Gr. III chłopców

26.11.2021r.

Wychowawca: Karolina Skorupińska-Głowacz

Godz. 13.15-15.00

**Zdrowy styl życia**

1. Co to jest zdrowie. Wypisz skojarzenia z tym słowem.

**ZDROWIE**

**Zdrowie – według definicji Światowej Organizacji Zdrowia – to stan pełnego fizycznego, umysłowego i społecznego dobrostanu. W ostatnich latach definicja ta została uzupełniona o sprawność do prowadzenia produktywnego życia społecznego i ekonomicznego, a także wymiar duchowy. Zdrowie jest zagadnieniem bardzo obszernym.**

1. Przyjrzyj się dokładnie piramidzie zdrowego żywienia i aktywności fizycznej. Zastanów się czy prawidłowo się odżywiasz i dbasz o aktywność fizyczną?

