

# KHOIR ĐÔNG





## Hoạt động trải nghiệm

*Tuần 21*

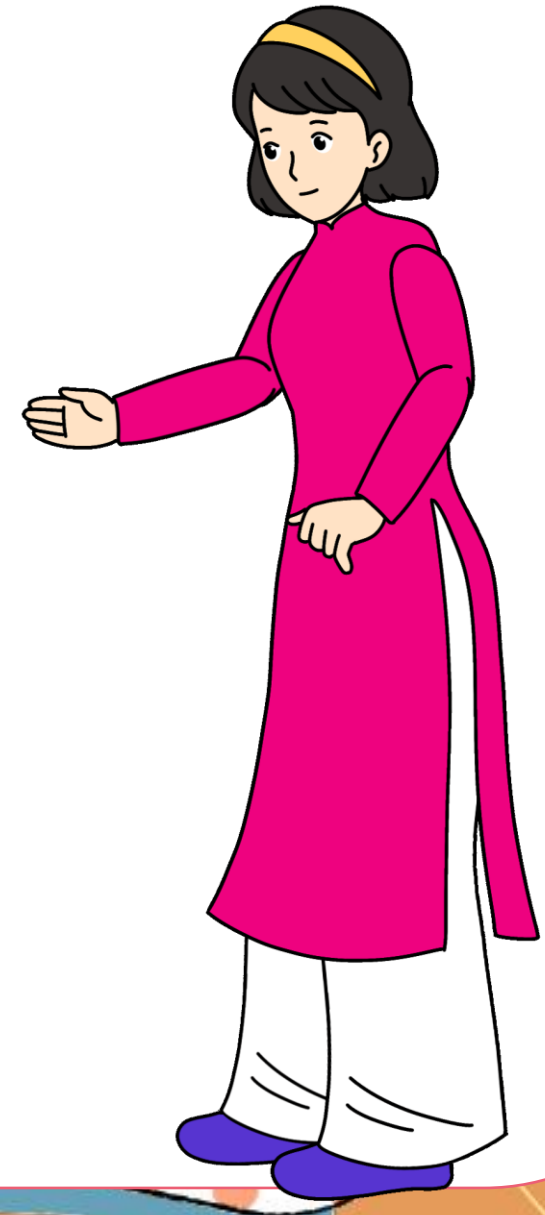
# BẾP NHÀ EM



# KHÁM PHÁ



- Chia lớp thành đội Nếu và đội Thì để dự đoán những nguy cơ sẽ xảy ra nếu không thực hiện vệ sinh an toàn thực phẩm trong bếp.
  - Lần lượt một bên nói "Nếu...", bên kia nói "Thì..", sau ba câu thủ đối lại.
- Ví dụ: Nếu đồ ăn bị mốc trắng Thì đồ ăn đã bị nhiễm khuẩn.



Nếu bát đĩa mốc ...

... thì thức ăn bị nhiễm khuẩn.

Nếu đồ ăn bị thiu ...

... thì dễ bị ngộ độc.

Nếu sử dụng thực phẩm quá hạn ...

... thì dễ bị đau bụng.

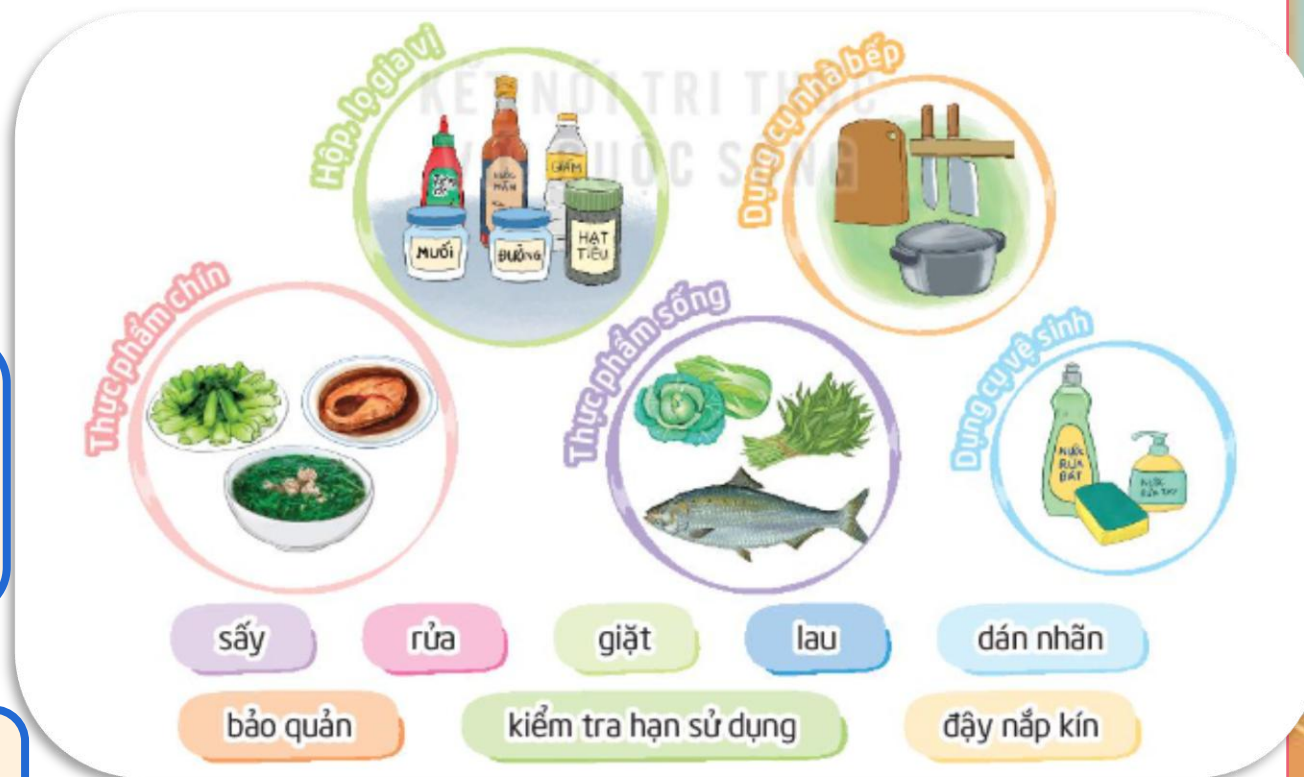
|                                |                                 |
|--------------------------------|---------------------------------|
| Nếu đồ ăn bị mốc trắng         | ... Thì đồ ăn đã bị nhiễm khuẩn |
| Nếu ăn phải trái cây bị hỏng   | .... Thì có thể bị buồn nôn     |
| Nếu uống phải nước lã          | .... Thì dễ bị đau bụng         |
| Nếu ăn phải đồ quá hạn sử dụng | ... Thì có thể bị ngộ độc       |
| .....                          | .....                           |

## 2. Thảo luận về những việc cần làm để đảm bảo vệ sinh an toàn trong ăn uống

- Mỗi nhóm chọn một vấn đề để thảo luận.

- Xây dựng kế hoạch thực hiện vệ sinh an toàn trong ăn uống tại bếp nhà em.

- Đại diện nhóm trình bày trước lớp.



Ví dụ:



**Chọn hoa quả:** tươi, không bị héo, dập nát.



**Chọn thịt:** có màu tươi, đàn hồi tốt, săn chắc, không có mùi và không bị nhão, chảy nước.



**Chọn rau:** tươi, không bị héo, dập nát hay có lá vàng.



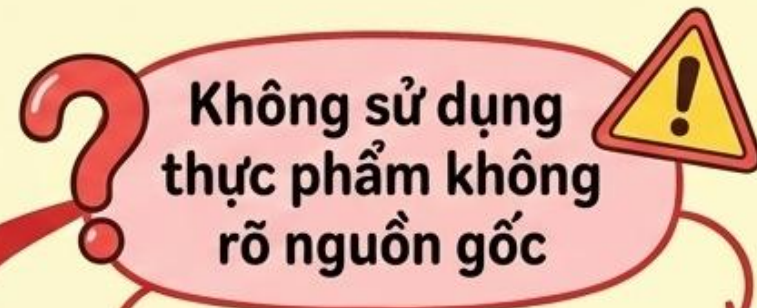
**Luôn chọn thực phẩm tươi sạch**



**Cách lựa chọn thực phẩm**



**Ưu tiên sử dụng thực phẩm nhà trồng**



**Quan sát hạn sử dụng**





# CHIA SẺ TRƯỚC LỚP



# **Một số việc cần làm để đảm bảo vệ sinh an toàn trong ăn uống tại bếp nhà em:**

**Bảo quản thực phẩm sống và chín đúng cách.**

**Thường xuyên kiểm tra chất lượng và hạn sử dụng của các loại thực phẩm trong tủ lạnh, tủ bếp, kệ,...**

**Thường xuyên vệ sinh các dụng cụ nhà bếp và làm sạch dụng cụ vệ sinh sau khi dùng.**

**Dán nhãn cho các loại hộp, lọ và đậy nắp kín để bảo quản tốt hơn.**

**Không để thực phẩm chín trên bàn, mâm mà không có lồng bàn hay nắp đậy che chắn.**



**Ta cần nhắc nhau luôn giữ bếp  
sạch sẽ, không tạo cơ hội cho vi  
khuẩn, vi trùng phát triển, bảo  
vệ sự an toàn của cả nhà.**

# LUYỆN TẬP





**Viết vào vở bài tập hoặc  
tờ giấy những việc mình  
sẽ thực hiện trong một  
hai ngày tới.**



## **KẾ HOẠCH HÀNH ĐỘNG**

Mình sẽ thực hiện những việc sau vào buổi tối ngày 20 tháng 12

1. Cùng mẹ kiểm tra tủ lạnh.
2. Sắp xếp lại thức ăn trong tủ lạnh.
3. Lau dọn tủ lạnh.

# VÂN DUNG



# VỀ NHÀ

**Cùng với người thân:**

- + Kiểm tra nhãn chai, lọ**
- + Kiểm tra thực phẩm trong tủ lạnh.**
- + Bảo quản thực phẩm sống và chín trong bếp đúng cách.**





Chúc các em  
học tốt!