

第九课 《理解质量互变》

# 第二框：把握适度原则

---

# 学习目标：

## 政治意识

培养学生公共参与意识，学会在思考和处理问题时“得中”处之，避免折中主义的错误。

## 科学精神

引导学生树立科学精神，懂得认识事物必须把质和量统一起来进行辩证分析。

## 公共参与

使课本中的理论观点与学生生活经验有机结合，在社会实践活动的历练中感悟真理的力量，培育科学精神和公共参与意识。

# 一.适度的含义

## 探究与分享：

在佛教《百句譬喻经》中有“愚人吃盐”的故事：从前有个愚人，到别人家作客，吃菜嫌淡而无味。主人知道后，给他加了一点盐，他吃了后便觉得味道很美。而后他想，味道好是因为有盐，加了那么一点点盐就那么好吃，多加一点岂不更好吃了吗？于是，他就大吃起盐来，其结果是变涩了。

➤ 这则故事给了我们什么启示？

从那以后，愚人什么东西也不吃，  
饿了就抓把盐放进嘴里。



# 1. 事物与量的统一体现在“度”中

## ① 什么是度：

是一事物保持自身质的稳定性的量的限度。

- 在度的范围内，质与量相互结合、相互规定。
- 当量的变化达到或超出定量限度时，事物就开始发生质的转化。



## ②关节点

任何度的两端都存在着关节点或临界点，度是关节点范围内的幅度。

关节点是事物量变达到的极限，是引起质变的节点。



【相关链接】：“水的三态变化”  
在一个标准大气压下，在0-100℃这个幅度内，水保持液态不变。如果超出0-100℃这个温度范围，突破度的两个关节点或临界点（0℃或100℃），水就变成冰或水蒸气了。

## 2. 遵循适度原则

**适度——就是适当的程度**

**遵循适度原则的原因：**

在度的范围之内，事物的质保持不变，质规定着量的运动范围和变化幅度；超出这个范围，事物的质就发生变化，质与量的统一就会破裂。

**区↓分**

**量变与质变的根本标志：**

**事物的变化是发生在度的范围之内还是超出度的范围。**

## 二、掌握适度原则



## 探究与分享：



《论语·先进》载：

子贡问：“师与商也孰贤？”

子曰：“师也过，商也不及。”

曰：“然则师愈与？”

子曰：“过犹不及。”

- 说说你对“过犹不及”的理解，并举例说明

# 1. 适度原则的含义及必要性

**含义：**从思维方式上说，适度原则就是要在“度”的范围内寻求和把握事物发展的适当程度的原则。

**必要性：**为了保持我们所需要的事物特定的质，应当把事物的变化控制在度的范围内，防止过犹不及。

**误区：**适度原则就是在任何时候都不要超过事物的度

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/49531222044011220>