



义务教育教科书

道德与法治

七年级
下册



人民教育出版社

义务教育教科书

道德与法治

七年级

下册

教育部组织编写

人民教育出版社

·北京·

编修委员会

主 任：路建平 孙蚌珠

副 主 任：徐永利 王敬波 王 易

成 员（以姓氏笔画为序）：

王 磊 吕品晶 朱力宇 刘志伟 孙来斌 孙彩平 孙熙国
芦咏莉 李 冉 杨 忠 杨大禹 杨志成 吴玉军 沈湘平
张天宝 陈大文 陈培永 郑 宁 贾美华 高德胜

本册主编：孙熙国 王 磊

编写人员（以姓氏笔画为序）：

马云志 许文星 吴 蓉 邱 吉 何志攀 陈 英 赵景欣
钟晓琳

责任编辑：冯 伟 尹梦曦

责任设计：王俊宏

责任校对：曹 萌

责任印制：

义务教育教科书 道德与法治 七年级 下册

教育部组织编写

出 版 人民教育出版社

（北京市海淀区中关村南大街 17 号院 1 号楼 邮编：100081）

网 址 <http://www.pep.com.cn>

第一单元 珍惜青春时光 1

第一课 青春正当时 2

青春的邀约 2

男生女生 6

学会自我保护 9

第二课 做情绪情感的主人 13

揭开情绪的面纱 13

学会管理情绪 15

品味美好情感 19

单元思考与行动 23

第二单元 焕发青春活力 25

第三课 人贵自尊 26

人须有自尊 26

做自尊的人 29

第四课 自信给人力量 33

人要有自信 33

做自信的人 37

第五课 人生当自强	41
人要自强	41
做自强不息的中国人	43
单元思考与行动	47

第三单元 传承中华优秀传统文化 49

第六课 传承核心思想理念	50
历久弥新的思想理念	50
做核心思想理念的传承者	53
第七课 弘扬中华人文精神	58
影响深远的人文精神	58
做中华人文精神的弘扬者	62
第八课 践行中华传统美德	65
薪火相传的传统美德	65
做中华传统美德的践行者	68
单元思考与行动	73

第四单元 生活在法治社会 75

第九课 法律为我们护航	76
日益完善的法律体系	76
法律保障生活	79

第十课 走近民法典	83
认识民法典	83
保护人身权	86
保障财产权	89
第十一课 远离违法犯罪	93
法不可违	93
犯罪与刑罚	96
严于律己	99
单元思考与行动	103

珍惜青春时光

步入青春期，身体和心理会发生一些重要的变化。我们体会着青春期的美好，也面对着青春期的烦恼。在青春期，情绪和情感的体验更加丰富、深刻。在了解和管理情绪中，我们学习做情绪和情感的主人；在品味美好情感中，我们不断提升人生境界、陶冶高尚情操。

青春时光，我们每一天都站在新的起跑线上，尽情放飞自己的梦想；我们迎接新的挑战，在战胜困难中享受人生奋发进取的乐趣。让我们珍惜青春时光，用行动书写人生的华美篇章。



青春，带着一份特殊的邀约，款款而来。青春期是身体发育和心理发展的加速期。身心的变化有时会让我们感到欣喜，有时也会让我们感到迷茫。我们应该如何看待和应对青春期的身体和心理变化？如何正确对待男女生关系，把握好与异性交往的尺度？

青春的邀约



生活观察



进入青春期，我们像春雨过后的树苗，生长迅速，生机勃勃。

青春期是过渡期，是从童年走向成年的重要阶段。



青春期是心理“断乳期”。进入青春期，我们的自我意识增强，渴望在生活、学习上获得独立。

.....



► 和同学分享你对青春期的认识。

不知不觉间，我们跨入青春期的大门。这一时期，身体逐渐发育成熟，心理发生巨大变化，我们开始为适应成年人的角色、承担成年人的责任作准备。



探究与分享

► 填写下列表格，对比一年前的你和现在的你在身体方面发生的变化。

项目	一年前的我	现在的我
身高（厘米）		
体重（千克）		
肺活量（毫升）		
50 米跑（秒）		

► 这些变化说明了什么？它们带给你怎样的感受？

青春期是人身体发育的重要时期。这一时期的生理变化主要表现在：身体外形的变化、体内机能的增强、性的发育和成熟。这些生理变化让我们感受到旺盛的生命力，让我们的身体充满能量。我们精力充沛、思维敏捷，对成长充满渴望。

我们要正确对待生理变化。在青春期，我们身体发育的节奏各有不同，有人长得快、有人长得慢，有人发育早、有人发育晚。我们既不因自己的生理变化而焦虑或自卑，也不嘲弄他人的生理变化。



探究与分享

我不喜欢爸爸妈妈管我太多。可是，在遇到麻烦时，我还是想让他们帮忙。

升入初中后，我不愿意对别人讲心里话了。其实，我还是希望有人能理解我。

我从小喜欢画画，去年还在市级比赛中获了奖。老师让我在班会上给大家展示作品，我却不敢拿出来。

结合自身经历，与同学交流：为什么大家会有这些心理活动？

伴随着生理变化，我们的心理也在发生变化：认知能力得到提高，自我意识不断增强，情感世界愈加丰富……这些变化既让我们感到新奇，也让我们产生困惑。



相关链接

在青春期，身体发育十分迅速，而心理发展速度相对缓慢。因此，个体的身心处于一种不平衡状态，在心理上表现出一定的矛盾性。

独立
与
依赖

产生强烈的成人感，期待独立自主，不想受成人干涉，但是内心并没有完全摆脱对成人的依赖，希望从成人那里得到理解、支持与尊重。

一方面，内心活动更加丰富，但是很少表露于外；另一方面，容易感到孤独和寂寞，希望得到关心和理解，一旦找到知心朋友就会敞开心扉、毫无保留。

闭锁
与
开放

勇敢
与
怯懦

有时表现得很勇敢，“初生牛犊不怕虎”；有时又表现得比较害羞、怯懦。

我们要积极面对青春期心理矛盾和困惑。我们可以参加集体活动，在集体的温暖中接纳和调整自己；求助老师、家长和心理医生，化解烦恼，解决问题；学会自我调节，成为自己的“心理保健医生”。



方法与技能

自我调节的方法

- ① 把自己的想法写下来
记录自己的想法，让思绪更加清晰，有助于宣泄情绪，冷静下来。
- ② 参加体育活动
酣畅淋漓的体育活动可以促进人体神经系统分泌多巴胺，让我们感到兴奋和快乐，有助于化解烦恼。
- ③ 运用积极思维
遇到烦恼时，暗示自己“一切都会过去”“这对我也是锻炼”等，有助于放松心情、稳定情绪。
- ④

循着青春期身心变化的轨迹，我们不断求知与探索。在塑造身体、仪表等外在美的同时，我们更要注重品德和文化修养，提升内在美。青春时光里充满无限希望、拥有无限可能，让我们在不断探索和实践中创造更加多姿多彩的人生。

男生女生



生活观察

课堂上，同学们自由分组完成各项任务，每组六位同学。三位女生结成小组后，还差三位成员。组内有人提议再找三位女生：“我们女生之间有事情好商量，如果加入男生，可能会产生矛盾。”也有人表示反对：“我认为应该让男生加入进来，他们会带来不同的视角。”旁边的小组也出现了类似的情况。关于如何分组，大家纷纷表达自己的观点。

- ▶ 如果你所在的小组出现同样的情况，你会提出什么建议？
- ▶ 在小组合作中，男生和女生可以发挥哪些不同的优势？

男生女生各具特点，各有优势。男生女生的生理性别特征是与生俱来的。进入青春期，男生女生的生理差异更加明显。在社会文化、家庭环境等的影响下，男生女生在性格特征、兴趣爱好、思维方式等方面会表现出各自的特点。男生女生虽有不同，但各有优势。我们要相互学习、相互欣赏、取长补短，让自己变得更加优秀。



◇ 小茜的困惑：“以前我不太愿意和男生打交道。从这学期开始，我不仅主动和男生说话，而且在有男生参加的活动中还会表现得格外活跃。我这是怎么了？”

◇ 小强的困惑：“不知道为什么，我总觉得班上的女生都不喜欢跟我打交道。下课时我想和她们开个玩笑，反而引起她们的反感。为什么会这样呢？”



► 你如何理解小茜和小强的困惑？

在异性面前，我们有表现自己的欲望，更加在意自己的形象，渴望得到对方的肯定和赞赏。这是正常的青春期心理现象。了解并接纳这一心理现象，有助于我们学会与异性交往。

与异性交往对我们的成长有积极作用。与异性交往，可以增进对异性的了解，消除神秘感；可以扩大交往范围，提高交往能力。与异性友好坦然地合作，有助于完善自身，让我们在团结和睦的集体中共同成长。



探究与分享

✧ 小芬和小刚既是邻居也是同班同学，他们经常一起玩耍，很少参加班里的集体活动。集体春游时，他们也会悄悄远离大家，单独待在一起。

✧ 小雯的朋友很多，女生喜欢跟她聊天，男生打球也邀请她。同桌小雅不好意思和男生说话，当班级有活动要与男生沟通时，她都要请小雯帮忙。

- ▶ 你如何看待上述情境中异性同学之间的交往？
- ▶ 与异性交往应该注意哪些问题？

与异性交往要把握好尺度。我们应注意交往的方式、场合、时间和频率，既要热情大方，又要掌握分寸，做到言谈得当、举止得体。我们要学会恰当地与异性交往，让这份友谊成为美好青春的见证。



探究与分享

小磊和小丽是同桌，两个人在学习上相互帮助，建立了深厚的友谊。不知从什么时候开始，小磊对小丽产生了一种别样的感觉……

- ▶ 你如何看待小磊对小丽产生的这种别样的感觉？你认为他应该怎么做？
- ▶ 如果小丽感觉到小磊的这种情感变化，她应该怎么做？

在与异性交往中，我们可能会萌发对异性的朦胧情感，会因为对异性的欣赏、对未来的向往而感到愉悦，也容易把这种欣赏和向往当作爱情。真正的爱情，不仅意味着热烈的情感、彼此的欣赏和尊重，而且需要责任、能力和担当。面对生活中可能出现的朦胧情感，我们应该慎重对待，理智处理。

学会自我保护



生活观察

进入青春期，身体和心理会发生一些变化，我们也会对性产生一些困惑。我们可以通过多种途径了解性知识。



参观青春期教育展览



上生物课



和父母沟通



阅读相关书籍



听专家讲座

► 当遇到与性有关的困惑时，我们还可以通过哪些途径了解相关知识、解决相关问题？

随着身体的发育，我们逐渐走向性成熟。这时我们会对性产生好奇，也会产生困惑。这就要求我们了解性知识，树立正确的性观念。

我们应当通过正规途径获取性知识。我们可以从课堂、教材、科普读物中了解相关知识，还可以向父母、老师等咨询相关问题，获得他们的指导和帮助。



探究与分享

有的同学喜欢用不雅语言和别人开玩笑。对此，同学们有不同看法。



他在和同学开玩笑，我觉得无所谓，还挺有意思的。



这些话不文明，会伤害他人，不应该讲。



他的话让我感到不舒服，但我不知道该如何处理。

► 针对他们的观点，说说你的看法。

我们应当自重自爱，言谈举止不越界。青少年身心发展尚未成熟，缺乏社会阅历，在涉及性的问题上尤其要注意边界和规则，否则会伤害自己和他人。



探究与分享

在公交车上，小丹和小倩发现有个男青年不停地往她们身边挤。她们感到害怕，不断往旁边躲避，男青年随即又挤了过来。小丹不知所措。小倩鼓起勇气，严厉地呵斥对方：“你想干什么？再这样我就报警！”男青年见状灰溜溜地下车走了。

- 评析这两位女生的做法。
- 遇到类似的情况，我们该如何保护自己？

我们应当增强自我保护意识，提高预防和应对性骚扰、性侵害的能力。我们是自己身体的主人，如果有人试图越过身体的“警戒线”，我们要敢于和善于保护自己。在日常生活中，我们要学会辨别并抵制性骚扰、性侵害等行为，掌握有效的应对方法和策略，学会运用法律武器维护自己的合法权益。



方法与技能

自我保护小贴士

- ① 保护身体的隐私部位。不让他人看或者触碰隐私部位。在体检等必要的情况下，可以请信任的成年人陪伴。
- ② 拒绝黄色笑话。如果有人讲黄色笑话，要直接告知对方，他的语言让人感到不舒服，并减少互动或结束对话。
- ③ 快速离开危险。遇到性骚扰、性侵害等危险时要快速离开，去安全的地方。
- ④ 勇于说“不”。对侵害行为严厉拒绝，明确说“不”。坚定地拒绝，有可能会让加害者停止侵害行为。
- ⑤ 寻求帮助。如果发生侵害事件，要相信自己没有错，同时愿意把事件说出来让信任的成年人协助处理；要及时报警，学会用法律武器保护自己。

与异性交往，我们应当树立正确的道德观念和牢固的法律意识，遵守中学生日常行为规范。在任何时候，触碰道德底线的事情坚决不做，违反法律的事情坚决不做。



课堂上，同学们就“进入青春期，我们是否已经长大”开展辩论活动。

正方
观点

我们还是孩子，各方面还不够成熟。

反方
观点

我们已经长大了，不应该再被当成孩子对待。

▶ 与同学分组辩论，归纳双方的论据并写下你的思考。

正方
论据

反方
论据

我的思考

随着身体逐渐发育成熟，我们的情绪和情感体验愈加丰富。对于情绪和情感，我们是那么熟悉，有时却又迷惑不解。我们了解自己的情绪吗？如何管理好自己的情绪？如何获得并积累美好的情感体验？

揭开情绪的面纱



生活观察

► 设想一下，在下列情境中，你会产生什么情绪？

假期和家人一起
外出旅行。



课间问老师问题，老师耐心作答。

收到好朋友送的
生日礼物。



提醒同学遵守课堂纪律，却遭到同学的白眼。

在学校住宿，不能经常回家。



人的情绪是复杂多样的，除了常见的喜、怒、哀、惧，还有自豪、感激、焦虑、厌恶、内疚等。情绪是人的内心世界的重要组成部分，是我们的主观体验，常常伴随着生理感受，并通过语言、表情和行为等表现出来。情绪能反映人的内心状态，可以说是人的内心世界的“晴雨表”。



相关链接

随着心理的发展和生活经验的积累，青少年的情绪越发细腻且反应强烈、波动大，具有半成熟半幼稚的矛盾性特点。

情绪细腻

青少年的情绪体验不再像儿童那样简单，而是越发丰富和细腻。

情绪反应强烈

青少年富有激情和热情，会因为一点儿小事而冲动。因此，可以用“急风暴雨”来形容青少年的情绪。同样一件事，青少年的情绪反应强度相对要大得多。

情绪波动大

青少年的情绪不够稳定，常常从一种情绪很快转为另一种情绪。尽管青少年的情绪从表面上看强度很大，但情绪体验并不深刻，一种情绪容易被另一种情绪取代。

情绪非常神奇，会影响人的观念和行动。快乐、自豪、满足等积极情绪通常伴随愉悦的体验，可以提高人的积极性和活动能力；愤怒、焦虑、恐惧等消极情绪通常给人带来不良体验，会产生负面影响。在一定条件下，消极情绪也会有积极作用，如适度的焦虑情绪可以把压力转化为动力，从而有助于我们提升思考能力、加快反应速度、提高学习效率。



探究与分享

梳理自己最近一段时间的情绪状态，并和同学交流。

时间	情绪	事件 (在哪里? 跟谁在一起? 发生了什么?)	对事件的看法

► 我们的情绪会受到哪些因素的影响? 情绪会给生活带来什么影响?

情绪受多方面因素影响。外部环境、生活事件、个人的性格特点、对事物的观念和看法等都会影响人的情绪。随着这些因素的变化，我们的情绪也经常发生变化。

学会管理情绪



生活观察

- ◇ 小灿和同学发生矛盾后长时间生闷气。
- ◇ 小卫遇到一道难题解不出来，急得大喊大叫。
- ◇ 小飞做实验时多次失败，便到操场上跑了几圈，回来继续做实验。

- 请对三位同学的情绪管理作出评价。
- 你或身边的人有哪些管理情绪的好方法?

情绪是可以管理的。虽然情绪有时难以驾驭，但是这并不意味着我们是情绪的奴隶，任由情绪支配我们的行为。管理好情绪，做自己情绪的主人，对我们一生的发展具有重要意义。



探究与分享

小梅和小静是好朋友，她们正在讨论关于情绪的话题。



- ▶ 小梅和小静体验到了哪些情绪？
- ▶ 在情绪管理中，认识自己的情绪有什么作用？

学会认识自己的情绪。情绪复杂多样，我们需要学会觉察自己的情绪，体会自身情绪的强弱和变化，明确情绪背后的真实需要和现实原因，不断拓展对情绪认识的深度与广度。



探究与分享

晚上8点，小杰喜欢的球赛就要开始了。他兴冲冲地走到客厅，刚要打开电视机，爸爸就制止了他：“作业做完了吗？先做完再看！”

小杰非常不情愿地回到书桌前……

剧情一

他生气地想：“爸爸真烦，总是催我做作业，休息一下都不行！”他越想越生气，把作业本往地上一扔，踩了两脚，躺倒在床上。过后，他又感到后悔。

剧情二

他冷静地想：“爸爸提醒我要抓紧时间，这是为我好。考试取得好成绩也是我一直努力的目标。”于是，他很快做完作业，和爸爸一起看球赛。

- ▶ 为什么同一件事，可能产生两种不同的结果？
- ▶ 遇到类似的情况，你会怎么做？

学会调节情绪。调节情绪需要掌握一定的方法，常用的方法包括注意转移、合理宣泄、认知调节、放松训练等。每个人都可以根据自身的特点和需要，找到适合自己的调节情绪的方法。掌握的方法越多，我们调节情绪的能力会越强。



方法与技能

调节情绪的方法

①

注意转移法

当情绪激动时，为了使它不致爆发和失控，我们可以有意识地把注意力从引起消极情绪反应的情境转移到其他事物或活动上去。我们可以通过做自己平时感兴趣的事转移注意，如外出散步等。

②

合理宣泄法

产生消极情绪时，我们不必压抑和否认这些情绪，可以用自己喜欢的、觉得舒服的方式，合理地释放、清空消极情绪。我们可以运动、唱歌或绘画，向信任的人倾诉或在适当的场合哭一场等。

③

认知调节法

影响情绪的往往不是事物本身，而是我们对事物的看法和态度。当陷入消极情绪时，我们可以转变看问题的角度，从积极的方面看待事物，运用自我安慰、积极的自我暗示、心理换位、情感升华等方法来调节情绪。

④

放松训练法

人的情绪直接受人的生理和心理状态的影响。我们可以运用呼吸放松法、肌肉放松法等达到调节情绪的目的。感到紧张时，我们可以采用腹式呼吸法，调整呼吸频率，让自己放松下来。

学会合理表达情绪。人的情绪会相互感染，一个人的情绪很容易影响周围的人。只顾发泄自己的情绪，不顾及他人的感受，是不合适的做法。我们要学会选择合适的场合、用合理的方式表达情绪，注意关照他人的感受。



探究与分享



朋友在我的帮助下摆脱了烦恼，我很开心。

我有一次心情不好，社团的同学邀请我参加志愿活动。虽然又累又饿，但是我的烦闷心情烟消云散了。



- ▶ 你有哪些类似的经历？
- ▶ 这些经历对你管理情绪有什么启发？

学会在帮助他人、奉献社会中培养积极健康的情绪。给予他人更多的关心，与他人共享欢乐、分担痛苦，从狭隘的自我中走出来、融入丰富多彩的生活实践，我们管理情绪的能力会更强，情绪会更积极、更健康。

品味美好情感



生活观察

正义感

当看到有人遭受欺辱，人们纷纷仗义执言时，我们可以体验到正义的力量。

胜任感

当独立完成某项任务，得到他人的承认和赞赏时，我们可以体验到胜任的快乐。

责任感

当承担角色、接受任务时，我们可以体验到责任的神圣。

- ▶ 你有过以上情感体验吗？结合自身实际，与同学分享你的情感体验。
- ▶ 你还体验过哪些美好情感？

情感是比情绪更为深刻、稳定的内心体验，是人基本的精神需求。当对某些人或事物的情绪随时间的推移形成比较稳定的倾向时，我们就会产生某种情感。



相关链接

情感是复杂多样的。有反映人类基本需要的情感，如安全感、归属感等；有反映人类高层次社会性需要的情感，如道德感、荣誉感等；有积极情感，如正义感、胜任感、美感等；有消极情感，如挫折感、倦怠感、厌恶感等；也有多方面混合的情感，如敬畏感等。

情感在我们的生活中发挥着重要的作用。情感反映着我们对人对事的态度、观念，影响我们的判断和选择，促使我们作出行动。情感能够提升我们的想象力、创造力，丰富、深刻的情感有助于我们更全面地观察事物、探索未知。情感的发展体现我们的生命成长，使我们的情怀更宽广、博大。



探究与分享

小东和班上同学在学校运动会的拔河比赛中取得了胜利，他们在赛场上为班级获得荣誉而欢呼雀跃。

小莹在以“成长”为主题的青春仪式上，分享了成长中难忘的故事，情不自禁地对台下的父母说：“爸爸妈妈，我爱你们！”

- ▶ 你如何看待小东和小莹的情感体验？
- ▶ 我们怎样才能体验到更丰富的积极情感？

我们要有意识地增加自己的积极情感体验。积极情感体验源于我们对生活的热爱，源于不断地投入生活、深入生活、感受生活。我们可以通过与人交往、积极参与有意

义的社会活动等方式获得积极情感体验。同时，我们也应该用热情和行动来影响周围的环境，让世界因我们的积极情感而多一份美好。



探究与分享

在日常学习和生活中，有时会出现消极情感，如挫折感。围绕如何面对和转化挫折感，同学们展开讨论。



我们要正确看待自己，认识自己的能力，承认并正视自己的不足。



胜败乃兵家常事。胜不骄，败不馁。失败没什么大不了的。



我们要认真总结得与失，分析原因，对症下药，以利再战。

- ▶ 请你参与讨论，并给出你的建议。
- ▶ 消极情感对我们的成长有哪些影响？

我们要学会承受和转化消极情感。消极情感会给我们带来不舒服、不愉快的负面感受，甚至会影响我们的生活质量。但是，体验消极情感未必是坏事。在生活中，接受挫折的考验，学会转化消极情感，可以让我们感受到生活的美好，不断成长。

我们要在实践中提升情感境界。我们要用心体悟平凡生活，从做好小事、管好小节开始，在长期实践和奉献社会中提升内在修养，让情感在不断淬炼中升华为高尚情操。



活动一：辨析与交流。

喜、怒、哀、惧是个人的事情，何必管周围的人，该笑就笑，该哭就哭。

虽然喜、怒、哀、惧是个人情绪，但还是应该考虑周围人的感受。

► 你怎样看待这两种说法？

活动二：为父母、老师或朋友策划一次难忘的、愉悦的活动，交流彼此的情感体验。

► 选择一种形式（如文字、照片、视频、绘画等）记录这个过程，并在班级交流分享。





单元思考与行动

一 情境思考

青春时光无比珍贵。为了更好地度过青春期，同学们以“青春”为话题展开讨论。



我觉得青春是红色的，每天都是忙碌的、充实的，充满了朝气。

家人时常问我将来想做什么，我难以回答。我觉得青春像晨间的雾，有时朦胧，有时清晰。在青春期，有向往，也有忐忑。



青春时光里最难忘的是同学间的情谊。上次比赛失利，大家抱在一起哭，然后又一起加油鼓劲，让我感到特别温暖。

如果可以，我希望在青春时光里多一些社会实践，在和社会的接触中认识自己，在帮助他人中实现自身价值。



- ▶ 结合以上讨论，用画笔画出你感受到的青春。
- ▶ 用三个词语表达你对青春的理解：_____、_____、_____。
- ▶ 如果青春有颜色，你的青春是什么颜色？说说你的理由。
- ▶ 在青春期，你经常体验到的情绪是：_____。
- ▶ 青春时光里你最难忘的情感体验是：_____。
- ▶ 你希望在珍贵的青春时光里做些什么？

► 和同学结成小组，每组至少访谈五个人，完成一份“青春访谈录”，并在班内分享自己的收获。

访谈建议

✧ 确定访谈对象。访谈对象可以是家人、老师、同学或者其他比较熟悉的人。

✧ 针对小组成员关注的问题，列出访谈要点。例如，可以请访谈对象讲述他们在青春期的经历，包括生理和心理方面的困惑、正确面对生理和心理变化的方法等；请他们讲述有关情绪、情感的故事，了解他们在调节情绪、传递美好情感等方面的做法和经验；就中学生如何度过青春时光征求他们的建议；等等。

✧ 小组讨论，确定访谈提纲。

✧ 确定访谈时间和方式。可以采用电话、书信等方式，也可以面对面访谈。

第二 单元

焕发青春活力

青春充满力量，青春充满渴望，青春充满理想……踏着青春的节拍，我们拥有成长的无限可能。我们既能直面成长的挑战，积极探索，也可能冒失冲动、迷失自我。自尊、自信、自强让我们焕发向上的青春活力，绽放绚丽的青春光彩。

拥有自尊，我们不断肯定自己，行己有耻，不被虚荣迷惑，持续提升自己；确立自信，我们找到青春最美好的状态，坚定信念；做到自强，我们克服困难，不断超越自我，追逐青春梦想。



自尊者，则人尊之；自贵者，则人贵之。自尊是一种良好的心理状态，是一个人德行的具体表现。自尊的青春有光彩。我们应该如何认识自尊？如何做到自尊？

人须有自尊



生活观察



我平时非常注意衣着是否整洁，不然我会感到不自在。



公交车上我给老人让座，周围人赞许的目光让我觉得自己很棒。

课堂上，老师说我的回答有新意，同学们为我鼓掌，我感到骄傲。



▶ 你有过类似的经历吗？结合经历谈谈你的感受。

步入青春，我们越来越注重自己的仪容仪表和言谈举止，考虑自己行为的影响，希望赢得他人的认可，这些都是自尊的表现。自尊是对自我价值的肯定，包括自我尊重和赢得他人的尊重。每个人都有自尊的需要，当这种需要得到满足时，我们便会感到快乐。



探究与分享

► 参考下列内容，写三句关于自己的话，表达对自己的肯定和喜爱。



◇ 我关心他人，愿意帮助他人，有很多好朋友。

◇ 我热爱运动，身体很健康。

◇ 我_____。

◇ 我_____。

◇ 我_____。

自尊的人能认可自己。自尊的人能够看到自己的缺点和不足，也了解自己的优点和长处，能肯定自己的价值；能够积极地表现自己，获得他人的良好评价，体验到自己是有价值的、为人所需要的。



探究与分享

周一轮到小明打扫卫生，结果他忘记整理讲台桌，教室卫生被扣分，班级因此丢了卫生流动红旗。面对这一结果，他很内疚。第二天放学后，他主动留下来参与值日，打扫卫生更认真了。

► 你如何看待小明的行为？

自尊的人知廉耻、明是非。自尊的人是有羞耻心的人，会对自己不恰当、不合适的行为感到惭愧和难为情，做到行己有耻；明白是非对错，能够自觉约束自己的行为，主动培养美好的道德品行。



相关链接

“行己有耻”出自《论语》，是指对自己不善的动机和行为有羞耻心，能以羞耻心约束自己的行为，凡自己认为可耻的事就不去做。南宋思想家朱熹认为：“知耻是由内心以生，闻过是得之于外。人须知耻，方能过而改，故耻为重。”闻过即改，知耻而后勇，都是优秀的品质。



探究与分享



✧ 在学校的科技比赛中，小航代表本组进行成果展示，小组最终获得第一名。得奖后，小航对班上同学说：“如果没有我，我们小组就不可能得第一名。”

✧ 同桌带来一个新奇的文具，小蕾不屑地说：“我马上让我妈妈买最新款，比你这个可好多了。”



► 你如何看待小航和小蕾的言行？

自尊的人不爱慕虚荣。自尊的人不为名利所惑，不过分追求表面上的荣耀，能够正确认识自己，客观分析他人的评价。

做自尊的人



生活观察

《晏子春秋》中记载了这样一则故事。

晏子使楚，楚人以晏子短，为小门于大门之侧而延晏子。晏子不入，曰：“使狗国者，从狗门入；今臣使楚，不当从此门入。”傧者更道，从大门入。见楚王，王曰：“齐无人耶？使子为使。”晏子对曰：“齐之临淄三百闾，张袂成阴，挥汗成雨，比肩继踵而在，何为无人？”王曰：“然则何为使子？”晏子对曰：“齐命使，各有所主，其贤者使使贤主，不肖者使使不肖主。婴最不肖，故宜使楚矣。”

晏
子
春
秋

像晏子一样，我国历史上“不食周粟”的伯夷、叔齐，“不为五斗米折腰”的陶渊明，都是捍卫人格尊严的典范。

- ▶ 你还知道哪些维护人格尊严的故事？
- ▶ 在生活中，我们如何维护自己的人格尊严？

学会维护自己的人格尊严。我们要恪守为人之德，坚持人格独立，不做有损人格的事。面对他人的议论或批评，我们要有平和、豁达的心态，做到“有则改之，无则加勉”。面对他人的侮辱和诋毁，我们应当予以回击，必要时运用法律武器保护自己。



相关链接

《中华人民共和国宪法》第三十八条

中华人民共和国公民的人格尊严不受侵犯。禁止用任何方法对公民进行侮辱、诽谤和诬告陷害。

《中华人民共和国民法典》第九百九十五条

人格权受到侵害的，受害人有权依照本法和其他法律的规定请求行为人承担民事责任。受害人的停止侵害、排除妨碍、消除危险、消除影响、恢复名誉、赔礼道歉请求权，不适用诉讼时效的规定。

《中华人民共和国刑法》第二百四十六条第一款

以暴力或者其他方法公然侮辱他人或者捏造事实诽谤他人，情节严重的，处三年以下有期徒刑、拘役、管制或者剥夺政治权利。

学会不断提升自己。真正的自尊，来自一个人的努力、拼搏和进取。在学习上，我们应努力充实自己，开阔视野，增长智慧；在生活中，我们要不断历练自己，增强人际交往能力，提升个人修养。



探究与分享

在表演节目时，小章扮演了一只乌鸦，小勇便给小章起了个难听的绰号。小章特别不喜欢，多次表示反对。但小勇觉得好玩，课间还不停地叫着这个绰号。小章忍无可忍，反驳了一句。小勇感觉受到了伤害，两个人便争执起来。

- ▶ 你如何评价小章和小勇的行为？
- ▶ 结合以上情境，说说自尊与尊重他人有什么关系。

学会尊重他人。人都有自尊的需要，尊重他人，才可能赢得他人的尊重。尊重他人，就要尊重他人的隐私和人格，不取笑、歧视他人，更不能侮辱他人；接纳他人不同的个性和处世风格，尊重他人不同的生活习惯，珍视他人的劳动和付出。



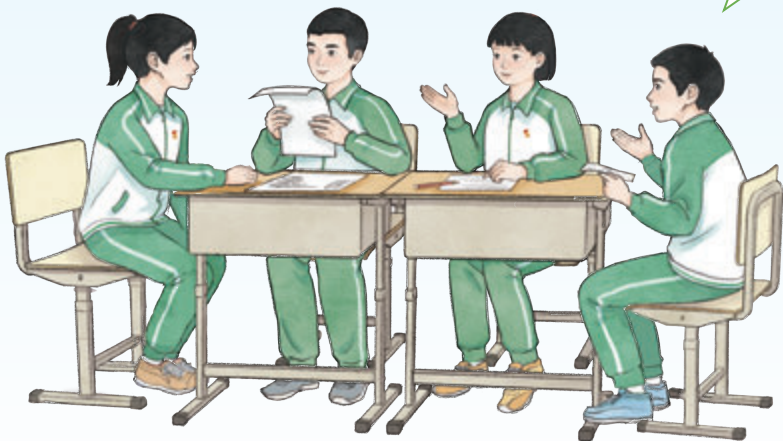
启思导行

在推荐“班级自尊榜样”时，同学们发表了以下看法。

小雪能够客观看待自己的优点和不足。她善于发挥优势，肯定自己的价值；面对不足，能够接纳自己的不完美，不断完善自己。我推荐她。

小龙平时非常尊重他人。和同学交往时，他能够欣赏和包容他人，正确看待他人对自己的评价，遇到问题会虚心向他人请教，与同学的关系很融洽。小龙就是自尊的榜样。

小佳积极参加体育锻炼，体质大大增强，心态也变得越来越好，在班级活动中总能看到她的身影。小佳不断提升自己并取得进步也是自尊的一种证明。



- 结合以上对话和本课所学内容，总结自尊的具体表现。
- 根据自己的实际情况，制作“提升自尊计划书”。

提升自尊计划书

◇ 学习方面

◇ 生活方面

◇

第四课

自信给人力量

青春的探索需要自信。在成长过程中，我们可能会遇到许多困难和挑战。相信自己的能力，发掘自己的潜力，可以帮助我们直面困难，从容迎接挑战。自信的青春有力量。自信有什么作用？我们怎样才能收获自信，做自信的人？

人要有自信



生活观察



考试前同学们阳光自信的笑容



自信满满的才艺表演



飞行员的自信神态



航天员的自信风采

- ▶ 结合以上图片，谈谈你对自信的理解。
- ▶ 以小组为单位，用你们喜欢的方式展示自信。

自信就是相信自己，是一个人对自身能力的肯定，是一个人自身能力的彰显，是一个人精神风貌的体现。



探究与分享

近期，学校将开展“挑战者”主题系列活动，同学们可以报名参加不同的项目。



我觉得自己不行，不想参加。

我要看看有没有自己擅长的项目。有，我就参加。



我想试一试，但又害怕失败。

我想挑战一下，正好可以提升自己。



.....

- ▶ 你如何看待这几位同学的想法？
- ▶ 如果是你，你打算怎么做？

自信让人乐观坚定。自信是一种“我能行”的信念，是在思想上相信“我能行”，行动上表现“我能行”，情感上体验“我能行”。正是这种“我能行”，让我们充满希望和力量，面对困难和失败不轻言放弃，朝着既定目标勇毅前行。



探究与分享



结合生活经验，分享在同一件事情上自负、自信与自卑三种状态的不同表现，并谈谈这三种状态会产生什么影响。

自信让人远离自负与自卑。自负表现为过高地估计自己，自以为是，好高骛远。自卑表现为轻视自己，认为自己不如别人，低估自己的能力，不敢尝试。自信表现为能够实事求是地看待自己，坦然面对真实的自己，从容应对学习和生活中的各种问题。



人的自信与国家和民族强盛息息相关。作为新时代的青少年，我们见证了祖国的快速发展，经历着国家的繁荣富强。我国的经济实力、科技实力、综合国力不断迈上新台阶、取得新跨越，让我们的发展基础日益厚实，拥有了更为充足的平视世界的底气，赋予我们坚定的民族自信、强大的民族自豪。

平视世界的底气，归根结底来自中国式现代化建设的伟大成就。新时代的中国繁荣发展、充满希望，中华民族迎来了从站起来、富起来到强起来的伟大飞跃，实现中华民族伟大复兴进入了不可逆转的历史进程。

无人驾驶拖拉机



国产最大直径盾构机模型



“奋进新时代”
主题成就展
展出的部分成就



脱贫攻坚锦旗



东风-41 导弹

► 结合以上材料，说说新时代青少年的自信从何而来。

自信并非凭空而来。自信源于我们在成长过程中积累的实力，源于在和他人交往中获得的肯定，源于从社会稳定发展、国家繁荣富强中获得的安全感、成就感和自豪感。

做自信的人



生活观察

课堂上，同学们以“如何做自信的人”为主题展开讨论。



自信的人有较
强的行动力……

自信的人对自己
有准确的认识……



► 说说在学习和生活中如何做自信的人。

青春是一段重要的人生旅程。无论过去如何，我们都要在新的起点上把握自己，以良好的精神状态再出发，坚定信心，走向未来。



探究与分享

► 学校下个月将举行篮球比赛，如果你是班级篮球队队员，你会建议队长选择以下哪些做法来提升个人和球队的信心？说说你的理由。

1

分析球队的
实力和水平。

2

寻找几位高
水平的陪练。

3

增加球队的
训练强度。

4

加强球队的
技术指导。

5

改变球队的
训练思路。

6

研究对手的
实力和水平。

7

调整球队的
战略战术。

8

找准定位，扬长避短。我们可以在与他人的交往和社会实践中客观认识自己、准确定位自己，既要充分发挥自身的优势，也要认清自己的不足，避免盲目自信。



探究与分享

林巧稚是我国著名的妇产科学家。1962年，一名孕妇向林巧稚求助，该孕妇已有三个孩子死于新生儿溶血症。这种病当时在国内尚无治愈先例。林巧稚彻夜不眠，茶饭不思，遍查资料，最后决定试一试。



林巧稚（前右）在检查
初生婴儿的健康情况

孩子出生很顺利，可是不到三个小时，就出现了全身黄疸，生理指标也越来越糟。林巧稚和她的团队一边安抚产妇，一边谨慎地制订手术方案，最终决定用脐静脉换血法。实施该手术，抽血和输血的速度、数量、次数等都极有讲究，稍有不慎便会前功尽弃。换血开始，林巧稚先把听诊器在手心捂热，再轻轻贴到婴儿胸前，同时用手示意，控制抽血和输血的速度。第一次换血后，她决定进行第二次换血。三天后，第三次换血。之后，婴儿身上的黄疸症状逐渐消失。林巧稚大胆的判断和精湛的医术，让这个婴儿成为我国首例成功治愈的新生儿溶血症患者。

► 你从林巧稚的事例中获得哪些启发？

► 有人说：“自信从来都不是空中楼阁，而是源自亲身经历，源自坚实、一步一个脚印的实践。”结合自己的经历，谈谈你对这句话的认识。

专注当下，积极行动。做自信的人，要明确目标，从当下开始，心无旁骛，全力以赴，不惧失败，为自己鼓劲、喝彩。

勇于探索，增强底气。做自信的人，要有直面挑战的勇气，紧跟时代步伐，大胆应对学习和生活中的新问题，积极探索，在解决问题中展现实力、提升能力。



探究与分享

我国著名生物学家童第周年轻时在比利时留学，开展胚胎学研究。当时的中国贫穷落后，在世界上没有地位，外国人瞧不起中国人。童第周憋着一股劲，立誓要为国家和民族争光。

童第周所在的实验室用青蛙卵做实验，需要把青蛙卵膜剥去。他的老师达克教授多年来一直没能完成这项难度很大的实验。达克让童第周试一试，结果他干净利落地剥去了青蛙卵膜，困扰人们多年的难题迎刃而解。童第周后来回忆说，这件事使他相信“中国人不比外国人笨，对于外国人来说很难办到的事情，我们照样能办到”。童第周顺利获得博士学位后，达克让他再研究一年，写一篇论文可以再获得一个特别博士。但他认为，要做研究应回祖国去做，自己的祖国更需要科学。童第周婉言谢绝了达克：“我的祖国需要我，特别博士不要了，我要回国。”



童第周（右）在进行科学研究

► 童第周如何展现中国人的自信？这给你什么启示？

青春的自信，既体现在个人成长的努力之中，也体现在为民族振兴的奋斗之中。我们要怀着对未来的憧憬，坚定民族自信心，在全面建设社会主义现代化国家的新征程上做自信的中国人。



启思导行

班级举办“收获自信”的经验交流活动，同学们分享收获自信的方法。



要关注自己的优点。在参加各种活动时，想想自己的优点和曾经取得的成绩，有利于增强自信。

要给自己确定恰当的目标。目标过低，太容易实现，就难以提高自信心；目标过高，无法达到，也不利于获得自信。



要给自己积极的心理暗示。当碰到困难时，要不断对自己进行正面心理强化，坚持对自己说：“我很棒！”“我能行！”“我能做得更好！”



Empty speech bubble for additional tips.



- ▶ 你还有什么收获自信的好方法？把你的方法补充在对话框内。
- ▶ 根据讨论交流情况，把收获自信的方法制作成明信片，并送给同学。



Postcard template with a dashed line for writing and a box for an address.

人生自强少年始。少年强则国强，我们的未来与国家发展紧密相连。
自强的青春有未来。人为什么要自强？我们如何把握时代脉搏，做自强不息的中国人？

人要自强



生活观察

小李怀揣着梦想走进大学校园。由于家里经济条件不好，课余时间他摆地摊、打零工，赚取学费和生活费。无论生活多艰苦，他从未停止对知识的追求，始终以学业为重。在攻读博士学位期间，他每天待在实验室十几个小时，一天能够记录几十页、上百组数据，直到实验室管理员来锁门，他才急匆匆地收拾东西回宿舍。多年过去，他通过持续奋斗，不断提升自己，从一名大学生成长为一所大学的博士生导师，围绕国家重大战略需求开展研究，奋力解决半导体领域的“卡脖子”技术问题，把个人前途与国家发展紧紧联系在一起。

像小李这样自立自强的榜样还有很多，他们有理想、敢担当、能吃苦、肯奋斗，敢作敢为，善作善成。这些榜样鼓励着我们每个人：踮一踮脚尖，我们也能成为他们。

► 分享自立自强的故事，谈谈你对“踮一踮脚尖，我们也能成为他们”的理解。

自强是自我勉励、发愤图强。自强是一种奋发进取的精神状态，是一种不断完善自我、超越自我的人生追求。



探究与分享

关于是否要自强，同学们各抒己见。

我家条件还不错，
我就靠家里了。



我觉得一个人只有靠自己
努力拼搏，才能有好的未来。



不用那么刻苦学
习，差不多就行了。



▶ 谈谈你对上述观点的看法。

自强，使人自主自立。自强的人，能够“克己”“自胜”，主动发掘自身力量，依靠自己的努力拼搏勇敢面对生活，获得生存和发展的机会。

自强，使人奋发向上。自强的人，有锲而不舍的坚毅品格，积极进取，知不足而奋进，望远山而力行，不断挑战自我、超越自我。



探究与分享

从航空航天到深海探测，从北斗卫星导航系统到智能制造，每一次向着高水平科技自立自强的迈进，都凝结着无数科技工作者的心血和汗水。

在改革前沿、创新高地、港口码头、田间地头……每个人坚定前进的脚步，汇聚成国家发展进步的磅礴力量。



航天科研人员庆祝我国首次火星探测任务天问一号探测器成功着陆火星



科研人员检修维护“奋斗者”号全海深载人潜水器



科研人员对在轨北斗导航卫星进行逐个“体检”



工作人员操控智能制造设备

结合以上材料，说说个人自强与社会进步、国家发展的关系。

自强不仅关系个人的成长，而且关系民族的命运和国家的未来。正是一代又一代中国人自强不息地接力传承，中华民族才历经沧桑而不衰，饱经磨难而更强，自立于世界民族之林。

做自强不息的中国人



生活观察

中国共产党和中国人民的百年奋斗，书写了中华民族几千年历史上最恢宏的史诗。一百多年来，涌现出一批又一批自强不息、百折不挠、英勇奋斗的英雄模范，既是我们的骄傲，更是我们的榜样。

精神之光 永不熄灭
——“两弹一星功勋奖章”获得者

奋斗不息 以身许国
——第七六〇研究所抗灾抢险英雄群体



面向屠刀 视死如归
——陈延年

勤奋工作 踏实劳动
——许振超

- ▶ 你还知道哪些自强不息的英雄模范的事迹？
- ▶ 结合英雄模范的事迹，说说如何做自强不息的中国人。

“天行健，君子以自强不息。”自强不息是中华民族几千年文化传承和社会实践沉淀出的优良传统。在美好的青春年华里，我们手握历史的接力棒，做自强不息的中国人。



探究与分享

在我们党的历史上，很多卓越的领导人在青少年时期就确立了远大理想。毛泽东立志献身中华民族强盛，周恩来立志为中华之崛起而读书，邓小平16岁赴法国勤工俭学并于1923年加入旅欧中国共产主义青年团。

习近平15岁时到陕北插队，他在回忆自己的知青生活时说：“22岁离开黄土地时，我已经有着坚定的人生目标，充满自信。作为一个人民公仆，陕北高原是我的根，因为这里培养出了我不变的信念：要为人民做实事！”

结合以上材料，说说青少年时期树立远大理想对个人成长的重要意义。



习近平插队时带头修建的知青井

树立远大理想。我们要怀有拳拳爱国之心，立下报国之志，把个人命运与祖国发展结合起来，找到青春进取的方向和力量，奋力书写挺膺担当的青春篇章。

求得真学问，练就真本领。我们要认真对待各门课程，勤学好问、夯实基础；要关注现实问题和社会发展，提高解决问题的能力。趁着青春年少，我们要练就一身本领，更好地为民造福、为国争光。



阅读感悟

小铭家境贫寒，但是他坚信学习改变命运。通过不懈奋斗，他考入重点大学。上大学时，父亲病重，他靠着国家助学贷款、各类奖助学金以及勤工俭学，承担起自己的学习生活费用和父亲的医疗费。艰辛的生活并未消减他学习的热忱，他不仅以优异成绩被保送研究生，而且在自己的专业领域持续深耕、不断精进，发表多篇高质量学术论文。寒暑假期间，他既在实验室忙碌，还凭借自己的专业知识，开展流行病学调查，积极参与艾滋病筛检及健康指导、慰问空巢老人、扶助困难家庭的学生等志愿服务活动。

小铭用自己的实际行动展现了当代青年的责任与担当。像小铭一样，一批批新时代青年学子坚持与时代同步伐、与民族共命运，立鸿鹄志、做奋斗者。

在苦干实干中磨砺成长，砥砺前行。刀要在石上磨、人要在事上练，我们要在做事中不断磨炼意志、锤炼品格。无论是学习还是生活，我们首先要学会依靠自己、对自己负责，学会做事、身体力行。每一项事业，不论大小，都是靠脚踏实地一点一滴干出来的。我们只有不怕吃苦、努力耕耘，才能有所收获、有所成就。



启思导行

中华民族是历经磨难、不屈不挠的伟大民族，中国人民是勤劳勇敢、自强不息的伟大人民，中国共产党是敢于斗争、敢于胜利的伟大政党。历史车轮滚滚向前，时代潮流浩浩荡荡。历史只会眷顾坚定者、奋进者、搏击者，而不会等待犹豫者、懈怠者、畏难者。今天，在全面推进中华民族伟大复兴的新征程上，涌现出大批为国奋斗、自强不息的典范，为我们树立了榜样。

► 以“做自强不息的中国人”为主题，撰写一份“自强宣言”。



单元思考与行动

— 情境思考

情境一

高考一结束，小志就去妈妈工作的工地帮忙，他想通过自己的努力，攒点大学生生活费和学费，为家里减轻负担。他的故事被媒体报道后，一些热心人士向他伸出援助之手，想为他捐款，但都被他婉拒。他说：“我希望通过自己的努力去解决遇到的困难和问题。”

情境二

小华进入初中后，在老师的引导下，不断提高自我约束力，刻苦努力，认真做好每一件事，逐渐成为同学中的佼佼者，自信心也越来越强。升入高中，她依然奋发进取，高考取得优异成绩。当别人问她如何选择大学专业时，她说：“我报了集成电路设计专业。我要投身芯片研发事业，为我国突破关键核心技术作出自己的贡献。”

情境三

当大学录取通知书送来时，小慧正满身泥巴在田间收割稻谷。她知道家里生活不容易，从小刻苦学习、勤奋自强，终于考取了心仪的大学。在接受记者采访时，她说：“一个人即使身处困境，也要坚守自己，相信未来，闯荡出去就会有出路。”她希望每一位和她一样追梦的青少年，都要保持一颗不断拼搏进取的心。

- 小志、小华、小慧的故事带给你哪些启示？
- 结合他们的故事，说说你将从哪些方面努力成为一个自尊、自信、自强的人。

- ▶ 以小组为单位，开展“走近青春榜样，感悟青春力量”宣讲活动。
- ✧ 各组选取一位青少年榜样，了解其先进事迹。
- ✧ 综合自尊、自信、自强的内容，对先进事迹进行分析、归纳、总结。
- ✧ 设计宣讲活动方案。

活动主题	
活动目标	
活动时间	
活动形式	
活动内容	
活动总结	

- ✧ 在社区或学校组织宣讲活动，并与同学交流收获和体会。

传承中华优秀传统文化

中华优秀传统文化包含着中华民族最根本的精神基因。在人类历史长河中，我国各族人民共同创造了源远流长、博大精深、历久弥新的中华优秀传统文化，为中华民族生生不息、发展壮大提供了强大精神力量。

不忘本来才能开辟未来，善于继承才能更好创新。今天，我们传承发展中华优秀传统文化，就是要传承核心思想理念、弘扬中华人文精神、践行中华传统美德；就是要用它滋养我们的精神世界，坚定文化自信，实现精神上的独立自主，做堂堂正正的中国人。



中华民族在长期历史发展中培育和形成的思想理念，有助于我们理解、继承中华优秀传统文化，可以为我们走好人生道路提供有益启迪。我们应该如何理解中华优秀传统文化的思想理念？面对新时代的发展要求，我们如何传承核心理念？

历久弥新的思想理念



生活观察

学校为弘扬中华优秀传统文化，修建了文化长廊，展示了以下名句。

苟日新，日日新，又日新。

——《礼记》

春生夏长，秋收冬藏。

——司马迁《史记》

纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。

——陆游《冬夜读书示子聿》

衙斋卧听萧萧竹，疑是民间疾苦声。

些小吾曹州县吏，一枝一叶总关情。

——郑燮《潍县署中画竹呈年伯

包大中丞括》

► 这些名句蕴含着什么思想理念？

中华优秀传统文化的思想理念深邃博大，是解读中华民族历史发展的重要密码。长期以来，这些思想理念潜移默化地影响着中国人的思维方式和行为方式，至今仍然散发着历久弥新的魅力。



探究与分享

二十四节气，是古代中国人认知一年中时令、气候、物候等变化规律所形成的知识体系，在2016年被列入联合国教科文组织人类非物质文化遗产代表作名录。“春雨惊春清谷天，夏满芒夏暑相连。秋处露秋寒霜降，冬雪雪冬小大寒。”从这首耳熟能详的二十四节气歌中，我们可以看到先民卓越的观察力和创造力。二十四节气对历代农业生产、日常生活有很强的指导意义。同时，天地万物都被容纳在节气的框架中，形成了一种与大自然感应的诗意浪漫。



二十四节气图

- ❖ 为什么说二十四节气对历代农业生产、日常生活具有指导意义？
- ❖ 结合以上材料，谈谈古人是如何看待人与自然关系的。

道法自然、天人合一的思想。中华民族对人与天地万物的关系有深刻的思考，提出“天地与我并生，而万物与我为一”，主张尊重、顺应大自然运行的规律，与天地万物和谐共生。



相关链接

❖ “道法自然”出自先秦著名思想家老子的《道德经》，本义是大道以自己本来的样子为法则。随着时代的发展，人与自然和谐共生的理念日渐深入人心，人们更多的是在敬畏自然、尊重自然、顺应自然、保护自然，构建人与自然生命共同体的意义上理解“道法自然”。

❖ “天人合一”。“天”的含义十分丰富，当代人一般将其理解为自然、自然规律；“人”，主要指人、人类社会。一方面，人是自然的一部分，人应该致力于认识和把握自然的本质和规律，与自然融为一体，即“与天地合其德”；另一方面，人还应致力于促进万物的发展和宇宙的和谐，即“赞天地之化育”。

脚踏实地、实事求是的思想。中华民族倡导做人做事要从每个人所处的环境、条件出发，既怀抱梦想，又关注现实，在实践中探求真知，按照事物的实际情况正确对待和处理事情。



相关链接

“实事求是”出自《汉书》，原指根据实证，求索真知。这种精神为后世所推崇，成为中华优秀传统文化的重要理念。在中国革命的实践中，毛泽东对“实事求是”作了全新阐释：“‘实事’就是客观存在着的一切事物，‘是’就是客观事物的内部联系，即规律性，‘求’就是我们去研究。”1945年，党的七大将“实事求是”写入党章，确立了实事求是的思想路线。习近平指出：“我们过去取得的一切成就都是靠实事求是。今天，我们要把中国特色社会主义事业继续推向前进，还是要靠实事求是。”



湖南岳麓书院讲堂檐前悬挂的“实事求是”匾额

革故鼎新、与时俱进的思想。中华民族认为世间万物都是生生不息、不断变化的。“穷则变，变则通，通则久。”人类的一切活动都要顺应时代发展潮流，不断创造与创新。



探究与分享

春秋时期，孔子到卫国去，弟子冉有驾车。孔子看到卫国人丁兴旺，感叹道：“人真多呀！”冉有问：“人口增加了，接下来该怎么办呢？”孔子回答：“让人们富裕起来。”冉有又问：“富裕起来之后，又该怎么办呢？”孔子回答：“发展教育。”这就是孔子倡导的“庶、富、教”的治国思想。

► 谈谈你对孔子“庶、富、教”思想的理解。

惠民利民、安民富民的思想。中华民族主张“治国有常，而利民为本”，认为社会发展必须惠及人民，满足人民实际的利益需求，让人民过上安定富足的生活。

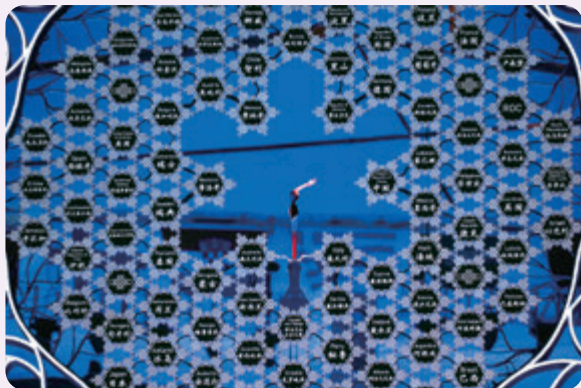
做核心思想理念的传承者



生活观察

“千万雪花，竞相开放，万千你我，汇聚成一个家。雪花，雪花，开在阳光下，在故乡，在远方，都一样闪亮。”

在北京2022年冬奥会上，“雪花”是一个重要的意象。开幕式上，写有参赛国家和地区名字的引导牌像一片片小雪花，不断汇聚，组成一朵大雪花，成为本届冬奥会的火炬台。闭幕式上，伴随着主题歌《雪花》，国家体育场上空用烟花打出“天下一家”的字样。



北京2022年冬奥会火炬台

► 北京2022年冬奥会既是一场体育盛会，也是一场文化盛会。从“雪花”这一设计中，你体会到什么思想理念？

中华优秀传统文化的思想理念在漫长的生产生活过程中逐渐凝结为具有主导性、根本性意义的核心思想理念。今天，传承中华优秀传统文化就要弘扬讲仁爱、重民本、守诚信、崇正义、尚和合、求大同等核心思想理念。



探究与分享

孔子将仁的含义概括为“爱人”，主张尊重人、关心人，把人当人看，要将心比心、推己及人，设身处地为他人着想。后世将仁爱从社会人伦推广到宇宙万物，提倡“民吾同胞，物吾与也”“天地万物一体之仁”，认为人与天地万物息息相通，共处于一个家园，故见到同类危难而有恻隐之心，见到鸟兽哀鸣而有不忍之心，见到草木摧折而有悯恤之心，见到瓦石毁坏而有顾惜之心。

- 结合以上材料，谈谈你对仁爱的理解。
- 在生活中，我们如何更好地践行仁爱？

讲仁爱，要求我们“亲亲”“仁民”“爱物”，即爱自己的亲人，爱全社会的人，爱天地万物。我们应当孝敬父母、关爱亲人，尊重他人、关心他人、帮助他人，实现由爱亲、爱他人、爱人类到爱万物的扩展。

重民本，要求我们遵循“民惟邦本，本固邦宁”的古训，充分认识人民在国家中的地位和作用，爱民保民利民。赢得人民的支持，国家才能长治久安。我们应当站稳人民立场，不断增强为人民服务的本领。



相关链接

《荀子》中说：“传曰：‘君者，舟也；庶人者，水也。水则载舟，水则覆舟。’”统治者如船，老百姓如水，水既能让船安稳地航行，也能将船推翻吞没。这句话后来演变为“水能载舟，亦能覆舟”。习近平多次引用这句古语，强调人民群众是历史的创造者，要坚持党的群众路线，坚持以人民为中心的发展思想，全心全意为人民服务。

守诚信，要求我们做到真实无欺、言行一致。“人而无信，不知其可也。”“以信待人，不信思信；不信待人，信思不信。”我们应当树立诚信意识，做诚实守信的人。



探究与分享

✧ 孟子说：“鱼，我所欲也；熊掌，亦我所欲也。二者不可得兼，舍鱼而取熊掌者也。生，亦我所欲也；义，亦我所欲也。二者不可得兼，舍生而取义者也。生亦我所欲，所欲有甚于生者，故不为苟得也；死亦我所恶，所恶有甚于死者，故患有所不辟也。”

✧ 文天祥战败被俘后，面对各种威逼利诱，始终坚贞不屈，最后从成就义。其绝命辞写道：“孔曰成仁，孟曰取义，惟其义尽，所以仁至。读圣贤书，所学何事，而今而后，庶几无愧。”文天祥的浩然正气为后世所传颂。



北京文天祥祠

- ▶ 结合以上材料，谈谈你对中华民族先贤坚守道义的理解。
- ▶ 在现代社会，我们如何坚守道义、弘扬正气？

崇正义，要求我们坚持做正确的事，做符合道义的事。“君子义以为上”，“见利思义”，“义然后取”。弘扬社会正气，崇尚社会正义，维护国家和社会公共利益，坚守民族大义，才能让每个人有尊严地生活。在面对个人利益选择时，我们应当将道义置于优先位置，让我们的言行合乎道义。

尚和合，要求我们追求和谐，强调多样性统一。“物之不齐，物之情也。”“和实生物，同则不继。”只有多样性的东西相互作用并努力达到平衡，事物才能生生不息，发展壮大；完全相同的东西简单相加，事物则会失去生机，难以维系。我们应当正确看待差异与矛盾，坚持多样性统一，构建和谐的人与人、人与自然的关系。



阅读感悟

春秋时期，齐景公问晏子，“和”与“同”不一样吗？晏子用音乐说明“和而不同”的含义：演奏一首美妙的音乐，既需要很多乐器，也需要宫、商、角、徵、羽五声音阶相协调，还需要清浊、小大、短长、疾徐、哀乐、刚柔等



和（甲骨文）

相配合。这就是多种因素“和”的结果。如果乐器只发出一个音调，就很难听，这就是单纯“同”的结果。

甲骨文的“和”字，左半边字形像一排竹管合併而成的乐器，右半边为“禾”字，表示读音。“和”的本义就是乐声调和、和谐。

求大同，要求我们胸怀天下，牢记“大道之行也，天下为公”的古训，将天下视作天下人的天下，追求和谐美好的理想社会。我们应当热爱祖国和人民，积极为人类的发展和进步作贡献。



中华优秀传统文化的核心思想理念内容丰富、表现形式多样。我们可以借助书法、绘画、故事、格言、诗歌、戏曲等多种形式，正确理解和把握核心思想理念，古为今用，守正创新，努力提高自己的思想境界和文化素养，坚定文化自信。

► 以小组为单位，设计一个展示核心思想理念的活动。

活动名称	
活动目标	
活动时间	
活动展示的核心思想理念	
展示形式	
活动流程	
需要的人员、物资、场地、设备等条件	
活动收获与反思	

► 根据你的观察，核心思想理念在今天的社会生活中有哪些体现？如何更好地传承核心思想理念？

中华民族自古以来就强调以人文化成天下，以人类社会和人本身发展的道理来教育世人，达到促进社会和谐、成就美好人生的目的，并由此发展出影响深远的中华人文精神。中华人文精神有哪些丰富内涵？我们应该怎样弘扬中华人文精神？

影响深远的人文精神



生活观察

学校开展“品优秀传统文化，悟中华人文精神”的活动，同学们对此展开热烈讨论。



我很喜欢“君子和而不同”这句话，它告诉我们要在相互尊重的基础上和谐共处。

我读过许多古代神话传说，如盘古开天辟地、女娲补天、伏羲画卦、神农尝草、夸父追日、精卫填海、愚公移山等，它们都蕴含着勇于追求梦想的执着精神。



我特别喜欢中国古典名曲《高山流水》，从曲子中就能听出山之雄浑、水之浩瀚，感悟高山流水遇知音的千古美谈。

我非常欣赏《论语》中描写的“一簞食，一瓢饮，在陋巷，人不堪其忧，回也不改其乐”的精神。



► 结合以上同学的讨论，谈谈中华人文精神对你的启发。

中华优秀传统文化蕴含的丰富人文精神，彰显了中华民族对现实生活意义的探索和道德情操的涵养。中华人文精神主要体现在处世方法、教化思想、美学追求、生活理念等诸多方面。



相关链接

中华优秀传统文化的重要经典《周易》讲道：“观乎天文，以察时变；观乎人文，以化成天下。”古人认为，观察大自然中日月星辰的变化，可以知晓四季转换的规律；观察人间万象，可以知晓人和社会的道理，通过礼乐教化促成人类的文明。

求同存异、和而不同的处世方法。求同存异，就是既找出共同点，找到最大公约数，又保留不同点，尊重不同意见。求同能让人们更加亲近、友善，存异则让人们彼此尊重、包容。和而不同，就是倡导和谐相处，协调不同意见，但不盲从苟同。求同存异、和而不同的处世方法，有助于解决人际矛盾，为化解当代社会冲突提供重要启示。



探究与分享

“岁寒三友”和“四君子”，是传统诗词、绘画等文艺作品中常见的主题。松、竹经冬不凋，梅花迎寒开放，故有“岁寒三友”之称。“四君子”则是指“梅、兰、竹、菊”。梅的凌霜傲雪、玉洁冰清，兰的优雅朴素、高洁坚贞，竹的中空外直、宁折不弯，菊的清新高雅、悠然宁静，寄托着中国人对高尚品格的推崇。在中国古代的文艺作品中，花木草石等往往蕴含着丰富的人文精神。



明宣德青花松竹梅纹盘

- ▶ 你还知道哪些蕴含着中华人文精神的文艺作品？
- ▶ 这些文艺作品体现了什么思想？

文以载道、以文化人的教化思想。各种各样的文化表现形式都承载着做人做事的道理，可以教育人、感化人，成就理想人格。文以载道、以文化人的教化思想，对于丰富人的精神生活、提升精神境界具有重要意义。



相关链接

《玛纳斯》是柯尔克孜族的英雄史诗，有二十三万余行，讲述了传奇英雄玛纳斯及其子孙七代带领柯尔克孜族人民追求幸福生活的故事。《玛纳斯》经久流传、生生不息，以史诗的恢宏叙事主题和崇高演说风格凝聚民心、团结人民，给予人们追求美好生活的希望和力量。

我国各民族文化相互交融、相互促进，共同熔铸了灿烂的中华文化，成为中华民族独特的精神标识。像《玛纳斯》这样的文化遗产，既是少数民族的宝贵财富，也是中华民族的宝贵财富。

形神兼备、情景交融的美学追求。诗歌、舞蹈、绘画、书法等文艺作品不但具有美妙形态，而且富有独特神韵，可谓“形具而神生”。在文化生活中，人们追求立象尽意，主张将人的思想情感与外界景物融为一体。形神兼备、情景交融的美学追求，塑造了中华民族独特的审美气质。



相关链接

《千里江山图》是北宋画家王希孟唯一传世的作品。画面上峰峦起伏绵延，江河烟波浩渺，气象万千，壮丽恢宏。山间高崖飞瀑，曲径通幽，房舍屋宇点缀其间，绿柳红花，长松修竹，景色秀丽。山水间野渡渔村、水榭楼台、

《千里江山图》(局部)

茅屋草舍、水磨长桥各依地势、环境而设，与山川湖泊相辉映。《千里江山图》以概括精练的手法、绚丽的色彩和工细的笔致表现出祖国山河的雄伟壮观，是中国山水画的代表作，是一幅旷世杰作。



探究与分享

“少无适俗韵，性本爱丘山。”“采菊东篱下，悠然见南山。”东晋诗人陶渊明的这些诗作感情真挚、朴素自然，表达了陶渊明淡泊名利、安贫乐道的高贵品质和俭朴、自然的生活态度，深受后人喜爱。

► 查阅陶渊明的田园诗，谈谈你从中感受到的生活理念。



清代画家石涛所绘《陶渊明诗意图》中的《悠然见南山》

俭约自守、中和泰和的生活理念。中华民族倡导俭朴、简约的生活方式，强调不为物役，追求人与自身、人与人、人与世界的和谐统一。俭约自守、中和泰和的生活理念，有助于人们坚守做人的品格，克服拜金主义、消费主义、享乐主义，有利于真正实现人的价值。



相关链接

◇《礼记》中说：“中也者，天下之大本也；和也者，天下之达道也。致中和，天地位焉，万物育焉。”“中”是事物存在的本然状态，“和”是事物间相互和谐的状态。在“中和”的状态下，天地万物和谐地共存发展，各得其所，繁荣兴旺。



故宫中和殿（左）、太和殿（右）

✧《周易》中说：“乾道变化，各正性命。保合太和，乃利贞。”“太和”就是泰和，是天地万物和谐的最理想状态。对于人来讲，“太和”是人类生存发展的最高境界，即天人合一之境。

做中华人文精神的弘扬者



生活观察



屈原像和《楚辞》书影

中华优秀传统文化类节目《典籍里的中国》有一期讲述了屈原以及《楚辞》背后的故事。“长太息以掩涕兮，哀民生之多艰。”“亦余心之所善兮，虽九死其犹未悔。”“瞻前而顾后兮，相观民之计极。”“明明暗暗，惟时何为？”“圆则九重，孰营度之？”“苏世独立，横而不流兮。”“秉德无私，参天地兮。”“举世皆浊我独清，众人皆醉我独醒。”……《楚辞》中的这些语句，让今天的我们深深感受到屈原勇于探索的思想精髓和情牵百姓的家国情怀。

► 从屈原的作品及其故事中，你领悟到怎样的人文精神？

► 你还看过哪些中华优秀传统文化类节目？与同学分享你的观后感。

历史上的中华人文精神，渗透在诗书礼乐等精神文明的创造中，发挥了强大的熏陶教化、凝聚示范作用。今天，我们弘扬中华人文精神，就要弘扬促进社会和谐、向上向善的思想文化。



探究与分享

和谐是中华优秀传统文化和社会主义核心价值观的重要内容。同学们就如何理解和谐展开讨论。



人们常说“家和万事兴”。每个“小家”过得和和美美，国家这个“大家”才会更加和谐美好。



“天时不如地利，地利不如人和。”无论是在日常生活中，还是在社会发展中，都要坚信“人心齐，泰山移”，团结就是力量。

古人说：“礼之用，和为贵。”人与人相处要找到彼此合适的位置，形成恰当的关系，从而达到和谐美好的状态。



- ▶ 你还知道哪些提倡和谐的名言或事例？
- ▶ 结合以上讨论，说说今天我们应如何促进社会和谐。

弘扬促进社会和谐的思想文化。中华民族推崇“万物并育而不相害，道并行而不相悖”，主张“四海之内皆兄弟”，提倡人与人、人与社会和谐共处。我们应当正确运用求同存异、和而不同的方法，为促进社会和谐贡献力量。



探究与分享

“新时代好少年”每年评选一次。入选的好少年，有的热心公益，有的关爱他人，有的热爱科学，有的勇于创新，有的乐观向上，有的爱护环境，有的传承文化，有的勤学善思……他们品学兼优、朝气蓬勃，体现了向上向善、孝老爱亲、忠于祖国、忠于人民的宝贵品格和树立远大志向、为实现中国梦时刻准备着的担当精神。他们是当代青少年身边的榜样，是弘扬时代新风、争当时代新人的先锋。

- ▶ 查找“新时代好少年”的事迹，谈谈他们的哪些精神品质值得我们学习。

弘扬向上向善的思想文化。立己达人，兼善天下。我们要积极进取，向着更高更远的目标努力奋进；爱人利人，择善而行，追求至善的人生境界。我们应当向榜样学习，勇担使命，久久为功，争做向上向善的好少年。



启思导行

学校开展中华经典诵读活动，引领学生亲近中华经典，感悟中华优秀传统文化中的人文精神。

夫君子之行，静以修身，俭以养德。非淡泊无以明志，非宁静无以致远。夫学须静也，才须学也，非学无以广才，非志无以成学。淫慢则不能励精，险躁则不能治性。年与时驰，意与日去，遂成枯落，多不接世，悲守穷庐，将复何及！

——诸葛亮《诫子书》

山不在高，有仙则名。水不在深，有龙则灵。斯是陋室，惟吾德馨。苔痕上阶绿，草色入帘青。谈笑有鸿儒，往来无白丁。可以调素琴，阅金经。无丝竹之乱耳，无案牍之劳形。南阳诸葛庐，西蜀子云亭。孔子云：何陋之有？

——刘禹锡《陋室铭》

- ▶ 你如果参加该活动，会挑选哪篇经典？
- ▶ 结合语文、历史、音乐、美术等课程的学习，举例说明你感受到的中华人文精神。

中华优秀传统文化蕴含着丰富的道德资源。运用好这些宝贵资源，有助于我们明是非、辨善恶、知荣辱，解决生活中的各种困惑，提升社会道德水平，推进社会主义道德建设。中华传统美德有哪些？我们应该如何传承和践行中华传统美德？

薪火相传的传统美德



生活观察

中华优秀传统文化中有很多流传已久、脍炙人口的美德故事，它们承载着丰富的文化内涵。

负荆请罪

战国时期，赵国大将廉颇认为上卿蔺相如功劳不如自己，官位却在自己之上，为此他非常不满，便扬言要当面羞辱蔺相如。蔺相如为了国家利益处处退让，表示将相不和就会削弱国家的力量。廉颇听闻后，觉得自己为了争一口气，就不顾国家利益，真不应该。于是，他脱下战袍，背上荆条，到蔺相如家请罪。从此以后，他们成了好朋友，齐心协力保卫赵国。

闻鸡起舞

西晋末期，社会动荡，内忧外患，人民生活在水深火热之中。那时有个叫祖逖的人，每次和好友刘琨谈论时局，总是慷慨激昂，满怀义愤，希望报效国家。有一天，他们在半夜听到鸡鸣，心情振奋，于是披衣起床，拔剑练武。

程门立雪

杨时是北宋时期的著名学者。一天，他与游酢一起去老师程颐家请教问题。时值隆冬，朔风凛冽。到程颐家时，适逢老师在炉旁闭目养神。他们担心惊扰老师，就在旁边静静等候。程颐觉察后，门外的积雪已经有一尺深，但杨时和游酢依然恭敬侍立。

- 🔴 你还知道哪些中华传统美德故事？
- 🔴 这些故事蕴含着什么传统美德？

国无德不兴，人无德不立。中华优秀传统文化蕴含的丰富道德理念和规范，体现着评判是非曲直的价值标准，潜移默化地影响着中国人的行为方式。中华传统美德是中华优秀传统文化的精髓，是世代相传的民族智慧，是中华民族走向未来的宝贵精神财富。



探究与分享

据《元史》记载，元代大学者许衡同众人一起逃难，时值盛夏，人们又饥又渴。有人发现路边有一棵梨树，大家便争先恐后去摘梨。许衡却端坐树下，不为所动。人们问他为何，他答道：“非其有而取之，不可也。”人们说乱世中梨树无主，许衡说：“梨无主，吾心独无主乎？”

- 🔴 谈谈你对“梨无主，吾心独无主乎”的理解。

孝悌忠信、礼义廉耻的荣辱观念。判断一切是非、善恶、荣辱，都需要明确的标准。“由义为荣，背义为辱。”中华民族一贯以遵守道德为荣，以违背道德为耻。这一荣辱观念渗透在生活的方方面面，成为中国人日用而不觉的道德标准。



相关链接

孝悌忠信、礼义廉耻，是中华优秀传统文化中做人的基本道德准则。孝，指对父母长辈的尊重和爱戴；悌，本义指对兄长的敬爱和恭顺，也泛指对同辈和朋友的尊敬和友善；忠，指尽心竭力、尽职尽责，常指为国尽忠；信，指讲诚信；礼，指为人处世懂礼貌、讲规矩；义，指做事情符合道义；廉，指廉洁奉公；耻，指自尊自重，有羞耻之心。

崇德向善、见贤思齐的社会风尚。“德者，本也。”“君子莫大乎与人为善。”中华民族自古就有尊崇道德、一心向善的优良传统。“见贤思齐焉，见不贤而内自省也。”不断向有美德、有才能、有贡献的人学习，有利于营造良好的社会环境。

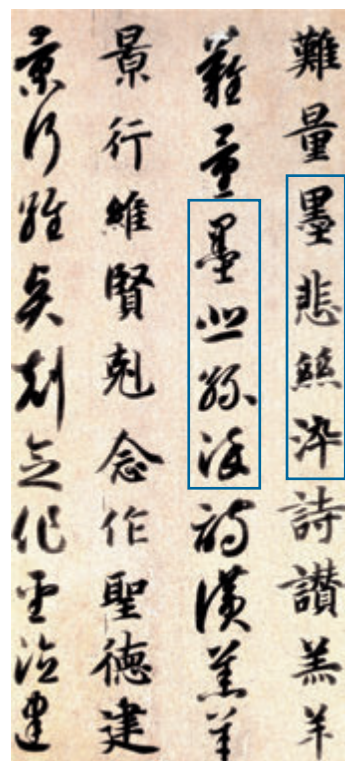


阅读感悟

有一次，墨子路过一个染坊，看到纯白的丝放进染缸里，拿出来就成为五颜六色的了。他感慨地说：丝放到青色的染缸里就变成青色，放到黄色的染缸里就变成黄色，放入的染缸不同，出来的颜色也不同。所以染丝不能不慎重啊！

这一故事流传到后世，形成了“墨悲丝染”的典故，人们常用它说明人也会受到社会环境的熏染。

精忠报国、振兴中华的爱国情怀。“位卑未敢忘忧国。”“苟利国家生死以，岂因祸福避趋之。”自古以来，中华儿女将自己的前途命运与祖国兴衰、民



隋代书法家智永所书《真草千字文》中的“墨悲丝染”

族存亡紧紧联系在一起，尽心竭力报效国家。爱国情怀维系着中华民族的团结统一，激励着一代代中国人为祖国发展繁荣而不懈奋斗。

天下兴亡、匹夫有责的担当意识。中华民族强调“明伦”“尽责”，要求每个人明确认识到自己的人伦职责，不仅要担负起对家庭、社会、国家的责任，而且要兼济天下，为天下人谋幸福。这种担当意识体现了中华民族的博大胸怀和崇高境界，为中华民族发展壮大提供了重要支撑。

做中华传统美德的践行者



生活观察

2004年底，印度洋突发海啸灾难。一对中年夫妇走进青岛市红十字会，为印度洋海啸灾区的灾民捐款五万元。当工作人员问其姓名时，他们留下了“微尘”的化名。在青岛市红十字会的记录中，这对热心公益事业、化名“微尘”的好心人，多次捐款且数额较大，却一直不愿透露真名。有人认为，“微尘”是值得尊重的人，不为名、不图利，只想以自己的方式做善事，那么人们就该尊重其选择。在青岛，“微尘”正在凝聚更多的爱心，越来越多的市民在捐款后也留下“微尘”“小小微尘”“微粒”等名字。现在，“微尘”已经成为诠释爱心的精神符号和青岛公益事业的品牌。

🔍 寻找身边的“中国好人”，分享他们的故事，感受中华传统美德的力量。

中华传统美德是进行道德建设的宝贵资源。在生活中，我们要大力弘扬和践行自强不息、敬业乐群、扶危济困、见义勇为、孝老爱亲等中华传统美德。



探究与分享



于敏

1961年，我国核物理学家于敏开始从原子核理论研究转入氢弹原理研究和核武器研制。当时，我国想要研究氢弹，没有什么经验可以借鉴。于敏和他的团队几乎是从零开始，依靠他们的勤奋和智慧进行理论探索。通过不懈努力，他们自主研发，解决了氢弹研制中的一系列问题，形成了中国独立发展的氢弹构型，世人称为“于敏构型”。1967年6月17日，我国第一颗氢弹爆炸成功，书写了中国人用最快速度独立研制出氢弹的奇迹。

► 在新时代，我们可以从哪些方面践行自强不息的中华传统美德？

做自强不息的人。自强不息是中华民族历经磨难而不倒的精神动力。面对困难和挑战，我们应当自立自强、刚健有为，以顽强的意志和不屈的精神，不断开辟人生的新天地。



探究与分享



李保国向村民讲解果树修剪知识

1981年3月，刚从河北农业大学毕业、留校任教的李保国走进太行山，来到邢台县前南峪村，投身山区生态治理，帮助当地农民发家致富。李保国和他的团队直接帮扶村庄40多个，间接带动百余个村庄发展，技术示范推广总面积上千万亩，举办不同层次的培训班800余次，培训人员9万余人次，帮助农民增收数十亿元。李保国还为群众办夜校，开展技术培训。村民们称他是“农民教授”“科技财神”“太行新愚公”。李保国把最好的论文写在了河北大地上，让千山万岭披上了绿装，让千万农民摆脱了贫困。

► 分享你身边敬业乐群人物的故事，谈谈他们的工作有什么社会意义。

做敬业乐群的人。对待学习和工作，我们要专心致志，爱岗敬业，尽职尽责。我们要乐于与他人交往，在集体中与人和睦相处、团结协作。只有敬业乐群，才能成就事业，实现人生价值。

做扶危济困的人。“恻隐之心，人皆有之。”助人者，人恒助之。当他人身处困境时，我们应当主动伸出援助之手。“仗义疏财”“雪中送炭”等成语是扶危济困美德的集中体现。正是有了这种美德，我们的社会才是一个充满爱心与温情的文明社会。



相关链接



守望相助、扶危济困是中华民族的传统美德，发展慈善事业是社会文明进步的重要标志。我国制定实施了《中华人民共和国慈善法》，推动慈善组织有序发展，慈善事业取得长足进步。党的二十大报告指出：“引导、支持有意愿有能力的企业、社会组织和个人积极参与公益慈善事业。”

做见义勇为的人。“见义勇为，无勇也。”真正勇敢的人具有捍卫正义的勇毅精神，并能付诸行动。当国家利益和社会公共利益受到侵害时，当他人遇到危难时，我们要敢于挺身而出，运用自己的智慧和力量维护国家利益和社会公共利益，帮助他人。

做孝老爱亲的人。百善孝为先。“孝”的本质是“爱”和“敬”。我们应当孝敬老人，爱护亲人。“老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼。”我们还要将爱的情感和责任扩展到全社会。



阅读感悟

猫与蝴蝶是国画经典题材之一。中国人习惯称八九十岁的年纪为耄，七八十岁的年纪为耄。猫谐音“耄”，蝶谐音“耄”，猫蝶相戏，便有了“耄耄之年”的含义，寓意长寿。因此，在古代祝贺长寿的画作中，经常会出现猫与蝶同框的情景。

传承中华传统美德，关键在于践行。我们要讲道德、尊道德、守道德，让人生更加幸福，社会更加美好。



明代画家孙克弘的《耄耄图》



启思导行

中国人自古就有“道德文章”的说法。读中华经典，养浩然之气，对于当代青少年的健康成长十分必要。

推荐一：《论语》

推荐理由：这是一部体现儒家伦理道德思想的经典著作。“夫子风采，溢于格言。”读者可以通过经典，感受古圣先贤的道德智慧。

推荐二：《与妻书》

推荐理由：这是黄花岗七十二烈士之一的林觉民写给妻子的诀别信。这封信将家庭幸福、夫妻恩爱和国家前途、人民命运联系在一起，表达了作者对妻子的深情和对祖国深沉的爱。全文直抒胸臆，情真意切，字字泣血，动人心魄。

推荐三：《清贫》

推荐理由：这是革命烈士方志敏被捕后在狱中所写的文章。“清贫，洁白朴素的生活，正是我们革命者能够战胜许多困难的地方！”这篇文章虽然写于九十年前，但今天读来仍然十分亲切感人。

推荐四：《雷锋日记》

推荐理由：这是共产主义战士雷锋留下的几百篇闪耀着共产主义思想光辉、充满着理性思考的日记的合集。文字虽然平实，却掩不住青春的激情，极富道德感染力。

► 开展“读书漂流”活动，向同学推荐一本传承中华传统美德的好书，并说明你的推荐理由。

► 认真阅读经典，在读书中涵养品格，亲近道德人物，提升人生境界，并与同学交流阅读体会。



单元思考与行动

一 情境思考

情境一：1993年，载人航天工程办公室向参加飞船研制的单位发出“为中国飞船征集名称”的通知。一时间，“华夏”“九州”“腾龙”“神舟”等众多具有中国特色的名称被推荐出来，而“神舟”从这些名称中脱颖而出。“神舟”意为“神奇的天河之舟”，又与“神州”谐音，象征飞船研制得到了全国人民的支持，是四面八方、各行各业大协作的产物；“神舟”又有神气、神采飞扬之意，表示全体中华儿女为飞船的诞生感到无比骄傲与自豪。

神舟飞天、蛟龙入海、嫦娥探月、墨子传信、北斗组网、天眼巡空……这些大国重器的名字，延续前人的梦想，书写新的历史，体现了独特的“中国式浪漫”。

► 选择一项大国重器，说说其命名中蕴含的中华优秀传统文化元素。

► 为我国一项新的科技成果起一个含有中华优秀传统文化元素的名字，并谈谈你的理由。

情境二：中华优秀传统文化有很多重要元素，共同塑造出中华文明的突出特性——连续性、创新性、统一性、包容性、和平性。

突出特性	相关事例	其他事例
连续性	今天我们使用的汉字同甲骨文没有根本区别，老子、孔子、孟子、庄子等先哲归纳的一些观念也一直延续到现在。这种几千年连贯发展至今的文明，在世界各民族中是不多见的。	
创新性	中国古代农业技术、“四大发明”以及漆器、丝绸、瓷器、生铁和制钢技术等在世界文明史上具有鲜明的独创性。	
统一性	秦代“书同文，车同轨，量同衡，行同伦”，开启了中国统一的多民族国家发展的历程。	
包容性	宋元时期的泉州被誉为“东方第一大港”，无数东西方商船日夜往来，留下了“涨海声中万国商”“市井十洲人”的繁华图景，展现了中国多元包容的文化态度。	
和平性	张骞出使西域、郑和七下西洋之所以名垂青史，是因为使用的不是战马和长矛，而是驼队和善意；依靠的不是坚船和利炮，而是宝船和友谊。	

► 结合以上材料，以小组为单位，针对中华文明的五个突出特性在表中再各补充一个事例，并简述理由。

► 以“中华文明突出特性的体现”为议题，讨论如何更好地传承中华优秀传统文化。

二

实践活动

活动一：丰富多彩的中华优秀传统文化，像一条长河，从远古流到现在，流向未来。长河映照出中华民族几千年不断前行的身影，回荡着中华儿女自豪的声音，印刻着中华文明独特的文化记忆。



汉字：



长城：



都江堰：



莫高窟：



四大发明：

► 查找资料，说说以上文化表现形式的文化内涵。

► 选择其中一项作为中华优秀传统文化的“名片”，设计宣传展示方案。

活动二：文化渗透在生活中，是一个民族独特的精神标识。为了帮助学生深入了解中华优秀传统文化，学校决定组织一次“文化之旅”研学活动，向全校学生征集活动方案。

► 设计一条能够感受和学习中华优秀传统文化的研学路线，并说说你的设计理由。

第四 单元

生活在法治社会

法律调整社会关系，维护社会秩序，促进国家和社会发展，保障人民的幸福生活。法律是全体社会成员共同遵守的行为规范。依法行使权利，自觉履行义务，远离违法犯罪，我们才能健康成长。

法律的生命力在于实施，法律的权威也在于实施。遵守法律，是现代公民的基本素养。我们要学习和遵守法律规范，严于律己，增强法治意识，推动社会文明进步。



我们的生活离不开法律的规范和保障，法律为我们的成长营造文明有序、和谐自由的环境。我国的法律体系是如何日益完善的？这些法律发挥着什么作用？

日益完善的法律体系



生活观察

改革开放以来特别是党的十八大以来，我国经济、政治、文化、社会、生态文明等领域立法工作取得了巨大成就。

● 经济领域

在护航国家经济发展方面，我国制定了民法典、反垄断法、证券法等法律。

● 政治领域

在维护国家安全和核心利益方面，我国制定了国家安全法、反间谍法、网络安全法等法律。

● 文化领域

在保护和传承中华优秀传统文化方面，我国制定了文物保护法、非物质文化遗产法、著作权法等法律。

● 社会领域

为了保障社会成员劳有所得、病有所医、老有所养，我国制定了劳动法、社会保险法、老年人权益保障法等法律。

● 生态文明领域

▶ 查找与生态文明领域有关的法律，推荐你最感兴趣的一部，并说说你的推荐理由。

法律是统治阶级利益和意志的体现。我国是人民当家作主的社会主义国家，我国法律体现广大人民的根本利益和共同意志。因此，我国的法律体系必然是中国特色社会主义性质的法律体系。

新中国成立以来特别是改革开放以来，我国立足国情和实际需要，加快推进各领域立法工作，形成并不断完善以宪法为核心的中国特色社会主义法律体系，国家生活和社会生活各方面总体上实现了有法可依。



相关链接

中国特色社会主义法律体系，是以宪法为统帅，以法律为主干，以行政法规、地方性法规为重要组成部分，由宪法相关法、民法商法、行政法、经济法、社会法、刑法、诉讼与非诉讼程序法等多个法律部门组成的有机统一整体。



我国法律体系图



探究与分享

关于我国的法律体系，几位同学发表了以下看法。



我国的法律体系很完善，以后修修补补就可以了。

我国仍然需要加强立法工作。比如，人工智能发展迅猛，但相关立法相对滞后。





我国已经建立了生态环境保护法律制度体系，目前这个体系还在不断完善中。

就上述看法谈谈你的理解。

社会生活的发展无止境，法律体系的完善也无止境。不断完善中国特色社会主义法律体系，有利于巩固和发展社会主义制度、保障人民当家作主，为全面建设社会主义现代化国家提供良好法治环境。

我国积极推进国家安全、科技创新、公共卫生、生物安全、生态文明、防范风险等重要领域立法，加快数字经济、人工智能、大数据等领域立法步伐，努力健全国家治理急需、满足人民日益增长的美好生活需要必备的法律制度。



相关链接

进入新时代以来，全国人民代表大会及其常务委员会不断推进高质量立法，进一步完善中国特色社会主义法律体系，为全面建设社会主义现代化国家提供更为完备的法律保障。

- ◇ 修改专利法、著作权法、科学技术进步法，推动实现科技自立自强。
- ◇ 制定基本医疗卫生与健康促进法、疫苗管理法，修改动物防疫法、药品管理法，强化公共卫生领域立法。
- ◇ 制定香港特别行政区维护国家安全法、生物安全法、数据安全法，修改反恐主义法等，加快国家安全领域立法。
- ◇ 制定对外关系法、外国国家豁免法、反外国制裁法、出口管制法等，加强涉外领域立法。
- ◇ 制定家庭教育促进法，修改教育法、职业教育法，保障公民受教育的权利。
- ◇ 制定英雄烈士保护法、爱国主义教育法、个人信息保护法、反电信网络诈骗法、反食品浪费法，修改民事诉讼法、行政处罚法，通过刑法修正案（十二），回应人民群众反映强烈的问题。
- ◇ 制定退役军人保障法，修改妇女权益保障法、未成年人保护法、预防未成年人犯罪法，加强特殊群体权益保障。

法律的生命力在于实施。“天下之事，不难于立法，而难于法之必行。”如果有了法律而不实施、束之高阁，或者实施不力、做表面文章，那制定再多法律也无济于事。作为社会一员，我们不仅要关注法律体系建设，为法律的完善贡献力量，而且要从内心深处拥护法律，信仰法律的力量和价值，做到崇尚法律、遵守法律、捍卫法律，让法治成为社会共识和基本准则。

法律保障生活



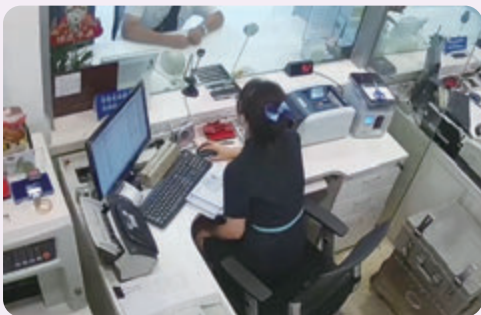
生活观察



在医院的取药窗口，有退役军人优先的标志



交警对过往机动车驾驶员进行酒精检测



银行柜员识别出电信诈骗后，阻止客户向诈骗账户汇款



经过人民法院的调解，诉讼双方当事人庭前达成协议，顺利解决纠纷

- ▶ 以上图片反映的情境与哪些法律相关？
- ▶ 结合自己的生活经验，说说法律是如何保障生活的。

法律是调整社会关系、判断是非曲直、处理矛盾和纠纷的标尺，在国家治理、社会管理等方面发挥着重要作用。

法律维护社会秩序。法律通过规范全体社会成员的行为，实现社会的有序运行；通过建立和实行各种社会制度，维护社会的文明和谐；通过调解纠纷和制裁违法犯罪，促进社会公平正义，保障人民安居乐业。



探究与分享

某小区四楼的业主陈某听到楼下刘某家装修声音异常，便下楼沟通。陈某发现刘某屋内的承重墙已被拆掉，便向物业公司和其他业主告知了这一情况。之后，陈某发现家里的地板开始抖动，还出现了下沉，墙壁也出现了很多裂痕。200多户居民被迫紧急疏散撤离。业主委员会要求刘某恢复原状，但刘某表示，他砸的是自家的墙，与他人无关。无奈之下，业主委员会向有关部门举报了刘某。该部门根据民法典等法律的规定，依法责令刘某停止违法行为，对刘某进行立案调查，会同其他相关部门对被拆改的墙体进行安全支护，制订墙体恢复方案，并追究刘某的法律责任。

- ▶ 结合相关法律知识，评价案例中刘某的行为。
- ▶ 结合上述案例，说说法律如何平衡个人利益与社会公共利益。

法律保护社会公共利益。社会公共利益是全体社会成员的整体利益，蕴含每个人的根本利益和长远利益。法律通过设定个人权利的界限，平衡个人利益与社会公共利益。个人在行使权利的同时，必须履行法律规定的义务，不得滥用权利损害社会公共利益。



《中华人民共和国乡村振兴促进法》第一条

为了全面实施乡村振兴战略，促进农业全面升级、农村全面进步、农民全面发展，加快农业农村现代化，全面建设社会主义现代化国家，制定本法。

《中华人民共和国基本医疗卫生与健康促进法》第一条

为了发展医疗卫生与健康事业，保障公民享有基本医疗卫生服务，提高公民健康水平，推进健康中国建设，根据宪法，制定本法。

《中华人民共和国中小企业促进法》第一条

为了改善中小企业经营环境，保障中小企业公平参与市场竞争，维护中小企业合法权益，支持中小企业创业创新，促进中小企业健康发展，扩大城乡就业，发挥中小企业在国民经济和社会发展中的重要作用，制定本法。

► 结合以上法律条文，说说法律是如何促进社会发展的。

法律促进社会发展。法律为促进各行业各领域事业发展，建立健康有序、富有活力的社会秩序，提供方向指引和有力保障。不断完善的中国特色社会主义法律体系，强调以法治思维和法治方式解决新时代社会各项事业和各项工作中的矛盾和问题，实现社会生活的制度化、法治化。



全国人大常委会每年都会公布年度立法工作计划，为每年的立法工作确定“施工图”，以紧跟党中央决策部署，紧贴人民群众美好生活对法治建设的呼声期盼，紧扣全面推进国家各方面工作法治化提出的法律需求实际。

► 查阅全国人大常委会本年度立法工作计划，据此谈谈本年度立法工作能为我们的生活提供哪些保障。

► 某学习小组以“法律与我们的生活”为主题开展研究性学习，制作了以下表格。登录“中国人大网”或“国家法律法规数据库”，查找并推荐一部新通过的法律，完成表格。

法律名称	立法目的	指引我们行为的法律规定
《中华人民共和国爱国主义教育法》	加强新时代爱国主义教育，传承和弘扬爱国主义精神，凝聚全面建设社会主义现代化国家、全面推进中华民族伟大复兴的磅礴力量。	第三十七条 任何公民和组织都应当弘扬爱国主义精神，自觉维护国家安全、荣誉和利益，不得有下列行为： （一）侮辱国旗、国歌、国徽或者其他有损国旗、国歌、国徽尊严的行为； （二）歪曲、丑化、亵渎、否定英雄烈士事迹和精神； （三）宣扬、美化、否认侵略战争、侵略行为和屠杀惨案； （四）侵占、破坏、污损爱国主义教育设施； （五）法律、行政法规禁止的其他行为。

民法典是新中国第一部以“法典”命名的法律，是“社会生活的百科全书”。民法典涉及经济社会生活方方面面，同人民群众生产生活密不可分。每个人的生老病死、衣食住行都离不开它的规范和保护。我们从事民事活动需要遵循哪些基本原则？民法典保护我们的哪些权利？

认识民法典



生活观察

民法典与我们的一生密切相关。



我还是胎儿时，虽然没有出生，但是可以继承遗产。



父母对未成年的我负有抚养、教育和保护的义务。



姐姐25岁了，她和心仪的人步入了婚姻的殿堂。



爸爸在路上救助一位晕倒的叔叔，在给叔叔做心肺复苏时用力过猛压断了其一根肋骨。叔叔醒来了解情况后，表示不需要爸爸赔偿，并向爸爸表示感谢。



我家买了新房，爸爸妈妈与开发商签订了购房合同。



爷爷70岁了，他立了遗嘱。

结合以上材料和自己的生活经验，说说民法典是一部什么样的法律。

民法典是一部调整平等主体之间的人身关系和财产关系，体现对生命健康、财产安全、交易便利、生活幸福、人格尊严等各方面权利平等保护的法律。实施民法典，能够更好地保障人民群众合法权益，有利于营造稳定、公平、透明、可预期的法治化营商环境，促进社会更加和谐。



探究与分享

《中华人民共和国民法典》(节选)

第七条 民事主体从事民事活动，应当遵循诚信原则，秉持诚实，恪守承诺。

第九条 民事主体从事民事活动，应当有利于节约资源、保护生态环境。

第一百八十四条 因自愿实施紧急救助行为造成受助人损害的，救助人不承担民事责任。

第一百八十五条 侵害英雄烈士等的姓名、肖像、名誉、荣誉，损害社会公共利益的，应当承担民事责任。

第一千零四十三条 家庭应当树立优良家风，弘扬家庭美德，重视家庭文明建设。

夫妻应当互相忠实，互相尊重，互相关爱；家庭成员应当敬老爱幼，互相帮助，维护平等、和睦、文明的婚姻家庭关系。

► 上述规定和社会主义核心价值观有什么内在联系？

民法典注重融入社会主义核心价值观，彰显中华传统美德和社会公德、职业道德、家庭美德、个人品德，体现法治与德治相结合的治国理念。



探究与分享

方某遗失了装有重要文件的公文包。他随即通过媒体悬赏一千元寻找。当捡到公文包的赵某找到方某归还公文包时，方某却拒绝支付悬赏费用。因沟通未果，赵某遂将方某诉至人民法院。人民法院依据民法典，判决方某向赵某支付一千元酬金。

► 查阅民法典，找出人民法院作出上述判决的法律依据。

民法典规定了人们从事民事活动的基本原则。社会成员之间既有共同利益，也有各自的利益。为确保各成员合理合法地行使权利，调整平等主体之间的利益关系，民法典确立了平等、自愿、公平、诚信、守法和公序良俗、绿色等基本原则。



相关链接

民法典确立绿色原则，意味着保护环境、节约资源的理念贯穿整个民事活动。绿色原则主要体现在民法典的总则编、物权编、合同编和侵权责任编等相关法律制度中。例如，第二百九十四条规定：“不动产权利人不得违反国家规定弃置固体废物，排放大气污染物、水污染物、土壤污染物、噪声、光辐射、电磁辐射等有害物质。”第五百零九条第三款规定：“当事人在履行合同过程中，应当避免浪费资源、污染环境和破坏生态。”第一千二百二十九条规定：“因污染环境、破坏生态造成他人损害的，侵权人应当承担侵权责任。”第一千二百三十四条规定：“违反国家规定造成生态环境损害，生态环境能够修复的，国家规定的机关或者法律规定的组织有权请求侵权人在合理期限内承担修复责任。侵权人在期限内未修复的，国家规定的机关或者法律规定的组织可以自行或者委托他人进行修复，所需费用由侵权人负担。”第一千二百三十五条规定：“违反国家规定造成生态环境损害的，国家规定的机关或者法律规定的组织有权请求侵权人赔偿下列损失和费用：（一）生态环境受到损害至修复

完成期间服务功能丧失导致的损失；（二）生态环境功能永久性损害造成的损失；（三）生态环境损害调查、鉴定评估等费用；（四）清除污染、修复生态环境费用；（五）防止损害的发生和扩大所支出的合理费用。”总之，民法典规定绿色原则，符合人民群众对美好生态环境的期待，为建设美丽中国提供了法治保障。

保护人身权



生活观察



情境一：学校为身体不适的学生提供帮助，并及时联系学生家长。

情境二：快递电子运单上隐去姓名、电话号码和地址的一部分。

快递服务组织信息区	
二维码区	一维条码区
目的地信息区	
收	*轩轩 18*****762 北京市密云区十里堡镇*****
寄	*晓晓 18*****465 上海市松江区新桥镇*****
内件信息区	
业务类别及业务处理区	
签收区	
自定义区	

- ▶ 以上情境反映了人们的哪些权利受到保护？
- ▶ 当这些权利受到侵害时，我们应该如何维护？

我们都希望享有充分的人身自由，拥有健康的体魄和乐观的精神状态，能够有尊严地生活。拥有人身权，我们才能独立、自由、有尊严地生活。我们既要保护自己的人身权，也要尊重他人的人身权。人身权包括生命权、健康权、肖像权、隐私权等。

法律保护生命权和健康权。生命和健康是我们参加一切社会活动、享有其他一切权利的基础，对于每个人来说都是弥足珍贵的。当自身生命和健康受到他人非法侵害时，我们有权依法自卫和请求法律保护。我们要关爱他人的生命和健康，不做侵害他人生命和健康的事情。



探究与分享

马某在网络群聊中使用了一个用同事杨某照片制成的表情包。杨某看到后，要求马某删除表情包，否则将向人民法院提起诉讼。马某觉得杨某小题大做，认为自己将杨某有搞怪动作的照片制成表情包，使用范围仅局限在群聊中，自己的行为并不侵犯杨某的肖像权。

- ▶ 你如何评价马某的行为？
- ▶ 杨某该维权吗？说说你的理由。



法律保护肖像权。肖像是每个人人体容貌的有形识别标志，再现了个人基本特征。我们有权依法制作、使用、公开或者许可他人使用自己的肖像。任何组织或者个人不得以丑化、污损，或者利用信息技术手段伪造等方式侵害他人的肖像权。未经肖像权人同意，不得制作、使用、公开肖像权人的肖像，但是法律另有规定的除外。



相关链接

《中华人民共和国民法典》第一千零二十条

合理实施下列行为的，可以不经肖像权人同意：

（一）为个人学习、艺术欣赏、课堂教学或者科学研究，在必要范围内使用肖像权人已经公开的肖像；

（二）为实施新闻报道，不可避免地制作、使用、公开肖像权人的肖像；

（三）为依法履行职责，国家机关在必要范围内制作、使用、公开肖像权人的肖像；

（四）为展示特定公共环境，不可避免地制作、使用、公开肖像权人的肖像；

（五）为维护公共利益或者肖像权人合法权益，制作、使用、公开肖像权人的肖像的其他行为。



探究与分享

李某和汪某是门对门的邻居。李某为了监控自家门外的情况，在其入户门上安装了一款采用人脸识别技术、可自动拍摄视频并存储的可视门铃。汪某找到李某，表示这款可视门铃长期监控着自家住宅，自己心里很不舒服，建议李某拆除。

► 法律会支持汪某的主张吗？为什么？

法律保护隐私权。隐私是我们的私人生活安宁和不愿为他人知晓的私密空间、私密活动、私密信息。法律规定隐私权，划定了个人空间与公共空间的界限，保障了我们私生活的自由与安宁，保护我们的正常生活不受干扰、内心世界不被侵扰。尊重和保护隐私权既是法律规定，也是道德要求，有助于形成良好的社会风尚，促进社会文明和谐。

保障财产权



生活观察

何某通过银行向他人转账时，误将两万元转给了宋某。何某发现转错人后，请求宋某退还两万元，遭到宋某拒绝。何某催讨未果，遂将宋某诉至人民法院。人民法院根据交易记录作出判决，责令宋某返还何某两万元。

► 查阅民法典，找出何某诉请宋某返还两万元的法律依据。

人们的生活离不开财产，财产是人们赖以生存和发展的物质基础和保障。我国法律保护公民的合法财产。当合法财产受到侵害时，我们可以依法维护自己的合法权益。

法律保护合法财产的所有权。财产所有权是指所有权人对自己的财产依法享有占有、使用、收益、处分的权利。我们拥有的合法财产，是实现其他权利的物质基础。切实保护合法财产的所有权，对于保障人们的正常生活、激励人们创造和积累财富、促进经济发展、维护社会和谐稳定，具有重要意义。



相关链接

财产按照归属划分，有的属于个人所有，有的属于集体所有，有的属于国家所有。民法典对财产的归属作了明确规定。



探究与分享

老刘种植的水稻喜获丰收。收购商张某上门收购，与老刘签订了买卖合同。几天后，收购商苗某想以更高的价格收购老刘的大米。面对更高的收益，老刘还是拒绝了苗某。他表示：“既然与他人签订了合同，我就要遵守。”

► 你是否赞同老刘的观点？说说你的理由。



法律保护合同当事人的合法权益。在日常生活中，我们经常需要订立合同。依法成立的合同受法律保护。合同为当事人之间确立的合法权利义务关系，受法律保护。遵循诚信原则、依法履行合同是合同当事人的义务，是弘扬中华传统美德、践行社会主义核心价值观的体现，有利于维护当事人的合法权益，维护正常的经济秩序。



探究与分享

孙某在未征得著作权人尹某许可的情况下，在自己出版的图书中使用了尹某的六幅摄影作品。此外，孙某还用该图书参加评选并获奖。尹某了解情况后，将孙某诉至人民法院。人民法院经审理认为，孙某侵犯他人著作权，判决孙某停止侵权、赔偿损失，并在多家报刊及网站刊登道歉声明。

▶ 结合以上案例，说说法律保护著作权等知识产权的意义。

法律保护知识产权。知识产权是人们对其智力成果等依法享有的权利，是社会财富的重要来源。知识产权包括著作权、专利权、商标权等。保护知识产权就是尊重劳动、保护创新。我们要积极参与社会对知识产权的保护，尊重他人的劳动，不做侵害他人智力成果的事情。



探究与分享

王某有一儿一女。王某的老伴去世后，女儿精心照顾王某十多年，儿子则对他漠不关心。王某立下遗嘱，将自己的财产全部留给女儿，并作了公证。王某病故后，儿子认为自己也有继承权，要求均分遗产。

▶ 你支持王某儿子的诉求吗？为什么？

法律保护继承权。在我国，继承的方式有法定继承和遗嘱继承两种。法定继承是指由法律直接规定继承人的范围及继承顺序，按法律规定的遗产份额分配原则继承被继承人遗产的继承方式。遗嘱继承是指继承人按照被继承人所立的合法有效的遗嘱，继承被继承人遗产的继承方式。遗嘱继承优先于法定继承，它的最大优点在于被继承人能够充分按照自己的意愿处分财产。



相关链接

遗产是指自然人死亡时遗留的个人合法财产。民法典继承编规定了法定继承人的范围及继承顺序，明确了遗产份额分配原则。

法定继承人的范围及继承顺序

✧ 法定第一顺序继承人包括配偶、子女、父母，法定第二顺序继承人包括兄弟姐妹、祖父母、外祖父母。

✧ 继承开始后，由第一顺序继承人继承，第二顺序继承人不继承；没有第一顺序继承人继承的，由第二顺序继承人继承。

遗产份额分配原则

✧ 同一顺序继承人继承遗产的份额，一般应当均等。

✧ 对生活有特殊困难又缺乏劳动能力的继承人，分配遗产时，应当予以照顾。

✧ 对被继承人尽了主要扶养义务或者与被继承人共同生活的继承人，分配遗产时，可以多分。

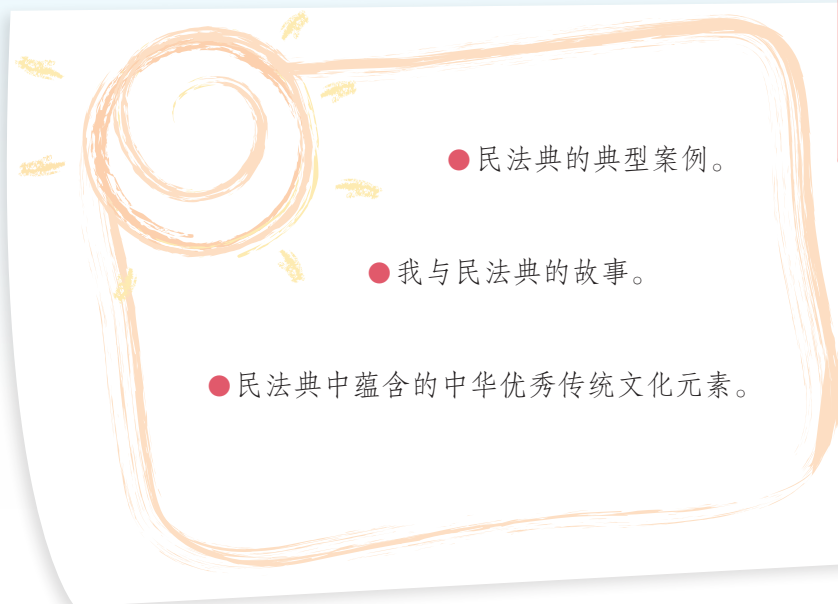
✧ 有扶养能力和有扶养条件的继承人，不尽扶养义务的，分配遗产时，应当不分或者少分。

✧ 继承人协商同意的，也可以不均等。



民法典在中国特色社会主义法律体系中具有重要地位，是一部固根本、稳预期、利长远的基础性法律，是一部具有鲜明中国特色、实践特色、时代特色的民法典。民法典既是保护自身权益的法典，也是全体社会成员都必须遵循的规范。作为新时代青少年，我们要学习、遵守、维护、宣传民法典，做民法典的主动学习者和积极践行者。

► 根据以下提示，设计以“走近民法典”为主题的法治宣传手抄报。



在社会生活中，我们要遵守法律，提高守法、用法的自觉性和依法从事社会活动的能力，预防违法犯罪。什么是违法行为？违法行为有哪些类型？我们应该如何远离违法犯罪？

法不可违



生活观察

案例一

高某过马路时，突然被一只没拴绳的小狗咬伤小腿。随后，小狗的主人程某赶来将狗带走。高某要求程某赔偿医疗费，程某则认为小狗乱跑不是自己的责任。人民法院经审理认为，程某作为饲养人，未尽到管理责任，应赔偿高某医疗费、误工费等费用。民法典第一千二百四十九条规定：“遗弃、逃逸的动物在遗弃、逃逸期间造成他人损害的，由动物原饲养人或者管理人承担侵权责任。”

案例二

何某和蔡某一时兴起，拿起石头砸坏了路边自动贩卖机的玻璃门，并窃取了贩卖机中的十余袋零食。随后，公安机关根据监控录像将二人抓获，二人均被处以行政拘留和罚款三百元。《中华人民共和国治安管理处罚法》第四十九条规定：“盗窃、诈骗、哄抢、抢夺、敲诈勒索或者故意损毁公私财物的，处五日以上十日以下拘留，可以并处五百元以下罚款；情节较重的，处十日以上十五日以下拘留，可以并处一千元以下罚款。”

案例三

陈某为牟取非法利益，介绍他人非法收购走私入境的马来穿山甲（国家一级重点保护野生动物）。人民法院经审理认为，陈某构成危害珍贵、濒危野生动物罪，判处陈某有期徒刑八年，并处罚金人民币五万元。刑法第三百四十一条第一款规定：“非法猎捕、杀害国家重点保护的珍贵、濒危野生动物的，或者非法收购、运输、出售国家重点保护的珍贵、濒危野生动物及其制品的，处五年以下有期徒刑或者拘役，并处罚金；情节严重的，处五年以上十年以下有期徒刑，并处罚金；情节特别严重的，处十年以上有期徒刑，并处罚金或者没收财产。”

▶ 上述案例中的行为分别属于哪一类违法行为？

法律作为一种行为规范，明确告知人们哪些行为是合法的，哪些行为是违法的，为人们是否实施某种行为提供了方向指引。不违法是人们行为的底线。

违法行为是指违反法律、法规、规章，应受惩罚的行为。违法行为通常分为民事违法行为、行政违法行为和刑事违法行为。违反民事法律规范，应当承担民事责任的行为是民事违法行为。违反行政法律规范，应当承担行政责任的行为是行政违法行为。违反刑事法律规范，应当承担刑事责任的行为是刑事违法行为，也就是我们常说的犯罪。



探究与分享

这个人的言论
涉嫌侮辱他人，赶
快向平台投诉。



情境一：张某在多个网络平台发表和转发侮辱、诋毁杨某的言论。

情境二：某造纸厂偷偷把造纸废液排放到沙漠里。



- ▶ 上述情境中的违法行为会造成什么危害？
- ▶ 查阅相关法律，说说上述违法行为应当承担什么法律责任。

违反法律必须承担法律责任。只要是违法行为，都会对国家的、社会的、集体的利益和其他公民的合法的自由和权利造成损害，都具有社会危害性，都要依法承担相应的法律责任。我们要尊重法律，遵守法律，维护法律尊严和社会公平正义。



相关链接

民事违法行为和行政违法行为对社会的危害相对轻微，称为一般违法行为。一般违法行为需要承担民事责任或行政责任。

民事责任

民事违法行为应当承担的民事责任包括停止侵害，排除妨碍，消除危险，返还财产，恢复原状，修理、重作、更换，支付违约金，消除影响、恢复名誉，赔礼道歉，等等。

行政违法行为应当承担的行政责任包括国家对违法的公职人员处以警告、记过、记大过、降级、撤职、开除等处分，以及行政机关对违反行政管理秩序的公民、法人或者其他组织处以警告、罚款、没收违法所得、没收非法财物、暂扣或者吊销许可证件、责令停产停业、行政拘留等处罚。

行政责任

犯罪与刑罚



生活观察



情境一：齐某撬开他人小轿车车门，盗窃车内笔记本电脑等贵重物品。

情境二：马某要求中途下车被拒绝后，抢控公交车司机手中的方向盘，干扰公交车正常行驶，危及公共安全。



情境三：汪某将一件禁止出口的青铜器出售给一个外国人。

► 根据刑法，分析情境中人物行为的性质和应当承担的法律责任。

刑法是规定什么行为是犯罪、应当承担何种刑事责任和对犯罪人处以何种刑罚的法律。我国刑法是保护国家和人民利益、惩治犯罪的有力武器。



探究与分享

行为一

殴打他人或者故意伤害他人身体的，违反了治安管理处罚法，属于行政违法行为。

行为二

故意伤害他人身体，致人轻伤、重伤或者死亡的，触犯了刑法，属于犯罪行为。

► 为何两个行为类似，但性质不同？

犯罪是具有严重社会危害性的行为。严重社会危害性是犯罪的最本质特征。任何违法行为都有社会危害性，当危害性达到相当严重的程度，就构成犯罪。

犯罪是具有刑事违法性的行为。刑事违法是犯罪在法律上的表现，即犯罪是触犯了刑法的行为。刑事违法性是区分犯罪与其他违法行为的法律分界线。

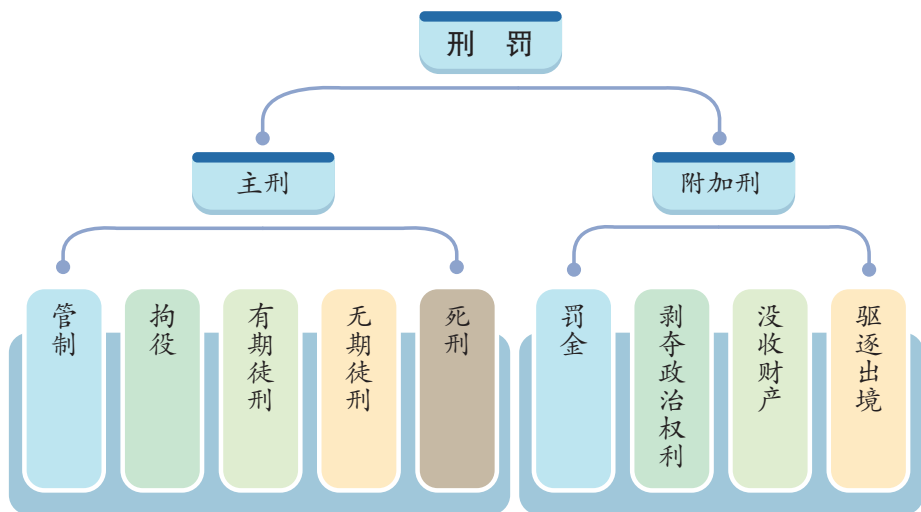


探究与分享

15岁的学生林某使用言语威胁、搜身、殴打等方式，多次强行向几名中学生索要财物，一年内共索得三千余元。

► 林某的行为属于什么性质？应当如何处理？

犯罪是应当受到刑罚处罚的行为。刑罚是指审判机关依法对犯罪人所适用的、最严厉的强制性法律制裁，以限制或剥夺犯罪人权利为主要内容。我国的刑罚分为主刑和附加刑。



面对犯罪行为，我们要敢于斗争，及时对受害者给予声援和救助；更要善于斗争，在保全自己、减少伤害的前提下，巧妙地借助他人或社会的力量，采取机智灵活的方式，有勇有谋地同犯罪行为作斗争。



阅读感悟

赵某听到女邻居邹某家中传出谩骂和殴打声，便前去查看，发现李某把邹某摁倒在地，殴打其头部。赵某立即上前制止并从背后拉拽李某，致李某倒地。李某起身欲殴打赵某，赵某随即将李某推倒，朝李某腹部踩了一脚。看到李某无法起身，赵某离开现场。经鉴定，李某腹部横结肠破裂，伤情属于重伤二级；邹某面部挫伤，伤情属于轻微伤。后经检察机关审查认定，赵某属于正当防卫，依法对赵某作出不起訴决定。

刑法第二十条第一款规定：“为了使国家、公共利益、本人或者他人的人身、财产和其他权利免受正在进行的不法侵害，而采取的制止不法侵害的行为，对不法侵害人造成损害的，属于正当防卫，不负刑事责任。”

严于律己



生活观察

情境一

安某嫌下楼扔垃圾费劲，把垃圾从楼上扔了下去，砸到了人。

情境二

黄某拨打火警电话，想看看消防人员是否会来，结果消防车真来了！

情境三

袁某借了吴某的錢一直不还，吴某把他关了几天让他还钱。

► 如何避免上述情境中的违法行为的发生？

作为社会的一员，我们要珍惜美好生活，认清违法犯罪的危害，依法自律，做自觉遵纪守法的人。



案例一

16岁的中学生秦某在学校多次无故殴打、辱骂同学郭某，还用手机拍摄视频并在网上传播，导致郭某身体受伤、精神抑郁，无法正常生活和学习。人民检察院经审查认为，秦某无故殴打他人，造成他人轻微伤，辱骂他人情节恶劣，侵犯了他人的人身权利，严重影响他人的正常生活，破坏了社会秩序，其行为触犯刑法，应追究其刑事责任。

案例二

依依无端被同校的一群16岁学生盯上了。这些学生有组织、有计划地长期在各种线上课堂、社交平台发送侮辱、谩骂、诬陷依依的网络信息，甚至将网络聊天群的聊天记录剪辑制作成视频再次传播，导致依依的生活和学习受到严重干扰。最终，这些学生被依法逮捕并提起公诉。

- ▶ 分析案例中的行为涉及刑法中的哪些罪名。
- ▶ 学生欺凌、网络暴力行为有什么危害？遇到这些行为该怎么办？

认清危害，增强法治观念。违法犯罪会对他人、社会和国家造成危害。我们要时刻警惕违法犯罪，远离违法犯罪。那种认为自己年龄小与违法犯罪无关、年龄小犯罪不受处罚的想法，是非常错误的。



相关链接

《中华人民共和国刑法》第十七条

已满十六周岁的人犯罪，应当负刑事责任。

已满十四周岁不满十六周岁的人，犯故意杀人、故意伤害致人重

伤或者死亡、强奸、抢劫、贩卖毒品、放火、爆炸、投放危险物质罪的，应当负刑事责任。

已满十二周岁不满十四周岁的人，犯故意杀人、故意伤害罪，致人死亡或者以特别残忍手段致人重伤造成严重残疾，情节恶劣，经最高人民检察院核准追诉的，应当负刑事责任。

对依照前三款规定追究刑事责任的不满十八周岁的人，应当从轻或者减轻处罚。

因不满十六周岁不予刑事处罚的，责令其父母或者其他监护人加以管教；在必要的时候，依法进行专门矫治教育。



探究与分享

不良行为严重影响我们的学习和生活。拒绝不良行为，要从了解不良行为开始。

行为一

吸烟、饮酒

行为二

参与赌博、变相赌博

行为三

非法携带弩、匕首等管制器具

行为四

多次旷课、逃学

行为五

结伙斗殴，追逐、拦截他人

行为六

无故夜不归宿、离家出走

► 查阅《中华人民共和国预防未成年人犯罪法》，说说以上行为哪些属于不良行为，哪些属于严重不良行为。

► 不良行为和严重不良行为有什么区别？

明辨是非，杜绝不良行为。“冰冻三尺，非一日之寒。”很多犯罪都不是一朝一夕铸成的，而是有一条从不良行为到违法行为、再到犯罪的变化轨迹。预防未成年人犯罪法对未成年人不良行为的干预、严重不良行为的矫治作了明确规定，给我们划出了明确的是非界限。

我们要树立正确的是非观念，增强自控力，严于律己，积极抵制不良心理和行为，防患于未然。



启思导行

《中华人民共和国预防未成年人犯罪法》第十一条

未成年人应当遵守法律法规及社会公共道德规范，树立自尊、自律、自强意识，增强辨别是非和自我保护的能力，自觉抵制各种不良行为以及违法犯罪行为的引诱和侵害。

► 查找身边存在的不良行为，分析不良行为产生的原因，并针对不良行为制订预防措施。

不良行为

-
-
-
-
-

产生原因

-
-
-
-
-

预防措施

-
-
-
-
-



单元思考与行动

一 情境思考

案例一

姜某在行走时，不慎将李某手中的雪糕碰掉，李某因姜某未道歉而与其发生争吵。李某突然朝姜某面部猛击一拳，并将姜某踹倒在地，致使姜某左耳外耳、左眼球挫伤。公安机关认定李某殴打他人的违法行为成立，给予李某行政拘留十日并处罚款五百元的行政处罚。姜某将李某诉至人民法院，请求人民法院判令李某支付医疗费、住院伙食补助费等费用以及因误工减少的收入。承办法官对姜某、李某进行调解，最后双方达成一致意见，李某一次性赔偿姜某各项损失共计两万两千元。

案例二

杨某与朋友在夜市吃饭。邻桌唐某发动了摩托车准备离开，由于轰油门声音较大，引起杨某不满。杨某不顾朋友劝阻，对唐某谩骂不止，并拿起石块殴打对方，造成唐某第三腰椎右侧横突骨折（属轻伤二级）。人民法院经审理认为，杨某为发泄情绪，在公共场合随意殴打他人，破坏社会秩序，情节恶劣，其行为构成寻衅滋事罪，判处杨某有期徒刑一年。

- ▶ 上述案例中的李某和杨某的行为可以避免吗？说说你的理由。
- ▶ 就“远离违法犯罪”写几条警示语。

警示语

► 以小组为单位，开展“走进法治社会”主题采访活动，完成以下内容。

第一步：了解我国近年来的法治建设成就，设计采访内容。

第二步：根据采访内容，选定采访对象。

第三步：整理采访结果，制作“走进法治社会”微视频。

采访对象

采访内容

你最感兴趣的法律是哪部？为什么？

民法典的颁布实施给我们的生活带来哪些影响？

刑法在我们的生活中发挥着什么作用？

讲述你印象最深刻的法治小故事。

.....

采访结果

后 记

本套教科书是在2017年投入使用的《义务教育教科书 道德与法治》基础上修订而成的。

2017年投入使用的《义务教育教科书 道德与法治》初中阶段由朱小蔓担任总主编。王磊、李晓担任七年级下册主编，李晓、王元元、左霞、师保国、张雪梅、范小江、钟晓琳、曹金龙、赖配根、郑英、刘伟、李玉锋参加编写。2022年，教育部组建编修委员会，根据《义务教育道德与法治课程标准（2022年版）》对教科书进行修订。编修委员会由路建平、孙蚌珠担任主任，徐永利、王敬波、王易担任副主任。编修委员会下设修订组，负责具体修订工作。

教科书在北京、安徽、福建、山东、河南、湖南、重庆、四川、陕西、新疆和新疆生产建设兵团等地部分学校进行了试教试用，征求了百余位专家学者和一线教师的意见。人民教育出版社承担了教科书的编辑出版和美术设计工作。中央美术学院承担了教科书的插图绘制工作。在教科书修订、编辑出版过程中，很多专家都提供过帮助，在此一并表示诚挚的谢意。

教科书需要在使用过程中不断修改完善，真诚希望广大师生和家长继续提出宝贵意见！

联系方式

电 话：010-58758656 010-58758674

电子邮箱：jcfk@pep.com.cn

中小学教材意见反馈平台：jcyjfk.pep.com.cn

编者

谨向为本书提供图片的单位及人士致谢

新华通讯社（P9 两幅图，P25 一幅图，P33 两幅图，P38 一幅图，P39 一幅图，P43 一幅图，P44 三幅图，P69 两幅图）；中国新闻图片网（P43 一幅图）；故宫博物院（P59 一幅图，P60 一幅图，P71 一幅图）；视觉中国（P1 一幅图，P9 一幅图，P33 两幅图，P36 四幅图，P40 一幅图，P43 两幅图，P44 一幅图，P45 一幅图，P49 一幅图，P51 四幅图，P52 一幅图，P53 一幅图，P55 一幅图，P61 两幅图，P62 一幅图，P74 五幅图，P75 一幅图，P79 四幅图）；IC photo（P9 两幅图，P75 一幅图）；李云中（P62 一幅图）。



义务教育教科书

道德与法治

七年级

下册

YIWU JIAOYU JIAOKESHU

DAODE YU FAZHI



绿色印刷产品

ISBN 978-7-107-38239-0



9 787107 382390 >