

## Wychowanie fizyczne

27-04-2020 – 30-04-2020

W przeciągu tego tygodnia będziemy zajmować się zdrowym odżywianiem  
a także tematyką igrzysk olimpijskich.

Pierwszy film przybliży Wam podstawy zdrowego odżywiania czyli piramida zdrowego żywienia

<https://www.youtube.com/watch?v=MOwJ0cFVw-U>

Zasady zdrowego odżywiania

<https://www.youtube.com/watch?v=DF4znGEcBPU>

Polacy na igrzyskach olimpijskich

<https://mccmedale.pl/medale-polakow-na-igrzyskach-olimpijskich/>

Idee i symbole olimpijskie

<https://slideplayer.pl/slide/819330/>

Przypominamy o robieniu sobie przerw podczas pracy zdalnej na ćwiczenia  
relaksacyjne i rozluźniające.

Zespół nauczycieli wychowania fizycznego.