

Họ và tên: Lớp: 4A.....

ĐỀ CƯƠNG ÔN TẬP CUỐI HỌC KÌ II
MÔN: KHOA HỌC

I. TRẮC NGHIỆM: Khoanh vào chữ cái trước các ý kiến em chọn:

Câu 1. Dựa vào thành phần dinh dưỡng có trong thực phẩm, người ta chia thức ăn thành các nhóm chất nào?

- A. Nhóm chất bột đường; nhóm chất béo, nhóm chất cứng; nhóm chất mềm.
- B. Nhóm chất bột đường; nhóm chất đạm; nhóm chất béo; nhóm vi-ta-min và chất khoáng.
- C. Nhóm chất đạm; nhóm vi-ta-min; nhóm chất khoáng và nhóm chứa nhiều nước.
- D. Nhóm chất nên ăn nhiều; nhóm chất nên ăn ít và nhóm chất không nên ăn.

Câu 2. Đánh dấu × vào ô ☐ trước các ý kiến đúng về nguyên tắc ăn uống khoa học:

- | | |
|--|---|
| | a) Cần ăn phối hợp nhiều loại thức ăn để cung cấp đầy đủ chất dinh dưỡng cho cơ thể. |
| | b) Không một loại thức ăn nào có thể cung cấp đủ các chất dinh dưỡng cho nhu cầu của cơ thể dù thức ăn đó chứa nhiều chất dinh dưỡng. |
| | c) Hằng ngày, chỉ cần ăn một loại thức ăn mà ta thích là đảm bảo có sức khỏe tốt. |
| | d) Thay đổi món ăn thường xuyên để giúp ăn ngon miệng và cung cấp đủ các chất dinh dưỡng. |

Câu 3. Những bệnh nào liên quan đến việc thiếu dinh dưỡng?

- A. Bệnh suy dinh dưỡng thấp còi, bệnh thừa cân béo phì và bệnh thiếu máu thiếu sắt.
- B. Bệnh thiếu máu thiếu sắt và bệnh thừa cân béo phì.
- C. Bệnh thừa cân béo phì và bệnh suy dinh dưỡng thấp còi.
- D. Bệnh suy dinh dưỡng thấp còi, bệnh đau dạ dày, đau mắt.

Câu 4. Để phòng tránh bệnh liên quan đến dinh dưỡng, ta cần làm gì?

- A. Ăn uống tùy thích, không cần tập thể dục, thức khuya, ngủ muộn.
- B. Vận động cơ thể thật nặng và dùng thực phẩm chức năng thật nhiều mỗi ngày.
- C. Khám sức khỏe hàng ngày, ăn uống kiêng khem nghiêm ngặt.
- D. Thực hiện chế độ ăn uống cân bằng, lành mạnh và thường xuyên luyện tập thể thao.

Câu 5. Những cách nào có thể bảo quản thịt, cá tránh bị nhiễm nấm mốc tốt nhất?

- A. Cho vào hộp nhựa và đậy nắp
- B. Buộc kín vào túi ni-lông và treo cao
- C. Làm lạnh, ướp muối, phơi khô
- D. Đậy lồng bàn nhiều ngày

II. BÀY TỎ Ý KIẾN: Đ/ S?

Câu 6. Hãy viết vào ☐ chữ Đ trước ý đúng, chữ S trước ý sai nói về nấm.

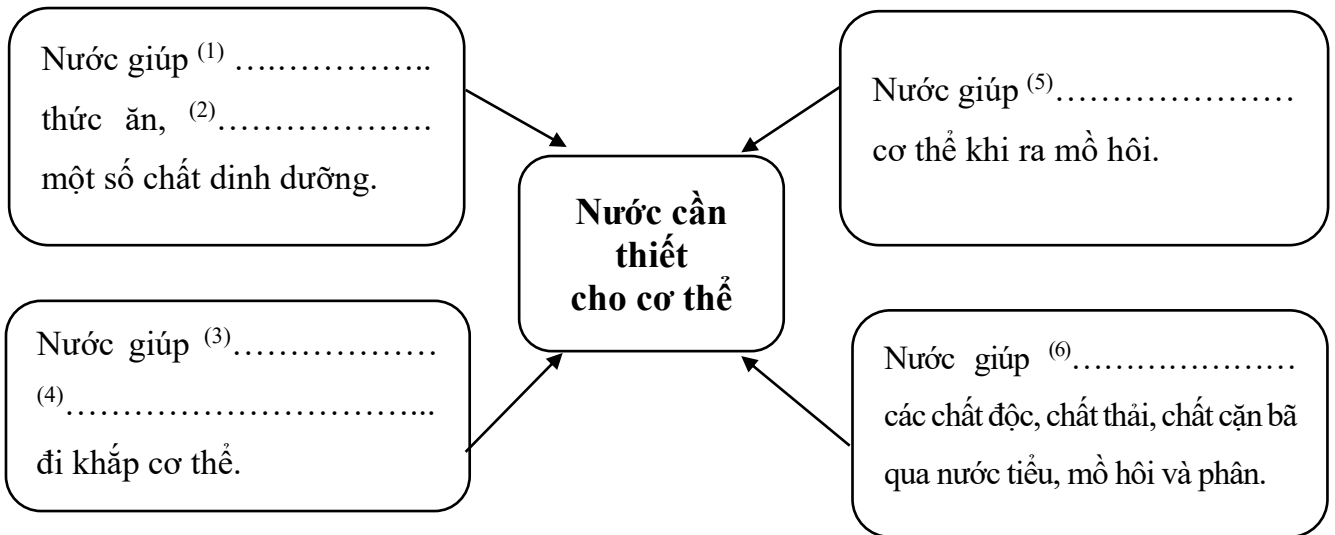
- a) Trong tự nhiên, nấm có nhiều hình dạng, màu sắc, kích thước khác nhau.
- b) Không nên thu hái, chế biến hoặc ăn nấm lạ.
- c) Một số nấm men có thể được dùng trong chế biến thực phẩm.
- d) Thực phẩm nhiễm nấm mốc nếu rửa sạch vẫn ăn được.

Câu 7. Hãy viết vào ☐ chữ Đ trước ý đúng, chữ S trước ý sai về các nguyên tắc an toàn khi tập bơi.

- a) Nên đi bơi khi rất đói hoặc sau khi ăn thật no.
- b) Nhất thiết phải khởi động kĩ trước khi bơi.
- c) Không đi bơi một mình chỗ ao hồ xa, vắng vẻ.
- d) Bơi lội ở nơi có cứu hộ, mang áo phao.
- e) Bơi khi ốm, mệt giúp cơ thể nhanh khỏe.
- g) Vệ sinh cơ thể sạch sẽ ngay sau khi bơi.

II. TỰ LUẬN

Câu 1: Hãy điền các từ trong ngoặc vào chỗ trống trong các câu dưới đây cho phù hợp
(làm mát, tiêu hóa, chất dinh dưỡng, đào thải, vận chuyển, hòa tan)



Câu 2. Nêu 4 việc cần làm để phòng tránh đuối nước.

Câu 3: Viết tên thực vật, động vật vào ô trống và vẽ mũi tên chỉ hướng hợp lý để hoàn thành sơ đồ chuỗi thức ăn gồm 3 mắt xích.

.....		
-------	-------	-------