Ngày giảng: / /2021

**TIẾT 15. DỰ ÁN 2. MÓN ĂN CHO BỮA CƠM GIA ĐÌNH**

**I. MỤC TIÊU BÀI HỌC**: Sau bài học này học sinh phải:

**1. Kiến thức**

- Xây dựng bữa ăn dinh dưỡng hợp lí cho gia đình và chế biến được một món ăn theo phương pháp chế biến không sử dụng nhiệt

**2. Năng lực**

***2.1. Năng lực công nghệ***

- Nhận thức công nghệ: Nhận biết được quy trình xây dựng bữa ăn hợp lý cho gia đình. Nhận biết được phương pháp chế biến không sử dụng nhiệt.

- Sử dụng công nghệ: Chế biến được món ăn không sử dụng nhiệt

- Đánh giá công nghệ: Đưa ra nhận xét cho sự phù hợp về dinh dưỡng cho một thực đơn ăn uống. Đưa ra nhận xét món ăn sau khi chế biến.

**2.2. Năng lực chung**

- Năng lực tự chủ, tự học.

- Năng lực giao tiếp và hợp tác: Biết sử dụng thông tin để trình bày, thảo luận các vấn đề liên quan đến dự án món ăn cho bữa cơm gia đình, 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.

***3. Phẩm chất***

- Chăm chỉ: 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**

- Nghiên cứu yêu cầu cần đạt, lựa chọn nội dung dạy học.

- Giấy A4. Phiếu học tập. Ảnh, power point.

**2. Chuẩn bị của HS**

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

- Nguyên liệu cần thiết tuỳ theo món ăn.

- Các dụng cụ nhà bếp thông dụng: bát to, bát, đĩa, đũa, thìa,...

- Thiết bị hỗ trợ: máy tính có kết nối internet

**III. TIẾN TRÌNH DẠY HỌC**

1. **Ổn định lớp (1’)**
2. **Tiến trình bài dạy**

**Hoạt động 1: Giới thiệu dự án (5’)**

*a.Mục tiêu*: Định hướng sự quan tâm của HS vào dự án.

*b. Nội dung*: Nhằm khai thác những kinh nghiệm và hiểu biết của HS về thực phẩm và dinh dưỡng để giới thiệu dự án.

*c. Sản phẩm*: Bản báo cáo kết quả thảo luận nhóm.

*d. Tổ chức hoạt động*

|  |  |
| --- | --- |
| **Hoạt động của GV và HS** | **Nội dung cần đạt** |
| **Chuyển giao nhiệm vụ** | |
| GV yêu cầu HS quan sát hình ảnh sau  D:\sách giáo khoa lớp 6\image-20191227112316-1.png  ***Quy trình sản xuất nước sốt cà chua***  GV: quy trình chế biến sản xuất nước sốt cà chua được thực hiện trong các nhà máy bảo quản và chế biến thực phẩm.  GV yêu cầu các nhóm tiến hành thảo luận, trong thời gian 2 phút cho biết để tạo ra được món nước sốt cà chua ngon, đạt yêu cầu về an toàn thực phẩm cần sự hướng dẫn kỹ thuật của ai? Công việc được thực hiện trong lĩnh vực, hoạt động nào của bảo quản và chế biến thực phẩm?  HS nhận nhiệm vụ. | Bản báo cáo của nhóm |
| **Thực hiện nhiệm vụ** | |
| HS nhận nhóm, phân công nhiệm vụ và liên hệ kiến thức đã học, tiến hành thảo luận nhóm và hoàn thành yêu cầu của GV  GV theo dõi, giúp đỡ HS gặp khó khăn. |  |
| **Báo cáo, thảo luận** | |
| GV yêu cầu đại diện nhóm trình bày, nhóm khác nhận xét và bổ sung.  Đại diện nhóm trình bày, nhóm khác nhận xét và bổ sung. |  |
| **Kết luận và nhận định** | |
| GV nhận xét trình bày của HS.  GV chốt lại kiến thức.  GV dẫn dắt vào bài mới: Kĩ sư công nghệ thực phẩm là những người làm việc trong lĩnh vực bảo quản và chế biến thực phẩm. Công việc chính của kĩ sư công nghệ thực phẩm là nghiên cứu, phát triển sản phẩm thực phẩm mới hoặc đánh giá chất lượng thực phẩm trong quá trình bảo quản, chế biến và vận hành dây chuyền sản xuất thực phẩm.  Các em thành lập nhóm và hãy đóng vai các kĩ sư công nghệ thực phẩm để nghiên cứu và thực hiện một món ăn với phương pháp chế biến không sử dụng nhiệt với dự án “món ăn cho bữa cơm gia đình”  HS tiếp nhận dự án. |  |

**Hoạt động 2: Học sinh lập kế hoạch dự án, thực hiện dự án(23’)**

*a.Mục tiêu*: Từ kết quả trả lời các câu hỏi của HS, GV xác định những kiến thức mà học sinh chưa biết, muốn biết về thực phẩm và dinh dưỡng, từ đó có hứng thú, động lực tìm hiểu kiến thức mới. Nhằm hình thành kiến thức cho học sinh về chế biến món ăn không sử dụng nhiệt đảm bảo dinh dưỡng thông qua thời gian và tìm hiểu thông tin để thực hiện dự án

b. Nội dung:

- Xây dựng một bữa ăn dinh dưỡng hợp lí cho gia đình, trong đó có món ăn được chế biến bằng phương pháp không sử dụng nhiệt.

- Tìm hiểu những nguyên liệu cần sử dụng và cách thực hiện món ăn đó.

- Chế biến và trình bày món ăn

*c. Sản phẩm*: bản ghi chép thảo luận nhóm.

*d. Tổ chức hoạt động*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Hoạt động của GV và HS** | **Nội dung cần đạt** | | |
| **Nhiệm vụ 1. Lập kế hoạch dự án** | | | |
| **Chuyển giao nhiệm vụ** | | | |
| Từ phần trả lời của HS trên, GV chuyển sang hoạt động hình thành chủ đề dự án “Món ăn cho bữa cơm gia đình”  GV hướng dẫn HS tìm hiểu nội dung dự án thông qua các câu hỏi sau  ? Bữa ăn dinh dưỡng hợp lí có những yêu cầu gì  ? Món ăn kèm trong bữa cơm gia đình thường là những món gì  ? Bữa ăn dinh dưỡng của nhóm em xây dựng gồm những món ăn nào? Món ăn mà nhóm định thực hiện là món gì  ? Nguyên liệu và cách chế biến món ăn đó như thế nào  ? Màu sắc, mùi, vị, trạng thái của món ăn như thế nào là đạt yêu cầu kĩ thuật  GV chia lớp làm 4 nhóm và phân công các nhóm thực hiện dự án  GV hướng dẫn, tổ chức cho HS để lập kế hoạch dự án như phân công nhiệm vụ, cách thức hoạt động nhóm, vai trò của từng thành viên trong nhóm.. | | | Bản ghi chép hoạt động nhóm |
| **Thực hiện nhiệm vụ** | | | |
| HS tự suy nghĩ và trả lời câu hỏi.  HS nhận nhóm, thực hiện nhiệm vụ GV giao, phân công nhiệm vụ, cách thức hoạt động nhóm, vai trò của từng thành viên trong nhóm. | | |  |
| **Báo cáo, thảo luận** | | | |
| 1-2 HS trả lời câu hỏi, HS khác nhận xét và bổ sung  Đại diện nhóm trình bày thành viên nhóm, phân công nhiệm vụ cho các nhóm, thời gian hoàn thành yêu cầu của các thành viên. | | |  |
| **Kết luận và nhận định** | | | |
| GV nhận xét trình bày của HS.  GV chốt kiến thức.  HS nghe và ghi nhớ, ghi nội dung vào vở | | |  |
| **Nhiệm vụ 2. Thực hiện dự án** | | | |
| **Chuyển giao nhiệm vụ** | | | |
| GV cung cấp cho HS phiếu hướng dẫn thực hiện từng nhiệm vụ của dự án  GV nêu nội dung, hình thức, thời hạn nộp sản phẩm, cách thức và nguồn tìm kiếm sản phẩm. | **1.Nội dung dự án**  **-** Xây dựng một bữa ăn dinh dưỡng hợp lí cho gia đình, trong đó có món ăn được chế biến bằng phương pháp không sử dụng nhiệt.  - Tìm hiểu những nguyên liệu cần sử dụng và cách thực hiện món ăn đó.  - Chế biến và trình bày món ăn | | |
| **Thực hiện nhiệm vụ** | | | |
| HS lập kế hoạch và phân công nhiệm vụ trong nhóm.  - Trong quá trình thực hiện nhiệm vụ, HS có thể hỏi ý kiến GV nếu cần thiết.  - HS thực hiện nhiệm vụ phân công theo kế hoạch và thực hiện thời gian 1 tuần. Tùy điều kiện, khả năng các em sẽ thu thập thông tin, tìm hiểu thực tiễn bằng cách quan sát, đọc sách tham khảo, tìm thông tin trên Internet, sau khi đã thu thập được các thông tin cần thiết, học sinh sẽ xây dựng sản phẩm của nhóm và cá nhân. | |  | |
| **Báo cáo, thảo luận** | | | |
| Đại diện nhóm trình bày ý kiến của nhóm khi thực hiện nhiệm vụ của giáo viên đưa ra. | |  | |
| **Kết luận và nhận định** | | | |
| GV nhận xét trình bày của HS.  GV chốt lại kiến thức.  HS ghi nhớ và ghi nội dung vào trong vở. | |  | |

**Hoạt động 3: Báo cáo kết quả thực hiện dự án(10’)**

a.Mục tiêu: HS tổng hợp và hoàn thiện sản phẩm của nhóm. Thông qua đó sẽ phản ánh kết quả học tập của học sinh trong quá trình thực hiện dự án.

b. Nội dung:

- Xây dựng một bữa ăn dinh dưỡng hợp lí cho gia đình, trong đó có món ăn được chế biến bằng phương pháp không sử dụng nhiệt.

- Tìm hiểu những nguyên liệu cần sử dụng và cách thực hiện món ăn đó.

- Chế biến và trình bày món ăn

*c. Sản phẩm*: Poster, giấy A0, báo cáo power Point

*d. Tổ chức hoạt động*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Hoạt động của GV và HS** | **Nội dung cần đạt** | |
| **Chuyển giao nhiệm vụ** | | |
| GV yêu cầu HS báo cáo kết quả thực hiện thông qua hình thực poster trên giấy A0 hoặc trình chiếu trên Power Point và sản phẩm. | **2. Kết quả của dự án**  Một món ăn đã được chế biến hoàn chỉnh | |
| **Thực hiện nhiệm vụ** | | |
| Đại diện nhóm chuẩn bị báo cáo kết quả thực hiện dự án của nhóm mình theo từng tiểu chủ đề đã được giao từ tiết đầu dựa trên phiếu dự án GV đưa cho và các thông tin thu thập được trong quá trình tìm hiểu và thu thập thông tin. | |  |
| **Báo cáo, thảo luận** | | |
| Đại diện nhóm trình bày, thuyết minh cho sản phẩm của nhóm. Khi trao đổi nhận xét, đánh giá, thảo luận trong lớp thì các thành viên khác có thể tham gia phát biểu ý kiến  Các nhóm lắng nghe, bổ sung ý kiến và có thể đặt ra câu hỏi.  GV lắng nghe và hỗ trợ các nhóm trả lời câu hỏi của nhóm khác. | |  |
| **Kết luận và nhận định** | | |
| GV nhận xét, góp ý các câu hỏi trả lời cảu học sinh.  GV chốt lại kiến thức, yêu cầu HS ghi nhớ.  HS ghi nhớ, ghi nội dung vào vở. | |  |

**Hoạt động 4: Đánh giá dự án(6’)**

a.Mục tiêu: Tổng kết lại kiến thức bài học. Đánh giá hoạt động của học sinh.

b. Nội dung: Đánh giá kết quả thực hiện các tiểu dự án của học sinh

*c. Sản phẩm*: Bảng đánh giá của GV và HS

*d. Tổ chức hoạt động*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Hoạt động của GV và HS** | **Nội dung cần đạt** | |
| **Chuyển giao nhiệm vụ** | | |
| GV tổ chức cho học sinh tham gia đánh dự án của các nhóm khác nhau. | Bảng đánh giá của GV và HS | |
| **Thực hiện nhiệm vụ** | | |
| GV hoàn thiện phiếu đánh giá của mình và yêu cầu các nhóm tự đánh giá và cho điểm các thành viên trong nhóm cũng như đánh giá kết quả của nhóm khác.  HS tự đánh giá trong nhóm một cách khác quan theo bảng phân công nhiệm vụ đã lập từ đầu. | |  |
| **Báo cáo, thảo luận** | | |
| Đại diện nhóm báo cáo kết quả của nhóm mình và kết quả của nhóm khác. | |  |
| **Kết luận và nhận định** | | |
| GV tổng hợp các phiếu đánh giá và công bố kết quả của từng nhóm và cũng như của từng HS.  GV tuyên dương, khen thưởng và ghi nhận sự cố gắng của các nhóm.  HS nghe và ghi nhớ. | |  |

**PHỤ LỤC 1. HƯỚNG DẪN THỰC HIỆN DỰ ÁN**

**1.Xây dựng bộ câu hỏi gợi ý và các phiếu học tập**

**Phiếu dự án dành cho học sinh**

1.Thành viên của gia đình gồm những ai?

2. Tìm hiều về nhu cầu dinh dưỡng của các thành viên trong gia đình (tham khảo thông tin trong Bảng 6.1) và trình bày theo mẫu dưới đây

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Thành viên | Giới tính | Độ tuổi | Nhu cầu dinh dưỡng/ 1 ngày |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

Câu 2.Tính tổng nhu cầu dinh dưỡng của các thành viên trong gia đình cho một bữa ăn (giả định bằng 1/3 nhu cầu dinh dưỡng cả ngày)

|  |  |
| --- | --- |
| **Thành viên trong gia đình** | **Tổng nhu cầu dinh dưỡng của các thành viên cho 1 bữa ăn** |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

**Câu 3.** Xây dựng bữa ăn hợp lý để đáp ứng nhu cầu dinh dưỡng cho cả nhà đã tính toán ở câu 2

- Cơm.

- Món mặn:

- Món rau:

- Món canh

- Nước chấm:

- Hoa quả tráng miệng:

**Câu 4:** Lập danh sách các thực phẩm cần chuẩn bị bao gồm: tên thực phẩm, khối lượng, giá tiền.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Món ăn** | **Thực phẩm cần sử dụng** | **Số lượng** | **Giá tiền** |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |
|  |  |  |  |

**Câu 5:** Lựa chọn và chế biến một món ăn có trong thực đơn.

**Tên món ăn:**

Bước 1: Sơ chế nguyên liệu

...........................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................

Bước 2: Quy trình chế biến

...........................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................

Bước 3: Trình bày món ăn

...........................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................................

**PHỤ LỤC 2. THỜI GIAN THỰC HIỆN DỰ ÁN**

Hoạt động 1: 15 phút

Hoạt động 2: 30 Phút + Thực hiện ở nhà 1 tuần

Hoạt động 3, 4: Tiết 2.

**PHỤ LỤC 3. CÁC PHIẾU ĐÁNH GIÁ DỰ ÁN**

**1. Hồ sơ của nhóm**

Tên nhóm:…………………………………………..

Danh sách và vị trí nhân sự:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Vị trí** | **Mô tả nhiệm vụ** | **Tên thành viên** |
| **Nhóm trưởng** | Quản lí các thành viên trong nhóm, hướng dẫn, góp ý, đôn đốc các thành viên trong nhóm hoàn thành nhiệm vụ | ……………………..............  ……………………………..  ……………………………..  ……………………………. |
| **Thư kí** | ………………………………  ………………………………. | ………………………………  ………………………………. |
| **Thành viên** | ………………………………  ………………………………. | ………………………………  ………………………………. |
| **Thành viên** | ………………………………  ………………………………. | ………………………………  ………………………………. |
| **Thành viên** | ………………………………  ………………………………. | ………………………………  ………………………………. |

**2.Phiếu đánh giá kết quả báo cáo dự án trước lớp**

**PHIẾU ĐÁNH GIÁ SỐ 1: ĐÁNH GIÁ BẢN BÁO CÁO DỰ ÁN MÓN ĂN CHO BỮA CƠM GIA ĐÌNH**

*Phiếu này được sử dụng để đánh giá nhóm khi báo cáo dự án món ăn cho bữa cơm gia đình*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Tiêu chí** | **Điểm tối đa** | **Điểm đạt dược** |
|  | Cấu trúc bài báo cáo đầy đủ nội dung, rõ ràng, chặt chẽ. | 7 |  |
|  | Diễn đạt tự tin trôi chảy, thuyết phục | 2 |  |
|  | Hình thức báo cáo đẹp, phong phú, hấp dẫn | 1 |  |
|  | **Tổng điểm** | **10** |  |

**PHIẾU ĐÁNH GIÁ SỐ 2: ĐÁNH GIÁ KẾT QUẢ DỰ ÁN MÓN ĂN CHO BỮA CƠM GIA ĐÌNH**

*Phiếu này được sử dụng để đánh giá nhóm khi giới thiệu sản phẩm món ăn trong gia đình*

Nhóm đánh giá:…………………………………………………………………......

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **TT** | 1. **điểm** | **9 điểm** | **10 điểm** |
| 1 | - Chưa phù hợp khẩu vị, tâm trạng và sức khỏe của các thành viên trong gia đình.   - Nguyên liệu, món ăn phải được chế biến từ những thực phẩm tươi ngon, hợp vệ sinh và tạo sự ngon miệng.  - Gia vị trong món ăn chưa được được phối hợp đúng cách, đúng liều lượng | - Phù hợp khẩu vị, tâm trạng và sức khỏe của các thành viên trong gia đình.   - Nguyên liệu, món ăn phải được chế biến từ những thực phẩm tươi ngon, hợp vệ sinh và tạo sự ngon miệng.  - Gia vị trong món ăn chưa được phối hợp đúng cách, đúng liều lượng | - Phù hợp khẩu vị, tâm trạng và sức khỏe của các thành viên trong gia đình.   - Nguyên liệu, món ăn phải được chế biến từ những thực phẩm tươi ngon, hợp vệ sinh và tạo sự ngon miệng.  - Gia vị trong món ăn phải được phối hợp đúng cách, đúng liều lượng |
| 2 | Món ăn được chế biến đúng quy trình | Món ăn được chế biến đúng quy trình | Món ăn được chế biến đúng quy trình |
| 3 | Chi phí cao hơn giá thành sản phẩm | Chi phí bằng giá thành sản phẩm | Chi phí thấp hơn giá thành sản phẩm |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **TT** | **Tiêu chí** | **Điểm tối đa** | **Điểm đạt dược** |
|  | Xây dựng ý tưởng thiết kế được một mô hình nhà ở từ các vật liệu có sẵn. | 2 |  |
|  | Mô hình ngôi nhà với các đồ dùng, thiết bị chủ yếu ở mỗi khu vực. | 8 |  |
|  | **Tổng điểm** | **10** |  |

**PHỤ LỤC 4. TÀI LIỆU CẦN CHO DỰ ÁN**

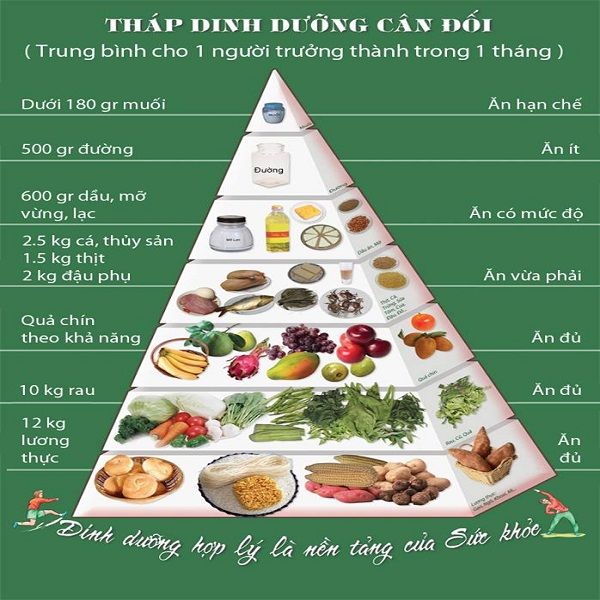
Bảng 1.Bảng thành phần dinh dưỡng tính trên 100g của một số món ăn

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Tên món ăn | Khối lượng thực phẩm (gam) | Năng lượng(kcal) |
| Cơm | | |
| Cơm trắng | Gạo: 100 | 345 |
| Món ăn mặn | | |
| Thịt kho tiêu | Thịt lợn: 100 | 185 |
| Thịt kho trứng | -Thịt lợn: 55 - Trứng vịt: 45 | 252 |
| Gà kho gừng | -Thịt gà: 90 - Gừng: 10 | 243 |
| Cá chuối kho | Cá chuối: 100 | 162 |
| Sườn rang | Sườn lợn: 100 | 272 |
| Trứng đúc thịt | -Thịt nạc: 70 - Trứng vịt: 30 | 277 |
| Tép rang | Tép: 100 | 217 |
| Món rau, món canh | | |
| Bầu xào trứng | - Bầu: 84 -Trứng: 16 | 125 |
| Giá đỗ xào thịt | * Giá đỗ: 50. Rau hẹ: 15 -Thịt lợn: 35 | 99 |
| Canh bắp cài | - Bắp cải: 90 -Thịtnạc băm: 10 | 67 |
| Canh bí đao | - Bí đao: 90 -Thịt nạc băm: 10 | 53 |
| Canh rau ngót | - Rau ngót: 80 -Thịt nạc băm: 20 | 116 |
| Rau muống luộc | Rau muống: 100 | 23 |
| Nước chấm | | |
| Nước mắm | 100 | 21 |
| Nước tương | 100 | 40 |
| Trái cây | | |
| Bưởi | 100 | 31 |
| Dưa hấu | 100 | 16 |
| Đu đủ | 100 | 35 |

Bảng 2. Nhu cầu dinh dưỡng cho người Việt Nam trong một ngày để đảm bảo hoạt động ở mức độ trung bình, được tính bằng đơn vị kcal.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Lứa tuổi | Nam | Nữ |
| 0 - 2 tháng | 405 | |
| 3-5 tháng | 505 | |
| 6-8 tháng | 769 | |
| 9 -12 tháng | 858 | |
| 1-3 tuổi | 1180 | |
| 4-6 tuổi | 1470 | |
| 7-9 tuổi | 1825 | |
| 10-12 tuổi | 2110 | |
| 13-15 tuổi | 2650 | 2205 |
| 16-18 tuổi | 2980 | 2240 |
| 19-30 tuổi | 2934 | 2154 |
| 31 - 60 tuổi | 2634 | 2212 |
| > 60 tuổi | 2128 | 1962 |

**Tháp dinh dưỡng cân đối cho 1 người 1 tháng**

****