**Vitaminy**

1. **Zakroužkuj vitaminy rozpustné ve vodě:** **A, B1, C, D, E, B12, B6**  **(2b)**
2. **Přiřaďte k pojmům správné vysvětlení: (3b)**

|  |  |
| --- | --- |
| 1. avitaminóza
 | 1. stav, kdy má organismus menší množství určitého vitaminu
 |
| 1. hypovitaminóza
 | 1. stav, kdy má organizmus ideální množství určitého vitaminu
 |
| 1. hypervitaminóza
 | 1. stav, kdy má organizmus nadbytek určitého vitaminu
 |
|  | 1. stav, kdy má organizmus postrádá určitý vitamin
 |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1** | **D** | **2** | **A** | **3** | C |

1. **Vysvětlete pojem provitamin? (1b)**

Látka, která se na aktivní vitamin přeměňuje až v organismu.

1. **Proč se nemůžeme předávkovat vitaminem C? (2b)**

Protože vitamin C je rozpustný ve vodě a jeho nadbytek se vyloučí močí z těla ven.

**Hodnocení:** max 8b

|  |  |
| --- | --- |
| 8b | 1 |
| 7b | 2 |
| 6-5b | 3 |
| 4b | 4 |
| 3-0b | 5 |