

大学生思想政治理论课辅学系列

# 思想道德与法治实践教程

策 划 张大能  
主 编 杨雅萍 潘红君 叶 双  
副主编 王爱冰 李泳敏 张翔宇  
杨素文 蒋国宏  
参 编 关 彤 李佳容 钟婷婷  
曾小玲 邢静静 陈利平

北京  
国家行政学院出版社

图书在版编目（CIP）数据

思想道德与法治实践教程 / 杨雅萍, 潘红君, 叶双  
主编. — 北京 : 国家行政学院出版社, 2023.12 ( 2024.7重印 )  
ISBN 978-7-5150-2620-6

I. ①思… II. ①杨… ②潘… ③叶… III. ①思想修  
养—高等学校—教材②法律—中国—高等学校—教材  
IV. ①G641.6②D920.4

中国国家版本馆CIP数据核字(2023)第219141号

书 名	思想道德与法治实践教程 SIXIANG DAODE YU FAZHI SHIJIAN JIAOCHENG
作 者	杨雅萍 潘红君 叶 双 主编
责任编辑	刘 锦 陈 科
责任校对	许海利
责任印制	吴 霞
出版发行	国家行政学院出版社 ( 北京海淀区长春桥路 6 号 100089 )
综 合 办	( 010 ) 68928887
发 行 部	( 010 ) 68928866
经 销	新华书店
印 刷	河北鹏润印刷有限公司
版 次	2023 年 12 月第 1 版
印 次	2024 年 7 月第 2 次印刷
开 本	185 毫米 × 260 毫米 16 开
印 张	10
字 数	182 千字
定 价	36.00 元

本书如有印装问题，可联系调换。联系电话：（010）68929022



2019年3月，习近平总书记在学校思想政治理论课教师座谈会上指出：“要高度重视思政课的实践性，把思政小课堂同社会大课堂结合起来，在理论和实践的结合中，教育引导学生在人生抱负落实到脚踏实地的实际行动中来，把学习奋斗的具体目标同民族复兴的伟大目标结合起来，立鸿鹄志，做奋斗者。”为此，我们编写了这本《思想道德与法治实践教程》。

“思想道德与法治”课程是一门集思想性、政治性、科学性、理论性、实践性于一体的思想政治理论课程，主要讲授马克思主义的人生观、价值观、道德观和法治观，社会主义核心价值观与社会主义法治建设的关系，帮助学生筑牢理想信念之基，培育和践行社会主义核心价值观，传承中华优秀传统文化美德，弘扬中国精神，尊重和维护宪法权威，提升学生的思想道德素质和法治素养。

本书是高等教育出版社出版的《思想道德与法治(2023年版)》的配套用书。通过对本书的学习，有助于大学生领悟人生真谛，把握人生方向，追求远大理想，坚定崇高信念，继承优良传统，弘扬中国精神，培育和践行社会主义核心价值观，做新时代的忠诚爱国者和改革创新的生力军；有助于大学生遵守道德规范、锤炼道德品格，把正确的道德认知、自觉的道德养成和积极的道德实践紧密结合起来，引领良好的社会风尚；有助于大学生学习法治思想、增进法治意识、养成法治思维，全面把握社会主义法律的本质、运行体系，理解中国特色社会主义法治体系和法治道路的精髓，更好地行使法律权利、履行法律义务，做到自觉尊法、学法、守法、用法，从而具备优秀的思想道德素质和法治素养。

本书包括绪论“担当复兴大任，成就时代新人”和以下六章内容：领悟人生真谛，把握人生方向；追求远大理想，坚定崇高信念；继承优良传统，弘扬中国精神；明确价值要求，践行价值准则；遵守道德规范，锤炼道德品格；学习法治思想，提升法治素养。



每章均设有知识网络、学习目标、理论要点、答疑解惑、实践项目、经典故事、习题练习等模块。其中，实践项目模块中的“视频分享”“学思践悟”将本课程实践教学项目置于其中，使本书具有较强的针对性、指导性和实用性。同时，本书还利用了现代信息技术手段，把经典故事和习题答案通过二维码方式呈现在读者面前，增强了本书的时代感。

本书由张大能策划，由杨雅萍、潘红君、叶双、李泳敏拟定编写大纲，由杨雅萍负责统稿，最后由张大能定稿。具体编写分工如下：前言由张大能编写，绪论由张翔宇编写，第一章由杨雅萍、叶双编写，第二章由关彤、钟婷婷编写，第三章由李泳敏、邢静静编写，第四章由杨素文、曾小玲编写，第五章由张翔宇、潘红君编写，第六章由李佳容、陈利平、蒋国宏编写。

本书在编写过程中参考了许多专家学者编写的文献资料，也查阅了大量网络资料和相关书籍内容，在此向文献作者表示诚挚的谢意。由于编者水平有限，书中疏漏与不当之处在所难免，敬请广大读者批评指正。

张大能

2023年8月

# 目录

## CONTENTS

绪论 担当复兴大任 成就时代新人·····	1
项目一 视频分享·····	5
项目二 学思践悟——我的大学生涯规划·····	9
第一章 领悟人生真谛 把握人生方向·····	17
项目一 视频分享·····	21
项目二 学思践悟——领略青春风采 感悟人生真谛·····	25
第二章 追求远大理想 坚定崇高信念·····	37
项目一 视频分享·····	44
项目二 学思践悟——见证初心和使命的“十一书”·····	47
第三章 继承优良传统 弘扬中国精神·····	59
项目一 视频分享·····	64
项目二 学思践悟——讲好中国故事 弘扬中国精神·····	69
第四章 明确价值要求 践行价值准则·····	83
项目一 视频分享·····	90
项目二 学思践悟——践行社会主义核心价值观 争做最美大学生·····	95
第五章 遵守道德规范 锤炼道德品格·····	107
项目一 视频分享·····	110
项目二 学思践悟——开展志愿活动 服务老年群体·····	115



第六章 学习法治思想 提升法治素养 .....	127
项目一 视频分享 .....	132
项目二 学思践悟——学宪法 讲宪法 .....	137

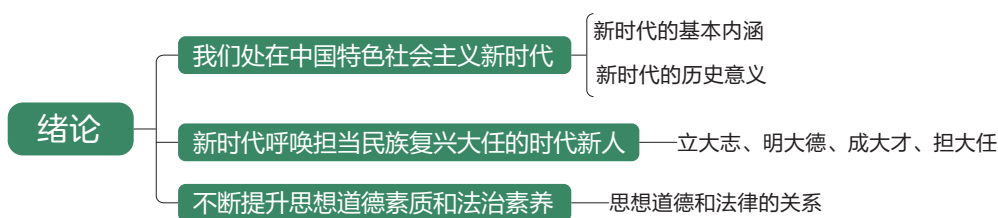
# 担当复兴大任 成就时代新人

绪论





## 知识网络



## 学习目标

通过对绪论部分的学习，大学生能够了解中国特色社会主义进入新时代这一新的历史方位。新时代为大学生成长成才、勤学报国提供了广阔的舞台和无限的机遇。大学生能够领悟时代新人要以民族复兴为己任，以有理想、有本领、有担当为根本要求，以立大志、明大德、成大才、担大任为自身使命，通过提升自身思想道德素质与法治素养，成为中国特色社会主义事业的合格建设者和可靠接班人，成为新时代的奋进者、开拓者、奉献者。



## 理论要点

新时代是中国特色社会主义新的历史方位，在充分理解其内涵和意义的同时，以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，以党的二十大精神为指引，结合当代青年关于思想道德与法治素养成长的需要，培育有理想、敢担当、能吃苦、肯奋斗，堪当民族复兴大任的新时代好青年。



## 答疑解惑

### 1. 新时代的“变”与“不变”是什么？

习近平总书记在党的十九大上庄严宣告：中国特色社会主义进入了新时代。在国家发展进入新的历史方位之际，在新时代开启的伟大征程中，深刻准确地把握党和国家改革发展的“变”与“不变”，对全面贯彻落实党的十九大、二十大精神，承担新使命、奋斗新目标、开启新征程具有重大的现实意义和深远的历史意义。

“变”与“不变”，本身就是一对哲学命题。唯物史观认为，事物是不断变化的，社会是在变化中前进和发展的。凡是适应时代的潮流，引领时代的发展，符合人民群众的意愿，代表社会发展的方向，这样的变化就都是积极的、向上的、蓬勃的；反之，则是





消极的、没落的、萎缩的。辩证法认为，变才是永恒的不变。同时，事物本质的内在规定性是不变的，具有稳定性、长期性和坚韧性。

(1) 社会主要矛盾变了，但基本国情没有变。唯物辩证法认为，事物是由矛盾构成的。在诸多矛盾中，处于支配地位、对事物发展起决定作用的矛盾就是主要矛盾。毛泽东的光辉巨著《矛盾论》揭示了事物发展的普遍规律性认识，是指导我们实践，发现问题、分析问题、解决问题的思想基础。习近平总书记一直强调的问题意识，同样具有重大的认识论和方法论意义。党的十九大明确指出社会主要矛盾的变化：从党的十一届六中全会提出的“人民日益增长的物质文化需要同落后的社会生产之间的矛盾”转变为“人民日益增长的美好生活需要和不平衡不充分的发展之间的矛盾”。社会主要矛盾的变化是关系全局的历史性变化，但我们必须认识到，我国社会主要矛盾的变化没有改变我们对我国社会主义所处历史阶段的判断，即我国仍处于并将长期处于社会主义初级阶段的基本国情没有变，我国是世界上最大发展中国家的国际地位没有变。这是我们行动的前提和基础，必须毫不动摇地予以坚持。

(2) 战略目标变了，但初心和使命没有变。战略问题，是关系全局的大问题；战略目标，是引领全局的标志和导航。习近平总书记在党的十九大报告中以强烈的使命担当和坚定如山的气魄，将基本实现社会主义现代化的战略目标提前了 15 年，同时明确从 2035 年到本世纪中叶，把我国建成富强民主文明和谐美丽的社会主义现代化强国。为达到更为远大的目标，共产党人立足为中国人民谋幸福，为中华民族谋复兴的初心和使命，已经成为激励中国共产党人不断前进的根本动力。永远保持与人民同呼吸、共命运、心连心的鱼水深情，永远把人民对美好生活的向往作为奋斗目标，以永不懈怠的精神状态和一往无前的奋斗姿态，朝着实现中华民族伟大复兴的宏伟目标的方向奋勇前进。

(3) 指导思想与时俱进了，但对思想指南根基的坚守没有变。新修订的《中国共产党章程》指出，中国共产党以马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论、“三个代表”重要思想、科学发展观、习近平新时代中国特色社会主义思想作为自己的行动指南。习近平新时代中国特色社会主义思想，是马克思主义中国化最新成果，是党和人民实践经验和集体智慧的结晶，是中国特色社会主义理论体系的重要组成部分，是全党全国人民为实现中华民族伟大复兴而奋斗的行动指南。它的根基是马克思主义，是中国化的马克思主义。1921 年，中国共产党人把马克思主义的种子种在中国广袤的大地上，这些种子吮吸着中华优秀传统文化的营养，沐浴着中国革命和社会主义建设的雨露和阳光，经历风雨雷电，在与帝国主义、封建主义、官僚资本主义和各种社会思潮斗争中，



始终扎根中国大地，始终坚守马克思主义基本原理，始终与中国的斗争实践相结合，接受人民的哺育，接受伟大斗争考验，不断成长壮大。如今已经长成参天的理论大树，成为实现中华民族伟大复兴中国梦的行动指南。

(4) 党的建设总要求与时俱进了，但全面从严治党的科学论断没有变。新时代党的建设总要求中强调，坚持和加强党的全面领导，突出以党的政治建设为统领。党的政治建设是党的根本性建设，把政治建设摆在党的各项建设的首位，巩固党的思想建设的基础性地位，这是不断提高党的建设质量的前提和基础。全党要坚定执行党的政治路线，严格遵守政治纪律和政治规矩，在政治立场、政治方向、政治原则、政治道路上同党中央保持高度一致。同时，坚持党要管党，全面从严治党，而且全面从严治党永远在路上。着力加强党的长期执政能力建设、先进性和纯洁性建设，以坚定理想信念宗旨为根基，以调动全党积极性、主动性、创造性为着力点，努力把党建设成为始终走在时代前列、人民衷心拥护、勇于自我革命、经得起各种风浪考验、朝气蓬勃的马克思主义执政党。

综上，主要矛盾、战略目标、指导思想和党的建设总要求四个方面的变化，勾勒出新时代党面临的新的光明前景；社会主义初级阶段的基本国情、中国共产党人的初心和使命、思想指南的根基与全面从严治党科学论断的不变，进一步昭示了中国共产党人崇高的马克思主义信仰、坚定的中国特色社会主义的信念和一往无前的信心。不断适应新的变化，不断迎接新的挑战，更加彰显了马克思主义政党的政治特质，是马克思主义“实事求是”思想灵魂在中国具体实践中的生动体现。在顺应变化的潮流中引导潮流、创造潮流，在“不忘初心、牢记使命”的坚守中不断变革、不断自我革命，进而激发蓬勃的力量，引领中国特色社会主义伟大事业的航船破浪前行、行稳致远。

## 2. 如何理解“时代新人”？

从唯物辩证法角度来看，虽然中国特色社会主义进入了新时代，但并不是每个中国人都能自然而然地成为“时代新人”。那么，什么样的人才能算是“时代新人”？回溯中华民族从站起来、富起来到强起来的奋斗历程，其中无数优秀中华儿女的人生画卷，为解读“时代新人”这一全新命题提供了鲜活的范例。

(1) “时代新人”要有坚定的理想信念。恰如五四时期的陈独秀、李大钊、毛泽东、周恩来等人，他们之所以能引领风气之先，凭借的就是理想信念的力量。早在 2013 年 5 月，习近平总书记同各界优秀青年代表座谈时强调：“理想指引人生方向，信念决定事业成败。没有理想信念，就会导致精神上‘缺钙’。”由此可见，“时代新人”应具有坚定



的理想信念，能够将个人理想与中华民族伟大复兴中国梦有机结合起来。

(2)“时代新人”要有担当意识。所谓“担当”，简单而言，就是要承担自己的社会责任，就如农民的精耕细作、工匠的匠人精神、知识分子的“修齐治平”。对于普通人的日常生活而言，担当就是说过话要认、该做的事要做、该担的责要担、做错的事要承担后果。简言之，担当既是现代社会契约精神的核心，也是个体走向成熟的必然。对于“时代新人”而言，可以不伟大，但绝不能没担当。

(3)“时代新人”要有一技之长。从梁启超、陈独秀、鲁迅、钱玄同、李大钊、杨振声、毛泽东、周恩来、罗家伦、傅斯年、俞平伯等五四运动的亲历者身上可以发现，无论老幼，凡能开风气之先者必是学有专长。而管延安、周东红、胡双钱、孟剑锋等人之所以能够成为大国工匠，贵在其业有专精。由是可知，无论是学有所长，还是业有专精，“时代新人”的一个必要条件就是要有一技之长。

一代人有一代人的使命，一代人有一代人的担当。新时代召唤“时代新人”，新时代造就“时代新人”。



## 实践项目

### 项目一 视频分享

#### 视频 1 走进新时代

2017年10月18日，习近平总书记在党的十九大报告中作出重大判断：“经过长期努力，中国特色社会主义进入了新时代，这是我国发展新的历史方位。”进入新时代，是从党和国家事业发展的全局视野、从改革开放的历程和党的十八大以来5年取得的历史性成就和历史性变革的方位上，作出的科学判断。

这个新时代，是承前启后、继往开来、在新的历史条件下继续夺取中国特色社会主义伟大胜利的时代，是决胜全面建成小康社会、进而全面建设社会主义现代化强国的时代，是全国各族人民团结奋斗、不断创造美好生活、逐步实现全体人民共同富裕的时代，是全体中华儿女勠力同心、奋力实现中华民族伟大复兴中国梦的时代，是我国日益走近



世界舞台中央、不断为人类作出更大贡献的时代。

## 视频 2 时代之问，青春作答

“一个民族只有寄望青春、永葆青春，才能兴旺发达。”中国共产党一经诞生，就把关注的目光投向青年，把革命的希望寄予青年，青年的命运从来都同时代紧密相连。一百多年来，中国青年直面不同的时代之问，这是他们的回答。

一代人有一代人的长征，一代人有一代人的担当。作为新时代中国青年，作为建设社会主义事业的生力军，更需要知难而上，豁得出来、顶得上去、经得住考验，用青春答好时代之问。

### 【活动方式】

教师将以上视频上传至学习平台，统一组织观看或让学生课后自行观看。观看结束后，学习小组成员在各小组内分享观看感受，要求每个成员都必须参与分享。小组选派代表根据小组成员的发言内容在班级分享，任课教师对其分享内容进行点评和总结。

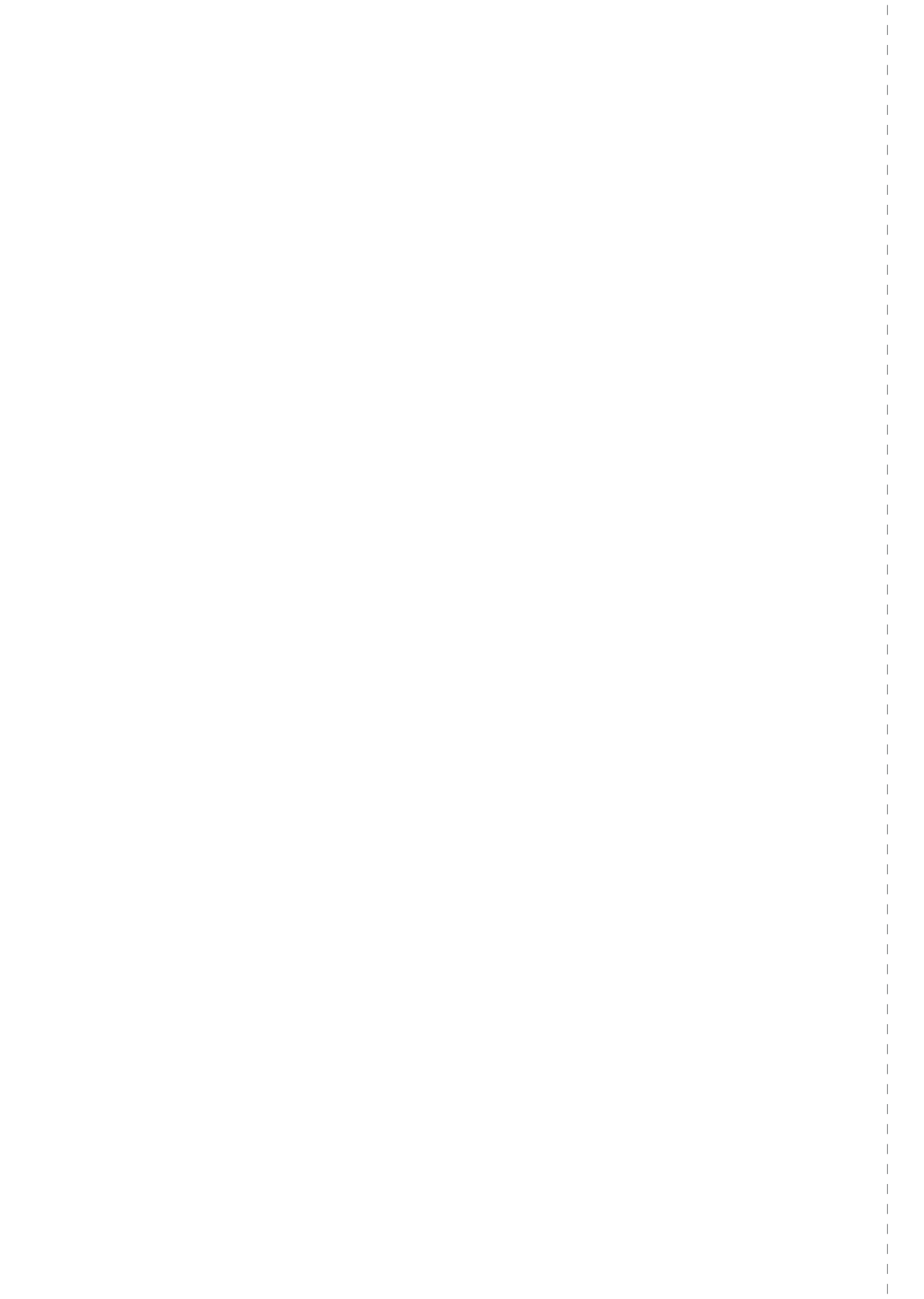
### 【活动资料】

视频资源、多媒体教室。



【活动反思】

观后感
题目：
正文：
教师点评：





## 项目二 学思践悟——我的大学生涯规划

### 【活动主题】

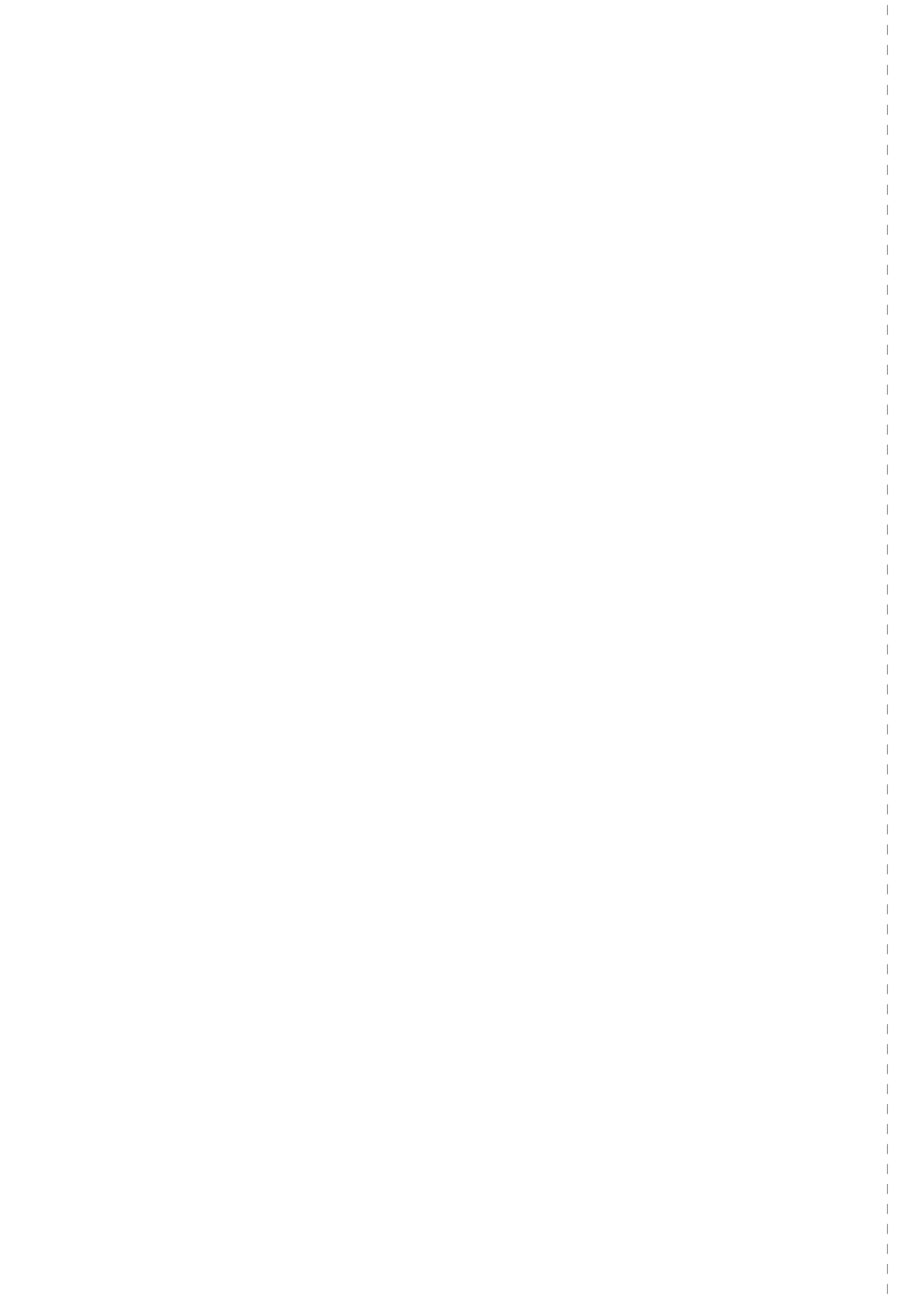
我的大学生涯规划

### 【活动目的】

新时代是近代以来中华民族发展的最好时代，也是实现中华民族伟大复兴最关键的时期，对当代大学生来讲是一个最好的时代。大学生进入大学后，只有科学地规划自己的大学生涯，才能够更好地感知新时代、融入新时代，进而推动新时代的发展。所以，大学生要处理好个人理想和中华民族伟大复兴中国梦之间的关系，知道“凡事预则立，不预则废”。大学既是技能教育的继续，更是掌控自己命运的开始，需要作出严肃、周密的人生规划。在新生入学之初进行这样一次活动，让学生尽快度过迷茫期，对大学生生活有一个正确的认识和科学规划，确立明确的目标和坚定的信念，在更高层次和更广阔空间寻找适合自己的发展道路，从而坚定理想信念，树立远大志向，助推中国梦的实现。

### 【活动安排】

1. 任课教师提前 1~2 周布置实践活动任务，并明确实践活动要求。
2. 学生在 1~2 周内，初步拟定大学生涯规划，其间可以通过咨询或访谈的形式寻求教师、学长或学姐的帮助。
3. 学生将自己拟定的大学生涯规划提交给任课教师。
4. 任课教师将学生分为若干学习小组（8~10 人），让学生在小组内就各自的大学生涯规划展开交流和讨论。
5. 任课教师应引导和鼓励 学生积极参加课堂讨论，可采取对话的形式，在师生之间展开关于大学生涯规划的课堂讨论。
6. 以小组为单位推选 1 名组员，代表小组在课堂上分享大学生涯规划。
7. 任课教师对每一组代表的发言进行点评，并对发言质量较高的学生给予鼓励和表扬。







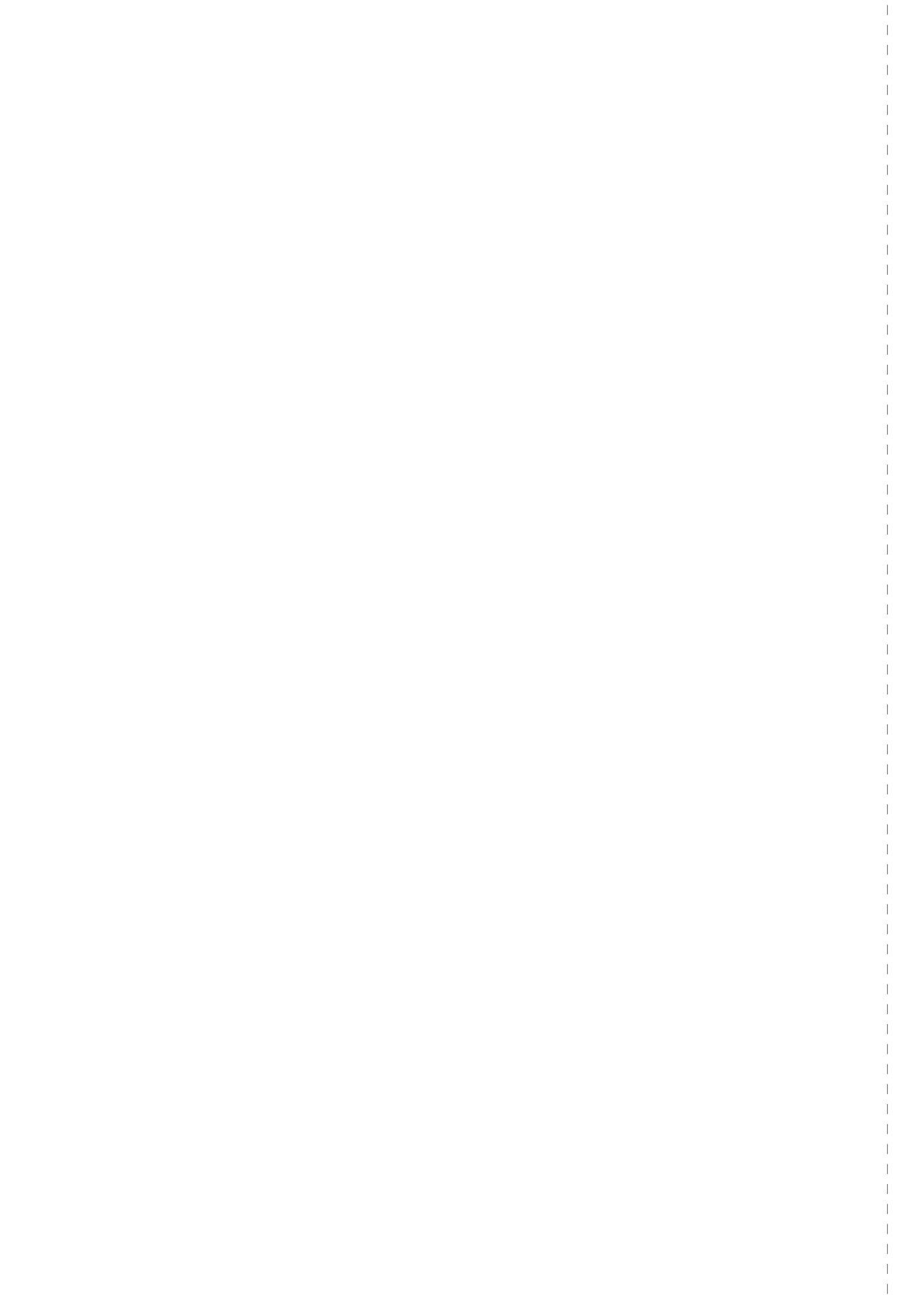
【活动评价】

活动展示和评比以小组为单位，每个小组讨论交流后，由 1 名代表分享讨论交流情况和自己的规划，教师根据考核评价标准评出等级。

“我的大学生涯规划”考核表

考核评价内容	教师评分	评价标准 ( 满分 100 分 )	考核等级
内容条理清晰、观点正确 ( 25 分 )		优: ≥ 90 分 良: 75~89 分 中: 60~74 分 差: < 60 分	
体会真切、感悟深刻 ( 25 分 )			
有自己独到的想法和见解 ( 20 分 )			
字数和格式符合规范要求 ( 20 分 )			
其他 ( 10 分 )			
教师点评:			

我的大学生涯规划





## 经典故事



## 习题练习

### 一、单项选择题

- 1.( )是我们理解当前所处历史方位的关键词。
  - A.新思想
  - B.新举措
  - C.新格局
  - D.新时代
- 2.( )和法治素养,是新时代大学生必须具备的基本素质。
  - A.思想政治素质
  - B.思想道德素质
  - C.道德素质
  - D.个人修养
- 3.“学如弓弩,才如箭镞,识以领之,方能中鹄。”这句话告诉我们要( )。
  - A.有本领
  - B.有担当
  - C.有责任
  - D.有理想
- 4.大学生在大学阶段的首要任务是( )。
  - A.学习
  - B.笃实
  - C.立行
  - D.修德
- 5.党的十九大提出了“培养担当( )大任的时代新人”的战略要求。
  - A.国家富强
  - B.民族复兴



C. 社会和谐

D. 国富民强

6. 青春是用来( )的。

A. 享受

B. 实践

C. 奋斗

D. 梦想

7. 没有崇高的( ), 就会导致精神上的“软骨病”。

A. 理想信念

B. 精神境界

C. 精神追求

D. 梦想

8. “法律是成文的道德, 道德是内心的法律。”这句话是要强调( )。

A. 法律和道德两种规范调节的领域相同

B. 法律和道德两种规范的实现方式相同

C. 法律和道德两种规范的实施载体相同

D. 法律和道德都具有规范社会行为, 维护社会秩序的作用

9. 法律和道德是维护社会秩序的两种基本手段, 下列关于二者关系的说法中, 正确的是( )。

A. 法律是道德形成的基础, 能够为道德规范的制定提供依据

B. 凡是道德所反对和谴责的行为, 必定是法律所制裁的行为

C. 法律的调节更具有广泛性, 能够渗透到道德不能调节的领域

D. 凡是法律所禁止和制裁的行为, 通常也是道德所反对和谴责的行为

10. 党的十八大以来, 在奋进新时代的伟大实践中, 以习近平同志为核心的党中央团结带领全国各族人民实现了第一个百年奋斗目标, 即在中华大地上( ), 历史性地解决了绝对贫困问题。

A. 全面建成小康社会

B. 全面建成现代化国家

C. 全面实现共同富裕

D. 全面完成脱贫攻坚

## 二、多项选择题

1. 大学阶段是( )形成的关键时期。
  - A. 世界观
  - B. 人生观
  - C. 价值观
  - D. 婚恋观
2. 新时代意味着中国特色社会主义( )不断发展,拓展了发展中国家走向现代化的途径。
  - A. 道路
  - B. 理论
  - C. 制度
  - D. 文化
3. 大学生应该以( )为根本要求。
  - A. 有理想
  - B. 有纪律
  - C. 有本领
  - D. 有担当
4. ( )的人生,才是有意义的人生。
  - A. 有信念
  - B. 有梦想
  - C. 有奋斗
  - D. 有奉献
5. 大学生要有作为中华儿女的骄傲和自豪,不断增强做中国人的志气、骨气、底气,树立正确的( )和远大的( )。
  - A. 政治方向
  - B. 人生志向
  - C. 价值取向
  - D. 理想信念

## 三、判断题

1. 思想政治素质是人们在为实现本阶级利益而进行的精神活动和实践活动中表现出来的素养和能力。( )



2. 在人的成长与发展中，与专业素质相比，思想道德素质和法治素质是次要的。 ( )
3. 大学与成才完全成正比，一流大学出一流的学生，三流大学出三流的学生。( )
4. 如果把大学比作一个有血有肉的人，那么大学精神就是这个人的灵魂。 ( )

#### 四、简答题

1. 新时代的内涵是什么？

2. 当代大学生应该具备什么样的素质才能成为担当民族复兴大任的“时代新人”？