**Zajęcia z wychowawcą-klasa VC 25.05.2020rok**

**TEMAT: Propaguję zdrowy i aktywny styl życia.**

Jak prowadzić zdrowy styl życia? Wystarczy przestrzegać kilku podstawowych zasad, by cieszyć się dobrym samopoczuciem i zapobiec rozwojowi wielu groźnych chorób. Przede wszystkim należy dbać o odpowiednio zbilansowaną dietę i codzienną aktywność fizyczną.

Proszę dla przypomnienia tych ważnych zasad obejrzeć film: <https://www.youtube.com/watch?v=KSmjz0wjh9M>

**Przestrzegajcie tych zasad codziennie!!!!**

Pozdrawiam .wychowawca Monika Kociołek