|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Trường: THCS Lê Hồng Phong  Tổ: Tự nhiên | Tuần:18  Tiết PPCT:18 | Ngày soạn:  Ngày dạy: |

**KIỂM TRA CUỐI HỌC KÌ I**

1. **Mục tiêu**.

* Để HS thấy được việc làm bài của mình

### Dạt được kiến thức nào, kiến thức chưa đạt rút kinh nghiệm

1. **Sữa bài kiểm tra.**

|  |  |
| --- | --- |
| TRƯỜNG THCS LÊ HỒNG PHONG ĐỀ CHÍNH THỨC *(Đề kiểm tra có 01 trang)* | ĐỀ KIỂM TRA CUỐI HK1, NĂM HỌC 2021-2022  **MÔN: CÔNG NGHỆ 6**  *Thời gian làm bài: 45 phút (Không kể thời gian phát đề)* |

**MÃ ĐỀ: 001**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Họ tên: | Lớp: | SBD: | Số tờ: (Bằng chữ: ) |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **ĐIỂM SỐ** | **ĐIỂM CHỮ** | **Giám thị 1** (*Ký, ghi họ tên*):  **Giám thị 2** (*Ký, ghi họ tên*): |

***Thí sinh làm bài trên giấy kiểm tra***

**PHẦN TRẮC NGHIỆM** (*3,0 điểm*).

Lựa chọn và khoanh tròn vào đáp án đúng nhất A, B, C hoặc D

**Câu 1.** Nhóm thực phẩm nào dưới đây bao gồm những thực phẩm giàu chất đạm?

A. Mực, cá quả (cá lóc, cá chuối), dầu ăn, gạo. B. Thịt bò, trứng gà, sữa bò, cua.

C. Tôm tươi, mì gói, khoai lang, mỡ lợn. D. Bún tươi, cá trê, trứng cút, dầu dừa.

**Câu 2.** Bảo quản thực phẩm giúp:

A. Làm thực phẩm trở nên dễ tiêu hóa.

B. Làm tăng tính đa dạng của thực phẩm.

C. Tạo sự thuận tiện cho việc chế biến thực phẩm thành nhiêu món ăn khác nhau.

D. Ngăn chặn sự xâm nhập và phát triển của vi sinh vật gây hại

**Câu 3.** Chúng ta có thể thay thế thịt lợn trong bữa ăn bằng thực phẩm nào dưới đây?

A. Tôm tươi B. Khoai tây

C. Cả rốt D. Cả a, b, c đều đúng

**Câu 4.** Bảo quản thực phẩm có vai trò gì?

A. Giúp thực phẩm tăng dinh dưỡng B. Hạn chế sử dụng.

C. Làm chậm quá trình thực phẩm bị hư hỏng D. Để món ăn thêm ngon.

**Câu 5.** Bữa ăn hợp lí là bữa ăn?

A. Đắt tiền

B. Cung cấp đủ năng lượng cho cơ thể hoạt động

C. Cung cấp vừa đủ cho nhu cầu của cơ thể về năng lượng và chất dinh dưỡng

D. Có nhiều loại thức ăn

**Câu 6.** Khoảng cách giữa các bữa ăn là:

A. 3 đến 5 giờ B. 4 đến 6 giờ

C. 4 đến 5 giờ D. 5 đến 6 giờ

**PHẦN TỰ LUẬN** (*7,0 điểm*)

**Câu 1** (*2,0 điểm*) Vì sao chúng ta phải sử dụng tiết kiệm năng lượng? Gia đình em đã thực hiện các biện pháp tiết kiệm năng lượng nào?

**Câu 2** (*2,0 điểm*) Chế độ ăn uống khoa học cần đảm bảo những những yêu cầu nào?

**Câu 3:** *(2,0 điểm)* Hãy cho biết vai trò của mỗi nhóm thực phẩm chính đối với sức khỏe con người?

**Câu 4** (*1,0 điểm*) Em hãy tự đánh giá mức độ dinh dưỡng trong bữa ăn hàng ngày của gia đình mình và nêu cách khắc phục nếu chưa hợp lí.

Hết./.

(*Thí sinh không được sử dụng tài liệu. Cán bộ coi thi không giải thích gì thêm*)

# 2. Đáp án

|  |  |
| --- | --- |
| PHÒNG GD&ĐT HUYỆN CÔN ĐẢO  **TRƯỜNG THCS LÊ HỒNG PHONG** | **HƯỚNG DẪN CHẤM CUỐI HK I – CÔNG NGHỆ 6**  **NĂM HỌC 2021-2022**  (*Thời gian làm bài: 45 phút không kể thời gian phát đề)* |

**ĐỀ CHÍNH THỨC**

**MÃ ĐỀ: 001**

*(Đề kiểm tra có 01 trang)*

**I. TRẮC NGHIỆM:(3,0điểm) Mỗi câu đúng 0,25 đ**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Câu** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** |
| **Đáp án** | B | D | A | C | C | C |

**II. TỰ LUẬN:( 7.0 điểm)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Câu** | **Yêu cầu cần đạt** | **Thang điểm** |
| **Câu 1** | **Vì sao chúng ta phải sử dụng tiết kiệm năng lượng? Gia đình em đã thực hiện các biện pháp tiết kiệm năng lượng nào?** | **2.0** |
|  | **\* Lí do sử dụng tiết kiệm năng lượng:**  Giảm chi phí, bảo vệ tài nguyên đồng thời góp phần bảo vệ ô nhiễm môi trường, bảo vệ sức khoẻ cho con người | 1.0 |
| **\*** **HS nêu được một số biện pháp tiết kiệm năng lượng trong gia đình.**  - Không bật điện khi không sử dụng  - Trời mát không bật điều hoà.  - Buổi sáng có ánh mặt trời không cần điện.  - Dùng nồi nhỏ khi sử dụng bếp gas, dùng kiềng chắn gió,.. | 0. 25  0.25  0.25  0.25 |
| **Câu 2** | **Chế độ ăn uống khoa học cần đảm bảo những những yêu cầu nào?** | **2.0** |
|  | **\* Chế độ ăn uống khoa học cần đảm bảo những yêu cầu**  - Xây dựng bữa ăn dinh dưỡng hợp lí: có đủ 4 nhóm thực phẩm chính với tỉ lệ thích hợp để cung cấp đầy đủ chất dinh dưỡng cần thiết cho nhu cầu của cơ thể.  - Phân chia số bữa ăn hợp lí: Có 3 bữa ăn chính, Ăn đúng bữa,… | 1.0  1.0 |
| **Câu 3** | **Hãy cho biết vai trò của mỗi nhóm thực phẩm chính đối với sức khỏe con người?** | **2.0** |
|  | **\* Vai trò của các nhóm thực phẩm là:**  - Nhóm thực phẩm giàu chất đạm (protein): có vai trò xây dựng, tạo ra các tế bào mới để thay thế những tế bào già chết đi, giúp cơ thế sinh trưởng và phát triển.  - Nhóm thực phẩm giàu chất đường, bột (glucid): nguồn cung cấp năng lượng chủ yếu cho mọi hoạt động của cơ thể.  - Nhóm thực phẩm giàu chất béo (lipid): góp phần cung cấp năng lượng, giúp bảo vệ cơ thể và chuyển hóa một số vitamin cần thiết.  - Nhóm thực phẩm giàu chất khoáng và vitamin: tăng sức đề kháng của cơ thể, giúp cơ thể khỏe mạnh để chống lại bệnh tật. | 0.5  0.5  0.5  0.5 |
| **Câu 4** | **Em hãy tự đánh giá mức độ dinh dưỡng trong bữa ăn hàng ngày của gia đình mình và nêu cách khắc phục nếu chưa hợp lí.** | **1.0** |
|  | **\*HS tự đánh giá**  Mức độ dinh dưỡng trong bữa ăn hằng ngày của em đầy đủ 3 bữa chính: sáng, trưa chiều, tối. HS tự trả lời (Em cần phải ít ăn vặt và uống nhiều nước hơn để có chế độ ăn uống khoa học…) | 1.0 |
| **TỔNG** | | **10.0** |