

Вітаміни, їх роль в обміні речовин



ВІТАМІНИ

- це біологічно активні речовини, що діють в дуже кількостях. Вони сприяють нормальному протіканню біохімічних процесів в організмі, тобто об



Дайте відповіді на запитання

Сполуки, які впливають на процеси обміну речовин і перетворення енергії в організмах живих	
Якщо в організмі тривалий час не вистачає певних вітамінів, то яке розвивається захворювання?	
Якими літерами позначаються вітаміни?	
Якщо в організмі повністю відсутні вітаміни, таке захворювання називається?	
У разі нестачі в організмі якого вітаміну, порушується гострота зору?	
Надлишок в організмі вітамінів призводить до захворювання?	
До яких органічних сполук відносяться вітаміни?	
Скільки вітамінів нині відомо?	
Який вітамін укріплює скелет, запобігає рахіту і покращує імунітет?	
На які групи поділяються вітаміни?	

А

водорозчинні,
жиророзчинні

Біоактивні
речовини

Гіповітаміноз

Гіпервітаміноз

Авітаміноз

Латинського
алфавіту

Низькомолекулярні

50

Д



Біля кожного продукту впишіть вітамін на який він багатий



Виберіть із запропонованих вітамінів зайвий :

А

В

С

Е

К



Визначте хворобу, що причиняє нестача кожного вітаміну в організмі, і перетягніть її літеру у відповідну комірку. Визначте його розчинність: водорозчинний вкажіть **В**, жиророзчинний – **Ж**

	Вітамін							
	A	B ₁	B ₂	B ₃	B ₁₂	C	D	E
Розчинність								
Хвороба								

А. анемія

Б. цинга

В. рахіт

Г. бері-бері

Д. безпліддя

Е. пелагра

Є. стоматит

Ж. куряча сліпота