**KHOA HỌC**

Bài: **Ôn tập**

**I. MỤC TIÊU:**

- **Kiến thức** Tháp dinh dưỡng cân đối.

Một số tính chất của nước và không khí; thành phần chính của không khí.

Vòng tuần hoàn của nước trong tự nhiên.

- **Kĩ năng:** Nêu vai trò của nước và không khí trong sinh hoạt, lao động sản xuất và vui chơi giải trí.

- **Thái độ:** Luôn có ý thức bảo vệ môi trường nước, không khí và vận động mọi người cùng thực hiện.

**II. CHUẨN BỊ:** Sách khoa học lớp 4, tập tin trình chiếu nội dung.

**III. CÁC HOẠT ĐỘNG:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động của giáo viên** | **Hoạt động của học sinh** |
| **Câu 1: Thế nào là quá trình trao đổi chất?****Đáp án**: Quá trình lấy thức ăn, nước uống, không khí từ môi trường xung quanh để tạo ra chất riêng cho cơ thể và thải những chất cặn bã ra môi trường được gọi chung là quá trình trao đổi chất.**Câu 2: Điền từ thích hợp vào chỗ chấm để hoàn thành bảng sau:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Lấy vào** | **Tên cơ quan trực tiếp thực hiện quá trình trao đổi chất giữa cơ thể người với môi trường bên ngoài** | **Thải ra** |
| Thức ăn, nước uống | ................................ | ................................... |
| ............................... | Hô hấp | ............................ |
|  | Bài tiết nước tiểu | ............................. |
|  | ..................................... | Mồ hôi |

**Đáp án:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Lấy vào** | **Tên cơ quan trực tiếp thực hiện quá trình trao đổi chất giữa cơ thể người với môi trường bên ngoài** | **Thải ra** |
| Thức ăn, nước uống | …….Tiêu hoá......................... | ..........Phân.......................... |
| ……Khí ô-xi............... | Hô hấp | ...........Khí các-bô-níc........ |
|  | Bài tiết nước tiểu | ...........Nước tiểu.................. |
|  | .....................Da.......................... | Mồ hôi |

**Câu 3: Nêu 3 điều em nên làm**a) Để phòng một số bệnh lây qua đường tiêu hóa?b) Để phòng tránh tai nạn đuối nước?**Đáp án:**a) Phòng một số bệnh lây qua đường tiêu hóa:Giữ vệ sinh ăn uống.Giữ vệ sinh cá nhân.Giữ vệ sinh môi trường.b) Phòng tránh tai nạn đuối nước:Không chơi đùa gần ao, hồ, sông, suối.Chấp hành tốt các quy định về an toàn khi tham gia các phương tiện giao thông đường thủy.Chỉ tập bơi hoặc bơi ở nơi có người lớn hoặc phương tiện cứu hộ.**Câu 4: Nước có vai trò như thế nào trong đời sông, sản xuất và sinh hoạt?****Đáp án:**Nước giúp cơ thể hấp thu được những chất dinh dưỡng hòa tan lấy từ thức ăn và tạo thành các chất cho sự sống của sinh vật. Nước giúp thải các chất thừa, chất độc hại.Nước được sử dụng trong đời sống hằng ngày, trong sản xuất nông nghiệp, công nghiệp.Nước phục vụ cho vui chơi giải trí như bơi, ...**Câu 5: Dựa vào lượng các chất dinh dưỡng chứa trong mỗi loại thức ăn, người ta chia thức ăn thành mấy nhóm? Đó là những nhóm nào?****Đáp án**: Dựa vào lượng dinh dưỡng chứa trong mỗi loại thức ăn, người ta chia thức ăn thành 4 nhóm:Nhóm thức ăn chứa nhiều bột đườngNhóm thức ăn chứa nhiều chất đạmNhóm thức ăn chứa nhiều chất béoNhóm thức ăn chứa nhiều vitamin, chất khoángNgoài ra, trong nhiều loại thưc ăn còn chứa chất xơ và nước..**Câu 6: Làm thế nào để thực hiện vệ sinh an toàn thực phẩm?****Đáp án:** Để thực hiện vệ sinh an toàn thực phẩm cần:Chọn thức ăn tươi, sạch, có giá trị dinh dưỡng, không có màu sắc và mùi vị lạ.Dùng nước sạch để rửa thực phẩm, dụng cụ và để nấu ăn.Thức ăn được nấu chín. Nấu xong nên ăn ngay.Thức ăn chưa dùng hết phải bảo quản đúng cách. | Hs suy nghĩ và trả lờiHs suy nghĩ và trả lờiHs suy nghĩ và trả lờiHs suy nghĩ và trả lờiHs suy nghĩ và trả lờiHs suy nghĩ và trả lời |

**III. CỦNG CỐ - HƯỚNG DẪN HỌC Ở NHÀ: (3’)**

+ Tiết học sau: Các em ôn tập theo nội dung hướng dẫn để tham gia kì kiểm tra đạt kết quả cao.