

HƯỚNG DẪN ÔN TẬP KTGK 2 – GDCD 7

I. PHẦN TRẮC NGHIỆM (3 điểm)

Hãy khoanh tròn vào đáp án đúng nhất.

Câu 1: Phản ứng của cơ thể trước những áp lực cuộc sống hay một yếu tố tác động nào đó gây ảnh hưởng xấu đến thể chất lẫn tinh thần của con người - đó là nội dung của khái niệm:

- a. Căng thẳng. b. Ghét bỏ. c. Đố kỵ. d. Ganh tị.

Câu 2: Nội dung không phải là biểu hiện của căng thẳng?

- A. Thường xuyên đau đầu, đau cơ bắp, chóng mặt... B. Cảm thấy chán nản, lo lắng, khó chịu, buồn bã...
C. Dễ nổi cáu, bực bội hoặc nóng tính. D. Tinh thần phấn chấn, vui tươi.

Câu 3: Nguyên nhân khách quan dẫn đến trạng thái căng thẳng ở con người?

- A. Suy nghĩ tiêu cực của bản thân. B. Thiếu kĩ năng ứng phó với căng thẳng.
C. Tự tạo áp lực cho bản thân. D. Áp lực học tập, thi cử.

Câu 4: Gia đình K vừa chuyển đến một căn hộ chung cư. Cạnh nhà K có một bạn trẻ đam mê nhạc rock và đánh trống. K sang nhà bạn hàng xóm và nói: “Bạn đừng làm ồn nữa”. Bạn hàng xóm đáp: “Mình chơi nhạc ở nhà mình chứ có qua nhà bạn đâu?”. Cứ thế, tiếng trống làm cho K khó ngủ và không thể tập trung làm bất cứ việc gì. Trưa nay, tiếng trống lại vang lên, K tức giận hét to: “Sao khó chịu thế này!”.

Câu hỏi: Theo em, điều kiện cho K trở nên nóng tính và dễ tức giận là:

- A. Gia đình K có hoàn cảnh khó khăn. B. Kết quả học tập của K không cao.
C. Tiếng ồn từ nhà hàng xóm. D. K bị bạn bè xa lánh, kì thị.

Câu 5: Một trong những biện pháp ứng phó tích cực khi gặp căng thẳng là

- A. Thường xuyên tập luyện thể dục thể thao. B. Tách biệt, không trò chuyện với mọi người.
C. Âm thầm chịu đựng những tổn thương tinh thần. D. Lo lắng, sợ hãi không dám tâm sự với ai.

Câu 6: Khi rơi vào trạng thái căng thẳng quá mức, chúng ta nên

- A. Âm thầm chịu đựng, không tâm sự với ai.
B. Tìm kiếm sự hỗ trợ từ người khác, nhất là người thân.
C. Sống khép kín, không trò chuyện với mọi người.
D. Xa lánh bạn bè, người thân.

Câu 7: T là học sinh chăm ngoan, học giỏi được bố mẹ yêu chiều và hết mực tin tưởng năng lực của em. Tuy nhiên trong một lần chủ quan, T đã bị điểm kém trong bài kiểm tra toán, vì vậy T cảm thấy rất căng thẳng, buồn bã. Trong trường hợp này, nếu là bạn của T em sẽ chọn cách ứng xử là:

- A. Làm ngơ vì không liên quan đến bản thân. B. Mách bố mẹ T rằng bạn ngày càng học kém.
C. Trò chuyện, chia sẻ và động viên bạn. D. Tỏ thái độ chê bai bạn vì bị điểm kém.

Câu 8: M không cẩn thận nên đã làm mất chiếc đồng hồ đeo tay. Bạn rất lo bố mẹ biết sẽ trách phạt. Càng nghĩ, M lại càng cảm thấy căng thẳng. Trong trường hợp trên, nếu là M, em nên lựa chọn cách ứng xử nào dưới đây?

- A. Bình tĩnh, dũng cảm nhận lỗi với bố mẹ và hứa sẽ cẩn thận hơn.
- B. Nói dối rằng đã bán chiếc đồng hồ để lấy tiền ủng hộ các bạn khó khăn.
- C. Kiên quyết dấu diếm, không nói chuyện bị mất đồng hồ với bố mẹ.
- D. Nói dối bố mẹ rằng: chiếc đồng hồ đã bị kẻ xấu ăn cắp.

Câu 9: Trong bạo lực học đường không có hành vi :

- A. Giúp đỡ. B. Hành hạ. C. Đánh đập. D. Xúc phạm danh dự.

Câu 10: Hành hạ, ngược đãi, đánh đập, xâm hại thân thể, sức khỏe và các hành vi khác cố ý gây tổn thất về thể chất của người khác được gọi là

- A. Bạo lực về thể chất. B. Bạo lực về tinh thần. C. Bạo lực trực tuyến. D. Bạo lực tài chính.

Câu 11: Biểu hiện của bạo lực học đường là:

- A. Ông M đánh con vì trốn học để đi chơi game.
- B. Cô giáo phạt học sinh khi làm việc riêng trong giờ học.
- C. Bạn K đe dọa sẽ đánh bạn P vì không cho mình chép bài.
- D. Bạn N nhắc nhở bạn M không nên nói chuyện trong giờ học.

Câu 12: Số điện thoại đường dây nóng bảo vệ trẻ em là

- A. 111. B. 112. C. 113. D. 114.

Câu 12: Biểu hiện của căng thẳng là:

- A. Tinh thần phấn khởi, vui tươi. B. Cảm thấy chán nản, lo lắng, khó chịu, buồn bã...
- C. Luôn thực hiện đúng những gì mình đã hứa. D. Đến đúng hẹn, không để người khác chờ đợi.

Câu 14: **Nguyên nhân chủ quan** dẫn đến trạng thái căng thẳng ở con người là:

- A. Tác động tiêu cực từ môi trường sống (thời tiết, tiếng ồn, ô nhiễm).
- B. Sự kì vọng quá lớn của mọi người so với khả năng của bản thân.
- C. Thiếu kĩ năng ứng phó với căng thẳng trong cuộc sống.
- D. Gặp khó khăn trắc trở, thất bại, biến cố trong đời sống.

Câu 15: H sinh ra trong một gia đình có hoàn cảnh khó khăn. Một hôm, mẹ nói với H: “*Bố bị tai nạn nên mẹ sẽ vào viện chăm sóc bố mỗi ngày, con nhé!*”. H thương mẹ vất vả nên không dám xin tiền học. H luôn cảm thấy căng thẳng, mặc cảm, tự ti với các bạn trong lớp.

- **Câu hỏi:** Theo em, nguyên nhân khiến H cảm thấy căng thẳng là:

- A. H bị bạn bè xa lánh, không muốn chơi chung. B. Gia đình H khó khăn, bố H mới bị tai nạn.
C. Mẹ bắt H phải nghỉ học để đi làm kiếm tiền. D. Kết quả học tập của H không cao.

Câu 16: Nội dung **không** phản ánh đúng tác hại của tâm lý căng thẳng là:

- A. Tác động xấu đến sức khỏe. B. Gây nên những rối loạn về mặt tinh thần.
C. Ảnh hưởng đến mối quan hệ với mọi người. D. Khiến con người luôn lạc quan, yêu đời.

Câu 17: Khi rơi vào trạng thái căng thẳng, chúng ta **không** nên :

- A. Luyện tập thể thao, làm những việc yêu thích.
B. Hít thở sâu, nghe nhạc hoặc xem một bộ phim yêu thích.
C. Chia sẻ, tâm sự với người thân và bạn bè xung quanh.
D. Tách biệt với mọi người, không trò chuyện với bất kì ai.

Câu 18: Nguyên nhân khách quan gây nên tâm lý căng thẳng nào được phản ánh trong bức tranh dưới đây?



- A. Bạo lực học đường. B. Môi trường bị ô nhiễm.
C. Bạo lực gia đình. D. Sự kì vọng của người thân.

Câu 19: Nhận định **không** đúng khi bàn về vấn đề ứng phó với căng thẳng:

- A. Tình huống gây căng thẳng gây ra các ảnh hưởng tiêu cực về thể chất và tinh thần của con người.
B. Bị bố mẹ áp đặt, ngăn cấm là một trường hợp có thể gây ra trạng thái căng thẳng.
C. Tình huống gây căng thẳng có thể xuất phát từ nguyên nhân khách quan hoặc chủ quan.
D. Khi rơi vào trạng thái căng thẳng chúng ta không nên tìm sự trợ giúp của chuyên gia tư vấn tâm lí, bác sĩ tâm lí.

Câu 20: Gần đây, C nhận thấy mình có nhiều thay đổi, giọng nói to và khàn, vóc dáng cao lênh kênh, khuôn mặt xuất hiện mụn, C cảm thấy tự ti, ngại giao tiếp với bạn bè. Trong trường hợp này, nếu là bạn của C, em nên chọn cách ứng xử :

- A. Kì thị, xa lánh C. B. Rủ các bạn trong lớp tẩy chay C.

C. Trò chuyện, chia sẻ và động viên C. D. Làm ngor, vì không liên quan đến bản thân

Câu 21: Hành vi **không** phải là biểu hiện của bạo lực học đường?

- A. Tâm sự, chia sẻ khi bạn cùng lớp có chuyện buồn. B. Tây chay, xa lánh bạn cùng lớp.
C. Gây gổ, đánh nhau với các bạn cùng lớp. D. Xúc phạm danh dự, nhân phẩm của bạn học.

Câu 22: Nguyên nhân khách quan của bạo lực học đường là do

- A. Sự phát triển của tâm lí lứa tuổi. B. Sự thiếu hụt kĩ năng sống.
C. Mong muốn thể hiện bản thân. D. Tác động của trò chơi điện tử có tính bạo lực.

Câu 22: Trong giờ học em vô tình nghe thấy bạn T và bạn M bàn nhau sau giờ học sẽ đón đầu đánh P khi đi học về. Trong trường hợp này em sẽ lựa chọn cách ứng xử :

- A. Làm ngor vì không liên quan đến bản thân.
B. Báo với cô giáo chủ nhiệm để có biện pháp kịp thời.
C. Rủ các bạn khác trong lớp cùng đi xem đánh nhau.
D. Gặp P để báo cho bạn thông tin mà mình nghe được.

Câu 24: Để phòng ngừa bạo lực học đường, mỗi học sinh cần

- A. Đua đòi tham gia vào các trò chơi mang tính bạo lực và các tệ nạn xã hội.
B. Sử dụng bạo lực để giải quyết những khúc mắc, xích mích trong nhà trường.
C. Có lối sống lành mạnh tránh xa phim ảnh, trò chơi bạo lực và các tệ nạn xã hội.
D. Sử dụng hình thức răn đe, bạo lực đối với những hành vi sai trái trên ghế nhà trường.

II. Phần tự luận (7 đ):

Câu 1: Em hãy xử lý các tình huống dưới đây:

Tình huống a) Giờ ra chơi, V nhìn thấy trong cặp sách của N có một cuốn nhật kí nên đã giật lấy. N đuổi theo yêu cầu V trả lại nhưng V không trả mà còn mở cuốn nhật kí và đọc vài câu cho các bạn khác cùng nghe để trêu chọc N. N rất tức giận với hành vi của V nhưng không biết nên làm gì.

Nếu là N, em sẽ xử lý tình huống này như thế nào? Vì sao?

.....
.....
.....
.....
.....

Tình huống b) Biết tin Đ bị S bắt nạt nhiều lần, bạn thân của Đ là T vô cùng tức giận. T bày tỏ ý định sẽ rủ thêm bạn chặn đường dạy cho S một bài học.

Nếu biết sự việc đó, em sẽ nói gì với Đ và T?

.....
.....
.....
.....
.....

Câu 2: Tình huống. Bài kiểm tra môn Toán của N được 5 điểm nên cậu buồn và lo lắng vì sợ về nhà bị mẹ mắng. N đã dấu bài kiểm tra đi nhưng bị mẹ phát hiện. N hứa với mẹ sẽ làm bài kiểm tra thật tốt trong dịp thi cuối học kì để gỡ lại điểm. Tuy nhiên, trong giờ thi việc nhất định phải được điểm cao khiến N căng thẳng, không nhớ được công thức. Để giải quyết việc này, N đã mở tài liệu và bị huỷ bài thi. Vì quá sợ mẹ nên N đã đi lang thang, không dám về nhà.

Câu hỏi:

b) Em nhận xét thế nào về cách ứng phó của bạn N trước tình huống gây tâm lí căng thẳng mà N gặp phải?

.....
.....
.....
.....
.....

c) Theo em, học sinh trung học cơ sở cần làm gì để từng phó với áp lực học tập và kì vọng của gia đình?

.....
.....
.....
.....
.....

Câu 3: Hãy xác định biểu hiện, nguyên nhân gây tâm lí căng thẳng của các bạn học sinh dưới đây.

Tình huống 1: Gần đây Sang hay bị một số anh lớp trên gây sự trên đường đi học. Sang rất lo sợ và thường xuyên mơ thấy ác mộng.

.....
.....
.....
.....
.....

Tình huống 2: Tùng đang ôn bài để ngày mai thi hết học kì nhưng nhà hàng xóm hát karaoke đêm ỉ khiến Tùng cảm thấy bức mình, khó chịu và không thể tập trung.

.....
.....

Câu 4:

a. Nêu các biểu hiện và nguyên nhân dẫn đến bạo lực học đường.

.....
.....
.....
.....
.....
.....

b) Em đồng tình hay không đồng tình với ý kiến nào dưới đây? Vì sao?

+ Ý kiến 1. Chế giễu bạn qua mạng xã hội hay qua tin nhắn không phải là bạo lực học đường.

.....
.....
.....

+ Ý kiến 2. Tuyên truyền, phòng chống bạo lực học đường là trách nhiệm của gia đình, nhà trường và xã hội.

.....
.....
.....

+ Ý kiến 3. Khi bắt gặp tình huống bạo lực học đường, chúng ta được phép cổ vũ, vì hành vi này không vi phạm pháp luật, không trực tiếp gây ra bạo lực học đường.

.....
.....
.....
.....

Câu 5: Tình huống. Bài kiểm tra môn Toán của N được 5 điểm nên cậu buồn và lo lắng vì sợ về nhà bị mẹ mắng. N đã dấu bài kiểm tra đi nhưng bị mẹ phát hiện. N hứa với mẹ sẽ làm bài kiểm tra thật tốt trong dịp thi cuối học kì để gỡ lại điểm. Tuy nhiên, trong giờ thi việc nhất định phải được điểm cao khiến N căng thẳng, không nhớ được công thức. Để giải quyết việc này, N đã mở tài liệu và bị huỷ bài thi. Vì quá sợ mẹ nên N đã đi lang thang, không dám về nhà.

Câu hỏi: a. Em nhận xét thế nào về cách ứng phó của bạn N trước tình huống gây tâm lí căng thẳng mà N gặp phải?

.....
.....
.....
.....

a) Theo em, học sinh trung học cơ sở cần làm gì để từng phó với áp lực học tập và kì vọng của gia đình.