

人教版七年级下册《道德与法治》全册教案

第一单元	青春时光
------	------

第一课青春的邀约

第一框 悄悄变化的我

【学习目标】

1. 了解青春期身体变化的主要表现。
2. 认识青春期生理变化对我们的影响，学会正确看待青春期的生理变化，欣然接受青春花蕾的绽放。
3. 认识青春期我们心理的矛盾和困惑，学会积极面对和正确处理青春期心理矛盾。
4. 培养学生积极接纳自我，调适自我的情感，做阳光快乐的中学生。

【重点难点】

重点：归纳生理变化

难点：学会正确处理青春期的心理矛盾

情景导入 生成问题

师：青春，带着一份特殊的邀约，款款而来。在这个时期，我们的身体会发生一定的变化，我们的内心会面对一些新问题，所有这一切，都是成长的机遇，面对青春的邀约，你准备好了吗？今天我们就学习第一课青春的邀约——悄悄变化的我。

自学互研 生成能力

(一) 自主预习

1. 青春期是人一生中身体发育的重要时期。
2. 在青春期，我们的身体变化主要表现在三个方面：身体外形的变化，内部器官的完善，性机能的成熟。
3. 青春期的生理变化带给我们旺盛的生命力，使我们的身体充满能量。
4. 处于青春期的我们，往往更加关注自己的外表。有时，一些正常的生理现象也可能给我们带来烦恼。
5. 青春期的矛盾心理有时让我们烦恼，但也为我们的成长提供了契机，积极面对和正确处理这些心理矛盾，我们才能健康成长。

(二) 合作探究

探究一：教材P2~3 运用你的经验及相关链接

(1) 请完成教材P2 的表格。(答案根据自身情况，据实填写。)

(2) 你是否了解自己身体发生的变化？想一想：这些变化说明了什么？

交流点拨：这些变化说明我们进入了青春期，渐渐长大了。

(3) 学生看书P3 相关链接，了解青春期的生理变化。

探究二：教材P4 探究与分享

请分别从运动、娱乐、学习、社会实践等方面说明你所体验到的青春活力，用图片或讲述的方式与同学分享。

交流点拨：青春期的生理变化带给我们旺盛的生命力，使我们的身体充满能量。我们拥有充沛的精力，敏捷的思维，对成长充满强烈渴望，感觉生活拥有无限可能。

探究三：教材P4 探究与分享

思考：关注自己身体的变化，说说应该怎样看待这些变化。

交流点拨：受遗传、营养、锻炼等因素的影响，我们身体的发育情况各不相同：有的长得快，有的长得慢，有的先长胖，有的先长高。我们要正视身体的变化，欣然接受青春花蕾的绽放。不因自己的生

理变化而自卑，是我们对自己的尊重；不嘲弄同伴的生理变化，是我们对同伴的尊重
知识模块二 直面矛盾心理

探究四：教材 P5 下面探究与分享及P6 青春期矛盾心理的主要表现

(1) 你遇到过类似的问题吗？

交流点拨：根据自己实际情况，据实回答即可。

(2) 与同学一起讨论产生这些问题的原因。

交流点拨：伴随着生理发育，我们的认知能力得到发展，自我意识不断增强，情感世界愈加丰富……这些变化让我们感到新奇，也使我们产生矛盾和困惑。

(3) 学生阅读教材P6 青春期矛盾心理的主要表现。

(4) 当你出现心理矛盾时，你是如何做的？有哪些化解心理矛盾的好方法？说出来与大家分享一下。

交流点拨：我们可以参加集体活动，在集体的温暖中放松自己；可能通过求助他人，学习化解烦恼的方法；也可以通过培养兴趣爱好转移注意力，接纳和调适青春期的矛盾心理。此外，我们还可以学习自我调节，成为自己的“心理保健医生”。

交流展示生成新知

1. 分组分别展示自主预习的内容，此部分可以一组展示，另一组负责评价，学生展示完后，必须有一定时间强化记忆，巩固基本知识点。

2. 合作探究部分，组与组之间展开竞争、评比。

第二框成长的不仅仅是身体

【学习目标】

1. 初步了解青春期思维的发展变化，认识到青春期思维的独立性和批判性

2. 学会正确认识思维的独立性和批判性，敢于发展自己独到的见解，敢于表达不同的观点，敢于对不合理的事情说“不”，敢于向权威挑战，同时也要接纳他人合理、正确的意见。

3. 培养学生的创造精神，引导学生勤奋学习，自觉劳动，勇于创新，做一名对国家和社会有用的创造者。

【重点难点】

重点：发展独立思维和培养批判精神

难点：开发创造潜力，做一名对国家和社会有用的创造者

情景导入生成问题

师：青春，是生命旅途中一个崭新的起点；青春，是人生画卷最华丽的篇章。青春像一座山峰，意味着锐意进取，青春像两颗连在一起的心，意味着纯洁的友谊；青春像一面理想的旗帜，引领我们前进的方向……

同学们，青春的我们，活力无限，想象丰富，拥有无限的潜力。今天我们就这一话题展开学习——成长的不仅仅是身体。

自学互研生成能力

(一) 自主预习

1. 生理发育是青春成长的重要信号，与之相随的还有思想和精神方面的变化。

2. 步入青春期，我们的独立意识不断发展，对问题开始有更多的见解。我们的思维逐渐具有独立性，对未知的事物充满好奇。

3. 思维的独立性并不等同于一味追求独特，而是意味着不人云亦云，有自己独到的见解，同时接纳他人合理、正确的意见

4. 在我们的成长中，与思维的独立性相伴随的是思维的批判性。

5. 青春凝聚着动人的活力，蕴含着伟大的创造力。

(二)合作探究

探究一：教材 P9 探究与分享

(1) 你同意以上说法吗?为什么?

交流点拨：对观点“敢于和别人争辩就是独立”和“独立就是按照自己的想法去做”不同意，对观点“独立就是一个人做事必须有信心、有勇气、有力量”和“独立就是不光提出自己的观点，还要倾听、理解别人的观点”赞同。因为步入青春期，我们的独立意识不断发展，对问题开始有更多的见解。我们的思维逐渐具有独立性，但是思维的独立并不等同于一味追求独特，而是意味着不人云亦云，有自己独到的见解，同时接纳他人合理、正确的意见。

(2)你认为初中生的“独立”是指什么？

交流点拨：初中生的“独立”指的是有自己独到的见解，自己的事情自己做，同时也要接纳他人合理、正确的意见。

探究二：教材P10 探究与分享

(1)小刚理解的“酷”是什么？你同意他的说法吗？

交流点拨：小刚理解的“酷”是标新立异，穿着另类。我不同意小刚的说法，作为学生，我们穿着打扮应与自己身份相符，不穿奇装异服。

(2)小刚的说法是否体现了思维的独立性？为什么？

交流点拨：没有体现思维的独立性。因为思维的独立性并不等同于一味追求独特，穿着打扮应与自己身份相符。青春期，我们独立意识增强了，但在很多方面，还不够成熟，辨别是非的能力还比较弱，对于他人合理、正确的意见我们应欣然接纳。

探究三：教材P10 探究与分享——寻找“爱问同学”

寻找在学习和生活中乐于提出问题的同学，试着分析他们的共同点

“爱问同学”	主要特点	共同点

交流点拨：这些“爱问同学”的共同点是善于动脑筋，对自己有自己的看法，敢于向权威挑战，有批判的精神和勇气。

探究四：教材P11 探究与分享——个性化班级名片诞生记

(1)你如何评价君君和晓琳的建议？

交流点拨：君君和晓琳善于发现问题、提出问题，并能积极探索解决方案，表达自己观点，提出合理化建议。他们的建议能够体现本班同学的个性特色，有一定的创新精神。

(2)如果你是七年级(2)班的同学，你会给班级名片制作活动提出什么建议？

交流点拨：如，班级名片应体现出本班学生的个性特色、班级的整体风貌等。

探究五：教材P12 探究与分享

(1)你认为上述同学的表现是创造吗，为什么？

交流点拨：上述同学的表现是创造。因为创造存在于我们生活的各个方面，存在于我们每个人身上。这些同学从不同角度，动脑筋，想办法，追求生活的新奇与浪漫，这就是一种创造。

(2)与同学一起讨论：青春的创造可以是怎样的？你希望自己有怎样的创造？

交流点拨：青春的创造，可以是多姿多彩的。我希望自己能有一种打破常规，与众不同，改变自己，改变世界的创造，做一名对国家和社会有用的创造者。

探究六：教材P13 阅读感悟——鲁班的创造

(1)学生阅读分享“鲁班的创造”。

(2) 谈谈自己阅读后的感悟。

交流点拨：创造离不开实践。社会实践是创造的源泉，给了我们广阔的创造空间，激发我们创造的热情。我们应用自己的智慧和双手去尝试、探索、实践，通过劳动改变自己，影响世界。

交流展示生成新知

1. 分组分别展示自主预习的内容，此部分可以一组展示，另一组负责评价，学生展示完后，必须有一定时间强化记忆，巩固基本知识点。
2. 合作探究部分，组与组之间展开竞争、评比。

课后反思：

第二课 青春的心弦

第一框 男生女生

【学习目标】

1. 了解男生女生性别特征的不同，发现男生女生各自的性别优势。
2. 学会正确认识男生女生的性别差异，能以客观的态度正确对待这些差异。
3. 男女生之间应相互学习，优势互补，互相帮助，共同进步。

【重点难点】

重点：正确认识男生女生的性别优势

难点：如何做到男生女生之间的优势互补

情景导入生成问题

孩童时代，你喜欢的玩具、图书有哪些？你和同伴经常玩什么游戏？比较一下男生女生在喜欢的玩具、图书和游戏方面有哪些不同

现在你有什么爱好？与你有共同爱好的同学有哪些？这些同学的性别和你一样吗？这说明了什么？
学生回答。

师：这说明了男生和女生的兴趣、爱好等方面存在差异。今天我们就一起来探讨关于男生女生这一话题。自学互研生成能力

(一) 自主预习

1. 到了青春期，男生女生在生理方面的差异会更加明显。同时，在社会文化的影响下，男生女生在性格特征、兴趣爱好、思维方式等方面，越来越多地表现出自己的特点。
2. 男生女生的生理性别特征是与生俱来的，对于青春期特有的生理变化，我们应平静而欣然地接受。
3. 在社会中，人们对性别的认识通常会受到性别刻板印象的影响。
4. 我们不仅要认识自己的优势，而且要发现对方的优势，相互取长补短，让自己变得更优秀。
5. 不同性别的个体，虽然有差别，但是我们不应因自己某一方面的优势而自傲，也不应因自己某一方面的欠缺而自卑。

(二) 合作探究

探究一：教材 P15~16 探究与分享

(1) 对于上述现象，有以下说法。你怎样看待这些说法？说说你的理由。

- ①这是特殊场合或特殊活动的需要。
- ②这些人非常有个性。
- ③这些人性别取向有问题，需要帮助。
- ④这是私人的事情，应该尊重。

交流点拨，我认为②④正确，①③错误。因为观点①③的看法是受到了性别刻板印象的影响。观点②④没有受到性别刻板印象的影响。

(2) 下面的描述哪些属于男性特征，哪些属于女性特征，或者兼而有之？

交流点拨：男性特征：有攻击性、喜欢数学和科学、雄心勃勃、主动、富有竞争性、决策果断、自信、富有支配性、富有冒险精神等。

女性特征：善于理解体谅他人、情绪化、温文尔雅、更看重家庭、心思细密、易哭敏感、喜欢文艺、不善于决断等。

探究二：教材 P16~17 阅读感悟及探究分享

(1) 学生分享教材 P16~17 “某中学举行的登山活动”，体会同学们之间的互帮互助。

(2) 有人认为，男女两性在语言表达、空间知觉、数学推理等方面存在一定的差异，各有优势。

① 你如何看待上述观点？

② 在日常班级生活中，男生女生可以为对方做些什么？

交流点拨：这种观点说明了男生女生各自拥有自身的性别优势。欣赏对方的优势，有助于我们不断完善自己。在日常班级生活中，男生可以在干体力活方面，如在班级大扫除中提水，拖地板；一般而言，在数理化学习方面，男生较有优势，可帮助女生学习，在动手实验方面，男生能力也较强，等等。这些方面都可帮助女生。女生在绘画、擦玻璃、扫地、语言表达、文科知识学习方面，一般而言比男生强，可以帮助男生。

拓展空间：

男生女生分组，以“我是阳光少年”为主题，举行演讲比赛。要求主题突出、明确、内容丰富、生动。

交流展示生成新知

1. 分组分别展示自主预习的内容，此部分可以一组展示，另一组负责评价，学生展示完后，必须有一定时间强化记忆，巩固基本知识点。

2. 合作探究部分，组与组之间展开竞争、评比。

课后反思：

第二框青春萌动

【学习目标】

1. 正确认识青春期与异性同学之间关系的微妙变化，认识到青春期的心理萌动是一种正常的现象。

2. 能够正确处理男女同学之间的关系，学会与异性交往。

【重点难点】

重点：能够认识青春期异性同学之间交往的积极作用

难点：学会与异性交往，正确处理异性情感

情景导入生成问题

在班内随机抽取四名男生和女生上台，手拉手围成一个大圈。

(1) 请大家观察，在台上同学的行为有什么特点？

(2) 让游戏中的同学回答——为什么男生和男生拉手，女生和女生拉手？

(3) 现在拉手与在幼儿园、小学时拉手有什么心理上的区别？

学生回答。

师：进入初中以后，大多数同学都会发现自己与异性同学的交往有一些变化，现在要考虑性别因素，会感到不自在

我们应该怎样来认识这个问题呢？本节课我们就这一话题展开探讨。

自学互研生成能力

(一) 自主预习

1. 步入青春期，一股从未有过的心潮悄然涌动，带给我们一种特殊的情感体验，这是青春期的心

理萌动.

2. 与异性相处, 有助于我们了解异性的思维方式、情感特征。

3. 异性之间的友谊, 可能让人敏感、遭到质疑, 但只要我们内心坦荡, 言谈得当, 举止得体, 这份友谊就会成为我们青春美好的见证。

4. 相遇青春, 我们心中开始萌发一些对异性朦胧的情感。这是青春成长中的正常现象。

5. 面对生活中可能出现的朦胧的情愫，我们应该慎重对待，理智处理。

6. 爱情需要具有爱他人的能力，这种能力包含自我的成熟、道德的完善，也包含对家庭的责任。

(二) 合作探究

探究一：教材P18~19 探究与分享

1. 学生阅读教材P18~19 情境一、情境二。

2. 探讨下列问题：

(1) 小梅和大海的苦恼有什么共同特点？

交流点拨：他们共同点在于在异性面前，有自我表现的欲望，更加在意自己的形象，渴望得到异性的肯定和接受。

(2) 在成长过程中，你有过类似的苦恼吗？

交流点拨：根据自己实际情况，据实回答即可。

(3) 你认为小梅和大海怎样才能摆脱苦恼？

交流点拨：要摆正自己的心态，认识到青春期出现这种现象是正常的，同时也要认识到我们与异性交往，并不仅仅是性别的吸引，更要学习对方的优秀品质。

探究二：教材P19 探究与分享

假如某校有这样的校规：

男生女生不得成对儿出现在校园里；

男生女生交往距离不能小于50厘米；

男生女生不得同桌吃饭

男生女生不得……

(1) 你赞同这样的校规吗？为什么？

交流点拨：不赞同这样的校规。因为男生女生的交往，有助于我们欣赏对方的优势、相互取长补短，不断地完善自己，让自己变得更优秀。

(2) 学校制定这样的校规，表明校长和老师担心什么？他们的担心有哪些合理之处？

交流点拨：校长和老师担心男生女生交往过密，有可能发展到谈恋爱的地步。他们担心的合理之处在于青春期男生女生有一种特殊的情感体验，异性之间交往频繁，容易影响学习，不利于身心健康成长。

(3) 如果校长来听取大家对校规的意见，你有哪些建议？

交流点拨：我会建议学校废除这些校规，并开展一些男生女生共同参与的有意义活动等。

探究三：教材 P20 探究与分享

(1) 夏夏和彬彬的心情，你能理解吗？

交流点拨：能够理解。相遇青春，我们心中开始萌发一些对异性朦胧的情感，这是青春成长中的正常现象。

(2) 如果你是彬彬，你有两全其美的办法吗？

交流点拨：彬彬应慎重对待，理智处理这份情感。既要主动热情，还要注意把握分寸，和对方保持适当的空间距离，等等。

交流展示生成新知

1. 分组分别展示自主预习的内容，此部分可以一组展示，另一组负责评价，学生展示完后，必须有一定时间强化记忆，巩固基本知识点。

2. 合作探究部分，组与组之间展开竞争、评比。

课后反思：

第三课 青春的证明

第一框 青春飞扬

【学习目标】

1. 让学生了解拥有青春的幸福，认识青春的意义，感受青春的力量。
2. 通过教学让学生体会青春的幸福，增强自信的热情，自强的青春态度。
3. 通过教学让学生充实自己的青春生活，使自己的青春生活更有意义和价值。

【重点难点】

重点：青春的遐想、对青春的理解

难点：如何让青春更美好

情景导入生成问题

师：青春是什么？青春不仅仅是随着年龄的增长而带来身体的变化，青春更多地体现在一个人的心态、气质、想象力和情感中，是从生命潜流中涌动的一种全新的感觉。踏着青春的节拍，感受青春的力量，今天我们学习——青春飞扬

自学互研生成能力

(一) 自主预习

1. 年少气盛，青春的力量在身体里生发，令我们对未来更加憧憬和向往。
2. 面对青春，每个人会有不同的憧憬，形成不同的理想，规划青春的路径，思考自己如何走过青春之路。
3. 青春的探索需要自信。自信让我们充满激情。
4. 不断克服自己的弱点，战胜自己，超越自己，是自强的重要内容。自强，要靠坚强的意志，进取的精神和持久的坚持。
5. 激荡的青春活力，自信的青春热情，自强的青春态度，会给我们飞翔的翅膀，助力青春成长。

(二) 合作探究

探究一：教材P23 运用你的经验

什么是青春？有人说，青春是泪水；有人说，青春是任性；有人说，青春是无悔……

(1) 你认为下面哪些词语能表达你对青春的理解？(见教材P 23)

交流点拨：结合自己实际情况选择，如：梦想、激情、美好、勇气，等等。

(2) 你还会用哪些词语描述青春？

交流点拨：如：春天、朝阳、灿烂、蓬勃、奋斗、昂扬，等等。

(3) 与同学交流，比较各自对青春的理解有何异同。

答案略。

探究二：教材P24 探究与分享

1. 你有过类似的想法吗？你还想去做哪些事情？

交流点拨：有过类似的想法。我还想创办一家属于自己的公司，出版一套自己的歌唱专辑。通过自己的努力让父母过上幸福的生活，等等。

2. 有人说，想法总归想法，小孩子就爱胡思乱想。也有人说，不少人年轻时的想法最终得以实现。你怎么看？说出来与同学们讨论。

交流点拨：青春的我们拥有无尽的遐想，这令我们兴奋，让我们跃跃欲试。少年的梦想，是人类天真无邪、美丽可爱的愿望。它虽然总是和现实有一定的距离，有时甚至不切实际，但正是因为有了这样的梦想，我们的社会才会不断地进步和发展。

3. 学生朗读教材P24 王蒙的诗《青春万岁》，感悟美好的青春。

探究三：教材 P25 探究与分享

站在青春的起点，我们怀揣美好的梦想，思考着该如何拥有飞翔的力量。

想象你是一只振翅欲飞的雄鹰，应该拥有怎样的羽翼才能独立飞翔？

把你想到的词语写上去。

交流点拨：激情、自信、自尊、自强、规则、宽容、守法、友善、诚信、坚强、勇敢，等等。

探究四：教材P26 探究与分享——自信者的风采

1. 根据你的了解，从自信者的言谈、举止、性格、为人处世等方面，说一说自信者具有怎样的风采。

交流点拨：务实、努力、乐观、关注、相信自己“我能行”，持之以恒，不畏挫折，等。

2. 学生分享教材P26 “我们的进步，表现在时时、处处、事事。”

(1)制作一幅图表，按学习、与人交往等方面分类，与一个月之前相比，把自己的进步填上。

(2)反思一下，这些进步是否带给你自信？与同学交流，找到能让自己增强自信的方法，并在生活中尝试。

交流点拨：根据自己实际情况，据实回答即可。

拓展空间

通过阅读关于青春的中外文学名著或观看经典影片，了解不同国度、不同时代、不同人的青春故事。

体会：他们的青春有哪些不同？为什么会有不同？

他们的青春有哪些相同之处？

他们的青春给你带来哪些启示？

交流展示生成新知

1. 分组分别展示自主预习的内容，此部分可以一组展示，另一组负责评价，学生展示完后，必须有一定时间强化记忆，巩固基本知识点。

2. 合作探究部分，组与组之间展开竞争、评比。

第二框青春有格

【学习目标】

1. 通过教学使学生认识到青春并不意味着肆意放纵，总有一些基本规则不能违反，一些基本界限不能逾越。

2. 体会“行己有耻”“止于至善”的含义，能够在学习、生活中做到行己有耻，止于至善。

3. 通过教学，培养学生的荣辱意识，“至善”的追求，能够做到有所为，有所不为，能够“见贤思齐”，端正自己的行为，追求理想的境界。

【重点难点】

重点：如何做到“行己有耻”

难点：培养学生“至善”的追求

情景导入生成问题

师：小学生写字时，经常会用到田字格小字本，由这个田字格的“格”你会联想到什么？

“我劝天公重抖擞，不拘一格降人才。”“言有物而行有格也。”“道之以德，齐之以礼，有耻且格。”这里的“格”，你又是如何理解的呢？

学生讨论回答。

师：是呀，做人总会受到一些规则的约束，总有一些界限不能逾越。今天我们就这一话题展开学习——青春有格。

自学互研 生成能力

(一) 自主预习

1. 青春并不意味肆意放纵，总有一些基本规则不能违反，一些基本界限不能逾越。

2. 我们要知廉耻，懂荣辱；有所为，有所不为。

3. “行己有耻”需要我们有知耻之心，不断提高辨别“耻”的能力。在行动之前，审查愿望；在行动之中，监督调节；在行动之后，反思效果与影响。

4. “行己有耻”要求我们树立底线意识，触碰道德底线的事情不做，违反法律的事情坚决不做
5. 榜样不仅是一面镜子，而且是一面旗帜。
6. “止于至善”要求我们养成自我省察的习惯，“日省其身，有则改之，无则加勉。”

(二)合作探究

探究一：教材P28 阅读感悟“卢梭的忏悔”及探究与分享

1. 学生分享卢梭的《忏悔录》部分内容(见教材P28)，体味其中的道理。

2. 在社会生活中存在许多规则，这些规则让我们的生活安全而富有意义。例如：不伤害别人；不说谎，不欺骗；遵纪守法；相互尊重；信守承诺……

(1) 你认为还有哪些规则需要遵守？

交流点拨：遵守交通规则，遵守公共秩序，尊重社会公德，遵守网络规则，等等。

(2) 有人认为，只要不被发现，说谎、欺骗也是可以的。你如何看待这一观点？为什么？

交流点拨：我认为这种观点是错误的。因为做人要有自己的底线意识，触碰道德底线的事情不做，违反法律的事情坚决不做。说谎、欺骗是一种不良的道德品质，不利于自己的健康成长。

3. 学生分享教材 P29 “增强自控力”的方法与技能

探究二：教材 P30 阅读感悟“微尘”及探究与分享

1. 学生分享教材P30 “微尘”的事迹，体味爱的奉献。

2. 学生分享教材 P30 童小勇事迹，并探讨：

(1) 你如何看待上述同学的议论？

交流点拨：上述同学的议论说明了少数同学心目中“对做公益事业能否长期坚持下去”持怀疑的态度；但更多的同学是赞赏童小勇同学的行为，并能从中受到感染、鼓舞，体现了榜样的力量。

(2) 看到这封感谢信，你会怎么想？怎么做？

交流点拨：我会被童小勇同学的行为感染，为他点赞，并打算在学习中生活中以自己力所能及的力量去帮助他人、关爱他人。

探究三：教材P31 相关链接及探究与分享

1. 学生分享教材P31 “杨震拒贿”，体味慎独的道德准则。

2. 学习分享教材 P31 两种观点，探讨：

(1) 你如何看待上述观点：

交流点拨：上述两种观点说明，做人要加强自身品德修养，对人对事都应尽心尽力，力所能及地承担应负的责任。

(2) 想一想：“止于至善”的人应该具备哪些品质？

交流点拨：有远大志向、积极进取、乐观向上、不畏挫折、意志坚强、自强不息，等等。

拓展空间

每晚睡觉前，回忆一天的所作所为，反思自己一天的行为，有哪些进步？有哪些不足？思考如何改进不足，让自己变得更好？

交流展示 生成新知

1. 分组分别展示自主预习的内容，此部分可以一组展示，另一组负责评价，学生展示完后，必须有一定时间强化记忆，巩固基本知识点。

2. 合作探究部分，组与组之间展开竞争、评比。

第一框青春的情绪

【学习目标】

1. 了解人的情绪复杂多样性，知道常见的基本情绪有哪些。
2. 认识到情绪随着周围环境的变化也经常发生变化。
3. 认识情绪的作用，体会青春期情绪的特点。
4. 学会积极面对负面情绪，培养健康的心态。

【重点难点】

重点：情绪的作用

难点：积极面对负面情绪

情景导入 生成问题

师：遇到下列情境，你会有怎样的情绪感受？

明天我和家人要去野外郊游。

下课铃响了，老师还在拖堂。

过生日收到好朋友的礼物。

提醒同学别喝生水，遭同学白眼。

在学校住宿，不能经常回家。

妈妈总想帮我收拾书包，顺便检查我的作业。

学生回答。

师：不同的情境，大家的感受千差万别，今天我们就情绪这一话题展开学习——青春的情绪。

自学互研生成能力

(一)自主预习

1. 人的情绪是复杂多样的，除了常见的喜、怒、哀、惧等基本情绪，还有害羞、焦虑、厌恶和内疚等复杂情绪。

2. 随着周围情况的变化，我们的情绪也经常变化。

3. 情绪的作用非常神奇，影响着我们的观念和行动。它可能激励我们克服困难，努力向上，也可能让我们因为某个小小的挫败而止步不前。

4. 进入青春期，随着身体发育加快和生活经验不断丰富，我们的情绪也发生着变化，表现出青春期的情绪特点。

5. 青春期的情绪特点体现了青春的活力，它带给我们不同的感受。善于激发正面的情绪感受，可以让我们的生活更加绚烂多彩。

(二)合作探究

探究一：教材 P35 相关链接“情绪的成分”及下面的探究与分享

1. 学生分享教材 P35 “情绪的成分”，体现不同的情绪。

2. 学生分享默默和小冲的事例，探讨：

(1)结合上述情境，说说默默和小冲面对考试的情绪有什么不同。

交流点拨：默默能冷静分析自己出错的原因，并及时改正，体现出一种良好的心态；小冲考试紧张导致发挥失常，表现得愤怒，撕毁试卷，不能冷静分析自己的不足。

(2)在你的生活经历中，遇到过哪些因情绪影响智力发挥或身体健康的事情。

交流点拨：结合自己实际情况，据实回答即可。

探究二：教材P36 相关链接“青春期的情绪特点”及P37 探究与分享四幅图片

1. 学生阅读分享教材P36 “青春期的情绪特点”。

2. 看教材P37 四幅图片，探讨：

(1)上述情境分别体现了青春期的哪些情绪特点？

交流点拨：图一体现了情绪反应强烈，富有激情和热情的特点；图二体现了情绪的波动与固执特点；图三体现了情绪的细腻性特点；图四体现了情绪的波动性、表现性的特点。

(2)反思自己在日常生活中的情绪表现，说说自己的情绪特点。

交流点拨：结合自己实际情况，据实回答即可。

探究三：教材P37 下面探究与分享及P38 探究与分享“陈玲和芳芳的故事”

1. 根据教材P37 下面提示编写故事。

(1) 请你根据以下提示，充分发挥想象力，编写出吸引人的小故事

提示一：我是一个对生活充满热情的人。有一天， _____

提示二：我是一个感情细腻的人。有一天 _____

(2)把你编写的故事与同学分享。

2. 阅读分享教材P38 “陈玲和芳芳的故事”，探讨：

(1)陈玲为什么会有这样情绪变化？

交流点拨：在上学路上，芳芳没理睬陈玲；数学作业自己出现了错误，而芳芳却炫耀自己得了满分；捡文具袋时，又被芳芳踩到了手；刚发火，又被班主任批评。她感到今天太不顺心了，所以会有这样的情绪变化。

(2)陈玲的这些情绪表现，体现了怎样的青春期情绪特点？

交流点拨：体现了青春期的情绪反应强烈和情绪具有波动性的特点。

(3)假如你是陈玲，遇到类似情况会怎么做？

交流点拨：我会冷静地面对这一切，多反思自己的不足，积极主动地与同学交往，努力学习，等等。

第二框 情绪的管理

【学习目标】

1. 认识到人与人之间的情绪会相互感染，学会合理表达自己情绪。
2. 明确个人的情绪需要调节，知道情绪调节的一些方法。
3. 培养学生自我调适、自我控制的能力，能理智调控自己的情绪，保持积极乐观的心态，热爱生活、自信开朗，以积极的态度对待学习和生活。

【重点难点】

重点：情绪调节的方法

难点：学会合理调节情绪

情景导入生成问题

师：展示两则材料。

材料一：《三国演义》中的周瑜才华出众，机智过人。但诸葛亮利用其气量狭小的弱点，巧设计谋，气得他断送了风华正茂的性命。

材料二：《儒林外史》中的范进，多年考不中举人，直到50多岁时，终于听到自己金榜题名，“喜极而疯”。

思考：这两则材料分别体现了什么情绪？结果怎样？

学生回答。

师：从这两则材料中，你又认识到了什么？

学生回答。

师：是呀，情绪对人的影响很大，我们要学会合理控制和调节自己的情绪。

自学互研生成能力

(一)自主预习

1. 人与人之间的情绪会相互感染。情绪的表达不仅与自己的身心健康有关，而且关乎人际交往
2. 在人际交往中，我们需要了解自己的情绪，接受它们，并学会以恰当的方式表达出来。
3. 适度的负面情绪，可以帮助我们适应突发事件，但持续地处于负面情绪状态，则可能危害我们的身心健康
4. 在生活中，每个人都有调节情绪的方法，归纳起来，常用的方法主要包括：改变认知评价、转移注意、合理宣泄和放松训练等。
5. 运用情绪调节的方法，我们还可以帮助同学、家人改善情绪，使他们保持积极乐观的心境。

(二)合作探究

探究一：教材 P39 相关链接——情绪感染及P40 探究与分享

1. 学生阅读分享教材 P39 相关链接“情绪感染”。

2. 学生阅读分享教材 P40 小平的秘密，探讨：

(1) 分组情境表演：小平会以何种方式来表达自己的情绪？可能会带来什么后果？

(2) 根据情境表演，讨论哪些表达方式是恰当的。

探究二：教材P40 方法与技能“愤怒管理”及教材P41 方法与技能“如何安慰他人”

1. 学生阅读分享教材P40 方法与技能“愤怒管理”，学会如何调节自己愤怒的情绪，保持良好的心态。
2. 学生阅读分享教材 P41 方法与技能“如何安慰他人”，体验安慰他人帮助他人改善情绪的技巧。

拓展空间

从抑郁、悲伤、恐惧、嫉妒、憎恨和焦虑等情绪中选择一种，提出你的调节方法，与同学交流分享

第五课品出情感的韵味

第一框 我们的情感世界

【学习目标】

1. 了解丰富多样的情感，体会情感的多样性和复杂性。
2. 学会分辨情感与情绪的联系与区别。
3. 认识情感的作用，培养学生高尚的情感。

【重点难点】

重点：情感的作用

难点：认识情感与情绪的联系与区别

情景导入生成问题

人非草木，孰能无情。我们每个人的内心都有一个情感世界。关注自己的情感状态，有助于我们健康成长。本节课我们就一起探讨“我们的情感世界”这一话题。

自学互研生成能力

(一)自主预习

1. 我们通过情感来体验生命、体验生活；同时，情感让我们的内心世界更加丰富。
2. 情感与情绪紧密相关，伴随着情绪反应逐渐积累和发展。情感与情绪也有区别。情绪是短暂的、不稳定的，会随着情境的改变而变化；情感则是我们在生活中不断强化、逐渐积累的，相对稳定。
3. 与情绪一样，我们的情感也是复杂的。其中，有基础性情感，如安全感；有高级情感，如道德感。
4. 情感反映着我们对人和对事的态度、观念，影响我们的判断和选择，驱使我们做出行动。
5. 情感与我们的想象力、创造力相关

(二)合作探究

探究一：教材P42 运用你的经验及P43 探究与分享

1. 结合生活实际，选择下面的一个方面，与同学分享自己的真情实感。（见教材P42）

交流点拨：如，对祖国的情感：热爱祖国，维护祖国的尊严、荣誉和利益等；对老师的情感：尊敬老师；对同学的情感：珍惜友谊；对动物的情感：关心爱护，等等。

2. 学生阅读分享教材 P43 上面探究与分享，探讨：

(1)你有过以下情感体验吗？

正义感、胜任感、责任感

交流点拨：学生据实回答即可。

(2)除了上述情感体验，你在生活中还有过哪些情感体验？

交流点拨：归属感、荣誉感、安全感、敬畏感，等等。

3. 学生阅读分享教材P43 下面探究与分享，探讨：

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/767152052031006063>