Ngày giảng: /09/2024

**CHỦ ĐỀ 1. CHẤT DINH DƯỠNG VÀ AN TOÀN TRONG CHẾ BIẾN THỰC PHẨM**

**TIẾT 1. BÀI 1. VAI TRÒ CỦA CÁC CHẤT DINH DƯỠNG TRONG THỰC PHẨM**

**I. MỤC TIÊU BÀI HỌC**: Sau bài học này học sinh phải:

***1. Kiến thức***

- Phân tích được vai trò của các chất dinh dưỡng có trong thực phẩm.

***2. Năng lực***

***2.1. Năng lực công nghệ***

- Nhận thức công nghệ: Nhận biết được được vai trò của các chất dinh dưỡng có trong thực phẩm.

***2.2. Năng lực chung***

- Năng lực tự chủ, tự học: Tự tìm hiểu các kiến thức có liên quan đến giới thiệu chung về vai trò của các chất dinh dưỡng trong thực phẩm

- Năng lực giao tiếp và hợp tác: Biết sử dụng thông tin để trình bày, thảo luận các vấn đề liên quan đến thành phần dinh dưỡng trong thực phẩm, lắng nghe và phản hồi tích cực trong quá trình hoạt động nhóm

- Năng lực giải quyết vấn đề: Giải quyết được các tình huống đặt ra có liên quan đến giới thiệu chung về vai trò của các chất dinh dưỡng trong thực phẩm

***3. Phẩm chất***

- Chăm chỉ: Có ý thức vận dụng kiến thức về vai trò của các chất dinh dưỡng trong thực phẩm vào thực tiễn cuộc sống.

- Trách nhiệm: Tích cực trong các hoạt động.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Chuẩn bị của giáo viên**

- Giấy A4. Phiếu học tập. Ảnh, power point. Ti vi, máy tính.

**2. Chuẩn bị của HS**

- Dụng cụ học tập phục vụ cho quá trình hoạt động nhóm

- Học bài cũ. Đọc trước bài mới.

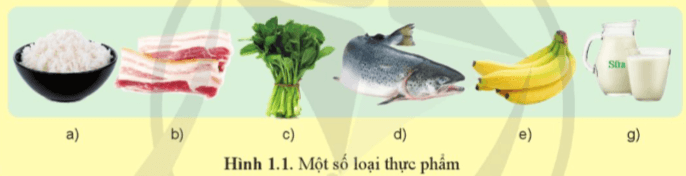
**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

**Hoạt động 1: Khởi động(5’)**

*a.Mục tiêu*: Khơi gợi nhu cầu tìm hiểu về giới thiệu chung về vai trò của các chất dinh dưỡng trong thực phẩm

*b. Nội dung*: HS trả lời được câu hỏi.

Hãy kể tên một số chất dinh dưỡng chính có trong thực phẩm ở Hình 1.1.

**

*c. Sản phẩm*: Báo cáo hoạt động nhóm.

|  |  |
| --- | --- |
| **Hình** | **Chất dinh dưỡng** |
| a | Tinh bột (carbohydrate) |
| b | Chất béo (lipid), chất đạm (protein) |
| c | Chất xơ, vitamin và khoán chất |
| d | Đạm (protein) |
| e | Vitamin và khoáng chất |
| g | Chất đạm (protein), khoáng chất |

*d. Tổ chức hoạt động*

**Chuyển giao nhiệm vụ**

GV yêu cầu HS quan sát và thảo luận trao đổi nhóm cặp bàn, trả lời câu hỏi

trên trong thời gian 1 phút.

HS quan sát và tiếp nhận nhiệm vụ.

**Thực hiện nhiệm vụ**

HS quan sát, trao đổi nhóm cặp bàn, trả lời câu hỏi.

**Báo cáo, thảo luận**

GV yêu cầu đại diện nhóm trình bày, nhóm khác nhận xét và bổ sung.

Đại diện nhóm trình bày, nhóm khác nhận xét và bổ sung.

**Kết luận và nhận định**

GV nhận xét trình bày của HS.

GV chốt lại kiến thức.

GV vào bài mới: Các chất sinh năng lượng gồm các thành phần và chức năng nào? Vitamin, chất khoáng, chất xơ, nước có trong các loại thực phẩm nào? Có vai trò như thế nào đối với cơ thể con người. Để trả lời được các câu hỏi trên thì chúng ta vào bài hôm nay

HS định hình nhiệm vụ học tập.

**Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới**

***Hoạt động 2.1. Tìm hiểu khái niệm về chất dinh dưỡng(10’)***

*a.Mục tiêu:* Nêu được khái niệm về chất dinh dưỡng

*b. Nội dung:* Khái niệm chất dinh dưỡng

*c. Sản phẩm*: Báo cáo hoạt động nhóm và trả lời câu hỏi

*d. Tổ chức hoạt động*

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động của GV và HS** | **Nội dung cần đạt** |
| **Chuyển giao nhiệm vụ**  - GV phát phiếu học tập số 1 cho học sinh và yêu cầu học sinh hoàn thành phiếu học tập trong thời gian là 2 phút  - GV yêu cầu học sinh đổi chéo phiếu học tập cho nhau.  **Thực hiện nhiệm vụ**  - HS hoàn thành phiếu học tập số 1  GV theo dõi và giúp đỡ các nhóm học sinh.  **Báo cáo, thảo luận**  - GV chiếu đáp án và biểu điểm của phiếu học tập số 1.  - GV hướng dẫn học sinh chấm phiếu học tập số 1 của bạn.  - HS đổi chéo phiếu học tập cho nhau.  - HS quan sát đáp án, biểu điểm của PHT số 1  - Học sinh chấm phiếu học tập số 1 của bạn.  **Kết luận và nhận định**  - GV thống kê số điểm đạt được của cả lớp.  - GV nhận xét và bổ sung.  - HS nghe và ghi nhớ. | I. Khái niệm về chất dinh dưỡng  - Chất dinh dưỡng là những chất hay hợp chất hóa học có vai trò duy trì và phát triển sự sống, hoạt động của cơ thể thông qua quá trình trao đổi chất  - Gồm có chất dinh dưỡng sinh năng lượng: Cacbohydrat, protein, lipid; chất dinh dưỡng không sinh năng lượng: vitamin, chất khoáng |

PHIẾU HỌC TẬP SỐ 1

|  |
| --- |
| Họ và tên:.........................................................Lớp.................................................... |
| Em hãy điền từ hoặc cụm từ sau: ***hóa học, trao đổi chất, sự sống, sinh năng lượng, không sinh năng lượng, cơ thể*** vào chỗ trống dưới đây để được khái niệm về chất dinh dưỡng:  - Chất dinh dưỡng là những chất hay hợp chất ..(1)....có vai trò duy trì và phát triển ...(2)...., hoạt động của cơ thể thông qua quá trình ...(3)...  - Gồm có chất dinh dưỡng ...(4)....: Cacbohydrat, protein, lipid; chất dinh dưỡng ...(5)...: vitamin, chất khoáng  1.  2.  3.  4.  5. |

HƯỚNG DẪN CHẤM PHIẾU HỌC TẬP

PHIẾU HỌC TẬP SỐ 1

|  |
| --- |
| Họ và tên:.........................................................Lớp.................................................... |
| Em hãy điền từ hoặc cụm từ sau: ***hóa học, trao đổi chất, sự sống, sinh năng lượng, không sinh năng lượng, cơ thể*** vào chỗ trống dưới đây để được khái niệm về chất dinh dưỡng:  - Chất dinh dưỡng là những chất hay hợp chất ..(1)....có vai trò duy trì và phát triển ...(2)...., hoạt động của cơ thể thông qua quá trình ...(3)...  - Gồm có chất dinh dưỡng ...(4)....: Cacbohydrat, protein, lipid; chất dinh dưỡng ...(5)...: vitamin, chất khoáng  1. hóa học  2. sự sống  3. trao đổi chất  4. sinh năng lượng  5. không sinh năng lượng |

***Hoạt động 2.2. Tìm hiểu về cacbohydrate(tinh bột, đường)(20’)***

*a.Mục tiêu:* Phân tích được vai trò của cacbohydrate đối với cơ thể con người

*b. Nội dung:* Cacbohydrate

*c. Sản phẩm*: Báo cáo hoạt động nhóm và trả lời câu hỏi

*d. Tổ chức hoạt động*

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động của GV và HS** | **Nội dung cần đạt** |
| **Chuyển giao nhiệm vụ**  GV đưa ra câu hỏi sau:  1.Kể tên các loại thực phẩm giàu carbohydrate  2. Quan sát hình 1.2 và phân tích vai trò của carbohyate đối với cơ thể người.  GV yêu cầu HS quan sát và thảo luận trao đổi nhóm cặp bàn, trả lời câu hỏi trên trong thời gian 2 phút.  HS quan sát và tiếp nhận nhiệm vụ.  **Thực hiện nhiệm vụ**  HS quan sát, trao đổi nhóm cặp bàn, trả lời câu hỏi.  **Báo cáo, thảo luận**  GV yêu cầu đại diện nhóm trình bày, nhóm khác nhận xét và bổ sung.  Đại diện nhóm trình bày, nhóm khác nhận xét và bổ sung.  - Các thực phẩm giàu carbohydrate là: gạo, ngô, khoai, sắn, chuối, bí đỏ, ...  - Vai trò của carbohyate đối với cơ thể người là:  + Cung cấp chất dinh dưỡng chính và năng lượng cho cơ thể.  + Là thành phần cấu tạo nên tế bào và các mô, điều hòa hoạt động của cơ thể, cung cấp chất xơ cần thiết. **Kết luận và nhận định**  GV nhận xét trình bày của HS. GV chốt lại kiến thức.  HS nghe và ghi nhớ, ghi nội dung vào trong vở. | II. Vai trò của các chất dinh dưỡng sinh năng lượng  1. Cacbonhydrate(tinh bột, đường)  - Các thực phẩm giàu carbohydrate là: gạo, ngô, khoai, sắn, chuối, bí đỏ, ...  - Vai trò của carbohyate đối với cơ thể người là:  + Cung cấp chất dinh dưỡng chính và năng lượng cho cơ thể.  + Là thành phần cấu tạo nên tế bào và các mô, điều hòa hoạt động của cơ thể, cung cấp chất xơ cần thiết.  - Khi thừa lượng cacbohydrat gây thừa cân, béo phì, có thể gây bệnh tiểu đường type 2  - Khi thiếu lượng cacbohydrat gây hạ đường huyết, suy giảm trí nhớ, giảm cân, mệt mỏi... |

**Hoạt động 3: Luyện tập(7’)**

*a.Mục tiêu*: Củng cố kiến thức giới thiệu chung về vai trò của các chất dinh dưỡng trong thực phẩm

*b. Nội dung*: HS tiến hành làm bài tập

*c. Sản phẩm*: HS các nhóm hoàn thành bài tập

*d. Tổ chức thực hiện:*

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động của GV và HS** | **Nội dung cần đạt** |
| GV đưa ra bài tập sau:  **1.**Trong các loại thực phẩm sau đây, thực phẩm nào có hàm lượng carbohydrate cao nhất?  A. Thịt gà. **B. Cà rốt.**  C. Dầu olive.          D. Sữa tươi.  2. Chất dinh dưỡng là gì? Chất dinh dưỡng gồm những thành phần nào?  GV yêu cầu HS thảo luận trao đổi nhóm cặp bàn, hoàn thành bài tập trong thời gian 4 phút.  HS quan sát và tiếp nhận nhiệm vụ.  **Thực hiện nhiệm vụ**  HS quan sát và thảo luận nhóm cặp bàn và trả lời câu hỏi.  GV theo dõi và giúp đỡ các nhóm học sinh.  **Báo cáo, thảo luận**  GV yêu cầu đại diện nhóm trình bày, nhóm khác nhận xét và bổ sung.  Đại diện nhóm trình bày, nhóm khác nhận xét và bổ sung.  **Kết luận và nhận định**  GV nhận xét trình bày của HS. GV chốt lại kiến thức.  HS nghe và ghi nhớ, ghi nội dung vào trong vở | 1  **Đáp án đúng là: B**  **2.** - Chất dinh dưỡng là những chất hay hợp chất hóa học có vai trò duy trì và phát triển sự sống, hoạt động của cơ thể thông qua quá trình trao đổi chất  - Gồm có chất dinh dưỡng sinh năng lượng: Cacbohydrat, protein, lipid; chất dinh dưỡng không sinh năng lượng: vitamin, chất khoáng |

**Hoạt động 4: Vận dụng(3’)**

*a.Mục tiêu*: Vận dụng kiến thức vai trò của các chất dinh dưỡng trong thực phẩm vào thực tiễn

*b. Nội dung*: Vai trò của các chất dinh dưỡng trong thực phẩm

*c. Sản phẩm*: Hoàn thành nhiệm vụ được giao

*d. Tổ chức thực hiện:*

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động của GV và HS** | **Nội dung cần đạt** |
| **Chuyển giao nhiệm vụ**  GV yêu cầu HS về nhà hoàn thành nhiệm vụ:  Kể tên các thực phẩm có chứa thành phần dinh dưỡng cacbohydrat được sử dụng tại gia đình em  Ghi trên tờ giấy A4. Giờ sau nộp cho GV.  **Thực hiện nhiệm vụ**  HS thực hiện nhiệm vụ của GV tại nhà  **Báo cáo, thảo luận**  HS trình bày kết quả của mình, HS khác nhận xét và bổ sung.  **Kết luận và nhận định**  GV nhận xét, đánh giá trình bày của HS.  GV khen bạn có kết quả tốt nhất. HS nghe và ghi nhớ. | Gạo, ngô, khoai, sắn... |