

**Tuần 28,29**  
**Tiết 21,22**

Ngày soạn: 25/3/2024

## **Bài 14: MỘT SỐ LƯƠNG THỰC – THỰC PHẨM**

### **I. MỤC TIÊU**

#### **1. Về kiến thức**

- Trình bày được tính chất và ứng dụng của một số lương thực thực phẩm thường sử dụng trong đời sống hằng ngày.
- Đề xuất được phương án tìm hiểu tính chất của một số lương thực - thực phẩm.
- Thu thập dữ liệu, phân tích, thảo luận, so sánh để rút ra được kết luận về tính chất của một số lương thực thực phẩm.

#### **2. Về năng lực**

##### **a. Năng lực chung**

- + Năng lực tự chủ và tự học: chủ động, tự tìm hiểu về tính chất và ứng dụng của một số lương thực – thực phẩm thông qua SGK và các nguồn học liệu khác.
- + Giao tiếp và hợp tác: Hoạt động nhóm một cách hiệu quả theo đúng yêu cầu của GV trong khi thảo luận về lương thực - thực phẩm, đảm bảo các thành viên trong nhóm đều được tham gia và trình bày báo cáo;
- + Giải quyết vấn đề và sáng tạo: Giải quyết các vấn đề kịp thời với các thành viên trong nhóm để thảo luận hiệu quả và hoàn thành các phương án tìm hiểu tính chất, ứng dụng của một số lương thực - thực phẩm.

##### **b. Năng lực khoa học tự nhiên**

- + Nhận thức khoa học tự nhiên: Trình bày được tính chất và ứng dụng của một số lương thực – thực phẩm thường dùng trong đời sống hằng ngày.
- + Tìm hiểu tự nhiên: Đề xuất được phương án tìm hiểu về một số tính chất của một số lương thực – thực phẩm; Thu thập dữ liệu, phân tích, thảo luận, so sánh để rút ra được kết luận về tính chất của một số lương thực – thực phẩm
- + Vận dụng kiến thức, kĩ năng đã học: Biết cách sử dụng một số lương thực – thực phẩm an toàn, hiệu quả và bảo đảm sự phát triển bền vững.

#### **3. Về phẩm chất**

- Tham gia tích cực các hoạt động nhóm phù hợp với khả năng của bản thân;
- Có ý thức trong việc sử dụng một số lương thực – thực phẩm an toàn, hiệu quả và đảm bảo sự phát triển bền vững;
- Có niềm say mê, hứng thú với việc khám phá và học tập khoa học tự nhiên.

### **II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

#### **1. Giáo viên**

- Kế hoạch bài dạy.
- Ti vi hoặc máy chiếu.
- Học liệu: SGK, bài giảng điện tử, phiếu học tập
- Một số tranh, ảnh về lương thực – thực phẩm: gạo, ngô, khoai lang, sắn...

#### **2. Học sinh:**

- Vở ghi, sách giáo khoa, dụng cụ học tập.

### **III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC.**

**1. Hoạt động 1: Mở đầu****a) Mục tiêu**

Tăng hứng thú học tập, tìm hiểu kiến thức.

**b) Nội dung**

- Học sinh thực hiện theo cặp đôi trả lời câu hỏi.
- Câu hỏi: Phân loại nhóm lương thực, thực phẩm .

**c) Sản phẩm**

Đáp án (Câu trả lời của HS)

<b>Nhóm lương thực</b>	<b>Nhóm thực phẩm</b>
Lúa, khoai lang, ngô, khoai tây	Trứng gà, rau muống, thịt bò

**d) Tổ chức thực hiện**

*\*Chuyển giao nhiệm vụ:*

Cặp đôi nào phân loại nhanh và đúng nhất sẽ nhận phần thưởng.

*\*Thực hiện nhiệm vụ:*

- HS hoạt động cặp đôi quan sát hình ảnh, phân loại lương thực – thực phẩm vào phiếu học tập



Nhóm lương thực	Nhóm thực phẩm
.....	.....

**\*Báo cáo, thảo luận**

- HS báo cáo kết quả
- HS khác nhận xét, bổ sung

**\*Kết luận, nhận định**

GV nhận xét, tuyên dương ý thức học tập của HS. Để kiểm tra kết quả này chúng ta cùng tìm hiểu bài học hôm nay, Bài 14: Một số lương thực – thực phẩm

**2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới**

**\* Hoạt động 2.1: Tìm hiểu một số lương thực phổ biến**

**a) Mục tiêu**

- Giúp học sinh nhận biết và kể tên được một số loại lương thực ở Việt Nam.
- Trình bày được tính chất và ứng dụng của một số lương thực, thực phẩm thông dụng trong cuộc sống và sản xuất.

**b) Nội dung**

- Lương thực là thức ăn chứa hàm lượng lớn tinh bột, nguồn cung cấp chính về năng lượng và chất bột carbohydrate trong khẩu phần thức ăn. Ngoài ra, lương thực chứa nhiều dưỡng chất khác như: protein (Chất đạm), lipit (Chất béo), calcium, phosphorus, sắt, các vitamin nhóm B (Như B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, ...) và các khoáng chất.

- Dựa vào t/c và ứng dụng khác nhau của mỗi loại lương thực mà người ta chế biến thành nhiều sản phẩm ẩm thực có giá trị dinh dưỡng.

### c) Sản phẩm

Câu trả lời của HS

	<b>Gạo</b>	<b>Ngô</b>	<b>Khoai lang</b>	<b>Sắn</b>
Trạng thái	Hạt	Hạt	Củ	Củ
Tính chất	Đẻo	Đẻo	Đẻo bùi	Đẻo bùi
Ứng dụng	Nấu cơm, làm bột chế biến các loại bánh, lên men sản xuất rượu,...	Luộc, làm bột chế biến các loại bánh, lên men sản xuất rượu, làm thức ăn cho gia súc, gia cầm, ...	Luộc, làm bột chế biến các loại bánh, làm thức ăn cho gia súc, gia cầm,...	Luộc, làm bột chế biến các loại bánh, lên men sản xuất rượu, làm thức ăn cho gia súc, gia cầm,...

### d) Tổ chức thực hiện

#### \* *Chuyên giao nhiệm vụ*

- HS quan sát hình 14.1 để kể tên các loại lương thực phổ biến ở Việt Nam và nêu khái niệm lương thực.
- HS đọc thông tin SGK trang 69 để giải thích vì sao người châu Âu hay ăn bột mì thay cho gạo như người châu Á.
- HS quan sát mẫu vật và hoàn thành bảng 14.1
- HS quan sát hình 14.2, 14.3, 14.4 để nhận biết được thực phẩm hằng ngày, biết được dấu hiệu thực phẩm khi bị hư hại.

#### \* *Thực hiện nhiệm vụ*

HS hoạt động cặp đôi quan sát hình ảnh, trả lời câu hỏi

#### \* *Báo cáo thảo luận*

HS báo cáo kết quả thảo luận, HS khác nhận xét, bổ sung.

**\*Kết luận, nhận định**

GV nhận xét, chốt kiến thức

- Lương thực là thức ăn chứa hàm lượng lớn tinh bột, nguồn cung cấp chính về năng lượng và chất bột carbohydrate trong khẩu phần thức ăn. Ngoài ra, lương thực chứa nhiều dưỡng chất khác như: protein (Chất đạm), lipid (Chất béo), calcium, phosphorus, sắt, các vitamin nhóm B (Như B<sub>1</sub>, B<sub>2</sub>, ...) và các khoáng chất.

- Trên bao bì vỏ hộp các loại thực phẩm thường ghi hạn sử dụng vì để biết được thời gian sử dụng sản phẩm tốt nhất, tránh sử dụng sản phẩm bị ôi thiu, bảo quản sản phẩm hiệu quả.

- Thực phẩm bị hỏng có dấu hiệu: bị biến đổi màu sắc, mùi vị, xuất hiện nấm mốc,

- Khi bị ngộ độc thực phẩm:

+ Gây nôn

+ Uống nhiều nước, nghỉ ngơi

+ Gọi cấp cứu và đi đến cơ sở y tế gần nhất

**\* Hoạt động 2.2: Tìm hiểu một số thực phẩm phổ biến****a) Mục tiêu**

Giúp Hs biết được một số thực phẩm phổ biến ở nước ta

**b) Nội dung**

HS hoạt động nhóm quan sát hình ảnh, hoàn thành phiếu học tập

**c) Sản phẩm**

Câu trả lời của học sinh

**d) Tổ chức thực hiện****\* Chuyển giao nhiệm vụ**

GV trình chiếu các hình ảnh, yêu cầu HS hoạt động nhóm

**\*Thực hiện nhiệm vụ**

HS hoạt động nhóm hoàn thành phiếu học tập

**\*Báo cáo thảo luận**

HS báo cáo kết quả thảo luận,

**\*Kết luận, nhận định**

Gv nhận xét, chốt kiến thức

Thực phẩm (thức ăn) là sản phẩm chứa chất bột (carbohydrate), chất béo (lipid), chất đạm (protein), .... mà con người có thể ăn hay uống được nhằm cung cấp các chất dinh dưỡng cho cơ thể.

Thực phẩm có thể bị biến đổi tính chất (mùi sắc, mùi vị, giá trị dinh dưỡng,...) khi để lâu ngoài không khí, khi trộn lẫn các loại thực phẩm với nhau hoặc bảo quản không đúng cách.

**3. Hoạt động 3: Luyện tập****a) Mục tiêu**

Giúp Hs lựa chọn được lương thực – thực phẩm ăn toàn

**b) Nội dung**

HS vận dụng kiến thức trả lời câu hỏi cần chú ý điều gì để lựa chọn lương thực – thực phẩm an toàn.

**c) Sản phẩm**

Chọn lương thực thực phẩm còn hạn sử dụng, có nguồn gốc rõ ràng, tươi mới, được giết mổ đúng tiêu chuẩn;

Chế biến thực phẩm an toàn, sạch sẽ, kĩ lưỡng.

Bảo quản thức ăn chín đúng cách và đun kĩ lại trước khi ăn;

Sử dụng nước sạch trong ăn uống; giữ vệ sinh cá nhân sạch sẽ; giữ vệ sinh môi trường.

**d) Tổ chức thực hiện**

*\*Chuyển giao nhiệm vụ:*

GV yêu cầu HS vận dụng kiến thức liệt kê những điều cần chú ý để lựa chọn lương thực – thực phẩm an toàn?

*\*Thực hiện nhiệm vụ:*

- HS nhận nhiệm vụ.

- HS liệt kê ra giấy.

*\*Báo cáo kết quả*

- GV mời đại diện 1 – 2 HS trình bày ý kiến.

- HS được chọn trình bày kết quả

- HS khác nhận xét trình bày của bạn .

*\*Kết luận nhận định*

- GV chốt kiến thức

- GV tổng kết lại kiến thức trọng tâm của bài.

- HS ghi kết luận vào vở

**4. Hoạt động 4: Vận dụng****a) Mục tiêu**

HS thiết kế được poster tuyên truyền giữ vệ sinh an toàn thực phẩm cho gia đình.

**b) Nội dung**

- HS thiết kế và báo cáo poster

**c) Sản phẩm**

- Poster của học sinh

**d) Tổ chức thực hiện**

*\*Chuyển giao nhiệm vụ:*

GV chia lớp thành 4 nhóm yêu cầu HS vận dụng kiến thức thiết kế poster tuyên truyền giữ vệ sinh an toàn thực phẩm.

- HS nhận nhiệm vụ.

*\*Thực hiện nhiệm vụ*

Giáo viên quan sát HS thực hiện, hướng dẫn khi cần thiết.

*\*Báo cáo kết quả thảo luận*

- GV mời các nhóm trình bày poster.

- GV tổ chức cho HS đánh giá hoạt động và poster của các nhóm.

*\*Kết luận nhận định*

- GV nhận xét, cho điểm.

- HS lắng nghe, rút kinh nghiệm.

**IV. PHỤ LỤC**

**PHIẾU HỌC TẬP**

**Câu hỏi:**

1. Kể tên một số loại thực phẩm gia đình em hay sử dụng?
2. Tại sao trên bao bì và vỏ hộp các loại thực phẩm thường ghi hạn sử dụng?
3. Nêu một số dấu hiệu nhận biết thực phẩm bị hỏng?
4. Để sử dụng lương thực – thực phẩm an toàn em cần chú ý điều gì?

**Trả lời:**

1.

2.

3.

4.