

第五课

人生当自强

人生自强少年始。少年强则国强，我们的未来与国家发展紧密相连。
自强的青春有未来。人为什么要自强？我们如何把握时代脉搏，做自强不息的中国人？

人要自强



生活观察

小李怀揣着梦想走进大学校园。由于家里经济条件不好，课余时间他摆地摊、打零工，赚取学费和生活费。无论生活多艰苦，他从未停止对知识的追求，始终以学业为重。在攻读博士学位期间，他每天待在实验室十几个小时，一天能够记录几十页、上百组数据，直到实验室管理员来锁门，他才急匆匆地收拾东西回宿舍。多年过去，他通过持续奋斗，不断提升自己，从一名大学生成长为一所大学的博士生导师，围绕国家重大战略需求开展研究，奋力解决半导体领域的“卡脖子”技术问题，把个人前途与国家发展紧紧联系在一起。

像小李这样自立自强的榜样还有很多，他们有理想、敢担当、能吃苦、肯奋斗，敢作敢为，善作善成。这些榜样鼓励着我们每个人：踮一踮脚尖，我们也能成为他们。

► 分享自立自强的故事，谈谈你对“踮一踮脚尖，我们也能成为他们”的理解。

自强是自我勉励、发愤图强。自强是一种奋发进取的精神状态，是一种不断完善自我、超越自我的人生追求。



探究与分享

关于是否要自强，同学们各抒己见。

我家条件还不错，
我就靠家里了。



不用那么刻苦学
习，差不多就行了。



我觉得一个人只有靠自己
努力拼搏，才能有好的未来。



► 谈谈你对上述观点的看法。

自强，使人自主自立。自强的人，能够“克己”“自胜”，主动发掘自身力量，依靠自己的努力拼搏勇敢面对生活，获得生存和发展的机会。

自强，使人奋发向上。自强的人，有锲而不舍的坚毅品格，积极进取，知不足而奋进，望远山而力行，不断挑战自我、超越自我。



探究与分享

从航空航天到深海探测，从北斗卫星导航系统到智能制造，每一次向着高水平科技自立自强的迈进，都凝结着无数科技工作者的心血和汗水。

在改革前沿、创新高地、港口码头、田间地头……每个人坚定前进的脚步，汇聚成国家发展进步的磅礴力量。



航天科研人员庆祝我国首次火星探测任务天问一号探测器成功着陆火星



科研人员检修维护“奋斗者”号全海深载人潜水器



科研人员对在轨北斗导航卫星进行逐个“体检”



工作人员操控智能制造设备

结合以上材料，说说个人自强与社会进步、国家发展的关系。

自强不仅关系个人的成长，而且关系民族的命运和国家的未来。正是一代又一代中国人自强不息地接力传承，中华民族才历经沧桑而不衰，饱经磨难而更强，自立于世界民族之林。

做自强不息的中国人



生活观察

中国共产党和中国人民的百年奋斗，书写了中华民族几千年历史上最恢宏的史诗。一百多年来，涌现出一批又一批自强不息、百折不挠、英勇奋斗的英雄模范，既是我们的骄傲，更是我们的榜样。

精神之光 永不熄灭
——“两弹一星功勋奖章”获得者

奋斗不息 以身许国
——第七六〇研究所抗灾抢险英雄群体



面向屠刀 视死如归
——陈延年

勤奋工作 踏实劳动
——许振超

- 你还知道哪些自强不息的英雄模范的事迹？
- 结合英雄模范的事迹，说说如何做自强不息的中国人。

“天行健，君子以自强不息。”自强不息是中华民族几千年文化传承和社会实践沉淀出的优良传统。在美好的青春年华里，我们手握历史的接力棒，做自强不息的中国人。



探究与分享

在我们党的历史上，很多卓越的领导人在青少年时期就确立了远大理想。毛泽东立志献身中华民族强盛，周恩来立志为中华之崛起而读书，邓小平16岁赴法国勤工俭学并于1923年加入旅欧中国共产主义青年团。

习近平15岁时到陕北插队，他在回忆自己的知青生活时说：“22岁离开黄土地时，我已经有着坚定的人生目标，充满自信。作为一个人民公仆，陕北高原是我的根，因为这里培养出了我不变的信念：要为人民做实事！”

结合以上材料，说说青少年时期树立远大理想对个人成长的重要意义。



习近平插队时带头修建的知青井

树立远大理想。我们要怀有拳拳爱国之心，立下报国之志，把个人命运与祖国发展结合起来，找到青春进取的方向和力量，奋力书写挺膺担当的青春篇章。

求得真学问，练就真本领。我们要认真对待各门课程，勤学好问、夯实基础；要关注现实问题和社会发展，提高解决问题的能力。趁着青春年少，我们要练就一身本领，更好地为民造福、为国争光。



阅读感悟

小铭家境贫寒，但是他坚信学习改变命运。通过不懈奋斗，他考入重点大学。上大学时，父亲病重，他靠着国家助学贷款、各类奖助学金以及勤工俭学，承担起自己的学习生活费用和父亲的医疗费。艰辛的生活并未消减他学习的热忱，他不仅以优异成绩被保送研究生，而且在自己的专业领域持续深耕、不断精进，发表多篇高质量学术论文。寒暑假期间，他既在实验室忙碌，还凭借自己的专业知识，开展流行病学调查，积极参与艾滋病筛检及健康指导、慰问空巢老人、扶助困难家庭的学生等志愿服务活动。

小铭用自己的实际行动展现了当代青年的责任与担当。像小铭一样，一批批新时代青年学子坚持与时代同步、与民族共命运，立鸿鹄志、做奋斗者。

在苦干实干中磨砺成长，砥砺前行。刀要在石上磨、人要在事上练，我们要在做事中不断磨炼意志、锤炼品格。无论是学习还是生活，我们首先要学会依靠自己、对自己负责，学会做事、身体力行。每一项事业，不论大小，都是靠脚踏实地一点一滴干出来的。我们只有不怕吃苦、努力耕耘，才能有所收获、有所成就。



启思导行

中华民族是历经磨难、不屈不挠的伟大民族，中国人民是勤劳勇敢、自强不息的伟大人民，中国共产党是敢于斗争、敢于胜利的伟大政党。历史车轮滚滚向前，时代潮流浩浩荡荡。历史只会眷顾坚定者、奋进者、搏击者，而不会等待犹豫者、懈怠者、畏难者。今天，在全面推进中华民族伟大复兴的新征程上，涌现出大批为国奋斗、自强不息的典范，为我们树立了榜样。

► 以“做自强不息的中国人”为主题，撰写一份“自强宣言”。



单元思考与行动

一 情境思考

情境一

高考一结束，小志就去妈妈工作的工地帮忙，他想通过自己的努力，攒点大学生生活费和学费，为家里减轻负担。他的故事被媒体报道后，一些热心人士向他伸出援助之手，想为他捐款，但都被他婉拒。他说：“我希望通过自己的努力去解决遇到的困难和问题。”

情境二

小华进入初中后，在老师的引导下，不断提高自我约束力，刻苦努力，认真做好每一件事，逐渐成为同学中的佼佼者，自信心也越来越强。升入高中，她依然奋发进取，高考取得优异成绩。当别人问她如何选择大学专业时，她说：“我报了集成电路设计专业。我要投身芯片研发事业，为我国突破关键核心技术作出自己的贡献。”

情境三

当大学录取通知书送来时，小慧正满身泥巴在田间收割稻谷。她知道家里生活不容易，从小刻苦学习、勤奋自强，终于考取了心仪的大学。在接受记者采访时，她说：“一个人即使身处困境，也要坚守自己，相信未来，闯荡出去就会有出路。”她希望每一位和她一样追梦的青少年，都要保持一颗不断拼搏进取的心。

- ▶ 小志、小华、小慧的故事带给你哪些启示？
- ▶ 结合他们的故事，说说你将从哪些方面努力成为一个自尊、自信、自强的人。