|  |  |
| --- | --- |
|  UBND HUYỆN AN LÃO **TRƯỜNG THCS THÁI SƠN** | **ĐỀ KIỂM TRA CUỐI HỌC KỲ I****MÔN: HĐ TRẢI NGHIỆM ,HƯỚNG NGHIỆP 6****NĂM HỌC 2022-2023****(**Thời gian:60 phút không kể thời gian phát đề) |

1. **MA TRẬN ĐỀ KIỂM TRA**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **STT** | **Nội dung kiến thức** | **Đơn vị kiến thức** | **Mức độ nhận thức** | **Tổng** | **% Tổng điểm** |
| **Nhận biết** | **Thông hiểu** | **Vận dụng** | **VD cao** | **Trắc nghiệm** | **Tự luận** |  |
| 1 | Em với nhà trường | Em với nhà trường | 4C(1Đ)1C(2 Đ) |  |  |  | 4 | 1 | 30 |
| 2 | Khám phá bản thân | Khám phá bản thân | 4(1 điểm) | 1(2 điểm) |  |  | 4 | 1 | 30 |
| 3 | Trách nhiệm với bản thân | Trách nhiệm với bản thân | 4(1 điểm) |  |  |  | 4 |  | 10 |
| 4 | Rèn luyện bản thân | Trách nhiệm với bản thân | 4(1 điểm) |  |  | 1(2 điểm) | 4 | 1 |  30 |
| **Tổng** | 4 | 2 | 2 | 2 | 16 | 3 | 100 |
| **Tỉ lệ % từng mức độ nhận thức** | 40% | 20% | 20% | 20% |  |  | 100% |

**B. KHUNG ĐẶC TẢ ĐỀ KIỂM TRA**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| TT | **Nội dung kiến thức** | **Đơn vị kiến thức** | **Mức độ kiến thức, kĩ năng cần kiểm tra, đánh giá** | **Số câu hỏi theo mức độ nhận thức** |
|   |  |  |  | **Nhận biết** | **Thông hiểu** | **Vận dụng** | **Vận dụng cao** |
| 1 | Em với nhà trường | Em với nhà trường | **\*Nhận biết:** - Biết được điểm khác biệt giữa trường TH và trường THCS- Biết được câu thể hiện em giúp đỡ các bạn ở trường THCS**\* Thông hiểu:** Hiểu được sự thay đổi tích cực của bản thân khi học ở tiểu học so với học ở trường THCS. | 4 TN1TL | 0 | 0 | 0 |
| 2 | Khám phá bản thân | Khám phá bản thân | **\*Nhận biết:** - Biết được việc luôn tự tin trong học tập- Biết được mỗi ngày cần ngủ bao nhiêu lâu để đảm bảo sức khỏe**\*Vận dụng cao:** Vận dụng được khả năng ứng xử giải quyết tình huống giả định của bản thân | 4TN | 1 | 0 |  |
| 3 | Trách nhiệm với bản thân | Trách nhiệm với bản thân | **\*Nhận biết:**- Biết được cách sắp xếp góc học tập gọn gàng.- Biết được cách kiềm chế bản thân khi gặp chuyện buồn- Biết được 02 việc nên làm để có được góc học tập gọn gàng**\* Thông hiểu:** Hiểu được 02 tác dụng của việc sắp xếp góc học tập gọn gàng. | 4TN | 0 | 0 | 0 |
| 4 | Rèn luyện bản thân | Rèn luyện bản thân | **\*Nhận biết:** - Biết được cách giao tiếp phù hợp- Biết được cần làm gì để tập trung vào việc học- Biết được cách ứng xử khi bị bạn nói xấu**\*Vận dụng:** Vận dụng giải quyết tình huống đơn giản để rèn luyện bản thân ứng xử với bác bảo vệ. | 4TN | 0 | 1 | 0 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Tổng** | **13** | **1,0** | **1** |  |

|  |  |
| --- | --- |
|  UBND HUYỆN AN LÃO **TRƯỜNG THCS THÁI SƠN** | **ĐỀ KIỂM TRA CUỐI HỌC KỲ I** **MÔN: HĐ TRẢI NGHIỆM ,HƯỚNG NGHIỆP 6****NĂM HỌC 2022-2023****(**Thời gian 60 phút không kể thời gian phát đề) |

**C.ĐỀ KIỂM TRA**

**Phần I. TRẮC NGHIỆM** (4,0 điểm)

**Khoanh tròn chữ cái đầu câu mà em cho là đúng nhất** (mỗi câu 0,25 điểm)

**Câu 1.** Điểm khác biệt cơ bản giữa trường THCS và trường Tiểu học là gì?

A. Trường THCS rộng và đẹp hơn. B. Trường có nhiều phòng học hơn.
C. Trường có nhiều cô giáo hơn.
D. Trường có nhiều môn học mới, nhiều thầy cô phụ trách các môn học, kiến thức khó hơn.

**Câu 2.** Theo em đâu là cách để có thể sắp xếp góc học tập gọn gàng?

A. Xác định được những chỗ chưa gọn gàng ngăn nắp trong nơi ở của em.
B. Sắp xếp đồ dung cá nhân gọn gàng ngắn nắp.
C. Trang trí nơi sinh hoạt cá nhân cho phù hợp với khung cảnh gia đình.
D. Tất cả ý trên.

**Câu 3.** Để luôn tự tin trong học tập thì chúng ta cần:

A. Trên lớp tích cực quan sát, lắng nghe, học hỏi về nhà chịu khó học bài.
B. Chép hết vào vở về nhà học thuộc.
C. Đến lớp mượn vở bài tập của các bạn chép đầy đủ.
D. Xin cô cho ngồi cạnh bạn học giỏi để tiện nhìn bài bạn.

**Câu 4.** Đâu là hành vi chi tiêu không hợp lí?

1. Căn cứ vào số tiền mình có để lựa chọn những thứ ưu tiên em cần mua.

B. Khảo giá những loại đồ em cần mua vài chỗ khác nhau.
C. Chỉ mua những đồ thật sự cần thiết.
D. Miễn thích là tìm mọi cách mua bằng được.

**Câu 5.** Đâu là biểu hiện của cách thức giao tiếp phù hợp?

 A.Chê bai bạn, kể xấu người khác. B. Lôi kéo bạn khác cùng trêu bạn.

C. Có lời nói, thái độ, hành vi phù hợp để tạo sự hài long, hoặc tránh làm tổn thương người khác. D. Mặc kệ bạn, ai có thân người ấy lo.

***Câu 6.*** Khi thực hiện chế độ sinh hoạt hàng ngày tốt mang lại cho cá nhân những thay đổi nào dưới đây?

A. Khỏe mạnh hơn B. Tự tin hơn

C. cơ thể đẹp hơn D. Tất cả những ý trên đều đúng.

**Câu 7*.*** Đâu không phải là biểu hiện của cơ thể khi nóng, giận:

A. Người nóng dần lên B. Hơi thở gấp gáp

C. Tim đập nhanh D. Cười đùa vui vẻ.

**Câu 8**.Để cân đối giữa việc học tập và nghỉ ngơi hợp lí em cần?

A.Học tập miệt mài ngày đêm B.Khi nào có cảm hứng thì học

C.Cần kết hợp giữa việc học tập và nghỉ ngơi khoa học ,hợp lý.

D.Chỉ học khi sức khỏe cho phép

**Câu 9.** Mỗi ngày chúng ta cần ngủ bao nhiêu thời gian để có sức khoẻ tốt?

1. Ngủ trung bình từ 7 đến 8 tiếng, nghỉ trưa khoảng 30 phút
B. Ngủ trung bình từ 8-10 tiếng, không cần ngủ trưa.
C. Ngủ trung bình từ 3-4 tiếng, ngủ trưa 2 tiếng.
D. Ngủ càng nhiều càng tốt cho sức khoẻ.

**Câu 10*.***Việc làm nào sau đây tạo niềm vui và sự thư giãn:

A. Chia sẻ, nói chuyện với bạn bè, người thân. B. Chơi thể dục thể thao

C. Viết nhật kí D. Tất cả các đáp án trên.

**Câu 11.** Gần đến kì thi, một số bạn tỏ ra rất lo lắng và căng thẳng. Vậy em sẽ làm gì để giúp đỡ các bạn ấy?

A.Cho các bạn mượn sách để học.
B. Khuyên bạn nên đọc truyện cười để bớt căng thẳng..
C. Rủ các bạn đi chơi đá bóng cho bớt căng thẳng.

D. Chia sẻ kinh nghiệm học tập của mình cho các bạn, khuyên các bạn phải có phương pháp học tập phù hợp để chủ động chiếm lĩnh kiến thức

***Câu 12*** Đáp án nào sau đây nói về chế độ dinh dưỡng hợp lí:

A. Ăn không đủ bữa, bổ sung nhiều thịt, cá, sữa để tăng cường sức khỏe

B. Uống đủ nước hằng ngày

C. Cần khoảng thời gian nhất định để thư giãn, giải trí

D. Tắm giặt vệ sinh cá nhân thường xuyên.

**Câu 13.** Khi em gặp chuyện buồn em cần:

1. Dấu kín trong lòng không cho ai biết.

B. Mạnh dạn chia sẻ nỗi buồn với bạn bè và những người thân yêu.
C. Chịu đựng một mình. D. Rủ bạn đi đánh điện tử.

**Câu 14.** Trong giờ học, chúng ta cần làm gì để tập trung học tập?

A. Bàn bạc trao đổi liên tục với bạn ngồi cùng. B. Nghe nhạc bằng tai nghe.
C. Cô giáo nói cái gì thì ghi ngay cái đó vào vở.
D. Chú ý quan sát, lắng nghe, không làm việc riêng, thực hiện nghiêm túc các nhiệm vụ học tập.

**Câu 15:** Những việc nào cần làm để tự chăm sóc bản thân?

 A. Luôn giữ cơ thể sạch sẽ, ăn mặc gọn gàng. B. Ăn uống điều độ, tập thể dục thể thao.

C. Luôn lạc quan, yêu đời. D. Tất cả các đáp án trên.

**Câu 16.** Em nghe thấy có bạn trong lớp nói bạn A hay nói xấu về em. Khi nghe thấy các bạn trong lớp nói như vậy em sẽ giải quyết như thế nào?

A.Xa lánh và không chơi với A nữa B. Tìm ra điểm xấu của A để nói xấu lại bạn.
C. Nhờ một anh lớp trên bắt nạt A cho bõ tức.

D. Gặp bạn A, tâm sự với bạn để hai người hiểu nhau hơn.

**Phần II. TỰ LUẬN** (6,0 điểm)

**Câu 1** (2,0 điểm) Em hãy tìm 02 việc làm để có một góc học tập gọn gàng ngăn nắp, khoa học? Trình bày 02 tác dụng khi góc học tập luôn được gọn gàng, ngăn nắp?

**Câu 2** (2,0 điểm) Em hãy nêu được ít nhất 04 sự thay đổi tích cực của bản thân so với khi còn là học sinh tiểu học?

**Câu 3** (2,0 điểm) Tình huống: Nam đi học muộn nên cổng trường đã đóng. Đang lúng túng không biết làm thế nào thì Nam thấy bóng dáng bác bảo vệ. Nam vội gọi bác và nói: “Bác mở cửa nhanh đi, muộn cháu rồi”. theo em cách giao tiếp như Nam là đúng hay sai? Nếu là Nam, em sẽ làm gì?

|  |  |
| --- | --- |
|  UBND HUYỆN AN LÃO **TRƯỜNG THCS THÁI SƠN** | **DỀ KIỂM TRA CUỐI HỌC KỲ I****MÔN: HĐ TRẢI NGHIỆM ,HƯỚNG NGHIỆP 6****NĂM HỌC 2022-2023****(**Thời gian:60 phút không kể thời gian phát đề) |

**D. HƯỚNG DẪN CHẤM**

**Phần I-TRẮC NGHIỆM** *(4,0 điểm):* Mỗi câu đúng được 0,25 điểm)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Câu | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
| Kết quả đúng | D | D | A | D | C | D | D | C | A | D | D | B |
|  | 13B | 14D | 15B | 16D |  |  |  |  |  |  |  |  |

**Phần II- TỰ LUẬN:** *(6,0 điểm)*

|  |  |
| --- | --- |
| **Yêu cầu cần đạt** | **Điểm** |
| **Câu 1 ( 2đ ):** HS nêu được 4 việc nên làm để có một góc học tập gọn gàng ngăn nắp, khoa học ( Mỗi việc làm được 0,5đ) - Nâng cao việc quản lí sách vở học tập. -Chỉ để những món đồ cần thiết trên bàn và góc học tập.  - Lên lịch dọn dẹp góc học tập định kỳ. - Trang trí góc học tập phù hợp, tạo không gian thoải mái,bắt mắt. | 2,0 |
| **Câu 2 ( 2đ ):** HS nêu được 4 sự thay đổi tích cực của bản thân so với khi là học sinh tiểu học.( Mỗi một sự thay đổi được 0,5đ ) - Những thay đổi về chiều cao, cân nặng, vóc dáng… - Những thay đổi của em về ước mơ trong cuộc sống, về tương lai. - Những thay đổi trong ý thức trách nhiệm đối với học tập. - Những tay đổi về cảm xúc trong tình bạn, đối với người thân trong gia đình, thầy cô . | 2,0 |
| **Câu 3 ( 2đ ):** Cách giao tiếp của bạn Nam là sai.GV tùy vào cách ứng xử của học sinh cho điểm(Nếu em là Nam em sẽ: Nhẹ nhàng xin lỗi bác bảo vệ vì đã đi muộn làm ảnh hưởng đến bác và nhà trường.Nhận lỗi và xin bác tạo điều kiện để vào trường học , hứa sẽ không bao giờ tái phạm nữa.) | 2,0 |

 **XÁC NHẬN CỦA BGH DUYỆT CỦA TỔ CM NGƯỜI RA ĐỀ**

 **Dư Thị Khiến Nguyễn Thị Bích Thảo**