

复习知识点

第一单元 完善自我 健康成长

第 1 课 学会尊重

每个人都应得到尊重

1、 在生活中， 我们会遇到不同的人， 其中很多人是我们非常尊重的。 谈到尊重， 我们往往关注取得一定成就的人， 无视身边默默无闻的人。

2、 每个人都是独一无二的个体， 即使默默无闻， 即使没有取得什么显著的成就， 他也是拥有生而为人的〔尊严〕。 每个人， 都应当得到〔尊重〕。

例如， 周阿姨是超市的营业员。 周阿姨多年为街道邻居提供便利， 就值得尊重。 因为周阿姨靠自己勤劳的双手踏实工作， 就值得尊重。

3、?宪法? 规定： 中华人民共和国公民在法律面前一律平等。 国家尊重和保障人权。 中华人民共和国公民的人格尊严不受侵犯。

尊重自己

4、 每个从都有自己的〔尊严〕 和〔价值〕， 只有尊重自己， 都会获得别人的尊重。

尊重自己包括〔自尊〕、〔自重〕、〔自爱〕 和〔自我接纳〕 等方面。

相信自己的价值， 〔不自我贬低〕、〔不自卑〕 就是尊重自己的

重要表现。

5、 尊重自己还表现为： 维护自己的〔形象〕。 爱惜自己的〔名誉〕。 信守自己的〔承诺〕。

6、 面对冒犯和侮辱， 我们应怎么做？

指出对方的错误， 要求对方抱歉， 必要时拿起法律的武器……

7、 尊重自己， 并不意味着拒绝批评。 尊重自己与接受别人的批评是不矛盾的。

如果过于爱面子， 输不起、 说不得， 就是过度维护自己。

8、 以下行为属于“尊重自己”

王明给赵刚起了个难听的外号， 赵刚一听就火了， 要求王明向他抱歉。

老师找杨岚谈话， 说她最近上课思想开小差， 学习退步。 听了老师的话， ， 她难过又

9、 以下行为属于“过度维护自己”

周倩听不得批评， 每次别人提出意见， 她都有很多理由为自己辩护。

黄晓琳一向以自己的舞蹈才艺为荣。 有一天， 好朋友方方说张红艳的舞蹈比她还要好。 黄晓琳很生气， 觉得伤自尊了， 两个星期都没理方方。 李远特别喜欢下棋， 每次赢了就兴高采烈， 输了就生气发火， 班上都不愿意和他下棋。

10、 维护自己应适度。

不过分敏感， 保持情绪平稳。

客观评价自己， 既相信自己的能力， 也能认识到别人可能比自己更优秀。

理性对待他人意见， 分析问题时对事不对人。

11、 自敬， 那么人敬之； 自慢， 那么人慢之。 ——朱熹

自尊不是轻人， 自信不是自满， 独立不是孤立。 ——徐特立
尊重他人

12、 被别人〔尊重〕 让我们感到愉快、 满足， 充满价值感。 推己及人， 别人也希望我们能给他们带来同样的体验。

13、〔尊重他人〕 是一项根本的〔道德要求〕， 也是一个〔文明素养〕 的表达。 但在现实生活中， 一些人的行为却违背了最根本的道德要求。

14、 不尊重他人的表现：

张明向王刚请教问题， 王刚说：“不懂就自己想嘛！ 你这智商， 估计给你解释你也听不懂。”

小明和小华在放学回家路上， 他二人将清洁工扫在一起的矿泉水瓶当球踢开。

15、〔语言〕 可以表达尊重。 俗话说，“良言一句三冬暖， 恶语伤人六月 寒。” 一名理解、 尊重的话会给别人带来温暖和鼓励。

16、 尊重他人不单表现在〔话语〕 上， 更应该落实在〔行动〕 上。 与人交往时，〔谦虚有礼〕， 〔平等友善〕， 〔重视他人意见〕， 〔关注他人需要〕 ……都是尊重他人的表达。

17、 尊重他人还要能够维护他人的〔自尊心〕， 〔推己及人〕， 让

别人〔觉得舒服〕。

18、我国宪法明确规定，公民的人格尊严不受侵犯。由此看来，尊重他人既是〔道德要求〕，也是〔法律要求〕。

第 2 课 学会宽容宽容让生活更美好

1、〔宽容〕让人们彼此宽待、和睦相处，它是我们〔和谐〕、〔美好生活〕的重要根底。

2、〔宽容〕不仅给我们带来了和谐、友善的社会生活环境，也使我们内心保持平和、安定，让我们生活得健康、愉快。

3、宽容是一种〔善待他人〕的态度，能够释放压力，改善人的(情怀)，增进人的(健康)。因此，(豁达宽容)，(与人为善)使人身心健康，是健康的(“维生素”)。

拥有一颗宽容心

4、在日常生活中，人们忙于工作和生活，彼此之间难免产生摩擦、冲突，宽容能让我们心胸开阔。

5、拥有一颗宽容的心，不能“以眼还眼，以牙还牙”。(报复)不是解决冲突的方式，反而有可能造成更大的冲突，甚至被追究法律责任。

6、“金无足赤，人无完人”。别人会犯错误，我们同样也会犯错误，拥有一颗(宽容)的心，学会(原谅他人)，其实也是原谅可能犯错误的自己。

7、古之君子，其责己也重以周，其待人也轻以约。重以周，故不怠；轻以约，故人乐为善。——韩愈?原毁?

8、宽容不是无限度地(纵容)和(姑息迁就)，而是有(限度)、有(原那么)的。

和而不同

9、生活在充满差异的世界中，不同的人有不同的成长环境、兴趣爱好、观点看法。学会和谐相处、尊重他人的不同，是(宽容)的必修课。

10、君子和而不同，小人同而不和。——?论语·子路?

11、对宽容的理解

别人与自己不同，自己也与别人不同，不可能要求从相同。每个从都有可能犯错误，多听他人意见，才能集思广益。不是所有的事情都有对错之分，在某此事情上，可能有多种看法存在。每个人的观点可能只是一个方面的看法，只有结合大家的意见，才能更加全面……

第 3 课 学会反思

生活离不开反思

1、反思，听起来似乎是一个很抽象的话题，我们都进行过反思，都有一定的反思

能力。当我们思考过去的事情，并从中得到经验教训时，这就是(反思)。

2、反思作为内心活动，是(自我完善)的一种方式，能帮助我们(回忆)、(分析)和(总结)过去。如果(主动反思)，那么能更好地把握(现在)和(未来)

养成反思好习惯

3、 掌握反思的方法， 可以让我们更好地进行反思。

4、 反思的方法：

选择发生在自己身上的某件事情， 回忆事情的经过。

在这件事情中， 哪些地方自己做得对， 有哪些成功的经验。

在这件事情中， 哪些地方自己做得不对， 有哪些失败的教训。

如果能够重来一遍， 或以后遇到类似的事情， 自己可以怎样做会更好？

4、 反思时时都能进行， 在特定情况下， 反思尤其必要。

第二单元 保护地球 共同责任

第 4 课 地球——我们的家园

我们生存的家园

1、 在茫茫宇宙中， 有一个孕育生命的蓝色星球， 那就是我们可爱的家园——(地球) 。

地球为人类生活提供了所需要的(空间)、(环境)和(资源)等。

2、 20 世纪 80 年代， 美国曾建成一个橄榄地球生态系统“生物园 2 号”。

3、 地球孕育了人类， 提供了人类生存的自然环境。 自古以来， 人类就在用自己特有的方式与自然环境和谐相处。

4、 地球是我们的美丽家园， 大自然是人类的母亲。 她生产出丰富的食物， 让人类不饥饿； 她奉献出充足的(土石)和(森林)， 让人类(建房)御寒安居； 那牧场上的(羊群)和中国的(桑蚕)编织

物， 让人类抵挡住酷暑严寒。 ——〔美〕 房龙?房龙地理?

环境问题敲响了警钟

5、 近百年来， 随着人口的增长和人类需求的增加， 地球越来越不堪重负。 生物赖以生存的〔森林〕、〔湖泊〕、〔湿地〕 等正以惊人的速度减少；〔煤炭〕、〔石油〕、〔天然气〕等不可再生资源因过度开采面临枯竭； 化石燃料燃烧释放的大量〔温室气体〕 导致全球气候变暖……地球出现了〔资源短缺〕、〔环境污染〕 和〔生态破坏〕 等问题。

6、 如果人类不能尊重自然， 对默默奉献的地球不去珍惜而是随意破坏， 必然会受到大自然的惩罚。

我们共同的责任

7、 为了更有效地保护地球， 实现持续开展， 世界各国通过签订〔约定〕、 制定〔法律〕 等方式来限制人类对地球的伤害。 我国还把地球保护列为一项根本国策。

8、 2021 年 12 月 ， ?联合国气候变化框架公约? 近 200 个缔约方在巴黎气候变化大会上达成?巴黎协定?。 2021 年 4 月 22 日， 170 多个国家领导人齐聚纽约联合国总部， 将共同签署气候变化问题〔?巴黎协定?〕。〔2021 年 11 月 4 日〕， ?巴黎协定? 正式生效。

9、 为保护和改善环境， 防治污染和其他公害， 保障公众健康， 推进生态文明建设， 促进经济社会持续开展。?中华人民共和国环境保护法? 由中华人民共和国第十二届全国人民代表大会常务委员会第八次会议于 2021 年 4 月 24 日修订通过。修订后的?中华人民共和

国环境保护法？公布，自〔2021 年 1 月 1 日〕起施行。

10、人与自然是〔生命共同体〕。人类对大自然的伤害最终会伤及人类自身，这是无法抗拒的规律。为了保护地球家园，人类不断探索剖析，运用聪明才智，将自然界赋予我们的清洁能源与现代高科技相合。大力开展循环经济，实现持续开展。

11、循环经济，包括产品的〔清洁生产〕、〔资源的循环利用〕和〔废物高效回收〕清洁能源，太阳能、风能、水能、生物能资源开发和利用越来越受到重视。（如太阳能发电、地热发电、风能发电、海潮发电等）

第 5 课 应对自然灾害

我国自然灾害知多少

1、我国是世界上遭受自然灾害最严重的国家之一，主要的自然灾害有〔旱灾〕、〔台风〕、〔洪涝〕、〔地震〕、〔滑坡〕、〔泥石流〕、〔病虫害〕等。

2、我国的自然灾害〔种类多〕、〔分布广〕。

3、自然灾害不仅会造成资源破坏，直接经济损失和人员伤亡，还会带来各种间接损失，甚至可能会影响社会的稳定和持续开展。

4、为了减轻自然灾害对人民生命、财产平安的危害，我国不仅建立了气象、海洋、地质及生物等灾害的监测、预警系统，还建设了牢固的防灾减灾工程。

5、2007 年 6 月 11 日，中国气象局公布的《气象灾害预警信号发布与传播方法》对各类气象灾害预警信号进行了规定。预警信号

的级别依据气象灾害可能造成的危害程度、紧急程度和开展态势一般分为：〔一般〕、〔较重〕、〔严重〕 和〔特别严重〕， 依次用〔蓝色〕、〔黄色〕、〔橙色〕 和〔红色〕 表示， 同时以中英文标识。

6、 面对自然灾害， 人们不断探寻科学、 有效的方法抗击灾害。从而提高抗灾能力。

7、“风云四号” 气象卫星成功发射。 有利于提升国家对灾害天气的监测和预警能力。

8、 为了防止河流泛滥， 我国修建了很多防洪堤坝。

9、 为了防御自然灾害， 科技工作者正在不断研究， 创造各种抗灾技术。

10、在人类防御自然灾害的过程中，法律也是约束人的行为、减少自然灾害的生分手段。

为了防治洪水， 防御、 减轻洪涝灾害， 维护人民的生命和财产平安， 保障社会主义现代化建设顺利进行， 1997 年 8 月 29 日第八届全国人民代表大会常务委员会第二十七次会议通过了《中华人民共和国防洪法》， 自 1998 年 1 月 1 日起施行； 2021 年 7 月 2 日第十二届全国人民代表大会常务委员会第二十一次会议，进行了第三次修订。 第三十

七条 任何单位和个人不得破坏、 侵占、 毁损水库大坝、 堤防、 水闸、 护岸、 抽水站、 排水渠系等防洪工程和水文、 通信设施以及防汛备用的器材、 物料等。

第三单元 多样文明 多彩生活

第 6 课 探访古代文明

早期文明发祥地

1、放眼世界，人类拥有的很多文明成就，都可以溯本求源。世界多个地区古代遗迹的发现，告诉我们人类的文明史是由世界人民共同创造的。早期文明区域的出现，说明人类开始跨入文明时代的门槛。区域文明的兴衰、交融和变迁，构成了人类文明演进的历史画卷。

2、早期文明都位于〔大河流域〕。

3、中华民族有着悠久的〔历史〕、灿烂的〔文化〕和勤劳智慧的〔人民〕。〔黄河〕和〔长江〕是我国最主要的两条河流。“被称为”母亲河“。〔黄河〕和〔长江流域〕是中华文明的重要〔发祥地〕。

4、在中国历史上，位于长江流域的河姆渡人〔距今约 7000 年〕和位于黄河流域的半坡人〔距今约 6000 年〕，早就开始了定居生活。

5、远古先民在采集生活中逐渐学会栽培农作物，在狩猎生活中学会了饲养动物。经过长期努力，最终实现了从采集到农耕、从渔猎到畜养的伟大变革，充分表达了古代劳动者的智慧，原始农业的兴起和开展为古代文明社会的形成奠定了重要根底。

6、古埃及文明发源于非洲北部，他们栽种〔大麦〕、〔小麦〕等作物，把尼罗河流域建成了〔“粮仓”〕。

古印度人在印度河和恒河流域饲养动物、种植谷物和蔬菜。中国的甲骨文、古巴比伦的楔形文字、古埃及的象形文字。

7、文明古国创造的灿烂文化还有医学、数学、建筑、文学、

艺术……他们都是文明开展史作出了重要奉献，对世界产生了重大影响。〔古巴比伦〕、〔古印度〕、〔古埃及〕、〔古代中国〕， 并称为世界四大文明古国。闻名世界的文化遗产

8、世界上还有许多令人叹为观止的文化遗产， 这些文化遗产是世界人民的骄傲，更是人类文明的瑰宝。 它们见证着劳动人民的聪明才智， 展现着早期人类文明的辉煌历史。

9、〔殷墟〕 位于中国历史文化名城——安阳市的西北郊， 是中国商代晚期的都城，距今已有 3300 多年的历史。安阳殷墟以其重要的历史、文化、科学和艺术价值， 成为人类文明进程中一个重要的〔里程碑〕。 2006 年 7 月，〔殷墟〕 被联合国科教文组织列入〔世界文化遗产名录〕。

10、殷墟出土了大量都城建筑遗址和以〔甲骨文〕、〔青铜器〕 为代表的丰富的文化遗存，系统地展现了中国商代晚期辉煌灿烂的青铜文明， 也是中国历久上第一个文献可考。

11、我国是一个历史悠久的文明古国， 有众多珍贵的历史文物、历史遗址。

12、〔金字塔〕 是古埃及文明的象征， 在尼罗河沿岸有大大小小的金字塔遗存近百处。金字塔的建造充分证明古埃及人在(建筑学)、(数学)、(物理学)等方面的水平到达的高度。

12、 为了维持统治， 古巴比伦王国国王汉谟拉制定了一部法典——(?汉谟拉比法典?)， 它是世界上迄今发现的古代(第一部) 比拟完备的成文法典， 共 282 条。 法典被刻在一块石柱上， 故又名

（“石柱法”）。现在，这块石柱被珍藏在（巴黎的卢浮宫）。

13、古建筑还有古罗马的斗兽场、古代波斯帝国的宫殿、

14、始建于公元前 6 世纪的波斯首都波斯波利斯的宫殿，建筑者中有希腊的（石匠）、巴比伦的（砖匠）、黎巴嫩的（木工）、埃及的（金工）、中亚的（宝石匠）。

15、人类古代文明成就辉煌，不同文明之间不是孤立存在的，而是相互学习和借鉴的。古代文明的遗迹是我们了解过去的重要途径，也是人类共同的精神、文化财富，需要我们去珍惜、领悟和传承。在交相辉映的早期文明中，只有中华文明一直延续至今，未曾中断，这是中华民族文化自信的重要源泉。

第 7 课 多元文化 多样魅力

各不相同的生活环境

1、人类居住的地球，约（71%）的面积被海洋覆盖。陆地仅占地球外表积的（29%），却是人类生息繁衍的地方。

2、按面积由大到小排列，地球上的“四大洋”是指：〔太平洋〕、〔大西洋〕、〔印度洋〕、〔北冰洋〕；

“七大洲”是指：〔亚洲〕、〔非洲〕、〔北美洲〕、〔南美洲〕、〔南极洲〕、〔欧洲〕、〔大洋洲〕。

3、陆地外表上下起伏，形态多样。有连绵起伏的（高山），有低洼的（盆地），有宽广的（高原），有低平的（平原）、有低矮的（丘陵）……

世界上最雄伟、最高的山脉——喜马拉雅山脉

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/368055024040006106>