

KIỂM TRA ĐỊNH KÌ GIỮA HỌC KỲ I HOẠT ĐỘNG TRẢI NGHIỆM, HƯỚNG NGHIỆP 7

I. MỤC TIÊU

1. Về kiến thức:

- Đánh giá mức độ đạt được mục tiêu về kiến thức, kỹ năng, thái độ của HS sau khi tham gia các chủ đề 1 và 2 của hoạt động trải nghiệm trong Học kỳ I (**Rèn luyện thói quen, Rèn luyện sự kiên trì và chăm chỉ**).
- Đánh giá kết quả rèn luyện các năng lực và phẩm chất đã xác định ở từng chủ đề, đặc biệt là năng lực thích ứng với cuộc sống, năng lực lập kế hoạch và tổ chức thực hiện, năng lực tự chủ, giải quyết vấn đề và phẩm chất nhân ái, trung thực, trách nhiệm, chăm chỉ.
- Kiến thức các chủ đề đã tìm hiểu ở chủ đề 1 và 2.

2. Về năng lực:

- Biết vận dụng kiến thức đã học vào việc giải quyết các câu hỏi và bài tập cụ thể.

3. Về phẩm chất:

- Có ý thức tự giác làm bài nghiêm túc.

II. HÌNH THỨC KIỂM TRA, ĐÁNH GIÁ

Trắc nghiệm và tự luận.

III. NỘI DUNG KIỂM TRA, ĐÁNH GIÁ

Chủ đề 1. **Rèn luyện thói quen**

- + Điểm mạnh, điểm hạn chế của tôi.
- + Kiểm soát cảm xúc của bản thân.

Chủ đề 2. **Rèn luyện sự kiên trì và chăm chỉ**

- + Rèn luyện thói quen ngăn nắp, gọn gàng, sạch sẽ.
- + Rèn luyện tính kiên trì, chăm chỉ.

IV. ĐỀ KIỂM TRA

Phần I: Trắc nghiệm (4,0 đ)

Khoanh tròn vào phương án trả lời đúng nhất.

Câu 1. Em đã làm thế nào để xác định được điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân?

- A. Tích cực tham gia các hoạt động thiện nguyện để bộc lộ điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân.
- B. Điểm mạnh, điểm hạn chế của bản thân là những điểm có sẵn ở mỗi người nên em không cần làm gì cũng xác định được.
- C. **Lắng nghe nhận xét, đánh giá của các bạn và những người xung quanh.**
- D. Kết hợp tự đánh giá bản thân dựa trên kết quả giao tiếp,... với nhận xét, đánh giá của mọi người.

Câu 2. Khi xuất hiện cảm xúc tiêu cực, em đã giải tỏa cảm xúc đó bằng cách nào?

- A. Để cảm xúc tiêu cực bộc lộ một cách tự nhiên, không cần giải tỏa.
- B. **Hít thở sâu hoặc đi dạo.**
- C. Quát hoặc nói thật to với người đối diện cho hả giận.
- D. Đi xem phim hay chơi điện tử.

Câu 3. Khi gặp khó khăn trong học tập hoặc trong cuộc sống, em đã làm gì?

- A. Nhờ bố mẹ tìm cách khắc phục nguyên nhân đó.
- B. Cân nhắc xem có nên tiếp tục làm không vì sợ mất thời gian.
- C. Tìm sự hỗ trợ từ thầy cô, bạn bè hoặc người thân để vượt qua khó khăn.**
- D. Bỏ qua khó khăn đó, tìm việc khác dễ hơn để làm (dễ làm, khó bỏ).

Câu 4. Nhà Hằng và nhà Nga cách nhau gần 1 km, lại phải đi qua một cánh đồng. Hằng rủ Nga sang nhà Hằng học nhóm vào các buổi tối để giúp Hằng học môn Tiếng Anh. Theo em, Nga nên giải quyết vấn đề này thế nào?

- A. Vui vẻ nhận lời sang nhà Hằng học nhóm vào các buổi tối.
- B. Nói với Hằng là nên chuyển việc học nhóm vào ban ngày để tránh rơi vào tình huống nguy hiểm khi đi một mình qua cánh đồng vào buổi tối.**
- C. Từ chối thẳng với Hằng.
- D. Cân nhắc xem có nên đồng ý với Hằng không.

Câu 5. Trên đường đi học về, Hưng bị mấy người lạ mặt chặn đường, đòi đưa chiếc xe đạp Hưng đang đi cho họ. Trong trường hợp này, Hưng nên xử lý thế nào để tự bảo vệ?

- A. Đưa xe cho họ để thoát khỏi nguy hiểm.
- B. Giữ chặt xe, không cho họ cướp xe của mình.
- C. Tìm cách chống cự lại những người đó.
- D. Đưa xe cho họ, sau đó gọi cho số cứu trợ khẩn cấp (113) hoặc báo cho công an.**

Câu 6. Để rèn luyện thói quen ngăn nắp, gọn gàng, sạch sẽ, em cần làm gì?

- A. Khi nào thích thì em sắp xếp, lau dọn nhà cửa ngăn nắp, gọn gàng, sạch sẽ.
- B. Để đồ dùng cá nhân, sách vở ở những chỗ tiện sử dụng.
- C. Thường xuyên tự giác lau dọn, sắp xếp đồ dùng trong nhà, lớp học sao cho ngăn nắp, gọn gàng, sạch sẽ.**
- D. Nhờ người giúp việc sắp xếp sách vở, đồ dùng cá nhân ngăn nắp, gọn gàng, đúng chỗ quy định.

Câu 7. Em đã rèn luyện tính kiên trì, chăm chỉ trong học tập như thế nào?

- A. Đi học chuyên cần, tập trung vào việc học tập trên lớp và ở nhà.**
- B. Chỉ cần làm bài tập đầy đủ, trình bày sạch, đẹp.
- C. Chỉ học bài và làm bài tập đầy đủ trước khi kiểm tra.
- D. Khi gặp bài tập khó em nhờ anh chị, người thân làm giúp.

Câu 8. Em đã rèn luyện tính kiên trì, chăm chỉ trong lao động và cuộc sống hằng ngày như thế nào?

- A. Thường xuyên tham gia tập thể dục giữa giờ.
- B. Chỉ làm những việc nhẹ nhàng khi có thời gian.
- C. Làm những công việc hơi nặng nhọc, vất vả một chút.
- D. Luôn cố gắng, kiên trì để hoàn thành mọi công việc đã nhận.**

Phần II. Tự luận (6,0 đ)

Câu 1. Nêu 3 điểm mạnh, 3 điểm hạn chế của bản thân mà em đã xác định được và biện pháp em đã thực hiện để khắc phục điểm hạn chế đó.

Câu 2. Trình bày cách thức em đã thực hiện để vượt qua một khó khăn cụ thể trong học tập hoặc trong cuộc sống. Nêu cảm xúc của em khi vượt qua được khó khăn đó.

IV.HƯỚNG DẪN ĐÁNH GIÁ ĐÁP ÁN-BIỂU ĐIỂM

Phần I.Trắc nghiệm

Câu	1	2	3	4	5	6	7	8
Đáp án	C	B	C	B	D	C	A	D

Phần II.Tự luận

Yêu cầu cần đạt	Đánh giá	
	Đạt	Chưa đạt
Câu 1: 3,0 đ - Nêu được ít nhất 3 điểm mạnh, 3 điểm hạn chế của bản thân trong học tập và cuộc sống. (2,0 đ) - Nêu được ít nhất 3 biện pháp để khắc phục điểm hạn chế của bản thân.(1,0 đ)		
Câu 2: 3,0 đ - Kể được cách thức đã thực hiện để vượt qua 1 khó khăn cụ thể của bản thân. (2,0 đ) - Nêu được cảm xúc của bản thân khi vượt qua được khó khăn.(1,0 đ)		

V. ĐÁNH GIÁ

Kết quả	Phần 1	Phần 2	Tổng hợp
Đạt	Trả lời đúng từ 4 câu trở lên.	Đạt từ 3,0 điểm trở lên.	Kết quả phần 1, phần 2 đều ở mức Đạt.
Chưa đạt	Chỉ trả lời đúng tối đa 3 câu.	Chỉ đạt tối đa 2,5 điểm.	Chỉ đạt tối đa 1 phần.