**MA TRẬN ĐỀ KIÊM TRA CUỐI KÌ I**

**MÔN: CÔNG NGHỆ, LỚP: 6, THỜI GIAN LÀM BÀI: 45 phút**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Nội dung kiến thức** | **Đơn vị kiến thức** | **Mức độ nhận thức** | | | | | | | | **Tổng** | | | **%**  **tổng điểm** |
| **Nhận biết** | | **Thông hiểu** | | **Vận dụng** | | **Vận dụng cao** | | **Số CH** | | **Thời gian (phút)** |
| **Số**  **CH** | **Thời gian** (phút) | **Số**  **CH** | **Thời gian** (phút) | **Số**  **CH** | **Thời gian** (phút) | **Số**  **CH** | **Thời gian** (phút) | **TN** | **TL** |
| 1 | **1. Nhà ở** | ***1.1. Nhà ở đối với con người*** | **3** | 2,25 | **1** | **1,5** |  |  |  |  | **4** |  | 3,75 | **10** |
|  |  |  |  |
| 2 | ***1.2. Xây dựng nhà ở*** | **2** | 1,5 | **2** | **3** |  |  |  |  | **4** |  | 4,5 | **10** |
| 3 | ***1.3. Ngôi nhà thông minh*** | **2** | 1,5 | **2** | **3** |  |  |  |  | **4** |  | 4,5 | **10** |
| 4 | **2. Bảo quản và chế biến thực phẩm** | ***2.1. Thực phẩm và dinh dưỡng.*** | **5** | 3,75 | **3** | **4,5** | **1** | **10** |  |  | **8** | **1** | 18,25 | **40** |
| 5 | ***2.2. Phương pháp bảo quản và chế biến thực phẩm*** | **4** | 3 | **4** | **6** |  |  |  |  | **8** |  | 9 | **20** |
| 6 | ***2.3. Dự án: Bữa ăn kết nối yêu thương*** |  |  |  |  |  |  | **1** | **5** | **0** | **1** | 5 | **10** |
| ***Tổng*** | | | **16** | 12 | **12** | 18 | **1** | 10 | **1** | 5 | **28** | **2** | 45 | **100** |
| ***Tỉ lệ %*** | | | **40** | | **30** | | **20** | | **10** | |  |  |  |  |
| ***Tỉ lệ chung*** | | | **70** | | | | **30** | | | |  |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| BẢN ĐẶC TẢ ĐỀ KIỂM TRA CUỐI HỌC KÌ I CÔNG NGHỆ 6 | | | | | | | | | |
| 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) | (2) | (3) | (4) | (5) | (6) | (7) | (8) |
| 1 | I. Nhà ở | *1.1. Khái quát về nhà ở* | **Nhận biết:**   * Nhà ở có vai trò vật chất gì? | **1 câu**   * **Câu 1.** Nhà ở có vai trò vật chất gì?   A. Nhà ở là nơi để con người nghỉ ngơi giúp bảo vệ con người trước tác động của thời tiết  B. Nhà ở là nơi để mọi người cùng nhau tạo niềm vui, cảm xúc tích cực.  C. Nhà ở là nơi mang đến cho con người cảm giác thân thuộc  D. Nhà ở là nơi mang đến cho con người cảm giác riêng tư |  |  |  |
| * Nêu được đặc điểm chung của nhà ở Việt Nam. | **1 câu**   * **Câu 2.** Nêu được đặc điểm chung của nhà ở Việt Nam.  1. Kiến trúc và màu sắc 2. Cấu tạo và phân chia các khu vực chức năng   C. Vật liệu xây dựng và cấu tạo                          D. Kiến trúc và phân chia các khu vực chức năng |  |  |  |
| * Kể được một số kiến trúc nhà ở đặc trưng ở Việt Nam. | **1 câu**  **Câu 3. Kiểu nhà nào dưới đây được xây dựng trên các cột phía trên mặt đất?**  A. Nhà chung cư  B. Nhà sàn  C.Nhà nông thôn truyền thống  D. Nhà mặt phố |  |  |  |
| **Thông hiểu:**   * Phân biệt được một số kiểu kiến trúc nhà ở đặc trưng ở Việt Nam. |  | **1 câu**  **Câu 4. Em hãy cho biết đâu là kiến trúc nhà ở đặc trưng của Việt Nam?**  A. Nhà ở nông thôn  B. Nhà ở thành thị  C. Nhà ở các khu vực đặc thù  D. Cả 3 đáp án trên |  |  |
| **Vận dụng:**  Xác định được kiểu kiến trúc ngôi nhà em đang ở. |  |  |  |  |
| *1.2. Xây dựng nhà ở* | **Nhận biết:**   * Kể tên được một số vật liệu xây dựng nhà ở. | **1 câu**  **Câu 5. Vật liệu xây dựng nào dưới đây được sử dụng để tạo ra vữa xây dựng?**  A. Gạch, ngói, xi măng  B. Tre, lá cọ, gạch  C. Thủy tinh, xi măng  D. Cát, xi măng, nước |  |  |  |
| * Kể tên được các bước chính để xây dựng một ngôi nhà. | **1 câu**  **Câu 6. Em hãy cho biết, để xây dựng một ngôi nhà cần thực hiện theo mấy bước chính?**  A. 1                   B. 2  C. 3                   D. 4 |  |  |  |
| **Thông hiểu:**   * Sắp xếp đúng trình tự các bước chính để xây dựng một ngôi nhà. |  | **2 câu**  **Câu 7. Hãy chỉ ra thứ tự các bước chính xây dựng nhà ở?**  A. Thi công thô, Thiết kế, Hoàn thiện.  B. Thiết kế, Thi công thô, Hoàn thiện.  C. Thiết kế, Hoàn thiện, Thi công thô.  D. Thi công thô, Hoàn thiện, Thiết kế |  |  |
| - Mô tả được các bước chính để xây dựng một ngôi nhà. |  | **Câu 8. Chọn phát biểu đúng về hoàn thiện:**  A. Là bước chuẩn bị quan trọng trước khi nhà ở được thi công.  B. Là bước hình thành khung cho mỗi ngôi nhà.  C. Là công đoạn góp phần tạo nên không gian sống với đầy đủ công năng sử dụng và tính thẩm mĩ của ngôi nhà.  D. Là một công việc phức tạp gồm nhiều công đoạn khác nhau |  |  |
| ***1.3. Ngôi nhà***  *thông minh* | **Nhận biết:**  - Nêu được đặc điểm của ngôi nhà thông minh. | **2 câu**  **Câu 9. Ngôi nhà thông minh có những đặc điểm nào sau đây?**  A. Tiện nghi hơn; an ninh, an toàn và tiết kiệm năng lượng.  B.Tiện nghi hơn.  C.An toàn và an ninh.  D.Tiết kiệm năng lượng.  **Câu 10.** Ngôi nhà thông minh có hệ thống điều khiển nào sau đây?  A. Hệ thống điều khiển tự động cho thiết bị.  B. Hệ thống điều khiển bán tự động cho thiết bị.  C.Hệ thống điều khiển tự động và bán tự động cho thiết bị.  D.Hệ thống điều khiển tự động hay bán tự động cho thiết bị. |  |  |  |
|  |  | **Thông hiểu:**   * Mô tả được những đặc điểm của ngôi nhà thông minh. |  | **1 câu**  **Câu 11. Hoạt động nào sau đây thuộc nhóm hệ thống chiếu sáng trong ngôi nhà thông minh?**  A. Điều khiển camera.  B. Điều khiển khóa cửa.  C. Điều khiển thiết bị ánh sáng trong nhà  D. Điều khiển máy thu hình |  |  |
| - Nhận diện được những đặc điểm của ngôi nhà thông minh. |  | **1 câu**  **Câu 12. Cảnh báo nào sau đây của thiết bị KHÔNG phải đặc điểm đảm bảo tính an ninh, an toàn cho ngôi nhà thông minh?**  A. Có người lạ đột nhập.  B. Quên đóng cửa.  C. Tự động mở kênh truyền hình yêu thích.  D. Cảnh báo nguy cơ cháy nổ. |  |  |
| 2 | **II. Bảo**  **quản và**  chế biến thực phẩm | *2.1. Thực phẩm và dinh dưỡng* | **Nhận biết:**   * Nêu được một số nhóm thực phẩm chính. | **1 câu**  **Câu 13. Em hãy cho biết có mấy nhóm thực phẩm chính?**  A. 5                     B. 4  C. 3                     D. 2 |  |  |  |
|  |  | Nêu được giá trị dinh dưỡng của từng nhóm thực phẩm chính | **4** câu  **Câu 14**. Vai trò của thực phẩm đối với con người là gì?  A. Là nguồn cung cấp chất dinh dưỡng cần thiết cho cơ thể.  B. Giúp con người phát triển cân đối.  C. Giúp con người phát triển khỏe mạnh.  D. Là nguồn cung cấp chất dinh dưỡng cần thiết cho cơ thể, giúp con người phát triển cân đối và khỏe mạnh  **Câu 15. Hãy cho biết loại viatmin nào giúp làm sáng mắt?**  A. Vitamin A  B. Vitamin B  C. Vitaminh C  D. Vitamin D  **Câu 16. Vai trò của chất béo đối với cơ thể là:**  A. Cung cấp năng lượng cho cơ thể.  B. Là thành phần dinh dưỡng cấu trúc nên cơ thể.  C.  Tăng cường hệ miễn dịch.  D. Hỗ trợ hệ tiêu hoá  **Câu 17. Loại chất khoáng nào sau đây giúp cho xương và răng chắc khỏe?**  A. Sắt  B. Calcium  C. Iodine  D. Kali |  |  |  |
|  |  | **Thông hiểu:**   * Phân loại được thực phẩm theo các nhóm thực phẩm chính. |  | **1 câu**  **Câu 18. Hãy cho biết, nhóm thực phẩm nào là thành phần dinh dưỡng để cấu trúc cơ thể và giúp cơ thể phát triển tốt.**  A. Nhóm thực phẩm giàu chất khoáng.  B. Nhóm thực phẩm giàu chất đạm.  C. Nhóm thực phẩm giàu chất béo.  D. Nhóm thực phẩm giàu vitamin. |  |  |
|  |  | * Giải thích được ý nghĩa của từng nhóm dinh dưỡng chính đối với sức khoẻ con người. |  | **1 câu**  **Câu 19. Nhóm thực phẩm nào cung cấp năng lượng cho cơ thể, tích trữ dưới da ở dạng lớp mỡ để bảo vệ cơ thể và giúp chuyển hóa một số loại vitamin.**  A. Nhóm thực phẩm giàu chất khoáng.  B. Nhóm thực phẩm giàu chất đạm.  C. Nhóm thực phẩm giàu chất béo.  D. Nhóm thực phẩm giàu vitamin. |  |  |
|  |  | * Hình thành thói quen ăn uống khoa học |  | **1 câu**  **Câu 20. Muốn cơ thể phát triển một cách cân đối và khỏe mạnh, chúng ta cần:**  A. ăn thật no, ăn nhiều thực phẩm cung cấp chất béo.  B. ăn nhiều bữa, ăn đủ chất dinh dưỡng.  C. ăn đúng bữa, ăn đúng cách, đảm bảo an toàn thực phẩm.  D. ăn nhiều thức ăn giàu chất đạm, ăn đúng giờ |  |  |
|  |  | **Vận dụng:**   * Đề xuất được một số loại thực phẩm cần thiết có trong bữa ăn gia đình. |  |  | 1câu  **Câu 1. (2 điểm):** Đề xuất một số việc làm để hình thành thói quen ăn uống khoa học cho gia đình của mình?  ĐÁP ÁN: Một số việc làm để hình thành thói quen ăn uống khoa học cho gia đình  + Ăn đúng bữa, gồm ba bữa chính là bữa sáng, bữa trưa và bữa tối.  + Ăn đúng cách, không xem ti vi trong bữa ăn, tạo bầy không khí thoải mái và vui vẻ trong bữa ăn.  + Đảm bảo vệ sinh thực phẩm, lựa chọn thực phẩm sạch và chế biến cẩn thận, đúng cách.  + Uống đủ nước mỗi ngày. |  |
|  |  | - Thực hiện được một số việc làm để hình thành thói quen ăn uống khoa học. |  |  |  |  |
|  |  | ***2.2. Phương pháp bảo quản và chế biến thực phẩm*** | **Nhận biết:**   * Trình bày được vai trò, ý nghĩa của bảo quản và chế biến thực phẩm. | 2  **Câu 21.** Bảo quản thực phẩm có những vai trò gì?  A. Làm chậm quá trình thực phẩm bị hư hỏng  B. Bảo quản chất lượng và chất dinh dưỡng của thực phẩm trong thời gian dài.  C. Làm chậm quá trình bị hư hỏng, kéo dài thời gian sử dụng mà vẫn được đảm bảo chất lượng và chất dinh dưỡng của thực phẩm.  D. Ngăn chặn việc thực phẩm bị hư hỏng.  **Câu 22**. Chế biến thực phẩm có vai trò gì?  A. Xử lí thực phẩm để tạo ra các món ăn  B. Xử lí thực phẩm để bảo quản thực phẩm.  C. Tạo ra các món ăn đầy đủ chất dinh dưỡng, đa dạng và hấp dẫn.  D. Xử lí thực phẩm để tạo ra các món ăn đầy đủ chất dinh dưỡng, đa dạng và hấp dẫn. |  |  |  |
|  |  | * Nêu được một số phương pháp bảo quản, chế biến thực phẩm phổ biến. | **2 câu**  **Câu 23. Hãy cho biết có mấy phương pháp bảo quản thực phẩm?**  A. 1                         B. 2  C. 3                         D. 4  **Câu 24:** Phương pháp nào sau đây là phương pháp bảo quản thực phẩm?  A. Làm lạnh và đông lạnh.  B. Luộc và trộn hỗn hợp.  C. Làm chín thực phẩm bằng hơi nước  D. Nướng và muối chua. |  |  |  |
|  |  | **Thông hiểu:**   * Mô tả được một số phương pháp bảo quản thực phẩm phổ biến. |  | **2 câu**  **Câu 25**. Nướng là phương pháp làm chín thực phẩm:  A. Bằng sức nóng trực tiếp từ nguồn nhiệt.  B. Bằng hơi nước.  C. Trong nước.  D. Trong dầu mỡ  **Câu 26:** Đâu là quy trình chế biến món salad hoa quả?  A. Chế biến thực phẩm → Sơ chế món ăn → Trình bày món ăn  B. Sơ chế thực phẩm → Trình bày món ăn  C. Sơ chế thực phẩm → Trộn → Trình bày món ăn  D. Sơ chế thực phẩm → Lựa chọn thực phẩm → Chế biến món ăn |  |  |
|  |  | - Trình bày được ưu điểm, nhược điểm của một số phương pháp bảo quản thực phẩm phổ biến. |  | **2 câu**  **Câu 27:** Nhược điểm của phương pháp nướng là  A. Thời gian chế biến lâu  B. Thực phẩm dễ bị cháy, gây biến chất  C. Món ăn nhiều chất béo  D. Một số loại vitamin hòa tan trong nước  **Câu 28.** Phương pháp trộn hỗn hợp có ưu điểm gì?  A. Món ăn mềm, có hương vị đậm đà  B. Giữ nguyên được màu sắc, mùi vị và chất dinh dưỡng.  C. Có vị chua nên kích thích vị giác khi ăn.  D. Món ăn có độ giòn, độ ngậy. |  |  |
|  |  | ***2.3 Dự án: Bữa ăn kết nối yêu thương*** | **Vận dụng:**  - Thiết kế được thực đơn một bữa ăn hợp lí cho gia đình. |  |  |  |  |
|  |  | **Vận dụng cao:**  - Tính toán sơ bộ được dinh dưỡng, chi phí tài chính cho một bữa ăn gia đình. |  |  |  | 1  **Câu 2. ( 1 điểm)**: Tính toán sơ bộ chi phí tài chính cho một bữa ăn gia đình 4 người gồm bố, mẹ và 2 con học phổ thông.  Biết: 1 kg thịt ba chỉ hoặc nạc vai xay: 120 nghìn đồng/kg  1 kg cá rô phi: 40 nghìn đồng/kg  Trứng gà: 40k/chục quả  Rau muống: 2,5nghìn đồng/bó  1kg khoai tây: 20nghìn đồng  Các loại rau thơm, giềng, tỏi, gừng: 10nghìn đồng.  ĐÁP ÁN:  Học sinh biết cân đối tính toán số lượng thực phẩm hợp lí và tài chính cho 1 bữa ăn của gia đình.  **Gợi ý:**  - 500g thịt ba chỉ hoặc nạc vai xay rang: 60 nghìn đồng (120 nghìn đồng/kg)  - 0,5 kg cá rô phi kho: 20 nghìn đồng/kg  - 5 quả trứng gà: 20nghìn đồng (40 nghìn/chục quả)  - Rau muống luộc: 5 nghìn đồng  - 0.5 kg khoai tây: 10nghìn đồng  - Các loại rau thơm, giềng, tỏi, gừng: 10nghìn đồng.  Tổng: 125nghìn đồng. |

**ĐỀ KIỂM TRA CUỐI KÌ I**

**A. TRẮC NGHIỆM (7 điểm )**

***Khoanh tròn vào chữ cái đầu đáp án đúng nhất***

**Câu 1.** Vai trò của nhà ở là:

A. Bảo vệ con người trước những tác động xấu của thiên nhiên, xã hội.

B. Phục vụ nhu cầu sinh hoạt của cá nhân hoặc hộ gia đình.

C. Dùng để ở.

D. Cả 3 đáp án trên.

**Câu 2. Cấu tạo nhà ở thường bao gồm mấy phần chính?**

A. 5                          B. 6

C. 7                          D. 8

**Câu 3. Tính vùng miền của nhà ở KHÔNG phụ thuộc vào yếu tố nào sau đây?**

A. Vị trí địa lí.

B. Khí hậu.

C. Giới tính

D. Kinh tế.

**Câu 4. Em hãy cho biết đâu là kiến trúc nhà ở đặc trưng của Việt Nam?**

A. Nhà ở nông thôn

B. Nhà ở thành thị

C. Nhà ở các khu vực đặc thù

D. Cả 3 đáp án trên

**Câu 5. Trong xây dựng nhà ở, người ta sử dụng những loại vật liệu nào sau đây**

A. Vật liệu tự nhiên

B. Vật liệu nhân tạo

C. Vật liệu tự nhiên hoặc vật liệu nhân tạo.

D. Vật liệu tự nhiên và vật liệu nhân tạo

**Câu 6. Em hãy cho biết, để xây dựng một ngôi nhà cần thực hiện theo mấy bước chính?**

A. 1                   B. 2

C. 3                   D. 4

**Câu 7. Hãy chỉ ra thứ tự các bước chính xây dựng nhà ở?**

A. Thi công thô, Thiết kế, Hoàn thiện.

B. Thiết kế, Thi công thô, Hoàn thiện.

C. Thiết kế, Hoàn thiện, Thi công thô.

D. Thi công thô, Hoàn thiện, Thiết kế

**Câu 8. Chọn phát biểu đúng về thiết kế:**

A. Là bước chuẩn bị quan trọng trước khi nhà ở được thi công.

B. Là bước hình thành khung cho mỗi ngôi nhà.

C. Là công đoạn góp phần tạo nên không gian sống với đầy đủ công năng sử dụng và tính thẩm mĩ của ngôi nhà.

D. Là một công việc phức tạp gồm nhiều công đoạn khác nhau

**Câu 9. Ngôi nhà thông minh có những đặc điểm nào sau đây?**

A. Tiện nghi hơn.

B. An toàn và an ninh.

C. Tiết kiệm năng lượng.

D. Tiện nghi hơn; an ninh, an toàn và tiết kiệm năng lượng.

**Câu 10.** Ngôi nhà thông minh có hệ thống điều khiển nào sau đây?

A. Hệ thống điều khiển tự động cho thiết bị.

B. Hệ thống điều khiển bán tự động cho thiết bị.

C. Hệ thống điều khiển tự động hay bán tự động cho thiết bị.

D. Hệ thống điều khiển tự động và bán tự động cho thiết bị.

**Câu 11. Hoạt động nào sau đây thuộc nhóm hệ thống chiếu sáng trong ngôi nhà thông minh?**

A. Điều khiển camera.

B. Điều khiển khóa cửa.

C. Điều khiển thiết bị ánh sáng trong nhà

D. Điều khiển máy thu hình

**Câu 12. Cảnh báo nào sau đây của thiết bị KHÔNG phải đặc điểm đảm bảo tính an ninh, an toàn cho ngôi nhà thông minh?**

A. Có người lạ đột nhập.

B. Quên đóng cửa.

C. Tự động mở kênh truyền hình yêu thích.

D. Cảnh báo nguy cơ cháy nổ.

**Câu 13. Em hãy cho biết có mấy nhóm thực phẩm chính?**

A. 5                     B. 4

C. 3                     D. 2

**Câu 14**. Thực phẩm có những vai trò gì đối với con người?

A. Là nguồn cung cấp chất dinh dưỡng cần thiết cho cơ thể.

B. Giúp con người phát triển cân đối.

C. Giúp con người phát triển khỏe mạnh.

D. Là nguồn cung cấp chất dinh dưỡng cần thiết cho cơ thể, giúp con người phát triển cân đối và khỏe mạnh

**Câu 15. Hãy cho biết loại viatmin nào giúp làm sáng mắt?**

A. Vitamin A

B. Vitamin B

C. Vitaminh C

D. Vitamin D

**Câu 16. Vai trò của chất béo đối với cơ thể là:**

A. Cung cấp năng lượng cho cơ thể.

B. Là thành phần dinh dưỡng cấu trúc nên cơ thể.

C.  Tăng cường hệ miễn dịch.

D. Hỗ trợ hệ tiêu hoá

**Câu 17. Loại chất khoáng nào sau đây giúp cho xương và răng chắc khỏe?**

A. Sắt

B. Calcium

C. Iodine

D. Kali

**Câu 18. Hãy cho biết, nhóm thực phẩm nào** **là thành phần dinh dưỡng để cấu trúc cơ thể và giúp cơ thể phát triển tốt.**

A. Nhóm thực phẩm giàu chất khoáng.

B. Nhóm thực phẩm giàu chất đạm.

C. Nhóm thực phẩm giàu chất béo.

D. Nhóm thực phẩm giàu vitamin.

**Câu 19. Nhóm thực phẩm nào cung cấp năng lượng cho cơ thể, tích trữ dưới da ở dạng lớp mỡ để bảo vệ cơ thể và giúp chuyển hóa một số loại vitamin.**

A. Nhóm thực phẩm giàu chất khoáng.

B. Nhóm thực phẩm giàu chất đạm.

C. Nhóm thực phẩm giàu chất béo.

D. Nhóm thực phẩm giàu vitamin.

**Câu 20. Muốn cơ thể phát triển một cách cân đối và khỏe mạnh, chúng ta cần:**

A. ăn thật no, ăn nhiều thực phẩm cung cấp chất béo.

B. ăn nhiều bữa, ăn đủ chất dinh dưỡng.

C. ăn đúng bữa, ăn đúng cách, đảm bảo an toàn thực phẩm.

D. ăn nhiều thức ăn giàu chất đạm, ăn đúng giờ

**Câu 21.** Bảo quản thực phẩm có vai trò gì?

A. Làm chậm quá trình thực phẩm bị hư hỏng

B. Bảo quản chất lượng và chất dinh dưỡng của thực phẩm trong thời gian dài.

C. Làm chậm quá trình bị hư hỏng, kéo dài thời gian sử dụng mà vẫn được đảm bảo chất lượng và chất dinh dưỡng của thực phẩm.

D. Ngăn chặn việc thực phẩm bị hư hỏng.

**Câu 22**. Chế biến thực phẩm có vai trò gì?

A. Xử lí thực phẩm để tạo ra các món ăn

B. Xử lí thực phẩm để bảo quản thực phẩm.

C. Tạo ra các món ăn đầy đủ chất dinh dưỡng, đa dạng và hấp dẫn.

D. Xử lí thực phẩm để tạo ra các món ăn đầy đủ chất dinh dưỡng đa dạng và hấp dẫn.

**Câu 23. Hãy cho biết có mấy phương pháp bảo quản thực phẩm?**

A. 1                           B. 2

C. 3                           D. 4

**Câu 24:** Phương pháp nào sau đây là phương pháp bảo quản thực phẩm?

A. Làm lạnh và đông lạnh.

B. Luộc và trộn hỗn hợp.

C. Làm chín thực phẩm bằng hơi nước

D. Nướng và muối chua.

**Câu 25**. Nướng là phương pháp làm chín thực phẩm:

A. Bằng sức nóng trực tiếp từ nguồn nhiệt.

B. Bằng hơi nước.

C. Trong nước.

D. Trong dầu mỡ

**Câu 26:** Đâu là quy trình chế biến món salad hoa quả?

A. Chế biến thực phẩm → Sơ chế món ăn → Trình bày món ăn

B. Sơ chế thực phẩm → Trình bày món ăn

C. Sơ chế thực phẩm → Trộn → Trình bày món ăn

D. Sơ chế thực phẩm → Lựa chọn thực phẩm → Chế biến món ăn

**Câu 27:** Nhược điểm của phương pháp nướng là

A. Thời gian chế biến lâu

B. Thực phẩm dễ bị cháy, gây biến chất

C. Món ăn nhiều chất béo

D. Một số loại vitamin hòa tan trong nước

**Câu 28.** Phương pháp trộn hỗn hợp có ưu điểm gì?

A. Món ăn mềm, có hương vị đậm đà

B. Giữ nguyên được màu sắc, mùi vị và chất dinh dưỡng.

C. Có vị chua nên kích thích vị giác khi ăn.

D. Món ăn có độ giòn, độ ngậy.

**B. TỰ LUẬN (3 điểm)**

**Câu 1. (2 điểm):** Đề xuất một số việc làm để hình thành thói quen ăn uống khoa học cho gia đình của mình?

**Câu 2. ( 1 điểm)**: Tính toán sơ bộ chi phí tài chính cho một bữa ăn gia đình 4 người gồm bố, mẹ và 2 con học phổ thông.

Biết: 1 kg thịt ba chỉ hoặc nạc vai xay: 120 nghìn đồng/kg

1 kg cá rô phi: 40 nghìn đồng/kg

Trứng gà: 40k/chục quả

Rau muống: 2,5nghìn đồng/bó

1kg khoai tây: 20nghìn đồng

Các loại rau thơm, giềng, tỏi, gừng: 10nghìn đồng.

**ĐÁP ÁN + THANG ĐIỂM**

**Câu 1. (2 điểm): Mỗi ý trả lời đúng 0.5 điểm)**

Một số việc làm để hình thành thói quen ăn uống khoa học cho gia đình

+ Ăn đúng bữa, gồm ba bữa chính là bữa sáng, bữa trưa và bữa tối.

+ Ăn đúng cách, không xem ti vi trong bữa ăn, tạo bầy không khí thoải mái và vui vẻ trong bữa ăn.

+ Đảm bảo vệ sinh thực phẩm, lựa chọn thực phẩm sạch và chế biến cẩn thận, đúng cách.

+ Uống đủ nước mỗi ngày.

**Câu 2. ( 1 điểm)**:

Học sinh biết cân đối tính toán số lượng thực phẩm hợp lí và tài chính cho 1 bữa ăn của gia đình.

**Gợi ý:**

500g thịt ba chỉ hoặc nạc vai xay rang: 60 nghìn đồng (120 nghìn đồng/kg)

0,5 kg cá rô phi kho: 20 nghìn đồng/kg

5 quả trứng gà: 20nghìn đồng (40 nghìn/chục quả)

Rau muống luộc: 5 nghìn đồng

0.5 kg khoai tây: 10nghìn đồng

Các loại rau thơm, giềng, tỏi, gừng: 10nghìn đồng.

Tổng: 125nghìn đồng.