

Temat: Czynniki wpływające pozytywnie i negatywnie na zdrowie i samopoczucie.

Dziewczęta,

jak odnajdujecie się w nowej rzeczywistości? Mam nadzieję, że dajecie sobie radę. Pamiętajcie już niedługo wyjdziemy na boisko i będziemy aktywnie ćwiczyć na świeżym powietrzu. Ale teraz zażywajcie ruchu w domu lub na krótkim spacerze zachowując bezpieczeństwo. Tańczcie przy ulubionej muzyce, skaczcie na skakance, zrezygnujcie z windy, wyjdźcie z psem na spacer, a nawet umyćcie mamie okna :) na pewno się ucieszy.

Dzisiaj proponuje Wam obejrzenie w wolnej chwili filmu edukacyjnego o tematyce zdrowotnej. Kiedy spotkamy się na lekcji podyskutujemy na ten temat i omówimy go.

Miłego odbioru

klasa VII

Śmietnik w mojej głowie - Jestem Panem swojego losu

<https://www.youtube.com/watch?v=jblw1Kalm3E>

Pozdrawiam Was serdecznie