# **CHỦ ĐỀ 1: RÈN LUYỆN MỘT SỐ PHẨM CHẤT CÁ NHÂN TRONG HỌC TẬP VÀ CUỘC SỐNG**

## **A. PHẦN TRẮC NGHIỆM**

### **1. NHẬN BIẾT (15 câu)**

**Câu 1:** Một số điểm yếu của học sinh trong học tập như

A. Nói chuyện riêng trong lớp học

B. Chưa gọn gàng, ngăn nắp trong sinh hoạt

C. Dễ nóng tính

D. Tất cả các phương án trên.

**Câu 2:** Một số điểm mạnh của học sinh trong học tập như

A. Trung thực, không quay cóp trong giờ kiểm tra.

B. Mạnh dạn xung phong trả lời

C. Ghi chép nhanh, đầy đủ, sẵn sàng hỏi lại giáo viên khi chưa hiểu…

D. Tất cả các phương án trên.

**Câu 3:** Bước đầu tiên trong quá trình xác định điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân là gì?

A. Tích cực tham gia các hoạt động học tập, lao động, giao tiếp, hoạt động cộng đồng,...để bộc lộ điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân.

B. Tự đánh giá dựa trên kết quả học tập, lao động, giao tiếp, ... của bản thân

C. So sánh, đối chiếu giữa tự đánh giá và nhận xét của người khác.

D. Xác định điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân.

**Câu 4:** Bước thứ hai trong quá trình xác định điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân là gì?

A. Tích cực tham gia các hoạt động học tập, lao động, giao tiếp, hoạt động cộng đồng,...để bộc lộ điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân.

B. So sánh, đối chiếu giữa tự đánh giá và nhận xét của người khác.

C. Lắng nghe nhận xét của mọi người xung quanh về mình

D. Xác định điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân.

**Câu 5:** Bước thứ ba trong quá trình xác định điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân là gì?

A. Tích cực tham gia các hoạt động học tập, lao động, giao tiếp, hoạt động cộng đồng,...để bộc lộ điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân.

B. So sánh, đối chiếu giữa tự đánh giá và nhận xét của người khác.

C. Lắng nghe nhận xét của mọi người xung quanh về mình

D. Xác định điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân.

**Câu 6:** Một số điểm mạnh của học sinh trong cuộc sống như

A. Vui vẻ, hòa đồng với mọi ngườ

B. Sẵn sàng giúp đỡ mọi người

C. Tự tin trước đám đông

D. Tất cả các phương án trên.

**Câu 7:** Đâu là điểm hạn chế của học sinh trong cuộc sống?

A. Vui vẻ, hòa đồng với mọi người

B. Sẵn sàng giúp đỡ mọi người

C. Tự tin trước đám đông

D. Chưa gọn gàng, ngăn nắp trong sinh hoạt

**Câu 8:** Biểu hiện của tính kiên trì, chăm chỉ trong công việc đó là?

A. Luôn hoàn thành công việc đúng thời hạn.

B. Đi làm đúng giờ

C. Sáng tạo và kiên trì với những nhiệm vụ khó khăn

D. Tất cả các phương án trên.

**Câu 9:** Thói quen bừa bộn, thiếu ngăn nắp ảnh hưởng như thế nào đến học tập và cuộc sống của mỗi người?

A. Tiết kiệm được thời gian tìm kiếm đồ đạc cũng như thời gian dọn dẹp

B. Không gian sống và học tập bừa bộn, gây mất thiện cảm với những người xung quanh

C. Mất nhiều thời gian cho việc tìm đồ, ảnh hưởng tới thời gian làm việc hữu ích.

D. Cả B, C đều đúng

**Câu 10:** Làm thế nào để rèn luyện tính kiên trì, chăm chỉ?

A. Hoàn thành công việc đều đặn.

B. Có ý thức rèn luyện kỉ luật bản thân

C. Cả A, B đều đúng

D. Cả A, B đều sai

**Câu 11:** Học sinh có thể rèn luyện tính chăm chỉ học tập bằng cách

A. Hoàn thành bài tập ngay sau giờ học.

B. Luôn soạn bài các môn đầy đủ.

C. Đọc và tìm hiểu bài.

D. Cả A, B, C đều đúng

**Câu 12:** Những việc làm để giúp nhà cửa, lớp học gọn gàng, ngăn nắp, sạch sẽ là?

A. Quét và lau nhà.

B. Sắp xếp sách vở gọn gàng.

C. Gấp quần áo và đồ dùng gọn gàng.

D. Tất cả các phương án trên.

**Câu 13:** Những lợi ích mà chúng ta nhận được khi sắp xếp nhà cửa, lớp học là?

A. Tiết kiệm thời gian tìm kiếm các đồ dùng cần thiết.

B. Tạo không gian sống thoáng đãng, thoải mái.

C. Khó khăn trong việc di chuyển các đồ vật to, nặng.

D. Cả A và B đều đúng.

**Câu 14:** Người có thói quen ngăn nắp, gọn gàng, sạch sẽ ở gia đình thường

A. Không dọn dẹp nhà cửa thường xuyên.

B. Cất đồ đạc vào đúng vị trí sau khi sử dụng.

C. Đồ đạc lộn xộn, không ngăn nắp.

D. Để đồ dùng không đúng vị trí.

**Câu 15:** Thói quen ngăn nắp, gọn gàng, sạch sẽ có lợi ích gì đối với cuộc sống của mỗi người?

A. Tiết kiệm được thời gian tìm kiếm đồ đạc cũng như thời gian dọn dẹp.

B. Mất nhiều thời gian cho việc tìm đồ, ảnh hưởng tới thời gian làm việc hữu ích.

C. Không gian sống và học tập bừa bộn, gây mất thiện cảm với những người xung quanh.

D. Cả A, B, C đểu đúng.

### **2. THÔNG HIỂU (10 câu)**

**Câu 1:** Ý nào sau đây làđúng về các cách xây dựng kế hoạch tự hoàn thiện bản thân?

A. Lập kế hoạch khắc phục những điểm hạn chế để tự hoàn thiện bản thân.

B. Chia sẻ kế hoạch với thầy cô, bạn bè người thân trong gia đình và lắng nghe ý kiến đóng góp của mọi người

C. Điều chỉnh, bổ sung kế hoạch tự hoàn thiện bản thân.

D. Tất cả các phương án trên.

**Câu 2:** Phát biểu nào sau đây là sai?

A. Bước thứ nhất trong quá trình xác định điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân là tích cực tham gia các hoạt động học tập, lao động, giao tiếp, hoạt động cộng đồng,...để bộc lộ điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân.

B. Bước thứ hai trong quá trình xác định điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân là so sánh, đối chiếu giữa tự đánh giá và nhận xét của người khác.

C. Bước thứ hai trong quá trình xác định điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân là lắng nghe nhận xét của mọi người xung quanh về mình.

D. Bước thứ ba trong quá trình xác định điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân là xác định điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân.

**Câu 3:** Phát biểu nào sau đây là đúng?

A. Để tự hoàn thiện bản thân, chúng ta cần kiên trì rèn luyện theo kế hoạch tự hoàn thiện bản thân đã xây dựng.

B. Để tự hoàn thiện bản thân, chúng ta cần tranh thủ sự hỗ trợ, giúp đỡ của thầy cô, bạn bè và người thân trong quá trình tự hoàn thiện bản thân.

C. Để tự hoàn thiện bản thân, chúng ta cần ghi lại những kết quả em đã đạt được và những khó khăn, vướng mắc em đã gặp phải.

D. Tất cả các phương án trên đều đúng.

**Câu 4:** Nhận định nào sau đây là sai?

A. Điểm mạnh của học sinh trong học tập có thể kể đến như vui vẻ, hòa đồng với mọi người

B. Điểm mạnh của học sinh trong học tập có thể kể đến như sẵn sàng giúp đỡ mọi người

C. Điểm mạnh của học sinh trong học tập có thể kể đến như tự tin trước đám đông

D. Điểm mạnh của học sinh trong học tập có thể kể đến như chưa gọn gàng, ngăn nắp trong sinh hoạt

**Câu 5:** Ý kiến nào sau đây là đúng khi nói về biểu hiện của tính kiên trì, chăm chỉ trong công việc đó là?

A. Người có tính kiên trì, chăm chỉ trong công việc luôn hoàn thành công việc đúng thời hạn.

B. Người có tính kiên trì, chăm chỉ trong công việc luôn đi làm đúng giờ

C. Người có tính kiên trì, chăm chỉ trong công việc luôn sáng tạo và kiên trì với những nhiệm vụ khó khăn

D. Tất cả các phương án trên.

**Câu 6:** Phát biểu nào sau đây là đúng?

A. Học sinh có thể rèn luyện tính chăm chỉ học tập bằng cách hoàn thành bài tập ngay sau giờ học.

B. Học sinh có thể rèn luyện tính chăm chỉ học tập bằng cách luôn soạn bài các môn đầy đủ

C. Học sinh có thể rèn luyện tính chăm chỉ học tập bằng cách đọc và tìm hiểu bài

D. Cả A, B, C

**Câu 7:** Nội dung nào sau đây là đúng khi rèn luyện tính tự giác?

A. Để rèn luyện tính tự giác, chúng ta cần tìm kiếm sự giúp đỡ từ những người xung quanh.

B. Để rèn luyện tính tự giác, chúng ta cần học cách hít sâu, thở đều.

C. Để rèn luyện tính tự giác, chúng ta cần đặt báo thức hoặc nhờ người khác nhắc nhở.

D. Để rèn luyện tính tự giác, chúng ta cần điều chỉnh suy nghĩ và tự kiểm tra lại ý kiến của bản thân về sự việc khiến mình tức giận.

**Câu 8:** Nhận xét nào sau đây là đúng về ảnh hưởng của tính kiên trì, chăm chỉ tới hiệu quả công việc?

A. Tính kiên trì, chăm chỉ giúp hoàn thành công việc nhanh chóng, đúng hạn, năng suất công việc cao.

B. Người có tính kiên trì, chăm chỉ sẽ nhận được sự đánh giá cao của lãnh đạo và đồng nghiệp.

C. Tính kiên trì, chăm chỉ giúp chúng ta tích luỹ được nhiều kinh nghiệm có ích cho công việc sau này...

D. Cả A, B, C đều đúng.

**Câu 9:** Phát biểu nào sau đây là đúng?

A. Cách để rèn luyện tính kiên trì không bỏ cuộc khi gặp khó khăn là học cách hít sâu, thở đều.

B. Cách để rèn luyện tính kiên trì không bỏ cuộc khi gặp khó khăn là viết, vẽ lời nhắc cho bản thân và để ở nơi dễ thấy.

C. Cách để rèn luyện tính kiên trì không bỏ cuộc khi gặp khó khăn là nghỉ ngơi, thư giãn bằng cách nghe nhạc, đọc sách.

D. Cách để rèn luyện tính kiên trì không bỏ cuộc khi gặp khó khăn là điều chỉnh suy nghĩ và tự kiểm tra lại ý kiến của bản thân về sự việc khiến mình tức giận.

**Câu 10:** Phát biểu nào sau đây là đúng về những lợi ích khi chúng ta sắp xếp nhà cửa?

A. Khi sắp xếp nhà cửa, lớp học, chúng ta có thể tiết kiệm thời gian tìm kiếm các đồ dùng cần thiết.

B. Khi sắp xếp nhà cửa, lớp học, chúng ta có thể tạo không gian sống thoáng đãng, thoải mái.

C. Khi sắp xếp nhà cửa, lớp học, chúng ta có thể gặp khó khăn trong việc di chuyển các đồ vật to, nặng.

D. Cả A, B đều đúng.

### **3. VẬN DỤNG (5 câu)**

**Câu 1:** Minh nản chí và muốn trả lại phần việc tìm kiếm thông tin, hình ảnh cho nhóm. Em hãy đề xuất cách thực hiện để rèn luyện tính kiến trì, chăm chỉ trong tình huống trên.

A. Minh nên bàn bạc với nhóm và nhờ sự trợ giúp của nhóm.

B. Minh nên chia bài tập ra thành từng nội dung. VD: Thông tin A sẽ phải tìm kiếm hình ảnh A; thông tin B sẽ tìm kiếm hình ảnh B,... các thông tin khác cũng vậy, không nên tìm ảnh và thông tin riêng, sẽ bị loạn và thiếu dữ liệu.

C. Minh cần nghỉ ngơi một thời gian và suy nghĩ về trách nhiệm cao cả của mình với nhóm, bàn bạc với nhóm để phân chia công việc cùng với 1 bạn nữa để hỗ trợ Minh.

D. Cả A, B, C đều đúng.

**Câu 2:** Lan muốn nhớ nhiều từ vựng và nâng cao khả năng giao tiếp tiếng Anh để cải thiện kết quả môn học này. Em hãy đề xuất cách thực hiện để rèn luyện tính kiến trì, chăm chỉ trong tình huống trên.

A. Lan nên làm nhiều bài tập từ dễ đến khó, áp dụng nhiều phương pháp học tập khác nhau, kết hợp học từ vựng với hình ảnh, âm thanh.

B. Giải trí bằng những chương trình tivi hoặc nghe nhạc bằng tiếng Anh.

C. Kết bạn với những người nước ngoài trên mạng xã hội.

D. Cả A, B, C đều đúng.

**Câu 3:** Dù lúc đầu rất thích học đàn piano nhưng sau một tuần, Hương chán nản và muốn bỏ học vì quá trình luyện tập khó và tay bị đau. Em hãy đề xuất cách thực hiện để rèn luyện tính kiến trì, chăm chỉ trong tình huống trên.

A. Hương nên tham khảo và tập luyện những bài thể dục cho tay.

B. Hương hãy học từ dễ đến khó, không nên tạo áp lực cho bản thân.

C. Xem những video người khác chơi piano để tạo động lực cho bản thân.

D. Cả A, B, C đều đúng.

**Câu 4:** Trong các giờ học, Quân sợ nhất là giờ Toán vì không hiểu bài và nhiều khi không thể tự giải được các bài tập. Kết quả học tập môn Toán của Quân chỉ đạt ở mức trung bình kém. Quân luôn mất tự tin và thiếu hoà đồng với thầy giáo dạy Toán và các bạn. Nếu là bạn của Quân, em sẽ làm gì?

A. Gặp những bạn học tốt môn toán trong lớp, một nhờ các bạn giảng lại những chỗ không hiểu và hướng dẫn phương pháp học môn toán

B. Khuyên Quân nên gặp thầy giáo dạy môn toán để chia sẻ với thầy về khó khăn của bản thân

C. Khuyên Quân tin rằng mình sẽ học toán tốt hơn nếu bản thân Tiến cố gắng và được sự hỗ trợ của thầy giáo dạy môn toán cũng như các bạn tiên trong lớp.

D. Tất cả các cách trên.

**Câu 5:** Tùng đang cùng cha mẹ dự lễ viếng một người họ hàng xa thì nhận được tin nhắn của thầy chủ nhiệm báo mình đã đạt giải cao trong kì thi học sinh giỏi tiếng Anh của Tiến phố. Nếu em là Tùng, em sẽ có cách ứng xử trong tình huống trên như thế nào?

A. Khi nhận được tin này em có thể rất vui. Tuy nhiên, vì đang dự đám tang nên chỉ nên nhắn lời cảm ơn thầy giáo. Sau khi ra về hãy thể hiện công khai cảm xúc vui vẻ của mình với các bạn và mọi người.

B. Em sẽ lập tức thông báo Tiến tích của mình với mọi người để được chia sẻ niềm vui này.

C. Cả hai phương án đều đúng

D. Cả hai phương án đều sai

**Câu 6:** Một số trường hợp thành công trong cuộc sống nhờ tính kiên trì, chăm chỉ như

A. Nhà bác học Thomas Edison.

B. Thầy giáo Nguyễn Ngọc Kí.

C. Vận động viên Ánh Viên

D. Tất cả các phương án trên

### **4. VẬN DỤNG CAO (2 câu)**

**Câu 1:** Cho các việc làm sau

(1) Hoàn thành việc trực nhật tại lớp theo lịch phân công.

(2) Hay vắng mặc các buổi họp nhóm.

(3) Cố gắng giải hết các bài tập Toán trong sách và tìm thêm sách tham khảo khác trong thư viện để tự luyện tập.

(4) Khi gặp bài tập khó, xin chép bài của bạn.

(5) Ghi chép đầy đủ bài giảng của thầy cô và đọc lại nhiều lần để hiểu bài hơn.

(6) Học cách nấu món ăn yêu thích và luyện tập nấu nhiều lần cho đến khi thành công.

(7) Nài nỉ bạn chỉ bài trong giờ kiểm tra.

(8) Tham gia đầy đủ và tích cực đóng góp ý kiến trong các buổi họp nhóm.

(9) Thực hiện tốt và đầy đủ công việc nhà theo thời gian biểu

Có bao nhiêu việc làm thể hiện tính kiên trì, chăm chỉ?

A. 2

B. 3

C. 5

D. 6

**Câu 2:** Có bao nhiêu lợi ích mà một người có được từ việc rèn luyện tính kiến trì, chăm chỉ trong công việc dưới đây?

(1) Đạt được thành tích tốt trong học tập.

(2) Được sự ghi nhận từ thầy cổ và các bạn về những đóng góp trong công việc của trường lớp.

(3) Sắp xếp được công việc một cách khoa học hơn.

(4) Nâng cao thể lực và sự dẻo dai.

(5) Đúc kết được những cách hay để khắc phục khó khăn.

(6) Tạo dựng quan hệ gắn bó, đoàn kết với các bạn.

(7) Nâng cao ý chí, nghị lực khi thực hiện những nhiệm vụ khó.

(8) Tự tin hơn khi thực hiện một công việc nào đó.

(9) Thực hiện tốt và đầy đủ theo thời gian biểu các công việc nhà.

A. 7

B. 9

C. 5

D. 8

## **B. ĐÁP ÁN**

### **1. NHẬN BIẾT**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. A** | **2. D** | **3. A** | **4. C** | **5. B** |
| **6. D** | **7. D** | **8. D** | **9. D** | **10. C** |
| **11. D** | **12. D** | **13. D** | **14. B** | **15. A** |

### **2. THÔNG HIỂU**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. D** | **2. B** | **3. D** | **4. D** | **5. D** |
| **6. D** | **7. C** | **8. D** | **9. B** | **10. D** |

### **3. VẬN DỤNG**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. D** | **2. D** | **3. D** | **4. D** | **5. A** |
| **6. D** |  |  |  |  |

### **4. VẬN DỤNG CAO**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **1. D** | **2. B** |  |  |  |