

SPRAWDZIAN WIADOMOŚCI : ODŻYWIANIE HETEROTROFÓW

Imię i nazwisko:

Data:

Klasa:

1. Witaminy rozpuszczalne w wodzie zawiera szereg :

- a) B,C,D,K
- b) H,A,C,E
- c) B,C,H,PP

Dlaczego robiąc surówkę z marchewki, kapusty itp. dodajemy olej?

.....

2. Pierwszą z witamin odkrytych przez K. Funka była:

- a) B1
- b) C
- c) B6

3. Nieprawdą jest, że witamina D:

- a) ułatwia przyswajanie wapnia w jelicie cienkim
- b) jej nadmiar wywołuje krzywicę u dzieci
- c) powstaje w skórze pod wpływem intensywnego światła

4. Przy pobieraniu doustnie antybiotyków i sulfamidów należy jednocześnie zażywać witaminy B i K, ponieważ:

- a) hamują one wchłaniania witamin
- b) niszczą florę bakteryjną jelit, która wytwarza witaminy B i K
- c) umożliwiają lepsze wchłanianie leków

5. Uzupełnij **liczbowo** wzór zębowy człowieka w poniższej tabeli, która obrazuje szczękę górną i dolną:

Siekacze - S

Kły - K

Trzonowce - T

Przedtrzonowce - P

T P K S	S K P T
...
...

Razem mamy(liczba) zębów

6. Przeczytaj poniższy tekst i odpowiedz na pytania:

a) co to jest błonnik?

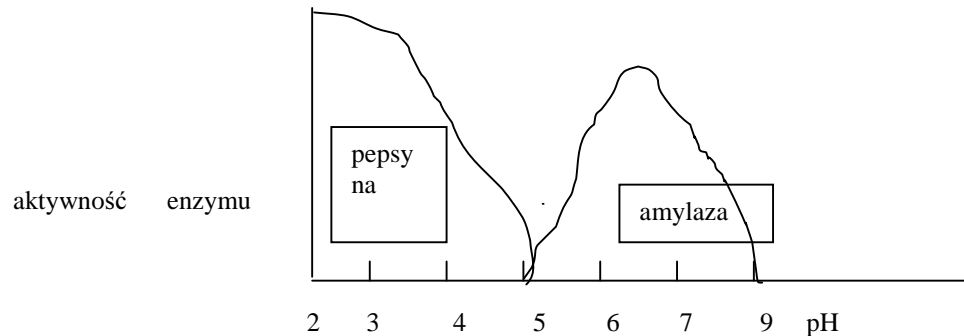
.....

b) podaj przynajmniej 2 produkty w których znajduje się błonnik:

c) jaki jest związek między obecnością błonnika w diecie i naszym zdrowiem, uzasadnij

"Pełnoziarnisty ciemny chleb zawiera dużo błonnika. Chleb biały pieczony z mąki mielonej nie zawiera go wcale, ponieważ w czasie przemiału jest on usuwany. Błonnik to głównie mieszanina ligniny i celulozy ze ścian komórek roślinnych . Nie jest trawiony. Ułatwia przechodzenie treści pokarmowej przez przewód pokarmowy i obniża ryzyko zachorowań na raka jelita. "(Biologia S.Gater)

7. Najwyższą wartość energetyczną mają:
- węglowodany
 - białka
 - tłuszcze
8. Nie jest prawdą, że filtratorami są:
- pąkle
 - walenie fiszbinowe
 - wirki
9. Rysunek przedstawia zależność aktywności pepsyny i amylazy od wartości pH:



- przy jakiej wartości pH pepsyna jest najaktywniejsza?
 - Jakie jest miejsce i produkt działania pepsyny?,
 - Jaki związek powoduje tak niskie pH w żołądku?
 - Jaka jest funkcja amylazy?
10. Nawet krótka przerwa w dostawie glukozy może doprowadzić do śmierci komórek. Jak organizm reguluje ilość glukozy we krwi tuż po jej przejściu z jelita do krwi ?

11. Uzupełnij tekst wyrazami: tłuszcze, kwasy tłuszczowe trzustka, wątroba, dwunastnica,

Największym gruczołem ciała człowieka jest Wytwarza żółć, która transportowana jest do Kwasy żółciowe rozbijają na małe kuleczki (emulgują), co ułatwia działanie enzymom odpowiedzialnym za ich rozkład. wytwarza liczne enzymy, które spływają do dwunastnicy. Rozkładają one m.in. tłuszcze do gliceryny i

12. Na podstawie tekstu z zadania 12 określ współdziałanie 2 opisywanych narządów w trawieniu tłuszczu.

13. Przedstaw przyczyny i skutki anoreksji i bulimii.

14. Wymień w punktach zasady prawidłowego odżywiania uwzględniając "piramidę żywności"

Powodzenia

Numer zadania	Punktacja
1	2
2	1
3	1
4	1
5	3
6	3
7	1
8	1
9	4
10	2
11	5
12	2
13	3
14	3
Suma punktów:	32