

# 七年级上册道德与法治必背知识点汇总

## 第一课 开启初中生活

### 第一框 奏响中学序曲

#### 1.初中阶段为我们的发展提供了哪些新的机会?(P4)

- (1) 富有挑战的课程和学习任务，带领我们探索新的知识领域；
- (2) 丰富多彩的社团活动，给我们提供了更多培养兴趣的平台；
- (3) 各种各样的社会实践，为我们打开认识社会的大门。
- (4) 在新的集体生活中，我们涵养品格，提升自我。

#### 2.初中阶段对我们的成长提出了哪些新要求?(P4)

- (1) 家庭、学校、社会寄予我们更高的期望，
- (2) 期待我们越来越上进，志存高远，追梦远航；
- (3) 越来越踏实，努力学习，勤于思考；
- (4) 越来越包容，尊重他人，学会合作；
- (5) 越来越坚强，能坚持，有韧劲，取得更大进步。

#### 3.初中阶段对我们人生的独特价值是什么?(P4)

- (1) 我们正处于生命成长的“拔节孕穗期”
- (2) 这一时期我们初步形成世界观、人生观、价值观
- (3) 需要精心引导和栽培。

备注：拔节孕穗期指的是禾谷类作物从起身拔节开始至抽穗开花前这一阶段，这一阶段对于水稻生产来说十分重要，水稻要想获得高产，就需要耕耘者做好搁田、肥料施用等关键措施。

#### 4.面对初中生活中的各种可能与挑战，我们应该如何做?(P5)

- (1) 我们要珍视当下，把握机遇，把准人生方向
- (2) 积极追求进步，确立更高的发展目标

(3) 在担当中**历练**，在尽责中**成长**

(4) 努力使自己成为适应时代发展的**有理想、敢担当、能吃苦、肯奋斗**的中学生。

## 第二框 规划初中生活

### 1.什么是规划？为什么要规划？(P6)

(1) 规划是对未来的事情**作出事先的设计与安排**。

(2) 生活需要规划，**没有规划**容易让我们陷入**盲目和无序**，**合理的规划**可以帮助我们**更好地度过初中阶段**。

### 2.如何制订初中生活规划？(P6-7)

(1) 做好初中生活规划，应当**先确定个人发展目标**。我们要在**老师和家长**的帮助下，结合**社会**需要和兴趣、性格、能力等**自身条件**，设定合理的发展目标。

(2) 做好初中生活规划，还应当**制订行动方案**。我们可以根据实际情况对发展**目标**进行**分解**，**明确实施细节**，列出**时间表**，使**行动方案**切实可行。

### 3.怎么努力？(P8)

(1) 分清主次，**合理规划和管理时间**。

(2) 劳逸结合，**学会科学用脑**。

(3) “不积跬步，无以至千里”，**每天进步一点点**。

(4) “学而不思则罔，思而不学则殆”，**学思并进**。

(5) 珍视**团队合作**。

## 第三课 梦想始于当下

### 第一框 做有梦想的少年

#### 1.梦想的含义？(P16)

梦想是对未来美好生活的**愿望**。

#### 2.为什么要做一个有梦想的少年？(P16-17)

(1) 梦想能不断**激发**我们对生命的**热情和勇气**，让**生活更有色彩**。

(2) 编织人生梦想，是**青少年时期**的重要主题。



(3) 只有每个人都能勇于追梦、勤于圆梦，才能汇聚起**实现**中华民族伟大复兴的**中国梦**的强大力量。

(4) 有梦想，就会有希望。人类需要有梦想，因为有了梦想，**人类社会**才能不断发展和进步。

### 3. **如何做**一个有梦想的少年?(P18)

(1) 做有梦想的少年，应当**树立远大的志向**。

(2) 做有梦想的少年，应当**紧扣时代脉搏**。

### 4. **为什么**少年的梦想要紧扣时代脉搏?(P18)

(1) 生活在新时代的我们，共同享有**人生出彩**的机会，共同享有**梦想成真**的机会，共同享有**同祖国和时代一起成长与进步**的机会。

(2) 中华民族伟大复兴的美好前景，为我们**提供了更广阔的舞台，也提出了更高的要求**，我们要努力成为担当民族复兴大任的时代新人。

## 第二框 学习成就梦想

### 1. **为什么**要学习?(P19)

(1) 学习是立身**做人**的永恒主题，也是**报国为民**的重要基础。

(2) 学习是我们**现阶段**的基本任务，也是我们**成就梦想**的重要路径。

(3) 学习可以提升我们的**思想品德和精神境界**，增强**能力**，增长**智慧**，使我们面前的世界更广阔、更精彩，让我们**拥有实现梦想的持续力量**。

(4) 学习不仅关乎个人的前途和命运，更关乎民族的未来和发展。

### 2. **什么**是学习?(P20)

(1) 学习什么：既有**知识**的获取，又有**能力**的提升、**品德**的培养等。

(2) 哪里学习：学习并不局限在**学校**，我们**生活**中的所看、所听、所尝、所触、所做，都可以是学习。

(3) 学习的表现：学习不仅表现为**接受和掌握**，而且表现为**探究、发现、体验和感悟**。带着学习的心态，生活中的点点滴滴都是学习。

### 3. **知识学习**有哪些层次?(P21)

在知识学习中，**记忆、理解、运用**等是相互联系的不同层次。

- (1) 记忆：对基础知识的学习，需要具备记忆能力，否则，知识会随时间的推移而被遗忘。
- (2) 理解：对知识的理解，就是结合自己的经验消化、吸收知识，将其转化为自己的智慧。
- (3) 运用：已经理解的知识，如果能够经常得到运用， 就可以转化为我们自身的能力。

#### 4.如何做到努力学习、善于学习?(P21)

- (1) 我们要发现并**保持**对学习的**兴趣**，更加自觉、主动地学习
- (2) **养成**良好的学习**习惯**，掌握科学的学习方法，提高学习效率
- (3) 积极**参加社会实践活动**，到社会大课堂去读好“无字之书”，获得更多的启迪。

### 第二单元 成长的时空

#### 第五课 和谐的师生关系

##### 第一框 走近老师

#### 1.教师职业的特点是什么?(P34-35)

- (1) 教师是一个神圣的**职业**，承担**教书育人**的使命。
- (2) 教师是履行教育教学职责的**专业人员**。

#### 2. 老师有哪些**作用**(P35-36)

- (1) 教师对人类数千年**文明的延续**发挥着重要作用。
- (2) 教师作为人类文明的传承者，**承载**着传播知识、传播思想、传播真理，塑造灵魂、塑造生命、塑造新人的**重任**。
- (3) 老师在**我们的成长**过程中发挥着不可替代的作用。老师是我们**锤炼品格**的引路人， 是我们**学习知识**的引路人， 是我们**创新思维**的引路人， 是我们**奉献祖国**的引路人。

#### 3.新时代对老师有哪些**要求**?(P36)

- (1) 随着时代的发展，老师正在**不断改变工作理念和工作方式**，不断**提高自身素养**。
- (2) 努力成为有**理想信念**、有**道德情操**、有**扎实学识**、有**仁爱之心**的好老师。

##### 第二框 珍惜师生情谊

#### 1.**师生交往**要达到什么样的状态?(P38)



彼此尊重、教学相长、携手共进，是师生交往理想而美好的状态。

## 2. 如何珍惜师生情谊?(P38-40)

- (1) 我们应主动理解、关心老师。
- (2) 真诚接受老师的引领和指导。
- (3) 正确对待老师的表扬和批评。
- (4) 尊重并适应不同风格的老师。

## 3. 为什么要主动理解、关心老师?(P38)

- (1) 老师是我们敬重的长辈，是我们的良师益友。
- (2) 也是有血有肉、有喜怒哀乐的普通人。

## 4. 如何正确对待老师的引领和指导?(P39)

- (1) 我们的成长离不开老师的悉心教导。
- (2) 我们应该发自内心地尊重老师，善于从老师的教诲中汲取成长的营养，以勤学好问、积极主动的态度与老师交流。

## 5. 怎样才能正确对待老师的表扬和批评?(P39)

- (1) 老师的表扬意味着肯定、鼓励和期待，激励我们更好地学习和发展。对待老师的表扬，我们应戒骄戒躁，再接再厉，争取做得更好。
- (2) 老师的批评意味着关心、提醒和劝诫，帮助我们反省自己、完善自我。对待老师的批评，我们应把注意力放在老师批评的内容上，理解老师的良苦用心。

## 6. 为什么要尊重并适应不同风格的老师?(P41)

- (1) 由于年龄、专业、阅历、性格等差异，每位老师的教育教学方式有所不同。
- (2) 不同风格的老师都有值得我们学习的地方。

## 7. 与老师发生矛盾怎么办?(P39)

- (1) 自我反思，冷静、客观地分析原因
- (2) 相信善意，多些宽容和理解
- (3) 坦诚相待，注意沟通方式。

- (4) 求同存异， 尊重关心。

## 第七课 在集体中成长

### 第一框 集体生活成就我

#### 1.什么是集体?(P50)

集体不是个体的简单相加，而是人们联合起来的有组织的整体。

#### 2.参与集体生活的作用?(P50-52)

- (1) 集体生活在某种程度上可以影响甚至改变一个人。
- (2) 集体生活能带给我们温暖。
- (3) 集体生活有助于我们学会与人交往。
- (4) 集体生活有助于培养我们的责任感。
- (5) 集体生活有助于我们发展个性。
- (6) 集体是我们共同成长的园地。

#### 3.为什么集体生活能给我们带来温暖?(P51)

- (1) 一般来说，集体的联结度越高，个体感知到的温暖就越多。
- (2) 集体成员间的相互体贴、团结互助，传递着关爱和温暖，让我们获得安全感和归属感。

#### 4.集体的联结度与哪些因素有关(P51)

- (1) 成员间相互关联的程度。
- (2) 集体对成员的重要性。
- (3) 成员间相互交流的频率。
- (4) 成员对共同目标的共识程度。
- (5) 成员间的默契程度。
- (6) 集体存在的时间。

#### 5.集体生活如何让我们学会与人交往?(P52)

- (1) 集体生活为我们搭建交往的平台。

(2) 每个人有着不同的生活经历和性格特点。

(3) 我们在集体生活中，学会接纳和尊重，学会理解和包容，彼此友好相处。

#### 6.集体生活如何培养我们责任感?(P52)

(1) 在集体生活中，每个人都有不同的角色，承担不同的职责。

(2) 我们在认真做事的过程中体现自己的价值，体验责任感，做有担当的人。

#### 7.集体生活如何发展我们的个性?(P52)

(1) 人与人之间的差异是我们发展个性的“明镜”。

(2) 在集体中学习他人的优点，有助于我们不断完善自己，发挥自己的优势和特长。

#### 8.为什么说集体是我们共同成长的园地?(P52)

(1) 在集体生活中，我们展示自己，发展自己。

(2) 集体的发展推动个人提升能力和健康成长。

(3) 让我们在集体生活中相互促进，相互成就，共同发展。

### 第二框 共建美好集体

#### 1.共建美好集体的意义是什么?(P53)

在美好集体中，我们能感受集体的关爱，凝聚拼搏向上的力量，坚定自己的生活信念。

#### 2.如何建设美好集体?(P53-55)

(1) 建设美好集体，要确定共同的愿景。

(2) 建设美好集体，要树立主人翁意识。

(3) 建设美好集体，要营造和谐有序的集体环境。

(4) 建设美好集体，要树立正确的合作与竞争观念。

(5) 建设美好集体，要坚持集体主义原则，发扬集体主义精神。

#### 3.共同的愿景有什么意义?(P53)

(1) 愿景是集体的精神动力之源，是推动集体发展的内驱力。



(2) 拥有共同的梦想，向往美好的未来，承担共同的使命，认同正确的价值观，形成一致的目标和追求，这就是美好集体的愿景。

(3) 共同的愿景引领集体成员团结一致，开拓进取。

#### 4.在集体中，怎样树立主人翁意识?(P54)

(1) 我们应主动作为，各负其责，各尽其能。

(2) 对于集体的事务，应积极参与、共同商定。

(3) 对于集体中存在的问题和不足，可以通过恰当的方式表达自己的意见，提出改进建议。

#### 5.如何营造和谐有序的集体环境?(P54)

(1) 我们要自觉遵守集体的共同规则，使集体生活得以有序开展；

(2) 要学会处理与他人的关系，在人际交往中学会推己及人，多些宽容和理解；

(3) 要弘扬正气，自觉抵制并机智应对欺凌行为。

#### 6.怎样树立正确的合作与竞争观念?(P55)

(1) 集体的发展既有赖于成员间的相互合作，也需要成员间的良性竞争。

(2) 我们既要敢于竞争、勇于挑战，又要善于合作、共同进步。

#### 7.集体生活中的合作策略。(P55)

(1) 拥有积极、开放的心态，坦诚交流，彼此信任。

(2) 正确认识自己，懂得欣赏他人的优点并包容他人的不足。

(3) 遵守规则，明确任务分工，主动承担自己的责任。

(4) 在他人需要的时候，及时给予支持和帮助。

(5) 经常自我反思，尝试自我改进。

#### 8.为什么要坚持集体主义原则?(P55)

(1) 集体主义是新时代我国公民道德建设的原则。

(2) 在我国，国家利益、集体利益和个人利益根本上是一致的，这一特点使集体主义原则能在全社会范围内贯彻落实。



(3) 只有坚持集体主义原则，把**国家利益和集体利益放在首位**，充分尊重和维护个人的**正当利益**，才能促进社会和谐发展。

## 9.如何处理集体利益和个人利益的关系?(P55)

- (1) 当个人利益与集体利益发生冲突时，应把**集体利益放在个人利益之上**。
- (2) 同时，也要**充分重视和保障个人的正当利益**，促进集体和个人不断发展。

## 第三单元 珍爱我们的生命

### 第九课 守护生命安全

#### 第一框 增强安全意识

## 1.为什么要增强安全意识?(P67、P69)

- (1) 生命是维系人的**生命存在的条件和保障**，也是我们**创造和享受一切美好的前提**。
- (2) 安全与每个人息息相关，我们所做的事情**不仅影响到自己，也影响着他人**。
- (3) 我们用心对待和做好事关安全的每一件事，**既是对自己的生命安全负责，也是对家庭和社会负责**。

## 2.怎样增强安全意识?(P68-69)

- (1) **树立规则意识**。我们要**自觉遵守规则**，对自身行为是否安全**作出恰当评估**，并及时**纠正自己的不当行为**，从而有效地保护我们的生命。
- (2) **增强风险意识**。我们要能够**觉察潜在**的威胁生命安全的**因素**，**不因好奇去做一些危险的事情**，也不盲目**触碰一些危险的领域**。

#### 第二框 提高防护能力

## 1.为什么要提高防护能力?(P70)

面对生活中可能**遇到的各种自然灾害、事故灾难、公共卫生事件**等，我们要掌握有效的应对方法，拥有科学自救和救他的能力，**保护自己的生命，救助他人的生命**。

## 2.怎样提高防护能力?(P71-72)

- (1) 提高危险**预判能力**。我们要在日常生活中**主动学习安全知识**，见微知著，对潜在的**危险作出科学判断**，**防患于未然**。
- (2) 提高避险和**逃生能力**。平时，我们应当积极**参加安全演练活动**。在危险来临时，**保持头脑冷静**，就近、快速**逃离到安全地带**；**有效利用各种资源**，以便求救和逃生。

(3) **学习**防护和急救的**知识**与**技能**。

### 3.拥挤踩踏事件的预防与自护方法(P72)

(1) 上下楼梯、台阶时**抓牢扶手**；不凑热闹，**不在人流量大的地方停留**；不随意喊叫，不搞恶作剧，**不制造恐慌气氛**。

(2) 发现人群蜂拥而来时，不要盲目奔跑或逆流前进，应马上**避让到一旁，靠墙或抓住牢固的物体**，等待人群过去后，迅速离开现场。

(3) 若已经被人流裹挟，无法自主控制前进方向，要**展开自我救助**：先**稳住双脚，保持平衡**，用一只手紧握另一只手的手腕，**手肘撑开，平放于胸前**，微微向前弯腰，**形成一定空间，以保持呼吸通畅**。

(4) 时刻保持警惕，**避免被绊倒**，即使鞋子被踩掉，也不要贸然弯腰提鞋或系鞋带；一旦**摔倒无法站起**，应尽量使**身体蜷缩成球状**，双手护颈，手臂护头，双膝蜷缩至胸前，护住胸腔和腹腔。

## 第 11 课 确立人生目标

### 第一框 探问人生目标

#### 1.人的生命活动方式与动物有什么不同?(P85)

(1) **动物**的活动是**无意识的、本能**的活动，人的活动则是**有意识、有目的**的活动。

(2) **人能够**积极**主动地规划人生，确立自己的人生目标**，过有意识、有目的的生活。

#### 2.为什么需要确立人生目标?(P85)

(1) 人生目标体现着人在社会实践中对未来的向往和追求，**决定着人生道路的发展方向**。

(2) 正确的人生目标会**带来稳定而持久的内在激励**，让我们排除干扰，克服困难，坚定前行，少走弯路，指引我们走上正确的人生道路。

#### 3.人生长远目标和近期目标的关系?(P85)

(1) 人生目标可以分为**长远目标和近期目标**。

(2) 所有**近期目标都是围绕长远目标展开**的。

(3) 只有**分阶段实现**一个个**近期目标**，才能**实现长远目标**。

(4) **实现**每一个**近期目标**带来的成就感和喜悦感，鼓舞我们继续奋发向上，**朝着实现长远目标迈进**。



## 第二框 树立正确的人生目标

### 1.如何树立正确的人生目标?(P87-88)

- (1) **正确认识个人与社会的关系**，是我们树立人生目标的必要前提。
- (2) 树立人生目标，应当**从自身实际出发**。
- (3) 树立人生目标，应当与**国家、民族和人民的利益相结合**。
- (4) 树立人生目标，应当**与人类的福祉相统一**。

### 2.树立人生目标，为什么要正确认识个人与社会的关系?(P87-89)

- (1) 社会是由个人组成的，**个人的发展离不开社会**。
- (2) 我们只有在个人与社会的统一中明确人生目标，**才能沿着正确的方向走好人生道路**。

### 3.如何从自身实际出发， 树立人生目标?(P87)

- (1) 个人的**兴趣爱好、性格特征、知识能力、家庭环境**等，都是我们树立人生目标的**影响因素**。
- (2) 我们要**综合评估，全面考虑**，以**客观务实的态度**树立切实可行的人生目标。

### 4.人生目标如何与国家、民族和人民的利益相结合?(P88)

我们要把个人的发展牢牢**植根**于国家、民族和人民的**需要**，植根于**中华民族伟大复兴的事业**。

### 5.人生目标如何与人类的福祉相统一?(P88)

- (1) **志存高远**，方能登高望远；**胸怀天下**，才可大展宏图。
- (2) 个人的追求与进步，只有与人类的发展进步紧密联系在一起，**人生才能焕发无限的生机和活力**。

## 第 13 课 实现人生价值

### 第一框 在劳动中创造人生价值

#### 1.什么是人生价值?(P96)

人生价值是指人的生命和活动**对自己、他人和社会**所具有的**积极意义**。

#### 2.人为什么要劳动(P96-97)

(1) **人生价值**是通过劳动创造的。人们通过劳动**创造物质财富和精神财富**。

(2) 人们各种各样的**愿望都是在劳动中实现**的，人们在劳动中感受到幸福和愉悦，体会到人生的价值和美好。

(3) 人世间**一切美好生活**都是通过劳动来创造的。

(4) 我们所取得的**每一项成就**，都是广大人民用辛勤劳动、诚实劳动、创造性劳动换来的。

(5) 今天，国家富强、民族复兴、人民幸福**的美好愿景**都要靠劳动来实现。

### 3.怎么衡量一个人的人生价值?(P97)

(1) 一个人**对他人和社会的贡献**是衡量其人生价值的尺度。

(2) 一般来说，一个人通过劳动为他人和社会作出的**贡献越大**，他的**价值就越大**。

(3) 人们的职业不同、岗位有别，但**只要为社会进步作出了贡献**，就是为社会创造了价值，也就创造和实现了人生价值，**就应当得到社会的尊重和积极评价**。

## 第二框 在奉献中成就精彩人生

### 1.为什么要在奉献中成就精彩人生?(P98)

只有把自己的小我融入时代，融入祖国和人民的大我之中，才能更好地实现人生价值。

### 2.如何实现人生价值、在奉献中成就精彩人生?(P98-99)

(1) **立足岗位作奉献**。任何一项工作都是社会存在和发展的需要，没有高低贵贱之分。人们**在自己的岗位上勤勤恳恳、兢兢业业**，在**奉献社会中创造自身价值**。

(2) **在踏实奋进中绽放人生的光彩**。青春是用来奋斗的。只有沉下心来，干一行、爱一行、精一行，才能在实践中做出一番事业，**书写自己的人生华章**。

(3) **在奉献中走向伟大，成就精彩人生**。当我们将个人的命运和他人、集体、民族、国家乃至人类的命运联系在一起，并为之奉献时，人生就会闪耀出伟大的光辉。

### 填空：

1、中学时代是人生发展的一个新阶段，为我们的一生奠定重要基础。中学时代，见证着一个人从少年到青年的生命进阶。

2、实现中华民族伟大复兴，是中华民族近代以来最伟大的梦想。

3、中国梦的基本内涵是实现国家富强、民族振兴、人民幸福。



- 4、实现中国梦，必须走“中国道路”，必须弘扬“中国精神”，必须凝聚“中国力量”。
- 5、努力是梦想与现实之间的桥梁。
- 6、用理性的心态面对他人的评价，是走向成熟的表现。
- 7、友谊是一种亲密的关系，是平等的、双向的，是一种心灵的相遇，不是一成不变的。
- 8、网上交往具有虚拟、平等、自主等特点。
- 9、彼此尊重是我们与老师建立良好关系的开始。
- 10、在中国的家庭文化中“孝”是重要的精神内涵，孝亲敬长是中华民族的传统美德，也是每个中国公民的法定义务。
- 11、生命有时尽。生命有接续。生命是脆弱的、艰难的，生命是坚强的、有力量的，生命是崇高的、神圣的，生命价值高于一切。
- 12、守护生命首先要关注自己的身体，关心身体的状况，养成健康的生活方式，是一种对生命负责任的态度。
- 13、生命的伟大在于创造和奉献。

# VV99.net

免费文档下载