，正确处理好与父母的交往尤为重要。



学会交往

课前老师向家长发调查问卷,内容如下:

当孩子升入中学后,出现过顶撞父母的现象吗?如果有,请举例说明。当孩子顶撞您时,您是怎样想的,又是怎样做的?

您对孩子有哪些期望?当孩子做不到时,您是怎样想的,又是怎样做的?

孩子喜欢交友,您是怎样对待的?

当您的孩子对某些问题的看法与您不一致时,您是怎样处理的?

您发现孩子有哪些优点值得赞扬和鼓励?

请家长用书信或录音方式回答这几个问题。雪

邀请几位家长参加班会活动,选择有代表性的书信在全班宣读,或播放录音。雪

听完父母心声之后你是怎样想的?请全班交流。

下列情况,相信你至少遇到过一种,如果碰到这些情况,你打算如何处理?

当父母私自翻了你的日记或信件时:

我_____

当父母错怪你时:

我_____

当父母因你的考试成绩不好而唠叨时:

我_____

当与父母的想法产生分歧或发生误会时:

我_____

当父母一方工作单位不景气或下岗时:

我_____

当父母担心你和同学去郊游不安全而阻拦时:

我_____

写完后在全班交流,找出解决矛盾的正确方法。

天下没有不爱自己儿女的父母,问题在于有时候不知道该怎样去爱,不知道怎样做才是真正的关心。我们都知道,人之亲情,血浓于水。但是,与生俱来的亲情也需要后天的培养才能根深蒂固,更需要双方的努力。特别是做子女的,只要学会与父母和睦相处的方法和技巧,两代人的心便会一起跳动,家庭就会洋溢着温馨与欢乐。

和父母交往时要掌握的技巧是：

❶ 委屈时，学会在谅解中求得沟通，避免情绪冲动；
❷ 分歧时，学会在求同中保留看法，接纳父母的合理意见；
❸ 父母有难时，在关心中学会孝敬，给父母以最大安慰。

我和老师

“师者，所以传道、授业、解惑也。”在学校里，老师不仅把科学文化知识无私地传授给我们，更重要的是教会我们如何做人，所以尊师重教是中华民族的优良传统。但由于师生之间往往存在着某些思想上和认识上的差异，一些小矛盾也时有发生。

大家来分析

活动设计之三

❶ 阅读

一天，小强正认真听讲，邻座一位同学传过来一张纸条，约他放学后去打球。他把纸条退给了那位同学，并轻声劝告：“上课不要传纸条。”谁知被李老师发现了，她马上批评了小强，小强向教师解释也无用。小强觉得十分委屈，有口难言，认为老师和自己过意不去。第二天上学路上，小强正巧碰到李老师，并向她打招呼，但老师只顾低头走路没有作声。小强想：“是不是老师故意不理我，让我难堪……”

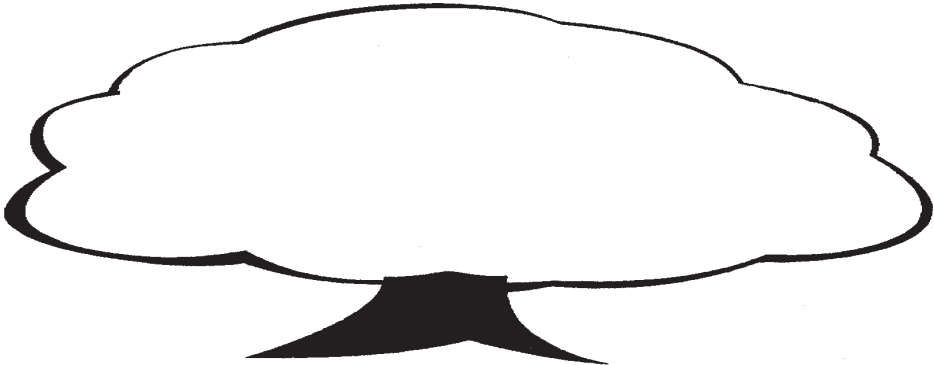
小敏是一个成绩优异的学生，她总认为自己比别人高一个档次，处处看不起人。一次她和一位同学因一件小事发生争执，她高傲地说：“你有什么了不起，成绩又不太好，还配和我吵架！”班主任耐心地劝说她，不应这样对待同学，小敏非但不听，相反却认为老师是故意刁难她。

❷ 议论

请同学们根据上述内容分小组展开自由议论，想出一个解开小强和小敏心中症结的最好办法，然后在班内发言。



在学校,师生之间的误解是常有的,也是正常的,关键在于如何消除。消除误解的办法可以参照以下三点:



客观分析情况,克服感情用事,避免先入为主;
心理相容,多一点宽容和体谅,少一点狭隘和戒心;
以诚相待,把握时机,言有分寸,注意交流。

我和同学

我国学者曾就人际交往问题进行过研究,他们总结出人际交往较好的学生一般具有以下个性特征:尊重他人、关心他人,对人一视同仁、富于同情心;热心班集体活动,工作负责、办事可靠;持重、耐心、忠实厚道;热情、开朗、喜爱交往、待人真诚;聪颖、喜欢独立思考、成绩优良、乐于助人;重视自己的独立性和自律,并且有谦逊的品质;有多方面的兴趣和爱好;有审美眼光和幽默感;温文尔雅、仪表美。

尽管我们在和同学的交往中想努力塑造一个完美的自我,但由于种种原因,同学之间也会发生一些不愉快的事情。

生活中的你、我、他

活动设计之四

请同学们根据以下情景,结合平日生活,展开联想,以小品的形式真实地表现出来。

大扫除时,你在不紧不慢地收拾书包,生活委员催促你赶紧去做卫生,你非常反感……

你和小粤、小月、小悦三个人是好朋友,不知为什么他俩近来似乎有意在疏远你,而你…

…

小张前几天向你借了元钱至今没有还。今天他又以没带钱为理由向你借钱买午饭…

…

在平日考试时,你的同桌由于没有认真复习,在考试前向你提出了“请求”,你应该……

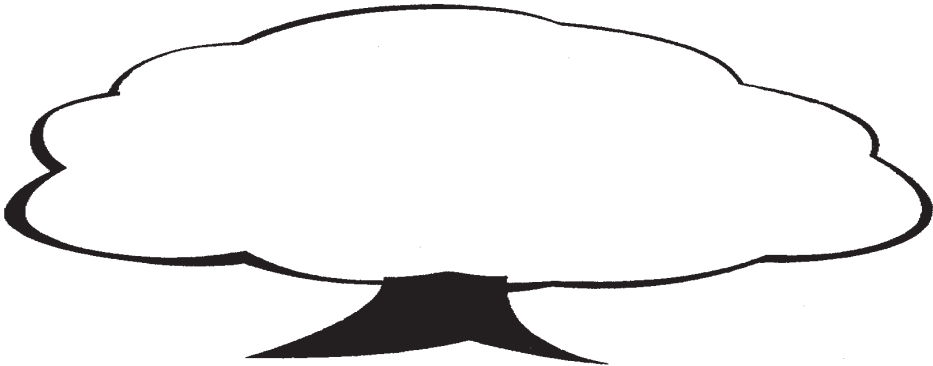
根据同学们所表演的内容,展开讨论:

在以上的表演中,你对有关同学之间交往的问题是怎么看的?

从以上问题,通过交流,请归纳出同学之间交往的技巧,它们是:

獯根据亲身体会,畅谈“我最喜欢和什么样性格的人交朋友芽”在交往中我需要克服哪些性格上的弱点芽”

中学生活是五彩斑斓的,同时也是人生道路上的“事故”多发期,由于生理、心理的发育日渐成熟,有人往往把男女生之间的正常交往看得很微妙。其实不然,男孩们和女孩们之间互相帮助、互相关心、互相支持的纯真友情既正常又健康。有一位学生给自己确定了与异性交往的四条原则:

- 
- 第一、心地纯正,态度明朗;
 - 第二、谈吐文雅,举止端庄,仪表大方;
 - 第三、探讨问题时一般在公共场合;
 - 第四、参与活动时注意群体性。

交往能使我们尽快地了解、熟悉和适应环境;能让我们在融洽和谐的气氛中与大家齐心协力,团结合作;能让我们在交流中丰富知识、提高能力、开阔视野;能让我们充分发挥个人特长,优势互补;能让我们得到情感的联络与沟通,增进情谊,与周围人甚至陌生人友好相待互助互勉、共同进步。交往还能使我们心情愉快、精神振奋,发现自己的生长点和保持心理平衡的支撑点,从而起到正确地认识自我、完善自我的作用。

检测自己

活动设计之五

每学期总结一次交往能力提高的情况,按粤月悦划分为三个等级,在空格处填上。

交往能力评价表

交往能力	自评	家长评	教师评	同学评
合群、合作、真诚守信(讲究诚信)				
待人礼貌、热情、大方、善良				
宽容、尊重、理解他人				
赞赏他人、幽默可亲				
心胸坦荡,不计较小事				
有不同意见,当面讲出来				
主动向父母、知心朋友谈心里话				
认真听取他人的意见				
虚心学习他人长处,无嫉妒心				
是非分明,坚持原则				
不搬弄是非,不乱传闲话				
主动帮助他人解决困难				
善于用微笑化解矛盾				

英国作家萧伯纳曾形象地比喻说:如果你有一个苹果,我有一个苹果,彼此交换,我们仍只有一个苹果;如果你有一种思想,我有一种思想,彼此交换,我们每个人都有了两种思想。让我们在交往中不断获得真知,在交往中享受人生的快乐,在交往中去寻求人生的真谛。



学会待人处世的态度,比拿到大学文凭还重要。
 ——**美国**戴尔·卡耐基
 一个永远也不欣赏别人的人,也就是一个永远也不被别人欣赏的人。
 ——汪国真

三、爱的甘泉



爱是一种无私、高尚和伟大的情感，是自己与他人或事物之间的一种精神联系。人们常说：“人间之爱莫过于母爱。”的确，没有父母，我们就不可能长大成人。然而，有些少年朋友却不懂得体贴、关心和孝敬父母。日本某研究机构对日本、美国、中国三个国家中学生的一项调查显示，在回答“谁是你最尊敬的人呀”这一问题时，日本和美国的学生列在前三位的是父亲、母亲、英雄人物或球星。中国的父母却被孩子们排在第 10 位、第 15 位。某中学在一次调查时发现，该校竟有半数学生连自己父母多大岁数、父母的生日是哪一天都不知道。形成鲜明对比的是：有不少同学对朋友、歌星、体育名星的生日却记得清清楚楚。自己过生日要父母操办请客，父母过生日居然连一句祝贺的话都不会说。这种现象正常吗？

星、体育名星的生日却记得清清楚楚。自己过生日要父母操办请客，父母过生日居然连一句祝贺的话都不会说。这种现象正常吗？

给父母一个惊喜

活动设计之一

请在下面的横线上写出你父母的生日。

爸爸的生日：_____ 妈妈的生日：_____

思与行。

在父母生日的那一天，你将采取怎样的方式为他们庆祝？请将你的具体设想写下来。提示：写一首小诗、唱一首歌、亲自为父母准备一顿晚餐、亲手为父母制做一件生日礼物，以“今天是妈妈的生日”为题画一幅画表心意等等。想一想怎样做才是给父母最好的礼物？

树立心中的榜样

活动设计之二

讲述伟人、名人和同龄人孝敬父母与长辈的故事。

摘抄孝敬父母的名言名句，并在全班展示。

孝敬父母是公民的义务,是家庭伦理最基本的要求,是人类爱的源泉。人类的许多爱,都是从孝敬父母延伸出来的。前苏联一所中学里挂着这样一幅标语:“要爱你的妈妈”有的人看过以后,问这所中学的校长苏霍姆林斯基,为什么不写“爱祖国”、“爱人民”,却写上“爱妈妈”时,苏霍姆林斯基回答说:“如果一个孩子,一个中学生连他的妈妈也不爱,还能爱他人、爱家庭、爱祖国吗?”一问一答,道出了爱父母与爱祖国之间的必然联系。一个人只有把孝心献给了父母,才能进而把关心献给他人,把忠心献给祖国,把爱心献给社会。

体味人世间的爱

活动设计之三

请有感情地朗读下面这首诗。

小时候

听到许多人

都在说爱

我问妈妈:爱是什么,什么是爱

妈妈告诉我——

爱是三尺讲台上老师洒下的汗水

是故交挚友见面时热情的拥抱

更是天涯游子身上密密的针线

可我却不明白

时光流逝

我长大了

我感到身边的爱无处不在

并且我发现

我也在爱

我的爱很奢侈

我深爱着一块 960万平方公里的土地

这里有以龙为图腾的民族

这里有长城和运河组成的“人”

我的龙的民族啊

因为爱着你

我心潮澎湃

爱或许就是这样

能与你所爱的同呼吸、共命运

我终于明白了爱的真谛

请你从这首诗中找出爱的种类有哪些?

赞美爱心

活动设计之四

请读一读

1997年 7月 11日,在天津市实验中学初一(六)雪班教室里,举行了一个没有入团申请人本人参加的庄严的入团仪式。该生名叫王融,她平时学习认真努力,乐于助人,是一个德、智、体全面发展的好学生。在学校迎香港回归排练大型体操期间,她虽身患重病,但仍心系集体,热盼香港回到祖国的怀抱。为了参加最后的演出,她向老师、同学隐瞒了病情,毅然刻苦训练。演出成功后,她也随即住进了医院。

住院期间,在自己治病急需用钱的情况下,王融将 100元钱资助给一位来自农村急需交款的同龄病人。当全校师生得知王融同学身患绝症,治疗费用已高达几十万元时,他们自发地组织