

道德与法治第一单元《完善自我 健康成长》同步练习

一. 选择题

1. 炎热的夏天，一些城市里随处可见男人赤膊露肚，穿件短裤，趿拉着鞋，人称“膀爷”。对“膀爷”现象认识正确的是（ ）。

- A. 衣装不整是道德品质低下的表现
- B. 对人不礼貌就会对人造成明显伤害
- C. 穿着是个人的自由，与他人无关
- D. 损害自己的形象，是不尊重自己的表现

2. （ ）是交往的起点。

- A. 尊重
- B. 自信心
- C. 自私

3. 国家尊重和保障（ ）。

- A. 财产权
- B. 生命健康权
- C. 人权

4. 下列关于反思的观点和做法，（ ）是不正确的。

- A. 我总是想到自己的失败和错误，自我反思一点儿都不开心
- B. 反思可以让我发现自己做的好的地方，下次继续努力
- C. 反思可以让我学习别人的优点
- D. 反思可以促进自身能力的发展

5. 同学之间朝夕相处，难免会发生一些不愉快的摩擦甚至争执，对此我们应该（ ）。

A. 学会理解和宽容，没必要讲原则

B. 学会掩饰自己的想法，虚情假意

C. 学会理解和宽容，不要斤斤计较

二. 填空题

1. 反思（ ）都能进行。在特定情况下，反思尤其必要。

2. 掌握反思的（ ），能达到事半功倍的效果。

3. 当我们思考过去的事情，并从中得到（ ）时，就是在反思自己。

4. 宽容不仅给我们带来了和谐、友善的（ ），也使我们（ ）保持平和、安定，让我们生活得（ ）、（ ）。

5. 被别人尊重让我们感到愉快、（ ）、（ ）。

三. 判断题

1. 张萌人送外号“老好人”，对犯错误的同学也不好意思批评指正。（ ）

2. 中华人民共和国公民的人格尊严不受侵犯。（ ）

3. 反思可以帮助我们发现自己的缺点和不足。（ ）

4. 尊重自己与接受别人的批评是不矛盾的，如果过于爱面子，输不起，说不得就是过度维护自己。（ ）

5. 过去的事已成事实，没有必要反思。（ ）

6. 反思很难，进行不下去的时候，可以放弃。（ ）

7. 每日坚持反思，必有收获。（ ）

8. 反思的过程很重要，因此我们在反思的时候只需注重过程，无需注重结果。（ ）

9. 反思作为内心活动，是自我完善的一种方式。它能帮助我们回顾、分析和总结过去。（ ）

10. 失败后需要反思，成功后就不需要反思了。（ ）

四. 简答题

1. 对于你自己专属的“反思时间”，你有什么看法？
2. 请你列举善于反思，并最终取得成功的例子。

参考答案

一. 选择题

1. D
2. A
3. C
4. A
5. C

二. 填空题

1. 时时
2. 时机
3. 经验或教训
4. 社会生活环境；内心；健康；愉快
5. 满足；充满价值感

三. 判断题

1. ×
2. √
3. √
4. √
5. ×
6. √

7. ✓

8. ×

9. ✓

10. ×

四. 简答题

1. ①无须太长，每日坚持，必有收获。②生活中需要反思的情况有很多。③反思，一开始也许有难度，一旦形成习惯，做起来就非常自然了。

2. 勾践卧薪尝胆；曾子修身之道——三省吾身等。