

第二模块 | 心理健康

▼ 专题一 生命的思考

1. **B** 【解析】本题考查对生命的认识 and 把握。根据所学知识分析可知,“电影可以重拍,生命不能重来”,这句话告诉我们生命是不可逆的,要珍爱生命,B 正确;“要减少交往”的说法错误,不利于个人发展,A 说法错误;“逃避困难”不利于个人成长,C 说法错误;“要拒绝失败”的说法不符合实际,不利于增强生命韧性,D 说法错误。
2. **A** 【解析】本题考查敬畏生命。题干中的三个情境,都体现了对他人生命的关爱,是敬畏生命、关怀生命的表现,A 说法正确,符合题意;B 说法错误,不能漠视生命;C 说法错误,敬畏生命是发自内心的选择;D 说法绝对。
3. **C** 【解析】本题考查爱护身体。《关于进一步加强和改进新时代学校红十字工作的通知》要求,学校要把学生健康知识、急救知识,特别是心肺复苏纳入教育内容。此举能够增强学生的自救自护意识,提高自我保护能力,C 符合题意;A、B、D 与题意不符。
4. **C** 【解析】本题考查珍视生命。我们每个人活着,除了要关注生理需要和身体健康,还要满足精神需求。分析选项可知,A、B、D 做法可取,与题意不符;C 错误,“多补充保健品”的做法不可取。
5. **A** 【解析】本题考查发掘生命的力量。材料中陈伟起不服输不认命的励志故事,体现了发掘自身的生命力量能战胜挫折,A 符合题意;B 错误,夸大了挫折的作用;C 是生命的特点,与题意不符,排除;D 错误,生命的价值在于创造和奉献。
6. **C** 【解析】本题考查充盈生命、把握青春等。青少年时期接受红色教育,坚定报国信念,有利于将个人前途与祖国命运紧密相连,形成正确的学习和成才动机,以实干谱写青春,体会成长的快乐,①③④ 正确;② 错误,形成独特个性与本题主旨不符,且追求与众不同说法不准确。
7. **A** 【解析】本题考查生命拒绝冷漠。分析材料信息,许多医生护士在疫情来临之际,勇于承担责任,关爱社会,奉献社会,启示我们要拒绝冷漠,关切他

人；要拒绝贫乏，充盈生命；要关心国家发展，积极奉献社会，勇于承担责任，实现人生价值，①②符合题意。③错误，我们要拒绝贫乏、充盈生命，在平凡中创造伟大，“享受当下”说法不准确。④错误，不能拒绝机遇。

- 8. A 【解析】**本题考查生命的意义。题文中，2020“心动安徽·最美人物”江万永的事迹告诉我们平凡中孕育着伟大，自强有助于事业的成功，我们要树立正确的成就动机，①②③符合题意；生命的意义需要自己发现和创造，并不一定只有扎根农村才能实现人生意义，④错误。故选 A。

▼ 专题二 青春时光

- 1. C 【解析】**本题考查青春期的生理变化。青春期是人生的转折时期,是向成人过渡的阶段,我们的生理和心理都会发生一些变化,其中身高、体重的快速变化,喉结大了,长胡须都是生理变化,①③④符合题意;②不符合题意,爱好和胆量属于心理变化。故选 C。
- 2. A 【解析】**本题考查学会独立思考。题文描述告诉我们,在成长中要培养思维的批判性,学贵有疑,对事情有自己的看法,敢于表达不同观点,要善于合作,承担责任,为世界添光彩,②③④符合题意;①错误,独立思考并不意味着一味追求独特。故选 A。
- 3. A 【解析】**本题考查开发、创造潜力。从题文中施源的事例可以看出开发创造潜力要善于发现问题、提出问题,用智慧和双手努力探索、实践,①②正确;创造需要我们敢于打破常规,但不是另辟蹊径,③错误;思维的独立需要有自己独到的见解,同时接纳他人合理、正确的意见,④说法错误。故选 A。
- 4. B 【解析】**本题考查男女生交往的原则。依据教材知识,对异性萌发朦胧的情感是一种正常现象,但美美要慎重处理异性同学之间的情感,理智处理,尊重对方,自重自爱,①④符合题意;②会伤害同学间的感情,错误;③错误,容易导致早恋。故选 B。
- 5. D 【解析】**本题考查自信。青春的探索需要自信,我们可以劳逸结合,获得更多实践机会,激发潜能活力,积极思考探索,合理表达想法,大胆批判质疑,①②③符合题意;④错误,沉迷网络的危害大。故选 D。
- 6. C 【解析】**本题考查自强。“天行健,君子以自强不息”强调了要培养自强品质,据此分析可知,A 排除,强调了自信;B 排除,强调了勤俭节约;C 符合题意,“梦想,是一步一个脚印走出来的”强调了培养自强品质;D 排除,强调了关爱老人。
- 7. C 【解析】**本题考查“行己有耻”。“敬而远之”表述错误,①排除;老师在必要时候有教育惩戒的权利,学生面对教育惩戒应该学会反省自己,改进不足,②表述正确;由“知耻”而“记耻”,由“记耻”而奋发,进而改正错误,真诚面对自我,闻过即改,知耻而后勇,③说法正确,符合题意;在国家交往、外交事务等问题面前,我们要不卑不亢,维护自尊,④

与题干无关,不符合题意。故选 C。

- 8. C 【解析】**本题考查“止于至善”、榜样的力量。题干中的描述,启示我们要做到“止于至善”,①体现了从点滴小事做起,积善成德,③体现了向好的榜样学习,都是“止于至善”的表现,符合题意;②体现的是友谊,④体现的是合作学习,都不符合题意。故选 C。

▼ 专题三 做情绪情感的主人

1. **B** 【解析】本题考查情绪的类型。“未到江南先一笑，岳阳楼上对君山”“呼童烹鸡酌白酒，儿女嬉笑牵人衣”“春风得意马蹄疾，一日看尽长安花”体现了喜的情绪；“月落乌啼霜满天，江枫渔火对愁眠”体现了哀的情绪，与其他诗句表达情绪不一致，B符合题意。
2. **C** 【解析】本题考查影响情绪变化的因素。影响情绪变化的因素有个人的生理周期、对某件事情的预期、周围的舆论氛围、自然环境等。夏季人们出现“情绪中暑”，这里影响人们情绪的因素是自然环境，C符合题意；A、B、D不符合题意。
3. **C** 【解析】本题考查正面情绪的作用。依据教材知识，积极情绪和消极情绪会对人产生不同的作用，题文材料“愉快的笑声，是精神健康的可靠标志”，印证了积极情绪有利于我们的身心健康，能让生活更美好，C正确；A错误，“防止负面情绪的产生”忽视了负面情绪的作用；情绪受个人生理周期、对某件事情的预期、周围的舆论氛围、自然环境等的影响，B说法正确，但不符合题意；人的情绪是复杂多样的，情绪的作用非常神奇，D说法正确，但不符合题意。
4. **C** 【解析】本题考查情绪的表达。小雨在课上借机和小丽大吵了一架，严重影响了其他同学做实验，扰乱了课堂秩序，可以看出她没有在合适的场合用合理的方式来表达情绪，启示我们要学会以恰当的方式表达情绪，C说法正确；A错误，“率性而为”表述错误；B在题干中没有体现，排除；D中“关键”说法夸大了情绪表达的作用，排除。
5. **D** 【解析】本题考查调节情绪的方法。“在心情不好的时候，总是和同学一起打打球”属于转移注意；通过“做深呼吸”来调节情绪的方法是放松训练法，它是一种通过训练有意识地控制自身的心理活动，达到心理放松的方法，D符合题意；A、B、C与题干不符。
6. **A** 【解析】本题考查情感的类型。题干中所有车辆自发鸣笛送别袁隆平院士的灵车，体现了对生命逝去的敬畏感，A说法正确，符合题意；B、C、D不符合题意。
7. **D** 【解析】本题考查认识情感。A、B、C体现了爱国情感；D是对景物的描写，与其他三项不一致。故D符合题意。

- 8. D 【解析】**本题考查情感的作用等。分析材料可知,情感影响着我们的判断和选择,驱使我们作出行动,表明情感可通过有意义的活动获得,②④正确;①不符合题意;③错误,情绪是短暂的且会随情境变化。故选 D。
- 9. D 【解析】**本题考查美好情感的获得。学生小闽用自己的压岁钱买了口罩,捐赠给医护人员,当他收到感谢信时,感到非常自豪,这种是通过参与社会活动来获得美好情感,D 符合题意;A、B、C 与题干不符。
- 10. C 【解析】**本题考查传递情感正能量。题干材料表明面对各种困难与挑战,张桂梅依然积极乐观,自强不息,无私奉献,创造奇迹,向我们传递了美好的情感和生命的正能量,C 正确,符合题意;A 错误,情感是人最基本的精神追求;B 错误,帮助他人传递着美好的情感,和健康状况无关,也与题意不符;D 表述正确,但与题意不符。