+七年级上册

第一单元走进新天地　　第一课新天地新感觉

1．从小学到中学，这是每位同学人生旅途中的一次重要跳跃。这是一个崭新的起点，这是我们从幼稚走向成熟。

2 ．面对重要的一跳，我们有什么新的感觉？　　成为中学生了，我们感到很新鲜，全新的生活给了我们全新的感觉和体验，别人对我们也有了新的看、新的规定

3 ．面对新的问题和困难，我们应有哪些对策？

（ 1 ）要学会独立生活，提高生活自理能力，不断适应新的环境

（ 2 ）要科学安排时间，合理分派任务。

（ 3 ）对的解决同学之间的关系，建立新的人际关系

（ 4 ）增强自我保护能力，学会拒绝不良诱惑

（ 5 ）学会适应新环境、新老师、新同学、新知识等、

4 ．如何结识初中生这个群体？

（ 1 ）初中生群体是一个庞大的群体，我们每一位初中生都是这个群体中的一员；

（ 2 ）生活在不同地区的初中生群体，受经济条件等因素的限制，学习条件存在着明显的差异。

（ 3 ）为作为中国初中生群体的一员而骄傲，努力学习，为初中生群体增添光彩。

（ 4 ）为不能和我们同样享受在校学习权利的青少年而担忧，积极思考能为他们做点什么。

背书登记表				
日期				
签字				

5.学生辍学的因素有：

①重男轻女辍学；②贫困辍学；③家长失望、学生厌学而辍学；④自己不爱惜辍学；⑤打工苦钱辍学；⑥个别学校的教育方式不妥而辍学；⑦新的读书无用论的影响而辍学。

6、为什么我们要接受教育？

接受教育，不仅是我们的愿望和规定，更是宪法赋予每位公民的权利。表白受教育不仅是公民的基本权利，又是公民的基本义务。

7、如何履行我们的受教育义务？

认真履行准时入学的义务认真履行接受规定年限的义务教育，不得半途辍学的义务；认真履行遵守法律和学校纪律，尊敬师长，努力完毕规定的学习任务的义务。

8、义务教育具有哪些显著特性？强制性，公益性，统一性

背书登记表				
日期				
签字				

9、侵犯中小学生受教育权的现象有：①个别女孩的受教育权受限制；②个别学校随便开除学生；③有的学校分快慢班；④个别工厂招收未成年人做工。

10、保障我国公民受教育权的四部法律：《中华人民共和国宪法》、《中华人民共和国教育法》、《中华人民共和国义务教育法》、《中华人民共和国未成年人保护法.》

11、如何维护自己受教育的权利？当我们的受教育权被别人侵犯该怎么办？

当我们的受教育权被别人剥夺或受到侵犯时，我们可以采用非诉讼方式或诉讼方式予以维护：非诉讼方式：寻求学校老师、本地居（村）民委员会、妇联、教育主管部门的帮助；与当事人协商、和解；由人民调解委员会调解等。诉讼方式：向人民法院提起诉讼。

12、当有人侵犯我们的受教育权的时候，我们应当？或者面对父母的错误行为，应当如何做？

（1）帮助他的父母做好思想工作，告诉他的父母，他的结识是错误的，他的做法还违反了《义务教育法》和《未成年人保护法》，侵犯了未成年人的受教育权；（2）假如他的父母听不进去，可请老师和相关部门说服其父亲；（3）假如最后他的父亲仍不批准，可运用法律武器来维护自己的受教育权。

13、假如你是朱道美的同学，你打算如何帮助她反复校园?

告诉她的结识是错误的，行为是违法的。她应当爱惜受教育的权利，自觉履行受教育的义务，由于受教育对个人的发展和国家的进步起着重要作用，所以应当返校读书，努力学习。

背书登记表				
日期				
签字				

第二课　我的自律宣言

1、走向独立是长大成人的一个基本规定，拥有自己的秘密是长大标志之一。

2、长大的明显标志是：能用自律宣言约束自己。

3、长大的重要标志是：有强烈责任感。

4 ．我长大了，应有哪些具体表现？（ P12 一 P14 ）

（ 1 ）不要逃避责任，学会承担责任，言而有信，注重承诺。

（ 2 ）学会自我教育，积极学习。（ 3 ）学会反思和评价自己。

（ 4 ）学会自我控制和自我约束。

（ 5 ）自立自强，尊重和理解别人，对人文明礼貌等

5、身边的不良诱惑有：“黄”、“毒”、“赌”、网吧、邪教、金钱等。

6、不良诱惑的危害：（1）影响学习生活；（2）危害身心；（3）严重者违法犯罪。

7、面对诱惑，我们应当怎么办？（ P15 ）

（ 1 ）面对诱惑，一方面要管住自己，增强自控力。

（2）结合自身实际，发挥聪明才智，用坚强的意志、对的的方法，摆脱其干扰，避免上当受害。具体方法：联想后果法；请求监督法；避开诱因法；培养良好的爱好爱好；婉言拒绝法；专时专用法。

背书登记表				
日期				
签字				

8、面对学校不合理的规定该怎么办？

（ 1 ）要学会从别人的立场看问题，设身处地地为学校着想。

（ 2 ）要学会倾听学校领导的解释，理解学校的苦衷和难处。

（ 3 ）对学校“不合理’的规定，要敢于说不。

9、学校为什么会有很多学生不能理解的规定？

（ 1 ）学校的很多规定是为了学校的管理和发展，不一定符合每一个学生的心理或需要。

（ 2 ）学校的很多规定是为了学校公共生活服务的，假如没有这些规定，学校生活肯定会陷人混乱

背书登记表				
日期				
签字				

11、如何理解约束？（ P20 ）

（ 1 ）约束表现为道德、纪律、各种规章制度和法律规范

（ 2 ）在我们这个世界，约束无时不有，无处不在。

（ 3 ）恰到好处的约束符合大多数人的切身利益，反映绝大多数人的良好愿望，对国民素质和社会文明限度的提高有巨大的促进作用。

（ 4 ）没有规矩，难成方圆、规矩是一种积极的约束，享受约束就是享受生活、

12、如何对的结识自律？(P21)

我们已经长大，可以自觉地遵守合理规定，可以抵制诱惑，也敢于向不合理的外在规定说不。当然，“长大”更明显的标志是对自己也有了规定，能用自律宣言来约束自己!

13、一个自律的人的具体规定（如何做才干成为一个自律的人？）

（1）品德上，提高自身素质，树立自律意识，有强烈的责任感，能对的解决人际关系中的矛盾和冲突;（2）学习上，要学会独立和自觉;（3）行为上，用《中学生守则》来规范自己的言行;（4）外表上：简朴大方、干净整洁。

背书登记表				
日期				
签字				

第三课生命的节奏

1 ．人的一生可分为几个阶段？

幼年、少年、青年、中年、老年。

2 ．人生只有三天，是指哪三天？

昨天、今天、明天。抓紧时间、爱惜时间就是爱惜人生。我们应学会反思昨天，爱惜今天，畅想明天.

3、时间与生命的关系：

（1）时间是生命的刻度，时间是生命的计量单位，时间是生命的节奏，时间是人生最初最重要的财富;

4 ．面对时间，我们应当怎么做？

时间是生命的刻度，是人生最初也是最重要的财富。我们要做时间的主人，不能做时间的奴仆。

5 ．如何做时间的主人？

（ 1 ）用“分”计时：要把握好生命的协分钟，把握好抱负的人生

（ 2 ）区分轻重缓急：面对众多的科目和各利作业，尚有此必须解决的事情，可以将繁多的事情排个顺序，再按轻重缓急来解决

（3）“一心二用”：利川做一件工作的空闲时间，同时做另件事或几件工作，这是一种时间统筹法。

（ 4 ）捉拿“时间窃贼”：爱惜时间，不让时间从我们身边容易地溜走，不浪费时间。

（ 5 ）要遵守时间，守时是一种诚信和美德，是人的品德修养和人格魅力。

6．为什么说“守时是美德 ？

守时是一种美德，假如你不尊重别人的时间，别人也不会尊重你的 时间、、守时就是讲诚信、讲信誉。守时体现人的品德修养和人格魅力，是一种思想境界

背书登记表				
日期				
签字				

第二单元生活中有你　　第四课第一次“握手”

2 如何与陌生同学交往？

寻找共同爱好；寻找对方的优点；为了学习和生活的需要，积极交流，礼貌交往；积极帮助，真诚对待；平等尊重，注重个性；理解、宽容、和谐、友善等

3 “交往明星”都有哪些共同特点？

热情大方、和谐随和、性格开朗、注重分寸、尊重别人、乐于助人、交往积极、不计得失、注重情谊等。

4 ．和谐的人际交往需要哪些技巧？

（ 1 ）微笑是一把神奇的钥匙，可以打开交往的大门

（ 2 ）风趣是一种机智和友善，可以容易地使人际关系润滑起来

（ 3 ）宽容是 一 种积极健康的心态，有助于交往的成功

（ 4 ）真心待人是最大的技巧，是成功交往的前提和基础

（5） 能接受与自己个性不同的人，求同存异。 学会接受不同，也是交往的奥秘之一。

背书登记表				
日期				
签字				

5 ．如何理解宽容之心？

宽容是一种心态，是一种健康的心理；宽容是一颗包容之心，学会宽容是和睦相处的基础；宽容是一颗子爱之心，是打开人与人和解之门的钥匙；宽容是一种修养，需要我们专心去学习、去体会、去感悟，需要勇气和智慧，宽容会使人快乐

6 ．为什么说学会接受不同是交往成功的奥秘之一？（ P46 ）

（ 1 ）生活中没有两个完全相同的人

（ 2 ）每个人都是不同的，都有自己的个性

（3）学会接受不同，才干尊重别人；平等对待别人，才干与人和睦相处，才干获取对方的友谊）

背书登记表				
日期				
签字				

7 ．为什么说“君子和而不同，小人同而不和”？（P46 一 P47）君子之间的交往是求和谐，但并不是一味地投别人所好、盲从附和，有自己的个性和原则；小人的交往却是为了自己的目的，凡事没有原则和亿场，一味迎合别人，最终难得和谐。

8、 微笑的重要意义？

微笑在脸上，其根源却在内心；爱的微笑像一把神奇的钥匙，可以打开心灵的迷宫；真诚的微笑往往能使我们获得许多意想不到的收获；微笑能使人际关系变得融洽，能化解人与人之间的矛盾，增强友谊。

9、　风趣的重要意义？

风趣是一种机智和友善，可以容易地使人际关系润滑起来；风趣还是信任之桥的建设者；风趣是化解困境的最和谐方式；只要你不只是到处与人握手，以风趣去与人交往，那么时空距离就会消失。

背书登记表				
日期				
签字				

第五课为别人开一朵花

1、**心中有别人的含义**：（1）心中有别人的是换位思考的心理基础；（2）关心别人就是关心自己。

2、**心中有别人所具有的品质**：善良的心、能为别人付出、高贵的精神、崇高的品格、天使般的心灵。

3 ．如何才干“为别人开一朵花”？

（ 1 ）一方面要心中有别人，积极为别人着想，为别人考虑，愿为别人付出。

（ 2 ）要学会换位思考，理解别人的感受，“己所不欲，勿施于人”。

（ 3 ）要学会分析问题，积极寻找问题的因素，善于把握交往中的细节，不草率行事，不要急忙下结论，事情也许另有因素，才干“为别人开一朵花”，发明和谐。

4 ．如何理解“己所不欲，勿施于人”？

（ 1 ）在生活中，自己不喜欢的、不希望得到的，不要施加给别人。

(2 ）在生活中，我们要理解别人的感受，设身处地地为别人着想。

(3 ）这是做人的原则和道德金律

背书登记表				
日期				
签字				

第六课走近老师

1、老师为什么值得我们关爱？（老师的重要作用？）

（1）是老师，把我们从懵懂引向成熟，使我们从无知变得学有所长；(2)是老师，领着我们看到了天有多高，地有多广，梦想可以有多大；

2.和谐师生关系的作用（不能对的对待老师批评的危害）：

（1）有助于身心健康；（2）有助于学业进步。

3、如何才干走近老师？

（ 1 ）要积极了解老师的工作特点、工作方式和教学方法；

（ 2 ）要积极与老师沟通、交流，熟悉老师的个性、生活和心理状态

（ 3 ）要尊敬老师，尊重老师的劳动和老师的个性尊严

（ 4 ）要对的对待老师的批评和表扬，理解老师的良苦专心

（5）对老师有礼貌、关心体贴老师。

背书登记表				
日期				
签字				

4．假如老师在批评你的时候，用了过激的语言你该怎么办？

一方面要接受老师的批评，体会老师的良苦专心，为老师的尽职尽责而感到敬佩，然后在适当的场合，心平气和地与老师进行沟通，帮助老师改正错误，进一步加深同老师的情感交流

5、你准备怎么克服惧怕老师的心理？

（ 1 ）积极与老师沟通交流

（ 2 ）积极了解熟悉自己的老师

（ 3 ）努力学习，尽快完毕应尽的义务

（ 4 ）遵守校纪校规，不做违纪违规的事。

5、怎么样对的对待老师的批评和表扬？

获得表扬不自满，受到批评不气馁，不抱怨。由于老师的表扬是肯定，是鼓励，是期待，被老师表扬是体验的是成功，表扬好比加油站，要再接再厉。（2）老师的批评，是爱惜、是鞭策、是期待，好比是防疫站或急诊室。当我们受到老师的批评时，要认真反思自己的过错和局限性，诚恳地接受老师的批评意见，做到有则改之，无则加勉。（3 分）

7．老师犯错了，我们我们应当怎么做？

老师犯错的时候，我们要合理地给老师提出意见和建议，这是对老师的一种爱；

对学生这种特殊的爱，老师会理解。但我们要注意表达方式，不要让我们的爱使老师难堪，如：写信、打电话、发邮件或找个适当场合，心平气和地同老师直面交流，但是交流时要礼貌待师，勿失分寸，要注意维护老师的尊严

8、假如老师冤枉了你，你该怎么办？

老师也是普通人，也会犯错误。有时老师还会冤枉人。被老师错怪时，我们要和老师沟通解释，消除误会，但是一定要注意： 1. 不顶撞老师，不与老师发生冲突。2.找个合适的时间并用恰当的方式与老师沟通，心平气和，态度诚恳。 3.原谅老师不实的批评 4.反思自己的行为。

9．当我们的合法权益受到老师侵犯的时候，我们应当怎么办？

（1）当极个别老师违反师德师时，根据事情的轻重限度分别采用：与老师协商解决；要向学校反映情况；在父母陪同下到教育行政主管部门去申；

（2）当极个别老师违法时，向本地法院提起诉讼，维护自己的合法权益。

背书登记表

日期				
签字				

第七课我属于 … …

1 ．我们属于哪些群体？

我们是中华民族，故乡，学校，班级，家庭中的一员。人类的生活离不开集体，我们生活在各种群体之中，是群体中的一员

2 ．如何结识个人与群体的关系？

（1）人体的生活离不开群体。从呱呱落地的那一刻起，我们便生活在人类的各种群体之中；（2）我们都在群体中生活，在群体中享受温暖，在群体中不断成长、每一个人都属于各种群体。一个完整的健康的个体是无法离开群体生活的，否则就不也许正常地发展；

3 ．家庭对你有什么重要性？

家庭是我们成长的根基，家是我们成长的摇篮，是我们成长的港湾。家庭为我们的成长提供了物质基础和精神支持。

4、 如何看待我们的民族？

当中华民族遭受列强欺凌时，我们会产生强烈的耻辱感；当国家建设取得成就时，我们会产生自豪感；作为华夏子孙，我们对中华民族随时都有着强烈的依恋感

5、作为一名学生，你打算为学校的发展做哪些奉献？

（1）热爱自己的学校，为自己是学校的一员而自豪；（2）贯彻爱校行动，让更多的人了解我们的学校，如为学校设计几条广告语，；（3）帮助学校改善不完美的地方为学校的发展献计献策；（4）努力学习，以优异的成回报学校；（5）为学校赢得荣誉，爱惜公物和校园环境

6 • 如何才干建设良好的班集体？

（1）建设良好的班集体，最重要的是侮个同学都要有主人翁的责任感（2）要有共同的奋斗目的(3）要有严明的纪律(4）要有团结奋斗的精神(5）同学之间关系融洽，和睦相处（ 6 ）有积极向上班级风尚(7 ）要有自己的特点和独特的精神面貌

背书登记表				
日期				
签字				

第三单元　倾听自然　的声音

第八课生命之间

1 ．对的结识生命之间的关系？

地球是人类赖以生存的唯一家园，每一种生命都有其存在的价值和意义，所有生命之间都有着微妙的和谐关系。

2 ．结识生命形式的多样性。

生命是大自然的恩赐，它是以多种方式呈现出来的。“物竞天择，适者生存”是自然界永恒的规律。大千世界林林总总的动植物以强大的生命力显示了生命的价值和意义。

3 ．动植物对人类的作用。

动植物是我们必不可少的朋友。它们不仅在物质上给予我们慷慨的帮助，并且也是我们精神的慰藉和寄托。

4．人类对自然和生态环境导致的负面影响。（ P88 ）

人口的急剧增长加重了人类对自然界的疯狂索取与破坏，一方面动植物的生存空间被破坏，使一些动植物由于没有安身之地而灭绝；另一方面，人类为了自身的私利，乱砍滥伐，乱捕滥杀，直接导致一些动物的灭绝，致使自然生态环境遭到严重的破坏，危及人类的生存和发展。

背书登记表

日期				
签字				

5 ．为什么说保护物种就是保护人类自己？（P92-P93 ）、

自然界的花草树木、鸟兽虫鱼，都与我们的生存息息相关。在这个世界，人与自然需要和谐相处，人与动物需要友谊，只有学会尊重大自然，敬畏自然界的大小生命，人类才会有光明的前程。历史和现实事实都证明，人类放任自己的破坏行为，漠视物种的灭绝，结果伤害的是人类自身。自然界的一切物种都是生命依存的希望，保护物种就是保护人类自己。

6 ．如何才干做到生命的和谐相处？

（ 1 ）要尊重生命，尊重生命的多样性和独特性。

（ 2 ）要善待生命，要以善良之心去对待生命的多样性。

（ 3 ）要珍爱生命，做动植物的朋友

（ 4 ）人类必须尊重自然规律，善待大自然，爱惜环境，保护动植物，与大自然共存，和谐相处。

第九课　地球的叹息

1 ．地球的第一声叹息：地球上的植被被人们毁坏。（ P95 一 P96 ）

（1）“头发”指树木、花草、植被。

(2)、植被对人类的作用： ① 奉献绿色； ② 提供氧气； ③ 涵养水分； ④ 保护土壤； ⑤ 调节气候； ⑥ 吸取空气中的有毒物质； ⑦ 净化空气； ⑧ 减少噪音等。

(3)、植被遭破坏的因素（“头发”脱落的因素）：① 人类乱砍滥伐、过度放牧、毁林开荒、围湖造田；②人类不合理的开发运用，以牺牲生态环境为代价换取经济的一时繁荣。

（4)、地球植被遭到破坏带来的后果？

A、物种灭绝，影响生命的多样性。

B、水土流失，土地沙漠化，泥石流灾害，危及人类的生存和安全。

C、影响动植物的生存和发展。

D、严重危及生态环境，伤及人类自身。

（5）、我们应如何保护现有的植被？

植树造林,种花种草；退耕还林、适度放牧；合理开发运用资源；走可连续发展道路，树立科学发展观；增强环保观念，树立环保意识，从点滴小事做起，不用一次性碗筷、节约纸张等，敢与同不法行为作斗争。

背书登记表				
日期				
签字				

2 ．地球的第二声叹息：大气层的严重污染。（ P99 一 P101 ）

（ 1 ）因素：一方面植被破坏，沙漠化导致沙尘暴导致空气污染；另一方面，人类在工业生产和平常生活中燃烧大量的石化燃料,向空气排放大量的有毒废气及悬浮颗粒，导致空气污染。

（ 2 ）大气层污染给人们带来的严重后果： ①危害人体健康。②导致工业和农业的经济损失③破坏臭氧层④出现酸雨；

（ 3 ）防治大气污染的措施： ① 净化工厂废气后才排放； ② 限制汽车尾气的排放，发展有环保效益的公交车 ③ 严禁焚烧废旧的塑料、泡沫等有机有毒物质， 严禁焚烧植物的根茎叶；④使用沼气、太阳能、风能等清洁能源;⑤植树造林；⑥完善法律法规，规范排污者的行为；⑦提高环保意识 ⑧走可连续发展道路，树立科学发展观。

背书登记表				
日期				
签字				

3 ．地球的第三声叹息：水资源污染。（ P102 一 P104 ）

（ 1 ）人类对水资源的污染类型： ① 工业废水； ② 农业化学污染； ③ 生活污水；

④ 石油对水体的污染；⑤ 人畜粪便对水体的污染等等。

（2）水污染的因素：①四种污染：工业废水、农业化学污染、生活污水、石油对水体的污染；②主线因素：人类不合理开发运用，破坏浪费；③保护水资源的意识差。

（3）防治水污染（节约水资源）的方法：① 开办污水解决厂；② 生活用水再运用；③ 使用节水装置，提高水资源运用率；④ 完善法律法规，规范排污者行为，依法治理水污染；⑤ 提高保护水资源的意识；⑥ 走可连续发展道路，树立科学发展观。

（4）人们对待大自然的态度：既接受了大自然的恩赐，又破坏了大自然的和谐与平衡。

背书登记表				
日期				
签字				

第十课中华民族的选择

一、人多、人均资源少、环境形势严峻是我国的基本国情。

二、资源问题：

1、我国资源总量达大、种类多，即我国是资源大国（乐）；同时人口多，人均占有少，故又是资源小国（忧）。

2、我国的资源现状：资源总量大、种类多（乐）；（忧）人均占有少，我国资源面临着严峻的形势。

3．为什么说我国资源形势严峻？（P109 一 PI 11）

我国人口数量过多，导致人均资源占有量较少。人口的过快和过多增长，必然给自然资源和环境带来沉重的压力。一方面，人类要生存，就要从自然界索取生产和生活资料；另一方面，人类在生产和生活中，要向自然界排放废弃物。人类的过度开发，导致资源短缺和环境恶化，影响人们的生活，甚至还会对人类的生存构成威胁。所以说我国资源形势严峻。

4、实行节约资源的基本国策：充足、有效、合理

地开发和运用资源（对资源回收运用；节省开采；使用节能产品；开发、研制可替代产品）。

背书登记表				
日期				
签字				

三、　环境问题

1、**我国的环境现状**：总体看，生态恶化的趋势得到控制，部分地区有所改善；但目前所面临形势仍然严峻、不容乐观。

2、. 环境问题的影响。

（ 1 ）破坏生态平；（ 2 ）威胁人类健康；（ 3 ）制约经济和社会的可连续发展。

3、实行保护环境的基本国策：防止为主，防治结合。

4、保护环境、节约资源、人人有责：（如何保护环境、节约资源？）

国家：（1）建立健全节能环保的法律法规；（2）坚持保护环境、节约资源的基本国策；（3）实行可连续发展战略和科教兴国战略、人才强国战略；（4）认真贯彻贯彻科学发展观。

社会：加强污染治理和环保力度；（2）加强宣传，提高人们节能环保的意识；（3）严格执法，强化监督管理；（4）提倡绿色消费，过低碳生活。

青少年：（1）树立保护环境、节约资源的意识；（2）积极宣传节能环保知识及相关法律法规；（3）敢与同破坏环境、浪费资源的行为作斗争；（4）积极提保护环境、节约资源的合理化建议；（5）从平常生活小事做起，贯彻到自身行动，如：顺手关掉水龙头；循环用水；不让电视长时待机；用温水煮饭；选购环保型洗衣粉；使用充电电池；使用菜篮子买菜；选购自动铅笔；少食用一次性餐具；回收运用废品等等。

背书登记表				
日期				
签字				

四、人口问题

1、我国的人口现状（我国人口的基本特性）（忧）：人口基数大，新增人口多，人口素质偏低，

2、实行计划生育的基本国策：优生优育，控制人口增长，提高人口素质

3、实行计划生育的因素：关系到我国社会主义现代化建设的宏伟大业能否实现；关系到子孙后代长远利益能否得到保障；使人口增长与经济发展相协调。

4、计划生育政策的重要内容是什么？

控制人口数量，大力推广优生优育，逐步提高人门素质，使人 口增长同社会生产力发展相协调。

5、实行计划生育的基本规定：晚婚晚育、少生优生。

6、实行计划生育的目的：控制人口数量、提高人口素质。

7、人口过多的危害：（1）人多会导致人均资源占有少，导致自然资源和环境压力大，制约经济发展和影响人口素质的提高。（2）人多导致人均耕地少，吃饭难，居住差，对工业产品、医疗设备与医疗条件、交通运送、生活服务、文化娱乐、教育的需求量增长，而国家财力有限，最终影响生活水平的提高。（3）人多会导致自然灾害频繁、周期短。

背书登记表				
日期				
签字				

五、经济发展与人口、资源、环境的关系：

（1）四者互相作用、互相影响和制约，只有互相协调和适应，经济才干发展；（2）经济发展不能以牺牲环境、消耗资源为代价。

六 ．实行可连续发展战略

1、什么是可连续发展？

既满足当代人的需要，又不对后代人满足其需要的能力构成危害的发展。

2 ．我国为什么要实行可连续发展战略？

中国正处在社会主义初级阶段，是世界上最大的发展中国家。人口大量增长、资源过度消耗、环境污染和生态问题等矛盾极为突出，严重地制约着我国经济的发展和人民生活质量的提高。面对如此国情，我国在现代化建设中必须实行可连续发展战略，对的解决经济发展同人口、资源、环境的关系，树立科学发展观。

背书登记表				
日期				
签字				

3、实行可连续发展战略，规定我们怎么做？

实行计划生育、保护环境、节约资源的基本国策；我们中学生要不断提高人口意识、资源意识和环境忧患意识，树立人与自然和谐相处的理念，增强走可连续发展道路的自觉性。

六 ．对的解决环境和发展的关系。（ 为什么要保护环境？）

环境问题既是经济问题，又是社会问题，其核心是发展问题。把保护环境与发展经济兼顾起来，保护环境直接关系到国家的强盛、民族的兴旺、社会的稳定，所以我们要坚持环境保护的基本国策。

七、什么是可连续发展的生活方式？（青少年坚持坚持可连续发展的生活方式有）

（1）节制消费；（2）替代消费；（3）循环运用；（4）反复使用；（5）拒绝使用野生动物制品； (6) 保护地球生物的多样性

八、科学发展观

1、科学发展观的定义：全面、协调、可连续的发展观。其核心：以人为本；其基本规定：全面、协调、可连续；主线方法：统筹兼顾。

2、科学发展观的因素（或提出依据）：立足社会初级阶段基本国情，总结我国发展实践，借鉴国外发展经验，适应新的发展规定提出。

九、面对我国的国情，我国采用的措施有：

1、一观：科学发展观

2、一模式：循环经济增长模式

3.、两型社会：资源节约型社会、环境和谐型社会。

4.、两个战略：可连续发展战略、科教兴国战略。

5、三个国策：计划生育、保护环境、节约资源。

6、三部法律：《人口与计划生育法》、《环境保护法》、《中华人民共和国节约能源法》

十、五个文明一起抓的目的：政治文明、物质文明、精神文明、社会文明、生态文明、

背书登记表				
日期				
签字				

七年级（下册）

第一单元我是自己的主人

第一课我们都爱玩

1．为什么说玩是儿童的权利？（P2）

（1）我们每个人都爱玩，爱玩是我们的天性。

（2）联合国《儿童权利公约》第31条规定：“缔约国确认儿童有权享有休息和闲暇，从事与儿童年龄相宜的游戏和娱乐活动，以及自由参与文化生活和艺术活动。”

2．玩对我们有什么好处？（P6—P7）

（1）可以发展我们的想象力；（2）可以丰富我们的科学知识；（3）可以增长我们的爱好；（4）可以培养我们做人的崇高品质，合作、诚实、勇敢等品质都可以在玩中学到。

3

．当玩的权利受到侵害时我们应当怎么办？（P3 一 P5 ）

（1）我们要加强同父母、老师的沟通与交流，争取他们的支持和关心。（2）我们要向他们展示玩的快乐与效率，促进学习进步和健康成长。

4 ．如何对的行使我们玩的权利？

（1）要从事与年龄相宜的游戏和娱乐活动。

（ 2 ）积极参与各种有益的文化生活和艺术活动

（3）不占用学习时间，不影响学习效果

（4）玩应有节制、有度，不能在玩中沽

染上不良习气和过度浪费时间。

5．我们在玩耍时应当遵循什么原则？（P8）

玩是我们的一项权利，但有些玩法却是对这种权利的滥用。为此，我们在玩耍时应当遵循一定的原则：无害原则，适度原则，安全原则

背书登记表				
日期				
签字				

6．网络时代的特点： 虚拟世界。

7．如何对的结识网络时代？（P10—P12）

（1）

网络和电子游戏与其他游戏同样，不遵循健康玩耍的原则，就会被其所害。(2)我们要结识到网络极其丰富的玩耍方式和无限的玩耍空间，是一种有效的学习方式，它可以激发我们的学习爱好，提高我们的计算机操作能力、注意力、发明力、判断能力和解决问题的能力。但容易使人沉迷其中，影响学习和健康，以至于影响我们的前程。(3) 网络是一把双刃剑，有利也有弊，所以我们要合理地运用网络，不能沉迷于网络，被其所害。

8．如何对的使用（对待）网络？（网

络时代，我们应怎么玩？）

（1）充足运用网络优势帮助学习，提高自身素质；

（2）科学合理地安排时间，不影响正常的学习和生活；

（3）要对的选择网上信息，自觉抵制不良信息的影响；

（4）不进营业性网吧；（5）要遵守网络道德，遵守纪律和法律。

背书登记表				
日期				
签字				

第二课情绪调味师

1、情绪有积极情绪和悲观情绪之分

2、什么是情绪？

情绪是人的心理活动的重要表现，它产生于人的内心需求和愿望是否得到满足。当某种需求和愿望得到满足时，我们就会体验到愉悦、积极的情绪，反之则产生悲观情绪。

3、情绪的四大基本类型：喜、怒。哀、惧

4. “爽”是一种什么情绪？有什么表现？（P13 — P14）

“爽”是一种积极、快乐的情绪。具体表现为：快乐、兴奋、满足、得意、开心、痛快等。

5．学会控制和运用自己的情绪。（P15）

自己在表达情绪时要适时、适度，要学会对自己的情绪负责，不能由于过于激动而对别人和社会导致不良影响。“乐极生悲”就是因情绪无法控制而导致的伤害。

6．愤怒是一种情绪吗？为什么？（P16）

愤怒是一种情绪。当自己的愿望一再受挫，紧张状态逐渐积累，就会产生愤怒这种富有敌意的情绪。愤怒有积极和悲观之分。

7．愤怒不利于身体健康吗？（P20—P21）

不一定。愤怒是人的正常情绪之一，愤怒容易影响人的身体健康，但愤怒也是一种积极的心态，只要不丧失理智，愤怒便充满活力。“怒”也是一种生命的壮美。但不能以“怒”伤人，走上违法犯罪的道路。

背书登记表				
日期				
签字				

8．情绪与人的健康成长的关系？（积极情绪和悲观情绪的作用）

（１）高雅、健康的情绪，有益于人的学习、生活和健康；使人精力充沛，思维活跃，办事效率高，甚至有超常水平发挥；让人心情舒畅；使人健康长寿。

（2）悲观的情绪不利于人的成长，使人抵抗力下降，容易生病；思维缓慢，反映迟钝，工作和学习效率下降，难以发挥正常的能力水平；破坏人际关系；有时会做出一些令自己后悔的事，甚至走上违法犯罪的道路。

（３）我们要培养积极健康、乐观进取的情绪，善于排解悲观情绪，提高自控能力，努力让情绪为自己服务。

9．调节情绪的方法和技巧。（P25 一P27 ）

（1）立即行动。（2）合理定位。（3）自我暗示。

（4）积极沟通、避免干扰。（5）合理发泄。（6）自我安慰。

背书登记表				
日期				
签字				

第三课　　生活中的“雷区”

1．“雷区”具体是指什么？

指生活中的不良诱惑和不良嗜好。

2．生活中存在哪些“雷区”？（P28

— P34)

生活中不能涉足的雷区：

（ 1 ）游戏厅、网吧、酒吧、歌舞厅等；

(2）销售非法出版物的书店、贩卖色情书刊的报亭、黄色网站等；（ 3 ）吸烟、酗酒、毒品等。

3 ．我们进入“雷区”的因素有哪些？（P30 — P34 ）

被诱惑引诱的因素：

（ 1 ）好奇，不知不觉被诱惑；

（ 2 ）知道危险，但不好意思拒绝；

（ 3 ）认为自己有毅力，可以拒绝诱惑。

(4

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/457125153023006125