**BÀI THU HOẠCH PHÒNG GIÁO DỤC TP THÁI NGUYÊN**

**MA TRẬN - BẢNG ĐẶC TẢ - ĐỀ KIỂM TRA – ĐÁP ÁN KIỂM TRA GIỮA HỌC KÌ I MÔN KHTN 6**

## 1. Khung ma trận và đặc tả đề kiểm tra giữa học kì 1 môn KHTN lớp 6

**a) Khung ma trận**

**- Thời điểm kiểm tra:** *Kiểm tra giữa học kì 1 khi kết thúc nội dung: Một số vật liệu, nhiên liệu, nguyên liệu, lương thực, thực phẩm thông dụng; tính chất và ứng dụng của chúng*

**- Thời gian làm bài:** *90 phút.*

**- Hình thức kiểm tra:** *Kết hợp giữa trắc nghiệm và tự luận (tỉ lệ 70% trắc nghiệm khách quan, 30% tự luận).*

**- Cấu trúc:**

- Mức độ đề: *40% Nhận biết; 30% Thông hiểu; 20% Vận dụng; 10% Vận dụng cao.*

- Phần trắc nghiệm: 7,0 điểm *(gồm 28 câu hỏi: nhận biết: 16 câu, thông hiểu: 12 câu) (Mỗi câu 0,25 điểm)*

- Phần tự luận: 3,0 điểm *(Gồm 03 câu: Thông hiểu : 01 câu (1,0 điểm )Vận dụng: 01 câu (1,0 điểm), Vận dụng cao: 01 câu (1,0 điểm)).*

- Nội dung nửa đầu học kì 1: *100% (10,0 điểm: Chủ đề 1,2,3,4: 32 tiết).*

**I. MA TRẬN**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Chủ đề** | **MỨC ĐỘ** | | | | | | | | **Tổng số câu** | | **Tổng điểm** |
| **Nhận biết** | | **Thông hiểu** | | **Vận dụng** | | **Vận dụng cao** | |
| **Tự luận** | **Trắc nghiệm** | **Tự luận** | **Trắc nghiệm** | **Tự luận** | **Trắc nghiệm** | **Tự luận** | **Trắc nghiệm** | **Tự luận** | **Trắc nghiệm** |
| *1* | *2* | *3* | *4* | *5* | *6* | *7* | *8* | *9* | *10* | *11* | *12* |
| *1. Mở đầu về KHTN*  *(7 tiết)* |  | 2 |  | 2 | 1 |  |  |  | 1  1,0 đ | 4  1,0 đ | 2,0 đ |
| *2. Các phép đo*  *(10 tiết)* |  | 4 |  | 4 | 1 |  |  |  | 1  1,0 đ | 8  2,0 đ | 3,0 đ |
| *3. Chất quanh ta*  *( 7 tiết)* |  | 7 |  | 3 |  |  |  |  |  | 10  2,5 đ | 2,5 đ |
| *4. Một số nhiên liệu, nguyên liệu, vật liệu và... (8 tiết)* |  | 3 |  | 3 |  |  | 1 |  | 1  1,0 đ | 6  1,5 đ | 2,5 đ |
| **Số câu** |  | **16** |  | **12** | **2** |  | **1** |  | **3** | **28** |  |
| **Điểm số** |  | **4,0** |  | **3,0** | **2,0** |  | **1,0** |  | **3,0** | **7,0** | **10,0** |
| **% điểm số** | **40%** | | **30%** | | **20%** | | **10%** | | **100%** | | **10 điểm** |

**II. BẢNG ĐẶC TẢ**

| **Nội dung** | **Mức độ** | **Yêu cầu cần đạt** | **Số ý TL/số câu hỏi TN** | | **Câu hỏi** | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| TL  (Số ý) | TN  (Số câu) | TL  (Số ý) | TN  (Số câu) |
| ***1. Mở đầu (7 tiết)*** | | |  |  |  |  |
| - Giới thiệu về Khoa học tự nhiên. Các lĩnh vực chủ yếu của Khoa học tự nhiên  - Giới thiệu một số dụng cụ đo và quy tắc an toàn trong  phòng thực hành | **Nhận biết** |  |  |  |  |  |
| – Nhận biết được các lĩnh vực của Khoa học tự nhiên. |  | 1 |  | C1 |
| – Nêu được các quy định an toàn khi học trong phòng thực hành. |  |  |  |  |
| – Trình bày được cách sử dụng một số dụng cụ đo thông thường khi học tập môn Khoa học tự nhiên, các dụng cụ: đo chiều dài, đo thể tích, kính lúp, kính hiển vi,...). |  | 1 |  | C2 |
| **Thông hiểu** |  |  |  |  |  |
| – Phân biệt được các lĩnh vực Khoa học tự nhiên dựa vào đối tượng nghiên cứu. |  | 1 |  | C3 |
| – Trình bày được vai trò của Khoa học tự nhiên trong cuộc sống. |  |  |  |  |
| – Dựa vào các đặc điểm đặc trưng, phân biệt được vật sống và vật không sống. |  | 1 |  | C4 |
| –Sử dụng kính lúp và kính hiển vi quang học để quan sát tế bào. |  |  |  |  |
| – Phân biệt được các kí hiệu cảnh báo trong phòng thực hành. | 1 |  | C29 |  |
| – Đọc và phân biệt được các hình ảnh quy định an toàn phòng thực hành. |  |  |  |  |
| ***2. Các phép đo (10 tiết)*** | | |  |  |  |  |
| - Đo chiều dài, khối lượng  và thời gian  - Thang nhiệt độ Celsius, đo nhiệt độ | **Nhận biết** |  |  |  |  |  |
| - Nêu được cách đo chiều dài, khối lượng, thời gian. |  | 1 |  | C5 |
| - Nêu được đơn vị đo chiều dài, khối lượng, thời gian. |  | 2 |  | C6,C7 |
| - Nêu được dụng cụ thường dùng để đo chiều dài, khối lượng, thời gian. |  | 1 |  | C8 |
| – Phát biểu được: Nhiệt độ là số đo độ “nóng”, “lạnh” của vật. |  |  |  |  |
| **Thông hiểu** | - Lấy được ví dụ chứng tỏ giác quan của chúng ta có thể cảm nhận sai một số hiện tượng (chiều dài, khối lượng, thời gian, nhiệt độ) |  |  |  |  |
| – Biết được cách xác định nhiệt độ trong thang nhiệt độ Celsius. |  | 1 |  | C9 |
| – Nêu được sự nở vì nhiệt của chất lỏng được dùng làm cơ sở để đo nhiệt độ. |  | 1 |  | C10 |
| – Hiểu được tầm quan trọng của việc ước lượng trước khi đo. |  | 1 |  | C11 |
| - Ước lượng được khối lượng, chiều dài, thời gian, nhiệt độ trong một số trường hợp đơn giản. |  | 1 |  | C12 |
| **Vận dụng** |  |  |  |  |  |
| - Dùng thước (cân, đồng hồ) để chỉ ra một số thao tác sai khi đo và nêu được cách khắc phục một số thao tác sai đó. |  |  |  |  |
| – Thực hiện đúng thao tác để đo được chiều dài (khối lượng, thời gian, nhiêt độ) bằng thước (cân đồng hồ, đồng hồ, nhiệt kế) *(không yêu cầu tìm sai số).* | 1 |  | C30 |  |
| **Vận dụng** | Lấy được ví dụ chứng tỏ giác quan của chúng ta có thể cảm nhận sai về chiều dài (khối lượng, thời gian, nhiệt độ) khi quan sát một số hiện tượng trong thực tế ngoài ví dụ trong sách giáo khoa. |  |  |  |  |
| ***3. Các thể (trạng thái) của chất. Oxygen (oxi) và không khí (7 tiết)*** | | |  |  |  |  |
| – Sự đa dạng của chất  – Ba thể (trạng thái) cơ bản của  – Sự chuyển đổi thể (trạng thái) của chất | **Nhận biết** | Nêu được sự đa dạng của chất (chất có ở xung quanh chúng ta, trong các vật thể tự nhiên, vật thể nhân tạo, vật vô sinh, vật hữu sinh) |  | 1 | C13 |  |
| – Nêu được chất có ở xung quanh chúng ta. |  |  |  |  |
| – Nêu được chất có trong các vật thể tự nhiên. |  | 1 |  | C14 |
| - Nêu được chất có trong các vật thể nhân tạo. |  |  |  |  |
| **-** Nêu được chất có trong các vật vô sinh. |  |  |  |  |
| - Nêu được chất có trong các vật hữu sinh. |  |  |  |  |
| Nêu được khái niệm về sự nóng chảy; sự sôi; sự bay hơi; sự ngưng tụ, đông đặc. |  |  |  |  |
| – Nêu được khái niệm về sự nóng chảy |  | 1 |  | C15 |
| – Nêu được khái niệm về sự sự sôi. |  | 1 |  | C16 |
| – Nêu được khái niệm về sự sự bay hơi. |  | 1 |  | C17 |
| – Nêu được khái niệm về sự ngưng tụ. |  | 1 |  | C18 |
| – Nêu được khái niệm về sự đông đặc. |  | 1 |  | C19 |
| **Thông hiểu** | - Nêu được chất có trong các vật thể tự nhiên, vật thể nhân tạo, vật vô sinh, vật hữu sinh. |  |  |  |  |
| – Chỉ ra được tính chất vật lí, tính chất hoá học của chất. |  | 1 |  | C20 |
| – Đưa ra được một số ví dụ về một số đặc điểm cơ bản ba thể của chất. |  |  |  |  |
| – Trình bày được một số đặc điểm cơ bản thể rắn. |  | 1 |  | C21 |
| – Trình bày được một số đặc điểm cơ bản thể lỏng. |  |  |  |  |
| – Trình bày được một số đặc điểm cơ bản thể khí. |  |  |  |  |
| - So sánh được khoảng cách giữa các phân tử ở ba trạng thái rắn, lỏng và khí. |  |  |  |  |
| – Trình bày được quá trình diễn ra sự nóng chảy. |  |  |  |  |
| – Trình bày được quá trình diễn ra sự đông đặc. |  |  |  |  |
| – Trình bày được quá trình diễn ra sự bay hơi. |  |  |  |  |
| – Trình bày được quá trình diễn ra sự ngưng tụ. |  |  |  |  |
| – Trình bày được quá trình diễn ra sự sôi. |  |  |  |  |
| – Nêu được một số tính chất của oxygen (trạng thái, màu sắc, tính tan, ...). |  | 1 |  | C22 |
| – Nêu được tầm quan trọng của oxygen đối với sự sống, sự cháy và quá trình đốt nhiên liệu. |  |  |  |  |
| – Nêu được thành phần của không khí (oxygen, nitơ, carbon dioxide (cacbon đioxit), khí hiếm, hơi nước). |  |  |  |  |
| – Trình bày được vai trò của không khí đối với tự nhiên. |  |  |  |  |
| – Nêu được một số biện pháp bảo vệ môi trường không khí. |  |  |  |  |
| **Vận dụng** |  |  |  |  |  |
| – Tiến hành được thí nghiệm về sự chuyển trạng thái từ thể rắn sang thể lỏng của chất và ngược lại. |  |  |  |  |
| – Tiến hành được thí nghiệm về sự chuyển trạng thái từ thể lỏng sang thể khí. |  |  |  |  |
| – Tiến hành được thí nghiệm đơn giản để xác định thành phần phần trăm thể tích của oxygen trong không khí. |  |  |  |  |
| – Trình bày được sự ô nhiễm không khí: các chất gây ô nhiễm, nguồn gây ô nhiễm không khí, biểu hiện của không khí bị ô nhiễm. |  |  |  |  |
| **Vận dụng cao** | - Dự đoán được tốc độ bay hơi phụ thuộc vào 3 yếu tố: nhiệt độ, mặt thoáng chất lỏng và gió.  - Đưa ra được biện pháp nhằm giảm thiểu ô nhiễm không khí.  – Nêu được một số biện pháp bảo vệ môi trường không khí. |  |  |  |  |
| ***4. Một số vật liệu, nhiên liệu, nguyên liệu, lương thực, thực phẩm thông dụng; tính chất và ứng dụng của chúng (8 tiết)*** | | |  |  |  |  |
| – Một số vật liệu  – Một số nhiên liệu  – Một số nguyên liệu  – Một số lương thực – thực phẩm | **Nhận biết** | **-** Chỉ ra được tính chất và ứng dụng của một số vật liệu thông dụng.  - Nhận biết được một số loại vật liệu thông dụng. |  | 3 |  | C23, C24,C25 |
| **Thông hiểu** | – Trình bày được tính chất và ứng dụng của một số vật liệu thông dụng trong cuộc sống và sản xuất như kim loại, nhựa, gỗ, cao su, gốm, thuỷ tinh,... |  | 1 |  | C26 |
| – Trình bày được tính chất và ứng dụng của một số nhiên liệu thông dụng trong cuộc sống và sản xuất như: than, gas, xăng dầu, ... |  | 1 |  | C27 |
| – Trình bày được tính chất và ứng dụng của một số nguyên liệu thông dụng trong cuộc sống và sản xuất như: quặng, đá vôi, ... |  | 1 |  | C28 |
| – Trình bày được tính chất và ứng dụng của một số lương thực – thực phẩm trong cuộc sống. |  |  |  |  |
| **Vận dụng** |  |  |  |  |  |
| – Trình bày được sơ lược về an ninh năng lượng. |  |  |  |  |
| – Đề xuất được phương án tìm hiểu về một số tính chất (tính cứng, khả năng bị ăn mòn, bị gỉ, chịu nhiệt, ...) của một số vật liệu, nhiên liệu, nguyên liệu, lương thực – thực phẩm thông dụng. |  |  |  |  |
| – Thu thập dữ liệu, phân tích, thảo luận, so sánh để rút ra được kết luận về tính chất của một số vật liệu, nhiên liệu, nguyên liệu, lương thực – thực phẩm. |  |  |  |  |
| **Vận dụng cao** | Đưa ra được cách sử dụng một số nguyên liệu, nhiên liệu, vật liệu an toàn, hiệu quả và bảo đảm sự phát triển bền vững. | 1 |  | C31 |  |

**III. ĐỀ KIỂM TRA**

**Phần I. Trắc nghiệm khách quan (7,0 điểm)**

**Câu 1.** KHTN **không** bao gồm lĩnh vực nào sau đây?

|  |  |
| --- | --- |
| A. Vật lí. | C. Hoá học và Sinh học. |
| B. Khoa học Trái Đất và Thiên văn học. | D. Lịch sử loài người. |

**Câu 2.** Việc làm nào sau đây không phải là việc bảo quản kính hiển vi?

|  |  |
| --- | --- |
| A. Lau khô sau khi sử dụng. | C. Rửa sạch bộ phận quang học bằng nước khoáng. |
| B. Để nơi khô ráo, tránh mốc ở bộ phận quang học. | D. Kính phải được bảo dưỡng định kì. |

**Câu 3. Đối tượng nghiên cứu nào sau đây là của KHTN?**

|  |  |
| --- | --- |
| A. Nghiên cứu về tâm lí của vận động viên bóng đá. | C. Nghiên cứu về lịch sử hình thành vũ trụ. |
| B. Nghiên cứu về ngoại ngữ. | D. Nghiên cứu về luật đi đường. |

**Câu 4.** Cho các vật thể sau, vật thể **không** sống là:

|  |  |
| --- | --- |
| A. Con gà. | C. Cây lúa. |
| B. Máy bay. | D. Vi khuẩn. |

**Câu 5.** Thao tác nào dưới đây là **sai** khi dùng đồng hồ bấm giây?

|  |  |
| --- | --- |
| A. Nhấn nút Start để bắt đầu tính thời gian. | C. Nhấn nút Reset để đưa đồng hồ bấm giây về số 0 trước khi đo. |
| B. Nhấn nút Stop đúng thời điểm kết thúc sự kiện. | D. Nhấn nút Reset đúng thời điểm kết thúc sự kiện. |

**Câu 6.** Đơn vị đo thời gian hợp pháp ở nước ta là

A. giờ. B. phút. C. ngày. D. giây.

Câu 7: Đơn vị đo nào sau đây không phải đơn vị đo chiều dài?

A. cm. B. m. C. kg. D. dm.

**Câu 8.** Để đo thời gian làm bài thi 60 phút ta nên sử dụng loại đồng hồ nào sau đây?

|  |  |
| --- | --- |
| A. Đồng hồ Mặt Trời. | C. Đồng hồ cát. |
| B. Đồng hồ treo tường. | D. Đồng hồ bấm giây. |

**Câu 9.** Trong thang nhiệt độ Celsius, nhiệt độ của nước đá đang tan là?

A. 0 B. 23oF C. 100 D. 32oF

**Câu 10.** Người ta chế tạo ra nhiệt kế thuỷ ngân là dựa trên hiện tượng nào?

|  |  |
| --- | --- |
| A. Dãn nở vì nhiệt của chất khí. | C. Dãn nở vì nhiệt của chất rắn. |
| B. Dãn nở vì nhiệt của các chất. | D. Dãn nở vì nhiệt của chất lỏng. |

**Câu 11.** Trước khi đo độ dài một vật, ta cần ước lượng độ dài của vật để

|  |  |
| --- | --- |
| A. tìm cách đo thích hợp. | C. chọn cách đặt mắt phù hợp. |
| B. chọn dụng cụ đo thích hợp. | D. tiết kiệm thời gian đo. |

**Câu 12:** Để xác định đường kính của một đồng xu, người ta thường dùng:

|  |  |
| --- | --- |
| A. Thước dây. | C. Thước cuộn. |
| B. Thước kẹpa. | D. Thước kẻ. |

**Câu 13:** Các chất trong dãy nào sau đây đều là chất?

A. Đồng, muối ăn, đường mía B. Muối ăn, nhôm, cái ấm nước

C. Đường mía, xe máy, nhôm D. Cốc thủy tinh, cát, con mèo

**Câu 14. Trong các dãy sau,**dãy gồm các vật thể tự nhiên là

|  |  |
| --- | --- |
| A. con mèo, xe máy, con người. | C. bánh mì, nước ngọt có gas, cây cối. |
| B. con sư tử, đồi núi, mủ cao su. | D. cây cam, quả nho, bánh ngọt. |

**Câu 15:** Sự nóng chảy là sự chuyển thể

A. Thể rắn sang thể lỏng B. Thể lỏng sang thể rắn

C. Thể hơi sang thể lỏng D. Thể lỏng sang thể hơi

**Câu 16** : Sự đông đặc là sự chuyển thể

A. Thể rắn sang thể lỏng B. Thể lỏng sang thể rắn

C. Thể hơi sang thể lỏng D. Thể lỏng sang thể hơi

**Câu 17**: Sự sối có đặc điểm nào

A. Xảy ra ở bất kì nhiệt độ nào B.Nhiệt độ không đổi trong suốt thời gian sôi

C. Chỉ xảy ra ở mặt thoáng của chất lỏng D. Có sự chuyển từ thể lỏng sang thể rắn

**Câu 18**: Chọn phát biểu đúng về định nghĩa của sự bay hơi?

A. Sự chuyển từ thể rắn sang thể hơi gọi là sự bay hơi. B. Sự chuyển từ thể hơi sang thể rắn gọi là sự bay hơi.

C. Sự chuyển từ thể lỏng sang thể hơi gọi là sự bay hơi. D. Sự chuyển từ thể hơi sang thể lỏng gọi là sự bay hơi.

**Câu 19** : Sự ngưng tụ là sự chuyển từ

A. thể rắn sang thể lỏng B. thể lỏng sang thể rắn

C. thể hơi sang thể lỏng D. thể lỏng sang thể hơi

**Câu 20.** Tính chất nào sau đây là tính chất hóa học của chất?

|  |  |
| --- | --- |
| A. Tính tan. | C. Tính dẻo. |
| B. Tính dẫn nhiệt. | D. Từ chất này biến đổi thành chất khác. |

**Câu 21** :Chất làm bình chứa phải ở thể rắn vì:

A. Vì vật rắn dễ nén B. Vật rắn có hình dạng theo vật chứa

C. Vật rắn có hình dạng cố định và rất khó nén D. Vật rắn thường đẹp hơn

**Câu 22**: Tính chất nào sau đây mà oxygen không có:

A. Oxygen là chất khí. B. Không màu, không mùi, không vị

C. Tan nhiều trong nước. D. Nặng hơn không khí.

**Câu 23.** Người ta sử dụng kim loại làm dây dẫn điện là dựa vào tính chất nào của kim loại?

A. Dẫn nhiệt. B. Dẫn điện. C. Tính dẻo. D. Tính đàn hồi.

**Câu 24.** Vật liệu nào sau đây được dùng để sản xuất xoong, nồi nấu thức ăn?

A. Nhựa.                B. Gỗ.                    C. Kim loại.                     D. Cao su.

**Câu 25**: Cho các vật liệu sau: nhựa, thủy tinh, gốm, đá vôi, thép. Số vật liệu nhân tạo là:

A.3                                B. 2.                                C. 5                                D. 4

**Câu 26**: Trong các vật liệu sau, vật liệu nào dẫn điện tốt?

A. Thủy tinh           B. Kim loại            C. Cao su              D. Gốm

**Câu 27.**Loại nhiên liệu nào sau đây có năng suất tỏa nhiệt cao, dễ cháy hoàn toàn?

|  |  |
| --- | --- |
| A. Nhiên liệu khí. | C. Nhiên liệu rắn. |
| B. Nhiên liệu lỏng. | D. Nhiên liệu hóa thạch. |

**Câu 28:**Nguyên liệu nào sau đây được sử dụng trong lò nung vôi?

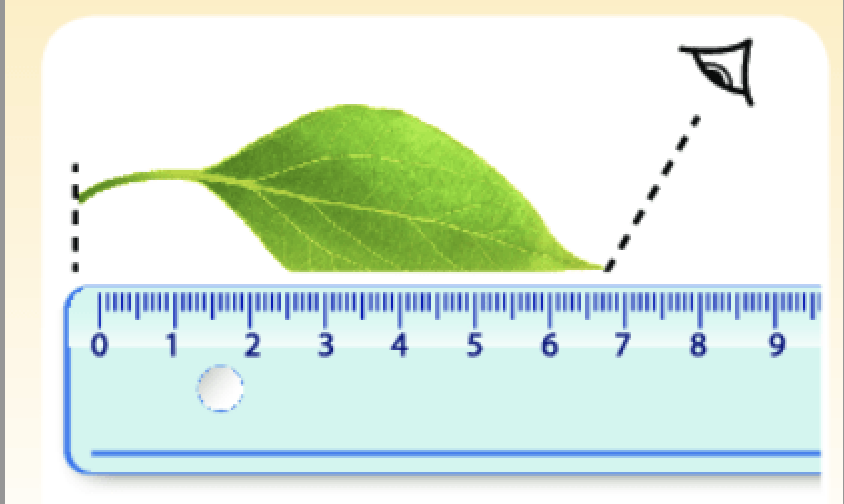
A. Đá vôi.                B. Đất sét. C. Cát.                                  D. Gạch.

**II. Tự Luận (3,0 điểm)**

**Câu 29 (1 điểm). Em hãy điền các nội dung cảnh báo nguy hiểm trong các hình dưới đây.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| C:\Users\Admin\Desktop\tải xuống (2).png | C:\Users\Admin\Desktop\tải xuống (1).png |  | C:\Users\Admin\Desktop\tải xuống.png |
| …………………… | …………………… | …………………… | ……………………. |

**Câu 30 (1 điểm).** Một học sinh tiến hành đo chiều dài của một chiếc lá như trong hình dưới đây. Em hãy phân tích và nêu nhận xét về cách đặt thước và đặt mắt của bạn. Hãy chỉ ra các lỗi (nếu có) trong phép đo này.



**Câu 31 (1 điểm).** Em hãy tìm hiểu và nêu cách sử dụng khí gas/xăng trong sinh hoạt gia đình (để đun nấu, nhiên liệu chạy xe máy, ô tô…) an toàn và tiết kiệm?

**IV. ĐÁP ÁN**

**Phần I. Trắc nghiệm (7,0 điểm) Mỗi câu trả lời đúng được 0,25 điểm**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** | **11** | **12** | **13** | **14** |
| **D** | **C** | **C** | **B** | **D** | **D** | **C** | **B** | **A** | **D** | **B** | **B** | **A** | **B** |
| **15** | **16** | **17** | **18** | **19** | **20** | **21** | **22** | **23** | **24** | **25** | **26** | **27** | **28** |
| **A** | **B** | **B** | **C** | **C** | **D** | **C** | **C** | **B** | **C** | **D** | **B** | **A** | **A** |

**Phần II. Tự luận (4,0 điểm)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Câu** | **Đáp án** | **Điểm** |
| **Câu 29** | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | C:\Users\Admin\Desktop\tải xuống (2).png | C:\Users\Admin\Desktop\tải xuống (1).png |  | C:\Users\Admin\Desktop\tải xuống.png | | Chất ăn mòn | Chất độc sinh học | Chất độc | Nguy hiểm về điện | | 0,25  0,25  0,25  0,25 |
| **Câu 30** | Cách đặt thước và đặt mắt của bạn không đúng.  Ta cần đặt thước dọc theo chiều dài chiếc lá, từ cuống lá đến ngọn lá, vạch số 0 của thước ngang với cuống lá và mắt phải nhìn vuông góc với vạch chia của thước.  Các lỗi trong phép đo này là: lỗi đặt thước, lỗi mắt nhìn vạch chia của thước | 0,25  0,5  0,25 |
| **Câu 31** | Khi dùng gas để nấu ăn chỉ để lửa ở mức phù hợp với việc đun nấu, không để quá to hoặc quá lâu khi không cần thiết.  Với những đoạn đường không quá xa nên đi bộ hoặc đi xe đạp để tiết kiệm nhiên liệu và tăng cường vận động, tốt cho sức khoẻ.  Hạn chế dùng các phương tiện cá nhân, tăng sử dụng phương tiện giao thông công cộng. | 0,5  0,25  0,25 |