



PHIẾU HỌC TẬP TƯƠNG TÁC

Bài 28 – Lipid



Họ và tên:

Lớp:

Ngày:

Câu 1. Chọn đáp án đúng

Lipid là nhóm hợp chất hữu cơ có vai trò quan trọng đối với cơ thể.
Một trong những vai trò của lipid là:

- ☐ A. Cung cấp năng lượng và tham gia cấu tạo tế bào.
- ☐ B. Chỉ tham gia cấu tạo thành tế bào thực vật.
- ☐ C. Chỉ có vai trò dự trữ nước.
- ☐ D. Không có vai trò đối với cơ thể.



Câu 2. Kéo – thả

Kéo các thực phẩm sau vào nhóm thích hợp:



Dầu ăn



Mỡ động vật



Bơ



Các loại hạt



Rau xanh



Nước lọc

Nhóm chứa nhiều lipid

Nhóm chứa ít lipid

Câu 3. Đúng – sai

Hãy chọn Đúng hoặc Sai cho mỗi phát biểu sau:

	Đúng	Sai
a. Lipid có thể cung cấp năng lượng cho cơ thể.	☐	☐
b. Lipid hoàn toàn không có vai trò trong cấu tạo tế bào.	☐	☐
c. Dầu thực vật là một nguồn lipid trong khẩu phần ăn.	☐	☐

Câu 4. Vận dụng

Một người thường xuyên sử dụng nhiều thực phẩm chiên rán.
Theo em, cần lưu ý điều gì khi sử dụng dầu, mỡ trong chế biến thức ăn?



Sử dụng lipid hợp lí, hạn chế thực phẩm chiên rán để bảo vệ sức khỏe.

