七年级 道德与法治 期末复习 知识大纲

第一课  青春的邀约

1、青春期，我们的身体变化？（★★）

（1）身体外形的变化

（2）内部器官的完善

（3）性机能的成熟。

**2、正确看待青春期的变化？（★★★★）**

**①我们要悦纳身体的变化②不因自己的生理变化而自卑，不嘲弄同伴的生理变化。②追求外在美的同时，也要追求内在美，提高品德和文化修养。**

3、青春期矛盾心理主要表现有哪些？（★★）

①反抗与依赖。②闭锁与开放。③勇敢与怯懦。

4、怎样调节青春期的矛盾心理？（★★）

（1）参加集体活动；

（2）通过求助他人；

（3）通过培养兴趣爱好转移注意力

（4）还可以学习自我调节

5、怎样正确认识思维的独立(思维的独立要求我们如何做)? （★★★）

（1）思维的独立并不等同于一味追求独特

（2）不人云亦云，有自己独到的见解

（3）同时接纳他人合理、正确的意见。

**6、思维的批判性的表现？（★★★★）**

**（1）对事情有自己的看法，并且敢于表达不同观点**

**（2）敢于对不合理的事情说“不”，敢于向权威挑战。**

**7.批判性思维有什么作用?（★★★★）**

(1)批判性思维有助于我们发现问题、提出问题,并从不同角度思考问题,探索解决方案。

(2)批判能调动我们的经验,激发我们新的学习动机,促使我们解决问题,改进现状。

**8、怎样培养批判精神？（★★★★）**

**有质疑的勇气，敢于挑战权威，能够提出合理化建议，考虑他人的感受。**

9、怎样进行青春的创造？（★★）

（1）敢于打破常规，开创前人未走之路。

（2）关注他人与社会

（3）在实践中去尝试、探索

**第二课 青春的心弦**

1、怎样认识性别角色（性别刻板印象）？（★★）

（1）表明人们对性别角色的期望和看法

（2）可以帮助我们学会塑造自我形象、与异性相处；

（3）在某种程度上影响我们自身潜能的发挥；

（4）我们在接受自己生理性别的同时，不要过于受性别刻板印象的影响。

2、与异性交往(相处)的作用有哪些？ （★★）

(1)有助于我们了解异性的思维方式、情感特征。

(2)能从对方身上看到和学习某些优秀品质。

(3)与异性交往能提高解决问题的能力。

3、如何对待异性情感？（★★）

应该慎重对待，理智处理。

**第三课 青春的证明**

**1、青春的探索为什么需要自信(自信的作用有哪些)? （★★★★）**

**自信让我们充满激情；自信让我们充满希望；自信激发潜能与活力**

**2、青春期我们要自强的原因。 （★★★★）**

**①自强可以让我们更自信。②自强，让青春奋进的步伐永不停息。**

**3、我们该怎样做到“行己有耻”？（★★★★★）**

**（1）要有知耻之心。**

**（2）有错能改。**

**（3）树立底线意识，遵守道德和法律。**

**（4）拒绝不良诱惑，不断增强自控力。**

**4、怎样做到“止于至善”？（★★★★★）**

**(1)有我们的“至善”追求。**

**(2)从点滴小事做起。积少成多，积善成德。**

**(3)见贤思齐，向榜样学习。**

**(4) 养成自省和慎独的习惯。**

**5、为什么要树立（寻找）榜样？ （★★★★★）**

**（1）好的榜样激发我们对人生道路和人生理想的思考，给予我们自我完善的力量。（2）向榜样学习，我们的社会、我们的国家才会变得更加美好。**

**第四课 揭开情绪的面纱**

1、人的基本情绪有哪些？ （★★）

喜、怒、哀、惧。

2、影响情绪的因素有哪些？ （★★）

个人的生理周期、对某件事情的预期、周围的舆论氛围、自然环境等。

1. **情绪的作用有哪些？（★★★★）**

**影响我们的观念和行为**

**(1)积极作用：激励我们克服困难**

**(2)消极作用：伤害我们的身心健康；破坏人际关系；让我们失去理智；甚至做出违法犯罪的行为；不利于适应环境；也可能让我们因为某个小挫败而止步不前**

4、青春期的情绪特点有哪些？（★★）

①反应强烈；②波动与固执；③细腻性；④闭锁性；⑤表现性。

**5、情绪的表达（★★★）**

**（1） 特点：情绪表达具有感染性。**

**（2）作用：情绪表达影响自己的身心健康，关乎人际交往。**

**（积极作用：激励我们克服困难**

**消极作用：伤害我们的身心健康；破坏人际关系；让我们失去理智；甚至做出违法犯罪的行为；不利于适应环境；也可能让我们因为某个小挫败而止步不前）**

**（3）启示：学会以恰当方式表达情绪。**

**6、合理调节情绪的方法有哪些（怎样做情绪的主人）？（★★★★）**

**改变认知评价、转移注意、合理宣泄和放松训练等。**

**第五课 品出情感的韵味**

1、情感与情绪的关系是怎样的？ （★★）

(1)联系：①情感伴随着情绪反应逐渐积累和发展。②情绪，随着时间的推移形成比较稳定的倾向，就可能产生某种情感。

(2)区别：①情绪是短暂的、不稳定的，随情境改变而改变②情感则是相对稳定的。

2、情感的种类有哪些？（★★）

(1)基础性情感：如安全感。

(2)高级情感：如道德感、 爱国主义情感、责任感

(3)正面的体验：爱的情感。

(4)负面的体验：如恐惧感。

(5)两方混杂的体验：如敬畏感。

3、情感的作用有哪些？ （★★★）

(1)情感是人最基本的精神需求。

(2)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。

(3)丰富、深刻的情感有助于我们更全面地观察事物，探索未知。

(4)情感促进生命成长，使我们的情怀更加宽广、博大。

**4、怎样获得或体味到美好的情感？ （★★★★）**

**情由心生，在交往互动中自然引发**

**（1）通过阅读、与人交往、参与有意义的社会活动等方式获得美好的情感。**

**（2）学会承受一些负面感受，善于将负面情感转变为成长的助力，也可以让我们从中获得美好的情感体验。**

**（3）创造正面情感体验**

**5、怎样传递情感正能量？ （★★★★★）**

**(1)用自己的热情和行动来影响环境。**

**(2)在表达、回应、共鸣中传递美好情感。**

**(3)在生活中不断创造美好的情感体验。**

**（4）学会关心他人**

**6、传递情感正能量的意义**

**（1）在与他人交流中，传递美好情感，传递生命正能量。**

**（2）创造美好体验，使生命更有力量，使世界因积极情感多一份美好。**

**第六课 “我”和“我们”**

1、我们都有过集体生活的情感需要? （★★）

安全感、归属感、集体荣誉感

**2、个人与集体的关系？（★★★★）**

**（1）个人的力量是分散的、有限的，个人只有把自己和集体事业融合在一起才最有力量。**

**（2）集体的力量来自于成员的团结协作和共同目标**

3、集体生活成就我（集体的作用）？（★★★）

（1）集体生活可以培养我们负责任的态度和能力，涵养品格；

（2）集体生活可以培养我们人际交往的基本态度和能力。

（3）集体生活有助于发展个性

（4）集体生活成就我

（5）集体是有力量的，是温暖的。满足我们的情感需要

4.如何在集体生活中发展个性？

①在集体生活的平台上,我们要展示自己的个性,发展自己的个性,不断认识和完善自我;

②每个人的个性特点不同,我们要学会包容他人的不同,学习他人的优点,不断完善自己的个性;

③我们要积极参与共同活动,把握机遇,自主发展,使自己的个性不断丰富;等等

**第七课 共奏和谐乐章**

1、个人意愿与集体规则的关系是怎样的？（★★）

（1）集体中，每个人都有自己的意愿，集体又必须有共同的规则。

（2）集体规则与我们的个人意愿一致（我们乐于遵守和维护）。

（3）集体规则与个人意愿发生矛盾（会影响集体的运转）。

**2、如何处理个人意愿与集体规则的冲突（让集体的和声更美）？（★★★★★）**

**（1）寻找解决冲突的平衡点，尽力做好自己，遵守规则**

**（2）对于集体要求中的不合理因素，通过恰当的方式表达意见和建议**

**（3）正确处理与他人之间的矛盾，心中有集体，识大体、顾大局**

**（4）坚持集体主义原则，坚持集体利益至上**

**补：怎样正确认识和处理个人利益与集体利益之间的关系?**

(1)在集体中,个人利益与集体利益本质上是一致的。

(2)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,坚持集体主义。

(3)坚持集体主义,不是不关注个人利益,而是在承认个人利益的合理性、保护个人正当利益的前提下,反对只顾自己、不顾他人的极端个人主义。

**3、如何排解角色冲突？（★★★★★）**

**（1）考虑四个因素：更关注哪个集体；角色和责任的重要性；自己的兴趣；任务的紧迫程度**

**（2）做到局部利益服从整体利益，个人利益服从集体利益**

4、怎样认识集体中的小群体？ （★★★）

（1）集体中，一些志趣相投、个性相似、生活背景类似的同学容易形成小群体

（2）小群体既有积极作用，也有消极作用

（3）我们需要明辨是非，坚持正确的行为，坚持集体主义，反对小团体主义。

**第八课 美好集体有我在**

1、美好集体的特点（★★★）

（1）拥有共同的愿景

（2）是善于合作的

（3）是充满活力的。

（4）是民主、公正的。

（5）是充满关怀与友爱的。

**2、怎样建设美好集体? （★★★★★）**

**（1）集体成员要各尽其能，发挥所长**

**（2）悉心呵护集体荣誉**

**（3）勇于担责**

**（4）培养主人翁意识**

**（5）发扬自治精神**

**3、正确认识“勇担责任” （在担当中成长）（★★★★）。**

**（1）在集体中勇担责任是自我磨砺的过程**

**（2）有助于我们学会正确做事，提高能力，获得他人的认可与尊重**

**（3）勇担责任要体现在实际行动中，落实于具体的事情里**

**第九课 法律在我们身边**

**1、怎样理解生活与法律息息相关？（★★★★★）**

**（1）法律渗透到社会生活的方方面面。**

**（2）法律伴随我们一生。**

**（3）生活中产生的矛盾和纠纷需要法律来调整。**

**（4）法律规定的权利和义务为我们提供了自由生存和发展的空间**

2．法律的特征。（★★★）

(1)是由国家制定或认可的。

(2)法律是由国家强制力保证实施的。（最主要特征）

(3)法律对全体社会成员具有普遍约束力。

**3、法律的作用。 （★★★★★）**

**(1)法律规范着我们的行为**

**(2)法律指引、教育人向善。**

**(3)法律保护我们的合法权益**

**第十课 法律伴我们成长**

1、未成年人含义。（★★）

未满十八周岁的中国公民。

**2、未成年人为什么需要给予特殊保护？（★★★★）**

**（1）未成年人身心发育尚不成熟，自我保护能力较弱，**

**（2）容易受到不法侵害。**

**（3）保护未成年人是人类文明和社会进步的共同要求。**

3、对未成年人实施特殊保护的法律有哪些？

宪法、民法典、义务教育法、家庭教育促进法等

未成年人保护法、预防未成年人犯罪法——专门法律（★★）

**4、保护未成年人合法权益的六道防线是什么？（★★★★★）**

**家庭保护——（主体）父母、监护人**

**学校保护——（主体）学校、老师**

**政府保护——（主体）政府部门（比如：国务院、教育部、教委）**

**网络保护——（事项）网络、手机**

**司法保护——公检法+“有违法犯罪的未成年人”或者“受到不法侵害的未成年人”**

**社会保护——除去以上“五个保护”的主体，都是社会保护**

**5、未成年人在享受特殊保护的同时，要怎样做？（★★★★）**

**（1）要珍惜自己的权利，依法行使权利**

**（2）要尊重和维护他人的权利，自觉履行义务。**

**（3）要提高自我保护的意识和能力**

**6、怎样与法治同行（★★★★★）**

**（1）树立法治意识，认可、尊崇、服从法律**

**（2）自觉学法、守法、用法。**

**（3）运用合法方式维护自己和他人的合法权益。**

**（4）勇当法律的捍卫者**

**（5）提高道德修养**