ĐỀ CƯƠNG ÔN TẬP MÔN KHOA HỌC

I. PHẦN TRẮC NGHIỆM

Câu 1: Thức ăn nào sau đây chứa đạm thực vật?

A. Đậu phụ, đậu cô ve, đậu phộng

C. Đậu Hà Lan, nước mắm, nước tương

B. Nước mắm, tôm, ốc

D. Thịt nạc, cá thu, rau đay

Câu 2: Món ăn nào dưới đây vừa cung cấp đạm động vật, vừa cung cấp đạm thực vật?

A. Cá kho

C. Đậu cô ve luộc

B. Đậu phụ nhồi thịt

D. Vịt quay

Câu 3: Chọn phát biểu SAI trong các phát biểu dưới đây.

A. Đạm thực vật đều dễ tiêu, có nhiều trong các loại đậu.

B. Ăn phối hợp các loại đạm sẽ giúp cơ thể phát triển tốt hơn.

C. Đạm động vật có nhiều chất bổ dưỡng nên chỉ cần ăn đạm động vật là đủ.

D. Cá là loại thức ăn dễ tiêu, có nhiều chất đạm quý.

Câu 4: Tại sao chúng ta cần thường xuyên thay đổi món ăn trong bữa ăn hằng ngày?

A. Để tránh bệnh béo phì

B. Để bổ sung đầy đủ chất dinh dưỡng cho cơ thể khỏe mạnh

C. Để tránh cảm giác ngán

D. Để có bữa ăn ngon miệng

Câu 5: Điền từ/cụm từ thích hợp vào chỗ trống.

hương vị	hợp vệ sinh	hấp dẫn	chất dinh dưỡng

Thực phẩm sạch và an toàn là thực phẩm giữ được……; được nuôi trồng, bảo quản và chế biến……., không bị nhiễm khuẩn, hóa chất, không gây ngộ độc hoặc gây hại lâu dài cho sức khỏe người sử dụng.

Câu 6: Đúng chọn Đ, sai chọn S cho mỗi phát biểu sau đây.

☐ Chúng ta có thể ăn thịt, cá để thay thế cho một số loại rau quả chín.

☐ Chúng ta nên chọn thức ăn tươi sạch, không có màu sắc và mùi vị lạ.

Câu 7: Đánh dấu X trước các ý đúng:

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.

☐ Nấu chín thức ăn, nấu xong có thể để qua ngày mà không cần bảo quản.

☐ Dùng nước sạch để rửa thực phẩm, dụng cụ và để nấu ăn.

☐ Sử dụng thức ăn ôi thiu, quá hạn sử dụng để tránh lãng phí.

LIVEWORKSHEETS

Câu 8: Lạp xưởng là thức ăn được bảo quản bằng cách nào?

A. Ướp lạnh C. Phơi khô

B. Đóng hộp D. Cô đặc với đường

Câu 9: Món ăn nào sau đây được bảo quản theo phương pháp "cô đặc với đường"?

A. Cá khô B. Mứt dừa C. Kim chi D. Thịt xông khói

Câu 10: Cách bảo quản thức ăn trong hình bên là gì?

A. Cô đặc với đường

B. Sấy khô

C. Ướp lạnh

D. Đóng hộp



Câu 11: Quan sát hình sau và cho biết đây là cách bảo quản thức ăn nào?

A. Ướp lạnh

B. Đóng hộp

C. Phơi khô

D. Cô đặc với đường



Câu 12: Nối ý ở cột A với ý thích hợp ở cột B.

Cột A (Chất dinh dưỡng cơ thể bị thiếu)	Cột B (Bệnh do thiếu chất dinh dưỡng)
Vi-ta-min A	Chảy máu chân răng
Vi-ta-min C	Bệnh bướu cổ
I-ốt	Bệnh còi xương
Vi-ta-min D	Bệnh quáng gà, khô mắt, mắt nhìn kém

Câu 13: Đúng ghi Đ, sai ghi S vào ô trống:

a) Để phòng bệnh do thiếu I-ốt, hằng ngày bạn nên sử dụng muối hoặc bột canh có bổ sung I-ốt. ☐

b) Trẻ thiếu vi-ta-min D sẽ bị còi xương. ☐

c) Chúng ta nên ăn thật nhiều thịt để đảm bảo không thiếu dinh dưỡng. ☐

LIVEWORKSHEETS

Câu 14: Vật dụng nào sau đây không thấm nước?

A. Áo len B. Khăn tay C. Chăn D. Áo mưa

Câu 15: Lan và Hà cùng chơi một trò chơi. Có 2 ly đựng nước lọc và nước soda vải. Mỗi bạn sẽ bịt mắt lại và đoán xem đâu là ly đựng nước lọc và đâu là li đựng nước soda vải. Theo em, hai bạn sẽ dùng cách nào để đoán? Em hãy đánh dấu (x) vào trước ý trả lời đúng.

☐ Dùng mắt nhìn màu sắc của 2 li nước.

☐ Dùng mũi ngửi. Li không có mùi là li nước lọc, còn lại là li soda vải.

☐ Dùng lưỡi nếm. Li không có vị là li nước lọc, còn lại là li soda vải.

☐ Đổ 2 li nước lên một cái khăn. Nước lọc thấm qua khăn, còn soda thì không.

Câu 16: Nối thông tin ở cột A với thông tin ở cột B sao cho phù hợp.

A	B
Chất tan trong nước	Áo mưa
	Đường
Vật thấm qua nước	Cát
	Vải bông

Câu 17: Nối hoạt động với tính chất tương ứng của nước.

sản xuất áo mưa	Nước không thấm qua một số vật.
pha nước chanh	Nước không mùi, không vị.
	Nước không có hình dạng nhất định.
	Nước hòa tan được một số chất.

Câu 18: Nước ở thể nào thì không có hình dạng nhất định?

A. Thể lỏng, thể rắn.
B. Thể khí, thể lỏng
C. Thể khí, thể rắn.
D. Thể hơi, thể rắn.

Câu 19: Quá trình nước chuyển từ thể lỏng sang thể rắn được gọi là quá trình gì?

A. Sự bay hơi.
B. Sự đông đặc
C. Sự ngưng tụ
D. Sự nóng chảy.

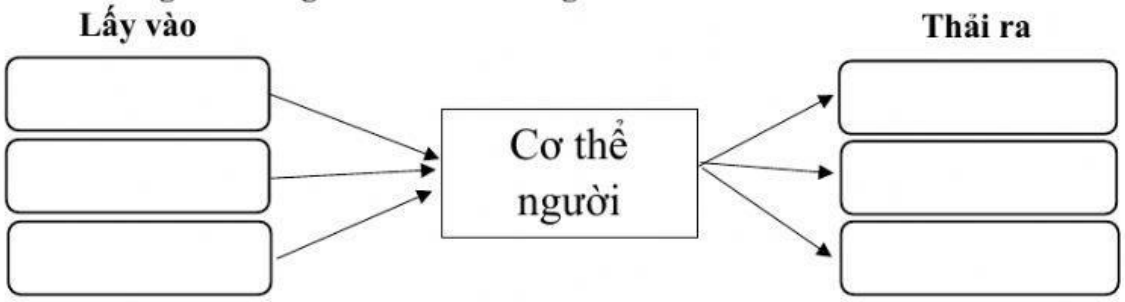
LIVEWORKSHEETS

Câu 20: Gạch dưới thông tin không chính xác.

Nước có thể tồn tại **ở thể lỏng,** thể khí (hơi) và thể rắn. Nước ở thể lỏng và thể khí **có hình dạng nhất định**. Nước ở thể rắn **(nước đá)** có **hình dạng** nhất định.

II. PHẦN TỰ LUẬN

Câu 1: Em hãy điền từ hoặc cụm từ thích hợp vào ô trống để hoàn thành sơ đồ sự trao đổi chất giữa con người với môi trường.



Câu 2: Theo em, em bé vừa mới sinh ra đã có sự trao đổi chất chưa? Vì sao?

Câu 3: Hãy nhận xét mối liên hệ giữa các cơ quan: tiêu hóa, hô hấp, tuần hoàn, bài tiết trong quá trình trao đổi chất.

Câu 4: Bạn A là bạn thân của em. A đang bị táo bón. Dựa vào hiểu biết và kiến thức đã học, hãy đưa ra lời khuyên cho người bạn của mình.

Câu 5: Em hãy nêu một số cách mà em hoặc gia đình em đã thực hiện để lựa chọn được thức ăn đảm bảo vệ sinh an toàn thực phẩm?

LIVEWORKSHEETS

Câu 6: Ngày nay, nguồn nước đang ngày càng trở nên ô nhiễm làm lan truyền nhiều loại bệnh như tả, lị, thương hàn, tiêu chảy, bại liệt,… Em hãy nêu những nguyên nhân làm nguồn nước bị ô nhiễm.

Câu 7: Sử dụng nguồn nước bị ô nhiễm sẽ gây ra các vấn đề nào về sức khỏe của chúng ta?

Câu 8: Khi vào nhà vệ sinh, em thấy vài bạn mở vòi nước rất mạnh để rửa tay và nghịch nước với nhau. Em sẽ làm gì trong tình huống đó? Em hãy nêu những việc bản thân đã thực hiện để góp phần tiết kiệm nước.

Câu 9: Theo em, bức ảnh sau đây muốn nhắn nhủ thông điệp gì đến mọi người?



Câu 10: Có ý kiến cho rằng: " Nước là nguồn tài nguyên vô tận nên khi sử dụng chúng ta không cần phải tiết kiệm". Theo em, ý kiến trên đúng hay sai? Vì sao?

LIVEWORKSHEETS

Câu 11: Nhà bạn Hoa mua rất nhiều trái cây để bổ sung vi-ta-min trong mùa dịch. Tuy nhiên, vì mua quá nhiều và không dùng kịp nên một số quả kiwi đã chín mềm nhũn và trên vỏ quả xuất hiện một số đốm nâu, mốc. Theo em, bạn Hoa có nên ăn những quả kiwi ấy không? Vì sao?

Câu 12: Chị Mai đi chợ mua dưa hấu và để dành trong tủ lạnh để ăn dần. Tuy nhiên chị lại có việc phải đi công tác trong 4 ngày. Sau khi đi công tác về, chị háo hức lấy dưa hấu trong tủ lạnh ra ăn. Nhưng dưa hấu lại có màu sắc đỏ đậm hơn bình thường, phần ruột dưa mềm nhũn. Nếu em là chị Mai trong trường hợp đó, em sẽ làm gì?

LIVEWORKSHEETS