

## 七下 1.1 青春的邀约

### 基础过关练

1. (23-24 七年级下·山东枣庄) 青春带着一份特殊的邀约, 款款而来。在这个时期, 我们的身体会发生一定的变化。以下能体现青春期身体变化的是 ( )
- A. 小奎: 我长出喉结、胡须, 声音变粗  
B. 小美: 我有时比较胆大有时又比较怯懦  
C. 小迪: 我有心里话不愿意对别人讲了  
D. 小芳: 我在课堂上敢于积极举手发言了
2. (23-24 七年级下·安徽安庆) 青春期的生理变化带给我们青少年的是 ( )
- ①旺盛的生命力 ②生活的所有美好 ③敏捷的思维力 ④强烈的成长渴望
- A. ①③④                      B. ②③④                      C. ①②③                      D. ①②④
3. (22-23 七年级下·福建三明) 青春的我们追求美。下面对青春之美的理解你赞同的是 ( )
- ①要讲究外在的容貌举止, 可以不注重内在的道德修为  
②既追求形体等的外在美, 也追求品德和修养的内在美  
③着装与众不同, 特立独行就是美, 普普通通算不上美  
④不仅在于追求靓丽的外表, 而且在于追求内心的美好
- A. ①③                      B. ①④                      C. ②③                      D. ②④
4. (23-24 七年级下·广东东莞) 进入青春期, 下列不属于青春期心理变化的是 ( )
- ①身体外形开始变化 ②内部器官不断完善  
③自我意识不断增强 ④认知能力得到发展
- A. ①②                      B. ①④                      C. ②③                      D. ③④
5. (23-24 七年级上·山东烟台) 青春期一般指 10~19 岁, 是一个人走向成年期的过渡期, 也是生理发育急剧变化的时期。下列情景表述属于青春期生理变化的是 ( )
- A. 小刚渴望独立, 有“成人感”, 但未能摆脱依赖  
B. 小花最近很有理想, 但有些脱离实际, 易沉迷于幻想  
C. 小丽上课思维很活跃, 想象比较丰富, 但观察问题, 容易固执己见, 易片面  
D. 小强最近不仅脸上长出小痘痘, 而且声音也变粗了
6. (23-24 七年级下·广东汕头) 2024 年教育部进一步鼓励学校将心理健康教育纳入课程体系, 通过课堂教学、专题讲座等形式, 向青少年传授心理健康知识和技能。这有助于青少年 ( )

- ①杜绝心理健康问题，促进身体心理全面发展
- ②正确处理青春期心理矛盾，克服青春期的烦恼，
- ③学习青春期心理健康常识，感受青春期的美好
- ④增强自控能力，掩盖青春期心理矛盾

A. ①②                      B. ①④                      C. ②③                      D. ③④

7. (23-24 七年级下·河北石家庄) 小明进入初中后，在家常和父母顶嘴，在学校有时与同学闹矛盾，心理很是苦恼。为了帮助小明消除苦恼、健康成长，你给他的建议是 ( )

- ①顺其自然，自我封闭
- ②主动与他人沟通，寻求帮助
- ③参加集体活动，随意发泄烦恼
- ④学会自我调节，做自己的“心理医生”

A. ①②                      B. ②③                      C. ③④                      D. ②④

### 能力提升练

8. (24-25 七年级上·云南曲靖) “我从小学四年级开始学习击剑，还曾在全县中小学生击剑比赛中获得奖牌，班长让我在班会上给大家表演，我却有些胆怯，不敢‘亮剑’。想得到妈妈的鼓励，但又怕妈妈说我胆小。心里想跟朋友分享取得的成功，但又把内心封闭起来……我不知道该怎么办才好？”这体现的是青春期矛盾心理中的 ( )

- ①反抗与依赖
- ②闭锁与开放
- ③勇敢与怯懦
- ④自尊与自卑

A. ①②③                      B. ①②④                      C. ①③④                      D. ②③④

9. (24-25 七年级上·云南曲靖) 云云说：“我不喜欢爸爸妈妈干涉我的事情。可是，当我遇到麻烦时，我还是渴望他们‘出现’！”楠楠说：“升入初中以来，我不愿意对别人讲心里话了。其实我挺希望有人能理解我！”这两位同学的对话说明 ( )

- A. 青春期只会带来无限的烦恼
- B. 青春期渴望得到他人的理解
- C. 青春期出现矛盾心理
- D. 青春期要完全自作主张，不能再依赖父母

10. (23-24 七年级上·山东青岛) 小丽从 3 岁就开始学习钢琴，今年还在全市组织的乐器比赛中获了一等奖。信心满满的她本来打算在校庆会上演奏一曲，但是在临近报名的时候她却害怕了起来。这是青春期哪种矛盾心理的表现 ( )

- A. 反抗与依赖      B. 闭锁与开放      C. 勇敢与怯懦      D. 自信与自卑

11. (23-24 八年级上·云南文山) 青春期是青少年成长的“疾风骤雨”期, 这一时期是人体生长发育的关键时期。这一时期成长中的我们会面临的三大生理变化不包括 ( )

- A. 性机能发育成熟      B. 身体外形急剧变化  
C. 体内机能迅速健全      D. 智力逐步发展到高峰期

12. (23-24 七年级下·四川成都) 2024 年 5 月, 教育部开展了以“全社会都行动起来, 共促学生心理健康”为主题的首个全国学生心理健康宣传教育月活动。活动的开展有助于青少年 ( )

- A. 学习心理知识, 提升健康素养  
B. 克服青春烦恼, 消除心理冲突  
C. 杜绝心理问题, 促进全面发展  
D. 提高道德修养, 助力青春成长

13. (23-24 七年级上·山东青岛) 七年级的小叶脸上冒出许多小痘痘, 为此她特别懊恼, 不想照镜子, 天天低着头。妈妈见状, 告诉她: “这是正常的青春期现象, 而且你也不丑, 你学习认真、心地善良, 你很美呢!” 这告诉我们 ( )

- ①不用在意别人对自己的评价    ②要积极面对青春期的矛盾心理  
③既要追求外在美, 也要体现内在美    ④正视身体的变化, 欣然接受青春花蕾的绽放

- A. ①③      B. ①④      C. ②③      D. ③④

14. (23-24 七年级下·江苏淮安) 青春, 是人生画卷中最华美的篇章; 2024 年 5 月 5 日, 淮安外国语学校举行“以青春之名, 赴梦想之约”青春仪式, 为青春这篇长长的乐章奏响了序曲。一位老师在讲青春期的身体变化时说道: “你们多么像茁壮成长的小树, 充满了勃勃生机。”由此可见, 青春期的生理变化 ( )

- A. 欣然接受青春花蕾的绽放      B. 使我们的情感世界更加丰富  
C. 带给我们旺盛的生命力体验      D. 让我们只关注自己的外表

15. (23-24 七年级下·安徽阜阳) 青春就像是晨曦, 充满希望和梦想。不知不觉中我们已经步入青春期。下列对青春期的变化理解正确的是 ( )

- ①青春期身体长高长壮, 内部器官逐渐完善, 性机能成熟  
②一些正常的生理现象不会给我们带来烦恼  
③我们的身体有的变化快, 有的变化慢  
④青春期的我们往往更加关注自己的内心

- A. ①②      B. ②③      C. ②④      D. ①③

### 探究培优练

16. (2022·贵州黔东南·中考真题) 青春期是人生历程中一个绚丽多彩的时期, 我们在感受青春喜悦的同时也体验着成长的烦恼。下列有助于解决青春期困惑和烦恼的方式有 ( )

- ①尽量少与同学交往, 从而减少困惑和烦恼
- ②多向老师和家长寻求处理问题的方法
- ③什么事都不用去在意, 烦恼自然消除
- ④培养健康的兴趣爱好, 坦然接受青春期的烦恼

A. ①②                      B. ①③                      C. ②④                      D. ③④

17. (2022·贵州铜仁·中考真题) 阅读材料结合所学知识, 回答下列问题。

青春, 是人生画卷中最华美的乐章; 青春, 用汗水书写难忘的故事; 青春, 用泪水记录成长的悲欢。伴随着生理发育, 我们的认知能力得到发展, 自我意识不断增强…。这些变化让我们感到新奇, 也使我们产生矛盾和困惑。

烦恼一: 军军进入中学后, 遇到问题时, 不愿意与他人交流、分享, 总是把自己关闭起来。

烦恼二: 伴随着青春期的生理变化, 军军脸上的“青春痘”总是争先恐后地出现, 他觉得丑死了。

烦恼三: 军军在参加青少年创新大赛中对自己充满信心, 抱有很大希望, 但比赛发挥失常没有获奖, 导致情绪低落, 他对自己很失望。

上面是军军成长过程中的一些烦恼, 请你提出有效办法帮助军军健康成长。

烦恼一解决办法:

烦恼二解决办法:

烦恼三解决办法:

# VV99.net

免费文档下载