

分类全覆盖；其他各区至少有1个街道基本建成生活垃圾分类示范片区。到2025年，全国地级及以上城市基本建成生活垃圾分类处理系统。通知要求，要夯实学校教育，切实以生活垃圾分类为载体，培养一代人良好的文明习惯、公共意识和公民意识；开展青年志愿活动，鼓励和引导青少年积极参与生活垃圾分类；动员家庭积极参与，大力传播生态文明思想和理念，引导家庭成员从自身做起，自觉成为生活垃圾分类的参与者、践行者、推动者。

5. 遵纪守法

法律是成文的道德，道德是内心的法律。在社会公共生活中，人们要能顺利地进行各种社会活动，就必须要有规矩可循。法律法规、纪律规定和道德要求，就是共同维护社会和谐有序稳定的行为规范。法律是道德的底线，违反法律的行为一定是不道德的行为。因此，社会公德必然要求每一个公民都要自觉地学习法律法规，强化法制意识和纪律观念，用法律法规规范自己的行为，严格依照法律法规办事。同时，还应该自觉遵守社会公共秩序和各项管理规定，把遵守法律法规、遵从纪律规定和自觉恪守道德三者统一起来，真正做到知纪懂法，遵纪守法。

活动天地

请结合下列漫画，以“社会公德建设”为主题，组织开展一次情景剧的表演。



第三课 恪守道德规范



三、传承家庭美德

家庭是社会的细胞。俗话说，家和万事兴。这里所说的“家和”，是指家庭成员之间努力形成的一种和谐、健康、向上的关系。家庭关系包括夫妻关系、父母子女关系、兄弟姐妹关系等。家庭美德是每个公民在家庭生活中应该遵循的行为准则，是调节家庭成员关系和与家庭生活密切相关的人际交往关系的行为规范。正确对待和处理家庭问题，不仅关系到每个家庭的美满幸福，也有利于社会的和谐稳定。要弘扬中华民族传统家庭美德，倡导现代家庭文明观念，推动形成爱国爱家、相亲相爱、向上向善、共建共享的社会主义家庭文明新风尚，让美德在家庭中生根、在亲情中升华。

1. 尊老爱幼

尊老爱幼是中华民族的传统美德。我们要自觉传承中华孝道，感念父母养育之恩、感念长辈关爱之情，养成孝敬父母、尊敬长辈的良好品质。尊敬父母、赡养老人，既是社会主义道德的要求，也是子女应尽的法律义务。所谓爱幼，是指要爱护晚辈，尊重孩子的权利，履行抚育的责任，促进孩子健康成长。虐待和遗弃父母、孩子都是违背道德的行为，严重时触犯法律，应该受到舆论的谴责和法律的严惩。

案例链接

孟佩杰从小生活在农村，体弱多病，5岁那年父亲被车祸夺去了生命，迫于生活压力，母亲不得不让刘芳英家领养了她。但是，天有不测风云。1998年，由于劳累过度，刘芳英患上了椎管狭窄症，虽然经过治疗保住了性命，但只能依靠双拐勉强走路。一年后，养父因无法忍受艰难的生活，悄悄离家出走，从此杳无音信。这一年，孟佩杰只有8岁。

8岁的女孩，本应是父母的掌上明珠，正是无忧无虑、天真无邪的年龄。然而，对孟佩杰来说，从那时起便要担负起照顾养母的重担。给养母做饭，冬天要烧炉子，孟佩杰每天早早起来给炉子添炭、掏灰。身子小，够不着灶台就站在小凳子上，摔伤、烧伤已记不得多少次；为养母洗衣服、擦身子，手冻得又红又肿，膝盖不知磨破了几层皮；到市场上买菜，不认识葱、姜、蒜，她就按顺口溜记：“圆圆的是蒜，长长的是葱，扁扁的豆角绿茵茵……”琐碎的家务、照顾养母的重担就这样落在了年仅8岁的女孩身上。她从来没有因为照顾养母和料理家务而耽误学习，每次考试她都能取得优异的成绩。

2009年，孟佩杰要到山西师范大学临汾学院学习。可是，躺在床上的母亲怎么办？孟佩杰陷入了沉思。做人孝为先，经过几天的考虑，孟佩杰做出了令常人难以想象的决定：带着养母去上学！从此，孟佩杰开始了带养母上学的生活。为了能够照顾好养母，她在离学校最近的地方租了房，并向学校申请了走读。

孟佩杰每天的时间都被安排得满满当当：早上6点起床洗漱完毕，帮养母穿衣服，给她洗脸、梳头，然后赶到学校上课；中午12点下课后，便给养母擦身子、活动筋骨、敷药按摩、洗漱更衣；匆忙赶回家，做饭、喂饭，给养母擦身子、活动筋骨、敷药按摩、洗漱更衣；



第三课 恪守道德规范

下午再赶回学校上课；放学后，又匆匆赶回家中做晚饭、做家务，服侍养母睡觉。有时候功课紧，孟佩杰就凑合着从学校食堂买些饭菜。每天就这样奔波在课堂和出租屋之间。

提及多年的生活经历，直言快语的刘芳英哽咽着说：“要不是我这闺女，我也活不到今天呀！”“没有妈妈就没有今天的我，我所做的一切都是做女儿的本分。”说起这些年的艰辛，孟佩杰的语气很平静。“我想尽快毕业，早点参加工作，挣钱照顾妈妈！”孟佩杰总是这样对人说。

这么多年来，孟佩杰克服了许多同龄人难以想象的困难。她知孝感恩，对养母日复一日、年复一年地悉心照料，任劳任怨，不离不弃。孟佩杰很低调，多次表示不愿意让人们知道她的事情。但社会需要正气，时代需要榜样，记者最终还是把孟佩杰的事迹在媒体上报道出来。孟佩杰的孝心感动了许许多多的人，她被评为第三届全国道德模范和2011年度“感动中国”十大人物。

2. 男女平等

男女平等是我国重要的道德规范和法律原则。家庭生活中的男女平等既表现为夫妻权利和义务上的平等、人格地位上的平等，又表现为平等地对待自己的子女。在夫妻关系上的男尊女卑，在子女问题上的重男轻女，都是封建社会遗留下来的腐朽观念。

3. 夫妻和睦

夫妻是家庭主要成员，夫妻关系是家庭关系的核心。忠于爱情、互敬互爱是夫妻和睦、婚姻美满的基础。如果夫妻双方能够在思想上、感情上、行动上相互信赖，那么家庭生活就会稳固而幸福。

4. 勤俭持家

勤俭持家是指以勤劳节约的精神操持家务，也就是说要注重当家理财，量入为出。如果在家庭生活中盲目追求个人享受，追求高消费，开

支无计划，赶时髦、乱花钱，甚至到处借钱购买奢侈品，那么就会影响正常的家庭生活，严重的还可能造成家庭不和、夫妻反目。因此，勤俭持家关系到每个家庭成员的切身利益，是每个公民都应当遵守的家庭美德。

5. 邻里互助

良好的邻里关系对人们的生活、工作和学习等方面都大有益处。中华民族一向重视邻里关系，民间流传着许多俗语，如“邻里好，赛元宝”“远亲不如近邻”等。邻里间的互相关心、互相帮助，有助于我们营造良好的生活环境。处理好邻里关系，要注重互尊、互助、互让，做到尊重邻居的生活方式和生活习惯，视邻居的事情为自己的事情，视邻居的困难为自己的困难，主动提供帮助。

活动天地

近年来人们发现，随着科学技术的飞速发展，特别是信息时代的到来，我们与世界各地的联系越来越紧密，而与邻里的关系却越来越生疏。现实生活中，特别是在城市，住在同一小区、同一栋楼，相互之间不了解、不熟悉的人并不少，有的甚至门对门住了好几年，也不知邻居姓名、在哪里工作。

某小区即将开展“邻里节”活动，请以小组为单位，设计一个活动方案，然后在班内展示。

四、塑造个人品德

个人品德是个体在道德行为中所表现出来的较为稳定的特点和倾向，是个人道德养成的结晶，也是社会道德规范、道德原则在个人身上的综合体现。良好的个人品德是遵守社会公德、传承家庭美德、恪守职业道德的基础。因此，我们要树立正确的道德观念，养成良好的道德习

第三课 恪守道德规范

惯，提高自身的道德修养，成为一名爱国奉献、明礼遵规、勤劳善良、宽厚正直、自强自律的时代新人。

1. 爱国奉献

热爱祖国是公民应尽的基本义务。自古以来，人们总把是否爱国作为衡量和评价一个人道德是否高尚的重要标准。

活动天地

真正的大国离不开强大的海军，强大的海军离不开先进的航母，先进的航母离不开一流的舰载机。2012年9月25日，我国第一艘航空母舰——辽宁舰正式交付海军入列，国人无比自豪。当外界揣测中国有没有能力研制舰载机的时候，歼-15完成了首飞；当外界推测中国



至少还要数年才能完成战机上舰的时候，歼-15成功着舰。时间刚刚过去近两个月，2012年11月23日，我国的歼-15舰载机就在辽宁舰上成功实现了起降，这创造了航母工程史上的奇迹。而创造这一奇迹的关键人物——沈阳飞机制造公司（以下简称沈飞）董事长、总经理，歼-15舰载机研发项目总负责人罗阳却因过度劳累，于2012年11月25日突发心脏病，以身殉国。

舰载机的研发对于我国而言是全新挑战。短距起飞、拦阻、机翼折叠……一个个技术难题等待着罗阳和他的同事们去攻克。“我们正在研制的这个重点型号，背后是沉甸甸的政治责任，涉及中华民族的尊严。”在歼-15动员大会上，一向鲜有豪言壮语的罗阳异常激动。

在整整两年时间里，他一直采用“711”模式，即每周工作7天，每天工作11个小时，坚守在研制、试验一线。最后两个月更是采用了“720”模式，即每周工作7天，每天工作20个小时。沈飞副总经理、总工程师袁立说：“和舰载机上舰的时间节点赛跑，我们总是用最短时间，以最快速度、最高

质量完成任务，压力如影随形。”

“只有一个歼-15累不垮罗阳，他还同时担任多个重点型号的研制现场总指挥，一直在以冲刺的速度跑马拉松。”熟悉他的同事们都这样说。在罗阳的带领下，沈飞年年推出新型战机，接连攻克国产大飞机关键技术，奠定了国产大飞机研制的坚实基础。在罗阳担任沈飞总经理的5年中，沈飞实现5个型号的首飞，每年为客户交付的战机从最少时的4架猛增至近百架。

“国防现代化用钱买不来，核心技术壁垒重重，所以就得夜以继日部署新技术研发，加班加点地穿梭于各种机型的研制现场，把一天当两天用。”生前，罗阳这样对妻子说。这种紧迫感、使命感，不只是研制歼-15，而是始终伴随着罗阳30年的航空生涯。罗阳常说：“缩小与发达国家在航空技术上的差距，没别的办法，就是奋力追！”

在罗阳的身上，人们懂得了什么叫作共和国的脊梁。他有着攻坚克难、勇攀高峰的报国情怀，有着恪尽职守、忘我奉献的崇高品德，有着为国为民、奋斗不息的精神风貌！他是中华民族的骄傲！

(1) 请你联系以上事迹谈谈自己的感受。

(2) 请你再举几位爱国人士的事迹，讲给同学们听一听。

(3) 作为一名学生，你认为爱国应该表现在哪些方面？

热爱祖国，就是要对祖国怀有最真挚的情感。要热爱祖国的大好河山，热爱祖国的历史文化。要牢固树立中国特色社会主义共同理想，自觉践行社会主义核心价值观，不断增强中国特色社会主义道路自信、理论自信、制度自信、文化自信。树立强烈的民族自尊心和民族自信心，自觉维护民族团结和国家统一，自觉维护祖国尊严和国家利益。

热爱祖国，还应当发扬无私奉献的精神，自觉践行报国之志，为祖国的发展贡献自己的力量。奉献是一种忘我的献身精神，是为了社会、集体和他人的利益而不惜舍弃自我利益的无私行为，也是体现为人民服务和集体主义原则要求的最美行动。