
第一单元 完善自我 健康成长 单元试卷（二）（含答案）

___年___班 姓名___

一．我会填。（22分）

- 1．每个人都是（ ）的个体，即使默默无闻，即使没有取得什么显著成就，他也拥有生而为人的（ ）。
- 2．每个人都有自己的尊严和（ ），只有（ ）才会获得别人的尊重。
- 3．尊重自己并不意味着（ ），尊重自己和接受别人的批评是（ ）的。
- 4．我国宪法明确规定公民的（ ）不受侵犯，由此看来尊重他人既是道德要求也是（ ）要求。
- 5．宽容不仅给人们带来了（ ）的社会生活环境，也使我们内心保持平和安定，让我们生活得（ ）。
- 6．宽容让我们面对他人的无心之失时大度、（ ）；同时，也让我们面对他人的伤害时，平息心中的不满，放弃报复的想法，懂得（ ）。
- 7．反思听起来似乎是一个很（ ）的话题，我们都进行过反思，都有一定的（ ）。
- 8．通过反思我们可以总结经验，促进（ ）的发展，也可以看到自己的缺点和不足，避免再犯（ ）的错误。
- 9．在日常生活中人们忙于工作和生活，彼此之间难免产生（ ）、冲突，宽容能让我们（ ）。
- 10．生活中需要反思的情况有很多，反思一开始也许有（ ），一旦形成习惯做起来就非常（ ）了。

二．我会判断。对的打“√”错的打“×”（20分）

- 1．尊重自己包括自尊、自重、自爱和自我接纳等方面。（ ）
 - 2．客观评价自己既相信自己的能力，也能认识到别人可能比自己更优秀。（ ）
 - 3．放寒假时，董轩和小伙伴儿在竹林里边玩火，被发现了受到惩罚。董轩认为家人是小题大做，只
-

不过是玩一下火而已，又没有造成不良后果。()

4. “不懂就自己想呗，你这智商估计跟你解释，你也听不明白。”他这样说话是不尊重别人。()

5. 有的人总想让别人处处与自己一样。要是别人与自己不同，心里就不舒服，看不惯别人的“不同”。
()

6. 每个人的观点可能只是一个方面的看法，只有综合大家的意见才能更加全面。()

7. 晚上，白天的事情经常在我眼前“过电影”，我总是想到自己的失败和错误，自我反思一点儿都不开心。()

8. 反思可能会带来一些情绪波动，不过这不是没有意义的。()

9. 写完作业我陪爷爷下楼遛弯儿，爷爷可高兴了，爸爸妈妈夸我长大了。()

10. 你有专属自己的“反思时间”吗？无需太长，每日坚持，必有收获。()

三. 我会选。(20分)

1. 谈到尊重，我们往往关注取得一定成就的人，忽视身边()的人。

- A.斤斤计较 B.默默无闻 C.游手好闲 D.碌碌无为

2. 下列()行为是尊重自己的表现？

- A.缺乏社会公德 B.遵守社会公德 C.抄袭别人作业 D.打断别人说话

3. 面对冒犯和侮辱，我们不可以()。

- A. 指出对方的错误。 B. 要求对方道歉。
C. 私下找人报复。 D. 必要时拿起法律武器。

4. 不良心理与生理异常会相互影响，形成恶性循环，削弱人体的()，导致疾病的发生。

- A.抗战能力 B. 反抗能力 C.抵抗能力 D. 抗病能力

5. 拥挤的公交车上，我屡次被人踩到脚，下列()我不应该这样做。

A. 我大吼对方一下

B. 别人也不是故意踩我脚的

C. 车上人这么多被踩到脚是难免的

D. 我有时也会踩到别人的脚

6. 《中华人民共和国刑法》第一百一十四条。放火、决水、爆炸以及投放毒害性放射性传染病病原体等物质，或者以其他危险方法危害公共安全，尚未造成严重后果的，处（ ）有期徒刑。

A. 三年以上八年以下 B. 五年以上十年以下

C. 三年以上十年以下 D. 四年以上十年以下

7. 下列（ ）属于不宽容的观点。

A. 别人与自己不同，自己也与别人不同，不可能要求人人相同。

B. 有的人自以为是，以为只有自己的看法才是正确的，不能容纳不同的看法。

C. 每个人都有可能犯错误，多听他人的意见才能集思广益。

D. 不是所有的事情都有对错之分，在某些事情上，可以有多种看法存在。

8. 反思可以让我学习别人的（ ）。

A. 错误 B. 短处 C. 缺点 D. 优点

9. 每个人都应该有自己的（“ ”）。每日坚持，必有收获。

A. 反思时间 B. 吃饭时间 C. 学习时间 D. 游戏时间

10. 在我们做了错事以后，可以（ ），掌握反思的时机，能达到事半功倍的效果。

A. 记录 B. 回忆 C. 反思 D. 宽容

四.我会连。（10分）

第一单元《完善自我 健康成长》，我们学习了三课。请你根据所学内容，仔细阅读下列文字，并连线相对应的主要内容。

在我们做了错事之后，事情的经过、成功的原因、借鉴对自身健康成长有益的经验教训都是：

学会尊重

生活在充满差异的世界中，不同的人有不同的成长环境，兴趣爱好观点看法学会和谐相处，尊重他人的不同。是什么的必修课？

自我反思

每个人都是独一无二的个体，即使默默无闻，即使没有取得什么显著成就，他也拥有生而为人的尊严。维护自己的形象，爱惜自己的名誉，信守自己的承诺，这些都属于什么？

学会宽容

五.我会辨。(10分)

以下哪些行为属于“尊重自己”？请在（）前打“√”；哪些属于“过度维护自己”？请在括号前打“×”。

- () 1.陈刚听不得批评，每次别人提点意见，他都要找很多理由为自己辩护。
- () 2.王凯给赵明起了一个难听的外号，赵明一听就火了，要求王凯向他道歉。
- () 3.黄晓璐一向以自己的舞蹈才艺为荣。有一天，好朋友方方说张红跳舞比她还要好，黄晓璐很生气，觉得伤自尊了，两个星期都没理方方。
- () 4.老师找杨丽谈话，说她最近上课思想开小差，学习退步。听了老师的话，杨丽既难过又惭愧。
- () 5.吴达特别喜欢下棋，每次赢了棋就兴高采烈，输了棋就生气发火，班上谁都不愿意和他下棋。

六.我会答。(4+5+4+5分)

1.尊重自己并不意味着拒绝批评，那么维护自己怎样做才是适度的？

2.拥有一颗宽容的心，能给我们的工作和生活带来什么？

3、为什么说生活离不开反思？

4、在做了哪些事情之后我们可以进行反思？这时候反思会给我们带来什么？

能力测试 (5分)

阅读下列文字，说一说你怎么理解这段话的意思的？

古之君子，其责已也重以周，其待人也轻以约。重以周，故不怠；轻以约，故人乐为善。

——韩愈《原毁》

人教统编版道德与法治六年下册第一单元试卷（二） 答案

一. 我会填

1. 独一无二 尊严
2. 价值 尊重自己
3. 拒绝批评 不矛盾
4. 人格尊严 法律
5. 和谐友善 健康愉快
6. 不计较 原谅他人
7. 抽象 反思能力
8. 自身能力 同样
9. 摩擦 心胸开阔
10. 难度 自然

二. 我会判断

1. √ 2. √ 3. × 4. √ 5. ×
6. √ 7. × 8. √ 9. √ 10. √

三. 我会选

1. B 2. B 3. C 4. D 5. A
6. C 7. B 8. D 9. A 10. C

四. 我会连。（10分）

第一单元《完善自我 健康成长》，我们学习了三课。请你根据所学内容，仔细阅读下列文字，并连线相对应的主要内容。

在我们做了错事之后，事情的经过、成功的原因、借鉴对自身健康成长有益的经验教训都是：

学会尊重

生活在充满差异的世界中，不同的人有不同的成长环境，兴趣爱好观点看法学会和谐相处，尊重他人的不同。是什么的必修课？

自我反思

每个人都是独一无二的个体，即使默默无闻，即使没有取得什么显著成就，他也拥有生而为人的尊严。维护自己的形象，爱惜自己的名誉，信守自己的承诺，这些都属于什么？

学会宽容

五.我会辨。(10分)

以下哪些行为属于“尊重自己”?请在()前打“√”;哪些属于“过度维护自己”?请在括号前打“×”。

- (×) 1.陈刚听不得批评,每次别人提点意见,他都要找很多理由为自己辩护。
- (×) 2.王凯给赵明起了一个难听的外号,赵明一听就火了,要求王凯向他道歉。
- (×) 3.黄晓璐一向以自己的舞蹈才艺为荣。有一天,好朋友方方说张红跳舞比她还要好,黄晓璐很生气,觉得伤自尊了,两个星期都没理方方。
- (√) 4.老师找杨丽谈话,说她最近上课思想开小差,学习退步。听了老师的话,杨丽既难过又惭愧。
- (×) 5.吴达特别喜欢下棋,每次赢了棋就兴高采烈,输了棋就生气发火,班上谁都不愿意和他下棋。

六.我会答

1.答:

- ① 不过分敏感,保持情绪平稳。
- ② 客观评价自己既相信自己的能力,也能认识到别人可能比自己更优秀。
- ③ 理性对待他人意见,分析问题时,对事不对人。

2.答:

- ① 宽容能让我们心胸开阔。
- ② 宽容让我们面对他人的无心之失时大度、不计较,同时也让我们面对他人的伤害时,平息心中的不满,放弃报复的想法,懂得原谅他人。
- ③ 拥有一颗宽容的心,让我们平静下来调整情绪,更为客观大度地面对问题。
- ④ 拥有一颗宽容的心,不能“以牙还牙,以眼还眼”。
- ⑤ 学会原谅他人,其实也是原谅可能犯错误的自己。

3.答:

- ① 反思作为内心活动,是自我完善的一种方式,能帮助我们回顾分析和总结过去。如果主动反思,则能更好地把握现在和未来。
 - ② 通过反思我们可以总结经验,促进自身能力的发展;也可以看到自己的缺点和不足,避免再犯同样的错误;还能明确自己努力的方向,判断自己的行为是否有助于目标的实现。
 - ③ 通过反思,更好地理解 and 思考自己的生活,将我们的过去现在和将来联系在一起,让自己在将来做得更好。
-

4.答：

- ① 在我们做了错事以后，可以反思事情的经过，吃一堑长一智；
 - ② 在我们取得成功以后可以反思成功的原因再接再厉；
 - ③ 在看到别人的成功与失败后，我们也可以借鉴对自身健康成长有益的经验或教训……
- 掌握反思的时机，能达到事半功倍的效果。

能力测试 (5分)

答：

译文：

古时候的君子，要求自己严格而全面，对人宽容而简约。因为对己要求严格全面，所以从不松懈怠惰；因为对人宽容而简约，所以人们都乐意多做好事。
