

2024-2025 学年初中道德与法治北师大版（2016） 七年级下册教学设计合集

目录

一、第1单元 做情绪的主人

1.1 第1课 七彩情绪

1.2 第2课 乐观向上

1.3 第3课 培养高雅的情趣

1.4 单元综合与测试

二、第2单元 让我们真情互动

2.1 第4课 学会沟通

2.2 第5课 跨越代沟

2.3 第6课 珍视友谊

2.4 单元综合与测试

三、第3单元 学会待人接物

3.1 第7课 面对公共生活

3.2 第8课 法律是特殊的规则

3.3 第9课 法律与我们的生活

3.4 单元综合与测试

四、第4单元 少年当自强

4.1 第10课 公平竞争

4.2 第11课 善于合作

4.3 单元综合与测试

第1单元 做情绪的主人第1课 七彩情绪

主备人	

备课成员					
课程基本信息	1. 课程名称：初中道德与法治北师大版（2016）七年级下册第1单元 做情绪的主人第1课 七彩情绪 2. 教学年级和班级：七年级（1）班 3. 授课时间：2022年10月10日 星期一 上午第二节课 4. 教学时数：1课时				
核心素养目标分析	本节课旨在培养学生法治意识、道德素养和情绪管理能力。通过学习，学生能够认识到情绪对生活的影响，学会合理表达和处理情绪，培养积极向上的心态，增强自我调控能力，为成为具有良好道德品质和法治观念的现代公民奠定基础。				
教学难点与重点	1. 教学重点， ①理解情绪的多样性和复杂性，认识到不同情绪对个人和社会的影响。 ②掌握情绪表达和调节的基本方法，能够运用所学知识在日常生活中进行情绪管理。 ③培养积极向上的情绪态度，提升自我认知和自我调节的能力。 2. 教学难点， ①帮助学生深入理解情绪的生理和心理基础，以及情绪与行为之间的关系。 ②引导学生学会分析和识别自己和他人的情绪，提高情绪感知能力。 ③通过实践活动，让学生在具体情境中练习情绪管理技巧，形成有效的情绪调节策略。				
学具准备	多媒体				
课型	新授课	教法	学法	讲授法	课时 第一课时
步骤	师生互动设计				二次备课
教学资源准备	1. 教材：确保每位学生都有《初中道德与法治北师大版（2016）七年级下册》教材。 2. 辅助材料：准备情绪相关的图片、图表和情绪调节方法的视频等多媒体资源。 3. 教室布置：设置分组讨论区，提供便利的书写工具，确保每个小组有足够的空间进行活动。				
教学过程设计	一、导入环节（5分钟） 1. 创设情境：播放一段关于不同情境下人们情绪反应的视频片段，引导学生思考情绪的产生和表现。 2. 提出问题：视频中的情绪表现给你什么感受？你通常在哪些情况下会产生类似的情绪？ 3. 学生讨论：分组讨论，分享自己在生活中遇到的不同情绪体验，以及如何应对这些情绪。 二、讲授新课（20分钟） 1. 讲解情绪的种类和特点，包括喜、怒、哀、惧等基本情绪，以及它们对个人生活的影响。 用时：5分钟				

	2.	
--	----	--

	<p>分析情绪的生理和心理基础，介绍情绪的生理反应和心理机制。</p> <p>用时：5分钟</p> <p>3. 介绍情绪表达和调节的基本方法，如深呼吸、正念冥想、合理宣泄等。</p> <p>用时：5分钟</p> <p>4. 结合案例，讲解如何运用情绪调节方法处理生活中的情绪问题。</p> <p>用时：5分钟</p> <p>三、巩固练习（15分钟）</p> <p>1. 情绪调节游戏：分组进行情绪调节游戏，如“情绪接力”、“情绪接力棒”等，让学生在实践中学会情绪调节。</p> <p>用时：5分钟</p> <p>2. 情绪日记：要求学生课后记录自己一天的情绪变化，分析情绪产生的原因，并尝试运用所学方法进行调节。</p> <p>用时：5分钟</p> <p>3. 小组讨论：针对生活中的具体情境，讨论如何运用情绪调节方法解决问题。</p> <p>用时：5分钟</p> <p>四、课堂提问（5分钟）</p> <p>1. 针对情绪调节方法的实际应用，提问学生：“你在生活中遇到过哪些需要运用情绪调节方法的情况？”</p> <p>2. 提问学生：“你认为情绪调节对你个人成长有哪些积极影响？”</p> <p>3. 针对情绪的种类和特点，提问学生：“你能举例说明情绪对个人和社会的影响吗？”</p> <p>五、师生互动环节（5分钟）</p> <p>1. 邀请学生分享自己在学习过程中的困惑和疑问，共同探讨解决方法。</p> <p>2. 针对学生的回答，给予及时的反馈和指导，帮助学生巩固所学知识。</p> <p>3. 鼓励学生积极参与课堂活动，提出自己的见解和观点。</p> <p>六、总结与拓展（5分钟）</p> <p>1. 总结本节课所学内容，强调情绪调节的重要性。</p> <p>2. 引导学生思考如何将所学知识应用于日常生活，提升自身情绪管理能力。</p> <p>3. 鼓励学生在课后继续关注情绪问题，探索更多有效的情绪调节方法。</p> <p>总用时：45分钟</p>	
<p>教学资源拓展</p>	<p>1. 拓展资源：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 情绪管理书籍推荐：《情绪急救》（张怡筠）、《情绪心理学》（丹尼尔·戈尔曼） - 情绪管理相关视频：在线教育平台上的情绪管理讲座、心理辅导视频 - 	

	<p>情绪管理软件介绍：介绍一些可以帮助情绪管理的手机应用，如“情绪日记”、“正念冥想”等</p> <ul style="list-style-type: none"> - 情绪管理的心理学研究论文：介绍一些关于情绪管理的心理学研究成果和理论 <p>2. 拓展建议：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 鼓励学生阅读相关书籍，了解情绪管理的科学知识和心理学原理。 - 引导学生观看情绪管理的视频讲座，通过案例学习情绪管理的实际应用。 - 推荐学生使用情绪管理软件，通过日常记录和练习提高情绪管理能力。 - 组织学生进行小组讨论，分享各自在情绪管理方面的经验和心得。 - 邀请心理专家进行讲座，为学生提供专业的情绪管理指导和心理咨询。 - 安排学生进行角色扮演活动，模拟不同情绪情境下的应对策略。 - 鼓励学生参加社区服务活动，通过帮助他人来提升自己的情绪调节能力。 - 引导学生进行情绪日记的写作，通过反思和记录来认识和理解自己的情绪。 - 建议学生在家庭和学校中尝试运用所学情绪管理技巧，改善人际关系和提升生活质量。 - 鼓励学生参加情绪管理的兴趣小组或俱乐部，与志同道合的人一起学习和交流。 	
<p>板书设计</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 情绪的种类 <ol style="list-style-type: none"> ① 基本情绪：喜、怒、哀、惧 ② 复杂情绪：焦虑、愤怒、悲伤、快乐、惊讶、厌恶、恐惧 2. 情绪的生理反应 <ol style="list-style-type: none"> ② 心跳加速、呼吸急促、肌肉紧张 ② 胃肠道反应、面部表情变化 3. 情绪的心理机制 <ol style="list-style-type: none"> ② 生理唤醒、心理评估、情绪标签 ② 情绪记忆、情绪认知 4. 情绪表达和调节方法 <ol style="list-style-type: none"> ① 深呼吸、正念冥想 ② 合理宣泄、情绪转移 ② 情绪认知重构、情绪管理技巧 5. 情绪调节的意义 <ol style="list-style-type: none"> ① 提高生活质量 ② 增强人际关系 ② 促进个人成长 6. 情绪管理的实践应用 <ol style="list-style-type: none"> ① 工作压力管理 ② 人际冲突解决 	

	② 学习压力应对	
--	----------	--

课堂	<p>1. 课堂评价：</p> <p>① 提问评价：通过提问，检查学生对情绪种类、情绪生理反应和心理机制的理解程度。例如，询问学生：“你能列举出三种基本情绪吗？”和“情绪的生理反应有哪些？”</p> <p>② 观察评价：观察学生在课堂上的参与度、表达能力和情绪管理实践。注意学生是否能够积极参与讨论，是否能够正确表达自己的观点，以及是否能够运用所学知识进行情绪调节。</p> <p>③ 测试评价：设计小测验或问答环节，评估学生对本节课知识的掌握情况。测试可以包括选择题、填空题和简答题，以检验学生对情绪管理方法的记忆和应用能力。</p> <p>④ 反馈评价：在课堂教学中，及时给予学生反馈，鼓励正确答案，纠正错误观点，帮助学生巩固知识点。</p> <p>2. 作业评价：</p> <p>① 情绪日记：要求学生课后记录自己的情绪变化，分析情绪产生的原因，并尝试运用所学方法进行调节。教师对学生的情绪日记进行批改，重点关注学生的自我认知和情绪调节策略的运用。</p> <p>② 角色扮演作业：学生根据所学情绪调节方法，进行角色扮演，模拟不同情境下的情绪管理。教师评价学生的表现，关注学生是否能够正确识别情绪、运用调节策略，以及是否能够与他人进行有效的沟通。</p> <p>③ 小组讨论报告：学生分组讨论生活中的情绪问题，并撰写报告。教师对报告进行评价，考察学生是否能够将所学知识应用于实际情境，以及是否能够提出合理的解决方案。</p> <p>④ 作业反馈：对学生的作业进行详细批改和点评，指出学生的优点和不足，鼓励学生继续努力。同时，提供改进建议，帮助学生提高情绪管理能力。</p> <p>3. 评价反馈：</p> <p>① 定期反馈：通过课堂评价和作业评价，定期向学生反馈学习情况，帮助学生了解自己的进步和不足。</p> <p>② 个别指导：针对学生在情绪管理方面的困难和问题，进行个别指导，提供针对性的帮助。</p> <p>③ 家长沟通：与家长沟通学生的学习情况，共同关注学生的情绪发展和心理健康。</p> <p>④ 评价改进：根据学生的学习反馈，不断调整教学策略和评价方法，以提高教学效果。</p>	
教学 反思		

<p>教学反思</p> <p>这节课结束后，我对自己在教学过程中的表现和效果进行了深入的思考。以下是我的一些教学反思：</p> <p>首先，我注意到在导入环节，我通过播放视频的方式激发了学生的兴趣，但我觉得还可以更深入地引导学生思考。例如，在视频播放后，我没有充分地让学生分享他们的感受和想法，而是直接进入了新课的讲解。下次，我会在视频结束后留出更多时间，让学生分组讨论，这样可以更好地调动他们的积极性，也能让我更了解他们的真实想法。</p> <p>其次，关于讲授新课的部分，我发现虽然我尽量围绕教学重点进行讲解，但可能因为时间有限，一些复杂的概念和技巧讲解得不够细致。比如，在讲解情绪调节方法时，有的学生反映还是不太明白如何在实际生活中应用。这让我意识到，在今后的教学中，我需要更注重知识的深入讲解和实际操作的演示。</p> <p>再者，课堂练习环节，我设计了情绪调节游戏，但遗憾的是，由于时间关系，游戏没有完成。这让我反思，是否应该在课前对课堂时间进行更合理的规划，确保每个环节都能得到充分的实施。同时，我也需要考虑如何设计更加丰富多样的练习活动，以适应不同学生的学习需求。</p> <p>在课堂提问环节，我尝试了一些开放性的问题，但感觉学生的回答还不够活跃。这可能是因为没有给予足够的时间让他们思考，或者问题本身不够吸引人。因此，我需要改进提问技巧，设计更有挑战性和启发性的问题，同时也要给予学生充分的时间来回答。</p> <p>在师生互动环节，我努力创造了一个平等、开放的氛围，但感觉有的学生还是不太敢于表达自己的观点。这可能是因为他们对自我表达有所顾虑，或者是对新知识的掌握不够自信。因此，我需要在在今后的教学中更加关注学生的心理状态，鼓励他们积极参与课堂讨论。</p> <p>最后，关于作业评价，我发现批改作业时，我过于注重学生的答案正确与否，而忽略了他们的思考过程。这让我反思，是否应该更加注重学生的思维过程，鼓励他们提出不同的观点，即使这些观点是错误的，也要引导他们如何从错误中学习和成长。</p>	
---	--

第 1 单元 做情绪的主人第 2 课 乐观向上

主备人	
备课成员	
课程基本	<p>1. 课程名称：初中道德与法治北师大版（2016）七年级下册第 1 单元 做情绪的主人第 2 课 乐观向上</p> <p>2. 教学年级和班级：七年级</p>

信息	3. 授课时间：2023年3月14日 星期二 上午第二节课 4. 教学时数：1课时
核心 素养 目标	1. 培养学生正确认识情绪，理解情绪对生活的影响。 2. 引导学生学会调节情绪，提高情绪管理能力。 3. 培养学生乐观向上的心态，树立积极的人生观和价值观。 4. 提升学生的人际交往能力，学会与他人和谐相处。
	重点： 1.

重点难点及解决办法	<p>情绪的类型及其对个体的影响（重点来源：课本中对情绪的分类和作用的介绍）。</p> <p>2. 情绪调节的方法和技巧（重点来源：课本中情绪调节策略的讲解）。</p> <p>难点：</p> <p>1. 学生如何将理论知识应用到实际生活中，有效调节负面情绪（难点来源：理论到实践的转化）。</p> <p>2. 学生如何培养乐观向上的心态，面对生活中的挑战（难点来源：心态调整的心理障碍）。</p> <p>解决办法与突破策略：</p> <p>1. 通过案例分析，让学生理解情绪的类型和影响，引导学生反思自己的情绪体验。</p> <p>2. 设计互动环节，让学生实践情绪调节方法，如角色扮演、情绪日记等，增强学生的实际操作能力。</p> <p>3. 结合心理学的理论，通过小组讨论和教师指导，帮助学生建立积极的心态，提高情绪管理的自我效能感。</p>				
学具准备	Xxx				
课型	新授课	教法	讲授法	课时	第一课时
步骤	师生互动设计				二次备课
教学资源准备	<p>1. 教材：确保每位学生都有《初中道德与法治北师大版（2016）》七年级下册教材。</p> <p>2. 辅助材料：准备与情绪类型、调节方法相关的图片、图表和视频，以及关于乐观心态培养的案例故事。</p> <p>3. 教学工具：准备情绪调节技巧的卡片和小组讨论记录表。</p> <p>4. 教室布置：设置分组讨论区，确保每个小组有足够的空间进行交流；准备实验操作台，用于角色扮演和情景模拟活动。</p>				
教学过程设计	<p>1. 导入新课（5分钟）</p> <p>目标：引起学生对情绪管理的兴趣，激发其探索欲望。</p> <p>过程：</p> <p>开场提问：“你们有没有遇到过心情不好或者情绪低落的时候？你们是如何应对这些情绪的？”</p> <p>展示一些关于情绪变化的图片或视频片段，让学生初步感受情绪的多样性和复杂性。</p> <p>简短介绍情绪管理的基本概念和重要性，为接下来的学习打下基础。</p> <p>2. 情绪管理基础知识讲解（10分钟）</p> <p>目标：让学生了解情绪管理的基本概念、组成部分和原理。</p> <p>过程：</p> <p>讲解情绪管理的定义，包括情绪的种类、情绪的产生和情绪的表达。</p> <p>详细介绍情绪管理的组成部分或功能，使用图表或示意图帮助学生理解情绪的周期和影响。</p> <p>3.</p>				

	<p>情绪管理案例分析（20 分钟）</p> <p>目标：通过具体案例，让学生深入了解情绪管理的特性和重要性。</p> <p>过程：</p> <p>选择几个典型的情绪管理案例进行分析，如面对挫折时的积极应对、保持乐观心态等。</p> <p>详细介绍每个案例的背景、特点和意义，让学生全面了解情绪管理的多样性或复杂性。</p> <p>引导学生思考这些案例对实际生活或学习的影响，以及如何应用情绪管理策略解决实际问题。</p> <p>4. 学生小组讨论（10 分钟）</p> <p>目标：培养学生的合作能力和解决问题的能力。</p> <p>过程：</p> <p>将学生分成若干小组，每组选择一个与情绪管理相关的主题进行深入讨论，如“如何在考试前保持冷静”或“如何处理与朋友之间的矛盾”。</p> <p>小组内讨论该主题的现状、挑战以及可能的解决方案。</p> <p>每组选出一名代表，准备向全班展示讨论成果。</p> <p>5. 课堂展示与点评（15 分钟）</p> <p>目标：锻炼学生的表达能力，同时加深全班对情绪管理的认识和理解。</p> <p>过程：</p> <p>各组代表依次上台展示讨论成果，包括主题的现状、挑战及解决方案。</p> <p>其他学生和教师对展示内容进行提问和点评，促进互动交流。</p> <p>教师总结各组的亮点和不足，并提出进一步的建议和改进方向。</p> <p>6. 课堂小结（5 分钟）</p> <p>目标：回顾本节课的主要内容，强调情绪管理的重要性和意义。</p> <p>过程：</p> <p>简要回顾本节课的学习内容，包括情绪管理的定义、组成部分、案例分析等。</p> <p>强调情绪管理在现实生活或学习中的价值和作用，鼓励学生进一步探索和应用情绪管理策略。</p> <p>7. 课后作业</p> <p>布置课后作业：让学生撰写一篇关于情绪管理的短文或报告，内容可以包括自己在情绪管理方面的经验和挑战，以及从本节课中学到的管理情绪的方法。作业要求学生结合自身实际情况，提出具体的情绪管理策略，以巩固学习效果。</p>	
<p>学生 学习 效果</p>	<p>学生学习效果主要体现在以下几个方面：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 知识掌握： <ul style="list-style-type: none"> - 学生能够准确理解情绪管理的定义和基本概念。 - 学生能够识别和描述不同类型的情绪，如愤怒、快乐、悲伤等。 - 学生掌握了情绪产生的原因和情绪表达的方式。 2. 技能提升： <ul style="list-style-type: none"> - 学生学会了情绪调节的基本方法，如深呼吸、放松技巧、正面思考等。 - 学生能够运用情绪管理策略来应对日常生活中的压力和挑战。 - 学生提高了自我意识，能够更好地认识和理解自己的情绪。 3. 态度转变： <ul style="list-style-type: none"> - 学生对情绪管理的重要性有了更深刻的认识，认识到情绪对生活质量的影 	

<p>响。</p> <ul style="list-style-type: none">- 学生培养了积极乐观的心态，能够以更加积极的态度面对生活中的困难和挫折。- 学生学会了如何与他人建立良好的情绪沟通，提高了人际交往能力。 <p>4. 行动实践：</p> <ul style="list-style-type: none">-	
--	--

	<p>学生能够在实际生活中应用所学的情绪管理技巧，如在学校、家庭或社交场合中。</p> <ul style="list-style-type: none"> - 学生能够通过日记或记录的方式，定期反思自己的情绪状态，并采取相应的调节措施。 - 学生在遇到情绪困扰时，能够主动寻求帮助，如向老师、家长或朋友寻求支持和建议。 <p>5. 情绪管理能力增强：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 学生在面对负面情绪时，能够更快地恢复平静，减少情绪波动对学习和生活的影响。 - 学生能够更好地控制自己的情绪表达，避免因情绪失控而伤害他人。 - 学生在处理冲突和解决问题时，能够更加冷静和理性，提高解决问题的效率。 <p>6. 自我效能感提升：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 学生通过学习情绪管理，增强了对自己情绪的掌控能力，提高了自我效能感。 - 学生对自己的情绪状态有了更多的信心，相信自己能够应对各种情绪挑战。 - 学生在学习和生活中更加自信，愿意尝试新事物，勇于面对挑战。 	
<p>教学 反思 与改 进</p>	<p>在刚刚结束的这堂《做情绪的主人》的道德与法治课中，我深感教学是一个不断学习和反思的过程。以下是我的一些反思和改进措施：</p> <p>首先，我觉得课堂的互动性还有待提高。虽然我设计了小组讨论和角色扮演等环节，但实际操作中，我发现有些学生参与度不高，可能是由于他们对话题的兴趣不够或者是不擅长表达。在未来的教学中，我计划增加一些互动性的活动，比如设置“情绪小测验”游戏，让学生在轻松的氛围中学习情绪管理的知识。</p> <p>其次，我注意到有些学生对于情绪管理的理论理解较好，但在实际操作中却难以应用。这可能是因为理论与实践的脱节。为了解决这个问题，我打算在课后布置一些实践作业，让学生在现实生活中尝试应用所学的方法，比如记录情绪日记，并分享他们的体验。</p> <p>再者，课堂上的时间分配可能不够合理。有时候，为了深入讲解某个知识点，可能会占用过多的时间，导致其他内容的讲解不够充分。未来，我会更加注意时间的分配，确保每个环节都能得到适当的关注。</p> <p>此外，我也发现了一些学生在面对情绪挑战时，缺乏有效的应对策略。为了帮助他们，我打算在下一节课中增加一些情绪调节技巧的练习，比如通过冥想、深呼吸等放松技巧来缓解压力。</p> <p>最后，我认为评价方式也需要改进。传统的考试和作业评价可能无法全面评估学生的情绪管理能力。因此，我计划引入更多的评价方式，如学生自评、互评，以及观察学生在课堂上的表现。</p> <ul style="list-style-type: none"> - 设计更丰富的课堂活动，提高学生的参与度。 - 增加实践作业，让学生将理论知识应用于实际生活。 - 优化时间分配，确保每个知识点都得到充分讲解。 - 引入多元化的评价方式，全面评估学生的情绪管理能力。 - 持续关注学生的学习反馈，根据学生的实际情况调整教学策略。 <p>我相信，通过这些反思和改进，我能够更好地帮助学生成为情绪的主人，提</p>	

	升他们的生活质量和学习能力。	
--	----------------	--

<p>内容逻辑关系</p>	<p>① 情绪管理的定义与重要性</p> <ul style="list-style-type: none"> - 情绪管理的定义：对个人情绪的认知、评估和调节过程。 - 情绪管理的重要性：影响生活质量、人际关系和心理健康。 <p>② 情绪的类型与表达</p> <ul style="list-style-type: none"> - 情绪的类型：喜、怒、哀、惧等基本情绪。 - 情绪的表达：情绪的正面表达和负面表达。 <p>③ 情绪调节的方法与技巧</p> <ul style="list-style-type: none"> - 情绪调节的方法：深呼吸、放松技巧、正面思考等。 - 情绪调节的技巧：情绪日记、情绪释放、情绪转移等。 <p>④ 情绪管理在生活中的应用</p> <ul style="list-style-type: none"> - 应对压力：学习如何有效应对生活中的压力。 - 人际关系：学会与他人建立良好的情绪沟通。 - 面对挫折：培养积极乐观的心态，克服困难。 <p>⑤ 情绪管理对个人成长的意义</p> <ul style="list-style-type: none"> - 提升自我意识：更好地认识和理解自己的情绪。 - 增强自我效能感：相信自己能够应对情绪挑战。 - 促进个人成长：在情绪管理中不断学习和成长。 	
<p>教学评价与反馈</p>	<p>1. 课堂表现：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 学生在课堂上积极参与讨论，对于提出的问题能够认真思考并给出自己的见解。 - 在角色扮演活动中，学生能够准确地表达情绪，并尝试运用所学的调节技巧。 <p>2. 小组讨论成果展示：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 小组讨论后，各小组代表能够清晰、有条理地展示讨论成果，包括对情绪管理的理解、遇到的情绪问题及解决方案。 - 学生在展示过程中，能够互相补充，形成较为完整的情绪管理知识体系。 <p>3. 随堂测试：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 进行随堂测试，考察学生对情绪管理基本概念、调节方法和技巧的掌握程度。 - 测试结果显示，大部分学生能够正确回答有关情绪管理的问题，但对具体应用场景的应对策略掌握还不够熟练。 <p>4. 学生自评与互评：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 学生通过自我评价，反思自己在课堂上的表现，包括参与度、表达能力和情绪管理技巧的应用。 - 学生之间进行互评，互相指出对方的优点和不足，共同进步。 <p>5. 教师评价与反馈：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 针对课堂表现，教师给予积极的评价，鼓励学生在课堂上更加自信地表达自己。 - 对于情绪管理技巧的应用，教师指出学生在实际操作中存在的问题，并提供改进建议。 - 对于学生的自我评价和互评，教师给予肯定，并强调评价是自我提升和相互学习的重要环节。 - 教师建议学生在日常生活中多观察、多实践，将所学知识应用到实际生活中，不断提升自己的情绪管理能力。 <p>-</p>	

	<p>教师提醒学生，情绪管理是一个持续的过程，需要不断学习和实践，鼓励学生保持积极乐观的心态，面对生活中的挑战。</p>	
<p>课后作业</p>	<p>为了帮助学生巩固和深化对情绪管理知识的理解，以下是一些与课本内容紧密相关的课后作业题目及答案：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. **情绪日记练习** <ul style="list-style-type: none"> - 作业：请记录下你今天遇到的三种不同情绪，并描述每种情绪发生的原因、持续时间和你的应对方式。 - 答案示例： <ul style="list-style-type: none"> - 上午：感到焦虑（考试即将来临），持续时间约 1 小时，通过深呼吸和短暂休息缓解。 - 下午：感到快乐（完成了一项挑战性任务），持续时间约 30 分钟，与朋友分享喜悦。 - 晚上：感到悲伤（得知一个不幸的消息），持续时间约 2 小时，通过听音乐和散步来调整情绪。 2. **情绪调节策略实践** <ul style="list-style-type: none"> - 作业：选择一种你之前学到的情绪调节策略（如正面思考），尝试在接下来的三天内每天至少应用一次，并记录效果。 - 答案示例： <ul style="list-style-type: none"> - 第一天：在感到沮丧时，尝试正面思考，思考事物积极的一面，感觉情绪有所缓解。 3. **情绪管理情景模拟** <ul style="list-style-type: none"> - 作业：编写一个情景剧本，其中包含一个情绪管理的挑战场景，并设计至少三种不同的解决方案。 - 答案示例： <ul style="list-style-type: none"> - 情景：小明在班级活动中被同学嘲笑，感到很尴尬和愤怒。 - 解决方案 1：小明选择离开现场，冷静下来后再处理。 - 解决方案 2：小明深呼吸，试图用幽默的方式回应，化解尴尬。 - 解决方案 3：小明找机会私下与嘲笑他的同学沟通，了解原因，寻求和解。 4. **情绪管理小论文** <ul style="list-style-type: none"> - 作业：写一篇短文，讨论情绪管理在你生活中的重要性，并分享你如何应用情绪管理技巧来改善你的生活。 - 答案示例： <ul style="list-style-type: none"> - 情绪管理在我生活中的重要性体现在能够帮助我更好地处理工作和学习中的压力。例如，通过练习深呼吸和冥想，我在紧张的工作日中能够保持冷静，提高工作效率。 5. **情绪管理小组项目** <ul style="list-style-type: none"> - 作业：分组讨论并设计一个针对学校或社区的情绪管理宣传活动，包括活动形式、目标和预期效果。 - 答案示例： <ul style="list-style-type: none"> - 活动形式：情绪管理讲座和互动游戏。 - 目标：提高学生和社区居民对情绪管理的认识，教授实用的调节技巧。 - 预期效果：参与者能够识别自己的情绪，学习到至少一种情绪调节方法，并在日常生活中应用。 	

第 1 单元 做情绪的主人第 3 课 培养高雅的情趣

主备人					
备课成员					
教材分析	初中道德与法治北师大版（2016）七年级下册第 1 单元“做情绪的主人”第 3 课“培养高雅的情趣”旨在引导学生认识高雅情趣对个人成长的重要意义，学习如何通过阅读、艺术欣赏等方式培养高雅情趣。本节课与课本内容紧密相连，旨在帮助学生树立正确的审美观念，提升自身的文化素养。				
核心素养目标分析	本节课的核心素养目标包括：培养学生正确的审美观念，提升学生的文化素养；引导学生认识高雅情趣对个人成长的重要性；培养学生通过阅读、艺术欣赏等方式培养高雅情趣的能力；增强学生的情感体验和道德判断能力，促进学生全面发展。				
教学难点与重点	<p>1. 教学重点</p> <ul style="list-style-type: none"> - 理解高雅情趣的概念：通过案例讲解，如音乐欣赏、绘画艺术等，让学生理解高雅情趣是与低俗情趣相对的，它能够提升个人的精神境界。 - 掌握培养高雅情趣的方法：通过课堂讨论，如分享个人阅读经验、艺术作品欣赏等，让学生学会如何通过阅读、艺术欣赏等方式培养高雅情趣。 <p>2. 教学难点</p> <ul style="list-style-type: none"> - 区分高雅情趣与低俗情趣：学生可能难以区分两者之间的界限，需要通过对比分析，如展示低俗文化作品和高雅文化作品，引导学生识别和评价。 - 实践培养高雅情趣：学生可能不知道如何将理论知识应用于实际生活中，教师应提供具体的实践建议，如推荐阅读书目、参观艺术展览等，帮助学生将高雅情趣的培养融入日常生活。 				
学具准备	多媒体				
课型	新授课	教法学法	讲授法	课时	第一课时
步骤	师生互动设计				二次备课
教学资源	<ul style="list-style-type: none"> - 软硬件资源：多媒体教学设备（投影仪、计算机）、音响设备 - 课程平台：道德与法治课程专用教学平台 - 信息化资源：网络资源（如艺术欣赏视频、文学作品阅读链接） - 教学手段：图片、绘画作品、音乐片段、阅读材料 				

<p>教学 实施 过程</p>	<p>1. 课前自主探索</p> <p>教师活动：</p> <p>发布预习任务：通过在线平台或班级微信群，发布预习资料（如 PPT、视频、文档等），明确预习目标为理解高雅情趣的概念及其重要性。</p> <p>设计预习问题：围绕“如何培养高雅情趣”，设计问题如“你身边有哪些高雅情趣的例子？”、“高雅情趣与低俗情趣有哪些区别？”</p> <p>监控预习进度：利用平台功能或学生反馈，监控学生的预习进度，确保预习效果。</p> <p>学生活动：</p> <p>自主阅读预习资料：按照预习要求，阅读关于高雅情趣的定义和例子。</p> <p>思考预习问题：针对预习问题，思考并记录对高雅情趣的理解。</p> <p>提交预习成果：将预习笔记和思考的疑问提交至平台或老师处。</p> <p>教学方法/手段/资源：</p> <p>自主学习法：通过自主阅读和思考，培养学生的自主学习能力。</p> <p>信息技术手段：利用在线平台实现资源共享和进度监控。</p> <p>作用与目的：</p> <p>帮助学生提前了解高雅情趣的概念，为课堂学习做好准备。</p> <p>2. 课中强化技能</p> <p>教师活动：</p> <p>导入新课：通过展示一幅名画或一段经典音乐，引出高雅情趣的讨论。</p> <p>讲解知识点：详细讲解高雅情趣的定义、作用和培养方法，如阅读经典文学作品、欣赏传统艺术等。</p> <p>组织课堂活动：设计小组讨论，让学生分享自己培养高雅情趣的经验。</p> <p>解答疑问：针对学生在讨论中提出的问题，进行解答和指导。</p> <p>学生活动：</p> <p>听讲并思考：认真听讲，积极思考老师提出的问题。</p> <p>参与课堂活动：积极参与小组讨论，分享自己的看法和经验。</p> <p>提问与讨论：针对不懂的问题或新的想法，勇敢提问并参与讨论。</p> <p>教学方法/手段/资源：</p> <p>讲授法：通过详细讲解，帮助学生理解高雅情趣的核心知识。</p> <p>实践活动法：通过小组讨论，让学生在实践中应用所学知识。</p> <p>合作学习法：通过小组合作，培养学生的团队合作意识和沟通能力。</p> <p>作用与目的：</p> <p>帮助学生深入理解高雅情趣的概念，掌握培养高雅情趣的方法。</p> <p>3.</p>	
-------------------------	---	--

	<p>课后拓展应用</p> <p>教师活动：</p> <p>布置作业：布置阅读经典文学作品、观看艺术展览等作业，以巩固课堂学习。</p> <p>提供拓展资源：推荐相关的书籍、网站和视频，供学生课后进一步学习。</p> <p>反馈作业情况：及时批改作业，给予学生反馈和指导。</p> <p>学生活动：</p> <p>完成作业：认真完成老师布置的作业，巩固学习效果。</p> <p>拓展学习：利用老师提供的拓展资源，进行进一步的学习和思考。</p> <p>反思总结：对自己的学习过程和成果进行反思和总结，提出改进建议。</p> <p>教学方法/手段/资源：</p> <p>自主学习法：引导学生自主完成作业和拓展学习。</p> <p>反思总结法：引导学生对自己的学习过程和成果进行反思和总结。</p> <p>作用与目的：</p> <p>巩固学生在课堂上学到的知识，通过拓展学习，拓宽学生的知识视野和思维方式。通过反思总结，帮助学生发现自己的不足并提出改进建议，促进自我提升。</p>	
<p>学生学习效果</p>	<p>学生学习效果主要体现在以下几个方面：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 知识掌握 <ul style="list-style-type: none"> (1) 高雅情趣的定义、特点及其重要性。 (2) 培养高雅情趣的方法，如阅读、艺术欣赏、参加文化活动等。 (3) 高雅情趣与低俗情趣的区别。 (4) 如何在实际生活中培养和提升高雅情趣。 2. 思维能力 <ul style="list-style-type: none"> (1) 逻辑思维能力：通过对高雅情趣与低俗情趣的对比分析，学生能够运用逻辑思维进行判断和评价。 (2) 批判性思维能力：在小组讨论和课堂活动中，学生能够提出自己的观点，对他人观点进行质疑和反思。 (3) 创新思维能力：在课后拓展学习中，学生能够运用所学知识，尝试创新性地解决问题。 3. 情感态度价值观 <ul style="list-style-type: none"> (1) 审美观念：学生能够树立正确的审美观念，认识到高雅情趣对个人成长的重要性。 (2) 道德观念：学生能够认识到培养高雅情趣是提升自身道德修养的一种途径。 (3) 文化自信：学生能够更加自信地欣赏和传承中华优秀传统文化。 4. 	

	<p>实践能力</p> <p>(1) 阅读能力：通过阅读经典文学作品、欣赏艺术作品等，学生的阅读能力得到提升。</p> <p>(2) 表达能力：在小组讨论和课堂活动中，学生的表达能力得到锻炼。</p> <p>(3) 合作能力：在小组活动中，学生能够学会与他人合作，共同完成任务。</p> <p>5. 综合运用能力</p> <p>(1) 将所学知识应用于实际生活：学生在日常生活中能够运用所学知识，培养和提升高雅情趣。</p> <p>(2) 解决实际问题：在遇到与高雅情趣相关的问题时，学生能够运用所学知识进行解决。</p> <p>(3) 创新性解决问题：在课后拓展学习中，学生能够运用所学知识，尝试创新性地解决问题。</p> <p>6. 自主学习能力</p> <p>(1) 自我管理能力：学生在预习、课堂学习和课后拓展等环节，能够自我管理，提高学习效率。</p> <p>(2) 独立思考能力：在预习、课堂活动和课后拓展等环节，学生能够独立思考，提出自己的观点。</p> <p>(3) 终身学习能力：学生能够认识到学习是一个终身的过程，学会自主学习，不断提升自己。</p>	
<p>教学反思与改进</p>	<p>教学反思与改进是我们教学过程中不可或缺的一部分。通过反思，我们可以更好地理解学生的学习需求，调整教学方法，提高教学效果。以下是我对这节课的一些反思与改进措施：</p> <p>1. 教学内容的深度与广度</p> <p>我发现，在讲解高雅情趣的概念时，部分学生表现出理解上的困难。这可能是因为他们对高雅情趣的理解还不够深入，或者是因为他们对相关文化的了解有限。因此，我计划在未来的教学中，适当增加文化背景知识的讲解，如介绍一些经典文学作品、艺术家和艺术流派，帮助学生更好地理解高雅情趣的内涵。</p> <p>2. 教学方法的多样性</p> <p>在这次教学中，我主要采用了讲授法和实践活动法。虽然这些方法在一定程度上激发了学生的学习兴趣，但我也意识到，单一的教学方法可能无法满足所有学生的学习需求。因此，我打算在未来的教学中，尝试更多样化的教学方法，如小组讨论、角色扮演、案例分析等，以激发学生的学习主动性和参与度。</p> <p>3. 学生参与度的提升</p> <p>在课堂活动中，我发现部分学生参与度不高，可能是因为他们对某些活动不感兴趣或者觉得难以参与。为了提高学生的参与度，我计划在未来的教学中，更加关注学生的兴趣和需求，设计更具吸引力和互动性的活动，让学生在轻松愉快的氛围中学习。</p> <p>4. 教学评价的多元化</p> <p>在这次教学中，我主要依靠课堂观察和作业反馈来评价学生的学习效果。然而，这种评价方式可能不够全面，无法准确反映学生的学习情况。因此，我打算在未来的教学中，采用多元化的评价</p>	

方式，如学生自评、互评、家长评价等，以更全面地了解学生的学习情况。

5.

	<p>教学资源的整合</p> <p>在教学过程中，我发现了一些与课本内容相关的优质教学资源，如网络视频、音频、图片等。为了更好地利用这些资源，我计划在未来的教学中，将这些资源进行整合，形成一套系统的教学资源库，以便于学生课后自主学习和复习。</p> <p>6. 教师角色的转变</p> <p>在这次教学中，我意识到自己需要从知识传授者转变为引导者和促进者。因此，我打算在未来的教学中，更加注重引导学生自主学习，培养学生的批判性思维 and 创新能力。</p> <p>7. 教学反思的持续进行</p> <p>教学反思不是一次性的活动，而是一个持续的过程。我计划在每次教学后，都进行反思，总结经验教训，不断改进教学方法，提升教学效果。</p>	
<p>板书设计</p>	<p>① 高雅情趣的定义与特点</p> <ul style="list-style-type: none"> - 高雅情趣：指健康、进取、文明、科学的情趣。 - 特点：富有智慧、充满想象、追求卓越。 <p>② 培养高雅情趣的方法</p> <ul style="list-style-type: none"> - 阅读经典文学作品 - 欣赏传统艺术 - 参加文化活动 - 培养良好的生活习惯 <p>③ 高雅情趣与低俗情趣的区别</p> <ul style="list-style-type: none"> - 高雅情趣：健康、积极、向上 - 低俗情趣：消极、庸俗、颓废 <p>④ 如何在实际生活中培养高雅情趣</p> <ul style="list-style-type: none"> - 关注自身修养 - 参与社交活动 - 学会欣赏和创造美 - 保持乐观心态 <p>⑤ 高雅情趣的重要性</p> <ul style="list-style-type: none"> - 提升个人精神境界 - 促进身心健康 - 增强社会交往能力 - 传承和弘扬优秀文化 	
<p>课堂小结，当堂检测</p>	<p>课堂小结：</p> <p>今天我们学习了“培养高雅情趣”这一课题，通过这节课的学习，大家应该对高雅情趣有了更深入的理解。以下是我们本节课的要点总结：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 高雅情趣的定义和特点：高雅情趣是指健康、进取、文明、科学的情趣，它富有智慧、充满想象、追求卓越。 2. 培养高雅情趣的方法：我们可以通过阅读经典文学作品、欣赏传统艺术、参加文化活动以及培养良好的生活习惯来培养高雅情趣。 3. 高雅情趣与低俗情趣的区别：高雅情趣是健康、积极、向上 	

的，而低俗情趣则是消极、庸俗、颓废的。

4.

	<p>如何在实际生活中培养高雅情趣：我们要关注自身修养，积极参与社交活动，学会欣赏和创造美，保持乐观心态。</p> <p>当堂检测：</p> <p>为了检测大家对本节课内容的掌握情况，我们将进行以下当堂检测：</p> <p>1. 选择题：</p> <p>(1) 以下哪项不属于高雅情趣的特点？</p> <p>A. 富有智慧 B. 消极颓废 C. 充满想象 D. 追求卓越</p> <p>(2) 以下哪项不是培养高雅情趣的方法？</p> <p>A. 阅读经典文学作品 B. 欣赏传统艺术 C. 参加文化活动 D. 追求物质享受</p> <p>(3) 高雅情趣与低俗情趣的主要区别在于：</p> <p>A. 高雅情趣更注重物质享受，低俗情趣更注重精神追求 B. 高雅情趣更注重精神追求，低俗情趣更注重物质享受 C. 高雅情趣与低俗情趣没有区别 D. 高雅情趣与低俗情趣是相同的</p> <p>2. 简答题：</p> <p>请简述培养高雅情趣的方法。</p> <p>3. 实践题：</p> <p>请结合自己的生活实际，谈谈你将如何培养高雅情趣。</p>	
--	---	--

第 1 单元 做情绪的主人单元综合与测试

主备人	
备课成员	
教学内容	初中道德与法治北师大版（2016）七年级下册第 1 单元“做情绪的主人”主要包括：情绪的类型与作用，调控情绪的方法，如何做情绪的主人。本单元旨在帮助学生认识情绪，学会合理调控情绪，培养积极乐观的生活态度。
核心素养目标分析	本单元旨在培养学生法治意识、道德素养和情感态度。通过学习，学生能够理解情绪对生活的影响，掌握情绪调控的方法，提升自我认知和情绪管理能力，形成积极向上的人生态度，增强社会适应能力，为成长为社会主义合格公民奠定基础。
教学难点	1. 教学重点， ① 理解情绪的类型及其对个体生活的影响；

与重点	<p>② 掌握情绪调控的基本方法，如合理宣泄、理智调控等；</p> <p>③ 学会运用积极的心态面对生活中的挑战，培养乐观的生活态度。</p> <p>2. 教学难点，</p> <p>①</p>
-----	--

	如何引导学生正确识别和表达自己的情绪； ② 如何帮助学生将情绪调控的方法应用到实际生活中； ③ 如何引导学生在面对复杂情绪时，做出合理的选择和决策。				
学具准备	Xxx				
课型	新授课	教法学法	讲授法	课时	第一课时
步骤	师生互动设计			二次备课	
教学资源	- 软硬件资源：多媒体教学设备（如投影仪、电脑）、白板、粉笔、黑板擦。 - 课程平台：学校网络教学平台、班级微信群。 - 信息化资源：情绪管理相关视频、案例库、互动测试软件。 - 教学手段：角色扮演、小组讨论、案例分析、情绪日记等教学方法。				
教学过程	1. 导入（约 5 分钟） 激发兴趣：教师通过讲述一个关于情绪管理的真实故事，引发学生对情绪管理的兴趣和思考。 回顾旧知：引导学生回顾七年级上册关于情绪的基本知识，如情绪的类型、情绪的产生等。 2. 新课呈现（约 20 分钟） 讲解新知： - 情绪的类型与作用：介绍情绪的基本类型（如喜、怒、哀、惧），并分析每种情绪对个体的影响。 - 调控情绪的方法：讲解情绪调控的基本方法，如合理宣泄、理智调控、心理暗示等。 举例说明： - 通过具体案例，展示情绪调控在实际生活中的应用，如如何处理学习压力、人际交往中的情绪管理等。 互动探究： - 分组讨论：将学生分成小组，讨论在日常生活中遇到的情绪问题及相应的解决方法。 - 角色扮演：学生分组进行角色扮演，模拟在不同情境下如何调控情绪。 3. 巩固练习（约 20 分钟） 学生活动： - 完成情绪管理小测验：通过在线测试或纸质试卷，让学生自我评估情绪管理能力。 - 制作情绪日记：引导学生记录自己一天的情绪变化，并尝试分析原因和调控方法。 教师指导： - 针对学生在练习中的问题，及时给予个别指导和帮助。 - 鼓励学生分享自己的情绪管理经验和心得。 4. 情景模拟（约 15 分钟） - 设计一个情景模拟环节，如模拟考试前的紧张情绪、家庭冲突等，让学生在模拟中学习情绪调控的方法。				

	-	
--	---	--

	<p>教师引导学生分析情景中的情绪问题，并提出解决方案。</p> <p>5. 总结与反思（约 5 分钟）</p> <ul style="list-style-type: none"> - 教师引导学生回顾本节课的主要内容，强调情绪管理的重要性。 - 学生分享自己的学习心得，总结情绪调控的方法。 - 教师对本节课进行总结，并提出课后作业，如阅读相关书籍、观看情绪管理视频等。 <p>6. 课后作业（约 10 分钟）</p> <ul style="list-style-type: none"> - 布置课后作业，包括阅读材料、观看视频、完成情绪管理练习等，以加深学生对本节课内容的理解和应用。 	
<p>教学资源拓展</p>	<p>1. 拓展资源：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 情绪管理的心理学研究：介绍情绪管理领域的心理学研究成果，如情绪调节的生理机制、情绪智力等。 - 情绪管理的故事与案例：收集并整理与情绪管理相关的真实故事和案例，如名人如何调控情绪、情绪管理在职场中的应用等。 - 情绪表达的艺术：介绍情绪表达的艺术形式，如绘画、音乐、舞蹈等，以及这些艺术形式如何帮助人们表达和处理情绪。 - 情绪管理的文化差异：探讨不同文化背景下情绪管理的特点，如东西方文化中情绪表达的不同方式。 - 情绪管理的社会实践：介绍社会实践中情绪管理的案例，如情绪管理培训、心理咨询等。 <p>2. 拓展建议：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 阅读推荐：《情绪智力》、《非暴力沟通》等书籍，帮助学生深入了解情绪管理的重要性。 - 观看视频：推荐情绪管理相关的教育视频，如 TED 演讲、心理专家讲座等，通过视觉和听觉的直观感受，加深对情绪管理的理解。 - 参加活动：鼓励学生参加学校或社区举办的情绪管理活动，如情绪表达工作坊、心理沙龙等，通过实践提高情绪管理能力。 - 自我反思：引导学生定期进行情绪日记的记录，分析自己的情绪变化，学会自我觉察和情绪调节。 - 小组讨论：组织学生进行小组讨论，分享自己在情绪管理中的成功经验和遇到的困难，相互学习，共同进步。 - 情绪管理游戏：设计或寻找情绪管理相关的游戏，如情绪卡片游戏、情绪角色扮演等，通过游戏的方式提高情绪管理能力。 - 心理咨询：鼓励学生在遇到情绪问题时，寻求专业心理咨询师的帮助，学习更专业的情绪管理技巧。 - 社会实践：鼓励学生在日常生活中，尝试将情绪管理知识应用到实际情境中，如处理家庭关系、同学间的矛盾等。 	
<p>教学反思与改进</p>		

	<p>教学反思是教师自我成长的重要途径，通过反思，我们可以更好地了解教学效果，识别不足，从而不断改进教学方法。以下是我对“做情绪的主人”这一章节教学的一些反思和改进措施。</p> <p>首先，我发现课堂上的互动环节对于学生理解情绪管理的重要性起到了关键作用。学生们在讨论和角色扮演中，能够更加直观地感受到情绪调控的必要性和方法。然而，也有一些学生参与度不高，这可能是因为他们对情绪管理的认识不足，或者缺乏自信。因此，我计划在未来的教学中，增加更多互动环节，鼓励所有学生参与其中，特别是那些平时较为内向的学生。</p> <p>其次，我注意到在讲解情绪调控方法时，有些学生对于理论知识的掌握不够扎实。为了解决这个问题，我打算在课后提供一些相关的学习资料，如情绪管理的小册子、网络资源等，让学生能够自主学习和复习。同时，我也会在课堂上增加一些案例分析，让学生通过实际案例来加深对理论知识的理解。</p> <p>再者，我在课堂上尝试了情景模拟的教学方法，发现这种方法能够让学生更加投入，但同时也暴露出一些问题。例如，有些情景设计可能过于简单，无法全面覆盖情绪管理的各个方面；有些情景可能过于复杂，让学生感到困惑。因此，我计划在未来的教学中，对情景模拟进行更加精细的设计，确保情景的合理性和有效性。</p> <p>此外，我在教学过程中也发现了一些技术上的问题。比如，在播放视频或使用多媒体设备时，偶尔会出现技术故障，这影响了教学进度。为了解决这个问题，我打算在课前做好充分的准备，包括设备的检查和备用方案的准备，以确保教学不受技术问题的影响。</p> <p>在教学反思中，我还意识到自己在课堂管理上的不足。有时候，学生在课堂上可能会出现纪律问题，这影响了教学秩序和其他学生的注意力。为了改善这一点，我计划在未来的教学中，更加注重课堂纪律的培养，通过明确的规则和积极的激励措施来维护良好的课堂氛围。</p> <p>最后，我认为学生的课后反馈对于教学改进至关重要。因此，我打算在每节课结束后，设计一个简短的问卷或反馈表，让学生匿名填写对课程内容的看法和建议。这样，我就可以及时了解学生的需求，并根据反馈进行调整。</p>	
<p>内容逻辑关系</p>	<ul style="list-style-type: none"> ① 情绪的类型与作用 ① 情绪的基本类型：喜、怒、哀、惧 ② 情绪对个体生活的影响：积极情绪和消极情绪的对比 ③ 情绪对人际关系的影响 ② 调控情绪的方法 ① 合理宣泄：倾诉、运动、写日记等 ② 理智调控：认知重构、自我暗示、深呼吸等 ③ 情绪调节技巧：情绪转换、情绪释放、情绪转移等 ③ 做情绪的主人 ① 认识情绪：理解情绪的来源和作用 ② 管理情绪：运用调控方法，做情绪的主人 ③ 积极心态：培养乐观的生活态度，应对挑战 	
<p>课堂小结，当堂检</p>		

測		
---	--	--

	<p>课堂小结：</p> <p>今天我们学习了“做情绪的主人”这一单元，重点探讨了情绪的类型与作用、调控情绪的方法以及如何做情绪的主人。通过学习，我们了解到情绪有喜、怒、哀、惧四种基本类型，它们对我们的生活有着重要的影响。积极的情绪可以让我们更加乐观、自信，而消极的情绪则可能导致我们情绪低落、行为失当。</p> <p>在调控情绪的方法方面，我们学习了合理宣泄、理智调控和情绪调节技巧等。合理宣泄可以通过倾诉、运动、写日记等方式来进行；理智调控则包括认知重构、自我暗示、深呼吸等；情绪调节技巧如情绪转换、情绪释放、情绪转移等，都是帮助我们更好地管理情绪的有效方法。</p> <p>此外，我们还学习了如何做情绪的主人。首先，我们要认识情绪，了解情绪的来源和作用；其次，我们要学会管理情绪，运用调控方法，让自己成为情绪的主人；最后，我们要培养积极的心态，以乐观的生活态度应对生活中的各种挑战。</p> <p>当堂检测：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 以下哪种情绪类型对个体生活的影响是积极的？（ ） A. 喜 B. 怒 C. 哀 D. 惧 2. 以下哪种方法不属于情绪调节技巧？（ ） A. 情绪转换 B. 情绪释放 C. 情绪压抑 D. 情绪转移 3. 在遇到学习压力时，以下哪种方法不属于情绪调控的方法？（ ） A. 合理宣泄 B. 理智调控 C. 心理暗示 D. 避免面对 4. 做情绪的主人，以下哪个方面最为关键？（ ） A. 认识情绪 B. 管理情绪 C. 积极心态 D. 以上都是 5. 以下哪个说法是正确的？（ ） A. 消极情绪对个体生活的影响都是积极的 B. 情绪调节技巧可以解决所有情绪问题 C. 培养积极心态是做情绪的主人的基础 D. 避免面对问题可以让我们不受情绪困扰 <p>请同学们认真思考以上问题，并在课后进行复习和巩固。希望大家能够通过今天的课程，学会如何做情绪的主人，以更加积极的心态面对生活中的挑战。</p>	
<p>课后拓展</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 拓展内容： <ul style="list-style-type: none"> - 《情绪管理》一书，由心理学家丹尼尔·戈尔曼所著，详细介绍了情绪管理的重要性以及具体的方法。 - 《非暴力沟通》一书，由马歇尔·卢森堡所著，介绍了如何通过非暴力沟通技巧来调节情绪，改善人际关系。 - 情绪管理相关的视频资源，如 TED 演讲中关于情绪智力的讲座，以及心理咨询师关于情绪调控的公开课。 - 情绪管理在线测试，如情绪智力测试、压力水平测试等，帮助学生了解自己的情绪状态。 2. 拓展要求： <ul style="list-style-type: none"> - 阅读推荐：《情绪管理》和《非暴力沟通》两本书籍，重点关注书中关于情绪调节的理论和方法。 - 视频观看：选择至少一个关于情绪管理的 TED 演讲或心理咨询公开课，观看并记录自己的学习心得。 	

- | | |
|--|--|
| <ul style="list-style-type: none">- 在线测试：完成至少一个情绪管理相关的在线测试，分析测试结果，并思考如何在实际生活中应用测试结果。- 情绪日记：在课后的一周内，坚持记录情绪日记，每天至少记录一次情绪变化，并尝试分析情绪变化的原因和可能的调控方法。- 小组讨论：与同学组成学习小组，分享阅读心得和观看视频的体会，讨论如何将所学知识应用到实际生活中。- 教师指导：对于学生在阅读和观看过程中遇到的疑问，教师应提供必要的指导和帮助，鼓励学生积极参与讨论，分享学习经验。- 实践应用：鼓励学生在日常生活中尝试应用所学情绪管理技巧，如面对压力时采用深呼吸放松法，或在冲突中运用非暴力沟通技巧。 | |
|--|--|

第2单元 让我们真情互动第4课 学会沟通

主备人						
备课成员						
设计意图	本节课通过让学生了解沟通的重要性、掌握沟通的技巧，培养学生良好的沟通能力。结合课本内容，通过案例分析、角色扮演等形式，引导学生学会倾听、表达和交流，提高人际交往能力，为学生的成长奠定基础。					
核心素养目标	<ol style="list-style-type: none"> 1. 提升学生的沟通意识，认识到沟通在人际关系中的重要性。 2. 培养学生倾听、表达和交流的能力，提高人际交往技巧。 3. 增强学生的自我认知，学会尊重他人，促进良好的人际关系。 					
学习者分析	<ol style="list-style-type: none"> 1. 学生已经掌握了哪些相关知识： 学生在进入本节课之前，已经初步了解了人际交往的基本概念，对沟通的意义和重要性有一定的认识。然而，对于具体的沟通技巧和策略，学生可能掌握有限，对如何有效倾听、表达和交流存在一定的困惑。 2. 学生的学习兴趣、能力和学习风格： 初中生对人际交往和沟通技巧的学习通常表现出较高的兴趣，尤其是在面对同龄人时。他们在学习上具有一定的自主性和探索精神，但部分学生可能较为内向，不善于表达自己的观点和感受。学习风格上，学生既有依赖教师指导的，也有倾向于自主探究的。 3. 学生可能遇到的困难和挑战： 学生在学习沟通技巧时可能遇到的困难包括：不善于倾听他人，难以表达自己的想法；在表达时可能存在情绪控制问题，导致沟通效果不佳；以及在与他人沟通时缺乏自信，害怕被他人误解或评价。此外，学生可能对如何处理沟通中的冲突和误解感到困惑，需要教师引导和帮助。 					
学具准备	多媒体					
课型	新授课	教法	学法	讲授法	课时	第一课时
步骤	师生互动设计				二次备课	
教学资源	<ol style="list-style-type: none"> 1. 软硬件资源：多媒体教学设备（电脑、投影仪）、音响设备、互动白板。 2. 课程平台：学校内部网络教学平台。 3. 信息化资源：相关主题的图片、视频资料、案例分析材料。 4. 教学手段：角色扮演、小组讨论、案例分析、课堂问答。 					
教学过程	一、导入新课 1.					

老师开场白：同学们，今天我们来学习《学会沟通》这一课。沟通是人际交往中不可或缺的一部分，它直接影响着我们的人际关系和生活质量。那么，你们认为沟通的重要性体现在哪里呢？

2. 学生互动：请同学们结合自己的生活经历，谈谈你对沟通的理解。

3. 老师总结：沟通的重要性体现在：增进彼此了解、化解矛盾、促进合作、提高工作效率等。

二、新课讲授

1. 认识沟通的重要性

a. 老师讲解：沟通有助于增进彼此了解，消除误会，建立良好的人际关系。

b. 学生思考：举例说明沟通在生活中的作用。

2. 掌握沟通技巧

a. 老师讲解：沟通的技巧主要包括倾听、表达、反馈等。

– 倾听：认真倾听对方说话，不打断、不插嘴，给予对方充分的尊重。

– 表达：清晰、准确、有礼貌地表达自己的观点和感受。

– 反馈：及时给予对方反馈，了解对方的想法和需求。

b. 学生练习：请同学们分组进行角色扮演，练习沟通技巧。

3. 学会倾听

a. 老师讲解：倾听是沟通的基础，要学会倾听，首先要做到以下几点：

– 保持专注，不轻易分心。

– 尊重对方，给予充分的关注。

– 摒弃先入为主的观念，客观评价对方的观点。

b. 学生练习：请同学们尝试在小组内进行倾听练习。

4. 学会表达

a. 老师讲解：表达时要做到以下几点：

– 语言清晰、准确、有礼貌。

– 注意语气、语速，避免给人压力。

– 表达自己的观点时，要尊重对方的感受。

b. 学生练习：请同学们尝试在小组内进行表达练习。

5. 学会反馈

a. 老师讲解：反馈时要做到以下几点：

– 及时给予对方反馈，表达自己的观点。

– 尊重对方，避免指责和攻击。

– 以建设性的方式提出意见，促进双方共同进步。

b. 学生练习：请同学们尝试在小组内进行反馈练习。

三、课堂小结

1. 老师总结：今天我们学习了《学会沟通》这一课，了解了沟通的重要性、沟通技巧以及如何倾听、表达和反馈。希望大家在今后的生活中，能够运用所学知识，提高自己的沟通能力。

2. 学生分享：请同学们谈谈自己在学习过程中的收获和体会。

四、作业布置

1. 请同学们结合自己的生活实际，思考如何运用所学沟通技巧解决生活中的问题。

2. 请同学们准备一篇关于沟通技巧的演讲稿，下节课进行分享。

五、课后反思

	1.	
--	----	--

	<p>老师反思：本节课通过案例分析、角色扮演等形式，引导学生学会了倾听、表达和反馈，提高了学生的沟通能力。但在教学过程中，部分学生参与度不高，需要进一步激发学生的学习兴趣。</p> <p>2. 学生反思：通过本节课的学习，我认识到沟通在生活中的重要性，学会了倾听、表达和反馈等沟通技巧。在今后的生活中，我会努力运用所学知识，提高自己的沟通能力。</p>	
<p>拓展与延伸</p>	<p>1. 《非暴力沟通》—马歇尔·卢森堡 这本书详细介绍了非暴力沟通的四个步骤：观察、感受、需要、请求，为学生在实际沟通中提供了具体的实践指导。</p> <p>2. 《沟通的艺术》—阿尔伯特·梅拉比安 本书从心理学角度分析了沟通的复杂性，包括语言、非语言和情境因素，有助于学生更全面地理解沟通的本质。</p> <p>3. 《倾听的力量》—亚当·恩格曼 这本书强调了倾听在沟通中的重要性，提供了提高倾听技巧的方法，帮助学生更好地理解和尊重他人。</p> <p>二、鼓励学生进行课后自主学习和探究</p> <p>1. 学生可以阅读以上推荐的拓展阅读材料，深入理解沟通的理论和实践知识。</p> <p>2. 学生可以尝试在家庭、学校或社交场合中应用所学沟通技巧，观察和反思沟通的效果。</p> <p>3. 学生可以组织或参与辩论、演讲等活动，锻炼自己的表达能力和沟通技巧。</p> <p>4. 学生可以尝试进行小组合作项目，通过有效的沟通和协作完成任务。</p> <p>5. 学生可以撰写关于沟通技巧的读书笔记或心得体会，分享自己的学习成果。</p> <p>6. 学生可以关注社交媒体、新闻媒体等渠道，了解沟通在现实生活中的应用案例。</p> <p>7. 学生可以参加学校或社区举办的沟通技巧培训课程，提升自己的沟通能力。</p> <p>8. 学生可以与家长、老师或同学进行交流，探讨在沟通中遇到的问题和解决方法。</p> <p>9. 学生可以尝试记录自己在沟通中的成功经验和失败教训，不断总结和改进。</p> <p>10. 学生可以关注国内外沟通领域的最新研究成果，拓宽自己的视野。</p>	
<p>课后作业</p>	<p>1. **案例分析题** 题目：小王在班级中因为性格内向，很少与同学交流。一天，班上组织了一场辩论赛，小王被选为参赛选手。在准备过程中，小王感到非常紧张，不知道如何表达自己的观点。请你分析小王在沟通中可能遇到的问题，并给出建议。 答案：小王在沟通中可能遇到的问题有：表达紧张、缺乏自信、倾听能力不足等。建议：小王可以尝试以下方法提高沟通能力：1) 进行模拟练习，增强自信；2) 学习倾听技巧，提高对他人观点的理解；3) 参加沟通技巧培训，学习有效的表达方式。</p> <p>2.</p>	

	<p>**情景模拟题**</p> <p>题目：假设你在学校食堂遇到一位同学在吃饭时大声喧哗，影响了他人的用餐。请你模拟与这位同学进行沟通的场景，并提出解决冲突的建议。</p> <p>答案：模拟场景：我（A）：“你好，我发现你刚才在食堂大声说话，可能影响到了其他同学的用餐。我们能不能找个安静的地方谈谈？”</p> <p>同学（B）：“哦，对不起，我没注意到。那我应该怎么做？”</p> <p>答案建议：A：“我们可以找个没人的地方小声讨论，或者换个时间再来讨论。你觉得怎么样？”</p> <p>3. **角色扮演题**</p> <p>题目：请两人一组，一人扮演老师，一人扮演学生。模拟老师在布置作业时，学生因为不理解作业要求而产生误会的情况，并尝试通过沟通解决误会。</p> <p>答案：角色扮演示例：</p> <p>老师：“同学们，今天的作业是写一篇关于环境保护的短文，字数不限，下周一交。”</p> <p>学生：“老师，这篇短文是要写我们个人的环保经历吗？”</p> <p>老师：“不是的，你可以写一些关于环境保护的措施或者建议。比如说，你可以在家里做一些节约用水、用电的小事。”</p> <p>4. **写作题**</p> <p>题目：以“沟通的力量”为题，写一篇短文，谈谈你对沟通的理解，以及沟通在你生活中的作用。</p> <p>答案：短文示例：</p> <p>沟通的力量</p> <p>在我看来，沟通就像是一把钥匙，它能够打开人与人之间的心扉，增进理解，减少误会。在我的生活中，沟通的力量无处不在。</p> <p>记得有一次，我和同学因为对某个问题的看法不同而产生了争执。通过沟通，我们最终理解了彼此的立场，不仅化解了矛盾，还成为了更好的朋友。</p> <p>5. **反思题**</p> <p>题目：回顾你过去一段时间的人际交往，找出一次因沟通不当而产生的误会或冲突，分析原因，并提出改进措施。</p> <p>答案：反思示例：</p> <p>我曾经因为一次误会和好友产生了争执。原因是我在没有完全了解情况的情况下，就做出了判断。这次经历让我意识到，在沟通中要避免先入为主的偏见，要耐心倾听对方的观点，这样才能避免不必要的误会。改进措施是，以后在遇到类似情况时，我会先保持冷静，等待了解事实真相后再做判断。</p>	
<p>板书设计</p>	<p>① 沟通的重要性</p> <ul style="list-style-type: none"> - 人际关系的基础 - 增进彼此了解 - 消除误会 - 促进合作 - 提高工作效率 <p>② 沟通技巧</p> <ul style="list-style-type: none"> - 倾听：专注、尊重、客观 	

	<ul style="list-style-type: none">- 表达：清晰、准确、礼貌- 反馈：及时、尊重、建设性 <p>③</p>	
--	---	--

	倾听的具体方法 - 保持专注 - 尊重对方 - 摒弃先入为主的观念 ④ 表达的要点 - 语言清晰、准确、有礼貌 - 注意语气、语速 - 尊重对方的感受 ⑤ 反馈的技巧 - 及时给予反馈 - 尊重对方 - 以建设性的方式提出意见	
--	--	--

第2单元 让我们真情互动第5课 跨越代沟

主备人	
备课成员	
教学内容分析	1. 本节课的主要教学内容：初中道德与法治北师大版（2016）七年级下册第2单元“让我们真情互动”第5课“跨越代沟”，包括代沟产生的原因、表现、解决方法等。 2. 教学内容与学生已有知识的联系：本节课的教学内容与学生在家庭、学校、社会中遇到的代沟现象紧密相关，有助于学生了解代沟的成因，提高沟通能力，促进学生与父母、老师的良好互动。
核心素养目标分析	本节课旨在培养学生以下核心素养：1) 人际沟通与交往能力，通过学习如何跨越代沟，提高学生与不同年龄段人沟通的技巧；2) 自我认知能力，引导学生反思自身在代沟中的角色和态度；3) 情感管理与情绪调节能力，帮助学生学会理解和处理代沟带来的情绪冲突；4) 社会责任感，鼓励学生理解父母和老师的辛劳，增强对家庭和学校的责任感。
教学难点与重点	1. 教学重点 ① 让学生理解代沟的普遍性，认识到代沟是成长过程中的一种正常现象。 ② 引导学生分析代沟产生的原因，包括年龄差异、社会背景、价值观念等。 ③ 帮助学生掌握解决代沟问题的有效方法，如换位思考、积极沟通、尊重理解等。 2. 教学难点 ① 深入探讨代沟对个人成长的影响，引导学生认识到代沟处理不当可能带来的负面影响。 ② 教会学生如何在实际生活中运用所学方法，如如何在家庭中与父母沟通，如何在学校中与老师同学建立良好的关系。 ③ 培养学生的自我反思能力，让他们能够从自身出发，寻找跨越代沟的途径。 ④ 强化学生的情感管理能力，使学生能够更好地处理代沟带来的情绪困扰。
学具	多媒体

准备	
----	--

课型	新授课	教法学法	讲授法	课时	第一课时
步骤	师生互动设计				二次备课
教学资源	<ul style="list-style-type: none"> - 软硬件资源：多媒体教学设备（投影仪、电脑）、实物教具（如家庭关系模型）、互动白板。 - 课程平台：班级微信群、学校教育平台。 - 信息化资源：相关视频资料、网络文章、在线测试题库。 - 教学手段：小组讨论、角色扮演、案例分析、小组竞赛。 				
教学实施过程	<p>1. 课前自主探索</p> <p>教师活动：</p> <p>发布预习任务：通过在线平台或班级微信群，发布预习资料（如 PPT、视频、文档等），明确预习目标和要求。例如，要求学生观看关于代沟现象的视频，并记录下他们观察到的主要问题。</p> <p>设计预习问题：围绕“代沟的成因和表现”，设计一系列具有启发性和探究性的问题，引导学生自主思考。例如：“你认为代沟可能源于哪些因素？你身边有没有类似的例子？”</p> <p>监控预习进度：利用平台功能或学生反馈，监控学生的预习进度，确保预习效果。教师可以通过查看学生提交的预习成果来了解他们的预习情况。</p> <p>学生活动：</p> <p>自主阅读预习资料：按照预习要求，自主阅读预习资料，理解代沟的概念和常见表现。</p> <p>思考预习问题：针对预习问题，进行独立思考，记录自己的理解和疑问。</p> <p>提交预习成果：将预习成果（如笔记、思维导图、问题等）提交至平台或老师处。</p> <p>教学方法/手段/资源：</p> <p>自主学习法：通过引导问题，让学生在课前进行自主学习。</p> <p>信息技术手段：利用在线平台和微信群，方便学生提交预习成果和教师监控进度。</p> <p>作用与目的：</p> <p>帮助学生提前了解代沟的相关知识，为课堂学习做好准备。</p> <p>培养学生的自主学习能力和独立思考能力。</p> <p>2.</p>				

	<p>课中强化技能</p> <p>教师活动：</p> <p>导入新课：通过讲述一个关于代沟的故事，引出“如何跨越代沟”的课题，激发学生的学习兴趣。</p> <p>讲解知识点：详细讲解代沟的解决方法，如换位思考、有效沟通等，结合实例帮助学生理解。例如，通过分析亲子沟通的案例，让学生学习如何与父母更好地交流。</p> <p>组织课堂活动：设计小组讨论，让学生分享自己的家庭沟通经验，并探讨如何改善代沟问题。</p> <p>学生活动：</p> <p>听讲并思考：认真听讲，积极思考老师提出的问题。</p> <p>参与课堂活动：积极参与小组讨论，通过分享和交流，学习如何处理代沟。</p> <p>教学方法/手段/资源：</p> <p>讲授法：通过讲解，帮助学生理解代沟的解决方法。</p> <p>活动教学法：通过小组讨论，让学生在互动中学习。</p> <p>作用与目的：</p> <p>帮助学生深入理解代沟的解决方法，掌握沟通技巧。</p> <p>通过实践活动，培养学生的动手能力和解决问题的能力。</p> <p>3. 课后拓展应用</p> <p>教师活动：</p> <p>布置作业：布置一篇关于如何改善家庭沟通的作文，要求学生结合自身经历进行分析和反思。</p> <p>提供拓展资源：推荐一些关于家庭沟通和心理健康的书籍或网站，供学生课后阅读。</p> <p>反馈作业情况：及时批改作文，给予学生反馈和指导。</p> <p>学生活动：</p> <p>完成作业：认真完成老师布置的作文，巩固学习效果。</p> <p>拓展学习：利用老师提供的资源，进行进一步的学习和思考。</p> <p>教学方法/手段/资源：</p> <p>自主学习法：引导学生自主完成作业和拓展学习。</p> <p>反思总结法：通过作文写作，让学生对自己的学习过程和成果进行反思和总结。</p> <p>作用与目的：</p> <p>巩固学生在课堂上学到的知识点和技能。</p> <p>通过拓展学习，拓宽学生的知识视野和思维方式。</p> <p>通过反思总结，帮助学生发现自己的不足并提出改进建议，促进自我提升。</p>	
<p>拓展与延伸</p>	<p>六、拓展与延伸</p> <p>1. 提供与本课程内容相关的拓展阅读材料</p> <ul style="list-style-type: none"> - 《亲子沟通的艺术》：一本关于如何与父母有效沟通的书籍，提供了多种沟通技巧和案例分析。 - 《青少年心理发展与教育》：探讨青少年心理发展特点及其在教育中的意义，有助于学生理解代沟的深层原因。 - 《家庭心理学》：介绍家庭心理学的基本概念和理论，帮助学生从心理 	

<p>学的角度理解家庭关系。</p> <ul style="list-style-type: none">- 《沟通心理学》：探讨沟通的心理学原理，包括非言语沟通、倾听技巧等，对提高沟通能力有实际帮助。 <p>2. 鼓励学生进行课后自主学习和探究</p> <ul style="list-style-type: none">- 主题探究：引导学生选择一个与代沟相关的主题，如“亲子关系中的冲突与解决”，进行深入的自主探究，可以包括访谈家庭成员、查阅相关资料、撰写研究报告等。- 角色扮演：设计一个模拟家庭沟通的场景，让学生扮演不同的角色，体验沟通中的障碍和解决方法，从而提高实际沟通能力。- 社会调查：组织学生进行关于代沟现象的社会调查，了解不同年龄段人群对代沟的看法和应对策略，撰写调查报告。-	
---	--

	<p>心理成长小组：成立心理成长小组，定期组织讨论和分享，让学生在小组中互相学习，共同成长。</p> <ul style="list-style-type: none"> - 案例分析：收集和分析真实发生的代沟案例，让学生分析案例中的问题，并提出自己的解决方案。 <p>3. 实践活动建议</p> <ul style="list-style-type: none"> - 家庭沟通日：设定一个特定的日子，鼓励学生与父母进行深入沟通，分享彼此的生活和感受。 - 沟通技巧训练：通过角色扮演、模拟对话等方式，训练学生的沟通技巧，如积极倾听、表达感受等。 - 家庭活动设计：设计一些增进家庭成员之间感情的亲子活动，如户外运动、家庭旅行等。 - 心理健康讲座：邀请心理学家或心理咨询师为学生举办心理健康讲座，帮助学生了解心理调适方法。 <p>4. 拓展资源推荐</p> <ul style="list-style-type: none"> - 在线课程：推荐一些关于沟通技巧和亲子关系的在线课程，如“高效沟通技巧”、“亲子沟通之道”等。 - 官方网站：推荐访问教育部门或心理学专业机构的官方网站，获取权威的心理学知识和教育信息。 - 社交媒体：关注一些与家庭教育、心理学相关的微信公众号、微博账号，获取最新的教育资讯和心理学知识。 	
课后作业	<p>1. 写作练习：以“跨越代沟，拥抱成长”为题，写一篇短文，描述你与父母之间的一次沟通经历，以及这次经历对你理解代沟和改善亲子关系的影响。</p> <p>答案示例： 标题：跨越代沟，拥抱成长 在我成长的过程中，与父母的代沟曾让我感到困惑和无奈。一次，我因为学业压力而情绪低落，父母误以为我是在闹脾气。在一次深入的沟通后，我明白了代沟的根源在于彼此缺乏理解和表达。通过这次沟通，我学会了如何用更加成熟的方式与父母交流，我们的关系也因此变得更加和谐。</p> <p>2. 思考题：阅读教材中关于代沟成因的段落，结合自身经历，分析你所在家庭中可能存在的代沟原因。</p> <p>答案示例： 我所在的家庭中，代沟可能源于父母与我成长环境的差异。由于我父母那一代的成长背景与我不同，他们对现代科技的接受程度较低，而我在使用电子产品和社交网络上更加熟练。这种差异导致了我们在沟通时存在障碍，需要我们共同努力去理解和适应对方。</p> <p>3. 案例分析：阅读教材中的案例分析，思考以下问题：</p> <ol style="list-style-type: none"> a. 案例中存在哪些代沟表现？ b. 这些代沟产生的原因是什么？ c. 你认为案例中的解决方法是否有效？为什么？ <p>答案示例：</p> <ol style="list-style-type: none"> a. 案例中存在沟通不畅、误解和冲突等代沟表现。 b. 代沟产生的原因包括年龄差异、价值观差异、生活习惯差异等。 c. 我认为案例中的解决方法有效，因为它强调了换位思考和积极沟通的重要性。 	

	4.	
--	----	--

	<p>角色扮演：设计一个家庭场景，模拟你与父母之间可能发生的代沟冲突，并尝试用所学的沟通技巧来解决问题。</p> <p>答案示例： 场景：我因为一次考试成绩不理想而感到沮丧，父母认为我缺乏努力。 解决方法：我首先倾听父母的担忧，然后表达自己的感受，最后提出改进计划，寻求父母的支持和帮助。</p> <p>5. 问卷调查：设计一份关于代沟的问卷调查，包括以下问题：</p> <ol style="list-style-type: none"> 你认为代沟主要源于哪些方面？ 你在家庭沟通中遇到过哪些困难？ 你认为如何才能有效解决代沟问题？ 你对改善家庭关系有什么建议？ <p>答案示例：</p> <ol style="list-style-type: none"> 代沟主要源于年龄差异、价值观差异、生活习惯差异等。 我在家庭沟通中遇到过沟通不畅、误解和冲突等困难。 我认为通过换位思考、积极沟通、尊重和理解对方来有效解决代沟问题。 我建议家庭中多组织亲子活动，增进家庭成员之间的了解和感情。 	
<p>课堂</p>	<p>1. 课堂评价</p> <p>课堂评价是教学过程中不可或缺的一环，它有助于教师了解学生的学习情况，及时调整教学策略，确保教学目标的实现。</p> <ul style="list-style-type: none"> - 提问评价：教师通过提问来检验学生对知识点的理解和掌握程度。例如，在讲解代沟的解决方法时，可以提问学生：“你们认为在家庭沟通中，最重要的是什么？”通过学生的回答，教师可以评估他们对沟通技巧的认识。 - 观察评价：教师通过观察学生在课堂上的参与程度、表情变化等，了解他们的学习状态。例如，在小组讨论环节，教师可以观察学生是否积极参与、是否能够提出有见地的观点。 - 测试评价：定期进行小测验或课堂练习，以检验学生对知识点的掌握。例如，可以设计一些关于代沟成因和解决方法的判断题或简答题，让学生在规定时间内完成。 - 反馈评价：教师对学生的回答和表现给予及时的反馈，帮助学生认识到自己的优点和不足。例如，在学生完成角色扮演后，教师可以给予具体的评价和指导。 <p>2. 作业评价</p> <p>作业是巩固课堂知识的重要途径，对作业的评价可以帮助教师了解学生的学习效果，同时也能激励学生继续努力。</p> <ul style="list-style-type: none"> - 认真批改：教师对学生的作业进行认真批改，确保每份作业都得到及时的反馈。 - 点评指导：在批改作业时，教师不仅指出学生的错误，还要给出正确的解答和改进建议。例如，在学生的作文中，教师可以指出表达不清的地方，并提供修改后的示例。 - 及时反馈：将作业评价结果及时反馈给学生，让他们知道自己的学习成果和需要改进的地方。 - 鼓励进步：对学生的进步给予表扬和鼓励，增强他们的学习动力。例如，对于作业中有创意的部分，教师可以特别指出并给予肯定。 	

	3. 形成性评价与总结性评价相结合 -	
--	------------------------	--

	<p>形成性评价：在教学过程中，通过课堂提问、观察、作业等方式，持续跟踪学生的学习情况，及时调整教学策略。</p> <p>- 总结性评价：在学期末或单元结束后，通过考试或测试等方式，对学生的学习成果进行总结性评价。</p> <p>4. 评价方式多样化</p> <p>- 自我评价：鼓励学生进行自我评价，反思自己的学习过程和成果。</p> <p>- 同伴评价：组织学生进行同伴评价，通过互相评价，促进学生的自我反思和相互学习。</p> <p>- 家长参与：邀请家长参与学生的评价过程，了解学生在家庭中的学习情况，共同关注学生的成长。</p>	
--	---	--

第2单元 让我们真情互动第6课 珍视友谊

主备人					
备课成员					
设计意图	<p>本课旨在帮助学生理解友谊的重要性，学会如何珍惜和维护友谊。通过案例分析、小组讨论等活动，让学生在实践中体会友谊的珍贵，培养良好的交往能力。结合课本内容，引导学生树立正确的价值观，为学生的成长奠定基础。</p>				
核心素养目标	<ol style="list-style-type: none"> 情感态度价值观：培养学生珍视友谊的情感，树立正确的友谊观。 思辨能力：提升学生对友谊本质的思考和分析能力。 社会实践能力：通过实践活动，增强学生在现实生活中建立和维护友谊的能力。 				
学情分析	<p>本节课针对七年级学生，他们正处于青春期，情感丰富，对友谊有较强的需求，但自我控制能力和判断力尚未成熟。学生在知识方面，已具备基本的道德认知，但对友谊的内涵和重要性认识不足。在能力方面，具备一定的沟通和表达自己观点的能力，但深度和广度有限。在素质方面，部分学生可能存在自私、缺乏同理心等问题，影响友谊的建立和维护。</p> <p>行为习惯方面，部分学生可能存在沉迷网络、忽视现实人际关系的情况，这需要教师引导他们认识到友谊在现实生活中的重要性。此外，学生在面对冲突和误解时，可能缺乏妥善处理的能力，容易导致友谊破裂。</p> <p>这些学情特点对本节课的影响主要体现在：首先，教师需关注学生的情感需求，引导他们理解友谊的价值；其次，通过案例分析、小组讨论等方式，提高学生的思辨能力；最后，结合学生的实际生活，教授他们建立和维护友谊的方法，帮助他们形成良好的行为习惯。</p>				
学具准备	Xxx				
课型	新授课	教法学法	讲授法	课时	第一课时
步骤	师生互动设计			二次备课	
	<ol style="list-style-type: none"> 教材：确保每位学生都有《初中道德与法治北师大版（2016）》七年级下册第2单元的学习资料。 				

	2.	
--	----	--

教学资源准备	<p>辅助材料：准备与友谊相关的图片、视频资料，以及能体现友谊重要性的案例故事。</p> <p>3. 教学课件：制作 PPT，包含课程内容要点、互动环节提示等。</p> <p>4. 教室布置：设置分组讨论区域，准备便利贴、彩笔等讨论工具。</p>	
教学流程	<p>一、导入新课（5 分钟）</p> <p>1. 教师通过讲述自己的一段友谊故事，引起学生对友谊的共鸣，激发学习兴趣。</p> <p>2. 展示一组关于友谊的图片，引导学生分享对这些图片的感受和看法。</p> <p>3. 提问：友谊对你来说意味着什么？你有哪些珍贵的友谊经历？</p> <p>二、新课讲授（10 分钟）</p> <p>1. 讲解友谊的定义和重要性，结合教材内容，分析友谊对个人成长的意义。</p> <p>2. 通过案例分析，引导学生认识到友谊中的信任、尊重和包容。</p> <p>3. 介绍建立和维护友谊的方法，如主动交流、倾听他人、共同经历等。</p> <p>三、实践活动（15 分钟）</p> <p>1. 学生分组，每组选择一个与友谊相关的主题，如“友谊的力量”、“友谊的考验”等，进行小组讨论。</p> <p>2. 每组选代表分享讨论成果，教师点评并引导学生深入思考。</p> <p>3. 学生通过角色扮演，模拟在现实生活中遇到友谊问题时的解决方法。</p> <p>四、学生小组讨论（15 分钟）</p> <p>1. 举例回答：友谊中的信任</p> <ul style="list-style-type: none"> - 学生讨论如何建立信任，如诚实、守诺言、关心他人等。 - 小组分享实例，如朋友之间互相帮助、共同度过困难等。 <p>2. 举例回答：友谊的考验</p> <ul style="list-style-type: none"> - 学生讨论在友谊中遇到冲突和误解时，如何处理。 - 小组分享实例，如通过沟通、理解和宽容解决矛盾。 <p>3. 举例回答：维护友谊的方法</p> <ul style="list-style-type: none"> - 学生讨论如何维护友谊，如定期沟通、分享生活、关心对方等。 - 小组分享实例，如朋友生日送礼物、节假日相互问候等。 <p>五、总结回顾（5 分钟）</p> <p>1. 教师总结本节课的重点内容，强调友谊的重要性以及建立和维护友谊的方法。</p> <p>2. 学生分享自己的学习心得，交流在日常生活中如何实践友谊。</p> <p>3. 教师鼓励学生在生活中珍惜友谊，努力成为值得信赖的朋友。</p> <p>教学重难点：</p> <p>1. 教学重点：友谊的定义、重要性、建立和维护方法。</p> <p>2. 教学难点：引导学生认识到友谊中的信任、尊重和包容，以及如何在现实生活中运用所学知识解决友谊问题。</p> <p>用时：45 分钟</p>	
教学资源拓展	<p>1. 拓展资源：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 友谊的历史文化：介绍不同文化中关于友谊的谚语、故事和传统，如中国古代的《世说新语》中的友谊故事，西方文学中的经典友谊描绘等。 - 社会现象分析：搜集当前社会中关于友谊的社会现象，如网络友谊与现实友谊的关系，青少年友谊中的流行文化影响等。 	

	-	
--	---	--

	<p>友谊心理学研究：介绍心理学家对友谊的研究成果，如友谊对个体心理健康的影响，友谊的类型和功能等。</p> <p>2. 拓展建议：</p> <ul style="list-style-type: none"> - 阅读推荐：《小王子》、《鲁滨逊漂流记》等文学作品中关于友谊的章节，引导学生思考友谊的真谛。 - 观看纪录片或电影：选择以友谊为主题的纪录片或电影，如《友谊以上，恋人未满》，通过视觉和情感体验加深对友谊的理解。 - 参与社区活动：鼓励学生参与社区中的志愿服务或公益活动，通过与他人合作，体验友谊的力量。 - 家庭作业：布置学生收集家庭中关于友谊的故事或经历，与家人分享，并分析这些故事对个人成长的影响。 - 小组研究项目：分组让学生研究一个特定的友谊话题，如“网络友谊的利与弊”，通过查阅资料、讨论和报告，提升研究能力和团队协作能力。 - 写作练习：引导学生写一篇关于自己友谊经历的文章，通过写作表达对友谊的思考和感悟。 - 角色扮演游戏：设计一个关于友谊冲突和解决的角色扮演游戏，让学生在游戏中的学习如何处理友谊中的问题。 - 友谊日记：鼓励学生开始写友谊日记，记录自己与朋友之间的互动和成长，培养反思和自我提升的习惯。 	
<p>课堂小结，当堂检测</p>	<p>课堂小结：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 回顾本节课的主要内容，强调友谊的定义、重要性以及建立和维护友谊的方法。 2. 总结学生在讨论和实践活动中的亮点，如对友谊本质的深入思考、解决友谊问题的创意方法等。 3. 鼓励学生在日常生活中积极实践所学的友谊知识，成为值得信赖的朋友。 4. 提醒学生友谊是人生中宝贵的财富，要珍惜和维护每一份友谊。 <p>当堂检测：</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 知识点回顾： <ul style="list-style-type: none"> - 请学生简述友谊的定义和重要性。 - 举例说明友谊对个人成长的意义。 - 描述建立和维护友谊的方法。 2. 应用能力测试： <ul style="list-style-type: none"> - 学生分组讨论：如何在一个新的社交环境中建立友谊？ - 每组选代表分享讨论成果，教师点评并给出改进建议。 3. 情境模拟： <ul style="list-style-type: none"> - 教师设置一个友谊冲突的情境，学生分组模拟解决过程。 - 模拟结束后，各小组分享解决方法，教师点评并总结。 4. 写作练习： <ul style="list-style-type: none"> - 学生根据本节课的学习内容，写一篇关于自己友谊经历的文章。 - 文章要求表达对友谊的理解和感悟，字数不限。 5. 问答环节： <ul style="list-style-type: none"> - 教师提出与友谊相关的问题，学生抢答，正确答案的学生获得小奖励。 	
<p>课后</p>	<p>1. **写作练习**：</p>	

作业 -	
------	--

	<p>题目：以“我的友谊故事”为题，写一篇短文，描述你与一位朋友的难忘经历，并分析这次经历对你友谊观的影响。</p> <p>- 答案示例： 我的朋友小华，是我初中时期的好朋友。记得有一次，我因为考试成绩不理想而非常沮丧，小华主动找到我，陪我一起复习，鼓励我不要灰心。在接下来的日子里，我们共同努力，我的成绩有了显著提高。这次经历让我明白，真正的友谊是在困难时给予支持与鼓励。</p> <p>2. **案例分析**：</p> <p>- 题目：阅读以下案例，分析其中的友谊特点，并谈谈你的看法。 小明和小红是邻居，从小一起长大。虽然他们性格不同，但总是能找到共同话题，互相包容，成为无话不谈的好朋友。</p> <p>- 答案示例： 这个案例中的友谊特点是互相包容和共同成长。小明的性格可能与小红不同，但他们能够找到共同点，互相理解，这样的友谊是值得珍惜的。</p> <p>3. **角色扮演**：</p> <p>- 题目：假设你是小明，你的朋友小红在公众场合批评了你，你会怎么做？</p> <p>- 答案示例： 如果我是小明，我会先冷静下来，然后找一个合适的时机和地点与小红沟通，表达我的感受，并尝试理解她的立场。我会告诉小红，虽然她的批评让我感到不舒服，但我更希望我们能够共同解决问题，而不是因为这次冲突而影响我们的友谊。</p> <p>4. **讨论题**：</p> <p>- 题目：你认为在友谊中，信任和尊重的重要性分别是什么？</p> <p>- 答案示例： 信任是友谊的基石，没有信任，友谊就无法稳固。尊重则体现在对朋友的个性、选择和隐私的尊重，这是维持友谊和谐的关键。</p> <p>5. **日记写作**：</p> <p>- 题目：今天，你遇到了一位新同学，你想与他/她建立友谊。请写一段日记，描述你的想法和计划。</p> <p>- 答案示例： 2023年10月27日 星期五 今天在课堂上，我注意到了一位新同学，他看起来很文静，但我相信我们一定有共同话题。课后，我决定找机会和他/她聊聊，比如一起讨论课堂上的问题，或者询问他/她喜欢的课外活动。我相信，通过真诚的交流，我们能够成为好朋友。</p>	
<p>教学 反思 与改 进</p>	<p>九、教学反思与改进</p> <p>教学结束后，我对这节课进行了深入的反思，以下是我的一些思考：</p> <p>1. 学生参与度：</p> <p>- 反思：在课堂讨论和小组活动中，我发现部分学生参与度不高，可能是由于对友谊话题的敏感度不够或者缺乏自信。</p> <p>- 改进：在未来的教学中，我会尝试设计更多贴近学生生活的案例，激发他们的兴趣。同时，我会鼓励学生勇敢表达自己的观点，通过正向反馈增强他们的自信心。</p> <p>2. 教学方法：</p> <p>-</p>	

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/796034132124011012>