

*Witam Drodzy Uczniowie*

*Przypominam!!!*

*Dbajmy o kondycję fizyczną w czasie przerwy zajęć w szkole*

*Ciekawe ćwiczenia i dobra zabawa w domu*

*15.04 – 17.04 2020 r.*

Wiem, że to niełatwy czas dla Was. Codziennie spędzacie długie godziny przy komputerze i „nad książką”.

Zachęcam do codziennej aktywności! ( w miarę możliwości i **Z ZACHOWANIEM BEZPIECZEŃSTWA**)

- Zamieszczam poniżej linki, dzięki którym możecie oderwać się, choć na chwilę od codziennych obowiązków i aktywnie spędzić czas. To nowy zestaw ćwiczeń dla Was.

[https://www.youtube.com/watch?v=A-rv1RbAAUw&t=10s&fbclid=IwAR16u-v2I5XC05w0HM8Mfk\\_kaYFWYAJLVjzqIY-H3BqRAciHEqQp\\_L\\_n8Dw&app=desktop](https://www.youtube.com/watch?v=A-rv1RbAAUw&t=10s&fbclid=IwAR16u-v2I5XC05w0HM8Mfk_kaYFWYAJLVjzqIY-H3BqRAciHEqQp_L_n8Dw&app=desktop)

- Poniżej znajdziecie ciekawą propozycję w formie prezentacji- która pozwoli odpowiedzieć na wciąż nurtujące pytanie:

**„PRAWIDŁOWA, IDEALNA MASA, CZYLI JAKA?**

- **Ile powinien ważyć człowiek?**



wskaźnik BMI- dla uczniów.pptx

*Życzę powodzenia i wytrwałości  
Nauczyciel wychowania fizycznego  
mgr Piotr Ziętek*