**Chủ đề 3 Bài 1 Vượt qua khó khăn**

**Câu 1:** Cách để vượt qua một môn học khó trong học tập đó là?

* A. Xây dựng và thực hiện kế hoạch học tập môn học đó
* B. Suy nghĩ tích cực và tìm kiếm sự hỗ trợ
* C. Xác định được nguyên nhân vì sao bản thân chưa học tốt môn học đó
* **D. Tất cả các phương án trên**

**Câu 2:** Một số cách vượt qua khó khăn trong cuộc sống là?

* A. Thường xuyên trải nghiệm kiểm soát cảm xúc, quan sát và tự rút ra bài học kinh nghiệm
* B. Xem khó khăn như là thử thách giúp cá nhân rèn luyện sự kiên trì, chăm chỉ và tôi luyện ý chí
* C. Hãy luôn nghĩ mình có thể làm được, mình có thể thay đổi, có thể tiến bộ
* **D. Tất cả các phương án trên**

**Câu 3:** Đâu được xem là khó khăn trong cuộc sống?

* **A. Bài toán khó**
* B. Món ăn ngon
* C. Bộ quần áo đẹp
* D. Cả 3 ý trên

**Câu 4:** Đâu là nhận định đúng?

* **A. Khó khăn trong cuộc sống làm người ta mạnh mẽ hơn**
* B. Khó khăn trong cuộc sống làm người ta lười biếng
* C. Khó khăn trong cuộc sống không có lợi ích gì
* D. Cả 3 ý trên

**Câu 5:** Đâu là cách ứng xử đúng khi gặp khó khăn?

* A. Chờ đợi sự giúp đỡ của người khác
* **B. Đối diện và tìm cách giải quyết khó khăn**
* C. Trốn tránh những khó khăn ấy
* D. Cả 3 ý trên

**Câu 6:**  Học sinh có thể gặp khó khăn trong các khía cạnh như

* A. Trong giao tiếp, ứng xử với thầy cô, cha mẹ
* B. Trong quá trình tham gia hoạt động tập thể
* C. Trong học tập
* **D. Tất cả các phương án trên**

**Câu 7:** Cách để có suy nghĩ tích cực, lao động lực vượt qua khó khăn đó là?

* A. Tự tin vào những điểm mạnh, đặc điểm riêng của bản thân mình
* B. Hãy nghĩ đến những câu chuyện vui, những tấm gương vượt qua hoàn cảnh khó khăn trong cuộc sống
* C. Nghĩ về những khó khăn trước đây mà mình đã từng vượt qua
* **D. Cả A, B, C**

**Câu 8:** Khi gặp khó khăn trong việc giao tiếp với những người mới gặp, học sinh có thể vượt qua bằng cách nào sau đây?

* A. Cố gắng tìm chủ đề chung, sở thích chung để nói
* B. Luôn tươi cười, chân thành, cởi mở trong khi giao tiếp
* C. Luyện tập nói trước gương
* **D. Tất cả các phương án trên**

**Câu 9:** Khi gặp một bài tập khó, em sẽ làm thế nào?

**A. Tự suy nghĩ, cố gắng làm bằng được.**

B. Chép luôn bài của bạn.

C. Nhờ người khác làm hộ.

D. Bỏ qua, không làm.

**Câu 10:** Cách bản thân em vượt qua sự tự ti là gì?

* A. Xây dựng và thực hiện kế hoạch để vượt qua tự ti trở nên tự tin hơn như luyện tập thể hiện hàng ngày, dần dần nêu ý kiến trước mọi người
* B. Suy nghĩ tích cực và chủ động học hỏi; Tìm kiếm sự giúp đỡ, cùng luyện tập từ bạn bè
* C. Xác định nguyên nhân của sự tự ti là do tính cách hướng nội, rụt rè, do sợ sai hay ngại ngùng
* **D. Cả A, B, C**

**Câu 11:** Cách vượt qua vấn đề như chưa dám đưa ra ý kiến phát biểu trong lớp của học sinh, có thể được khắc phục bằng cách nào sau đây?

* A. Đọc các tài liệu liên quan để nắm rõ kiến thức đang được đề cập
* B. Suy nghĩ thật kỹ trước khi đưa ra ý kiến
* C. Cả A, B
* **D. Phương án khác**

**Câu 12:** Giả sử khi em mắc lỗi, bố mẹ không cho em cơ hội giải thích. Em sẽ xử lí như thế nào?

* A. Cáu gắt và to tiếng với bố mẹ để giành quyền lợi cho bản thân
* B. Chờ bố mẹ nguôi giận rồi tìm cơ hội để giải thích cho bố mẹ hiểu
* C. Cố gắng giữ bình tĩnh, không cáu gắt và nói to với bố mẹ
* **D. Cả  B, C đều đúng**

**Câu 13:** Các bước em có thể thực hiện để vượt qua khó khăn đối với lý thuyết môn Toán là gì?

* A. Tự giác làm nhiều dạng bài khác nhau ở nhà để củng cố lại kiến thức
* B. Chủ động hỏi lại thầy lý thuyết
* C. Nhờ bạn giảng lại những bài tập mình chưa hiểu
* **D. Tất cả các cách trên**

**Câu 14:** Bạn Thắng là một thành viên mới chuyển đến học lớp em. Thắng rất muốn cùng các bạn trong lớp nói chuyện và vui đùa, nhưng lại thấy ngượng ngùng vì chưa biết bắt đầu như thế nào. Nếu là Thắng, em sẽ làm gì?

* A. Nếu là Thắng, em sẽ im lặng và chờ các bạn đến bắt chuyện với mình
* **B. Nếu là Thắng, em sẽ cố gắng vượt qua nỗi e ngại của chính mình, mạnh dạn trò chuyện, chia sẻ những vướng mắc, khó khăn với các bạn mà em tin cậy. Có thể nhờ các bạn chỉ cho cách tháo gỡ khó khăn hoặc hỗ trợ khi cần thiết**
* C. Cả A, B đều đúng
* D. Phương án khác

**Câu 15:** Gần đây, bạn Hùng ở lớp em có biểu hiện chán nản, chểnh mảng việc học, thỉnh thoảng tỏ ra bất cần do bố mẹ Hùng vừa li hôn. Nếu em là bạn của Hùng, em có lời khuyên gì cho bạn?

* A. Hùng nên suy nghĩ tích cực và tham gia vào các hoạt động ở lớp
* B. Giữ khoảng cách và tránh giao tiếp với Hùng bởi bạn là người suy nghĩ tiêu cực, có thể ảnh hưởng đến tinh thần học tập của mình.
* C. Hùng có thể tâm sự, chia sẻ với bạn thân, những người bạn tin cậy hoặc thầy cô giáo để vơi bớt nỗi buồn và nhận được những lời khuyên chân thành
* **D. Cả A, C đều đúng**

**Chủ đề 3 Bài 1 Vượt qua khó khăn (P2)**

**Câu 1:** Em có thể gặp các khó khăn nào?

* Khó khăn trong học tập
* Khó khăn trong giao tiếp với mọi người
* Khó khăn trong quá trình tham tập thể
* **Cả ba đáp án đều đúng**

**Câu 2:** Một số cách vượt qua khó khăn trong cuộc sống là?

* Thường xuyên trải nghiệm kiểm soát cảm xúc, quan sát và tự rút ra bài học kinh nghiệm
* Xem khó khăn như là thử thách giúp cá nhân rèn luyện sự kiên trì, chăm chỉ và tôi luyện ý chí
* Hãy luôn nghĩ mình có thể làm được, mình có thể thay đổi, có thể tiến bộ
* **Tất cả các phương án trên**

**Câu 3:** Em có thể làm gì để vượt qua khó khăn nói lắp trước đám đông?

* Chuẩn bị thật kĩ nội dung mình cần nói
* Luyện nói trước gương, trước mặt người thân và sau đó là bạn bè
* Nói bình tĩnh, chậm rãi, ngắt nghỉ rõ ràng
* **Cả ba đáp án trên đều đúng**

**Câu 4:** Đâu là nhận định đúng?

* **Khó khăn trong cuộc sống làm người ta mạnh mẽ hơn**
* Khó khăn trong cuộc sống làm người ta lười biếng
* Khó khăn trong cuộc sống không có lợi ích gì
* Cả 3 ý trên

**Câu 5:** Em có thể làm gì để vượt qua khó khăn không theo kịp kiến thức do nghỉ ốm?

* Cùng các bạn trong lớp họp nhóm để bổ sung kiến thức
* Nếu chưa hiểu thì gặp thầy cô để hỏi lại
* **Cả hai đáp án trên đều đúng**
* Cả hai đáp án trên đều sai

**Câu 6:**  Học sinh có thể gặp khó khăn trong các khía cạnh như

* Trong giao tiếp, ứng xử với thầy cô, cha mẹ
* Trong quá trình tham gia hoạt động tập thể
* Trong học tập
* **Tất cả các phương án trên**

**Câu 7:** Em có thể làm gì để vượt qua khó khăn?

* Xác định khó khăn cần gặp phải và nguyên nhân dẫn đến khó khăn
* Tìm kiếm các phương án và các sự hỗ trợ để vượt qua khó khăn
* Lựa chọn phương án tối ưu và thực hiện
* **Cả ba đáp án trên đều đúng**

**Câu 8:** Khi gặp khó khăn trong việc giao tiếp với những người mới gặp, học sinh có thể vượt qua bằng cách nào sau đây?

* Cố gắng tìm chủ đề chung, sở thích chung để nói
* Luôn tươi cười, chân thành, cởi mở trong khi giao tiếp
* Luyện tập nói trước gương
* **Tất cả các phương án trên**

**Câu 9:** Đâu không phải là cách thức để vượt qua khó khăn?

* Xác định khó khăn cần gặp phải và nguyên nhân dẫn đến khó khăn
* Tìm kiếm các phương án và các sự hỗ trợ để vượt qua khó khăn
* Lựa chọn phương án tối ưu và thực hiện
* **Biết nguyên nhân dẫn đến khó khăn nhưng mặc kệ**

**Câu 10:** Cách bản thân em vượt qua sự tự ti là gì?

* Xây dựng và thực hiện kế hoạch để vượt qua tự ti trở nên tự tin hơn như luyện tập thể hiện hàng ngày, dần dần nêu ý kiến trước mọi người
* Suy nghĩ tích cực và chủ động học hỏi; Tìm kiếm sự giúp đỡ, cùng luyện tập từ bạn bè
* Xác định nguyên nhân của sự tự ti là do tính cách hướng nội, rụt rè, do sợ sai hay ngại ngùng
* **Cả ba đáp án trên đều đúng**

**Câu 11:** Trong hoạt động nhóm, em được phân công thực hiện nhiệm vụ không phù hợp với khả năng của mình thì em có thể làm gì?

* Cứ làm mặc dù không chắc
* Đòi làm phần khác
* **Thảo luận lại và trình bày suy nghĩ của mình hi vọng được phân công một nhiệm vụ phù hợp với khả năng hơn**
* Cả ba đáp án trên đều đúng

**Câu 12:** Nếu bố mẹ em không cho em cơ hội giải thích khi em mắc lỗi thì em phải làm gì để vượt qua khó khăn?

* Cãi lại bố mẹ
* **Chờ bố mẹ nguôi giận rồi tìm cơ hội để giải thích cho bố mẹ hiểu**
* Bỏ nhà ra đi
* Cả ba đáp án trên đều đúng

**Câu 13:** Các bước em có thể thực hiện để vượt qua khó khăn đối với lý thuyết môn Toán là gì?

* Tự giác làm nhiều dạng bài khác nhau ở nhà để củng cố lại kiến thức
* Chủ động hỏi lại thầy lý thuyết
* Nhờ bạn giảng lại những bài tập mình chưa hiểu
* **Tất cả các cách trên**

**Câu 14:** Khi gặp khó khăn thì em nên làm gì?

* Suy nghĩ tiêu cực
* Trốn tránh khó khăn
* **Suy nghĩ tích cực**
* Cả ba đáp án trên đều đúng

**Câu 15:** Gần đây, bạn Hùng ở lớp em có biểu hiện chán nản, chểnh mảng việc học, thỉnh thoảng tỏ ra bất cần do bố mẹ Hùng vừa li hôn. Nếu em là bạn của Hùng, em có lời khuyên gì cho bạn?

* Hùng nên suy nghĩ tích cực và tham gia vào các hoạt động ở lớp
* Giữ khoảng cách và tránh giao tiếp với Hùng bởi bạn là người suy nghĩ tiêu cực, có thể ảnh hưởng đến tinh thần học tập của mình
* Hùng có thể tâm sự, chia sẻ với bạn thân, những người bạn tin cậy hoặc thầy cô giáo để vơi bớt nỗi buồn và nhận được những lời khuyên chân thành
* **Hùng nên suy nghĩ tích cực và tham gia vào các hoạt động ở lớp và có thể chia sẻ, tâm sự với những người tin cậy để vơi bớt nỗi buồn và nhận lời khuyên chân thành**