

## ĐỀ 6

### I. ĐỌC HIỂU (4,0 điểm)

#### Câu 1.

- Đọc kĩ đoạn trích: Nội dung cung cấp thông tin, đưa ra nhận định về “sống cân bằng” trong kỉ nguyên số, kết hợp quan điểm (gắn với nghị luận ngắn).
- Có thể trả lời: **Phong cách ngôn ngữ chính luận**

#### Câu 2.

- Chọn ngay các ý trong đoạn: “Dòng chảy thông tin dồn dập”, “online quá nhiều”, “mạng xã hội tràn lan” → Gây áp lực tinh thần, căng thẳng.
- Trình bày súc tích:
  - Đoạn trích nói về “chính dòng chảy thông tin dồn dập ấy” làm con người “kiệt sức, lo âu”.

#### Câu 3.

- Những ý cốt lõi cần đề cập:
  1. Công nghệ giúp kết nối nhanh chóng.
  2. Nhưng thông tin dồn dập gây áp lực, căng thẳng.
  3. Khuyến nghị: Mỗi người phải **sống cân bằng**, thiết lập “ranh giới rõ ràng”, trân trọng tương tác đời thực.

**Ví dụ** (khoảng 3–4 dòng): Đoạn trích nêu lên thực tế con người được lợi ích lớn từ kĩ thuật số nhưng cũng đối mặt kiệt sức, căng thẳng vì dòng thông tin dồn dập. Tác giả khuyên mỗi người nên giữ thế cân bằng, đặt ra giới hạn và trân trọng những tương tác trong đời sống thực.

#### Câu 4.

- Có thể chọn: **liệt kê** (liệt kê những trạng thái căng thẳng: “kiệt sức, mất tập trung, lo âu”), hoặc **đối lập** (lợi ích – nguy cơ).
- Phân tích trong 2–3 câu:
  - Tác dụng: Nhấn mạnh mối quan hệ 2 mặt giữa lợi ích & thách thức của công nghệ, hoặc làm nổi bật mức độ nghiêm trọng của tình trạng “kiệt sức, lo âu”.

**Ví dụ:** Đoạn trích sử dụng liệt kê liên tiếp: “kiệt sức, mất tập trung, thậm chí căng thẳng, lo âu...”. Nhờ đó, người đọc cảm nhận rõ hệ lụy mà thế giới ảo có thể gây ra, cũng như tầm quan trọng của việc cân bằng giữa “ảo” và “thật”.

#### Câu 5.

- Học sinh tự do nêu ý kiến, nhưng đảm bảo:
  1. Nhận thức vai trò của công nghệ (hữu ích),
  2. Tuy nhiên cần kiểm soát thời gian và cách sử dụng,
  3. Ưu tiên những tương tác trực tiếp, nuôi dưỡng đời sống tinh thần lành mạnh.

**Ví dụ** (5–7 dòng): Trong thời đại số, chúng ta không thể phủ nhận sự tiện lợi do công nghệ mang lại, song điều đó không đồng nghĩa với việc phụ thuộc hoàn toàn vào thế giới ảo. Mỗi người nên tự đặt giới hạn thời gian trực tuyến, sắp xếp công việc hợp lý và dành không gian cho những mối quan hệ

thật, các hoạt động ngoài trời. Chỉ khi cân bằng giữa hai thế giới, chúng ta mới thực sự tận hưởng cả tiện ích công nghệ lẫn những giá trị sâu sắc của cuộc sống đời thực.

## II. VIẾT (6,0 điểm)

### Câu 1.

1. **Mở đoạn** (1 – 2 câu):
  - Xác định chủ đề: Công nghệ kỹ thuật số → lợi ích cho cuộc sống con người.
2. **Thân đoạn** (4 – 6 câu):
  - Nêu **các lợi ích cụ thể**:
    - Kết nối thông tin toàn cầu: học trực tuyến, làm việc từ xa, thương mại điện tử...
    - Hỗ trợ nghiên cứu, lưu trữ dữ liệu, sáng tạo nội dung (video, blog, podcast...).
    - Giúp tiết kiệm thời gian, mở rộng cơ hội (kinh doanh, du lịch, quan hệ quốc tế...).
  - Có thể đưa **ví dụ** thực tế: Học sinh ở vùng sâu tiếp cận giáo dục trực tuyến, người khuyết tật dùng thiết bị hỗ trợ...
3. **Kết đoạn** (1 – 2 câu):
  - Nhấn mạnh: Công nghệ kỹ thuật số mang lại bước tiến lớn, tạo thuận lợi cho cuộc sống, nhưng vẫn cần sử dụng thông minh và có trách nhiệm.

### Chú ý:

- Giữ dung lượng ~200 chữ.
- Triển khai mạch lạc, nêu dẫn chứng sát thực tế.

### Câu 2.

1. **Mở bài** (2 – 3 câu):
  - Giới thiệu vấn đề: Thời đại số mang nhiều cơ hội nhưng cũng đặt ra thách thức lớn: con người dễ “nghiện” thế giới ảo, quên mất tương tác thật.
2. **Thân bài**
  - **a) Giải thích/Thực trạng**:
    - “Thế giới ảo” là gì? Là không gian mạng (MXH, game online...).
    - Biểu hiện: Ngày càng nhiều người dán mắt vào màn hình, bỏ qua các hoạt động thể chất, gia đình...
  - **b) Hệ quả/Thách thức**:
    - Giảm chất lượng công việc/học tập (mất tập trung, trì hoãn).
    - Ảnh hưởng tâm lý: Stress, lo âu, “so sánh ảo” khiến tự ti...
    - Suy giảm tương tác thật, lối sống thiếu gắn kết.
  - **c) Phân tích nguyên nhân**:
    - Ma lực “giải trí nhanh” từ mạng xã hội, game, video ngắn.
    - Chưa có kỹ năng quản lý thời gian, chưa ý thức được tác hại.
  - **d) Giải pháp**:

- **Cá nhân:** Đặt giới hạn thời gian online, ưu tiên gặp gỡ bạn bè, gia đình, tham gia hoạt động cộng đồng.
  - **Nhà trường, gia đình:** Giáo dục về “an toàn số”, hướng dẫn trẻ cân bằng.
  - **Xã hội:** Tạo phong trào sống lành mạnh, phát triển công cụ quản lý “digital well-being”.
  - **e) Phản biện/Mở rộng:**
    - Không phủ nhận giá trị to lớn của công nghệ.
    - Vấn đề là cách sử dụng, cần chủ động “làm chủ” thay vì “bị công nghệ dẫn dắt”.
3. **Kết bài** (2 – 3 câu):
- Khẳng định: Cân bằng giữa “ảo” và “thật” là chìa khóa giúp con người tận dụng lợi ích kỹ thuật số mà vẫn duy trì đời sống tinh thần khỏe mạnh.
  - Kêu gọi ý thức và trách nhiệm chung.

**Chú ý:**

- Đảm bảo **khoảng 600 chữ** (±).
- Lập luận chặt chẽ, có dẫn chứng (xu hướng, hiện tượng, tấm gương...).
- Thể hiện **quan điểm** rõ ràng, ngôn ngữ mạch lạc.