

I/ Nội dung

1. Ngôi nhà thông minh
2. Thực phẩm và dinh dưỡng
3. Bảo quản và chế biến thực phẩm

II/Câu hỏi tham khảo

1/ Trắc nghiệm

Chọn phương án trả lời đúng nhất:

Câu 1: Bảo quản thực phẩm có vai trò gì?

- A. Làm chậm quá trình thực phẩm bị hư hỏng.
- B. Đảm bảo chất lượng và chất dinh dưỡng của thực phẩm trong thời gian dài.
- C. Làm chậm quá trình thực phẩm bị hư hỏng, kéo dài thời gian sử dụng mà vẫn được đảm bảo chất lượng và chất dinh dưỡng của thực phẩm.
- D. Ngăn chặn thực phẩm bị hư hỏng.

Câu 2: Chế biến thực phẩm có vai trò gì?

- A. Xử lý thực phẩm để tạo ra các món ăn.
- B. Xử lý thực phẩm để bảo quản thực phẩm.
- C. Tạo ra các món ăn đầy đủ chất dinh dưỡng, đa dạng và hấp dẫn.
- D. Xử lý thực phẩm để tạo ra các món ăn đầy đủ chất dinh dưỡng, đa dạng và hấp dẫn.

Câu 3: Biện pháp nào sau đây có tác dụng phòng tránh nhiễm độc thực phẩm?

- A. Không ăn những thức ăn nhiễm độc tố.
- B. Dùng thức ăn không có nguồn gốc rõ ràng.
- C. Sử dụng đồ hộp hết hạn sử dụng.
- D. Ăn khoai tây mọc mầm.

Câu 4: Trong những biện pháp sau, biện pháp nào đảm bảo an toàn vệ sinh thực phẩm?

- A. Sử dụng chung thớt để chế biến thực phẩm sống và thực phẩm chín trong cùng một thời điểm.
- B. Chỉ sử dụng thực phẩm đóng hộp có ghi rõ thông tin cơ sở sản xuất, thành phần dinh dưỡng, còn hạn sử dụng.
- C. Để lẫn thực phẩm sống và thực phẩm chín với nhau.
- D. Không che đậy thực phẩm sau khi nấu chín.

Câu 5: Phương pháp nào sau đây là phương pháp bảo quản thực phẩm?

- A. Làm lạnh và đông lạnh.
- B. Luộc và trộn hỗn hợp.
- C. Làm chín thực phẩm.
- D. Nướng và muối chua.

Câu 6: Nhóm phương pháp nào sau đây **không phải** là phương pháp chế biến thực phẩm?

- A. Ướp và phơi.
- B. Rang và nướng.
- C. Xào và muối chua.
- D. Rán và trộn dầu giấm.

Câu 7: Chất dinh dưỡng nào trong thực phẩm dễ bị hao tổn nhiều trong quá trình chế biến?

- A. Chất béo.
- B. Tinh bột.
- C. Vitamin.
- D. Chất đạm.

Câu 8: Tìm phát biểu **sai** về các biện pháp bảo quản thực phẩm.

- A. Rau, củ ăn sống nên rửa cả quả, gọt vỏ trước khi ăn.
- B. Rửa thịt sau khi đã cắt thành từng lát.
- C. Không để ruồi bọ đậu vào thịt, cá.
- D. Giữ thịt, cá ở nhiệt độ thích hợp để sử dụng lâu dài.

Câu 9: Đặc điểm của phương pháp chế biến thực phẩm không sử dụng nhiệt là

- A. dễ gây biến đổi các chất dinh dưỡng có trong thực phẩm.
- B. làm chín thực phẩm bằng nhiệt độ cao, trong thời gian thích hợp.
- C. gần như giữ nguyên được màu sắc, mùi vị, chất dinh dưỡng của thực phẩm.
- D. làm chín thực phẩm trong môi trường nhiều chất béo.

Câu 10: Chất béo có nhiều ở nhóm thực phẩm

- A. Mật ong, trái cây chín, rau xanh
- B. Thịt nạc, cá, tôm, trứng
- C. Mỡ động vật, mỡ thực vật, bơ
- D. Hoa quả tươi, trứng gà, cá

Câu 11: Trong các nhóm đồ ăn/thức uống sau đây, nhóm nào cung cấp nhiều vitamin nhất cho cơ thể?

- A. Thịt, trứng, sữa
- B. Dầu thực vật, nước ép hoa quả
- C. Hoa quả tươi, trứng gà, cá
- D. Rau, củ tươi, nước ép hoa quả

Câu 12: Tên các loại hạt thuộc nhóm ngũ cốc là?

- A. Kê, đậu, mạch nha, lúa nếp, lúa mì
- B. Đỗ, đậu, vừng, mè, mạch nha
- C. Kê, đậu, ngô, lúa nếp, lúa tẻ
- D. Vừng, kê, ngô, đỗ, mạch nha

Câu 13: Để rèn luyện thói quen ăn khoa học, nội dung nào sau đây không đúng?

- A. Ăn đúng bữa
- B. Uống đủ nước
- C. Ăn đúng cách
- D. Chỉ ăn những món mình thích

Câu 14: Điền từ còn thiếu vào chỗ “...”

“Thực phẩm rất đa dạng và phong phú, chúng là nguồn cung cấp các ... cho cơ thể, giúp con người phát triển cân đối và khỏe mạnh”.

- A. Chất đạm
- B. Chất tinh bột, chất đường
- C. Chất dinh dưỡng cần thiết
- D. Chất khoáng và vitamin

Câu 15: Suy dinh dưỡng có thể do nguyên nhân nào dưới đây?

- A. Cơ thể thiếu chất béo, vitamin và khoáng chất
- B. Cơ thể không được cung cấp đầy đủ chất béo và các khoáng chất

C. Cơ thể thiếu chất đạm và đường

D. Cơ thể không được cung cấp đầy đủ năng lượng và các chất dinh dưỡng khác

Câu 16: Thiết bị trong ngôi nhà thông minh được điều khiển từ xa bởi các thiết bị như

A. điện thoại thông minh, máy tính bảng có kết nối internet.

B. điện thoại, máy tính bảng không có kết nối Internet.

C. điều khiển, máy tính không có kết nối Internet.

D. điện thoại đời cũ, máy tính bảng có kết nối internet.

Câu 17: Thiết bị nào không phải nhóm hệ thống an ninh, an toàn

A. điều khiển camera giám sát.

B. điều khiển khóa cửa.

C. điều khiển báo cháy.

D. điều khiển thiết bị ánh sáng trong nhà.

Câu 18: Các hình thức cảnh báo các tình huống gây mất an ninh, an toàn như

A. có người lạ đột nhập, quên đóng cửa.

B. quên đóng cửa, có nguy cơ cháy nổ xảy ra.

C. có nguy cơ cháy nổ xảy ra, có người lạ đột nhập xảy ra.

D. quên đóng cửa, có nguy cơ cháy nổ xảy ra, có người lạ đột nhập xảy ra.

Câu 19: Các thiết bị lắp đặt giúp cảnh báo các tình huống gây mất an ninh, an toàn như

A. chuông báo, tin nhắn, đèn báo.

B. chuông báo, tin nhắn, đèn báo, cuộc gọi tự động tới chủ nhà.

C. tin nhắn, đèn báo, cuộc gọi tự động tới chủ nhà.

D. chuông báo, đèn báo, cuộc gọi tự động tới chủ nhà.

Câu 20: Nhà nổi thường có ở khu vực nào ?

A. Tây Bắc.

B. Tây nguyên.

C. Đồng bằng sông Cửu Long.

D. Trung du bắc bộ.

Câu 21: Kiểu nhà nào dưới đây được xây dựng trên các cột phía trên mặt đất?

A. Nhà sàn.

B. Nhà nổi.

C. Nhà chung cư.

D. Nhà mặt phố.

Câu 22: Kiến trúc nhà ở đặc trưng của Việt Nam

A. nhà ở nông thôn, nhà nổi.

B. nhà ở các khu vực đặc thù, nhà chung cư.

C. nhà ở nông thôn, nhà thành thị, nhà ở các khu vực đặc thù.

D. nhà mặt phố, nhà sàn.

Câu 23: Yếu tố nào tạo nên ngôi nhà bền và đẹp?

A. Gạch, cát.

B. Xi măng, cát.

C. Gỗ, đá, cát.

D. Vật liệu xây dựng.

Câu 24: Ứng dụng chính của gạch, ngói trong xây dựng nhà ở

- A. làm tường nhà, mái nhà.
- B. làm nội thất.
- C. kết hợp với xi măng tạo ra vữa xây dựng.
- D. kết hợp với đá tạo ra bê tông.

Câu 25: Ứng dụng chính của xi măng trong xây dựng nhà

- A. làm tường nhà, mái nhà.
- B. làm nội thất.
- C. kết hợp với cát tạo ra vữa xây dựng.
- D. kết hợp với đá tạo ra bê tông.

Câu 26: Nguyên tắc hoạt động của hệ thống trong ngôi nhà thông minh

- A. xử lý - Chấp hành - Nhận lệnh- Hoạt động.
- B. hoạt động - Xử lý - Chấp hành- Nhận lệnh.
- C. nhận lệnh - Xử lý - Chấp hành.
- D. nhận lệnh - Xử lý - Chấp hành - Hoạt động.

Câu 27: Nhà ở nông thôn có kiểu kiến trúc như thế nào?

- A. Các khu vực chức năng trong nhà thường được xây dựng tách biệt.
- B. Nhà ở thường được thiết kế nhiều tầng.
- C. Nhà được xây dựng để phục vụ nhiều hộ gia đình.
- D. Có hệ thống phao dưới sàn giúp nhà có thể nổi lên.

Câu 28: Nhà ở mặt phố có kiểu kiến trúc như thế nào?

- A. Các khu vực chức năng trong nhà thường được xây dựng tách biệt.
- B. Nhà ở thường được thiết kế nhiều tầng.
- C. Nhà được xây dựng để phục vụ nhiều hộ gia đình.
- D. Có hệ thống phao dưới sàn giúp nhà có thể nổi lên.

Câu 29: Nhà ở chung cư có kiểu kiến trúc như thế nào?

- A. Có hệ thống phao dưới sàn giúp nhà có thể nổi lên.
- B. Nhà được xây dựng để phục vụ nhiều hộ gia đình.
- C. Các khu vực chức năng trong nhà thường được xây dựng tách biệt.
- D. Nhà ở thường được thiết kế nhiều tầng.

Câu 30: Trước khi có người về, nhiệt độ trong phòng giảm xuống cho đủ mát, là hệ thống điều khiển nào trong ngôi nhà thông minh?

- A. Nhóm hệ thống camera giám sát an ninh.
- B. Nhóm hệ thống chiếu sáng thông minh.
- C. Nhóm hệ thống kiểm soát nhiệt độ.
- D. Nhóm hệ thống an ninh, an toàn.

Câu 31: Ngôi nhà thông minh có các đặc điểm nào?

- A. An ninh, an toàn, tiết kiệm năng lượng.
- B. Tiện ích, an ninh, an toàn, tiết kiệm năng lượng.
- C. Tiết kiệm năng lượng, an ninh, an toàn.
- D. Tiện ích, tiết kiệm năng lượng.

Câu 32: Các loại quả như: *Cam, bưởi, chanh* cung cấp chủ yếu vitamin gì?

- A. Vitamin A.
- B. Vitamin C.
- C. Vitamin B.

D. Vitamin E.

Câu 33: Máy thu hình tự động mở kênh truyền hình yêu thích, là hệ thống điều khiển nào trong ngôi nhà thông minh?

- A. Nhóm hệ thống camera giám sát an ninh.
- B. Nhóm hệ thống chiếu sáng thông minh.
- C. Nhóm hệ thống giải trí thông minh.
- D. Nhóm hệ thống an ninh, an toàn.

Câu 34: Người đi tới đâu, hệ thống đèn tương ứng tự động bật để chiếu sáng, là hệ thống điều khiển nào trong ngôi nhà thông minh?

- A. Nhóm hệ thống giải trí thông minh.
- B. Nhóm hệ thống an ninh, an toàn.
- C. Nhóm hệ thống camera giám sát an ninh.
- D. Nhóm hệ thống chiếu sáng.

Câu 35: “Nghiên cứu về dinh dưỡng và thực phẩm, tư vấn cho mọi người về lối sống lành mạnh trong ăn uống, giúp cơ thể khỏe mạnh và phát triển toàn diện” là công việc của

- A. Đầu bếp
- B. Chuyên gia dinh dưỡng
- C. Nội trợ
- D. Bác sĩ

2/ Tự luận

Câu 1: Ngôi nhà thông minh là gì? Kể tên 1 số hệ thống tự động hoặc bán tự động trong ngôi nhà thông minh

Câu 2: Kể tên các nhóm thực phẩm chính?

Câu 3: Nêu vai trò, ý nghĩa của bảo quản và chế biến thực phẩm?

Câu 4: Gia đình em thường bảo quản thực phẩm bằng cách nào. Trình bày cách làm của 1 phương pháp cụ thể

-----**HẾT**-----

BGH duyệt

TTCM

Người ra đề

Khúc Thị Thanh Hiền

Tạ Thị Tuyết Sơn

Lê Thị Lan Anh