**TRƯỜNG TIỂU HỌC PHÚ LÂM**

**CHƯƠNG TRÌNH HỖ TRỢ HỌC SINH ÔN TẬP TẠI NHÀ**

**MÔN: KHOA HỌC - KHỐI: 4**

**TUẦN 2**

1. **Bài học: Bài 4 : Các chất dinh dưỡng có trong thức ăn.**

**Vai trò của chất bột đường.**

1. Dựa vào lượng các chất dinh dưỡng chứa trong mỗi loại thức ăn, người ta chia thức ăn thành 4 nhóm:

* Nhóm thức ăn chứa nhiều chất bột đường.
* Nhóm thức ăn chứa nhiều chất đạm.
* Nhóm thức ăn chứa nhiều chất béo.
* Nhóm thức ăn chứa nhiều vi-ta-min, chất khoáng.

Ngoài ra, trong nhiều loại thức ăn còn chứa chất xơ và nước.

1. Chất bột đường cung cấp năng lượng cần thiết cho mọi hoạt động và duy trì nhiệt độ của cơ thể.
2. **Bài tập**

**Bài 1: Đánh dấu x vào cột phù hợp với nguồn gốc thức ăn, đồ uống có trong bảng sau**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Tên thức ăn, đồ uống | Nguồn gốc thực vật | Nguồn gốc động vật |
| Rau cải |  |  |
| Đậu cô-ve |  |  |
| Bí đao |  |  |
| Lạc (đậu phộng) |  |  |
| Thịt gà |  |  |
| Sữa |  |  |
| Nước cam |  |  |
| Cá |  |  |
| Cơm |  |  |
| Thịt lợn (thịt heo) |  |  |
| Tôm |  |  |

**Bài 2: Khoanh vào chữ cái trước câu trả lời đúng nhất**

**Trong thức ăn có chức những nhóm chất dinh dưỡng nào?**

   a. Chất bột đường.

   b. Chất đạm.

   c. Chất béo.

   d. Vi-ta-min và chất khoáng.

   e. Tất cả 4 nhóm chất trên.

**Bài 3:**  **Khoanh vào chữ cái trước câu trả lời đúng**

**Vai trò của chất bột đường:**

   a. Xây dựng và đổi mới cơ thể.

  b. Cung cấp năng lượng cần thiết cho mọi hoạt động và duy trì nhiệt độ cơ thể.

   c. Tham gia vào việc xây dựng cơ thể, tạo ra các men thúc đẩy và điều khiển hoạt động sống.

   d. Giúp cơ thể phòng chống bệnh.