# 人教部编版七年级上册《道德与法治》全册知识点汇总

来源：网络 作者：前尘往事 更新时间：2025-05-19

*人教部编版七年级上册《道德与法治》全册知识点汇总人教部编版七年级上册《道德与法治》全册知识点汇总第一课中学时代p2页▲1．中学时代有什么重要意义？（1）中学阶段是人生发展的一个新阶段，为我们的一生奠定重要基础。（2）中学时代见证着一个人从少...*

人教部编版七年级上册《道德与法治》全册知识点汇总

人教部编版七年级上册《道德与法治》全册知识点汇总

第一课中学时代p2页

▲1．中学时代有什么重要意义？

（1）中学阶段是人生发展的一个新阶段，为我们的一生奠定重要基础。（2）中学时代见证着一个人从少年到青年的生命进阶。

▲2.生命给了我们哪些成长的礼物？

中学生活，对我们来说意味着新的机会和可能，也意味着新的目标和挑战。这些都是生命馈赠给我们的成长礼物。

机会：（1）集体生活，涵养我们的品格，丰富我们的个性；（2）新的课程，引领我们探索新的知识领域；（3）丰富的社团活动，给我们提供发展兴趣的平台；（4）各种各样的.实践，为我们打开认识.之门。

挑战：（1）进入中学，新的目标和要求激发着我们的潜能，激励着我们不断实现自我超越。（2）在新的环境中，我们有机会改变在父母、老师和同学心目中那些不够完美的形象，重新塑造一个“我”。

3.理想的“我”是怎样的？

越来越有活力，能坚持，有韧劲；越来越坚强，会合作，能包容；越来越有主见，敢于表达自我。

4.我们应怎样度过中学时代？

我们要珍惜当下，把握机遇，从现在做起，从点滴做起，为美好明天付出不懈的努力。

▲5.什么是梦想？为什么少年要有梦想？（少年梦想有什么特点？）

梦想是我们对未来美好生活图景的愿望，它能不断激发生命的.和勇气，让生活更有色彩。

为什么要有梦想？（特点）

（1）编织人生梦想，是青少年时期的重要生命主题。

（2）少年的梦想，是人类天真无邪、美丽可爱的愿望。

（3）少年的梦想，与个人的人生目标紧密相连。

（4）少年的梦想，与时代的脉搏紧密相连，与中国梦密不可分。

▲6.我们怎样才能实现自已的梦想？

少年有梦，不应止于心动，更在于行动，在于不懈的努力。

①努力，是一种生活态度，是一种不服输的坚忍和失败后从头再来的勇气，是对自我的坚定信念和对美好的不懈追求。②努力需要立志。③努力需要坚持。④努力需要方法

第二课学习新天地p14页

▲7.如何正确认识学习？

（1）中学阶段，学习是我们的重要任务。初中阶段的学习，包括知识的获取，还包括各种能力的培养。（2）学习不仅仅局限在学校。（3）学习需要自觉、主动的态度。（4）学习伴随着我们的成长。（5）学习没有终点。

▲8．我们为什么要学习？（学习的重要性）

（1）学习，不仅让我们能够生存，而且可以让我们有更充实的生活。（2）学习就是给生命添加养料。（3）学习点亮我们内心不熄的明灯，激发前进的动力。（4）学习能增益他人，服务.，为幸福生活奠基。

▲9.如何学会学习？

（1）需要发现并保持对学习的兴趣。（2）需要掌握科学的学习方法。（3）要善于运用不同的学习方式，比如合作学习、探究学习、自主学习等。

第三课发现自己p25页

10．我们越来越关注自己的原因：自我意识的不断增强。

▲11．正确认识自己有什么重要的意义?

(1)可以促进自我发展。

(2)可以促进与他人的交往。

▲12．我们怎样认识自己?

(1)我们可以从生理、心理、.等方面认识自己：

（2）自我评价：(方法是A自我观察和分析B与他人比较)

（3）他人评价

13．自我评价和他人评价对正确认识自己有什么意义?

(1)自我评价的意义：

①能帮助我们接受自己，对自己抱有正确的态度，不骄傲也不自卑。

②能帮助我们调节和控制自己的行为。

(2)他人评价的意义：

①他人评价是我们认识自己的一面镜子。

②有助于我们形成对自己更为客观、完整、清晰的认识。

14．怎样正确对待他人评价?

我们要重视他人的态度与评价，但也要客观冷静分析，既不能盲从，也不能忽视。

15．怎样接纳自己?

(1)需要接纳自己的全部。

①既接纳自己的优点，也接纳自己的不完美。

②既接纳自己的性格，也接纳自己的身材、相貌。

③既接纳自己的现在，也接纳自己的过去。

(2)需要乐观的心态，更需要勇气和智慧。

16．怎样欣赏自己?学会欣赏自己有什么意义?

(1)要求：①欣赏自己的独特，欣赏自己的优点，欣赏自己的努力，欣赏

自己为他人的奉献。②欣赏自己，不是骄傲自大，也不是目中无人。

(2)意义：①既能展现自己的风采，也能看到他人的美丽。

②既能为自己鼓掌，也能为他人喝彩。

▲17．怎样做更好的自己?

(1)需要扬长避短。

(2)需要主动改正缺点。

(3)需要不断激发自己的潜能。（4）要为他人、为.带来福祉，服务.。（5）学会接纳和欣赏自己。

第四课友谊与成长同行p38页

▲18.友谊有什么力量？（朋友对我们有什么影响？）

①朋友对一个人的影响很大，我们的言谈举止、兴趣爱好甚至性格等都或多或少地受到朋友的影响。②朋友，见证了我们一起走过的成长历程.③朋友丰富了我们的生活经验，让我们更深刻地体悟生命的美好。

▲19.友谊的特质有哪些？（如何正确认识友谊？）

①友谊是一种亲密的关系。②友谊是平等的、双向的。③友谊是一种心灵的相遇。

▲20.友谊的澄清有哪些？

（1）友谊不是一成不变的。（2）竞争并不必然伤害友谊，关键是我们对待竞争的态度。（3）友谊不能没有原则。

第五课交友的智慧p49页

▲21.我们如何建立友谊？

①建立友谊，需要开放自己。②建立友谊，需要持续的行动。③需要掌握具体的交友方法。

22.有助于建立友谊的方法有哪些？（了解）

①面带微笑。②记住对方的名字。③真诚夸赞。

④寻找共同之处。⑤做一个耐心的倾听者。⑥要保持好奇。

▲23.我们如何呵护友谊？

①呵护友谊，需要用心去关怀对方。②呵护友谊，需要学会尊重对方。③呵护友谊，需要学会正确处理冲突。④呵护友谊，需要学会承受并正确对待交友中受到的伤害。

▲24.网络交往有什么特点？

具有虚拟、平等、自主等特点，▲25．网络交往的利与弊？

利：①利用网络可以查找学习资料，网上交友、看新新闻、网上购物，它方便了我们的生活。②也开辟了人际交往的新通道，拓展了交往圈。③在网络中交往，可以满足我们的一些心理需要，并且不必承担现实交往中那么多的压力和责任。

弊：①网络开启了通往世界的又一个窗口，但是有时却关闭了与他人沟通的心灵之门。②网络中存在着违法犯罪和一些不良信息等。

▲26.我们如何做到慎重结交网友？

（1）学会理性辨别、慎重选择。（2）要有一定的自我保护意识。（3）将网上的朋友转化为现实中的朋友，需要慎重。（4）我们要学会在现实中与同伴交往，增加真实而贴近的感受。

▲27．在网络交往中我们应如何加强自我保护意识？

（1）在网络中要遵守道德和法律，遵守《网络文明公约》（2）对陌生人的邀请，予以回绝；（3）对家庭地址、联系电话、银行账号等个人真实信息要注意保密。（4）要善于上网学习，不浏览不良信息或网站。（5）不沉溺网络等。

第六课师生之间p60页

▲28.教师的工作有什么特点？

（1）教师作为教育工作者，是人类文明的主要传承者之一。

（2）教师是履行教育教学职责的专业人员，承担教书育人的使命。

▲29.时代对教师有什么要求？（好老师的“四有”标准）

有理想信念、有道德情操、有扎实学识、有仁爱之心的好教师。

30.为什么老师有不同的风格？

由于年龄、学识、阅历、性格、情感与思维方式等差异，每位老师解决问题的方法和表达方式不同，由此呈现出不同的风格。

▲31.如何对待风格不同的老师？

（1）承认并接纳每位老师的不同，（2）尊重老师的不同。

▲32.什么是教学相长（含义）？

教与学是师生相互陪伴、相互促进、共同成长的过程。一方面，我们的学习离不开老师的引领和指导；另一方面，我们与老师交流互动，也可以促进老师更好地“教”。

▲33.我们怎样与老师交流？（或怎样建立教学相长的师生关系？）

（1）面对老师的引领和指导，主动参与、勤学好问。（2）学会正确对待老师的表扬和批评。

▲34.如何正确对待老师的表扬与批评？

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；老师的批评意味着关心、提醒和劝诫，可以帮助我们反省自己，改进不足。对待老师的批评，我们要把注意力放在老师批评的内容和用意上，理解老师的良苦用心。

▲35.师生交往的良好状态是怎样的？

学生乐于学习，老师寓教于乐，师生之间彼此尊重、相互关心、携手共进，是师生交往的良好状态。

▲36．如何与老师建立良好的关系？（或如何建立亦师亦友的师生关系）（1）彼此尊重，是我们与老师建立良好关系的开始。

师生彼此尊重，意味着尊重对方的人格尊严、个性差异、劳动成果等。尊重老师，是中华民族的①优良传统，是我们作为“晚辈”的②基本道德修养，老师是我们③知识的指导者是精神成长的引路人。它不仅体现我们内心的情感和态度，而且表现在与老师日常交往的言谈举止中。

（2）在平等相待、相互促进的师生交往中，我们可以和老师成为朋友。（3）主动关心老师、理解老师。

37.与老师发生分歧该怎么处理？（了解即可）

（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，主动关心。

第七课亲情之爱p71页

▲38、什么是家庭？

家庭是由婚姻关系、血缘关系或收养关系结合成的亲属生活组织。

▲39.家有什么作用？

（1）家是我们身心的寄居之所。（2）家是我们心灵的港湾。

40.中国人心目中的家是怎样的？

在中国人的心目中，家是代代传承、血脉相连的生活共同体，是甜蜜、温暖、轻松的避风港。

▲41、为什么要孝亲敬长？怎样孝亲敬长？

（1）①在中国的家庭文化中，“孝”是重要的精神内涵。

②孝亲敬长是中华民族的传统美德，也是每个中国公民的法律义务。

（2）①尽孝在当下。从现在开始，我们就应该用行动表达孝敬之心。

②学会尊敬、倾听、感恩。

42、什么是亲情？

每个人的内心都有一份对家人割舍不断的情感。

43、亲子冲突发生的原因以及影响？

（1）独立与依赖心理的矛盾。一方面，我们希望父母像对待成人一样尊重我们，不要过多干涉我们的生活；另一方面，面对父母的信任和放手，有时我们又觉得失落和不安，期望得到更多的关注和呵护。

（2）开始审视父母给予我们的爱，开始质疑父母，甚至挑战父母的权威与经验。

（3）作为两代人，由于我们与父母在心智、学识、经历等方面的差异。

影响：亲子冲突就会伤害双方的感情，影响家庭的和睦。有效地化解冲突，既需要父母做出榜样，也需要我们自己努力。

▲44、如何化解亲子冲突，和父母沟通？

（1）掌握互动沟通的技巧和应对冲突的智慧，是亲子之间爱的润滑剂。（2）选择不伤害父母感情和不影响亲子关系的做法。

（3）可以试着去接纳父母的做法，理解父母行为中蕴含的爱。

（4）让父母了解我们的变化和需要，用他们能接受的方式表达我们的爱。

▲45、现代家庭有哪些变化？

（1）现代家庭的结构、规模、观念等都发生了不同程度的变化。不断趋向小型化。

（2）家庭成员的交流、沟通方式发生了变化。

（3）家庭氛围越来越平等、民主。

46.现代家庭生活的重要内容有哪些？

关心世界和国家大事，探讨.和人生问题，学习现代科学文化知识，创建学习型家庭，参与社区活动，这些已成为现代家庭生活的重要内容。

47.家庭成员之间和睦相处是家庭美满幸福的重要条件。

▲48、家庭成员之间如何和睦相处？（或怎样构建和谐家庭？）

（1）家庭成员之间相互理解、信任、体谅和包容。

（2）有效交流和沟通。

（3）以良好的心态面对家庭发展中的问题。

第八课探问生命p88页

▲49、生命有什么特点？

①生命来之不易②生命是独特的③生命是不可逆的④生命是短暂的。

50.怎样理解“生命有时尽”为什么珍爱生命？

（1）生命来之不易，生命是大自然的奇迹，个体的生命是在无数的偶然性中产生的。每个人的，生命是属于我们自己的幸运。

（2）在时间的长河里，个人的生命很短暂。

（3）我们每个人都难以抗拒生命发展的自然规律。死亡是人生不可避免的归宿，它让我们感激生命的获得。向死而生，让我们拥有一份好好活着的感动，从容面对生命的不可预知，更加热爱生命。

▲51、怎样理解“生命有接续”？

（1）在人类生命的接续中，我们总能为自己的生命找到一个位置，担当一份使命。

（2）每个人的生命不仅仅是“我”的生命，还是“我们”的生命。

（3）生命不仅仅是身体的生命，还包括.关系中的生命、精神信念上的生命；我们在身体上接续祖先的生命，也在精神上不断继承人类的精神文明成果。

52、为什么要珍爱他人的生命？（或生命至上的内涵）

（1）生命是宝贵的，生命的价值高于一切。（2）生命至上，并不意味着只看到自己生命的重要性，我们也必须承认别人的生命同样重要。仁者爱

人”“推己及人”，具备这样的情怀，理解这样的道理，才会让我们自觉地珍爱他人的生命，如同珍爱自己的生命一样。

▲

53.为什么要敬畏生命？

（1）生命是脆弱的、艰难的（2）生命是坚强的有力的，生命是崇高的、神圣的。（3）生命是宝贵的，生命的价值高于一切。

▲54、怎样敬畏生命？

（1）从对自己生命的珍惜走向对他人生命的关怀，使我们意识到每个人都需要与他人共同生活。

（2）谨慎地对待生命关系、处理生命问题，尊重、关注、关怀和善待身边的每一个人。

（3）对生命的敬畏是内心的自愿选择。

第九课珍视生命p99页

55、为什么要爱护自己的身体？

我们的生命以身体为基础，守护生命首先要关注自己的身体。

▲56.怎样爱护身体？

（1）关心身体的状况，养成健康的生活方式。（2）珍视自已的肉体生命。（3）增强安全意识、自我保护意识，提高安全防范能力，掌握—些基本的自救自护方法。

57、如何正确认识养护精神？

（1）我们每个人活着，除了要关注生理需要和身体健康，还要过精神生活，满足精神需求。精神风貌反映着我们的生活状态，守护生命需要关注并养护我们的精神。（意义）

（2）我们的精神发育，需要物质的支持，但不完全受物质生活条件和外部环境的制约。一方面，过度的物质追求、物质攀比，容易使我们丧失对真、善、美的体验，丢失精神世界的财富。另一方面，即使在物质贫乏、外部环境艰苦的情况下，只要我们守住自己的心灵，仍然可以看到真、善、美。（物质与精神发育的关系）

（3)守护精神家园，我们不能丢失优秀的民族文化，需要在个人精神世界的充盈中发扬民族精神。（怎样养护？）

58.什么是挫折？我们生活道路上遇到的阻碍、失利、失败。

59、人们对挫折不同感受和行为反应的主要原因是什么？

是人们对挫折的认识和态度不同。表现：①面对不同的挫折，不同的人会有不同的情绪感受和行为反应；②即使遭遇同样的挫折，不同人的情绪感受和行为反应也是不同的；③同一个人在生命的不同时期，对于挫折也会有不同的感受和行为反应。

▲

60.挫折有什么消极作用和积极作用？

消极作用：使人产生难过、失落等负面情绪，容易让人消沉。

积极作用：生活中的挫折是我们生命成长的一部分。得意时，挫折会使我们更清醒，避免盲目乐观、精神懈怠；失意时，挫折会使我们获得更加丰富的生活经验。

▲

61、怎样发掘生命的力量，战胜挫折？

（1）增强生命的承受力、自我调节和自我修复的能力。

（2）培养面对困难的勇气和坚强意志。

（3）借助外力，向他人寻求帮助。

（4）掌握增强生命韧性的方法。

第十课绽放生命p111页

▲62、怎样的一生是值得过的？

（1）能够活出自己的人生，实现自我价值；（2）在看到别人的需要时付出自己的爱心，承担起自己的责任；（3）将个人追求建立在人类共同需要的基础上。

63、为什么探索生命的意义？

（1）探索生命意义，是人类生命的原动力之一。只有人类才可能驾驭自己的生活，选择自己的人生道路。

（2）生命是独特的，生命意义是具体的。

（3）生命的意义需要自己发现和创造。

64、为什么说对待生活的不同态度，会影响生命的质量？

（1）每个生命都会在生活中展现千姿百态。人们对待生活的不同态度，会影响生命的质量。

（2）有的人把自己封闭起来，不愿也不善于感受生活中的美好，不敢也无力去面对生活的困境与难题，狭小的世界限制了生命的生长；有的人缺乏生活目标，无所事事，在时光流逝中生命日益空虚。

65、怎样丰富自己的生命？

（1）热爱学习，乐于实践，在探索中扩展生活的阅历，让生命充满色彩与活力。（2）当我们敞开自己的胸怀，不断尝试与他人、与.、与自然建立联系，生命中的道德体验就会不断丰富，对生命的感受力、理解力就会不断增强。

66、如何实现拒绝冷漠，关爱生命？

（1）所有的冷漠也许都有理由，然而，没有人愿意遭遇到冷漠。生命拒绝冷漠。

（2）我们不仅要关注自身的发展，而且要关切其他的生命，设身处地善待他人。

（3）我们用真诚、热情、给予去感动、改变他人，消融冷漠，共同营造一个互信、友善、和谐的.。

▲67、怎样在平凡中创造伟大？

（1）伟大在与创造。一个人的伟大，不在于职位高低，而在于他能够运用自身的品德、才智和劳动，创造出不平凡的.价值，为我们留下了宝贵的物质财富和精神财富。

（2）做好本职工作，完成职责的人的人生是有意义的。与伟人相比，更多的人可能是默默无闻的。当人们为生活而努力，面对生活的艰难考验，不放弃、不懈怠，为家庭的美好和.的发展贡献自己的力量时，就是在用认真、勤劳、善良、坚持、责任、勇敢书写自己的生命价值。

（3）生命虽然平凡，却也时时创造伟大。当我们将个体生命和他人的、集体的、民族的、国家的甚至人类的命运联系在一起时，生命便会从平凡中闪耀出伟大。

▲68．如何活出生命的精彩？

（1）拒绝贫乏，充阿盈生命。（2）拒绝冷漠，关切他人（3）在平凡中创造伟大。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！