

PHIẾU HƯỚNG DẪN HỌC SINH TIẾT TỰ HỌC - Tuần 8

Môn: KHOA HỌC TỰ NHIÊN 6

Hoạt động 1: Thực hiện các yêu cầu (*Đọc sách giáo khoa, xem video bài giảng và điền từ thích hợp vào chỗ trống*)

Lưu ý: Hoàn thành nội dung bài 14 dưới đây và viết vào vở bài học.

BÀI 14: MỘT SỐ LƯƠNG THỰC - THỰC PHẨM

1. Một số lương thực phổ biến

- Carbohydrate là tên gọi chung của nhóm chất chứa tinh bột, đường và chất xơ
- **Lương thực** là thức ăn chứa hàm lượng lớn, nguồn cung cấp và chất bột carbohydrate

VD: (*Kể tên một số lương thực ở Việt Nam, và một số nước khác mà em biết*).....

- Khi tiêu hóa, tinh bột chuyển hóa thành đường rồi thành nước, khí carbon dioxide và giải phóng năng lượng

2. Một số thực phẩm phổ biến

a. Thực phẩm

Thực phẩm là sản phẩm chứa: chất bột carbohydrat, (chất béo), (chất đạm) hoặc nhằm cung cấp cho cơ thể

b. Bảo quản thực phẩm

- Thực phẩm dễ bị biến đổi tính chất khi có tác động từ bên ngoài và nếu không được bảo quản đúng cách

(*cho 4 VD về thực phẩm bị biến đổi tính chất*).....

- Cách bảo quản thực phẩm:

.....
.....

Hoạt động 2: Kiểm tra, đánh giá quá trình tự học

Lưu ý: Hoàn thành nội dung dưới đây vào vở bài tập.

1. Nhận biết

Câu 1: Lứa tuổi từ 11-15 là lứa tuổi có sự phát triển nhanh chóng về chiều cao. Chất quan trọng nhất cho sự phát triển của xương là:

- | | |
|----------------|------------|
| A. Carbohydrat | C. Protein |
| B. Calcium | D. Lipit |

Câu 2: Cây trồng nào sau đây không được xem là lương thực?

- | | |
|------------|-----------|
| A. Lúa gạo | C. Ngô |
| B. Mía | D. Lúa mì |

Câu 3: Trong các thực phẩm dưới đây, loại nào chứa nhiều protein (chất đạm) nhất?

- | | |
|---------|--------------------|
| A. Gạo | C. Rau xanh |
| B. Thịt | D. Gạo và rau xanh |

2. Hiểu

Câu 4: Khẩu phần ăn có ảnh hưởng rất lớn đến sức khỏe và sự phát triển của cơ thể con người. Hãy cho biết khẩu phần ăn đầy đủ phải bao gồm những chất dinh dưỡng nào?

Câu 5: Quan sát hình ảnh và trả lời câu hỏi:

- Kể tên lương thực có trong hình
- Thực phẩm nào có nguồn gốc từ thực vật? Thực phẩm nào có nguồn gốc từ động vật



Ghi chép lại các câu hỏi thắc mắc, các trở ngại khi thực hiện các nhiệm vụ học tập.

Trường:

Lớp:

Họ tên học sinh:

Nội dung học tập	Câu hỏi của học sinh
Hoạt động 1	
Hoạt động 2	