



教育部审定

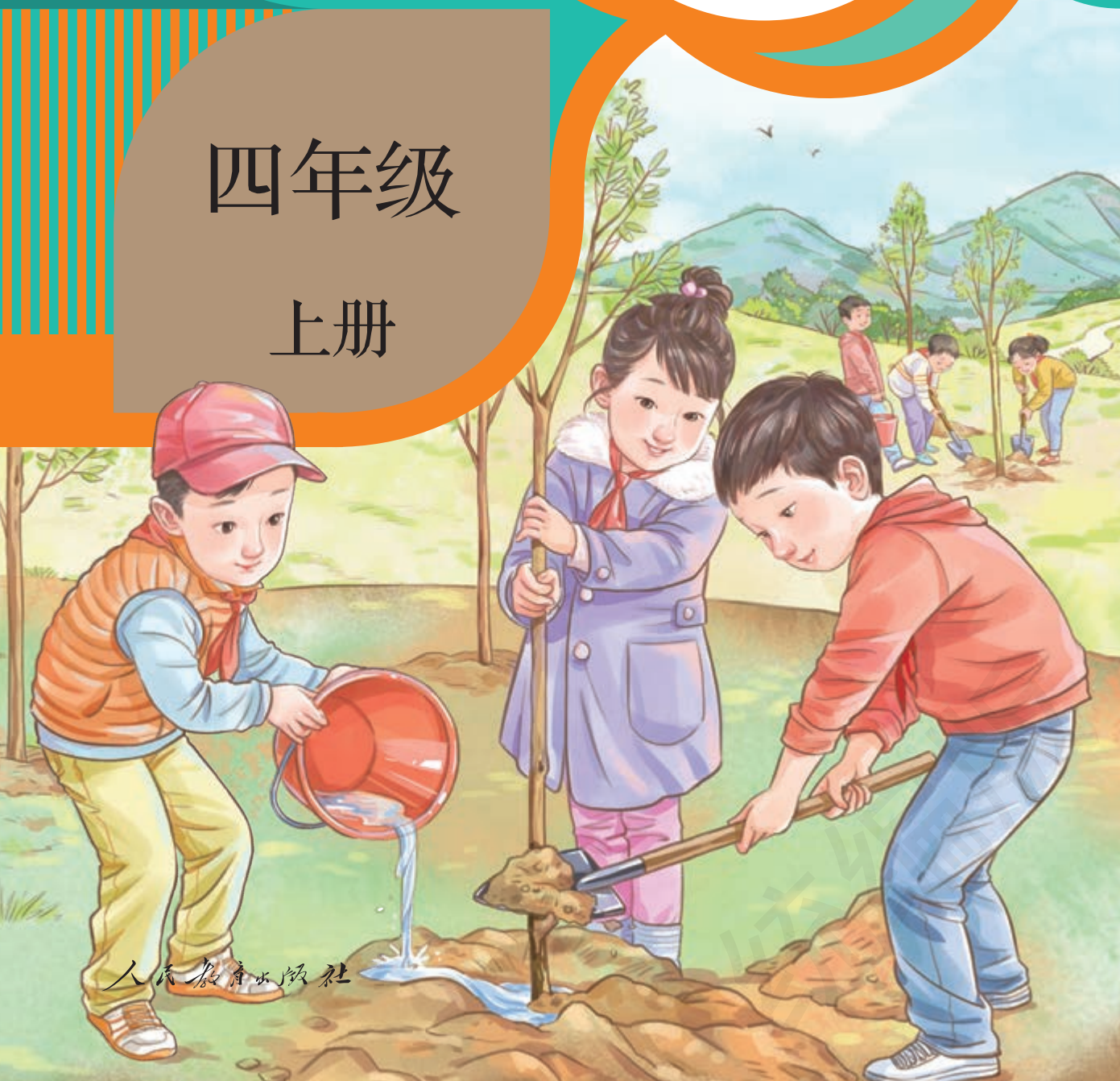
2019

义务教育教科书

道德 与 法治

四年级

上册



人民教育出版社

义务教育教科书

道德与法治

四年级

上册

教育部组织编写

总主编 鲁洁

人民教育出版社

·北京·

总主编：鲁洁
本册主编：高德胜

编写人员：（以姓氏笔画为序）

任颖 何颖 陈先凤 殷雪 唐燕 陶元红 章乐


责任编辑：马春萌
美术编辑：李宏庆

义务教育教科书 道德与法治 四年级 上册
教育部组织编写

出版 人民教育出版社
（北京市海淀区中关村南大街17号院1号楼 邮编：100081）
网址 <http://www.pep.com.cn>
重印 ×××出版社
发行 ×××新华书店
印刷 ×××印刷厂
版次 2019年6月第1版
印次 年 月第 次印刷
开本 787毫米×1092毫米 1/16
印张 6.25
字数 125千字
印数 册
书号 ISBN 978-7-107-33512-9
定价 元

版权所有·未经许可不得采用任何方式擅自复制或本产品任何部分·违者必究
如发现内容质量问题，请登录中小学教材意见反馈平台：jcyjfk.pep.com.cn
如发现印、装质量问题，影响阅读，请与×××联系调换。电话：×××-××××××××





目录




第一单元 与班级共成长

- | | |
|------------|----|
| 1 我们班四岁了 | 2 |
| 2 我们的班规我们订 | 8 |
| 3 我们班 他们班 | 16 |




第二单元 为父母分担

- | | |
|-------------|----|
| 4 少让父母为我操心 | 24 |
| 5 这些事我来做 | 32 |
| 6 我的家庭贡献与责任 | 42 |



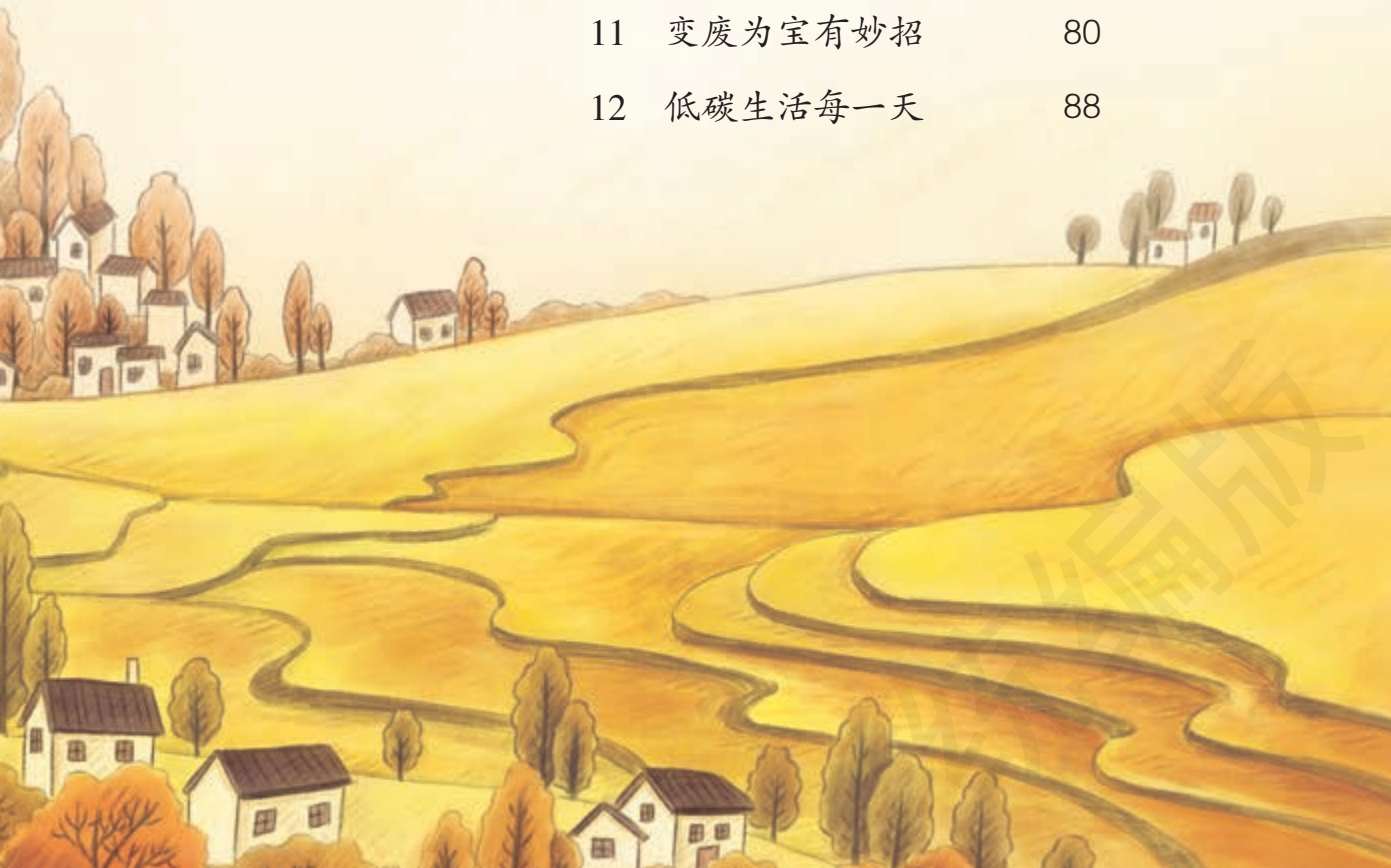
第三单元 信息万花筒

- | | | |
|---|--------|----|
| 7 | 健康看电视 | 50 |
| 8 | 网络新世界 | 58 |
| 9 | 正确认识广告 | 64 |



第四单元 让生活多一些绿色

- | | | |
|----|------------|----|
| 10 | 我们所了解的环境污染 | 72 |
| 11 | 变废为宝有妙招 | 80 |
| 12 | 低碳生活每一天 | 88 |



1 我们班四岁了

我们班的成长足迹

我们在一起学习已经三年多了，三年多的班级生活给我们留下了许多美好回忆。让我们一起来回忆班级的成长足迹吧！



记得刚入学时，同学们互不相识。过了一段时间，一个团结的班集体在大家的欢声笑语中诞生了。



记得建队日那天，我们在队旗下庄严宣誓，鲜艳的红领巾飘扬在胸前，我们成为光荣的少先队员……

不知不觉中，我们班已经四岁了，让我们一起对着过去的照片，回忆一下班里发生过哪些有趣或难忘的事。

这是一年级时学校组织全班同学看菊花展后的合影。看，同学们个个笑得那么灿烂。



这是二年级时学校的春季运动会。我们班在接力赛中齐心协力，获得了优秀团体奖。



交流园

召开一个班级故事会

1. 讲讲班级中那些温暖感人的故事。
2. 讲讲班级中那些幽默有趣的故事。
3. 讲讲班级中那些伤心难过的故事。

我们班很棒

每个班都有自己的优点，你能说出自己班棒在哪里吗？

在我们班，人人都有自己的岗位。班里建立了“岗位轮换”制度，让每位同学都有机会体验不同岗位的工作，承担不同的责任。因此，地脏了会有人自觉清扫，遇到困难总有同学无私相助……

我今天当上了图书管理员。



我们班的优点有……

写一句话或一首小诗赞美一下



每个班都有自己的不足，我们一起来找一找自己班还存在哪些问题。

找一找

我们班存在的问题与不足

为了让班级更棒，我们来建立一个“金点子”园地。请大家针对班级的问题与不足，出主意、想办法，用自己的智慧为班级献计献策。

我的金点子

班徽设计大赛

班徽是一个班级的标志，是班集体的象征，代表了一个班的奋斗目标。看看下面几个班徽体现了什么样的奋斗目标。



我们的班徽上有三个快乐的娃娃，他们向着天空张开双臂，代表着加油吧，四年级（3）班！



我们的班徽色彩斑斓。红色代表热情，黄色代表活泼，绿色代表健康，蓝色代表宽广……多彩童年，快乐成长！



我们的班徽上有一个小螺号，它象征着吹响嘹亮的号角，向着彩虹，向着阳光，扬帆起航。

设计班徽

请设计一个班徽。比一比，看谁的设计主题明确、简洁美观。

第一步：确定能体现班级奋斗目标的主题词。

第二步：选定体现主题词的象征图案和颜色。

第三步：把选定的图案有机地组合起来。

第四步：写上解说词。

我的设计



让我们来展示一下设计好的班徽吧！

统编版

2 我们的班规我们订

班规的作用

没有规矩，不成方圆。国有国法，校有校纪，班有班规。班规是班级共同生活的规则。班规可以让班级生活健康有序，使同学们在班里能愉快、安全地学习和活动。



我们的课堂学习有序又活跃。



我们的课间活动活泼又安全。



借阅图书时，我们都会做到爱护图书，看完后放回原位。

你认为班规有什么
用？说说你的看法。



班规大搜索

开展一个班规大搜索活动，看看班规的内容都有哪些。

班规（一）

早睡早起准时到，进出校门有礼貌。

自主学习会合作，专心听讲爱思考。

教室卫生勤打扫，诚实守信要记牢。

排队集合快静齐，室内室外不追跑。

用餐文明不挑食，对待公物如珍宝。

说说这些班规都包含了哪些方面的内容。



班规（二）

1. 课堂上尊重老师，认真听讲，积极发言。
2. 同学之间相互尊重，说话文明，不打架。
3. 主动帮助遇到困难的同学。
4. 讲究个人卫生，穿戴整齐，勤剪指甲勤洗手。
5. 保持教室和校园干净整洁，不乱扔垃圾。
6. 如果违反班规，向全班道歉。

班规我们订

应当怎样制订班规呢？下面两种制订班规的方式，你认为哪种更合理？



我们班的班规是由老师一个人制订的。



我们班的班规是老师带领同学们一起讨论后再确定的。

班规的制订不是一件简单的事情，我们必须掌握制订班规的程序和方法。

下面是制订班规时要注意的事项，请在你赞成的事项前面画上“√”，并想一想还有什么可以补充的。

- 班规的内容不能事无巨细、面面俱到。
- 针对班级中存在的问题，提出班规的内容。
- 每条班规都应由大家表决通过。
- 要有纠正违反班规行为的办法。
- 要有班规修订办法。

如果你们班还没有班规，现在就动手制订吧。

可以根据我们的
班级目标提出相应的
规则和要求。

有的同学课间在教室里
踢球，应该把不能在教室里
踢球作为一条班规。

.....

老师总是爱提问前排的
同学，班规应该加一条，老师提
问应该兼顾全班同学。

班规重执行

我们是班规的制订者，也应该是班规的守护者。大家一起制订的班规，是对班集体所有成员的要求，每个人都应该自觉遵守。但有时候也有下面这样的情况发生。



今天是新老师上课，金东和李蔷在下面交头接耳。



赵方看到别的同学随地扔废纸，他也扔了一个纸团。

我的建议

你认为应当采取哪些措施，以督促同学们自觉遵守班规。请把你的建议写下来。



我们一起来夸夸班里的“遵守班规之星”，把他们的名字写进下面的光荣榜里。

★ ★ ★ 遵守班规之星 ★ ★ ★

阅读角

为了更好地执行班规，四（1）班全体同学与班主任老师共同商定了一个“违反班规处理办法”。其中规定，如果谁违反班规，就要写检查以示惩罚。

一天，吴林在教室里乱跑，撞倒了一位同学。班长按照“违反班规处理办法”要吴林写一份检查，并向同学道歉。吴林觉得写检查很没面子，就向班长提出自己为班级打扫一周卫生来代替写检查。

如果你是班长，你会怎样执行这条班规？你认为这件事应该怎么办？



我的想法和建议

班规可改进

大家一起讨论、制订的班规，可能会有不完善的地方。随着情况的变化、发展，也会有班规与实际情况不符合的地方。如果发现班规存在问题，应该怎么办呢？

有同学认为，新制订的班规肯定不是十全十美的，如果发现班规存在问题，就应对班规进行修改，使其不断完善。但有的同学认为，班规既然制订了，就要严格执行，不能随意更改。你的看法是什么？

我的看法



下面这些同学对班规修订提出的意见，你赞同吗？

如果情况变了，可以对班规进行修订。

班规中提了太多不准干这、不准干那的要求，应该告诉我们正确的做法是怎样的。

班规既然制订了，就应该严格执行，不能随意更改。

修订班规要遵循一定的程序。



3 我们班 他们班

走进他们班

张小文的疑惑

张小文是个爱思考的学生，脑海里总会冒出各种各样的疑问。他发现语文老师总在课堂上夸奖隔壁四（3）班，他想：四（3）班同学到底做得怎么样？真的值得我们班学习的地方吗？

在校园生活中，你有过类似的困惑吗？你了解其他班级吗？



在学校里，除了自己班以外，还有很多其他班。每个班都是不同的……



四（2）班同学喜欢阅读，他们教室里有很多图书。



四（3）班同学跑步很快，几乎每次接力赛他们班都是第一名。

班级小调查

自由分组，选择各自想要了解的班级进行调查。

小调查	
班级	
人数	
任课老师	
社团、文艺活动	
获奖项目	
同学关系	

让我们一起
去了解一下其他
班吧!



小贴士

1. 问问他们班的同学，调查他们班的基本信息。
2. 了解他们班获得的奖项，看看他们班擅长什么。
3. 问问既教他们班又教我们班的老师，听听老师对两个班的评价。
4. 通过阅读他们班的板报，了解他们班的特点。

根据搜集的资料讨论一下，你们所调查的班级有什么特点，哪些地方值得学习。

我们认为，_____班的特点是：_____

值得我们班学习的地方有：_____

增进班级间的合作

每个班都是学校大家庭中的一员。在学校生活中，大家一起合作，共同创造和分享美好的校园生活。

新学期的“文化月”活动中，四年级所有班级齐心协力，给全校同学奉献了一场精彩的联欢会。



3班和5班成立了宣传小组，他们设计的海报非常精美。



演出小组的同学都是来自各个班的舞蹈高手。



2班的电脑兴趣小组为6班的音乐小组提供技术支持，一起负责联欢会音乐的准备与播放。



文稿小组由各个班的文学爱好者组成，他们在老师的指导下撰写主持人讲稿。



你们班和别的班有过类似的活动吗？你们在活动中是怎样合作的？

设计合作活动

1. 发挥自己的想象，设计一个班级合作活动方案。
2. 班内讨论，评选出可行的合作活动方案。
3. 在老师的帮助下主动邀请另一个班级，一起商议，合作开展活动。

我们可以组织一次班级之间的读书交流会。

我们可以一起去郊游，还可以一起做游戏……



针对学校生活中存在的问题，我们两个班可以共同向学校提出建议。

我们可以一起开展校园科技节活动，展示大家的新发明。

你认为开展这类班级合作活动有什么意义？大家可以从收获什么？



正确对待班级间的竞争

班级与班级之间既有合作，也有竞争。竞争给我们带来成长和收获。



为了在合唱比赛中获得好成绩，我们班每天放学后都认真练习。



上学期，5班和我们班进行了一场知识竞赛活动。活动中，双方都学到了不少知识。

班级之间有竞争是正常的，但是，如果使用不正当的方式获胜，那是不光彩的，甚至会产生不良后果。



摄影比赛时，为了让班级取得好成绩，有的同学用家长的作品参赛。



卫生评比时，部分卫生检查员在检查本班卫生时，偷偷捡起地上的纸屑。



交流园

在你的生活中有类似的现象吗？这种做法可能导致什么样的不良后果？

班级间的竞争必须使用正当方式。这话说起来容易，真正做到，也不是那么简单。



四年级将要举行“校园话剧”比赛，为了干扰其他班同学的比赛心情，有同学提议制作一条贬低其他班级的横幅。对此，有同学认为这种方式不正当，也很不友善。最后，大家商定在横幅上写“班班有看头”“剧剧都精彩”。

假如你是赛场上的运动员，听到别人起哄，会怎么想？如果你在看台上看到别的班同学跑在前边，会怎么做？



说一说，这些做法是否合适。

为他班喝彩

每个班级都有自己的特点，都有值得尊重和欣赏的地方。能够为他班喝彩，就是对他们的认可和赞赏。

阅读角

为他人喝彩

我曾应邀参加一所小学的运动会。那次运动会上，有一个班获得了“道德风尚奖”。我向校长提出心中的疑惑：在整个竞赛过程中，并没有发现这个班的道德风尚比其他班高在何处。校长说：“其实你忽略了一个细节——在同学们都为自己班运动员取得好成绩而欢呼雀跃时，唯有那个班的学生在为自己喝彩的同时，也不忘为别人喝彩。”

由此，我还想起一次外国人为中国人喝彩的场面。2001年8月22日，在北京举行的世界大学生运动会开幕式上，当法国体育代表团走到主席台前时，人们意外地看见，法国运动员高高举起了一条横幅，上面用中文写着“法国代表团祝贺北京2008年奥运会申办成功”。巴黎申办奥运会败给北京，但法国人仍能大度地为竞争对手送上祝福，他们赢得了全场观众最热烈的掌声。

本文作者常占国，选作课文时有改动。

为什么学校会给那个班颁发“道德风尚奖”呢？

巴黎申办奥运会时败给了北京，为什么法国代表团还会向北京祝贺呢？

为什么全场观众给法国代表团最热烈的掌声呢？

真正懂得为他人喝彩的人，会欣赏他人在竞争过程中的卓越表现和努力拼搏的精神，而不会在意胜败的结果。



你如何看待上述想法？你会为他班喝彩吗，为什么？



为他班喝彩倡议书

让我们把“为他班喝彩”的倡议落实到每一次班级间的活动中吧！

运动会上，我们会……

合唱比赛中，我们会……

……

4 少让父母为我操心

爸爸妈妈多辛苦

从早到晚，父母总在忙碌，为工作努力，为生活奔波，为我们操心……让我们了解父母都在做些什么，试着体会他们的辛劳吧！



时间				
父母在忙什么				
我的发现	<p>我发现每天父母最忙碌的时间是……</p> <p>我发现每天比我起得早的是……睡得晚的是……</p> <p>我发现每天父母下班后，还要在家里做……</p> <p>我发现……</p>			

当和父母在一起时，你留意过他们在忙些什么吗？仔细观察，体会他们的辛苦。

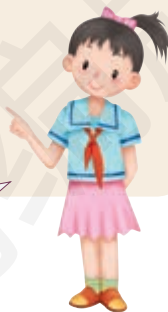
阅读角

爸爸，您辛苦啦！

星期一清早，爸爸像往常一样骑车送我去上学。一路上，自行车在坑洼不平的道路上颠簸得厉害，爸爸不停地叮嘱我：“小鹏，抓紧啦，当心别摔着！”我拽住爸爸的衣角，猛然间发现这件衣服他已经穿了那么久，因为洗的次数太多，衣角早已发白、起毛。爸爸一直踩着自行车，看到他吃力的样子，我不由得鼻子一酸……

在我的记忆中，爸爸永远是忙忙碌碌的。妈妈的身体很不好，因此，照顾我的重任就落在了爸爸的肩上。爸爸上班的地方离家很远，每天早上为了赶在上班前给我做早饭，送我去上学，他总是天不亮就起床。下午放学时，他又会准时出现在学校门口，接我回家，辅导我学习。除此之外，还要做晚饭、打扫卫生、照顾妈妈……等忙完了这一切，爸爸早已累得精疲力尽。

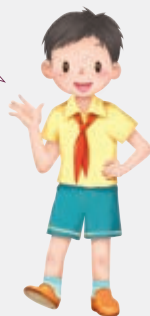
你从哪里感受到小鹏爸爸的辛苦？



父母在家里的辛劳,我们可以看得到。他们工作时……



征得爸爸妈妈的同意,跟着他们去上一天班吧!



📌 小贴士

1. 事先了解爸爸妈妈上班的地方有什么规定和要求,特别要记住哪些是不能做的。
2. 在爸爸妈妈工作的时候仔细观察,但不要打扰他们。
3. 要注意安全,讲礼貌。

父母工作时的辛苦体现在哪儿呢?请你从工作时间、上班路程、工作内容等方面说一说。



小记者访问

如果不能跟着父母去上班，也有办法了解父母工作的情况。比如，我们可以进行一次小记者访问。

访问实录

访问对象：妈妈 职业：公交车驾驶员 访问人：洋洋（女儿）

女：妈妈，每天早上我还没醒，您就上班去了。请问您为什么那么早上班呢？

母：妈妈负责开首班车，每天必须早上六点准时把车开出站。所以要在五点半之前赶到总站，做好出发前的准备工作。

女：您一整天都在开车吗？什么时候吃饭和休息呢？

母：是呀，按规定一天要开完五个来回。妈妈跑的这条线路经过市中心，道路拥挤，乘客也特别多，情况复杂，经常堵车。为了不耽误大家坐车，平时我连水都不敢多喝，生怕因为上厕所而延误开车。吃饭很难准时，午饭经常要到下午一两点才能吃上。

女：妈妈，原来您的工作这么辛苦呀！工作中您遇到的最大苦恼是什么呢？

母：乘客不理解我的工作最让我苦恼。有些乘客因为等车时间长而埋怨我，甚至还会因为一些小事和我吵架。这不仅让妈妈感到很委屈，甚至还影响到安全驾驶。

采访感受

你觉得洋洋妈妈工作辛苦吗？假如你是洋洋，你想对妈妈说些什么，做些什么呢？



设计访问提纲

如果要对父母的工作进行一次访问，你想提哪些问题呢？事先设计一个访问提纲吧。

访问对象		职业	
访问人		访问时间	
问题一			
问题二			
问题三			

小贴士

1. 可以就职业特点和工作内容提问。
2. 可以根据自己的疑问，有针对性地提问。
3. 可以抓住细节，询问工作中的辛苦和烦恼。

对父母进行访问后，别忘了整理访问实录，写下自己的感受，与大家一起交流。

访问实录

我的感受

少给父母添麻烦

父母要做那么多事，很辛苦。我们都爱父母，也想为他们分担。很多事情我们帮不上忙，但起码能做到管好自己，少给父母添麻烦。

学校里——



在家中——



玩耍时——



你有过类似的情况吗？你认为怎样做才是管好自己呢？



相信我们每个人都不想给父母添麻烦，只是有时候不能从父母的视角想问题，无意中给他们增添了麻烦……

嘉伟在邻居家的菜地边踢足球，把菜苗踩倒了一大片……

嘉伟的爸爸这时可能……，如果嘉伟能……就好了。



楠楠生病了，爸爸帮她拿药，倒好了水……

楠楠的爸爸此刻心情会……，如果楠楠能……就好了。

太苦了，我不吃！



王鑫背着父母用压岁钱买了个电话手表，用后又觉得不合适……

这会给妈妈带来的麻烦是……，如果王鑫能……就好了。

妈妈，这个电话手表不好用，您帮我退掉吧！



我们不经意的一句话或一个举动，都有可能使父母徒增烦恼。要为父母分忧解愁，就从学做一个懂事的孩子开始吧。

爸爸妈妈，我做完作业陪奶奶去散步，奶奶可高兴了，以后我要天天陪奶奶散步！



如果张小宇能坚持陪奶奶散步，父母会感到……



我们已经长大了，如果我们能做得更好，父母就可以少为我们操心。

如果早上我能按时起床，父母就可以_____

如果我会自己洗衣服、整理房间，父母就可以_____

如果放学后我又快又好地把作业做完，父母就可以_____

如果我会_____，父母就可以_____

把这些设想变成实际行动吧！



5 这些事我来做

家务擂台赛

家务活有许多，买菜做饭、擦桌洗碗、洗衣叠被、买日用品……你平时都做过哪些呢？



我每天放学后负责喂羊，慢慢知道了羊的生活习性。



我经常扫地，既锻炼了动手能力，又为家人带来了干净的空间。



我先淘米煮饭，等家人下班回来做晚饭就轻松了。

小伙伴中有这样的家务小能手吗？去采访一下吧。



家务擂台赛

举办一次“家务擂台赛”，大家都来露一手。



我学做这项家务是因为……

我能把这项家务做得又快又好的原因是……

我一直坚持做这项家务活的感受是……

我们尝试着做家务，不仅能够减轻大人的负担，而且在动手做的过程中，还会有许多收获呢！



知识窗

做家务好处多

1. 有助于形成良好的生活习惯。
2. 可以形成良好的劳动态度。
3. 可以增进对家人的理解，帮助我们体会家庭责任。
4. 能够提高生活技能，让人自信。
5. 为成年后的生活打下良好基础。

回想一下，自己在做家务的过程中有哪些收获。



愿做哪种人

作为家中的小成员，我们应当做些力所能及的家务事，减轻父母的负担。

夏丛艳日记

3月29日 晴

爸爸妈妈一直在外地工作，所以，下午放学我都要等妹妹下课，带她回家。可是，今天我只能拜托邻居姐姐接妹妹回家。因为我需要赶紧回家背水，用来煮饭、喂牛、洗衣服……

我用塑料瓶装水，并且装得满满的，因为路程有点远，装少了跑一趟很不划算。一路上，我打起十二分的精神，背着沉重的水在崎岖的山路上艰难行走。一下午，我背了三趟，把近百斤水背到了家里。我很骄傲，因为至少在两天之内用水不用发愁了！

背完水，爷爷奶奶还没从地里回来，我又忙着洗菜烧饭……

读了这篇日记，你有什么感受？你能从主人公的身上学到些什么呢？



有人愿意主动承担家务劳动，并且做得非常出色。但也有人有不同的想法，来看看他们的做法。



你们觉得这些孩子可爱吗？
想想自己身上有他们的影子吗？



小讨论

你想对下面这些观点说些什么？

每天回家都要看书、写作业，没时间做家务。

我家都是爸爸妈妈和钟点工阿姨做家务，根本不需要我做。

天天干活，太累了！

……



不让做 怎么办

有时候并不是自己不愿意做家务，而是大人不让我们做。他们总是担心这个，担心那个。

小乖乖，快别做了，别累着！



现在你还小，以后长大了再慢慢学。



家里的事不用你操心，专心学习，提高成绩最重要！



去去去，到一边玩去，你来只会帮倒忙，添麻烦！



大人为什么不让我们做家务呢？你也有过类似的烦恼吗？说给大家听听。



亲爱的妈妈：

今天，我给您写这封信，想跟您说说心里话。也许在您的眼中，我一直是个长不大的孩子，但是我已经十岁了，很想尝试着做自己力所能及的事情，可您总是担心这，害怕那，什么也不让我做。

看到您每天下班后这么疲惫，我就想在您做晚饭的时候帮帮忙，可是脚还没踏进厨房，您就冲着我说：“厨房里全是油烟，你来这里干什么？作业写好了吗？还不抓紧时间看书去！”我只好悻悻地走开了。星期天早上，我想陪您一起去菜场买菜，帮着拎菜，可是您却不同意，说：“不用了，太重了！你把劲儿留着好好学习吧！”帮不上忙的我，心里就像压了块大石头，一句话也说不出。

妈妈，我想对您说：“我知道您所做的一切都是在关心我爱护我，但是您的女儿已经长大啦！我想锻炼自己，慢慢学会独立，这样才能更好地适应生活呀！请您信任我，让我试试看，好吗？”

此致

敬礼！

您的女儿刘晓慧

2018年9月20日

从这封信中，你学到了
哪些与父母沟通的智慧呢？



要说服大人放心让我们做家务，不是件简单的事，那是需要智慧的。

如果你也遇到这样的情况，你准备写一封怎样的信与大人沟通，使他们理解你呢？



A large green rectangular area containing seven horizontal blue lines, intended for writing a letter.

道理魔石

送你一个《一屋不扫，何以扫天下》的故事，它可以帮助你充实说服大人的理由。

恒心魔石

听说过“万事从来贵有恒”这句话吗？如果你能长时间地坚持做好家务，这份恒心一定能打动大人！

巧思魔石

选做家务要量力而行，先从自己力所能及的事情开始，用实际行动证明自己胜任，就可以打消大人的顾虑啦！

送你三块魔石，它们能帮助你实现做家务的愿望！



与家务活“签约”

任何人都不是天生就能把家务做好的。只要我们愿意尝试，乐于学习，一定能成为“家务小能手”！

比一比

做家务情况：

每天坚持做（ ） 有时间就做（ ） 偶尔做（ ） 从来不做（ ）

我会做的家务活：

我还不会做的家务活：

我想学做的家务活：

我们虽然不会做某些家务活，但可以学。你会向谁学？怎么学呢？



我向爷爷学习择菜的方法

仔细看
动嘴问
爱思考
多动手



从电视节目里也能学

做家务有很多诀窍,运用诀窍可以让做家务事半功倍。

知识窗

家务小妙招

1. 扫地的时候要顺着地砖或地板的纹路扫。
2. 把刷好的湿白球鞋表面用卫生纸包好后阴干,能防止白球鞋变黄。
3. 擦玻璃时可以先用湿抹布擦去灰尘和污渍,再用废报纸擦干玻璃上的水迹,这样更干净。
4. 如果桌子或白色皮具上沾有油污,尤其是圆珠笔笔迹,可以用纸巾蘸取少许风油精,轻轻擦拭即可去掉。

你还知道哪些家务小妙招?
赶紧向大家介绍一下吧!



“家务能手”卡

我学会的家务活是_____

我是跟_____学会的。

我的学习体会是_____



我们已经掌握了一些做家务的本领，如何才能促使自己更积极主动地做家务呢？

阳阳的家务作业

早上起床后自己整理床铺，吃饭时自己盛饭，饭后帮着收拾桌子，自己清洗内衣，还要经常打扫卫生……这些都是四年级学生阳阳的家务作业内容。

这个学期，学校举行“家务我能行”的主题活动，专门布置了一项名为“勤做家务”的家庭作业，通过学生自我测评和家长记录表，将每个学生做家务的情况反馈给学校。

你参加过类似的活动吗？还能设计哪些有趣的活动来调动大家做家务的积极性呢？



家务承诺书

身为家中的小主人，我自愿承担的家务是：_____，
为美好的家庭生活贡献力量。

现在，我郑重承诺：每天负责这些家务活，保证按时、认真地完成，
接受爸爸妈妈的监督。

签字：

年 月 日



你平时是怎样坚持做家务的？把自己的方法介绍给大家吧！主动学做家务只是第一步，能长期坚持做才是最棒的！

6 我的家庭贡献与责任

我的家庭贡献

家庭中的每位成员都很重要，家庭的幸福需要每个人作出贡献。作为孩子，我们对家庭也要有自己的贡献。

周末晚上，秦朗家开了一个家庭会议，主题是每个人的家庭贡献。秦朗自己觉得没什么贡献，但爸爸妈妈的话让她找到了自信。



女儿出生之后，家里有了不一样的快乐。下班回来，只要看到女儿的笑容，就很开心。



女儿越来越懂事了，能为家里做好多事情，宝贝是上天赐给我们的最好礼物。

原来是这样啊……



交流园

交流一下，你对家庭的贡献有哪些呢？

家庭中的每个人都是不可缺少的。家人之间的相互陪伴、相互关心、相互支持，都是家庭成员对家庭的贡献。



周末，爸爸胃病犯了，妈妈还在出差，小林决定不出门玩了，在家陪爸爸。



妹妹缠着妈妈，要跟着去菜地玩，姐姐主动提出在家照顾妹妹。



爸爸身体有点超重，刘华杰为了督促爸爸锻炼身体，经常和爸爸一起打篮球。

你能发现家人间相互陪伴、相互关心、相互支持的事情吗？



作为家中的一员，尽管我们能力有限，但是，也可以为家庭事务出主意，用自己的创意和行动为家庭作贡献！



给菜地扎个竹篱笆吧！

不知道菜苗又被谁家的鸡吃了。

父母常说我是家里的“创意员”，点子特别多。



下雨了，我在家门口放一个垫子，不让泥水带到家里面。



空罐子用来种花，家里的阳台变得生机勃勃。

想一想，你们家是不是也缺少什么？让我们开动脑筋，给家里出些“好点子”吧。



孩子是维系家庭成员之间亲情的纽带。

演一演

请从下面的“家庭任务袋”中抽取一个任务，想想可以用哪些方法完成，并演一演。

任务1: 外公、外婆不和我们住在一起，我们如何关心他们呢？

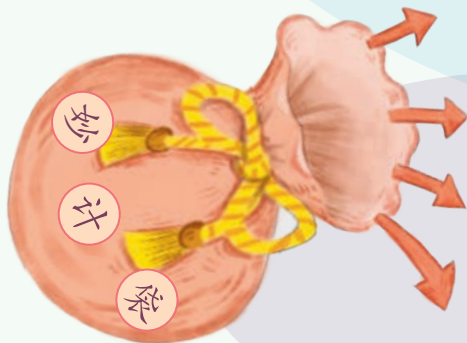
任务2: 如何让我家与叔叔家、姨妈家联系得更紧密呢？

任务3: 父母因为家务事吵架了，如何让父母和好呢？

任务4: ……

家庭任务袋

我抽取的任务是“如何让我家与叔叔家、姨妈家联系得更紧密”。我的妙计是邀请堂弟、表妹到我家玩，或者经常给叔叔、姨妈打电话，向他们问好……



我抽取的任务是……
我的妙计是……

你还能想到的妙计是……



我也有责任

“家”是一个特别的地方，这里有爸爸妈妈这样的大人，也有我们这样的小孩。在家庭生活中，大人要尽责，我们年龄虽小，但也应尽到自己的责任。

朱晓自告奋勇地向爸爸申请，由他每天负责倒家里的垃圾。可才干了一个星期，他就抱怨起来。



如果大人嫌家务事烦，也可以不做家务吗？

烦死了，家里每天都有这么多垃圾，我不想干了。



假如没人做家务，朱晓家会变成什么样呢？家庭生活又会变成什么样呢？

1. 朱晓早上要去上学，可妈妈没做早饭，怎么办呢？

2. ……



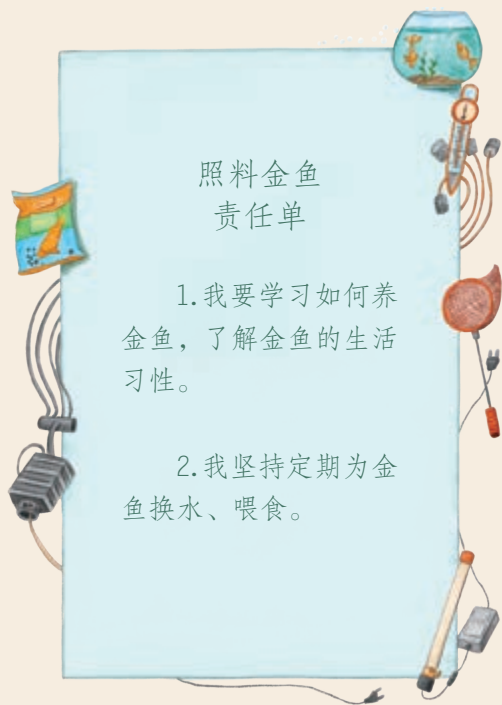
承担家庭责任不能仅凭一时兴起，需要有负责任的精神，坚持负责到底！



阅读角

看到邻居家养的金鱼很漂亮，金轩也央求爸爸买几条小金鱼来养。但是，爸爸觉得养金鱼太费事，会平添不少家务负担。但金轩一再坚持，并许诺照顾金鱼的事情由自己承担。爸爸担心金轩不能尽职照料金鱼，就与他做了一个约定——“照料金鱼责任单”。之后，爸爸带着他去观赏鱼市场买回来五条小金鱼，鱼缸、鱼食以及其他养鱼用品。

金轩很快发现，养金鱼不是那么容易的事情。给金鱼换水就大有学问。不同的季节，换水的时间不一样。换水的方式也要注意，新接的自来水不能立即使用，否则自来水中的消毒剂残留，会让金鱼受不了。虽然金轩意识到照顾金鱼不容易，但是，既然是自己决定要养的，就会负责到底。爸爸称赞金轩这种负责任的精神。这种精神不仅是对自己的决定负责，对与爸爸之间的约定负责，也是对金鱼负责。照料金鱼不能仅凭一时的兴趣，金鱼是有生命的，既然决定养金鱼，就应该对金鱼负责，按照金鱼的习性来照顾它们的生活。



你理解金轩爸爸所说的“负责任的精神”吗？



有了为家庭负责的精神，我们就会处处为家庭着想，主动做力所能及的事情，不会认为家庭事务只是大人的事情。



舅舅来家里做客，而父母正好去田里干活了，我会……



家里的洗发水快用光了，我会……

阅读角

有客来我家	我请坐沙发	客人等一等	我去倒杯茶
茶水香又香	飘着茉莉花	客人微微笑	夸我好娃娃

活动园

在第五课《这些事我来做》中，你自愿写下了“家务承诺书”。你坚持完成这些家务了吗？你从中感受到了自己的负责精神吗？结合自己坚持完成的家务记录表，谈谈自己的负责精神。



阅读角

童年小事

小时候，妈妈每次出门，都嘱咐我把家看好。我觉得这是妈妈郑重交代的任务，是自己应该承担的家庭责任，必须认真对待。妈妈一走，我就搬个小板凳坐在家门口，不让邻居家的鸡、鸭、猪、狗到我家院子里捣乱。在我的守护下，不但院子里晒的粮食、存放的蔬菜完好无损，院子里的卫生也总能保持得很好。妈妈不在家，邻居家的叔叔阿姨来借劳动工具，我总是记得清清楚楚，等妈妈回来后一件一件报给她，让她知道每件工具都是被谁借走了。有时候妈妈找不到某件工具，忘记是谁借去了，我都能准确地告诉她工具在谁那里。村里人都夸我，说我是家里的“门神”。所以，一见我和我家老黄狗端坐在家门口，邻居们就会逗我，“乖孩子，出去玩吧，有你家老黄狗看家，没事的。”听到邻居这样说，我总会“义正辞严”地拒绝。他们见我认真的样子，总是哈哈大笑。在他们的笑声里，我感受到的不是嘲笑，而是赞许。



主人公坚持承担了家庭责任。想一想，他从中收获了什么？你有一直承担的家务事吗？如果有，你收获了什么呢？

7 健康看电视

神奇的“宝盒”

电视就像一个神奇的“宝盒”，能够变幻出一个个不同的神奇世界。瞧！飞檐走壁的大侠来了，智慧勇敢的小羊跑了，紧张激烈的球赛刚刚拉开阵势，婉转悠扬的戏曲又唱响起来……



我最喜欢看动画片。动画片里丰富的人物表情、夸张的动作和有趣的情节，有说不出的吸引力。



科学探索节目是我的最爱。大至宇宙，小至细胞，各国风土人情，天文地理无所不有。看这些节目使我成了班里的“万事通”！



足球赛、篮球赛、乒乓球赛等体育比赛我都喜欢看。球员们在赛场上的竞技拼搏，真是激动人心啊！



我最喜欢看竞答类节目。主持人报题，我就跟着答题，一路闯关，太有挑战性了！

说一说你喜爱的电视节目，并填一填推荐卡。



推荐卡	
节目名称	
频道	
时间	
喜欢看的原因	

找寻“宝盒”里的“宝贝”

电视是个神奇的“宝盒”，里面装着许多精彩纷呈的节目。想一想，在这个“宝盒”里你找到过什么样的“宝贝”。与大家分享自己喜欢的精彩内容。



眼睛的“抗议书”

当我们手拿遥控器，面对荧光屏，聚精会神地想在“宝盒”里寻找更多“宝贝”时，有没有想过谁最辛苦呢？

眼睛的“抗议书”

小主人亮亮：

我原本是一双水灵灵的大眼睛，左右眼视力都很棒，在五官家族中可有地位啦！

自从你上小学以来，我每天从早上六点半工作到晚上九点半，不仅白天要看书、看作业，晚上还要在电视机前盯上一两个小时。频繁跳动的电视图像刺激着我。你感觉不舒服了，还不停地用手揉我，一揉就是好几分钟，害得我流泪、充血，有时真的痛不欲生。

现在，我的视力下降了，看东西越来越模糊，脖子大哥伸得老长想帮我，可是黑板上的粉笔字还是看不清。唉！看来离戴眼镜的日子不远了！

今天我郑重提出抗议，请你以后不要再这样疯狂地使用我，好好保护我吧！

痛苦的眼睛

10月26日深夜



想想平时你是怎么看电视的。如果你的眼睛也给你写信，会说些什么呢？





知识窗

盯着电视的时间过长就会使眼睛疲劳、干涩，视力下降，看电视是造成儿童近视的重要原因之一。

养成良好的看电视习惯，可以减少看电视对眼睛带来的伤害。

距离

电视机和人的距离以电视屏幕对角线长度的4~6倍较为合适。

时间

看电视半个小时左右，应把视线转向稍远的地方，或闭一会儿眼睛稍作休息。

为了眼睛健康，还应注意什么呢？

1. 换台的瞬间，对眼睛的刺激很大。所以，换台时，最好先闭上或者多眨几下眼睛。

.....




长时间看电视，还会对我们的身体带来哪些伤害呢？

了解了不健康看电视的种种严重后果，亮亮决定……



亲爱的眼睛先生：



阅读角



有人称过度看电视的人为“沙发里的土豆”，为什么呢？

沙发里的土豆

“沙发里的土豆”指的是那些拿着遥控器，蜷在沙发上，跟着电视节目转的人。他们什么事都不干，只会沙发上或床上看电视，一动不动。时间长了，人就像土豆一样胖胖圆圆的。这是一种不健康的生活方式，久而久之便可能导致懒散、麻木、消极、自闭。



别让它抢走太多

丰富多彩的电视节目有着巨大的诱惑力，不知不觉中，抢走了我们太多的时间！

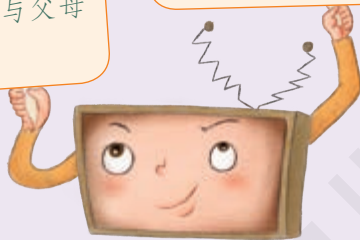


电视在我们的生活中，除了抢走时间，还抢走了什么？



抢走了与父母的交流。

抢走了与同伴的玩耍。



电视还抢走了_____。

.....



关掉电视 打开生活

周末的夜晚，豆豆一家围坐在桌边，边吃饭边看电视。突然眼前一黑，停电了！没有电看不了电视，一家人百无聊赖。于是，爸爸和妈妈开始轮流给豆豆讲故事。在烛光中，他们边讲故事，边交流想法，讲自己工作和学习中的烦恼和趣事。每个人都觉得一家人这样聚在一起真愉快。



其实，我们都有能力去削减电视在生活中的比重。与其等别人做出好节目，不如关掉电视，留出更多的时间给家人、朋友和自己。

电视似乎成了我们生活中必不可少的东西。电视节目很精彩，但我们不能让电视主宰我们的生活。关掉电视，打开生活！

这场“意外”让豆豆家收获了什么呢？你怎么理解“关掉电视，打开生活”？



如果长时间沉溺于看电视，影响了我们的正常学习和生活，就得不偿失了。

动画片风波

最近，妈妈和亮亮在看电视这个问题上出现了意见分歧，他们各有各的想法和理由。分小组演一演，看谁的理由更合理。你觉得他们各自还会有什么理由？

亮亮的理由	妈妈的理由
1. 我一天只看一集，不会伤害眼睛。 2. 看这部动画片能让我放松心情。	1. 说是每天只看一集，但一集看完之后总想看第二集。 2. 出去和小朋友一起玩也可以放松心情。

要想发挥看电视有利的一面，避免不利的一面，就要做到看电视有约定。小组合作议一议，看电视应该有哪些约定呢？



与家人一起制订一份“看电视的约定”吧！

看电视的约定

1. 要先安排户外活动的時間，再安排看电视的时间。
2. 家人不应该在孩子读书时间看电视。
-

8 网络新世界

新世界 很精彩

互联网是个虚拟、神奇的世界，它能够让身在远方的人，变得仿佛近在眼前。互联网让辽阔的地球变成了一个“小村庄”，“地球村”的称呼由此而来。

互联网生活小调查

1. 你接触过互联网吗？一般每周上网多长时间？请在空白处打上“√”或填写数字。

类别	1小时以下	1~2小时	3~4小时	5小时以上
我的情况				

2. 你上网主要做什么？请在方框里打“√”，并结合自己亲身经历说一说。



收发邮件

购物

玩游戏

上网课

搜索资料

看动画

聊天

其他

互联网让“秀才不出门，便知天下事”这句老话变成了现实。随着互联网技术的发展，“地球村”的“村民”们正在尽情地享用互联网带来的各种便捷服务。

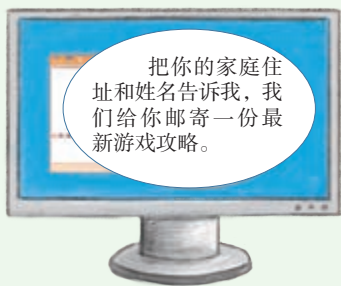


除此之外，你还知道哪些网络新事物呢？它们给人们的生活带来了哪些便利？



新世界 有规则

互联网虽然是一个虚拟的世界，但是它和现实世界一样有自己的规则。要想在这个新世界里快乐、安全地生活，我们首先要学会遵守规则，并保护自己。



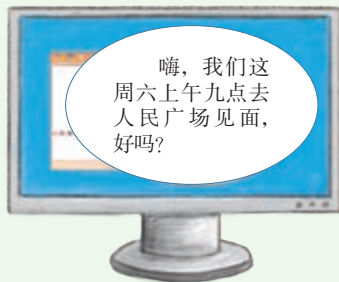
避免泄露隐私

不要轻易地给出真实的个人信息，包括家庭地址、学校名称、密码等。



远离不良信息

如果遇到暴力等让你感到不舒服的信息时，马上远离。



慎重网上交友

如果遇到网友相约，未经父母同意，没有大人陪同，绝不能去。



你知道还有哪些网络安全防护小技巧？请给同学们提个醒。

互联网世界纷繁复杂，不仅要学会保护自己，同时，在网络世界里，我们还要做到不伤害别人。



陈博晓突然想到一个恶作剧，他决定在班级的论坛里宣布某位同学失踪的假消息。

陈博晓听说网上有黑客软件，就想找来试试。



陈博晓的做法错在哪里？会给别人带来怎样的伤害？



知识窗

全国青少年网络文明公约

要善于网上学习，不浏览不良信息。
要诚实友好交流，不侮辱欺诈他人。
要增强自护意识，不随意约会网友。
要维护网络安全，不破坏网络秩序。
要有益身心健康，不沉溺虚拟时空。

网络游戏的是与非

随着互联网的普及，网络游戏逐渐走进我们的生活。对于网络游戏的利与弊，大家有不同的看法。不少人认为玩网络游戏利大于弊。

网络游戏不但有趣，还有很多智力挑战。



我喜欢玩网络游戏，和伙伴们分享游戏心得，这让我们拥有了更多的共同话题。

网络游戏还有哪些益处呢？请结合你的经历说说。



有人认为玩网络游戏弊大于利。看看下面这位同学的遭遇。

四年级的时候，我开始对网络游戏上瘾。我在网络游戏中扮演着各种角色，取得虚拟金钱来购买虚拟物品。在游戏里赛车得了第一名，我会感到满足；游戏里养的宠物在慢慢长大，我也会有成就感。

现在，我整天都想入非非。上课时，总想着那虚拟的世界，无法专心听讲。一玩就是好几个小时，不愿意停下来，学习成绩急速下滑，对生活中的人和事都提不起兴趣。

网络游戏给他造成了哪些伤害？你认为网络游戏还有哪些危害呢？



偶尔玩一下网络游戏，能起到休息、放松的作用，但沉迷于网络游戏就会给身心带来伤害。

1. 限定上网时间。
2. 寻求替代性爱好，比如运动、阅读。
-

我们可以采取哪些方法来避免沉迷网络游戏呢？小组议一议。



有时，光靠自己无法摆脱网络游戏的强大诱惑，这就需要一定的技术手段来限制玩网络游戏。

网络游戏设计师

假如你是一位网络游戏设计师，你会设计哪些技术手段来避免青少年沉迷网络游戏呢？请发挥你的想象力，画一画，说一说。

1. 超过一个小时游戏自动关闭。
2. 两次游戏之间的间隔少于一天，就会自动扣除上一次游戏所得积分。
-

9 正确认识广告

无处不在的广告

当电视走进千家万户时，电视广告也随之而来，小到饮料、玩具、鞋子，大到汽车、房子等都在做广告。除了在电视上，我们还能在哪里看到或听到广告呢？



这么多的广告扑面而来，你有什么感受呢？

广告在生活中还有很多隐藏的形式，你知道吗？



在大型活动中，主办方给来宾赠送某品牌饮料。



在体育项目中，某厂家为关注度很高的篮球赛冠名。



在电影中，大牌明星反复使用某种商品。

在我们的生活中，广告无处不在，你能否做到一天不见广告呢？

余强决定亲自做一个实验。在某个周末，他决定整天都待在家里不出门。他还要求爸爸妈妈既不打开电视和广播，也不打开电脑和手机。吃饭也只吃爸爸妈妈做的东西。

请发挥你的想象，余强能成功吗？



知识窗

广告有多种，比如商业广告、公益广告等。我们这里所说的广告是指商业广告，人们做这种广告就是为了提高产品知名度，为了卖出更多的产品。消费者也可以通过广告了解产品，以满足自己的需求。而今，科技发达了，有了更多的传播技术支持，广告更是无孔不入，无所不包，无奇不有。

广告的制作和宣传是需要费用的。就拿电视广告来说，广告的费用从几万到几十万不等，有的厂家甚至拿出高达数亿的费用做广告。为什么有那么多商家要做广告呢？让我们先听听“广告先生”对自己功能的介绍吧！

大家好，我是广告先生。你是不是很想知道我的功能呢？



传递信息

人们通过我可以了解商品的基本信息，如功能、价格、特点和产地等。

提高知名度

通过我可以提高产品知名度，让人们熟悉、喜欢它。

劝说购买

我可以那些原本不想买的人，产生购买的欲望。



请以实例说说你对广告的认识吧！

广告都可信吗

广告有劝说购买的功能，为了达到让人购买的目的，很多广告都会把商品夸得十全十美，好像你不买就吃亏了。

小调查

你在广告的宣传下买过东西吗？你对广告的感受是怎样的呢？

1. 你对广告的看法是？

非常讨厌 讨厌 无所谓 喜欢 非常喜欢

2. 你喜欢广告中的什么？

画面好看 音乐好听 故事有意思 里面说的话有意思

有我喜欢的明星 广告教我知识 有我没见过的产品

没有什么让我喜欢

3. 你相信广告吗？

完全相信 大部分相信 小部分相信 说不好 不相信

4. 你如何判断广告宣传的真假？（可多选）

靠自己的感觉 看产品名气 看广告，也要看产品本身

看广告里是否有明星 看广告里是否有专家

听听别人的购买经验

通过调查，你觉得广告对你有什么影响？你买的东西和广告宣传有差距吗？与大家分享你的经历。



广告的内容不一定都可信，虚假广告就更不可信了。虚假广告要么是推销假冒、劣质商品，要么是直接骗取消费者的钱财，这往往会造成严重的后果。

小讨论

广告里说，学习不好是由于记忆力不好，所以要使用增加记忆力的某某学习枕。你认为呢？



案例一

某学习机广告被工商部门认定为典型的虚假广告。这则电视广告中含有“门门高分上名校”“内容好，成绩当然好”等不科学的保证。此外，广告中关于“某学生使用产品后成为学习状元”的内容，其真实性无法证实，构成虚假宣传，被处罚款五万多元。

案例二

因虚假广告罪，被告人张某和李某被判刑。

两人售卖床垫，谎称常年使用该床垫能根治很多疾病，并达到延年益寿的功效。不少人受广告蒙蔽购买了该床垫。

对消费者：

1. 误导消费者，造成不必要的损失。
2. _____。

对商家：

1. 破坏了自身的良好形象。
2. _____。

虚假广告有哪些危害呢？你能从这些案例中总结一下吗？



知识窗

广告不得含有虚假或者引人误解的内容，不得欺骗、误导消费者。广告主应当对广告内容的真实性负责。

——《中华人民共和国广告法》第四条

学会识别广告

我们要学会识别广告，不被广告牵着走。要想摆脱广告的控制，就需要了解广告的“秘密招数”。



简单重复

广告常用的招数有不断地重复,目的是想加深你对商品的印象。



名人代言

名人代言也是广告常用的招数之一,目的是想借助名人的超高人气增加商品的吸引力。



利用贪便宜心理

利用贪便宜心理是一个非常有效的广告招数,这样的广告常常打着“打折”“买一送一”“清仓大甩卖”的旗号。



利用从众心理

利用从众心理也很容易激发人们的购买欲望。比如广告常常告诉你,多数人都买了,如果你不买,你就要落伍了。

你能想出破解这些“秘密招数”的方法吗?



面对广告的猛烈攻势，我们要善于识别广告，做聪明的消费者。



知识窗

“彩色蘑菇”的诱惑

现在，不少电视台开设了少儿频道。在这些频道中除了播放动画片以外，还播放各种儿童产品的电视广告，例如玩具、零食、光碟等。这些针对儿童的广告就像彩色蘑菇一样引人注目。不少孩子抵御不了这类广告的诱惑，要求父母为自己买广告产品，甚至自己打电话购买。

低龄儿童对电视节目抵抗能力比较弱，会轻易地相信广告里所说的一切内容，进而纠缠父母购买。商家之所以如此看重面向儿童的广告宣传，目的在于从小就牢牢抓住孩子的心。这不是一种满足孩子正常需求的行为，而是一种创造孩子消费欲望的商业策略。

让我们拥有慧眼、聪耳，不被“彩色蘑菇”一样的商业广告所诱惑。



你有什么好办法帮助小朋友们抵御“彩色蘑菇”的诱惑？

1. 请父母帮助判断。
2. 同类商品作比较。
3. 根据实际需要购买。

……

10 我们所了解的环境污染

从“白色污染”说起

在日常生活中，塑料制品随处可见。你见过哪些塑料制品呢？



塑料制品为什么会被广泛使用呢？让我们一起来探究一下塑料有哪些性能吧！



这是我搜集的一些塑料糖纸。通过用手摸、鼻子闻、用水浸，我发现塑料很软，没有气味，还有很好的隔水性。



这是我搜集的一段电线。通过观察和请教爸爸，我知道了塑料有很好的阻电效果。

塑料制品给人们的生活带来了便利，但塑料垃圾也给人们带来很多困扰，甚至被人们称为“白色污染”，你了解其中的缘由吗？

阅读角

塑料袋漂流记

我是一个白色的塑料袋，被人丢在小区的垃圾桶旁。一阵大风吹来，我和几个同伴被吹上了天空。

我慢慢飘到田野的上空，农民伯伯见到我，生气地说：“不要落到我的庄稼地里。”我正感到委屈，瘦弱的玉米弟弟叹了口气说：“塑料袋，你的许多伙伴累积在我脚下的田地里，影响我吸收营养和水分，我的肚子饿得咕咕叫……”

我红着脸慌忙离开了田野。飘啊飘，飘到大海边，看见一条奄奄一息的鲸搁浅在海滩上。这是怎么回事？人们检查后发现，因为它误食了太多的塑料袋，垃圾堵塞肠道导致营养不良，最终饿死了。

我心一惊，赶忙离开了大海，飘到垃圾场的上空，空气中散发着呛鼻的异味，站在枝头的喜鹊姐姐见到了我，咳嗽着对我说：“看，人们在焚烧垃圾，有很多塑料制品被烧掉，我的爸爸妈妈和小弟都深受其害，过早地离开了我！”

我没有想到自己会带来这么多危害，我该怎么办呢？

通过阅读故事，再联系自己的生活经验，说说塑料垃圾给人们带来了哪些困扰。



塑料垃圾危害这么大，我们能完全不使用塑料制品吗？
如果完全不使用塑料制品，我们的生活会变成怎样呢？

如果学校里没有塑料制品，_____

如果医院里没有塑料制品，_____

如果家里没有塑料制品，_____

如果_____

我们的生活离不开塑料，可塑料垃圾又给环境带来那么大、那么长久的危害。我们必须合理地、有节制地使用塑料制品，只有这样，才能减少塑料垃圾的产生。

相关链接

- ◎ 德国于1991年实施《包装条例》，首次就废弃包装的重新利用及利用比率进行了全面规定，并强制要求生产商必须负责其产品包装的回收和处理。如今德国人上街买菜、购物，大都手提布袋子或竹篮子，大大减少了塑料袋的使用量。
- ◎ 2002年，爱尔兰政府实施了一项塑料袋税，向消费者在零售场所购物时使用的每个塑料袋征税，从而减少了塑料袋的使用量。
- ◎ 我国为了限制和减少塑料袋的使用，遏制“白色污染”，2007年12月31日，国务院办公厅印发了《关于限制生产销售使用塑料购物袋的通知》。2008年6月1日，“限塑令”正式生效。

为了解决这个矛盾，人们找到了很多塑料制品的替代品。这些替代品的推广可以有效地减少“白色污染”。



在你的生活中
有哪些塑料制品的
替代品呢？



我们也可以为减少“白色污染”作出贡献。与父母商议，拟订一个家庭“减塑”方案吧。如果执行得好，还可以将这个方案在亲朋好友中推广。

我家的“减塑”方案

环境污染大搜索

在我们的生活中，除了“白色污染”，还有哪些环境污染呢？请选择一项内容进行调查研究，完成调查表。

身边_____污染小调查		时间：_____
我们的发现		
产生的原因		
造成的危害	人类	
	动物	
	植物	
	其他	
我们的建议		
		调查人：_____



我们小组做了农药污染的调查，下面是我们的调查结果。

我们的发现：农药污染就在我们的日常生活中，家里每天吃的瓜果蔬菜等不同程度地受过农药污染。

我发现奶奶每次买回来的蔬菜都要用水泡很久。



妈妈说吃水果要削皮，以免吃到果皮上的残留农药。



我发现农田打过农药之后，附近池塘中的鱼都死了。

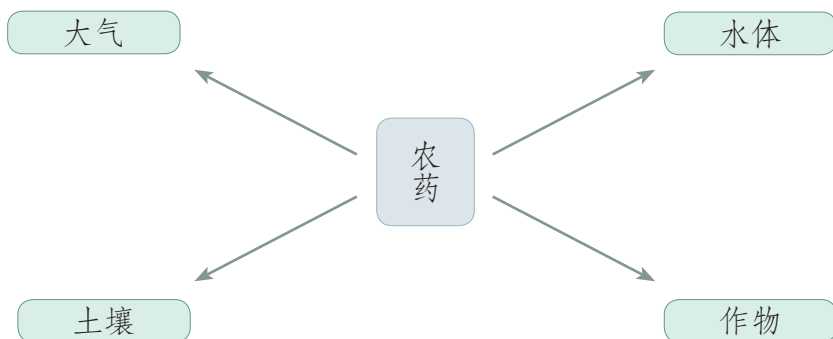
产生的原因：没有科学地使用农药，例如过量、过度使用农药是造成农药污染的重要原因。



村里的农业技术员王叔叔告诉我们，很多人抓不住最佳防治期，平时打农药不及时，不见病虫不施药，看见病虫才打药，在病虫蔓延时大量用药。这样不仅杀虫效果差，还造成很多污染。



造成的危害：请看我们画的农药污染危害图。



我们的建议：怎样才能减少农药污染呢？我们组形成了这样的共识。

1. 尽量减少农药的使用，使用绿色环保的办法防治病虫害。
2. 使用农药时，必须用国家认可的合格产品。
3. 严格按照说明书的要求使用农药。

可喜的是生态农业在我家乡已经兴起。



阅读角

稻花香里闻蛙声

每到初夏时节，我就能听到附近稻田里传来犹如田园交响乐的蛙声。这些演奏家就是被称为“吃虫冠军”的虎纹蛙。

我家附近有大片的农田，由于连年大量使用农药、化肥，本地青蛙几乎绝种。近几年，农业专家们引进了虎纹蛙。每亩稻田里投放500只左右，基本上就可以避免虫害。虎纹蛙吃到肚子里的害虫化作粪便排出后，成为肥料，还能增加土壤养分呢！

你们组进行的是哪方面的调查，拿出来与大家分享一下吧！通过调查活动，你有什么收获？



我们组调查的是农村秸秆焚烧污染。



我们组调查的是建筑工地噪声污染。



知识窗

排放污染物的企业事业单位和其他生产经营者，应当采取措施，防治在生产建设或者其他活动中产生的废气、废水、废渣、医疗废物、粉尘、恶臭气体、放射性物质以及噪声、振动、光辐射、电磁辐射等对环境的污染和危害。

——《中华人民共和国环境保护法》第四十二条



活动园

谈谈你对“绿水青山就是金山银山”这句话的理解。

11 变废为宝有妙招

暴增的垃圾

在我们的生产生活中，会产生各种各样的垃圾。



生活垃圾



工业垃圾



医疗垃圾



建筑垃圾



你在哪里见过这些垃圾？你知道这些垃圾是怎么来的吗？

调查一下家庭和学校一天产生多少垃圾。

一天产生的垃圾量			
场 所	家	班 级	学 校
重 量			

调查统计后，你发现了什么？



美丽的地球是我们唯一的家园。现在，暴增的垃圾正在挤占我们宝贵的生存空间！



你见过类似的场景吗？说说你当时的感受。



活动园

分小组调查一下，你生活周边有没有随意丢弃、堆放生活垃圾的情况。通过看新闻、翻阅报纸、网络搜索等途径，了解你居住的城市生活垃圾处理情况。

迅速扩大的“垃圾家族”，其危害可不仅仅是挤占我们的生存空间。



常见人们在村头、水塘边、路旁随意乱丢的生活垃圾。每到夏季，散发着刺鼻的臭味，雨天污水四溢，蚊虫也特别多。周围环境被污染，危害人们健康！



填埋垃圾中的有毒物质会渗透到土壤中、地下水里，对填埋场周围的土壤和地下水造成严重污染。



垃圾焚烧会产生多种致癌物质，特别是露天焚烧垃圾，对人、动物、植物都会造成严重的伤害。



知识窗

垃圾的超长“寿命”

电池：约100年

混合废塑料：约30万年

玻璃瓶及玻璃制品：约100万年

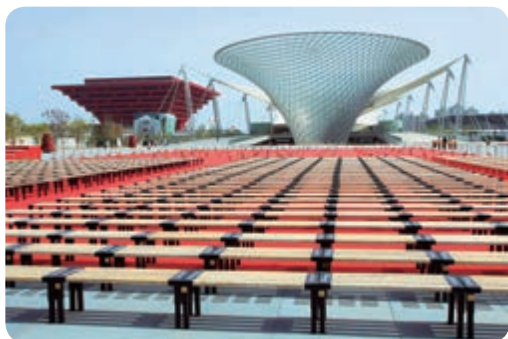
垃圾还有哪些危害呢？



多数废弃物中都有可再利用的宝贵资源，如果不充分利用，不仅污染环境，还会造成巨大的资源浪费。

知识窗

上海世博会活动场馆的座椅是用废弃的牛奶盒制成的。大家想想，我们平时随意把牛奶盒扔掉是多大的资源浪费呀！



上海世博会环保座椅



(表示适宜回收和资源再利用率高的垃圾)

可回收物



废纸类



废塑料



废玻璃



废金属



废织物



废瓶罐

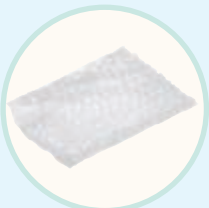


玻璃瓶



废报纸

这些垃圾中
哪些是可回收再
利用的资源？



塑料气泡膜



食物残余



铁罐



牛奶盒

减少垃圾 变废为宝

在我们的生产和生活中，垃圾的产生不可避免。怎样才能减少垃圾产生，减轻垃圾对环境的污染，减少对资源的浪费呢？



如果把垃圾在源头就分类放置，有的可以直接再利用，有的可以经过回收、加工再利用，这样就能大大减少垃圾数量，还能让很多垃圾变为资源。

你能帮它们找到家吗？



废纸箱



易拉罐



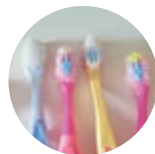
废电池

可回收垃圾

厨余垃圾

有害垃圾

其他垃圾



旧牙刷



碎玻璃



过期药品



食物残余

各类垃圾混在一起丢弃，垃圾就很难再利用。要想更好地对垃圾再利用，必须进行垃圾分类。分类之后，那些看起来毫无价值的垃圾，有些可以进行再利用。

厨余垃圾的自述

大家好！我是厨余垃圾。
我被扔在厨余垃圾桶内。



在垃圾处理厂，我将用二十天的时间泡个热水澡，高温杀菌。



加入活性污泥或动物的粪便后，我在沼气池内会慢慢分解发酵，变成可以发电或烧火做饭的“生物燃料”——沼气。



之后，我就变成了庄稼喜欢的有机肥料。



听了厨余垃圾的自述，你有什么感受？垃圾分类有什么好处？






相关链接

“妈妈，你今天对垃圾进行分类了吗？”“奶奶，这个菜叶要跟其他生活垃圾分开！”……这样的话语常常出现在深圳市的许多学生家庭中，他们已成为家庭中垃圾分类的小小监督员。深圳市2015年8月1日开始实施《深圳市生活垃圾分类和减量管理办法》，推出了多个创新举措：编制了《居民生活垃圾分类指导手册》，设立了“资源回收日”，开展了垃圾分类和减量达标学校、小区、公园等创建活动。到2016年年底，共创建生活垃圾分类示范学校100所。深圳率先从学校开始，从娃娃抓起，每年推选100名生活垃圾分类和减量学生“推广大使”，带领同学推广实施生活垃圾分类，逐步走向“教育一个孩子、影响一个家庭、带动一个社区、推动整个社会”的目标。

你能为社区、家庭或者班级想一个垃圾分类的妙招吗？



有些废弃物，不是它们真的没用了，而是我们没有发现再利用它们的方法。

研究废弃物再利用记录表	
第_____研究小组 时间：_____	
废弃物名称	新用法
 废旧纸盒	1. _____ 2. _____ 3. _____
 饮料瓶	1. _____ 2. _____ 3. _____
 废报纸	1. _____ 2. _____ 3. _____
.....	

你能研究出这些废弃物三种以上再利用的方法吗？你还能选择哪些废弃物进行改造再利用呢？



小组合作或在父母的协助下将废旧物品再利用，然后在班里办一个“变废为宝创意展”吧。



瓶盖象棋



轮胎花盆

12 低碳生活每一天

地球“发烧”了

气候在悄悄地发生着变化，你感受到了吗？

最近晚上怎么总停电啊？

天气持续高温，近几年一到夏天就闹电荒。

气象台又发布高温橙色预警了。



因连续40摄氏度高温天气，高速路旁的一块广告牌发生了自燃。



你还知道哪些地球“发烧”的症状呢？



知识窗

2013年9月联合国政府间气候变化专门委员会（IPCC）发布的报告中指出：观测和研究证明，全球气候在变暖。1880-2012年全球地表平均温度约上升了0.85℃。1979-2012年北极海冰面积以每10年3.5%~4.1%的速度减少。

气候变暖导致了全球范围内气候混乱异常，加剧了洪涝、干旱、高温等气象灾害，进而对环境对人类造成一系列的影响和伤害。



全球气候变暖会导致冰山融化。



全球气候变暖会导致一部分地区干旱程度加剧。



全球气候变暖会导致海平面上升，带来沿海陆地面积缩小等问题。

你还知道哪些因气候变暖而带来的灾害吗？

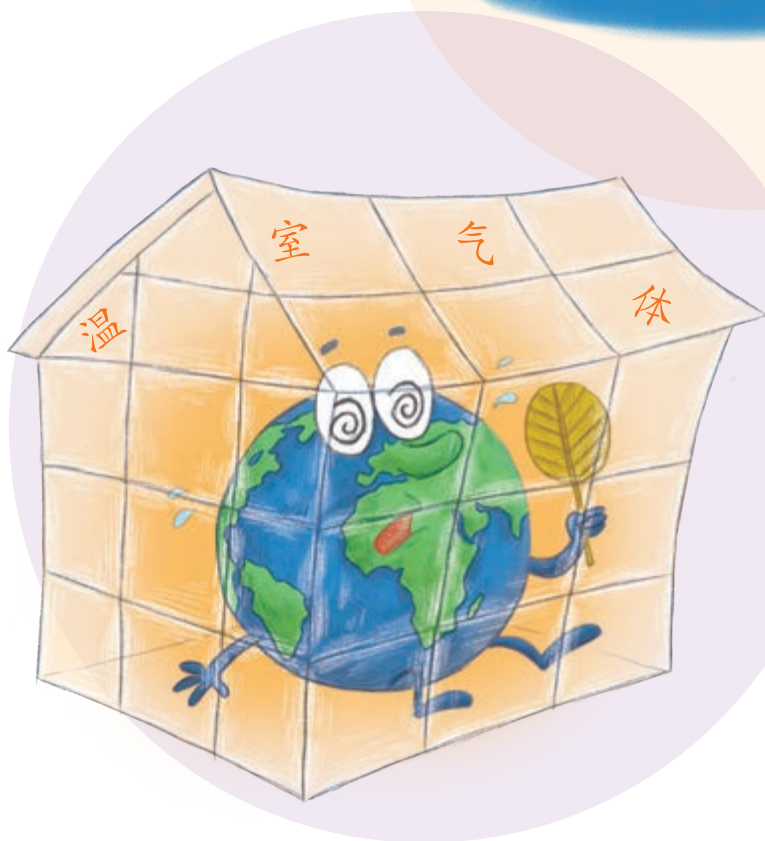
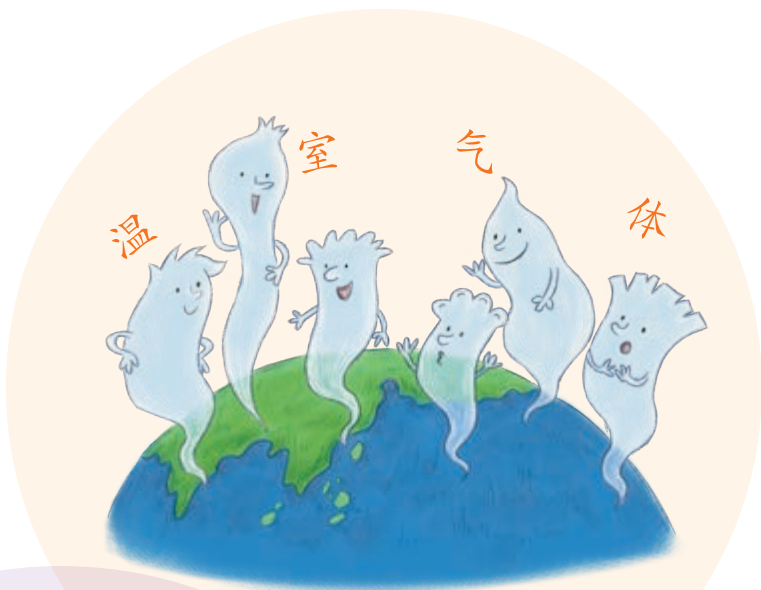


想一想

现在很多地方夏天连续几十天都是40℃左右的高温。假如在不久的将来，夏天连续30天都是45℃高温，会有什么后果？

地球“发烧”与什么有关呢？科学观测发现，地球“发烧”与大气中逐年增加的二氧化碳等“温室气体”有关。但“温室气体”却相当委屈，听听他们是怎么说的。

大家好！我们是“温室气体”，我们与其他很多兄弟一起组成了地球的大气层，太阳光经过大气层被地表吸收，地表也向大气层辐射热量。这些热量能被我们吸收，留在大气层里，保持大气的温度。适宜的温度给人类和其他生命提供了良好的生存环境。



但是，现代人不断制造我们的同伴，打破了大气系统的平衡。我们的同伴越来越多，吸收地表热量就越来越多，就像暖房的玻璃罩一样，热量难以散发，因而提高了大气温度，气候也就逐步变暖了。

原来，地球变暖是人类活动产生的过量“温室气体”导致的。在生活中，你见过哪里在大量制造“温室气体”呢？

我家附近电厂的大烟囱每天都在制造“温室气体”。



我们村这几年摩托车、拖拉机的数量在不断增加。它们只要一发动，就会制造“温室气体”。



地球变暖不仅与这些大量排放的“温室气体”有关，还与人类对树木的过度砍伐有关。因为森林遭到大量砍伐，减少了对二氧化碳的吸收。



知识窗

2014年11月联合国政府间气候变化专门委员会（IPCC）发布的报告指出：“温室气体”排放以及其他人为因素已成为自20世纪中期以来气候变暖的主要原因。

2016年“气候经济学之父”尼古拉斯·斯特恩指出：如果全球“温室气体”排放“一切照旧”，那么到21世纪末，温度上升幅度有可能超过4℃。

如果气温真的再升高4℃，会给地球生态和人类生活带来什么后果？



减少我们的碳排放

人们常常把“温室气体”的排放称为“碳排放”。在我们的身边有很多意想不到的“碳排放”，我们一起来探究一下。

算一算

问一下父母，家里一个月要用多少度电，计算一下产生多少碳排放。全班每家每月所用电的碳排放量又是多少呢？我们来算一算吧！



碳排放计算

家居用电二氧化碳排放量（千克）= 耗电度数 × 0.785

通过计算你有什么发现？



很多“碳排放”容易被人们忽略。很多物品在生产各个环节都会产生“碳排放”。请大家看看下面这个小组搜集的资料。

生产一件衣服的“碳排放”

材质不同的衣服在生产过程中的“碳排放”量会有不同。

一件天然材质的衣服，原材料生产需要经过种植、灌溉、施肥、喷洒农药等环节。

一件皮革材质的衣服，原材料生产需要经过动物的饲养、防病、宰杀等环节。

一件化纤材质的衣服，原材料生产需要经过石油等原材料的化学反应过程，提炼出化学纤维材料。

原来，原材料制成衣服，再运送到不同商场，再到洗涤衣物需要耗费水电等资源……一件衣服“一生”的“碳排放”积累起来，也是相当惊人！



请在班级中汇报一下你们搜集的资料。



我们小组搜集了生产一个饮料瓶的“碳排放”资料……



说说我的“低碳经”

为了减少碳排放，我们已经在行动。请围绕家庭生活，在小组中交流你的低碳生活经验。

我会在马桶水箱内放一个装满水的矿泉水瓶。这样可以省水。



看电视时，我会调暗电视的亮度。既能省电又能保护视力，还可以延长电视机的寿命。

原来一些不经意的生活小事中都藏着绿色低碳的生活方式。你能选择一个方面制订一份家庭低碳生活新规范吗？

家庭低碳生活新规范

出行

1. 周末去奶奶家，妈妈建议乘公交车，让家里的汽车也休假。
2. _____
3. _____

穿

1. _____
 2. _____
 3. _____
-

除了通过绿色低碳的生活来给地球降温外，还可以参与碳补偿的活动。什么是碳补偿呢？人们计算自己日常活动直接或间接制造的二氧化碳排放量，然后通过植树等方式把这些碳排放吸收掉，以达到环保的目的。



春天，我们一起种树，让地球降温。



这是我们认养的树木。

说一说你曾经参加过的为地球降温的绿化活动吧！



知识窗

绿色植物的光合作用能吸收大量的二氧化碳。我们可以通过大力种草植树，爱护花草树木，来减少大气中的二氧化碳。只有每个人自愿地过绿色低碳的生活，才能形成人类与自然界和谐共生的生态环境。

后 记

《义务教育教科书 道德与法治》(一~六年级)由教育部组织编写,聘请北京师范大学鲁洁教授担任总主编。

本册教科书由高德胜担任主编,撰写者包括陶元红(第1、2课)、殷雪(第3课)、任颖(第4、5课)、唐燕(第3、6课)、何颖(第7、8、9课)、陈先凤(第10、11、12课)、章乐(第7、8、9课),余维武、吴煜姗、顾彬彬参与了全册书的编写研讨工作,潘慧芳、方晓春、徐怀念、方方、安冬等为教科书编写做了大量的服务工作。北京纸墨春秋艺术设计有限公司承担本书美术设计工作,西安太阳娃插画设计有限公司为本书绘制插图,吕旻、李宏庆为本书设计封面,李旻为本书封面绘制插图。

林崇德、韩震、万俊人、夏学銮、成尚荣、朱明光、韩小明、赵聪、伍新春、赵景欣、周晓超等审查专家提出了很多宝贵的修改意见,对教科书的修改完善给予了悉心指导和倾力帮助。在教育部的组织下,广大一线优秀教师反馈了很多意见和建议,保证了教学的適切性。在试教和试用过程中,我们得到了北京市、山西省、陕西省等地教育科学研究院(所)、教研室及广大一线教师的大力支持,他们的意见和建议为教科书的进一步完善提供了保障。

人民教育出版社承担了教科书的编辑出版工作,在组织编写、试教试用等方面给予了全方位的协助。吕敬人等为教科书的整体设计提供了艺术指导。此外,对教科书的编写、出版提供过帮助的同仁和社会各界朋友还有很多,在此一并表示诚挚感谢。

期盼使用本套教科书的广大师生、家长提出宝贵意见,我们将集思广益,不断修订,使教科书趋于完善。

联系方式

电话:010-58758552

电子邮箱:jcfk@pep.com.cn

编 者

2019年6月

谨向为本书提供照片和资料的单位及个人致谢

李宏庆 (P58、P75)；王琰 (P8 左上)；东方IC网 (P8 右上、P26 上中、P77 左下、P79 两幅、P80 左下、P80 右下、P83 上、P85 左上、P85 右上、P92)；新闻图片网 (P8 左下、P26 左上、P26 右上、P77 右上、P80 左上、P80 右上、P81、P82 三幅、P85 左下、P85 右下、P87 两幅、P88、P89 左下、P91、P95 两幅)；全景网 (P83 下六幅、P84 七幅)；全球图片总汇 (P89 左上、P89 右上)



YIWU JIAOYU JIAOKESHU
DAODE YU FAZHI

道德与法治

四年级 上册



绿色印刷产品

ISSN 978-7-107-83517-9



9 787107 835179 >

定价：6.20 元

