|  |  |
| --- | --- |
| **TRƯỜNG THCS GIA QUẤT**  **Năm học: 2023 - 2024** | **NỘI DUNG ÔN TẬP HỌC KÌ I**  **MÔN: CÔNG NGHỆ 6** |

**I. Nội dung:** Ôn nội dung kiến thức từ bài 4 đến bài 7.

**II. Hình thức kiểm tra:** 50% trắc nghiệm (20 câu) + 50% tự luận.

**III. Một số câu hỏi và bài tập tham khảo**

**1. Trắc nghiệm**

**Câu 1:** Những thực phẩm nào sau đây không cần phải bảo quản lạnh

A. Đậu đỗ, gạo B. Thịt, cá C. Sữa chua, kem tươi D. Rau, củ, quả

**Câu 2:** Vai trò của nhóm thực phẩm giàu chất béo là:

A. Cung cấp năng lượng.B. Tạo ra tế bào mới.

C. Tăng sức đề kháng. D. Bảo vệ cơ thể.

**Câu 3:** Nhóm thực phẩm giúp cho sự phát triển của xương, hoạt động của cơ bắp, cấu tạo hồng cầu:

A. Nhóm thực phẩm giàu chất béo. B. Nhóm thực phẩm giàu vitamin .

C. Nhóm thực phẩm giàu chất đạm. D. Nhóm thực phẩm giàu chất khoáng.

**Câu 4:** Món ăn nào dưới đây được chế biến bằng phương pháp không sử dụng nhiệt?

A. Súp gà. B. Trứng luộc. C. Rau cải xào. D. Salat hoa quả.

**Câu 5:** Dựa vào tiêu chí phân loại nào để phân loại trang phục thành trang phục nam, trang phục nữ?

A. Theo lứa tuổi. B. Theo giới tính. C. Theo công dụng. D. Theo thời tiết.

**Câu 6:** Các thực phẩm nào thuộc nhóm thực phẩm giàu chất đạm?

A. Cá, trứng, ngô. B. Cá, trứng, sữa.

C. Trứng, đậu, khoai. D. Tôm, gạo tẻ, mỡ lợn.

**Câu 7:** Rau, quả sau khi mua về chưa sử dụng ngay nên

A. bảo quản ở nhiệt độ thường. B. bảo quản trong ngăn mát tủ lạnh.

C. bảo quản ở nhiệt độ cao. D. cất vào trong hộp kín.

**Câu 8:** Nhóm thực phẩm là nguồn cung cấp chất đường bột là

A. Mỡ, bơ, dầu đậu nành. B. Bắp cải, cà rốt, táo, cam.

C. Thịt, trứng, sữa. D. Gạo, ngô, khoai.

**Câu 9:** Phương pháp làm khô thường được dung để bảo quản thực phẩm

A. rau xanh. B. nông sản và thuỷ - hải sản. C. hoa. D. dứa.

**Câu 10:** Bảo quản thực phẩm trong khoảng nhiệt độ từ 1 đến 7 là

A. làm khô. B. đông lạnh. C. làm lạnh. D. ướp.

**2. Tự luận**

**Câu 1:** Hoàn thành bảng sau:

|  |  |
| --- | --- |
| **Tên thực phẩm** | **Phương pháp bảo quản thực phẩm** |
| Thịt bò |  |
| Tôm tươi |  |
| Rau cải |  |
| Quả chuối |  |
| Trứng gà |  |
| Sữa tươi |  |

**Câu 2:** Em hãy nêu vai trò của thực phẩm đối với cơ thể con người?

**Câu 3:** Kể tên các phương pháp bảo quản thực phẩm.

**Câu 4:** Kể tên các phương pháp chế biến thực phẩm có sử dụng nhiệt? Nêu ưu điểm và hạn chế của các phương pháp?

**Câu 5:** Kể tênmột số biện pháp đảm bảo vệ sinh thực phẩm trong quá trình bảo quản và chế biến thực phẩm ở gia đình em?

**Câu 6:** Vận dụng kiến thức đã học, em hãy lựa chọn và nêu quy trình chế biến một món ăn?

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **BAN GIÁM HIỆU**  **Phạm Thị Thanh Bình** | **TỔ CHUYÊN MÔN**  **Nguyễn Thị Vân Anh** | **NHÓM CHUYÊN MÔN**  **Nguyễn Thị Huyền** |

|  |  |
| --- | --- |
| **TRƯỜNG THCS GIA QUẤT**  **NĂM HỌC 2023 - 2024** | **GỢI Ý ĐÁP ÁN**  **ĐỀ CƯƠNG ÔN TẬP HỌC KÌ I**  **MÔN: CÔNG NGHỆ 6** |

**III. Một số câu hỏi và bài tập tham khảo**

**2. Tự luận**

**Câu 1:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Tên thực phẩm** | **Phương pháp bảo quản thực phẩm** |
| Thịt bò | Đông lạnh, sấy khô. |
| Tôm tươi | Đông lạnh, phơi khô. |
| Rau cải | Làm lạnh. |
| Quả chuối | Làm lạnh. |
| Trứng gà | Làm lạnh. |
| Sữa tươi | Làm lạnh, đông lạnh. |

**Câu 2:**

**1. Nhóm thực phẩm cung cấp chất tinh bột, chất đường và chất xơ**

- Nguồn gốc: ngũ cốc, bánh mì, khoai, sữa, mật ong, trái cây chín, rau xanh .

- Chức năng: nguồn cung cấp năng lượng chủ yếu cho mọi hoạt động của cơ thể. Chất xơ hỗ trợ cho hệ tiêu hóa.

**2. Nhóm thực phẩm cung cấp chất đạm**

- Nguồn gốc: thịt nạc, cá, tôm, trứng, sữa, các loại đậu, hạt điều.

- Chức năng: là thành phần dinh dưỡng để cấu thành cơ thể và giúp cơ thể phát triển tốt.

**3. Nhóm thực phẩm cung cấp chất béo**

- Nguồn gốc: mỡ động vật, dầu thực vật, bơ

- Chức năng: 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.

**4. Nhóm thực phẩm cung cấp vitamin**

- Nguồn gốc: hầu hết trong các thực phẩm.

- Vitamin có vai trò tăng cường hệ miễn dịch, tham gia vào quá trình chuyển hóa các chất giúp cơ thể khỏe mạnh.

**5. Nhóm thực phẩm cung cấp chất khoáng**

- Nguồn gốc: thịt, cá,…

- Chất khoáng giúp cho sự phát triển của xương, hoạt động của cơ bắp, cấu tạo hồng cầu, …

**Câu 3:** Các phương pháp bảo quản thực phẩm là làm lạnh, đông lạnh, làm khô và ướp.

**Câu 4:** Các phương pháp chế biến thực phẩm có sử dụng nhiệt

**a. Luộc**

- Khái niệm: Luộc là phương pháp làm chín thực phẩm trong nước, được dùng để chế biến các loại thực phẩm như: thịt, trứng, hải sản, rau, củ,...

- Ưu điểm: phù hợp chế biến nhiều loại thực phẩm, đơn giản và dễ thực hiện.

- Hạn chế: một số loại vitamin trong thực

phẩm có thể bị hoà tan trong nước.

**b. Kho**

- Khái niệm: Kho là làm chín thực phẩm trong lượng nước vừa phải với vị mặn đậm đà, được dùng để chế biến các loại thực phẩm như: cá, thịt, củ cải,...

- Ưu điểm: món ăn mềm, có hương vị đậm đà.

- Hạn chế: thời gian chế biến lâu.

**c. Nướng**

- Khái niệm: Nướng là làm chín thực phẩm bằng sức nóng trực tiếp của nguồn nhiệt, được dùng để chế biến các loại thực phẩm như: thịt, cá, khoai lang, khoai tây

- Ưu điểm: món ăn có hương vị hấp dẫn.

- Hạn chế: thực phẩm dễ bị cháy, gây

biển chất.

**d. Rán (chiên)**

- Khái niệm: Rán là làm chín thực phẩm trong chất béo ở nhiệt độ cao, được dùng để chế biến các loại thực phẩm như: thịt gà, cá, khoai tây, ngô

- Ưu điểm: món ăn có độ giòn, độ ngậy.

- Hạn chế: món ăn nhiều chất béo.

**Câu 5:** Một số biện pháp đảm bảo vệ sinh thực phẩm trong quá trình bảo quản và chế biến thực phẩm ở gia đình em là

- Lựa chọn thực phẩm an toàn.

- Giữ vệ sinh cá nhân khi tham gia sơ chế, chế biến  thực phẩm.

- Nấu chín thức ăn.

- Che đậy thực phẩm để tránh côn trùng và các động vật khác.

- Sử dụng nguồn nước sạch an toàn.

- Giữ sạch các bề mặt chế biến thức ăn như bát đĩa.

**Câu 6:** Lựa chọn một món ăn và nêu quy trình chế biến.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **BAN GIÁM HIỆU**  **Phạm Thị Thanh Bình** | **TỔ CHUYÊN MÔN**  **Nguyễn Thị Vân Anh** | **NHÓM CHUYÊN MÔN**  **Nguyễn Thị Huyền** |