|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | | |  |  | | --- | --- | | PHÒNG GD&ĐT ĐÔNG TRIỀU  **THCS HƯNG ĐẠO** | **ĐỀ CƯƠNG ÔN TẬP CUỐI HK I**  **Môn: Công nghệ 6** | |  | | |  |  |  | | --- | --- | --- | | PHÒNG GDĐT HUYỆN IA H’DRAI  TRƯỜNG TH –THCS NGUYỄN DU   |  | | --- | | ĐỀ CHÍNH THỨC | | ĐỀ KIỂM TRA GIỮA HỌC KÌ I  NĂM HỌC: 2021-2022  Môn: Công nghệ – Khối 7  Thời gian: 45 phút (Không kể thời gian giao đề)  Ngày kiểm tra: 06/11/2021 | |

**Phần A: Trắc nghiệm.**

**Câu 1:Thực phẩm nào có thể thay thế cá trong bữa ăn?**

A. Rau muống. B. Trứng. C. Khoai lang. D. Ngô.

**Câu 2**: **Bữa ăn hợp lí sẽ đảm bảo cung cấp đầy đủ cho cơ thể**

A. Năng lượng và chất dinh dưỡng B. Năng lượng

C. Chất dinh dưỡng D. Chất đạm, chất bột, chất đường bột

**Câu 3: Thời gian bảo quản thực phẩm trong ngăn mát tủ lạnh là:**

A. 1 – 2 tuần. B. 2 – 4 tuần. C. 24 giờ. D. 3 – 7 ngày.

**Câu 4:Cách bảo quản chất dinh dưỡng trong thịt, cá**

A. Ngâm rửa sau khi cắt thái. B. Rửa dưới vòi nước trước khi cắt thái.

C. Đun nấu càng lâu càng tốt. D. Cắt, thái sau đó rửa sạch.

**Câu 5:Làm lạnh thực phẩm ở nhiệt độ bao nhiêu là hợp lí?**

A. 0oC B. 5 oC A. 9oC A. 10oC

**Câu 6: Kiến trúc nhà nào sau đây đặc trưng ở khu vực thành phố?**

A. Nhà biệt thự , nhà nổi, nhà sàn

B. Nhà chung cư, nhà liền kề, nhà sàn.

C. Nhà chung cư, nhà liền kề, nhà biệt thự.

D. Nhà xây riêng lẻ một hay nhiều tầng , mái ngói hoặc bêtông, có sân vườn.

**Câu 7:** Đông **lạnh thực phẩm ở nhiệt độ bao nhiêu là hợp lí?**

A. 0oC B. -5 oC A. 9oC A. 0oC - 10oC

**Câu 8: Món ăn được chế biến theo phương pháp chế biến thức ăn không sử dụng nhiệt là:**

A. Trộn nộm tai heo B. Nướng thịt C. Thịt luộc D. Rán trứng

**Câu 9:** **Vai trò của chất xơ đối với cơ thể:**

A. Ngăn ngừa bệnh táo bón, làm mềm chất thả để dễ thải ra khỏi cơ thể

B. Nguồn cung cấp VITAMIN

C. Nguồn cung cấp năng lượng

D. Là nguồn cung cấp chất dinh dưỡng

**Câu 10: Nấu cơm là làm chín thực phẩm trong môi trường:**

A. Nước. B. Chất béo C. Hơi nước D. Cả A và C.

**Câu 11:** **. Hành động nào dưới đây thể hiện hành động không tiết kiệm điện?**

A. Mở cửa sổ khi trời sáng.

B. Không đóng cửa tủ lạnh sau khi sử dụng xong.

C. Sử dụng pin năng lượng mặt trời trong gia đình.

D. Tắt hết các thiết bị điện không cần thiết khi không sử dụng

**Câu 12: Hành động nào dưới đây thể hiện hành động không tiết kiệm điện?**

A. Mở cửa sổ khi trời sáng.

B. Không đóng cửa tủ lạnh sau khi sử dụng xong.

C. Sử dụng pin năng lượng mặt trời trong gia đình.

D. Tắt hết các thiết bị điện không cần thiết khi không sử dụng

**Câu 13: Vai trò của chất sắt trong thực phẩm:**

A. Tạo hồng cầu trong máu B. Cấu tạo nên hồng cầu trong máu

C. Giúp cho xương và răng chắc khỏe D. Ý A và B đúng

**Câu 14: Để xương và răng chắc khỏe, thức ăn không thể thiếu thành phần dinh dưỡng nào?**

A. Canxi B. Sắt C. I- ốt D. Vitamin A

**Câu 15:** **Không ăn bữa sáng là:**

A. Thói quen tốt B. Có hại cho sức khoẻ. C. Tiết kiệm thời gian. D. Góp phần giảm cân.

**Câu 16:** **Phương pháp nào sau đây thuộc loại phương pháp chế biến không sử dụng nhiệt.**

A. Xào B. Rang C. Muối chua D. Nướng

**Câu 17: Thực phẩm được phân làm bao nhiêu nhóm?**

A. 2 B. 3 C. 4 D. 5

**Câu 18: Chúng ta cần tiết kiệm năng lượng để:**

A. Bảo vệ thiên nhiên, môi trường, sức khỏe, giảm chi phí.

B. Giảm chi phí, bảo vệ tài nguyên.

C. Bảo vệ sức khỏe, môi trường.

D. Không cần tiết kiệm năng lượng

**Câu 19: Chức năng dinh dưỡng của chất béo là:**

A. Là dung môi hoà tan các vitamin B. Chuyển hóa một số vitamin cần thiết cho cơ thể

C. Tăng sức đề kháng cho cơ thể. D. Tất cả đều đúng

**Câu 20: Chất dinh dưỡng nào là nguồn chủ yếu cung cấp năng lượng cho mọi hoạt động của cơ thể?**

A. Chất đường bột. B. Chất đạm. C. Chất béo. D. Vitamin.

**Câu 21. Vai trò của nhóm thực phẩm giàu chất khoáng và vitamin là:**

A. Tạo ra tế bào mới. B. Cung cấp năng lượng.

C. Tăng sức đề kháng. D. Bảo vệ cơ thể.

**Câu 22. Nhóm thực phẩm nào sau đây là nguồn cung cấp chất đạm?**

A. Gạo, đậu xanh, ngô, khoai. B. Bắp cải, cà rốt, táo, cam.

C. Thịt, trứng, sữa. D. Mỡ, bơ, dầu đậu nành.

**Câu 23. Nhóm thực phẩm nào sau đây là nguồn cung cấp chất béo?**

A. Gạo, đậu xanh, ngô, khoai. B. Bắp cải, cà rốt, táo, cam.

C. Thịt, trứng, sữa. D. Mỡ, bơ, dầu đậu nành.

**Câu 24. Vai trò của việc bảo quản thực phẩm?**

A. Ngăn chặn sự xâm nhập và phát triển của vi sinh vật.

B. Ngăn chặn sự xâm nhập và phát triển của vi sinh vật gây hại, làm chậm quá trình hư hỏng của thực phẩm.

C. Ngăn chặn sự xâm nhập và phát triển của vi sinh vật gây hại.

D. Ngăn chặn sự phát triển của vi sinh vật, làm chậm quá trình hư hỏng của thực phẩm.

**Câu 25. Vai trò của việc chế biến thực phẩm?**

A. Giúp thực phẩm chín mềm.

B. Giúp thực phẩm dễ tiêu hóa.

C. Tăng tính đa dạng của món ăn.

D. Giúp thực phẩm chín mềm, dễ tiêu hóa, đảm bảo vệ sinh và an toàn thực phẩm.

**Câu 26. Kể tên một số phương pháp bảo quản thực phẩm:**

A. Kho, nướng B. Chiên, xào

C. Làm khô, muối chua. D. Luộc, rang.

**Câu 27. Món ăn nào dưới đây áp dụng phương pháp làm chín thực phẩm bằng sức nóng trực tiếp của nguồn nhiệt?**

A. Chả giò. B. Sườn nướng. C. Gà rán. D. Canh chua.

**Câu 28. Sấy khô là phương pháp để thực phẩm:**

A. Ở trong nước. B. Bị mất nước. C. Ở trong tủ lạnh. D. Ở trong túi.

**Câu 29. Phương pháp cấp đông thực phẩm có khuyết điểm là:**

A. Thực phẩm mềm, tươi ngon.

B. Thực phẩm có màu sắc tươi mới.

C. Tốn thời gian để rã đông thực phẩm.

D. Thời gian bảo quản thực phẩm được lâu.

**Câu 30. Phương pháp luộc có ưu điểm là:**

A. Dễ chế biến.

B. Không tốn nhiều gia vị.

C. Chế biến từ những thực phẩm thông dụng.

D. Dễ chế biến, không tốn nhiều gia vị, chế biến từ những thực phẩm thông dụng.

**II. PHẦN TỰ LUẬN**

**Câu 1** *:* Em hãy nêu 4 việc làm cụ thể giúp tiết kiệm năng lượng được sử dụng trong gia đình.

**Câu 2** *:*Trong các phương pháp chế biến thực phẩm có sử dụng nhiệt, sử dụng phương pháp nào có nguy cơ gây thực phẩm dễ biến chất nhất? Tại sao?.

Câu 3 : Thế nào là bảo quản, chế biến thực phẩm? An toàn vệ sinh thực phẩm là gì? Để đảm bảo được an toàn vệ sinh thực phẩm, cần phải làm gì?

*-----------Hết----------*