

第一单元 成长的节拍 1

第一课 中学时代 2

中学序曲 **中学时代、成长的礼物** 2

少年有梦 **少年梦想特点、为什么? 实现梦想-努力** 8

第二课 学习新天地 14

学习伴成长 **认识学习、学习的意义** 14

享受学习 **体味学习-苦乐交织、学会学习** 20

第三课 发现自己 25

认识自己 **正确认识自己、认识自己的途径** 25

做更好的自己 **接纳和欣赏自己** 31
做更好的自己
激发潜能

第二单元 友谊的天空 37

第四课 友谊与成长同行 38

和朋友在一起 **友谊的力量** 38

深深浅浅话友谊 **友谊的特点、友谊的澄清** 44

第五课 交友的智慧 49

让友谊之树常青 **建立友谊、呵护友谊** 49

网上交友新时空 **网上交往特点、积极消极影响** 54
慎重结交网友



第三单元 师长情谊 59



第六课 师生之间 60

走近老师 *老师职业特点、不同风格老师* 60

师生交往 *教学相长、亦师亦友(良好师生关系)* 65

第七课 亲情之爱 71

家的意味 *家的柔性、孝亲敬长* 71

爱在家人间 *体味亲情、亲子冲突* 76

让家更美好 *现代家庭特点、建设和谐家庭* 83

第四单元 生命的思考 87

第八课 探问生命 88

生命可以永恒吗 *生命的特点、生命有接续* 88

敬畏生命 *生命至上(为什么敬畏生命)、休戚与共(如何敬畏生命)* 93

第九课 珍视生命 99

守护生命 *爱护身体、养护精神* 99

增强生命的韧性 *挫折、影响、发掘生命的力量* 105

第十课 绽放生命之花 111

感受生命的意义 *怎样的一生是值得的、探索生命的意义* 111

活出生命的精彩 *贫乏与充盈、冷漠与关切、平凡与伟大* 115





第一单元 青春时光 1

第一课 青春的邀约 2

悄悄变化的我 *生理变化、矛盾心理*

成长的不仅仅是身体 *思想变化* } *独立思考*
批判精神
创造潜力

第二课 青春的心弦 14

男生女生 *性别特征、优势互补* 14

青春萌动 *异性朋友、异性情感* 18

第三课 青春的证明 23

青春飞扬 *自信、自强* 23

青春有格 *行己有耻、止于至善* 27

第二单元 做情绪情感的主人 33

第四课 揭开情绪的面纱 34

青春的情绪 *情绪的类型、影响、青春期情绪* 34

情绪的管理 *情绪表达、情绪调节* 39

第五课 品出情感的韵味 42

我们的情感世界 *情绪与情感、情感种类、作用* 42

在品味情感中成长 *美好情感* 46

情感正能量



第三单元 在集体中成长 51



第六课 “我”和“我们” 52

集体生活邀请我 **集体 集体温暖 集体力量** 52

集体生活成就我 **涵养品格 发展个性** 58

第七课 共奏和谐乐章 62

单音与和声 **个人意愿与集体规则 个人利益与集体利益** 62

节奏与旋律 **个人节奏与集体旋律** 66

第八课 美好集体有我在 72

憧憬美好集体 **集体愿景 美好集体** 72

我与集体共成长 **集体中尽责 担当中成长** 77

第四单元 走进法治天地 83

第九课 法律在我们身边 84

生活需要法律 **法律与生活息息相关 法律本质、法治** 84

法律保障生活 **法律的特征、法律的作用** 89

第十课 法律伴我们成长 95

法律为我们护航 **未成年人特殊保护 专门法律、六大保护** 95

我们与法律同行 **法治意识 依法办事** 100





第一单元 走进社会生活 1

第一课 丰富的社会生活 2

我与社会 个人与社会 2

在社会中成长 个人成长与社会、亲社会行为 6

第二课 网络生活新空间 10

网络改变世界 { 丰富日常生活
积极影响: { 推动社会进步
消极影响: 10

合理利用网络 { 理性参与网络生活
传播网络正能量

第二单元 遵守社会规则 21

第三课 社会生活离不开规则 22

维护秩序 社会秩序、维护秩序靠规则 22

遵守规则 { 自由与规则的关系
遵守规则、维护规则、改进规则

第四课 社会生活讲道德 32

尊重他人 含义、表现、为什么?、怎样尊重? 32

以礼待人 内涵、表现、为什么?、怎么做 37

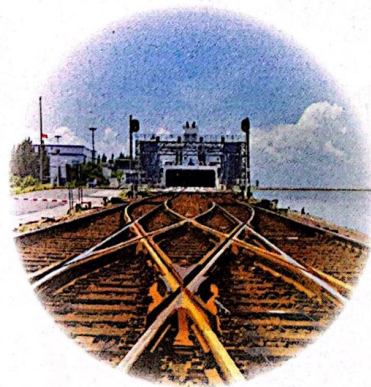
诚实守信 地位、重要性、怎么做? 41

第五课 做守法的公民 46

法不可违 违法行为、警惕身边违法行为 46

预防犯罪 犯罪的特征、刑罚、加强自我防范 52

善用法律 依法求助、诉讼、有勇有谋应对违法 57



献爱心 关爱



第三单元 勇担社会责任 63

第六课 责任与角色同在 64

我对谁负责 谁对我负责 } **责任含义、来源**
 做负责任的人 } **责任与角色**
 } **不言代价与回报** **责任你我他**
 } **我承担, 我无悔** 69

第七课 积极奉献社会 75

关爱他人 **含义: 表现 意义, 艺术(怎么做)** 75

服务社会 **为什么? .. 怎么做? ..** 80

第四单元 维护国家利益 85

第八课 国家利益至上 86

认识国家利益(含义、重要性)
国家核心利益 国家好 大家才会好 86
国家利益与人民利益的关系? 坚持国家利益至上 } **树立维护国家利益意识**
 } **捍卫国家利益** 91

第九课 树立总体国家安全观 96

认识总体国家安全观 } **国家安全重要性**
 } **总体国家安全观**
 维护国家安全 } **推进国防和军队现代化**
 } **人人都是维护国家安全主力** 99

第十课 建设美好祖国 104

关心国家发展 **成就、面临的问题 措施** 104

天下兴亡 匹夫有责 } **劳动、劳动观**
 } **实干** 108



目录

第一单元 坚持宪法至上 1



第一课 维护宪法权威 2
 坚持中国共产党领导
 国家权力属于人民
 国家尊重和保障人权
 党的主张和人民意志的统一 2
 治国安邦的总章程
 设置国家机构
 规范权力运行

第二课 保障宪法实施 20

坚持依宪治国
 加强宪法监督
 根本活动准则、最高法律效力
 监督权力行使、增强宪法意识

第二单元 理解权利义务 33



第三课 公民权利 34
 公民基本权利
 依法行使权利
 政治权利和自由、人身自由
 社会经济、文化教育权利
 行使权利有界限
 维护权利守程序

第四课 公民义务 47
 公民基本义务
 依法履行义务
 遵守宪法法律、维护国家利益
 依法服兵役、依法纳税
 权利与义务相统一
 法定义务
 违反义务须担责

根本政治制度：人民代表大会制度

基本经济制度：① 公有制为主体，多种所有制共同发展
② 按劳分配为主体，多种分配方式并存
③ 社会主义市场经济体制

基本政治制度：① 中国共产党领导的多党合作和政治协商制度
② 民族区域自治制度
③ 基层群众自治制度

第三单元
第五课

人民当家作主 61

我国的政治和经济制度 62

根本政治制度 62

基本政治制度 66

基本经济制度 74

我国国家机构 78

国家权力机关 人民代表大会 职权 78

中华人民共和国主席 83

国家行政机关 国务院 各级人民政府 83

国家监察机关 国家监察委员会 地方各级监察委员会 90

国家司法机关 人民法院 人民检察院 94

第四单元 崇尚法治精神 97

第七课 尊重自由平等 98

自由平等的真谛 无法治不自由 法治看平等 98

自由平等的追求 珍视自由 践行平等 103

第八课 维护公平正义 108

公平正义的价值 认识公平 正义力量 108

公平正义的守护 坚守公平 守护正义 114





第一单元 富强与创新 1

第一课 踏上强国之路 2

坚持改革开放 { 改革开放促发展
中国腾飞(成就) 党的初心、使命

走向共同富裕 { 全面深化改革
共享发展成果 (以人民为中心发展思想)

第二课 创新驱动发展 14

创新改变生活 { 创新的认识、创新重要性 14
改革精神

创新永无止境 { 创新强国、科技现状 教育
创新型国家、自主创新能力 20
万众创新、创新精神、目的

第二单元 民主与法治 29

第三课 追求民主价值 30

生活在新型民主国家 { 民主本质特征、特点、民主真谛
民主形式、民主制度 30

参与民主生活 { 行使民主权利 (民主选举、决策、监督)
增强民主意识

第四课 建设法治中国 44

夯实法治基础 { 法治道路、良法、善治
全面依法治国、法治中国 44

凝聚法治共识 { 法治政府、依法行政
厉行法治、法治与德治





第三单元 文明与家园 57

第五课 守望精神家园 58

延续文化血脉 { 中华文化、文化自信 58
传统美德

凝聚价值追求 { 民族精神 66

第六课 建设美丽中国 74

正视发展挑战 { 人口、资源、环境 74

共筑生命家园 { 人与自然和谐共生 81
绿色发展道路
美丽中国

第四单元 和谐与梦想 89

第七课 中华一家亲 90

促进民族团结 { 民族问题、民族关系 90
处理民族关系方针
民族发展

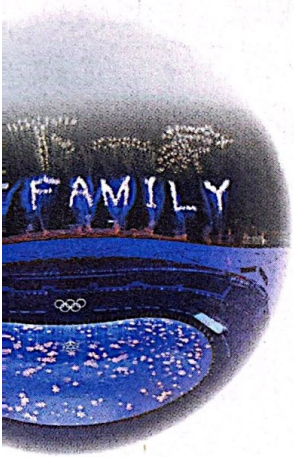
维护祖国统一 { 反对分裂 97
一国两制、台湾问题

第八课 中国人 中国梦 104

我们的梦想 { 中国梦(内涵、为什么) 104
两个一百年、两个阶段

共圆中国梦 { 新时代, 指导思想 112
实现中国梦
自信的中国人





第一单元 我们共同的世界..... 1

第一课 同住地球村..... 2

开放互动的世界..... *世界的特点、经济全球化、文化多样性* 2

复杂多变的关系..... *世界格局(多极化)、国家交往-国家间的关系* 9

第二课 构建人类命运共同体..... 16

推动和平与发展..... *维护世界和平、推动可持续发展* 16

谋求互利共赢..... *全球性问题、人类命运共同体* 22

第二单元 世界舞台上的中国..... 27

第三课 与世界紧相连..... 28

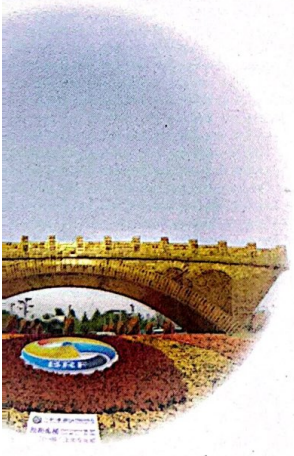
中国担当..... *积极有作为、贡献中国智慧* 28

与世界深度互动..... *中国的影响、文明交流互鉴* 35

第四课 与世界共发展..... 40

中国的机遇与挑战..... *发展契机、新风险新挑战* 40

携手促发展..... *积极谋求发展、共享发展机遇* 46





第三单元 走向未来的少年 53

第五课 少年的担当 54

走向世界大舞台 *多彩世界的我, 提升修养* 54

少年当自强 *少年强, 中国强* 60

第六课 我的毕业季 66

学无止境 *积极面对学习、实践中学习* 66

多彩的职业 *职业准备, 敬业精神* 73

第七课 从这里出发 80

回望成长 *收获, 自我超越, 过程与结果*
人生选择, 合理选择 80

走向未来 *畅想未来, 踏上新征程* 86