

A. Hoạt động cơ bản Các chất dinh dưỡng có vai trò gì lớp 4**1. Hát và thảo luận theo lời bài hát**

a. Cùng hát bài: "Quả"

b. Thảo luận:

- Các loại quả nêu trong bài hát có lợi ích gì?
- Kể thêm các loại quả khác và lợi ích của chúng đối với con người?

Đáp án

Những lợi ích của các loại quả trong bài hát là:

- Quả khế để nấu canh chua
- Quả trứng ăn vào thì sẽ thêm cao
- Quả mít ăn thơm lừng tận mấy hôm sau.

Một số loại quả khác và lợi ích của quả đó là:

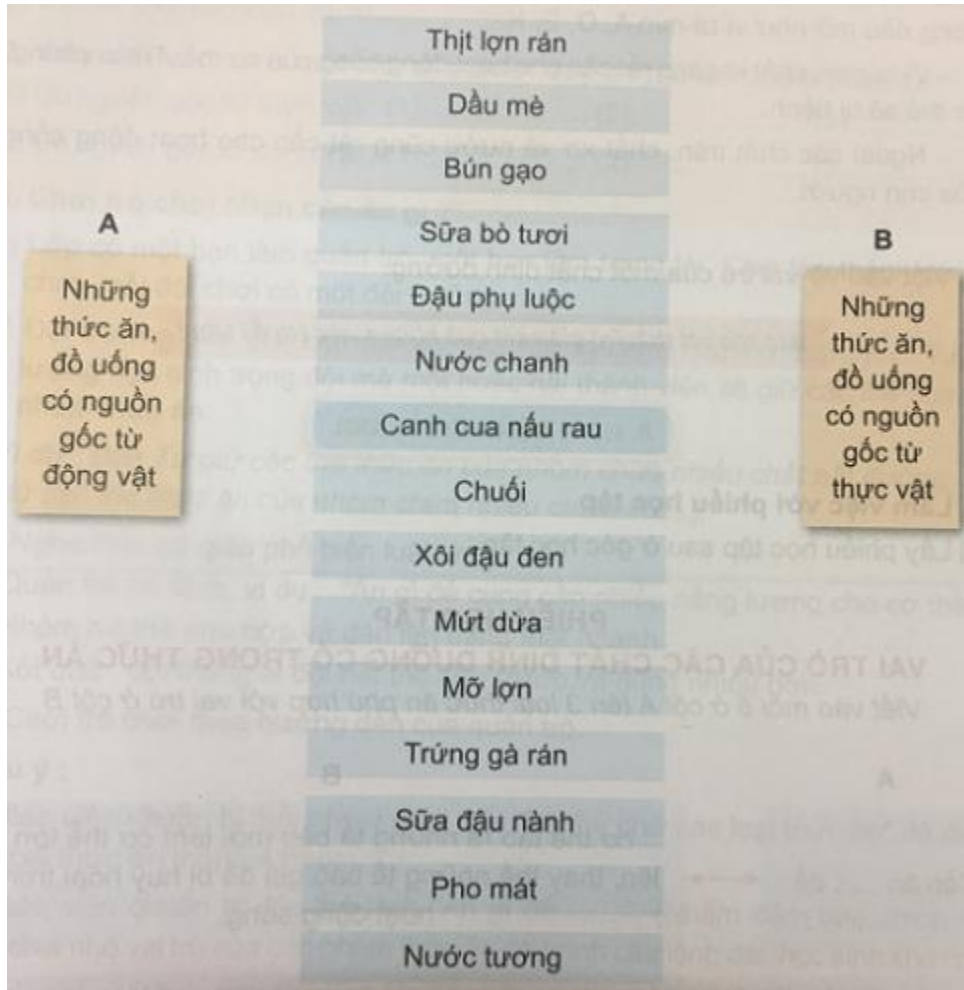
- Quả cam giúp hỗ trợ quá trình tiêu hóa
- Quả chuối tốt cho mắt
- Quả đu đủ hỗ trợ tốt cho tim mạch
- Quả táo tăng cường miễn dịch, tăng sức đề kháng

2. Quan sát, đọc và nhắc lại**3. Làm việc với phiếu học tập**

a. Lấy phiếu học tập " Nguồn gốc của các loại thức ăn, đồ uống" ở góc học tập

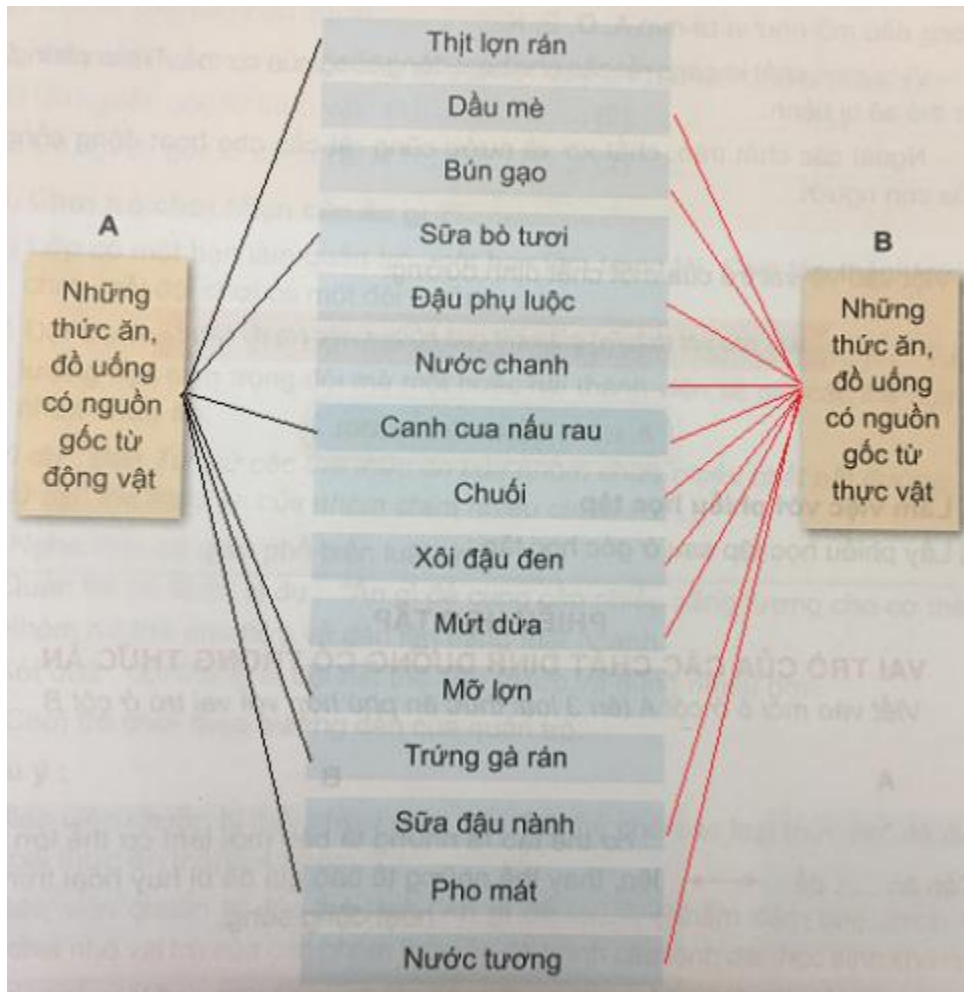
b. Trao đổi với bạn: Các loại thức ăn, đồ uống này có nguồn gốc từ đâu?

c. Trao đổi, nhận xét kết quả làm phiếu học tập và các cặp đôi khác.



Đáp án

Hoàn thành phiếu học tập:



4. Suy nghĩ và nói với bạn

- Tên ba loại thức ăn, đồ uống có nguồn gốc từ động vật?
- Tên 3 loại thức ăn, đồ uống có nguồn gốc từ thực vật?

Đáp án

- Tên ba loại thức ăn, đồ uống có nguồn gốc từ động vật : sữa bò, thịt lợn nướng, thịt vịt quay, thịt trâu gác bếp...
- Tên 3 loại thức ăn, đồ uống có nguồn gốc từ thực vật : rau muống xào tỏi, canh mồng tơi, súp lơ luộc, sữa bí đỏ...

5. Đọc và kết

- a. Đọc nội dung sau (sgk trang 16)
- b. Viết vào vở vai trò của một số chất dinh dưỡng?

Đáp án

Vai trò của một số chất dinh dưỡng:

- Chất đường chủ yếu cung cấp năng lượng cần thiết cho cơ thể.
- Chất đạm tạo ra tế bào mới làm cơ thể lớn lên, thay thế những tế bào già
- Chất béo cung cấp năng lượng, là thành phần cấu tạo quan trọng trong của tế bào thần kinh giúp hấp thụ các vi-ta-min tan trong dầu mỡ
- Vi-ta-min, chất khoáng rất cần cho cuộc sống, nếu không có nó cơ thể sẽ bị bệnh....

B. Hoạt động thực hành Các chất dinh dưỡng có vai trò gì Khoa học 4

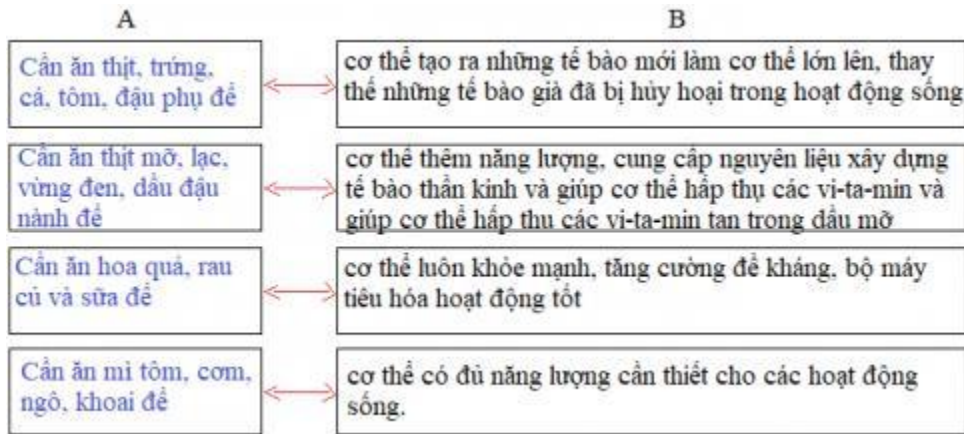
1. Làm việc với phiếu học tập

- a. Lấy phiếu học tập sau ở góc học tập

Viết vào mỗi ô ở cột A tên 3 loại thức ăn phù hợp với vai trò ở cột B

A	B
Cần ăn để	cơ thể tạo ra những tế bào mới làm cơ thể lớn lên, thay thế những tế bào già đã bị hủy hoại trong hoạt động sống
Cần ăn để	cơ thể thêm năng lượng, cung cấp nguyên liệu xây dựng tế bào thần kinh và giúp cơ thể hấp thụ các vi-ta-min và giúp cơ thể hấp thụ các vi-ta-min tan trong dầu mỡ
Cần ăn để	cơ thể luôn khỏe mạnh, tăng cường đề kháng, bộ máy tiêu hóa hoạt động tốt
Cần ăn để	cơ thể có đủ năng lượng cần thiết cho các hoạt động sống.

Đáp án



2. Hãy viết vào vở ở mỗi câu a, b dưới đây ít nhất tên 3 loại thức ăn

a. Có nguồn gốc từ thực vật: (1) (2) (3)

.....

b. Có nguồn gốc từ động vật: (1) (2) (3)

.....

Đáp án

a. Có nguồn gốc từ thực vật:

(1) khoai lang

(2) dầu đậu nành

(3) cơm

b. Có nguồn gốc từ động vật:

(1) xúc xích

(2) Lạp xưởng

(3) Sữa dê