PHIẾU HỌC TẬP – BÀI 6: CÁC PHÂN TỬ SINH HỌC

Môn: Sinh học 10 – Cánh Diều

- Họ và tên: _____
- Lớp: _____
- Thời gian làm bài: 20–25 phút

I. KHỞI ĐỘNG – GỢI TÒ MÒ

1. Tại sao khi đói, ăn một chiếc bánh mì hay uống một cốc nước đường lại giúp bạn nhanh chóng cảm thấy khỏe lại? (Gợi ý: liên quan đến năng lượng) _____

_____

2. Các vận động viên thường bổ sung loại thực phẩm nào nhiều nhất trước khi thi đấu để duy trì sức bền? (Gợi ý: một loại phân tử sinh học) _____

II. HÌNH THÀNH KIẾN THỨC

Loại phân tử	Thành phần nguyên tố	Đơn phân	Chức năng sinh học	Ví dụ minh họa
Carbohydrate				
Lipid				
Protein				
Acid nucleic				

III. LUYỆN TẬP

Câu 1: Phân tử nào sau đây là nguồn năng lượng dự trữ chính của tế bào?

A) Protein B) Lipid C) Carbohydrate D) Acid nucleic

Câu 2: Đơn phân của Protein là gì?

A) Glucose B) Amino acid C) Nucleotide D) Acid béo

Câu 3: Chức năng chính của Lipid trong cơ thể là?

A) Cấu tạo tế bào B) Dự trữ năng lượng C) Vận chuyển chất D) Xúc tác phản ứng

Câu 4: _____ là loại đường đơn phổ biến nhất trong tự nhiên, là nguồn cung cấp năng lượng chính cho tế bào.

Câu 5: Các nguyên tố chủ yếu cấu tạo nên các phân tử sinh học là: C, H, O, và _____ (đối với Protein và Acid nucleic).

IV. VẬN DỤNG

Tại sao các chuyên gia dinh dưỡng khuyên chúng ta nên có chế độ ăn uống cân đối giữa Carbohydrate, Lipid và Protein, và hạn chế ăn quá nhiều đồ ngọt hoặc đồ béo? Hãy giải thích dựa trên chức năng của các phân tử này.

_____

_____

V. TỰ ĐÁNH GIÁ

☐ Hiểu rõ (Nắm vững kiến thức)

☐ Còn nhầm lẫn (Cần xem lại một số phần)

☐ Cần học lại (Cần hỗ trợ từ giáo viên/bạn bè)

LIVEWORKSHEETS