**Tiết thứ 11**

**BÀI 5. PHƯƠNG PHÁP BẢO QUẢN VÀ CHẾ BIẾN THỰC PHẨM**

***Thời gian thực hiện: 3 tiết***

**­­­­­­­­­­­­**

**TIẾT 2**

**I. MỤC TIÊU BÀI HỌC**: Sau tiết học này HS phải:

**1. Kiến thức**

- Trình bày được một số phương pháp chế biến thực phẩm phổ biến.

**2. Năng lực**

***2.1. Năng lực công nghệ***

- Nhận thức công nghệ: Nhận biết được một số phương pháp chế biến thực phẩm phổ biến.

- Sử dụng công nghệ:

+ Thực hiện các biện pháp chế biến thực phẩm phổ biến

- Đánh giá công nghệ: Đưa ra nhận xét về các món ăn có hại cho sức khỏe con người nếu sử dụng nhiều, món ăn dễ gây mất an toàn vệ sinh thực phẩm.

***2.2. Năng lực chung***

- Năng lực tự chủ, tự học. Ứng dụng được công nghệ thông tin để hoạt động nhóm hoàn thành phiếu học tập.

- Năng lực giao tiếp và hợp tác: Biết sử dụng thông tin để trình bày, thảo luận các vấn đề liên quan đến bảo quản thực phẩm, lắng nghe và phản hồi tích cực trong quá trình hoạt động nhóm.

- Năng lực giải quyết vấn đề: Giải quyết được các tình huống đặt ra.

- Phát triển năng lực đánh giá.

**3. Phẩm chất**

- Chăm chỉ:

+ Ham học hỏi, tìm tòi tài liệu liên quan đến nội dung bài học.

+ Có ý thức vận dụng kiến thức đã học vào thực tiễn cuộc sống.

- Trách nhiệm: Tích cực trong các hoạt động.

**II. THIẾT BỊ DẠY HỌC VÀ HỌC LIỆU**

**1. Chuẩn bị của giáo viên**

*-* Kế hoạch bài dạy, SGK, SGV, Phiếu học tập

- Bài dạy power point, video clip liên quan.

- Ti vi, máy tính, máy tính bảng.

- Mẫu vật món trộn hỗn hợp, món muối chua.

**2. Chuẩn bị của HS**

- Đọc trước bài mới, tìm hiểu trước cách chế biến thực phẩm trong gia đình.

- Dụng cụ học tập phục vụ cho quá trình hoạt động nhóm

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

**1. Hoạt động 1: Mở đầu**

*a. Mục tiêu:* Tạo sự hứng thú, vui nhộn và tạo tâm thế học tập cho HS trước khi vào tiết học.

*b. Nội dung*: HS lắng nghe bài hát “Chiếc bụng đói” (Sáng tác: Tiên Cookie; Bé Thanh Ngân biểu diễn) và trả lời câu hỏi của GV

*c. Sản phẩm*: Câu trả lời của HS, Nội dung cơ bản của bài.

*d. Tổ chức hoạt động*

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động của GV và HS** | **Nội dung cần đạt** |
| **\* Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ**  - GV HS lắng nghe bài hát “Chiếc bụng đói” (Sáng tác: Tiên Cookie; Bé Thanh Ngân biểu diễn) và trả lời câu hỏi:  ? Người chế biến những món ăn ngon cho bạn nhỏ trong bài hát là ai?  HS lắng nghe và tiếp nhận nhiệm vụ.  **\* Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ**  HS lắng nghe bài hát và trả lời câu hỏi của GV  **\* Bước 3: Báo cáo, thảo luận**  GV yêu cầu HS trả lời.  HS khác nhận xét, bổ sung  **\* Bước 4: Kết luận và nhận định**  GV kết luận: Mẹ bạn nhỏ trong bài hát đã chế biến rất nhiều món ăn ngon khiến bạn nhỏ rất thích thú khi thưởng thức.  ***\* GV dẫn dắt vào bài mới:*** Nhưng để có những bữa ăn ngon như vậy phụ thuộc vào rất nhiều công đoạn trong đó công đoạn chế biến món ăn là một công đoạn hết sức quan trọng. Hôm nay chúng ta cùng tìm hiểu về một số phương pháp chế biến thực phẩm.  HS định hình nhiệm vụ học tập. | Hoàn thành nhiệm vụ. |

**2. Hoạt động 2: Hình thành kiến thức mới**

***2.1.******Tìm hiểu một số phương pháp chế biến thực phẩm có sử dụng nhiệt***

a. Mục tiêu: Trình bày được một số phương pháp chế biến thực phẩm có sử dụng nhiệt

b. Nội dung: Các phương pháp chế biến thực phẩm có sử dụng nhiệt

*c. Sản phẩm*: Câu trả lời của HS trên máy tính bảng.

*d. Tổ chức hoạt động:*

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động của GV và HS** | **Nội dung cần đạt** |
| **Nhiệm vụ 1. Phân loại được các phương pháp chế biến thức ăn** | |
| **\* Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ**  GV chiếu các hình ảnh sau, yêu cầu HS quan sát:    GV phát cho mỗi nhóm HS 01 bộ ảnh. Yêu cầu HS phân loại các món ăn trên thành 2 nhóm khác nhau trong thời gian 2 phút  HS định hình và nhận nhiệm vụ.  **\* Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ**  HS xem hình ảnh chiếu.  Các nhóm phân loại hình ảnh các món ăn trong thời gian 2 phút rồi treo sản phẩm nhóm mình lên phần tường của nhóm.  **\* Bước 3: Báo cáo, thảo luận**  Các nhóm HS trưng bày sản phẩm trên bảng.  GV yêu cầu các nhóm trình bày lí do sắp xếp thực phẩm vào các nhóm của nhóm mình.  **\* Bước 4: Kết luận và nhận định**  GV chốt lại kiến thức.  Kết luận: Chế biến thực phẩm được phân thành 2 nhóm chính: Chế biến thực phẩm có sử dụng nhiệt và chế biến thực phẩm không sử dụng nhiệt. | III. Một số phương pháp chế biến thực phẩm |
| **Nhiệm vụ 2. Tìm hiểu một số phương pháp chế biến thực phẩm có sử dụng nhiệt** | |
| **\* Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ**  GV yêu cầu HS xem video, nghiên cứu thông tin trong SGK, thảo luận nhóm hoàn thành PHT số 1 trên máy tỉnh bảng trong thời gian 5 phút.  HS quan sát và tiếp nhận nhiệm vụ.  **\* Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ**  HS xem video, nghiên cứu thông tin SGK, hoàn thành PHT số 1 trên máy tính bảng trong thời gian 5 phút.  GV theo dõi, giúp đỡ HS gặp khó khăn.  GV theo dõi tiến trình nộp bài của các nhóm.  **\* Bước 3: Báo cáo, thảo luận**  GV công bố điểm của các nhóm trên máy chiếu.  GV lần lượt chữa từng nội dung trong PHT số 1.  GV yêu cầu HS trả lời các câu hỏi mở rộng:  ? Chúng ta có nên ăn nhiều món ăn rán, nướng không? Vì sao?  ? Trong các phương pháp chế biến thức ăn nói trên, phương pháp nào có nguy cơ mất an toàn vệ sinh thực phẩm nhất? Giải thích?  **\* Bước 4: Kết luận và nhận định**  GV nhận xét trình bày của HS.  GV trình chiếu slide tổng kết rồi chốt lại kiến thức.  HS ghi nhớ và ghi nội dung vào trong vở. | **1. Chế biến thực phẩm có sử dụng nhiệt**  - Luộc  - Kho  - Nướng  - Rán |

***2.1.******Tìm hiểu một số phương pháp chế biến thực phẩm có sử dụng nhiệt***

a. Mục tiêu: Trình bày được một số phương pháp chế biến thực phẩm không sử dụng nhiệt

b. Nội dung: Các phương pháp chế biến thực phẩm không sử dụng nhiệt

*c. Sản phẩm*: Câu trả lời của HS

*d. Tổ chức hoạt động*

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động của GV và HS** | **Nội dung cần đạt** |
| **Nhiệm vụ 1. Tìm hiểu về phương pháp chế biến trộn hỗn hợp** | |
| **\* Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ**  GV thực hiện phương pháp trộn hỗn hợp: món nộm sứa và yêu cầu HS trả lời câu hỏi:  1. Thế nào là trộn hỗn hợp?  2. Nêu ưu điểm và hạn chế của món trộn hỗn hợp?  HS định hình và nhận nhiệm vụ  **\* Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ**  HS quan sát GV thực hiện món nộm sứa.  HS suy nghĩ tìm câu trả lời.  **\* Bước 3: Báo cáo, thảo luận**  GV yêu cầu cá nhân HS trả lời câu hỏi.  1 số HS trả lời, HS khác nhận xét và bổ sung.  **\* Bước 4: Kết luận và nhận định**  GV nhận xét trình bày của HS.  GV trình chiếu slide tổng kết rồi chốt lại kiến thức.  HS ghi nhớ và ghi nội dung vào trong vở. | **2. Chế biến thực phẩm không sử dụng nhiệt**  - Trộn hỗn hợp |
| **Nhiệm vụ 2. Tìm hiểu về phương pháp chế biến muối chua** | |
| **\* Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ**  GV yêu cầu HS thưởng thức 2 đĩa dưa chuột: 1 đĩa dưa chuột tươi và 1 đĩa dưa chuột đã được muối chua và cảm nhận vị của 2 món ăn trên rồi trả lời câu hỏi:  1. Thế nào là muối chua?  2. Nêu ưu điểm và hạn chế của món muối chua?  HS định hình và nhận nhiệm vụ  **\* Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ**  Các nhóm HS ăn 2 món dưa chuột, cảm nhận vị của món ăn.  HS suy nghĩ tìm câu trả lời.  **\* Bước 3: Báo cáo, thảo luận**  GV yêu cầu cá nhân HS trả lời câu hỏi.  1 số HS trả lời, HS khác nhận xét và bổ sung.  **\* Bước 4: Kết luận và nhận định**  GV nhận xét trình bày của HS.  GV trình chiếu slide tổng kết rồi chốt lại kiến thức.  HS ghi nhớ và ghi nội dung vào trong vở. | - Muối chua |

**3. Hoạt động 3: Luyện tập**

*a. Mục tiêu:* Củng cố kiến thức về các phương pháp chế biến thực phẩm

*b. Nội dung*: Các phương pháp chế biến thực phẩm

*c. Sản phẩm*: Hoàn thành được yêu cầu.

*d. Tổ chức thực hiện:*

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động của GV và HS** | **Nội dung cần đạt** |
| **Nhiệm vụ 1. Luyện tập về các phương pháp chế biến thức ăn** | |
| **\* Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ**  GV trình chiếu slide yêu cầu HS trả lời câu hỏi:  1. Quan sát và cho biết các món ăn có trong mâm cơm đã được chế biến bằng phương pháp nào?  2. Có món ăn nào mà phương pháp chế biến chưa được giới thiệu ở trong bài?  3. Ngoài các phương pháp chế biến được giới thiệu trong bài em còn biết những phương pháp chế biến thực phẩm nào khác?    HS nhận nhiệm vụ.  **\* Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ**  HS quan sát slide suy nghĩ trả lời câu hỏi.  **\* Bước 3: Báo cáo, thảo luận**  GV yêu cầu cá nhân HS trả lời câu hỏi.  1 số HS trả lời, HS khác nhận xét và bổ sung.  **\* Bước 4: Kết luận và nhận định**  - GV nhận xét, đánh giá trình bày của HS.  - GV chốt lại kiến thức.  - GV tiếp tục giới thiệu về món thịt dê, cơm cháy đặc sản quê hương Ninh Bình.  - HS nghe và ghi nhớ. | HS trả lời được:  1. Các phương pháp chế biến thực phẩm có trong hình  - Luộc  - Kho  - Nướng  - Rán  - Trộn hỗn hợp  - Muối chua  2. Món cơm  3. Các phương pháp chế biến thực phẩm khác  - Xào  - Hấp  - Lẩu... |
| **Nhiệm vụ 2. Tổ chức trò chơi giải ô chữ** | |
| **\* Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ**  GV tổ chức cho HS chơi trò chơi giải ô chữ “Bức tranh bí ẩn”  \* Luật chơi:    \* Gói câu hỏi:  **Câu 1. Phương pháp làm chín thực phẩm trong lượng nước vừa phải với vị mặn đậm đà đó là:**  A. Luộc B. Rán C. Nướng D. Kho  Câu 2. Ưu điểm của phương pháp luộc là  A. Khó thực hiện B. Món ăn có nhiều chất béo  C. Đơn giản và dễ thực hiện D. Dễ bị cháy  Câu 3. Nhược điểm của phương pháp nướng là  A. Thời gian chế biến lâu  B. Thực phẩm dễ bị cháy, gây biến chất  C. Món ăn nhiều chất béo  D. Một số loại vitamin hòa tan trong nước  Câu 4. Món ăn giữ nguyên được chất dinh dưỡng là:  A. Rán B. Nướng C. Trộn hỗn hợp D. Luộc  Câu 5. Cách chế biến thực phẩm nào sau đây không tốt đối với những người béo phì?  A. Rán        B. Luộc    C. Hấp          D. Kho  Câu 6. Nếu ăn quá nhiều món ăn muối chua thì sẽ ảnh hưởng gì đến cơ thể?  A. Không ảnh hưởng gì B. Đau đầu, chóng mặt  C. Gây hại cho dạ dày D. Gây hại cho da  **\* Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ**  HS thực hiện trò chơi “Bức tranh bí ẩn”: Lần lượt từng HS chọn các mảnh ghép và suy nghĩ trả lời câu hỏi.  **\* Bước 3: Báo cáo, thảo luận**  1 số HS trả lời, nếu sai HS khác trả lời.  HS tìm được nội dung bức tranh bí ẩn là một người đầu bếp.  **\* Bước 4: Kết luận và nhận định**  - GV nhận xét, đánh giá trình bày của HS.  - GV tiếp tục giới thiệu về nghề đầu bếp. | HS mở được bức tranh bí ẩn là hình ảnh người đầu bếp  Đáp án đúng:  1. D  2. C  3. B  4. C  5. A  6. C |

**4. Hoạt động 4: Vận dụng (giao nhiệm vụ và làm ở nhà)**

*a. Mục tiêu:* Mở rộng kiến thức vào thực tiễn.

*b. Nội dung*: So sánh phương pháp chế biến có sử dụng nhiệt và phương pháp chế biến thực phẩm không sử dụng nhiệt. Chế biến được một món ăn có sử dụng nhiệt

*c. Sản phẩm*: Hoàn thành nhiệm vụ. Bài làm ghi trên giấy A4.

*d. Tổ chức thực hiện:*

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động của GV và HS** | **Nội dung cần đạt** |
| **\* Bước 1: Chuyển giao nhiệm vụ**  GV yêu cầu HS về nhà hoàn thành yêu cầu sau:  1. Hoàn thành bảng so sánh phương pháp chế biến có sử dụng nhiệt và phương pháp chế biến thực phẩm không sử dụng nhiệt  2. Em hãy chế biến một món ăn có sử dụng nhiệt dưới sự giúp đỡ và giám sát của người thân.  **Bước 2: Thực hiện nhiệm vụ**  HS thực hiện nhiệm vụ của GV tại nhà  **\* Bước 3: Báo cáo, thảo luận**  1. HS hoàn thành vào giấy A4 giờ sau nộp cho GV.  2. HS thực hiện chế biến món ăn, có thể quay phim, chụp lại ảnh, chú ý an toàn khi thực hiện. Nộp lại cho GV qua zalo lớp hoặc gmail cá nhân.  **\* Bước 4: Kết luận và nhận định**  GV dặn dò nhiệm vụ tiết sau.  HS nghe, nhận nhiệm vụ và ghi nhớ. | 1. Bản ghi trên giấy A4.  2. Video, ảnh |

**PHỤ LỤC 1. PHIẾU HỌC TẬP**

**Câu 1: Hãy tích vào các phát biểu đúng:**

**□** Luộc là phương pháp làm chín thực phẩm trong nước

**□** Ưu điểm của món luộc là đơn giản, dễ thực hiện, phù hợp chế biến nhiều loại thực phẩm như: thịt, trứng, hải sản, rau, củ…

**□** Luộc là phương pháp làm chín thực phẩm trong chất béo

**□** Hạn chế của món luộc là một số loại vitamin trong thực phẩm có thể bị hòa tan trong nước.

**Câu 2: Ghép mỗi câu ở cột A với 1 câu phù hợp nhất ở cột B để được đáp án đúng về phương pháp “Kho”:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Cột A** | **Cột B** |
| 1. Kho là làm chín thực phẩm | a. Món ăn mềm, có hương vị đậm đà |
| 2. Ưu điểm của món kho | b. Thời gian chế biến lâu. |
| 3. Hạn chế của món kho | c. Trong lượng nước vừa phải với vị mặn đậm đà. |

**Câu 3: Cho các cụm từ sau: biến chất (a), hương vị (b), sức nóng trực tiếp (c)**

**Điền các từ còn thiếu vào chỗ trống để hoàn thành đặc điểm của món “nướng”:**

I. Nướng là làm chín thực phẩm bằng ………….(1)…….. của nguồn nhiệt, thường để dùng để chế biến các loại thực phẩm như: thịt, cá, khoai lang, khoai tây…

II. Các món nướng có (2)……………..hấp dẫn.

III. Thực phẩm làm từ món nướng dễ bị cháy, gây (3)…………

**Câu 4: Chọn câu trả lời đúng nhất: Đặc điểm của phương pháp rán (chiên) là:**

A. Làm chín thực phẩm nhờ sức nóng của hơi nước. B. Làm chín thực phẩm trong chất béo ở nhiệt độ cao

C. Làm chín thực phẩm trong chất béo ở nhiệt độ thấp. D. Làm chín thực phẩm trong lượng nước vừa phải

**Câu 5: Chọn câu trả lời đúng nhất: Các món rán có ưu điểm là:**

A. Món ăn có độ giòn, độ ngậy. B. Món ăn mềm ỉu, có vị chua

C. Món ăn hạn chế được lượng chất béo. D. Món ăn giữ lại được nhiều vitamin.

**Câu 6: Chọn câu trả lời đúng nhất: Các món rán có hạn chế là**

A. Thời gian chế biến nhanh.

B. Món ăn nhiều chất béo, tăng nguy cơ mắc bệnh béo phì

C. Món ăn mềm, có hương vị đậm đà.

D. Món ăn giữ được nguyên vẹn các chất dinh dưỡng

**Đáp án phiếu học tập:**

**Câu 1: Các phát biểu đúng:**

**□** Luộc là phương pháp làm chín thực phẩm trong nước

**□** Ưu điểm của món luộc là đơn giản, dễ thực hiện, phù hợp chế biến nhiều loại thực phẩm như: thịt, trứng, hải sản, rau, củ…

**□** Hạn chế của món luộc là một số loại vitamin trong thực phẩm có thể bị hòa tan trong nước.

**Câu 2:** 1.c, 2.a, 3.b

**Câu 3:** (1) – c; (2) – b; (3) - a

**Câu 4:** B. Làm chín thực phẩm trong chất béo ở nhiệt độ cao

**Câu 5:** A. Món ăn có độ giòn, độ ngậy.

**Câu 6:** B. Món ăn nhiều chất béo, tăng nguy cơ mắc bệnh béo phì

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  | *Quang Trung, ngày ...... tháng ...... năm.........*  **KÍ DUYỆT CỦA BGH** |

*---------------------------------------Hết-------------------------------------*