**Tuần 9 Ngày soạn: 20/10/2022**

**Tiết 9 Ngày kiểm tra:**

**KIỂM TRA GIỮA KÌ I**

**I. MỤC TIÊU**

***1. Kiến thức***:

- Biết được khả năng tiếp thu kiến thức của học sinh về những KT đã được học thông qua kiểm tra.

***2. Năng lực***

***\* Năng lực chung:***

- Năng lực tự học, năng lực giải quyết vấn đề, năng lực sáng tạo, năng lực tự quản lý, năng lực giao tiếp, năng lực hợp tác, năng lực sử dụng ngôn ngữ.

**\* *Năng lực chuyên biệt:***

- Tự nhận thức, đánh giá và tự điều chỉnh hành vi phù hợp với chuẩn mực đạo đức đã học để tự hoàn thiện bản thân.

***3. Phẩm chất:*** Yêu gia đình, yêu quê hương đất nước, sống tự trọng, tự tin...

**II. XÂY DỰNG MA TRẬN**

**1.Bảng mô tả chung**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ***Chủ đề*** | ***Các mức độ nhận thức*** | | |
| **Nhận biết** | **Thông hiểu** | **Vận dụng** |
| **Chủ đề 1:**  **KHÁM PHÁ LỨA TUỔI VÀ MÔI TRƯỜNG HỌC TẬP MỚI** | Biết được những việc làm biểu hiện của biết tự chăm sóc, rèn luyện thân thể | Xác định được Có sức khỏe tốt sẽ giúp chúng ta điều gì | - Xử lí và đánh giá được tình huống |
| **Chủ đề 2:**  **CHĂM SÓC CUỘC SỐNG CÁ NHÂN** | - Biết được thế nào là chăm sóc cuộc sống bản thân. | - Hiểu được thế nào là người biết chăm sóc sức khỏe bản thân. | - Xử lí và vận dụng được các tình huống trong cuộc sống. |

**2. Bảng trọng số (hệ số 0,8)**

***Đề: 12 câu TN + 2 câu TL***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Chủ đề | TS tiết | ST Lt | Chỉ số | | Trọng số | | Số câu | | Điểm số | |
| CsLt | CsVd | TsLt | TsVd | LT | VD | LT | VD |
| C đề 1 | 4 | 3 | 2,4 | 1,6 | 30 | 20 | 7 | 5 | 2,8 | 2 |
| C đề 2 | 4 | 3 | 2,4 | 1,6 | 30 | 20 | 8 | 5 | 3,2 | 2 |
| Tổng | **8** | **6** | **4,8** | **3,2** | **60** | **40** | 15 | 10 | 6 | 4 |

**3. Ma trận đề**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Tên chủ đề | Nhận biết | | Thông hiểu | | Vận dụng | | Cộng |
|  | TNKQ | TL | TNKQ | TL | TNKQ | TL |
| **Chủ đề 1:**  **KHÁM PHÁ LỨA TUỔI VÀ MÔI TRƯỜNG HỌC TẬP MỚI** | -Những việc nên làm khi ở môi trường mới  -Những khó khăn khi ở môi trường mới | -Sự thay đổi của bản thân so với năm trước |  |  | -Mối quan hệ bạn bè  -Cách xử lí tình huống thực tế | -Đề xuất các việc làm để phát triển vóc dáng của bản thân |  |
| Số câu hỏi | 3 | 1/2 |  |  | 2 | 1/2 | 6 |
| Số điểm | 1,2 | 1,6 |  |  | 0,8 | 1,2 | 4,8 |
| Tỉ lệ | 12% | 16% |  |  | 8% | 12% | 48% |
| **Chủ đề 2: CHĂM SÓC CUỘC SỐNG CÁ NHÂN** | -Nhận diện những thay đổi của bản thân chứng tỏ em đã lớn  -Những giá trị của bản thân |  | -Nguyên nhân của sự thay đổi vóc dáng  -Tự tin của bản thân được thể hiện như thế nào  - Cách xử lí với cảm xúc của bản thân | *-*Nêu những việc làm chăm sóc sức khỏe hàng ngày của bản thân | -Quan hệ bạn bè và giá trị của bản thân | -Những thay đổi tích cực của bản thân khi thực hiện chế độ sinh hoạt khoa học |  |
| Số câu hỏi | 3 |  | 3 | 1/2 | 1 | 1/2 | 8 |
| Số điểm | 1,2 |  | 1,2 | 0,8 | 0,4 | 1,6 | 5,2 |
| Tỉ lệ | 12% |  | 12% | 8% | 4% | 16% | 52% |
| **Tổng số câu** | **6** | 1/2 | 3 | 1/2 | 1 | 1 | 14 |
| **Tổng số điểm** | **2,4** | 1,6 | 1,2 | 0,8 | 0,4 | 2,8 | 10 |
| **Tỉ lệ** | **24%** | 16% | 125 | 8% | 4% | 28% | 100% |

**III.ĐỀ BÀI:**

**ĐỀ 1**

**Phần I: Trắc nghiệm (4,8đ)**

***Khoanh tròn vào chữ cái đứng trước câu trả lời đúng:***

**Câu 1**: 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 2**: Bạn Hà khi lên lớp 6 còn rất rụt rè và nhút nhát. Vậy nếu em là bạn của Hà em sẽ giúp bạn như thế nào để bạn tự tin hơn?

**A.** Chê bai bạn, kể xấu bạn.

**B.** Tâm sự, gần gũi và rủ bạn tham gia vào các hoạt động chung cùng với mình.

**C.** Lôi kéo bạn khác cùng trêu bạn.

**D.** Mặc kệ bạn, ai có thân người ấy lo.

**Câu 3:** Những việc em nên làm để phù hợp với môi trường học tập mới.

**A.** Lập thời gian biểu phù hợp với môi trường học tập mới.

**B.** Chủ động làm quen với bạn bè mới.

**C.** Hỏi thầy cô, các anh chị lớp trên vể phương pháp học các môn học mới.

**D.** Tất cả các ý trên trên.

**Câu 4:** Những ý nào đúng cho những thay đổi của em so với khi là học sinh tiểu học.

**A.** Những thay đổi về chiều cao, cân nặng, vóc dáng…

**B.** Những thay đổi của em về ước mơ trong cuộc sống, về tương lai.

**C.** Những thay đổi trong ý thức trách nhiệm đối với học tập.

**D.** Tất cả các ý trên .

**Câu 5:** Những ý nào sau đây thể hiện mình đã lớn trong cuộc sống hàng ngày.

**A.** Tự giác học tập. **B.** Nhường em nhỏ.

**C.** Tôn trọng bạn bè. **D.** Tất cả các ý trên trên.

**Câu 6*:*** Những giá trị sau có đúng với bản thân em không ?

**A.** Trung thực. **B.** Nhân ái. **C.** Trách nhiệm. D. Tất cả các ý trên.

**Câu 7:** Những điều khác biệt của trường THCS so với trường tiểu học là:

1. Nhiều môn học hơn.
2. Nhiều phương pháp, nhiều hình thức học.
3. Có một giáo viên dạy.
4. Kiến thức đa dạng, phong phú hơn.

**A.(**1), (3), (2) **B.** (2), (3) **C.**(1), (2), (4) **D.**(2), (3),(4)

**Câu 8:** Đi học về trời nắng rất mệt, bố mẹ thì đi làm chưa về. Gặp tình huống này em sẽ làm gì?

**A.** Bật quạt nằm xem TV cho bớt mệt.

**B.** Cáu giận khi thấy bố mẹ về muộn.

**C.** Sang nhà ông bà ăn cơm trước rồi đi ngủ.

**D.** Cố gắng nấu cơm cho ba mẹ, rồi nghỉ một lát, đợi bố mẹ về ăn cơm cùng.

**Câu 9:** Sự thay đổi về vóc dáng các bạn trong lớp khác nhau là do:

**A.** Do chế độ ăn uống, tập thể thao khác nhau; do di truyền hoặc do sự dậy thì sớm hay muộn .

**B.** Do học nhiều.

**C.** Do chơi thể thao.

**D.** Do tham gia nhiều hoạt động chung.

**Câu 10:** 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 11.**Khi em gặp chuyện buồn em cần:

**A.** Giấu 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 12.** Hôm nay cô giáo cho về nhà làm một đề văn, nhưng các bạn lại rủ đi đá bóng (môn thể thao em rất thích) vậy em sẽ giải quyết vấn đề này như thế nào?

**A.** Cứ đi đá bóng rồi tính tiếp.  
**B.** Hôm sau nói với cô giáo là để quên bài ở nhà.  
**C.** Căn cứ vào lượng bài tập của các môn học và lên thời gian biểu phù hợp nhất.  
**D.** Xin cô cho lùi thời gian nộp bài kiểm tra.

**Phần II: Tự luận (5,2đ)**

**Câu 13 (2,8đ).** Mô tả sự thay đổi của bản thân ở thời điểm hiện tại so với một năm trước. Đề

xuất những việc làm phù hợp để phát triển vóc dáng của bản thân.

**Câu 14 (2,4đ).** Nêu những việc làm em đã thực hiện hàng ngày để đảm bảo sức khoẻ ? Ghi chép lại sự thay đổi tích cực của bản thân.

**ĐỀ 2**

**Phần I: Trắc nghiệm (4,8đ)**

***Khoanh tròn vào chữ cái đứng trước câu trả lời đúng***

**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.** Biện pháp nào phù hợp nhất để điều chỉnh thái độ cảm xúc của bản thân với những người xung quanh trong những biện pháp sau?

A. Thường xuyên xem điện thoại.  
B. Rủ bạn xem điện thoại cùng.  
C. Suy nghĩ tích cực về người khác, không phản ứng khi bản thân đang bực tức.  
D. Cả 3 phương án trên.

**Câu 3.** Bạn Hà khi lên lớp 6 còn rất rụt rè và nhút nhát. Vậy nếu em là bạn của Hà em sẽ giúp bạn như thế nào để bạn tự tin hơn?

A. Chê bai bạn, kể xấu bạn.  
B. Tâm sự, gần gũi và rủ bạn tham gia vào các hoạt động chung cùng với mình.  
C. Lôi kéo bạn khác cùng trêu bạn.  
D. Mặc kệ bạn, ai có thân người ấy lo.

**Câu 4.** 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 5.** 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 6.**Hôm nay cô giáo cho về nhà làm một đề văn, nhưng các bạn lại rủ đi đá bóng (môn thể thao em rất thích) vậy em sẽ giải quyết vấn đề này như thế nào?

A. Cứ đi đá bóng rồi tính tiếp.  
B. Hôm sau nói với cô giáo là để quên bài ở nhà.  
C. Căn cứ vào lượng bài tập của các môn học và lên thời gian biểu phù hợp nhất.  
D. Xin cô cho lùi thời gian nộp bài kiểm tra.

**Câu 7.** Mỗi ngày chúng ta cần ngủ bao nhiêu thời gian để có sức khoẻ tốt?

A. 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 8.** Khi đi học về, em thấy em trai lục tung sách vở của mình, em sẽ:

A. Tức giận, quát mắng em.  
B. Nhẹ nhàng khuyên bảo em và sẽ cất đồ đạc cẩn thận hơn nữa.  
C. Khóc toáng lên, nhờ bố mẹ giải quyết.  
D. Lao vào lục tung đồ của em lên để trả thù em.

**Câu 9.**Đi học về trời nắng rất mệt, bố mẹ thì đi làm chưa về. Gặp tình huống này em sẽ làm gì?

A. Bật quạt nằm xem TV cho bớt mệt.  
B. Cáu giận khi thấy bố mẹ về muộn.  
C. Sang nhà ông bà ăn cơm trước rồi đi ngủ.  
D. Cố gắng nấu cơm cho ba mẹ, rồi nghỉ một lát, đợi bố mẹ về ăn cơm cùng.

**Câu 10.** 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. Gặp bạn A, tâm sự với bạn để hai người hiểu nhau hơn.  
B. Xa lánh và không chơi với A nữa  
C. Tìm ra điểm xấu của A để nói xấu lại bạn.  
D. Nhờ một anh lớp trên bắt nạt A cho bõ tức.

**Câu 11.**Khi em gặp chuyện buồn em cần:

A. Giấu 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 12.**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. 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.  
D. Rủ các bạn đi chơi đá bóng cho bớt căng thẳng

**Phần II. Tự luận (5,2 điểm)**

**Câu 13 (2,4đ).** Nêu những việc làm em đã thực hiện hàng ngày để đảm bảo sức khoẻ ? Ghi chép lại sự thay đổi tích cực của bản thân.

**Câu 14 (2,8đ).** Mô tả sự thay đổi của bản thân ở thời điểm hiện tại so với một năm trước. Đề

xuất những việc làm phù hợp để phát triển vóc dáng của bản thân.

**IV. HƯỚNG DẪN CHẤM**

**ĐỀ 1**

**I.Trắc nghiệm (mỗi câu đúng được 0,4đ)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Câu** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** | **11** | **12** |
| **Đ/A** | **D** | **B** | **D** | **D** | **D** | **D** | **C** | **D** | **A** | **A** | **B** | **C** |

**II. Tự luận**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Câu** | **ĐA** | **Điểm** |
| **Câu 13** | - Vóc dáng của bản thân em có sự thay đổi lớn. Em đã có dấu hiệu của tuổi dậy thì. Em đã trở nên béo hơn, cao lớn hơn và mặt em bắt đầu có mụn. Giọng nói thay đổi, cảm xúc cũng thay đổi bất chợt.  *- Những việc làm em có thể làm để cải thiện vóc dáng là:*  + Thường xuyên chạy bộ, tập thể dục.  + Có chế độ ăn uống hợp lí, hạn chế những đồ ăn nhanh, những món ăn chiên xào, cay nóng.  + Uống nhiều nước.  + Sinh hoạt điều độ, hợp lí. | **1,6đ**  **1,2đ** |
| **Câu 14** | *\* Những việc làm em đã thực hiện hàng ngày để đảm bảo sức khoẻ:*  - Ăn uống đủ bữa, đủ chất, uống đủ nước  - Nghỉ ngơi hợp lí  - Vệ sinh cá nhân thường xuyên  - Tập thể dục, thể thao  *\* Sự thay đổi tích cực của bản thân:*  - Trước kia em hay đi còng lưng giờ em đi rất thẳng và khoẻ khoắn.  - Trong giờ học em hay bị phân tâm bây giờ học tập em chú ý hơn và tiếp thu nhanh hơn. | **0,8đ**  **1,6đ** |

**ĐỀ 2**

**I. Trắc nghiệm** **(mỗi câu đúng được 0,4đ)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Câu** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** | **11** | **12** |
| **Đ/A** | **D** | **C** | **B** | **D** | **A** | **C** | **A** | **B** | **D** | **A** | **B** | **C** |

**II. Tự luận**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Câu** | **ĐA** | **Điểm** |
| **Câu 13** | *\* Những việc làm em đã thực hiện hàng ngày để đảm bảo sức khoẻ:*  - Ăn uống đủ bữa, đủ chất, uống đủ nước  - Nghỉ ngơi hợp lí  - Vệ sinh cá nhân thường xuyên  - Tập thể dục, thể thao  *\* Sự thay đổi tích cực của bản thân:*  - Trước kia em hay đi còng lưng giờ em đi rất thẳng và khoẻ khoắn.  - Trong giờ học em hay bị phân tâm bây giờ học tập em chú ý hơn và tiếp thu nhanh hơn. | **0,8đ**  **1,6đ** |
| **Câu 14** | - Vóc dáng của bản thân em có sự thay đổi lớn. Em đã có dấu hiệu của tuổi dậy thì. Em đã trở nên béo hơn, cao lớn hơn và mặt em bắt đầu có mụn. Giọng nói thay đổi, cảm xúc cũng thay đổi bất chợt.  *- Những việc làm em có thể làm để cải thiện vóc dáng là:*  + Thường xuyên chạy bộ, tập thể dục.  + Có chế độ ăn uống hợp lí, hạn chế những đồ ăn nhanh, những món ăn chiên xào, cay nóng.  + Uống nhiều nước.  + Sinh hoạt điều độ, hợp lí. | **1,6đ**  **1,2đ** |

**V. TỔ CHỨC KIỂM TRA**

**1. Kiểm tra sĩ số: 6A: 6B:**

**2. Tiến hành kiểm tra: Trên lớp**

**Hình thức kiểm tra: TN+TL**

**VI. THỐNG KÊ KẾT QUẢ ĐIỂM SỐ SAU KHI CHẤM**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Điểm** | **0 ÷ 4,9** | | **5 ÷ 6,4** | | **6,5 ÷ 7,9** | | **8 ÷ 10** | |
| **Lớp** | **6A** | **6B** | **6A** | **6B** | **6A** | **6B** | **6A** | **B6** |
| **Số lượng** |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Tỉ lệ** |  |  |  |  |  |  |  |  |

**VII. NHẬN XÉT**

……………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………………….